

2022年度 事業実施報告書

福井県ノルディック・ウォーク連盟

事業名	ノルディック・ウォーク&ピンリボン健康教室
開催日時	令和4年10月23日日曜日 8:30~12:00
開催場所	平泉寺「あ之蔵」・平泉寺歴史街道コース
結果 (内訳)	参加人数 28名 中学生3名 高校生2名 児童保護者5名 教職員3名 一般15名
協働・支援団体名	
後援	勝山市 福井新聞社
協働	せいきコミュニティスポーツクラブ
講師	福井大学医学部研究院看護学領域教授・学生6名

[実施内容]

色づき始めた木々の隙間から差し込む木漏れ日で輝く、美しい緑の「コケ」の絨毯と古代ロマンを感じる「石がたり」発祥の地平泉寺宗教都市に広がる石垣や石畳を観ながら、学生と一緒に2本のポールを持って歩くノルディック・ウォークで、普段とは違う地元住民との交流でひとときを過ごし、“ながら運動”で「疲れない・太らない・ボケない」のチャレン、それに全身の身体機能を高めるノルディック・ウォークの健康運動で、生き抜く力を育む一助は健常者だけでなく歩行困難となっている人に、歩行能力を回復させることの効果も理解いただくことができたと共に、看護学生のインターシップに役立つ活動となり大きな成果がありました。



<成果>

参加者にはじめて、「ガン予防の」大切さとソーシャル・ノルディック・ウォークが、人生100年時代、自分で歩ける能力を保持し、悔いのない豊かな人生をおくる“健康づくり”の啓発普及に寄与できることも感じて貰うことができました。

'22『ティール&ホワイト フクイ』サポートノルディック・ウオーク実施状況

2022/10・23（日）8：30～12：00

<乳がん予防対策の早期発見説明状況>




<平泉寺本殿 NW 状況>



福井県ノルディック・ウオーク連盟

2022 年度 事業実施報告書

福井県ノルディック・ウォーク連盟

事業名	平泉寺小「未来の語り部」とノルディック・ウォーク de いいところ再発見
開催日時	令和4年11月3日水曜日 (文化の日) 8:30~11:30
開催場所	平泉寺「あ之蔵」・平泉寺歴史街道コース
結果 (内訳)	参加人数 30名 小学生6名 中学生0名 児童保護者6名 教職員3名 一般15名
協働・支援団体名	
後援	勝山市 福井新聞社
協働	平泉寺小学校「未来の語り部」 せいきコミュニティスポーツクラブ
講師	平泉寺ガイド 平泉寺小学校「未来の語り部」6名
<p>【実施内容】</p> <p>錦秋彩る平泉寺境内・南谷発掘現場を子どもたちの「未来の語り部」と一緒に歩き、色めく平泉寺の絶景と古代ロマンを感じる「石がたり」発祥の地の石垣や石畳、種々の六千防院跡に足を止め、宗教都市に広がる美しい絶景に時を忘れ、色づき始めた木々の隙間から差し込む木漏れ日で輝く緑の美しい「コケ」の絨毯を観ながら、2本のポールを持って歩くノルディック・ウォークで普段とは違う地元住民との出会いと交流で、いいところ再発見を積み重ねて、ひとときを過ごし、「今と未来」を生き抜く力を育むことの一助にもなり、且つ、健康づくりのノルディック・ウォークが全身の身体機能を高める健康運動であること、健常者だけでなく足・腰などの弱者にも適していることと、その効果も理解いただくことができ、併せて子どもたちの豊かな成長に役立つ活動となったことが大きな成果です。</p>	
	
<p><成 果></p> <p>参加者に、平泉寺ではじめて、ふだんとは違う平泉寺小学校の「未来の語り部」の案内を体験、平泉寺の自然とふれ合いの中で、子どもたちがたくましくキラキラした瞳を取り戻す一助となったこと、併せて、ソーシャル・ノルディック・ウォークが“健康づくり”の啓発普及活動に寄与できることも感じて貰うことができた。</p>	

令和4年度 平泉寺小「未来の語り部」とノルディック・ウォーク散策実施状況

<二班案内状況：石畳（南谷発掘現場）>



<閉講式状況：南谷（水源地付近）>

