

## 事業計画書

事業名	Fitness Park NUMAZU
実施場所	沼津中央公園
実施予定期間	※イベントや研修会等の当日だけでなく、準備期間・実績の取りまとめ期間等も含めて記載して下さい。 令和5年7月1日 ～ 令和6年3月31日

## ◎事業概要

※事業の概要を100～200字で簡潔に記載して下さい（事業の紹介などで使用します）。

狩野川ハーフマラソンと同日に実施し対象をマラソン参加者だけでなく応援に駆け付ける家族や友人、ランナーを応援する通りすがりの方など、当日その場にいられた全ての方を対象にしたイベントとして開催する。人が集まり交流が出来る場所で健康を一番のテーマに、実際に【動く】、身体の事を【知り】、専門家が身体を【診る】事で健康な身体作りにつなげるイベントとして開催する。

## ◎目的

※何を目的として実施する事業であるか（事業を行うきっかけ（地域の問題点や課題、社会背景など）や、課題解決のためにどんなことが必要と考えるか）を記載して下さい。

地域の方に対して健康な身体作りに必要な機会を提供する。

実際には、①動く楽しさ ②現状の身体を知る ③専門家が身体を診る

この3つを行う内容を実施し、身体の健康のきっかけを作り、幼児から高齢者までが体験できる機会と場を作りイベントを通じた交流により心の健康も想像できる場所とする。

## ◎実施内容

日 程	実施項目・作業項目
	※イベントや研修会等の行事日程だけでなく、実施内容(打合せ・会議・資料作成・参加者募集・準備・検討会)、実施場所、参加対象、人員配置、役割分担など、事業期間すべてにわたる実施内容を記載して下さい。
7月	実施内容案の決定
8月	内容に対する、必要人員、必要物品確認
9月	ポスター案最終決定
10月	ボランティア人員募集 イベント案内告知スタート、参加者募集開始 打ち合わせ イベント必要物品確認、発注、イベント会場運営決定 イベント必要物品発注状況、イベント会場運営安全面確認 イベント安全面対応、運営流れ 打ち合わせ
10月～11月	ボランティア参加者説明 イベント当日運営、人の流れ、準備物、安全面対策最終確認 イベント前日準備
11月19日	イベント当日
11月20日	主要スタッフでの検討会
11月21日以降	検討会を元にイベント内容のまとめ資料作成、参加者、運営者フィードバック

## ◎事業効果

※事業の実施により、期待される効果を記載して下さい。

### ① 市民の健康への意識向上

体力測定などを通じて運動をしている同年代と自身との体力の比較を行う事で市民の身体を動かす事への意識の向上を図る。

### ② 様々な年代との交流の活性化

幼児、学童等の子供から高齢者までが体験参加できるイベントを通じて、同じ場所で身体を動かし応援する事や共通の話題の提供等、家族、市民同士が交流を図るきっかけを作る。

成果指標	<p>※事業効果を客観的に評価できるよう、具体的な数値等を用いて成果指標を設定して下さい。</p> <p>① 健康への意識 体験参加者へのアンケートを実施。 各項目に対しての、好意的意見 70%以上</p> <p>② 様々な年代交流 年代別参加率 ～10才 10% 11～19才 10% 20～30代 30% 40～50代 30% 60代～ 20%</p>	指標の 検証方法	<p>※左記指標の検証方法を記載して下さい。</p> <p>参加者、来場者へのアンケートを実施。 参加者の意識の変化や、年代別記入を設けて検証を実施する。</p>

## ◎評価の視点に合致していることの説明 ※評価の視点については、募集の手引きを必ず確認して下さい。

<p>公益性 ・ 必要性</p>	<p>※公益性：地域のまちづくりの推進に如何に寄与できるのか、不特定多数の市民の利益にどうつながるのか等について記載して下さい。</p> <p>※必要性：事業を実施する意義や、本ファンドによる助成が有益で質の高い事業展開につながる理由を記載して下さい。</p> <p>沼津の中心地にある公園に、マラソン参加者も含め多くの方が集い運動を通じた年代を超えた交流を図る事が出来る。 身体を動かす事は、人を元気にする力がありイベントを実施した方々がより前向きに運動を行い健康な方を一人でも多く増やして行く機会として必要であると考えている。</p>
<p>地域性</p>	<p>※地域の実状と課題をどう捉え、事業を行うことによってどのように課題を解決するのか、また、地域の特性や地域資源をどのように活かしたか、などについて記載して下さい。</p> <p>沼津駅に近い場所であり人が集まりやすい。 公園として運動を行う上で安全に場所を確保できる。</p>
<p>先導性</p>	<p>※事業の新規性や独自性など、新たにチャレンジする点、工夫した点などについて記載して下さい。</p> <p>全ての年代が参加出来る体験型イベントとなる。ただ、幼児から高齢者を対象にすることは体力等の面も含めて管理が難しくなる点があるが、各分野の専門家が関わる事で実現を可能とした。専門家の視点から、身体への気づきを作る機会とする事で、一過性のものとして終えるのではなく自身の為に必要と感じて頂く機会を作る。</p>

<p>発展性 ・ 継続性</p>	<p>※発展性：活動の広がりや波及効果がどのくらい見込め、地域の発展・活性化につながるのか記載して下さい。 ※継続性：本ファンドによる助成終了後も継続的・自立的な活動とするために、事業実施体制や活動資金の確保などどのように取り組んでいくのかについて記載して下さい。</p> <p>健康への継続性として、 ① イベント後の受け皿 ②気づきの質があげられる。</p> <p>① イベント後の受け皿は、 今回のイベント参加後に継続して運動を続けられる環境として、地域で行っている運動教室への参加や当団体が実施している運動イベントへの参加の促しを図り、継続して運動が出来る環境を提供する。幼児についても地元の専門学校等と協力を図り、幼児と母親の集まる機会作りなども進めている。</p> <p>② 気づきの質では、 今回イベントに対応するスタッフは日常、治療や運動指導を行っている専門家が対応する。その為、参加者に対してより問題に気づいた頂き、対策を伝え運動の継続を促していく。</p>
<p>実現性 ・ 妥当性</p>	<p>※実現性：事業目的と事業内容は合致しているか、実現のために事業内容、予算の積算、自己資金の準備、スケジュール等について工夫した点を記載して下さい。 ※妥当性：各種法令順守、関係者との調整状況、費用に対する事業効果の妥当性について記載して下さい。</p> <p>実施する内容については、今まで実施団体が運動に対して行ってきた要素を取り入れて内容を作成する為、実施は可能である。 又、今までの他イベント開催のノウハウを活かしスケジュールについても予測性を持ち作成する事が可能である。雨天等により、マラソン大会が中止になった際には、別イベント等により人が集まる場所で必然的に行える環境を利用して開催していく事をプランBとして検討する。</p> <p>▼プランB案について 【沼津総合体育館を利用し開催】 代替開催時期：2月～3月の土日に沼津総合体育館を利用して行う。</p> <p>令和4年度は3月に開催を実施し、202名程の参加者を集める事が出来た。 沼津総合体育館で行う事により、募集による参加者と当日沼津総合体育館を利用されている方を巻き込んだイベントにできる事がわかった。</p>
<p>活動に対する 熱意</p>	<p>※活動の動機、活動に対する意欲・熱意について記載して下さい。</p> <p>人にとって健康の為に身体を動かす大切さは知っているものの、実際に行動に移せる方は非常に少ない。実際、先進国では20%もあるフィットネス参加率が日本国内では3%とかなり低い数値となっている。運動を行っておくことで得られる効果は、実際に病気や怪我などをした際には実感するが、日頃は感じる事がないために、運動を行う事が出来ない方が多い。そんな運動を続けて頂く為の機会として運動を楽しく、必要と感じて頂ける機会として本イベントを継続して開催していきたい。</p>

### ◎次年度以降の活動予定

<p>※ソフト部門（ステップアップ型）新規または2回目の応募で、助成の継続（最大3年まで）を希望する場合は、今後の活動予定と事業継続のための戦略について記載して下さい（今回の応募が次年度以降の助成を約束するものではありません）。</p> <p>引き続き、かのがわハーフマラソン大会開催と合わせて実施を予定している。この日を、健康の為の一日として運動の必要性を感じて頂くイベントとして行っていきたい。</p> <p>体験型イベントでは各地域で行われているスポーツなどを取り入れ、様々な年代が参加出来る体験型イベントとして継続していく。</p> <p>例：沼津東高校ボート部の参加（ボート体験）→地域のスポーツ、学生と地域の方の交流等 ：近隣スポーツ → アスルクラロ、東レアローズの選手などに来ていただく事で地域に根差したスポーツと市民の交流を図る機会も検討している。</p>
---

## ◎実績の評価と改善点（継続事業のみ）

※継続事業については、過去の実績に対する自己評価と実績を踏まえた改善点等について記載して下さい。

### ▼代替案開催実績について

開催日：3月26日（日）

開催場所：沼津総合体育館

#### 【参加者数】

ダンスエクササイズ 18名/ノルディックウォーキング 10名/ハイハイレース 10名/  
かけっこ教室 24名/体力測定 31名/痛み相談 34名 計127名参加

#### 【同伴者】参加者と一緒に会場に足を運ばれた方

～10歳 6名(8%)/11～19歳 0名(0%)/20～30代 28名(37%)/  
40～50代 36名(48%)/60歳～ 5名(7%) 計75名

#### 【会場へお越しになった方】

合計202名

#### 【参加者比率】

～10歳(38%)/11～19歳(9%)/20～30代(10%)/40～50代(32%)/60歳～(10%)

#### 【アンケート】 ※有効アンケート実施数 71件

##### ・健康への取り組みについて

行っている方：42名(59%) / 行っていない方：29名(41%)

##### ・今回のイベントが健康への気づきや身体を動かせるきっかけとなった

機会になった方：70名(98%) / いいえと答えた方：1名(2%)

### ▼評価

- ・年代の比率から見ても、様々な年代の方にお越しいただく事が出来た。  
子供も参加可能なレッスン、ハイハイレース、体力測定、かけっこ教室を行った事で一緒に保護者の方が来られて、参加していただく狙いの動きは見られた。
- ・参加者への身体の状態を気づいていただき、身体を動かしたいと思うきっかけづくりを行う事が出来た。
- ・保護者の方などは、運動をしていない方も多く、この様な方たちが今回参加したイベントから継続して運動をして頂けるのか、今後、団体が行う運動イベント等への参加状況なども見ていく必要がある。

### ▼改善点

- ・令和4年度の事業では、当日の雨天により計画通りに開催する事が出来なかった際の、代替案開催場所や時期等で当初から計画が確定していなかった点が課題となる。次年度については、総合体育館を利用したイベントと付随して実施する事を決めて進めていく必要がある。日程は、2月～3月の土日に開催を行う。

・代替開催の際については期間も短く、スポンサーについていただく事は困難。代替開催時には、スポンサーについてはなしの方向で進めていく。

・イベント参加者の意識変化についての測定。

今回、アンケート上では参加前と参加後での健康に対する意識変化について9割の方が認識が高まったとの意見を頂けた。この数字が実際の行動につながっているかについて追う事が出来る様に参加者へのイベント後のアンケート実施なども行っていきたい。(公式LINEなどを利用)。今回の参加者からは子供から大人までイベント参加後も、当団体に関わる運動教室などに継続して参加して頂いている方が3割程度確認できている。