

スポーツ健康都市宣言記念事業 「第16回OTAウォーキング」の実施結果について

1 事業概要

(1) 目的

ウォーキングは年代や性別を問わずに誰でも取り組みやすい最も身近な運動である。本事業を通じて区民がスポーツに取り組むきっかけづくりをするとともに、スポーツの定着化を図り、区民の健康の維持・増進につなげる。

(2) 日時

令和5年5月14日（日）午前9時から正午まで（天候：曇り）

(3) コース

グリーンベルト～池上本門寺～洗足池公園（約7Km）

(4) 参加者数

322名

2 当日の様子

今回は受付後に少人数のグループに分けて、準備運動後に順次スタートする方式とした。実施にあたっては、スポーツ推進委員がスタート・ゴール地点の運営のほかに、コース上で参加者に体調等の確認の呼びかけを行うなど、参加者の安全確保に努めた。

ゴール地点の洗足池公園では、参加者に完歩賞とともに勝海舟記念館のボールペンを配るなど、勝海舟生誕200年記念特別展を開催している記念館のPRを行った。



スタート地点の様子

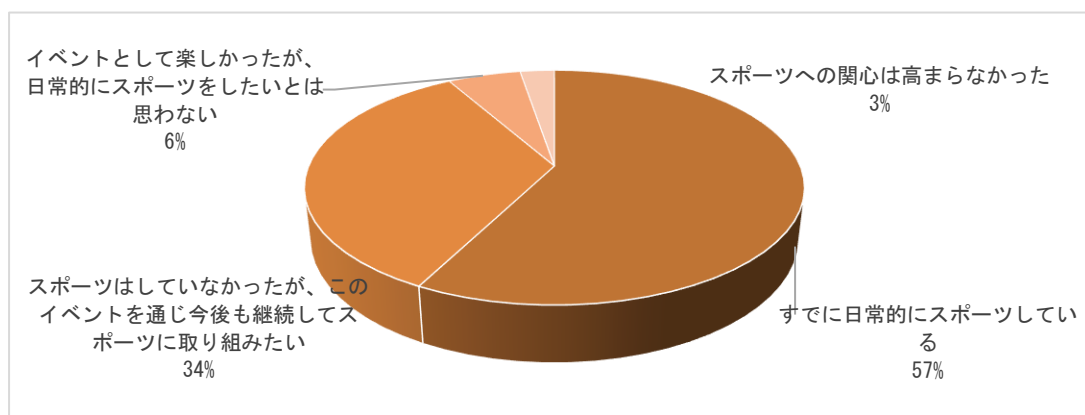


ウォーキング中の風景

3 参加者へのアンケート

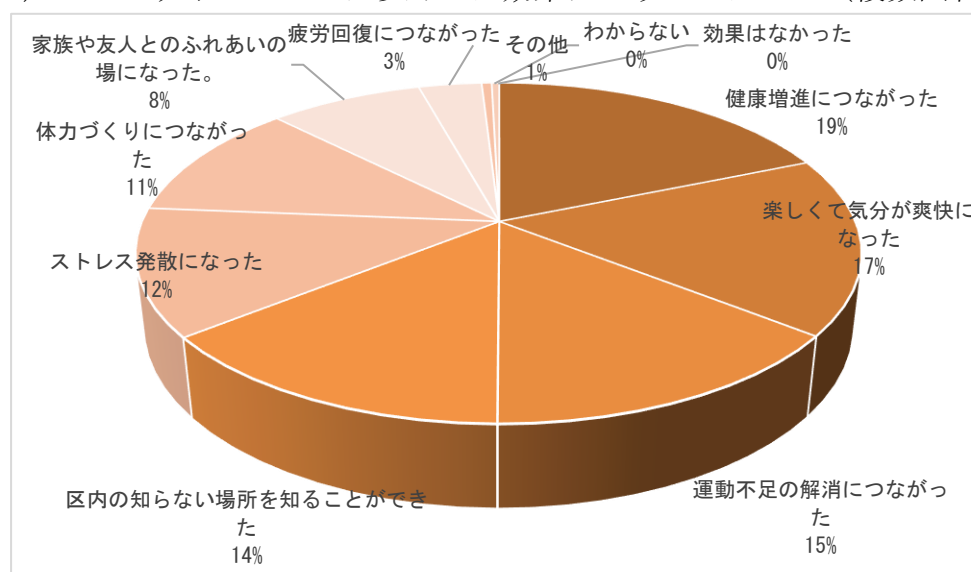
※アンケート回収数：300枚（回収率：93%）

(1) O T Aウォーキングに参加したことで、これまで以上にスポーツに興味を持ちましたか？



「すでに日常的にスポーツしている」が57%、「スポーツはしていなかったが、このイベントを通じ今後も継続してスポーツに取り組みたい」が34%で、スポーツに継続的に取り組む意欲のある人の合計が91%を占めた。

(2) O T Aウォーキングに参加した効果はどうでしたか？（複数回答可）



「健康増進につながった」など、心身の健康につながる効果についての回答が多数を占めたほか、「区内の知らない場所を知ることができた」や「家族や友人とのふれあいの場になった」などの回答も多くあった。

4 まとめ

- (1) コロナ前と同様、事前申込不要としたところ、参加者数は昨年度の倍以上となった。気軽に参加できるウォーキングイベントへのニーズは高い。
- (2) 今回のO T Aウォーキングへの参加で、健康増進など様々な効果につながる実感と継続的なスポーツへの取り組みの意識を持ってもらうことができた。引き続き、区民が様々なイベントを通じてスポーツに親しみ、身体を動かす楽しさを体験できる機会の創出を図っていく。