

三原市民と市長の「みらいトーク」(第13回)実施結果

令和4年5月24日

目的 市長が地域や団体の場に出向き、市民との対話を通じて市政やまちづくりに対する積極的な意見や提案を広く聴き、今後の市政運営に活かすとともに、市民の市政への参画機会の拡充を図る。

日時 令和4年5月24日(火)18時～19時30分

場所 三原市役所本庁舎4階 市長応接室

参加者 三原市運動普及リーダー会(7名)、三原市長

【内訳】

・各地区ブロック長

(ブロック名) 一中・二中ブロック, 三中・四中・幸崎ブロック, 宮中ブロック,
五中ブロック, 本郷ブロック, 久井ブロック, 大和ブロック

【三原市運動普及リーダー会】

三原市の各地域において、ウォーキングとラジオ体操を中心とした、市民への健康づくりの普及啓発を目的として活動。三原市が実施する育成講座を受講し、修了後は、入会し活動。会員164名(令和4年4月末現在)が7つのブロックに分かれ、ボランティアとして活躍し、年2回程度のウォーキング大会の自主企画を実施するほか、体力測定会や保健福祉まつり等の地域の行事への協力を実践している。

1 コロナ禍で運動不足になっていると思うが、コロナ禍が及ぼした活動への影響について

(参加者の意見)

- ・コロナ禍で令和2・3年度は活動を自粛せざるを得ない期間が続き、十分にウォーキング等、普及啓発活動ができなかった。
- ・大人数を避け、地域で少規模ウォーキングをモデル的に実施した。
- ・町内会のウォーキング行事にリーダーとして協力参加した。
- ・感染対策を徹底して森林浴ウォーキングを実施した。

2 ウォーキングコースの設定について

(参加者の意見)

- ・コースはブロックの皆で話し合っていて決めている。
- ・一地域のみを歩くコースではなく、久井全域を歩く新しいウォーキングコースを考案中である。
- ・須波のビーチウォーキング企画では、参加しやすいよう、距離の異なる3コースを設定している。初回は他のブロック会員に企画を手伝ってもらっていた。第2回目であるが、この度、一からブロック内で準備をして、企画の大変さが分かった。
- ・ポポロを発着点にコースを設定している。

新西野梅林ウォーキングコースは浄水場を通過するが、今後、浄水場の見学も兼ねてしてみたら面白いと考えている。

3 運動継続のための工夫について

(参加者の意見)

- ・自分はアプリを使用している。アプリがあると記録が残り、励みになるのではないかな。
- ・継続するためには一緒に歩く友達が必要である。人とのつながりの中で継続できていることもある。自己流でウォーキングしている人達に、効果的なウォーキングフォームについて伝達をしたい。
- ・運動普及リーダー会フォローアップ研修で、定期的にしっかり学べる機会があるのがよい。新しい知識をその都度学び、やる気が出る。

4 市の健康づくり運動普及において課題と感ずることや運動普及リーダー会の活動において課題と感ずること

(参加者の意見)

- ・貸与ベストの材質の改善。素材が夏季は暑い。
- ・他市との交流会参加時の交通費及び交通手段の確保
- ・啓発の視点として生活習慣病予防なのか、プレフレイル（筋力低下）予防なのかを考えて実施することが必要と考えている。
- ・家庭で取り組める「ながら筋トレ」等ウォーキング以外の普及啓発も必要と感ずる。
- ・コロナで普及啓発のチャンスが減少した。
市民のイベント参加も減少しているため、年間何回以上参加したら、記念品贈呈があるといった、楽しみを作ってみてはどうかと思う。
- ・何か励みになるような見返りがあればと思う。
- ・参加賞の提供など、企業等のスポンサーなどが付いてくれることも期待する。

5 普及啓発が可能な団体について

(参加者の意見)

- ・リーダーがサロンに出前講座で出向いて、ウォーキングを取り入れたらよいと思う。
- ・リーダーが指導者として活動できるよう、特別に講習を受けて指導できる会員を育成する必要があると考えている。

6 後継者の育成について

(参加者の意見)

- ・高齢の会員もおり、イベント開催でも協力が難しくなっている場合がある。
- ・50～60歳代の方がリーダー会に参画してもらえよう、育成講座を休日に開催するなどを提案したい。

7 運動普及のために必要であると感じる市のサポートについて

(参加者の意見)

- ・運動普及の事務局は保健福祉課が適任である。
保健師が救護担当で同伴することで安心してイベントが実施できる。
- ・県内の専門的な講師を迎えた育成講座は、受講者が入会する動機付けになっている。

会員のフォローアップ研修も活動継続のために継続開催をして欲しい。

- 沼田川トリムコースの草刈り，コースの途中にトイレの設置をして欲しい。
- 他市町のウォーキングコースを参考に，一か所でもどこか三原のモデル的ウォーキングコースが整備されればと思う。
- 市長にも，再度ウォーキングイベントに参加してもらいたい。