

令和1年度の事業報告

特定非営利活動法人船橋ウォーキング・ソサイエティ

1 事業の成果

当会は、地域の方々に対し、ウォーキングを通して各種疾病の予防改善を図るとともに、交流の場を提供することにより、生活の資質向上の手助けをすることを活動目的としている。

2019年度では次のような活動を行い、地域住民の一人一人の健康づくりや仲間づくりに寄与することができた。船橋市アクティブシニア介護予防補助金の交付を引き続き受け、船橋市健康ポイント対象プログラム事業にも参画し、定例会活動の充実を図ることができた。会員数の増加に伴い、コーチングスタッフのスキルアップと、正会員後継者育成のためのサポーター会員養成に力を入れ、当会を通して社会貢献ができる人材を増やす活動を続けることができた。更に、創立10周年事に向けての準備会を発足し、取り組みを始めている。

今年度、コロナウィルス拡大予防のため、活動自粛で定例会の中止を5回ほどしなければならなくなった。その間の運動継続活動として、ラインビデオを活用してビデオ体操を行えたことは新しい試みとなった。

また、「ちばプロボノチャレンジ」の支援を受け、新しいホームページを立ち上げることができた。SNSで多くの方に当会の様子を知っていただくことができた。これからも地域の中で、仲間と共に活動していつまでも健康で明るい生活を送れることを応援していきたい。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名	事業内容	実施日時	実施場所	実施回数	従事者の人数	受益対象者の範囲及び人数
ウォーキング事業 2本のポールを使うウォーキング	安心・安全なウォーキングを習得し体力の衰え、体のバランスを保てるウォーキングの実践を、月4回2コースで実施。	第2・第4 木曜日	行田公園	20回	148人	船橋市及び近隣 住民・FWS会員 428人
美・姿勢ウォーキング	健康づくりに必要な4種の運動を取り入れたウォーキング。	第1・第3 土曜日	海老川 ロード	19回	105人	207人
シニア向けポールを使うウォーキング	はま整骨院と協働で高齢者向ウォーキングの習得を目指す。	原則毎月 第3月曜日	法典公民館	10回	43人	108人
ウォーキングの普及事業 ふなばし健康まつり	第15回ふなばし健康まつりに参加、初心者のためのノルディックウォーキング体験会を実施。	11/3	船橋 運動公園		14人	健康まつりの 来場者 8人

ヘルシー船橋フェア	第33回ヘルシー船橋フェアに参加、ポールウォーキングの体験会を実施。	1/21	東武百貨店イベント広場		6人	ポールウォーキングに関心のある近隣住民28人 会員 13人
ふなばし市民活動フェア	第12回ふなばし市民活動フェアに展示参加。	2/1	フェイスサポートセンター		2人	ふなばし市民フェア参加者多数
FWS交流ウォーキング	谷津・香澄地区の秋を訪ねて 交流ウォーク	10/31	谷津バラ園 香澄公園 谷津干潟		7人	会員・正会員 39人
夏休み特別企画	夏休み特別企画 ○早朝ウォーキング ○シルバーリハビリ体操 もっと知ってね FWA ○専門家による腰痛・予防体操&アドバイス	8/6 8/22 8/29	行田公園 塚田公民館 中央公民館		2人 3人 3人	会員・正会員 24人 21人 23人
スキルアップ研修	指導部ワークショップ	毎月原則 第2木曜日	塚田公民館	9回	3人	会員・正会員 44人
10周年記念行事	創立10周年に向けて 記念行事準備委員会 記念ウォーキング 祝う会	原則 第4木曜日	塚田公民館	5回	15人	
ちばプロボノチャレンジ	会計・定款・SNS等の研修	9/5 11/6 12/1 12/21 1/4	フェイスサポートセンター	全 5回	4人	
講師派遣事業						
ウォーキング&ストレッチ講座	船橋市民大学の依頼 ウォーキング&ストレッチの講義と体験指導及び屋外でのポールウォーキングの実践	5/14 午前 午後	市民大学校 及び海老川 ロード		3人 3人	市民大学校 健康学科 37人 29人
ポールウォーキング講座	薬田台公民館の依頼 ポールウォーキングの講義及び体験指導	11/9 11/30 12/14	薬田台 公民館	3回		薬田台公民館 スポーツレクリエーション