

平成28年度の事業報告書

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

平成28年度からは船橋市が推奨しているシニアリハビリ体操を積極的に取り入れ、参加者の皆さんから好評を得ている。特にストレッチ&筋トレ&ウォーキングといった活動の内容が評価され、会員の定着率につながり、新会員数も増加の傾向にある。高齢者の健康維持と仲間づくりを目的とした NPO 活動を始めて6年間、一般会員の方も長い活動となり、ポールを使ったウォーキングの力が向上し、各種活動にサポート役として参加していただけるようになってきた。また、一般会員から正会員になり活動を始めた方もおり、NPO 活動も理解されてきたことを感じている。

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	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  (シニア向け)  美・姿勢ウォーキング	正しい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2回2コースで実施。 はま整骨院との協働で高齢者に優しいウォーキングの習得を目指して活動。 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2・第4木曜日 第1・第3土曜日 毎月 第3月曜日 8月は除く 第2・第4火曜日	行田公園 海老川ロード 法典公民館及び周辺道路 行田公園	205  48  102	船橋市及び近隣住民のFWS会員 631  126  174
ウォーキングの普及事業 東武ノルディックウォーキング体験会 ふなばし健康まつり ふなばし市民活動フェア2017 交流ウォーク	東武百貨店との共催でノルディックウォーキングの体験会。リピーターも多くなり定着。 船橋市健康まつりに参加、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。 活動フェアに参加、ブース展示及び説明。 アンデルセン公園でのウォーキング。ウォーキング事業3コースの会員相互による交流ウォーキング。	4,5,6,9,10,11,12,3月 月1回土曜日 11/6 2/4 11/6	東武百貨店屋上 運動公園 サポートセンター アンデルセン公園	38 6 6 6	東武百貨店来店者 130 船橋市民 14 船橋市民 60 FWS 会員 14

講師派遣事業					
ノルディックウォーキング講座	市民大学校の依頼、ノルディックウォーキングの講義及び体験指導	5/23	ふなばしアリーナ	3	市民大スポーツコミュニケーション学科 14
ウォーキング&ストレッチ講座	ウォーキング&ストレッチの講義及び体験指導	6/7 午前	市民大 海老川ロード	2	市民大 健康学科 44
ウォーキング&ストレッチ講座	ウォーキング&ストレッチの講義及び体験指導	6/7 午後	市民大 海老川ロード	2	健康学科 43
ウォーキング講座	ウォーキングの講義及び体験指導	12/2 午前	市民大 海老川ロード	3	一般教養科 40
ウォーキング講座	ウォーキングの講義及び体験指導	12/2 午後	市民大 海老川ロード	3	一般教養科 40