

健康長寿あいちウォーク～大府市内の公園めぐり～

①当日はよく晴れました。



②江端公園に集合です。



③出発式を行いました。



④参加者全員で出発前の準備体操です。



⑤いざ出発です。



⑥大倉公園に到着しました。



⑦大倉公園で休憩中です。



⑧こんなものもありました。



⑨あいち健康の森公園に到着しました。



⑩公園内を歩いています。



⑪公園内の景色です。



⑫ゴール地点のあいち健康プラザが見えてきました。



⑬ゴール地点の健康プラザに到着しました。



愛知県と愛知県ウォーキング協会が共催し、今年度2回目となる「健康長寿あいちウォーク」を11月20日（日）に開催しました。

当日は、雨が心配されましたが、天気が晴れわたり、約220名の多数の方にご参加いただきました。今回は大府市内の公園をめぐるコースでしたが、参加者の方々の感想も上々でした。

この参加を機に、ウォーキングなどの健康づくりに取り組むきっかけになればと考えております。

「健康長寿あいちウォーク」アンケート結果

○ショートコース参加者（約7キロ）

1 参加したきっかけは

①リーフレット等の広報物	②ホームページ	③進められた	④その他
9	2	5	12
32.1%	7.1%	17.9%	42.9%

※その他は愛知県ウォーキング協会会員など

2 コースは長く感じましたか。

①長く感じた	②ちょうどよかった	③短く感じた
0	20	8
0.0%	71.4%	28.6%

3 健康長寿あいちウォークは楽しめましたか。

①十分楽しめた	②楽しめた	③ふつう	④楽しめなかった
12	13	3	0
42.9%	46.4%	10.7%	0.0%

4 参加者の主な意見

- ・天気もよく、紅葉がきれいだった。
- ・みんなで話をしながら歩いたので、あっという間だった。
- ・県主催のウォーキング大会がもっとあるとよい。
- ・県民にもっとPRしてほしい。
- ・また、参加したい。 など

○ロングコース参加者（約16キロ）

1 参加したきっかけは

①リーフレット等の広報物	②ホームページ	③進められた	④その他
27	2	10	38
35.1%	2.6%	13.0%	49.4%

※その他は愛知県ウオーキング協会会員、他のウオーキング大会に参加した際など

2 コースは長く感じましたか。

①長く感じた	②ちょうどよかった	③短く感じた
2	65	10
2.6%	84.4%	13.0%

3 健康長寿あいちウオークは楽しめましたか。

①十分楽しめた	②楽しめた	③ふつう	④楽しめなかった
43	31	2	1
55.8%	40.3%	2.6%	1.3%

4 参加者の主な意見

- ・好天の秋景色を眺めながらのウオークは最高だった。
- ・汗をかき、リフレッシュできた。
- ・大変よいところであったので、日頃から利用したい。
- ・なるべく車道沿いを通らないコースがあるとよい。
- ・これからも企画してほしい。 など

アンケートにご協力いただきありがとうございました。参考にさせていただきます。