



歩こうNIIGATA大作戦とは

「歩こうNIIGATA大作戦」とは、県民の歩数増加を目指し、多くの人に「歩くこと」の大切さや楽しさを伝え、日常生活の中で「歩くこと」を実践してもらえるよう、様々な関係者と一緒に取り組んでいるものです。「歩こうNIIGATA大作戦通信」では、「歩くこと」に関する情報発信を定期的に行っています！

「歩こうNIIGATA 大作戦サポーター」の取組紹介

「歩こうNIIGATA大作戦」をより多くの県民に広めることに御協力いただける企業・法人・団体をサポーターとして登録しています。サポーターの皆さんの「歩くこと」に関する取組を御紹介していきます！

「ノルディック・ウォークを一緒にやりませんか？」

新潟県ノルディックウォーキング連盟 専務理事 稲毛秀一郎



新潟県ノルディック・ウォーク連盟は、「全日本ノルディック・ウォーク連盟」の新潟支部として【健康増進(健康寿命延伸)・生活習慣病予防・歩育活動・良質なダイエット・リハビリテーションへの活用 等】を目的として、新潟ユニゾンプラザ1階 福祉機器展示室(いきいき生活応援館)内に設立されました。

新潟県連盟では、新潟県全域のウォーキングイベント企画はもちろん、指導員育成や団体活動運営支援等も行っております。

団体活動支援といたしまして、新潟市内(新潟県スポーツ公園や、やすらぎ提 等)を活動拠点とした「ノルディック・ウォーククラブにいがた」などを支援しており、春・秋と毎月数回活動しております。初心者向けコースと少しレベルを上げた技術向上コースの2つのコースを実施しておりますので、初めての方でも気軽に参加できます。さらに来年は「歩こうNIIGATA大作戦ウォーキングイベントスタンプラリー対象イベント」となるべく準備をしております。今後は県内全域の多くの団体を支援していきたいと考えております。

また最近では、「ポールレンタル」「講師派遣」「企業 福利厚生レクリエーション」「行政イベント参画」「地域コミュニティ協議会・老人クラブイベント運営」「医療・福祉施設イベント運営」が大変ご好評いただいております。ご予算、お時間、実施内容なんでもお気軽にご相談ください。

※事務局がごさいます、新潟ユニゾンプラザ1F福祉機器展示室では、ノルディック・ウォーク用品コーナー、相談カウンターがごさいますので、お気軽にご相談いただけます。

＜問い合わせ先＞ 新潟県ノルディック・ウォーク連盟 事務局
TEL025-378-5386
<http://www.c-sqr.net/c/cs71795/>



歩こうNIIGATA大作戦ホームページをご覧ください

「歩こうNIIGATA大作戦」ホームページでは、「歩くこと」に関する様々な情報提供を行っております。



運動習慣
普及マーク
「トビイ」



歩こうNIIGATA大作戦ホームページ
www.aruko-daisakusen.com

歩こう NIIGATA

検索

❗「歩こうNIIGATA大作戦本部メンバー」の取組紹介



「歩こうNIIGATA 大作戦」は、県ウォーキング協会をはじめとする関係団体と行政が連携し、県民や企業・団体に参加してもらい、「歩くこと」を県全体へ広めるために取り組んでいます。今回は大作戦本部メンバーである「協会けんぽ(全国健康保険協会)新潟支部」の取組を御紹介します！

“健康づくり”に関心を！

協会けんぽ(全国健康保険協会)新潟支部は中小企業・小規模事業所を中心に県内34,000事業所の従業員やそのご家族約80万人の方(県民の約3分の1)が加入されている医療保険者です。

当支部では、ウォーキングイベントの参加者の方々に「健康」について楽しく実体験していただくとともに、健康相談等を通じて、健康づくりに関心を持っていただくことを目的にイベントにブースを出展しています。

今年度は、新潟県社会保険協会主催の『佐渡を歩こう元気ハツラツ健康ウォーク』、長岡市健康課主催の『多世代健康づくりウォーキングイベント』に出展しました。ゴール地点において実施した血圧測定や血管年齢測定では、たくさんの方々に測定していただきました。また、保健師による健康相談も盛況で、数多くの方々に“健康づくり”に関心を持っていただいたと感じております。

今後もこうした活動を通して、加入者の皆様方や県民の皆様方の生活習慣病予防の一助になればと思っております。



協会けんぽ(全国健康保険協会)新潟支部

❗新潟県健康ウォーキングロードの紹介

県では、運動習慣を取り入れた日常生活を送るための環境づくりの一環として、一定の基準(安全性、案内性、快適性)を満たすロードを「新潟県健康ウォーキングロード」として登録しています。今回は阿賀野市のコースを紹介します。

【瓢湖花めぐりコース】

毎年、10月中旬から3月下旬まで白鳥が滞在します。11月下旬のピーク時には5000羽を超える白鳥が飛来します。この期間は瓢湖西湖畔コースのみ利用可能となります。

- コース:①瓢湖・東新池コース
②瓢湖1周コース
③瓢湖西湖畔コース(※冬季は③のみ)
- スタート・ゴール:瓢湖管理事務所前「羽塚」(阿賀野市水原313-1)
- 駐車場:瓢湖市営駐車場・瓢湖第2駐車場 360台
- 全長:片道12.3km
- 所要時間:①20分 ②15分 ③7分

平成28年11月現在126コース登録しています。全市町村に登録コースがあります。詳しくは、「歩こうNIIGATA 大作戦」のホームページを御覧ください。



歩こうNIIGATA大作戦本部

本部事務局:新潟県ウォーキング協会 TEL:025-521-2627 新潟県福祉保健部健康対策課 TEL:025-280-5198

新潟アルビレックスランニングクラブ、日本健康運動指導士会新潟県支部、新潟医療福祉大学、全国健康保険協会新潟支部、新潟県医師会、新潟お笑い集団NAMARA、新潟市