

取組の紹介

Introduction of Our Efforts

多くの人に健康運動、健康づくりについて知ってもらうため、大規模なイベントを開催
In order for help people know the importance of exercise and promoting a healthy lifestyle, we held several large-scale events.

公園でからだにいいこと DAY —スロージョギング in 長居 2014年10月19日

“Do Something Healthy for Your Body at Park Day”-Slow Jogging in Nagai-



- 無料の体験プログラムや健康に関するセミナー開催ほか、普段は入れない「ヤンマースタジアム長居」のトラックをスロージョギングで走るなど、体を動かすことの気持ち良さを感じてもらい、日頃から体を動かすきっかけづくりとなった。
- 広い範囲から約 2,000 名の参加者があり、公園での健康づくりに対する関心の大きさや意識の高まりが強く感じられるイベントとなった。
- アンケートでは、参加者の9割以上が満足されており、公園を活用した健康づくりへの期待が一層高まった。



- In addition to free hands-on programs and seminars on health, we provided opportunities for people to feel comfortable with themselves through exercise activities, such as slow jog in “Yanmar Stadium Nagai”, which is usually closed to the public, and to do activities in daily life.
- About 2000 people from various places participated in the event, which indicated a keen interest in and enhancement of people’s attention on health promotion at parks.
- The survey shows that more than 90 percent of participants were satisfied with the event, and expectation of health promotion utilizing parks has risen.

継続的な健康づくりの場を提供し、公園での自主的な健康づくりにつなげる Providing Places for Continuous Health Promotion and Leading to Independent Health Promotion

「ヘルシージョイクラブ山田池公園」のスタート

“Healthy Joy Club” at Yamadaike Park



- 大規模なイベントをとおして健康推進プログラムの知名度の向上を図るとともに、山田池公園において、指定管理者であるハートフル山田池との協働により定期的な教室を開始し、継続的な健康づくりの場を提供している。
- 大教室に参加した人の多くは「自分のペースでできる」、「体も意識も変わった」と実感し、成功体験を得たことで今後も継続の意思を示されている。
- 毎週平日も含めて10プログラム程度を実施し、開始した平成28年11月は129名、12月109名、平成29年1月116名、2月101名、3月〇名の参加者を集めて好評を博している。リピーターも増え、メディアにも注目されるなど話題となり、今後も継続、発展させていく。
- 今後においても、公園で展開する教室等で、いつでも、どこでも始められる継続的な仕組みをつくとともに、公園という緑豊かな環境の中での自主的な健康づくりにつなげる。
- 個人の健康の維持増進だけでなく、健康づくりを介した地域コミュニティの醸成を図り、誰もが安心して暮らせる社会の構築に貢献していきたい。

- To raise the profile of the health promotion programs through large-scale events, we started to hold regular classes as a place for continuous health promotion in Yamadaike Park with the administrator of the park.
- Feeling that “I can do this at my own pace” and “Body and consciousness changed”, most of the participants showed that they wished to continue.
- The classes being held 10 programs every week, it is gathering participants steadily; there were 129 in November, 2016; 109 in December, 2016; 116 in January, 2017; 101 in February, 2017; and ... in March, 2017. The number of repeaters also increased, attention to the media also became a topic, and we will continue and develop from now on.
- From now on, we would like to create a system that provides such classes at parks all local parks at any time, which will help lead towards better health.
- We would like to help construct a society where everybody lives healthy lifestyles by promoting individual health preservation and building a community that internally promotes better health.