

『ウォーキング倶楽部』 活動報告

世話役-----杉山(475-2944)、佐藤(477-8051)

平成28年12月25日

●活動概要

◎何時から、何故始めたんですか？

←H23年4月藤崎台公園の開園時に、「公園の有効活用と町会員の健康維持、地域一体感を醸成する事」を目的に倶楽部を立ち上げました。上部団体のない独立したクラブです。

◎参加資格はありますか？

←町会員で有れば誰でも参加できます。現在の参加者数は20名前後、ビブス所有者は38名です。

◎どんな活動をしていますか？

←ラジオ体操＋ウォーキングです。

- ・毎週土、日の朝8:00よりラジオ体操後、公園をスタート／ゴールとする2km、3km、5kmの各コースを個人の体力、体調に合わせて歩いています。(年末年始はお休みです)
- ・「ウォーキング講習会」、「お花見ウォーキング」を開催しました。「郊外ウォーキング」等も検討中です。
- ・暑気払ミーティングを行い、活動報告や倶楽部運営方法など参加者の意見を活動に反映しています。

→”一日一万歩”など目標管理はしていますか？

←活動実績として個人別に参加回数、歩行距離を記録することで、夫々の目標と実績管理につなげております。H28/11末で最多参加回数者は460回超、最長歩行距離者は2,100キロを超えており、その距離は東海道五十三次を既に2往復していることとなります。

←藤崎台公園の草取り、清掃をしています。

活動拠点である公園の草取りを、冬季を除き月1回30分程度、参加者全員で実施しております。

※草取り、清掃中にペットの糞尿の不始末やブラッシング時の抜け毛が見つかることも度々あり、残念な思いをしております。小さな子供から高齢者まで多くの方が利用する公園ですので、綺麗に使うことは当然のことですが、様々な利用団体が自主的に草取り、清掃することがマナーとして定着できたら、素晴らしいことだと思っています！

←スポーツ推進委員と連携した活動をしています。

倶楽部独自の活動の他に、船橋市スポーツ推進委員協議会の主催する「健康ウォーキング」、「お花見ウォーキング」等にも参加しております。

★詳細は町会ホームページ(<http://fujisakidai.com>)の

トップページ写真下の「町会メンバー交流ページ」/右下メニュー「ウォーキング倶楽部」で検索ください。

◎参加するには会費が必要ですか？

←会費は不要です。イオン津田沼店から半期毎に支給されるギフトカードで必要品を確保しています。当倶楽部は、イオン津田沼店の「幸せの黄色いレシート・キャンペーン」の地域活動支援団体として認められており、半期毎の申請・審査をへて、今日まで継続して支援を受けております。

◎「幸せの黄色いレシート・キャンペーン」って何ですか？

←イオンが毎月11日に実施している環境・社会貢献活動で、地域ボランティアや健康増進活動を対象にレシート金額の1%を、各団体が希望する品物を購入できるギフトカードを寄贈するものです。
・現在支援されている30団体は交流活動として、イオン店内で行う「黄色いレシート・キャンペーン」の贈呈式への出席と半期2回以上のPR活動をしています。

◎支給されるギフトカードはどんなことに使っているのですか？

←活動実績管理や広報資料作成などの”事務費”や活動時必要な”用具費”として使っています。

◎”ビブス”って何ですか？

←サッカーなどの練習時に着用することが多い、薄手のベストです。(裏面写真でも着用しています)公道を列をなして歩きますので、交通安全対策と不審者と思われないように身分を明らかにすることを目的に着用しています。歩行中、多くの方々から声掛けしていただいています。

お試し参加の方向けに、ビジター用ビブスを取り揃えておりますので、奮ってご参加ください。

☆☆☆ 町会員の皆様にご協力いただきたいこと ☆☆☆
以下の何れかの方法で黄色いレシートの収集にご協力をお願いします。

①町会会館設置の回収BOXに投入する。

②何時でも良いのでウォーキング倶楽部参加者に手渡す。

③毎月11日にイオン津田沼店に設置される当倶楽部のBOXに投函する。