

資料編

(事例集)

1. 調査事例一覧

以下に、平成29年度、30年度に、都市公園で高齢者の健康づくりを実施している地方公共団体へのヒアリング調査を実施した事例の一覧を表-1に示す。

表-1 調査事例一覧

区分	No.	特徴	公園名	公園種別	開園面積 (ha)	所在地	事例集での掲載頁
施設の整備 (ハード面)	1	医療施設との機能一体化による健康・福祉対策	健康の森公園	総合	10.5	山形県山形市	事例-8~9
	2	健康長寿社会の実現を目指し、パークゴルフ場等を設置した公園を整備	スカイパークこまつ翼	運動	17.7	石川県小松市	事例-10~11
	3	総合的な健康づくりを目的とした施設整備	聚楽園公園	緩衝緑地	18.9	愛知県東海市	事例-12~13
	4	周辺の関連施設と一体となった健康・運動をテーマとした都市公園の整備	あいち健康の森公園	広域	51.5	愛知県大府市ほか	事例-14~17
	5	医療機関の協力・監修により、健康遊具やウォーキングコースのある公園を整備	健都レールサイド公園	その他	2.5	大阪府吹田市	事例-18~20
	6	総合的な健康づくりを目指した施設整備と社会福祉施設の一体的な管理	しあわせの村	広域	127.1	兵庫県神戸市	事例-21~22
	7	鉄道高架下の公園の再整備による健康遊具の設置	札幌北6条エルムの里公園	特殊	0.3	北海道札幌市	事例-23~24
	8	住民のワークショップにより健康遊具のある公園に再整備	西野中央藤花公園	街区	0.1	北海道札幌市	事例-25~27
	9	ゴムチップウレタン舗装で歩きやすいジョギングコースに改修	洞峰公園	総合	20	茨城県つくば市	事例-28~29
	10	既存公園への計画的な健康遊具の整備と普及啓発の実施	西鶴間2号公園	街区	0.26	神奈川県大和市	事例-30~33
	11	福祉のまちづくり事業の一環で施設を再整備	千種公園	地区	5.94	愛知県名古屋市	事例-34~35
健康づくりの取組み (ソフト面)	12	市内の公園等にて高齢者対象の「運動教室」の開催、支援員の育成	山丸公園ほか	街区	0.28	埼玉県さいたま市	事例-36~38
	13	健康器具メーカーの協力による設置した健康器具の「利用説明会」の開催	二郷半用水緑道ほか	緑道	2.5	埼玉県三郷市	事例-39~40
	14	公園内でラジオ体操、太極拳、気功、3Q体操等の開催	小室公園ほか	近隣	2.7	千葉県船橋市	事例-41~43
	15	健康器具や一般の遊具を使用した健康運動「パークで筋トレ」の開催	花畑公園ほか	近隣	2.3	東京都足立区	事例-44~46
	16	ホースセラピーによる心身の健康づくりイベントの開催	碑文谷公園	地区	4.4	東京都目黒区	事例-47~49
	17	4つの基本運動を行う「うんどう教室」を公園等で開催	鈴ヶ森公園ほか	街区	0.3	東京都品川区	事例-50~52
	18	公園を使ったワークアウト（筋トレ）の利用	日比谷公園ほか	総合	16.16	東京都千代田区	事例-53~54
	19	市内の身近な公園を活用した「公園 de 健康づくり」の開催	洲崎公園ほか	街区	0.19	神奈川県横浜市	事例-55~58
	20	「健康づくりサポーター公園体操」の開催	明田公園ほか	街区	0.2	京都府京都市	事例-59~61
	21	公園を場とした多様な主体の健康づくりプログラムの開催	山田池公園	広域	73.7	大阪府枚方市	事例-62~64
	22	都市公園を活用した健康づくりを専門とする外部団体による健康づくりイベントの開催	淀川河川公園ほか	国営	240.6	大阪府大阪市、守口市ほか	事例-65~68
	23	公園もコース内に含まれる「あしやウォーキングマップ」の作成・配布	芦屋市総合公園ほか	総合	10.0	兵庫県芦屋市	事例-69~71
	24	市指定の健康遊具が設置された公園における「公園で健康づくり」の開催	勝山公園ほか	総合	20.1	福岡県北九州市	事例-72~74
	25	医療機関による健康づくりイベントの開催	熊本県民総合運動公園	運動	99.6	熊本県熊本市	事例-75~77
	26	老人会による公園清掃や健康体操の開催	子母口旭田公園ほか	街区	0.16	神奈川県川崎市	事例-78~79
	27	認知症患者による公園での清掃活動等の受入れ・支援	吉ガ沢公園	街区	0.14	神奈川県鎌倉市	事例-80~82
	28	公園が事務局となり住民主体の地域運動実施コミュニティの支援（平成元年度までで終了）	開成水辺スポーツ公園	その他	5.7	神奈川県足柄上郡開成町	事例-83~85
	29	高齢者の外出機会や生きがいの創出を目的とした「コミュニティガーデン」の活動支援	白銀町公園ほか	街区	0.27	富山県富山市	事例-86~88
	30	公園を会場とした健康づくりボランティアによる「公園ステキの会」の活動支援	南部丘陵公園ほか	総合	48.1	三重県四日市市	事例-89~91
	31	高齢者や障がい者の公園利用を支援するボランティア活動	大泉緑地	広域	101.5	大阪府堺市	事例-92~95

2. サブインデックスによる整理

事例集を参照、検索しやすくするために表-2のようにサブインデックスを設定し、事例集における31の掲載事例を施設の整備（ハード面）及び健康づくりの取組み（ソフト面）毎にサブインデックスにより、表-3、4のように整理した。

表-2 サブインデックスの設定

	サブ インデックス	整理の基準	整理区分
共通項目	①公園種別	都市公園の種別で区分する。	1 街区公園 2 近隣公園 3 地区公園 4 総合公園 5 運動公園 6 広域公園 7 国営公園 8 特殊公園 9 緩衝緑地 10 その他
	②実施場所	手法が実施された公園内の場所について、屋外、屋内の施設、その両方で区分する。	1 おもに屋外 2 おもに屋内 3 屋外と屋内の両方
	③新設、再整備、改修等 ^{注)}	新 設：新たな公園として整備するもの。 再整備：既存公園の全体の施設内容やレイアウト等を変更するもの。 改 修：一部の施設の追加・取替や部材の改善等を実施するもの。	1 新設の公園 2 既存公園に施設を再整備 3 既存公園の施設を改修 4 既存施設をそのまま活用
	④実施主体、連携先	設置された施設の計画・施工、プログラムの企画・実施等、該当する手法の実施主体となった組織等で区分する。 併せて、手法の実施に当たり連携した組織等があった場合も区分する。	1 地方公共団体（公園） 2 地方公共団体（公園以外） 3 指定管理者 4 民間団体・事業者 5 市民
期待される役割	⑤身体の健康づくり	高齢者の身体的な運動能力を維持・向上できる場や機会の提供がある場合。	1 運動機能の維持 2 運動機能の向上
	⑥こころの健康づくり	高齢者が休息の達成や生きがいを充足できる場や機会の提供がある場合。	1 休養の達成 2 生きがいの充足
	⑦社会的な健康づくり	高齢者が地域や社会とのつながりを持つ場や機会の提供がある場合。	1 社会との関係の構築 2 引きこもりの防止

注) 本技術資料では、新設、再整備、改修を上記のように定義した。

表-3 事例集における掲載事例のサブインデックスによる整理（施設の整備（ハード面））

区分	No.	特徴	①公園種別										②実施場所				③新設、再整備、改修				④実施主体、連携先					⑤身体の健康		⑥心の健康		⑦社会的な健康	
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	1	2	1	2			
			街区公園	近隣公園	地区公園	総合公園	運動公園	広城公園	国営公園	特殊公園	緩衝緑地	その他	主に屋外	主に屋内	両方	新設の公園	施設を再整備	施設を改修	既存施設をそのまま活用	地方公共団体（公園以外）	地方公共団体	指定管理者	事業者団体・市民	運動機能の維持	運動機能の向上	休養の達成	生きがいの充足	関係の構築	防犯・安全		
	1	医療施設との機能一体化による健康・福祉対策	健康の森公園		○											○				◎	●		○								
	2	健康長寿社会の実現を目指し、パークゴルフ場等を設置した公園を整備	スカイパークこまつ翼		○							○				○				●	◎		○								
	3	総合的な健康づくりを目的とした施設整備	聚楽園公園								○					○				◎	●		○								
	4	周辺の関連施設と一体となった健康・運動をテーマとした都市公園の整備	あいち健康の森公園			○										○				◎	●		○								
	5	医療機関の協力・監修により、健康遊具やウォーキングコースのある公園を整備	健都レールサイド公園									○				○				◎	●		○								
	6	総合的な健康づくりを目的とした施設整備と社会福祉施設の一体的な管理	しあわせの村													○				◎	●		○								
	7	鉄道高架下の公園の再整備による健康遊具の設置	札幌北6条エルムの里公園							○						○				◎	●		○								
	8	住民のワークショップにより健康遊具のある公園に再整備	西野中央藤花公園													○				◎	●		○								
	9	ゴムチップウレタン舗装で歩きやすいジョギングコースに改修	洞峰公園													○				◎	●		○								
	10	既存公園への計画的な健康遊具の整備と普及啓発の実施	西鶴間2号公園													○				◎	●		○								
	11	福祉のまちづくり事業の一環で施設を再整備	千種公園													○				◎	●		○								
	15	ストリートチルドレン等が可能な既存施設（鉄棒等）	花畑公園													○				◎	●		○								
	15	全面的な再整備により公園内にウォーキングコースを設置	花畑公園													○				◎	●		○								

注1) ④実施主体、連携先の◎は実施主体、●は連携先

注2) No.15の行は、健康づくりの取組み（ソフト面）で収集した事例であるが、施設の整備（ハード面）の面でも特徴が見られたため掲載した。

3. 事例集の見方

都市公園で高齢者の健康づくりを実施している地方公共団体へのヒアリング調査結果をもとに、以下の事項についてとりまとめた。

◆概要

高齢者の健康づくりを実施している該当公園の概要について、以下の項目を記載した。

項目	記載内容
公園名	施設の整備（ハード面）または健康づくりの取組み（ソフト面）が行われている公園の名称。なお、健康づくりの取組み（ソフト面）において、同様の取組が他の公園でも行われている場合は、特定の公園名の後に（ほか）と記載した。
公園種別	住区基幹公園（街区公園、近隣公園、地区公園）、都市基幹公園（総合公園、運動公園）、広域公園、国営公園、緩衝緑地等の種別
面積	計画面積及び調査時点での開園面積 例：52.1ha (40.5ha)（）内は開園面積
開園年月	最新の開園年月
所在地	該当する公園の所在地
公園管理者	自治体等の公園管理者。（）内は主な担当課
指定管理者	指定管理者がいる場合の指定管理者名
図面等	都市内での配置図、公園平面図、施設写真、健康づくりの取組み（ソフト面）ではイベント等の写真等
都市内での配置	該当公園の都市内での地理的位置や交通機関からのアクセス、周辺の土地利用や主要施設の状況など
公園の特徴	該当公園の健康福祉上の特徴

◆ハード面

項目	記載内容
背景と目的	主に、施設の整備（ハード面）の事例において、当該施設の整備にいたった背景及び目的
実施プロセス	当該施設の整備にいたるまでのプロセス
内容	当該施設の整備概要、事業費等

◆ソフト面

項目	記載内容
背景と目的	主に、健康づくりの取組み（ソフト面）の事例において、その実施にいたった背景及び目的
内容	当該取組みの実施概要
支援体制	当該取組みの実施にあたっての関連部局や関連団体等との連携や役割分担、支援体制

◆事業効果

施設の整備（ハード面）または健康づくりの取組み（ソフト面）の実施によって、利用者増や利用活性化などの事業効果の回答があった事例について記載した。

◆その他の取組状況

事例の対象とした施設の整備（ハード面）または健康づくりの取組み（ソフト面）以外に、特に補足しておくべき取組がある場合に記載した。

◆公園整備管理上の配慮事項

公園の整備及び管理上の配慮事項として、他部局、隣接している施設との連携、地域住民への配慮、バリアフリー化、高齢者の利用促進、健康づくりへの対応、人的なサポート等で補足しておくべき事項

がある場合に記載した。

◆課題

事例の対象とした施設の整備（ハード面）または健康づくりの取組み（ソフト面）の課題又公園全体の課題について回答があった場合について記載した。

◆備考

出典や用語の説明等補足的に説明が必要な場合、または、今後の展開等について回答があった場合に記載した。

◆（調査時点）

基本的に、平成 29 年 11 月又は平成 30 年 11 月に調査を行った内容であるが、公園管理者から新しい情報が得られた事例については、一部時点修正を行っているものもある。

4. 事例集

次ページ以降に表-1 で記した 31 事例について掲載する。

1. 医療施設との機能一体化による健康・福祉対策

公園名	健康の森公園	公園種別	総合公園	面積	10.5ha(10.5ha)	開園年月	平成 12 年 11 月
所在地	山形県山形市大字青柳			公園管理者	山形県（県土整備部都市計画課）		
				指定管理者	健康の森公園管理共同企業体		



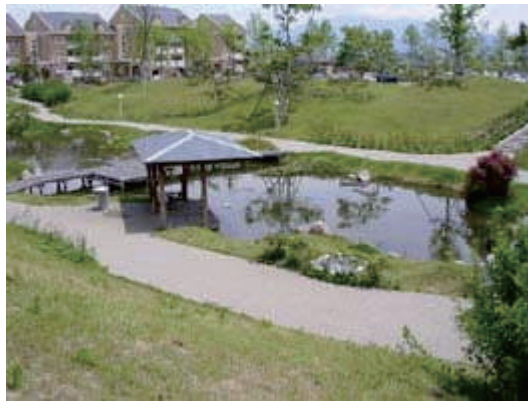
健康の森公園 平面図（山形県提供平面図より作成）



健康の森公園全景



公園に隣接する県立保健医療大学



公園内の釣月池

（出典：山形県 HP https://www.pref.yamagata.jp/180019/kurashi/kendo/toshikoen/park02/park021_04.html（令和 3 年 3 月 16 日閲覧））

都市内での配置	JR 南出羽駅に隣接し、県立中央病院と県立保健医療大学に隣接して位置し、公園中央を村山高瀬川が流れる田園地帯内にある都市公園。
---------	---

公園の特徴		県立中央病院及び県立保健医療大学と景観的、機能的に一体となり、長寿社会への対応、心身の健康とリフレッシュへの対応を考慮した、健康で快適な緑地空間として計画された。
ハード面	背景と目的	(背景) 県立中央病院の新築移転（平成13年5月開院）に係る「県立中央病院改築整備構想」の一部（病院、医療大、公園、道路拡幅のうちの一つ）として、公園部分について都市公園として整備したもの。 (目的) 周辺施設を含めたエリアを「健康の杜ゾーン」と位置づけ、その中核となる公園として整備した。
	実施プロセス	景観に関わる大学の先生を専門家としてアドバイザーに迎え、助言を受けて周辺施設と連携した公園整備を行った。
	内容	「誰もがゆったりとくつろぎ、遊び、眺めることのできる水と緑の空間」の創造をコンセプトとして、各施設を機能的に結びつけると同時に、全体を園路で結ぶことにより、回遊性のある公園として、敷地全体の景観を楽しめるものとしている。 ・周辺建築物を景観資源とした良好な眺望の確保 ・バリアフリーの園路整備 →園路整備は高齢者に特定せず、身障者対応バリアフリーの考え方で園内を3段階のランクに分けて設計。 ランク1:盲人ブロックあり+段差なし ランク2:盲人ブロックなし+段差なし ランク3:盲人ブロックなし+段差あり ・病院利用者の観点に立った公園整備（休息スペースの確保、外来患者等の公園利用を考慮したスペースの確保） ・健康遊具の設置。
ソフト面	背景と目的	—
	内容	・県立中央病院の管理ケア病棟（がん患者の症状を緩和し、患者やご家族の生活の質を高めるための病棟）の気分転換プログラムの一つとして、病院スタッフや家族とともに公園内を散歩するというものがある。 ・病院入院患者のリハビリのための利用がある。
	支援体制	・健康、福祉関連部局との連携はない。
事業効果		—
その他の取組状況		・地元住民参加による、花壇等の花植えやグランドゴルフ大会の開催がある。
配慮事項		—
課題		—
備考		—

(平成29年11月調査時点)

2. 健康長寿社会の実現を目指し、パークゴルフ場等を設置した公園を整備

公園名	スカイパークこまつ翼	公園種別	運動公園	面積	17.7ha (17.7ha)	開園年月	平成 24 年 6 月
所在地	石川県小松市日末町や 1 番地 1		公園管理者	小松市 (にぎわい交流部スポーツ育成課)			
			指定管理者	岸・北森・鉄工団地組合共同体			



スカイパークこまつ翼 平面図 (https://kgs-skypark.com/map.html (令和 3 年 1 月 14 日閲覧) 平面図より作成)



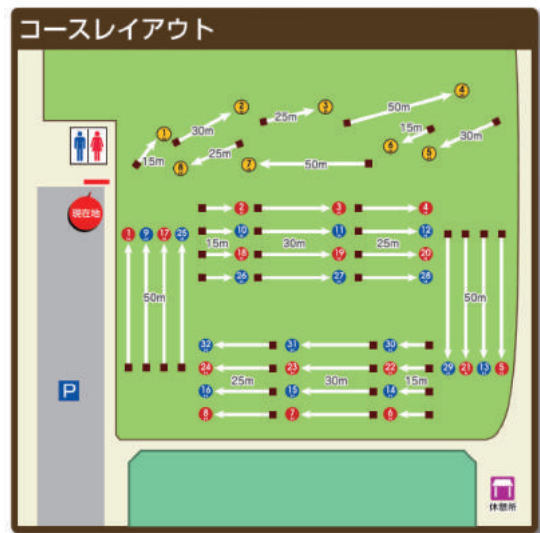
パークゴルフ場



グラウンドゴルフ場



パークゴルフ場 コースレイアウト



グラウンドゴルフ場 コースレイアウト

(スカイパークこまつ翼 HP <http://kgs-skypark.com/> (令和 3 年 1 月 14 日閲覧) より引用)

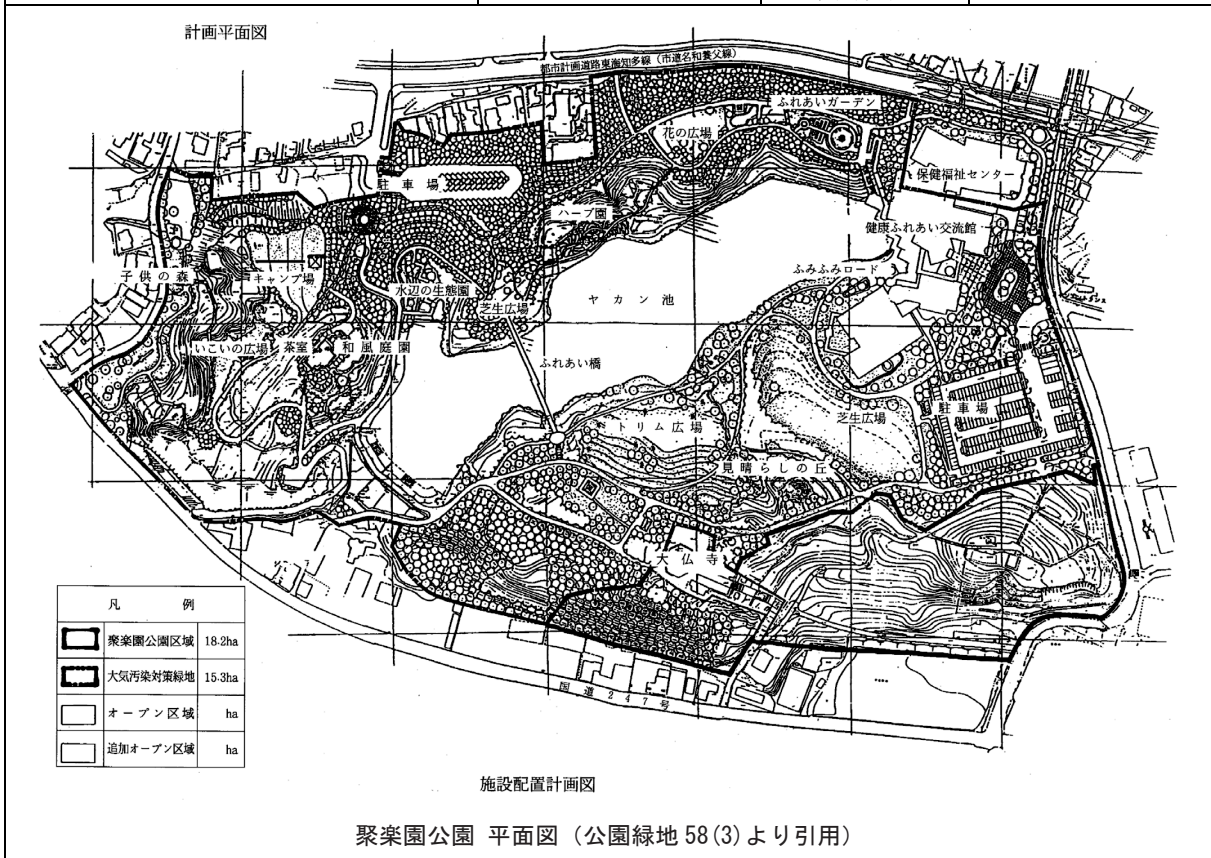
都市内での配置	・県道 20 号小松加賀線のそばに位置し、小松空港、北陸自動車道安宅スマート IC にも近く、市内外からのアクセスが良い。
公園の特徴	・多目的広場はパークゴルフ・グラウンドゴルフを楽しめるエリアと、ソフトボール・サッカー・ラグビーがプレーできるエリアがあり、子供から高齢者までたくさんの方がスポーツを楽しみ、健康を推進し、生きがいを感じ、絆を深めることができる施設である。

ハード面	背景と目的	○背景及び目的 健康長寿社会の実現などの推進を図るため、高齢者のプレー人口増加対応、各協会からの要望など、地域のニーズを踏まえた新たな利活用として、パークゴルフ・グラウンドゴルフ場を整備。																		
	実施プロセス	平成 17～24 年度 防衛省が小松飛行場周辺財産（移転補償跡地）の有効活用のため 防衛施設周辺の生活環境の整備等に関する法律に基づき整備 平成 24 年 6 月 全面開園 平成 27 年 3 月 都市公園として開設																		
	内容	○施設 パークゴルフ場：4 コース・36 ホール、 グラウンドゴルフ場：5 コース・40 ホール（常設 4 コース・32 ホール）、 ソフトボール場：4 面、サッカー・ラグビー場：2 面、調整池及び附帯施設																		
	その他	○役割分担 ・防衛省：公園整備、国有財産法に基づく使用許可 ・指定管理者：管理運営・施設利用受付等 ・スポーツ育成課：公園所管課																		
ソフト面	背景と目的	—																		
	内容	○営業時間 3 月～10 月 平日 8:30～18:30、土日祝 8:00～18:30 11 月～ 2 月 平日・土日祝 8:00～17:00 ○パークゴルフ・グラウンドゴルフ利用 ・パークゴルフのルール、マナーは、NPO 国際パークゴルフ協会が定めた、「パークゴルフ規則」を適用。 ・利用前に管理棟で受付。年会員は会員証を提示。 ・道具一式の貸出は無料。 ・専用は、小松市グラウンドゴルフ協会、小松市パークゴルフ協会が主催または、主管する大会で市が認めた場合のみ可能。 <table border="1" data-bbox="539 1025 1259 1301"> <thead> <tr> <th colspan="2">区分</th> <th>使用料（市内在住者）</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">個人（1 日）</td> <td>一般</td> <td>1,000 円（500 円）</td> </tr> <tr> <td>高校生以下</td> <td>600 円（300 円）</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">専用（1 時間）</td> <td>一般</td> <td>6,200 円（3,100 円）</td> </tr> <tr> <td>高校生以下</td> <td>4,200 円（2,100 円）</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">1 年定期（個人）</td> <td>一般</td> <td>10,200 円（5,100 円）</td> </tr> <tr> <td>高校生以下</td> <td>6,200 円（3,100 円）</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">※障害者手帳の掲示で使用料の 3 分の 2 免除</p> ○利用状況 ・平成 29 年度公園利用者数：49,960 人 ○利用促進 ・公園パンフレット、HP 開設、ブログ発信 ・指定管理者による年 2 回のグラウンドゴルフ大会を実施。 ・認知度向上のため、スポーツ大会の誘致。	区分		使用料（市内在住者）	個人（1 日）	一般	1,000 円（500 円）	高校生以下	600 円（300 円）	専用（1 時間）	一般	6,200 円（3,100 円）	高校生以下	4,200 円（2,100 円）	1 年定期（個人）	一般	10,200 円（5,100 円）	高校生以下	6,200 円（3,100 円）
	区分		使用料（市内在住者）																	
個人（1 日）	一般	1,000 円（500 円）																		
	高校生以下	600 円（300 円）																		
専用（1 時間）	一般	6,200 円（3,100 円）																		
	高校生以下	4,200 円（2,100 円）																		
1 年定期（個人）	一般	10,200 円（5,100 円）																		
	高校生以下	6,200 円（3,100 円）																		
支援体制	—																			
事業効果	・地域のスポーツ施設として活動している。																			
公園整備管理上の配慮事項	○バリアフリー ・身障者用駐車場 8 台、トイレ、水飲み施設。 ○高齢者の利用促進 ・各所に休憩施設を設置している。 ○地域住民に対する配慮 ・小松市内に住所を有する人が使用する場合、施設使用料は半額。 ・住民が参加できる大会等に公園を使用。 ○その他 ・心身障害者及び、精神障害者が所有する障害者手帳等を掲示して利用するときは、使用料の 3 分の 2 を減免。																			
課題	—																			
備考	—																			

（平成 30 年 11 月調査時点）

3. 総合的な健康づくりを目的とした施設整備

公園名	聚楽園公園	公園種別	緩衝緑地	面積	19.3ha(18.9ha)	開園年月	昭和 59 年 4 月
所在地	東海市荒尾町西廻間 2-1		公園管理者	東海市 (花と緑の推進課)			
指定管理者 (櫻鳴庵、健康ふれあい交流館、保健福祉センター (公園区域外))	アイコーサービス (株)		指定管理者 (左記以外の公園部分)	東海市施設管理協会			



トレーニング室



健康遊具



ふれあいガーデン



ウォーキングコース (高齢者利用)

都市内での配置		公園敷地は市街化調整区域内にあるが、周囲は土地区画整理事業等により開発された住居地域であり、近隣住民のみでなく、駐車場利用、鉄道駅利用等により、市内全域の市民が利用する地区公園相当の公園として親しまれている。
公園の特徴		池を中心に森や地形を生かした自然あふれる聚楽園公園と、健康ふれあい交流館（温水プール、温浴ゾーン、トレーニング室、レストラン等）と、保健福祉センター（健康診断・健康指導室、デイサービスセンター、福祉団体活動室等）が一体となり、「東海市しあわせ村」として、福祉サービス、健康増進、生きがいつくりの拠点として親しまれている。
ハード面	背景と目的	聚楽園公園は市の西側臨海部の工業地帯から、内陸部の住宅地域への大気汚染の軽減並びに地域住民の健康的な生活環境を確保するために設けられた緩衝緑地であり、あわせて、市民の健康と福祉の拠点として位置づけて、保健福祉センター並びに健康ふれあい交流館を整備した。
	実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> ・昭和 45 年に都市計画決定。 ・昭和 46 年から公害防止事業団（現環境再生保全機構）に、協働福利施設建設事業として委託した。 ・昭和 59 年 4 月に一部開園。 ・平成元年から環境事業団（現環境再生保全機構）に、大気汚染対策事業緑地建設事業を委託し実施してきた。 ・整備を進めるために検討委員会を設置し、検討結果として公園整備と一体的に核的公園施設として、健康、福祉、生涯学習、ふれあい交流をテーマとした「健康ふれあい交流館」を設置することとなった。 ・別事業で、隣接地に保健福祉センターを設置することで、より充実した健康・福祉拠点を形成することとなった。
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・聚楽園公園内には、障害者や高齢者が園芸作業を行うことができるふれあいガーデンや、健康遊具、足つぼふみふみロード、健康の道（散策コース）等がある。公園区域内の健康ふれあい交流館は、高齢者も利用できる健康増進施設で、温水プール、温浴ゾーン、トレーニング室等がある。 ・公園整備には国庫補助金を活用
ソフト面	背景と目的	施設内では、健康増進プログラムを開発し、健康指導を実施している。
	内容	公園の自然観察イベントや、健康増進のための各種イベントを開催している。
	支援体制	保健師による健康増進プログラム（食事、運動等）の指導等を実施している。
事業効果		－
公園整備管理上の配慮事項		<ul style="list-style-type: none"> ○施設連携 <ul style="list-style-type: none"> ・公園管理と施設管理を一体的に管理できる指定管理者を選定している。 ○地域への配慮 <ul style="list-style-type: none"> ・市主催の公園イベントや健康増進イベント等を開催し、市広報等で周知を図っている。 ○バリアフリー化 <ul style="list-style-type: none"> ・自然の地形を生かしているため、高低差があり、バリアフリー化対応が困難な部分が多いが、公園内園路、トイレ、休憩施設等及び施設内について、できるかぎりバリアフリー化に対応するように配慮している。 ○高齢者の利用促進 <ul style="list-style-type: none"> ・公園内を周遊する健康の道ウォーキングコースを設置し、高齢者を含め、多くの市民に親しまれている。
課題		－
備考		－

（令和 3 年 2 月現在）

4. 周辺の関連施設と一体となった健康・運動をテーマとした都市公園の整備

公園名	あいち健康の森公園	公園種別	広域公園	面積	51.5ha (51.5ha)	開園 年月	平成6年4月(一部) 平成27年4月(全面)
所在地	愛知県大府市森岡町九丁目300		公園管理者	愛知県(都市・交通局都市基盤部公園緑地課)			
指定管理者(あいち健康プラザ及び薬草園を除く)	(公財)愛知県都市整備協会						



(あいち健康の森公園 HP : <https://www.aichi-koen.com/kenmori/kenmori-annai/park-map/>
(令和3年1月14日閲覧) より引用)
あいち健康の森公園 平面図



健康ロード



あいち健康プラザ



イベント「生き生き長寿フェア」の様子



プログラム「いきいき体操」の様子

(下 : (公財)愛知県都市整備協会提供)

都市内での配置	<p>○周辺施設</p> <ul style="list-style-type: none"> ・長寿医療センター、小児保健医療総合センター、老人ホームなど「医療」や「福祉」の施設が集積している。 <p>○アクセス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・JR大府駅からバスで15分程度 ・大府東海IC（知多半島道路）から車で10分程度 ・名古屋南IC（伊勢湾岸道路）から車で20分程度
公園の特徴	<p>スポーツ施設や子ども向けの大型遊具、ランニング・ウォーキングコースを整備し、健康づくりをしながら、高齢者から子どもまで、全ての年齢層が楽しめる多目的で広大な都市公園である。また、同公園内に、県民の健康づくりを支援する中心施設として、あいち健康プラザも整備されている。</p>
ハード面	<p>○背景</p> <p>昭和60年に、国立医療所中部病院が「老人（医療）総合センター構想」を発表、また愛知県医師会が「健康の森建設構想」を愛知県に提言した。この流れを受け、愛知県では昭和62年に「あいち健康の森構想」を策定した。</p> <p>その後「あいち健康の森基本計画」を策定し、この中で大府市と東浦町にまたがる約100haの地域に健康・運動・研究・生きがい・福祉の5つのゾーンに分け、施設配置の方向性が示された。</p> <p>「あいち健康の森公園」は、そのうち健康ゾーン及び運動ゾーン約51.5haを都市公園として整備したものである。なお、公園計画地には大府運動公園が整備されていた。</p> <p>運動ゾーン・健康ゾーンのテーマ及び活動イメージを設定し、公園の整備内容や施設配置を決めている。</p> <p>平成10年度に愛知県で開催された「ねんりんピック」（厚生労働省）に合わせて整備された側面もある。</p> <p>○目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・人生80年時代を心身ともに健やかに充実して生きることが出来る長寿社会づくりのため、保健・医療・福祉・生きがいなどの総合施設「あいち健康の森」の5つのゾーンのうち健康ゾーンおよび運動ゾーンを都市公園として整備した。
	<p>○実施プロセス</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成2年度：基本計画 ・平成3年度：都市計画決定告示、基本設計 ・平成4年度：都市計画事業認可告示、実施設計 ・平成5年度：施設整備工事に着手 ・平成6年度～：順次開園区域を拡大 ・平成27年度：薬草園をオープンし全面開園
	<p>○整備の際の連携</p> <p>「基本計画策定会議」を組織して審議。委員は、自治体、報道、教育、学術（医療、建築、造園等）、経済団体等の代表者をはじめとする66名で構成されていた。</p> <p>○健康福祉関連の主な施設</p> <p>交流センター、大芝生広場、健康ロード、球技場、子どもの森、テニスコート、ベビーゴルフ場、管理棟・体育館、あいち健康の森健康科学総合センター（愛称：あいち健康プラザ）、薬草園</p> <ul style="list-style-type: none"> ・園路沿いに健康遊具、鉄棒等の健康づくりのための公園施設を配置した「健康ロード」がある。 ・公園全体で55種類の遊具があり、子どもに人気がある。多くの遊具が老朽化しているので、更新や修繕をしているものもある。 ・ウォーキングコースはこれまでルールも定めずに利用させてきたが、スパイク禁止や、一方通行にしてコース（順路）を定めるようにした。 <p>○あいち健康プラザ（所管：保健医療局健康医務部健康対策課）</p> <p>自然光があふれる緑豊かなアトリウムを中心に、健康開発館、健康科学館（※）、健康宿泊館、健康情報館の4つの施設が一体となった大規模施設。</p> <p>※健康科学館は2020年9月をもって運営終了</p> <p>○事業費</p> <ul style="list-style-type: none"> ・総事業費：約270億円（うち用地費146億円）※薬草園整備費を除く

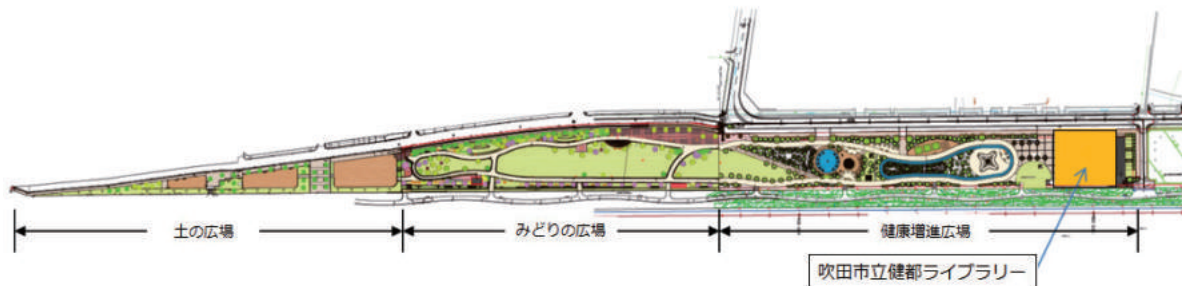
ソフト面	内容	<p>○健康づくりの取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者向けの体操教室は室内（交流センター内）で実施している。 ・健康運動に関するボランティアとして、ノルディックウォーキング連盟が公園で活動し、公園の巡回や体験教室を実施している。 ・公園での健康づくりの取り組みとして、地元の団体によるヨガ教室、愛知県ウォーキング協会による健康づくりウォーキング教室等があり、開催を指定管理者がサポートしている。 ・公園をスタート・ゴールに使用した「東浦マラソン大会」を開催している。 ・公園の利用が少ない場合は、利用促進策として、地元の少年サッカー等の誘致等を行っている。 ・公園から近くの駅までの距離を示したウォーキングコース（公園内ウォーキングコースとは別）がある。 ・「あいち健康プラザ」では、健康づくりの講座が多く開催されている。現在、「あいち健康プラザ」の見直し計画が検討されている。当施設の所管は、保健医療局健康医務部健康対策課。 <p>○公園の利用状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年間の利用者数は、130～140万人で推移。入園料・駐車料金とも徴収していない。（平成29年度公園利用者数：約135万人 ※あいち健康プラザは除く） ・入園者数は多くて1万人/日。入園者数の計測は駐車場利用台数と有料施設利用者をもとに係数を掛けて算出。 ・年4回利用者満足度調査を実施している。知多半島方面からの利用が多い。 ・高齢者から子どもまで全ての年齢層に利用していただいている。（多種のスポーツが気軽にできる有料施設が備わっており、年齢を問わず利用していただいている。） ・高齢者は健康遊具やウォーキングコースの利用が日常的に多い。 ・ファミリー層は遊具や芝生広場等の利用が多い。 ・隣接する「げんきの郷」は農畜産物直売所や入浴施設を有したJA関連の施設であり、人気が高い。本施設の利用者も公園に流れてくる。 <p>○管理運営</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園事務所の職員（スタッフ）は総勢で17名。その人員で受付から維持管理（植物、施設）まで実施している。園内清掃はシルバー人材に委託している。 ・公園で実施しているイベントとしては、アロマ教室やフリーマーケットは人気がある。 ・大芝生広場のベンチは移動可能なので、夏の暑い時期には、木陰に置くなどの工夫をしている。 <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HP・フェイスブック・ブログ・情報誌掲載・市町村広報紙掲載・園内掲示により広報を行っている。近隣施設に当公園のパンフレットなどを設置している。
	支援体制	<p>○地域連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域連携としては、ウェルネスバレー推進協議会を活用している。協議会を通して情報交換を行っているほか、個別の団体でも商工会と一緒に花壇づくり等も行っている。 ・指定管理者において、ウェルネスバレー推進協議会における交流と賑わいの創出を担い、様々なサービス向上策の実施や、自主事業の充実など、公園の積極的な利用促進に努めている。 ・ウェルネスバレー推進協議会で共同したイベントとして、健康プラザ等の所属する各施設をめぐる「スタンプラリー」や、「あいち県民健康祭」を開催しており、近隣施設と当公園にお互いのイベントチラシやパンフレット等を設置しPRしている。 ・近隣にある至学館大学の学生にボランティアとして、維持管理、イベント実施の補助や新たなアイデア提供等で協力していただいている。
事業効果		<ul style="list-style-type: none"> ・東浦マラソンを始めとした地域イベントの開催拠点として利用されている。

<p>公園整備管理上の配慮事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○バリアフリー化 <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者や車イス利用者の対応として、最低限、公園の各ゾーン及び各エリアに行き来できることとし、幹線園路・支線園路の勾配を抑え、階段等の段差が生じない構造にしている。 (参考 園路の勾配 幹線園路：8%以下 支線園路：8.5%以下) ○高齢者の利用促進 <ul style="list-style-type: none"> ・車イスの貸出しを園内2か所で行っている。 ・管理棟において、血圧計の設置や老眼鏡の貸し出しを行っている。 ○健康づくりへの対応 <ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキングコースの設置やウォーキング教室の開催等、県民の健康増進による健康づくり、自然体験、癒しなど、様々な利用者ニーズに対応した機会を提供している。 ○地域住民への配慮 <ul style="list-style-type: none"> ・イベントの開催や環境活動など、地域の方々の交流の場としての公園づくりや、地元ボランティア団体と連携した取組に努めている。 ○その他 <ul style="list-style-type: none"> ・園内全域を禁煙としている。
<p>課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○公園の課題 <ul style="list-style-type: none"> ・本公園は年間入園者数の入込を97万人と想定していたが、現在135万人の入園があるため、駐車場等が少ない状況である。 ・高齢者が安心して楽しめる公園づくりに向け、施設の老朽化等に伴う維持管理等の対応、看板等の老朽化の修繕は行う予定である。
<p>備考</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ウェルネスバレー <ul style="list-style-type: none"> ・あいち健康の森とその周辺健康関連施設が集まる地域を「ウェルネスバレー」と呼んでいる。 ・ウェルネスバレーでは、安心して幸せに年齢を重ねられる幸齢社会（こうれい社会）の実現に向けた取組を進めている。 ○イベント実施状況（令和3年度2月現在） <ul style="list-style-type: none"> ・生き生き長寿フェア、いきいき体操、東浦マラソン、あいち県民健康祭、スタンプラリー … 令和2年度は中止 ・健康づくりウォーキング教室 … 令和2年5月まで及び令和3年2月より中止

(平成30年11月調査時点)

5. 医療機関の協力・監修により、健康遊具やウォーキングコースのある公園を整備

公園名	健都レールサイド公園	公園種別	近隣公園	面積	2.5ha (2.5ha)	開園年月	平成30年3月
所在地	吹田市岸部新町		公園管理者	吹田市（土木部公園みどり室）			



(出典：北大阪健康医療都市（健都）のまちづくりポータルサイト
<https://kento.osaka.jp/area/green1/>（令和3年1月14日閲覧）
 健都レールサイド公園 平面図



土の広場



みどりの広場



健康増進広場（健康遊具）



健康増進広場（ウォーキングコース）

(出典：同上)

都市内での配置	JR吹田駅からJR千里丘駅にまたがるJR東海道本線の沿線、総計約30haの大規模プロジェクト「北大阪健康医療都市（健都）」の西端に位置する。
公園の特徴	<p>「公園から始まる健康づくり」として、国立循環器病研究センター及び市立吹田市民病院等の協力・監修を受けながら市民自ら予防医療を実践できる場であることをプラットフォームに据え、以下の3つを基本方針として整備している。</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 自然に健康を「意識」する公園 (2) 「楽しみ」ながら健康になれる公園 (3) 健康のコツが「学べる」公園 <p>また、緑の遊歩道と連携する緑豊かな防災健康空間としつつ、3つのゾーン（①土の広場、②みどりの広場、③健康増進広場）分けをした上で整備している。なお、このゾーン全体で緑豊かな歩行者空間を整備し、緑の遊歩道と結節させることにより、回遊性を確保したうえで、季節を楽しみながらウォーキングを楽しむことができる空間として整備している。</p>

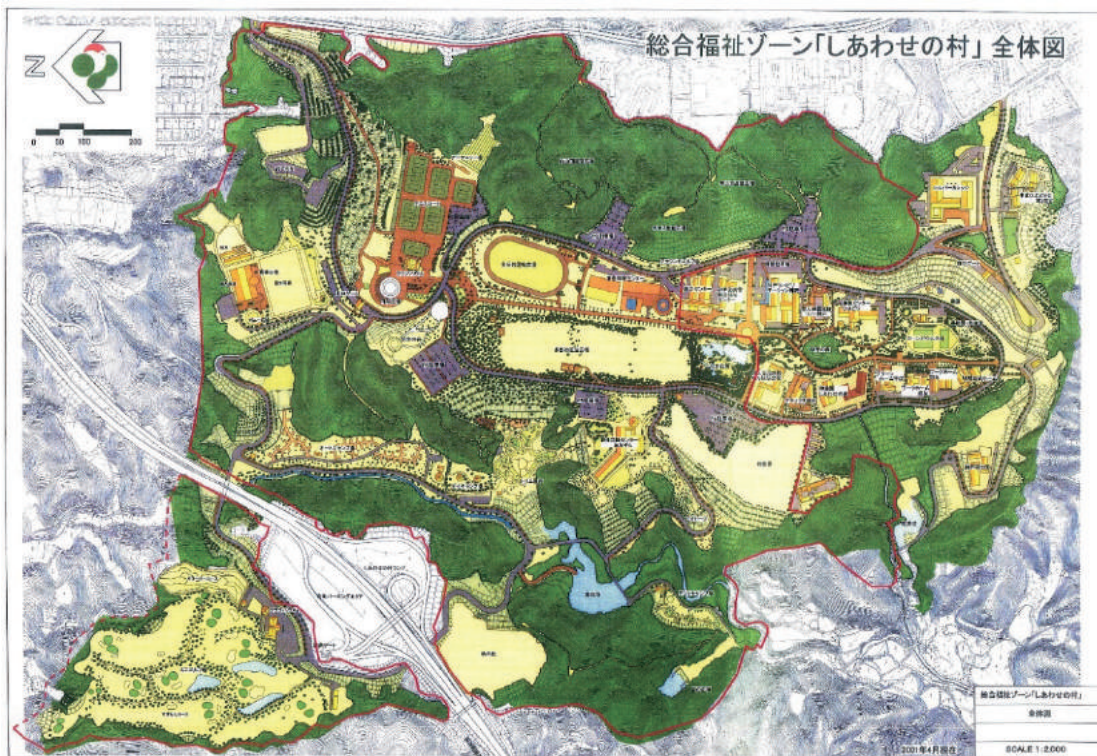
ハード面	背景と目的	<p>健都レールサイド公園が位置する「緑のふれあい交流創生ゾーン1」は、吹田操車場跡地の新たな土地利用転換を図るに当たり、吹田市南部地域に不足する緑の空間を確保するため、東部拠点のまちづくり計画（平成21年3月、吹田市）において「新たに生み出すまとまった緑の空間」として位置付け、コンセプトに沿った土地利用の検討を進めてきた。また、「健康・医療のまちづくり」基本方針（平成26年5月、吹田市）の策定を踏まえ、「健康」という特徴を有する公園等の土地利用を検討してきた。こうした経緯を踏まえ、</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 防災機能を兼ね備えた多目的広場（みどりの広場）や、 ○ 健康増進広場 ○ 図書館機能をさらに多機能化した吹田市立健都ライブラリーを整備し、 <p>JR吹田駅側の緑地や街区公園（土の広場）と一体となり、緑の遊歩道と連携する緑豊かな防災健康空間として活用している。当公園の名称は、平成29年10月に「健都レールサイド公園」と決定した。</p>
	実施プロセス	<p>大正12年7月 吹田操車場操業開始 ※東洋一の規模を誇る物流拠点に 昭和59年2月 吹田操車場機能廃止 ※モータリゼーションによる役割縮小 昭和62年4月 国鉄分割・民営化 → 梅田貨物駅機能を吹田操車場跡地に全面移転する計画</p> <p>平成9年6月 移転機能の縮小（1/2）、まちづくり用地拡大の申入れ 平成19年11月 吹田操車場跡地地区（仮称）の整備に関する基本協定書を締結 平成20年 「吹田操車場跡地まちづくり全体構想」を策定 （まちづくり基本方針～「緑と水につつまれた健康・教育創生拠点」の創出） 平成21年 国立循環器病研究センターの移転誘致を開始 平成25年6月11日 吹田操車場跡地への移転を決定。 同地へ市立吹田市民病院の移転や医療関連企業・研究機関を誘致・集積し、国際級の医療クラスター（複合医療産業拠点）を形成する等、「健康・医療」のまちづくりを推進。</p> <p>平成26年5月 「健康・医療のまちづくり」基本方針策定（吹田市） 平成27年7月 地区の名称を北大阪健康医療都市（愛称：健都）に決定 平成30年3月 健康増進広場 供用開始 令和2年11月 吹田市立健都ライブラリー 供用開始</p>
	内容	<p>① 土の広場（5,400㎡） イロハモミジ、ハナミズキ、ツツジなどが植栽され、複合遊具や幼児が遊べる遊具を配置した広場があるまた、ボール遊びなど多目的に利用できる土のグラウンドも整備している。</p> <p>② みどりの広場（9,000㎡） 広場内は、防災機能として耐震性貯水槽や、吹田市南部地域をカバーする防災備蓄倉庫、緊急時には、トイレやかまどとして利用できる施設等を整備した防災機能を兼ね備えた広場となっている。</p> <p>③ 健康増進広場（11,200㎡） 国立循環器病研究センターや市立吹田市民病院の協力・監修を受け、循環器病予防を中心とする健康づくりに資する多種多様な健康遊具（27基）やウォーキングコースを設置するなど、市民自ら予防医療を実践できる広場である。</p> <p>④ 吹田市立健都ライブラリー（令和2年（2020年）11月供用開始） 健康増進広場内に、健康への「気づき」「楽しみ」「学び」をコンセプトに、健康、医療、スポーツの専門図書コーナーを充実し、健康チェックコーナー、健康講座が開催できる多目的のルームなど、図書館の機能を多機能化した吹田市立健都ライブラリーを整備している。</p>
ソフト面	背景と目的	—
	内容	<p>○整備後の展開 医療関係者との連携や柔軟な発想による運動プログラム及び健康イベント等の企画や開催を行う等、効率的で効果的な施設運営や質の高い管理を継続的に行うため、令和2年度より指定管理者による公園と吹田市立健都ライブラリーの一体的な運営及び管理を実施。</p>

	<p>○公園での主な開催イベント</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健都オープンイベント「健脚教室（ジョギング教室・ノルディックウォーキング教室）」 <日時>2018年12月8日（土） <イベント概要> 健都オープンイベント第三弾として、マラソン選手、グンゼスポーツのインストラクター、吹田市ノルディックウォーキング指導員を講師に招き講座を開催、また、ジョギング教室では効果的なランニングやストレッチの方法を学び、ノルディックウォーキング教室では実際にウォーキング体験をしながらボールの使い方を学んだ。また、公園内の健康遊具を使ったARスタンプラリー※も実施した。 ・健都オープンイベント（青空ヨガ、みらいパークなど） <日時>2018年11月18日（日） <イベント概要> 健都オープンイベント第二弾として、健都レールサイド公園（みどりの広場・健康増進広場）で青空ヨガや「みらいパーク（NTT 西日本協力）」などの催しを行った。また、会場では、移動図書館や公園内の健康遊具を使ったARスタンプラリーも実施した。 ・健都・健康づくり講座 <日時>2018年4月20日（金）、5月18日（金）、6月10日（日）、9月26日（水）、10月28日（日） <イベント概要> 2018年3月にオープンした健都レールサイド公園・健康増進広場において、広場の整備に当たって監修・協力していただいた国立循環器病研究センターや市立吹田市民病院の医師等による健康づくり講座を開催。4月と5月は、国立循環器病研究センターの医師による循環器病を予防するウォーキングについて、6月は、市立吹田市民病院の医師によるノルディックウォーキングの効果や楽しみ方について、9月と10月は国立循環器病研究センターの理学療法士による効果的な健康遊具の使い方について、それぞれ実施した。
支援体制	—
事業効果	—
公園整備管理上の配慮事項	—
備考	<p>○北大阪健康医療都市</p> <p>吹田市と摂津市、両市にまたがる吹田操車場跡地において、国立循環器病研究センターの同地への移転を契機として「健康・医療のまちづくり」を進めている。同センターや市立吹田市民病院などの関係機関との連携のもと国際級の医療クラスターの実現に向けて取り組んでいる。</p> <p>健都レールサイド公園は、「緑のふれあい交流創生ゾーン1」に位置する。</p> <p>エリアマップ</p> <p>（出典：北大阪健康医療都市（健都）のまちづくりポータルサイト https://kento.osaka.jp/（令和3年1月14日閲覧））</p>

（令和元年調査時点）

6. 総合的な健康づくりを目指した施設整備と社会福祉施設の一体的な管理

公園名	しあわせの村	公園種別	広域公園	面積	164.3ha (127.1ha)	開園年月	平成元年 4月
所在地	神戸市北区しあわせの村1番1号		公園管理者	神戸市（建設局公園部管理課）			
指定管理者	しあわせの村運営共同事業体						



注）赤線（及び赤点線）は公園区域

しあわせの村 平面図（神戸市提供）



ノルディックウォーキング



乗馬教室では、高齢者のクラスを設置し、高齢者が安全に乗馬できるように配慮しており、小学生以下のこどもを対象としたポニー騎乗や体験騎乗事業では、特別支援学校などの障がい児も積極的に受け入れている。

馬事公苑



温泉健康センター



障がい者や高齢者とのふれあいを通じて福祉に対する理解と認識を持ち、福祉の心を育むため、しあわせの村の緑豊かな自然に親しみながら、車いすなどのガイドヘルプ体験やしあわせの村にある社会福祉施設での体験学習を実施している。

ふれあい体験学習

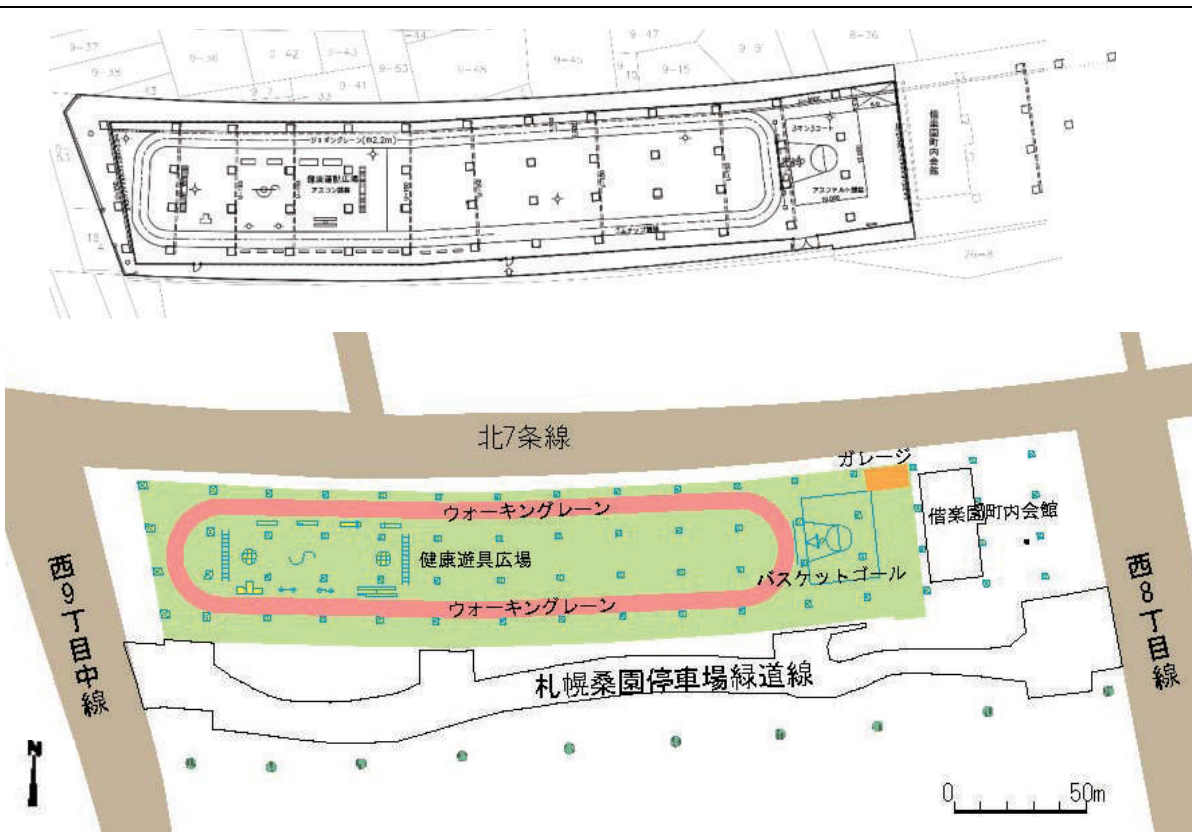
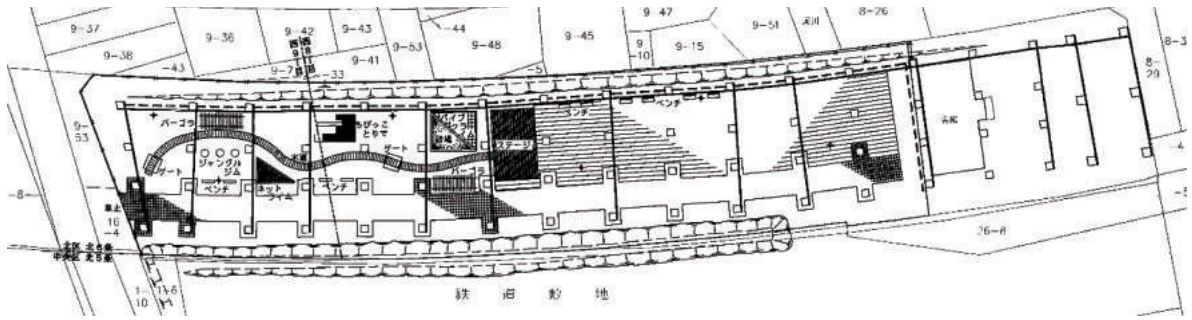
（出典：しあわせの村 HP <http://www.shiawasenomura.org/>（令和3年1月14日閲覧））

都市内での配置		六甲山の自然豊かな神戸市北区の郊外に設置している。
公園の特徴		公園施設と福祉施設の一体的な運営を行っている。高齢者や障がい者に配慮した施設配置や一般市民に向けた運動施設等の配置について配慮。
ハード面	背景と目的	<p>神戸市では、市民の誰もが等しく健康で文化的な生活を享受できる「市民福祉」の実現を目指し、「神戸市民の福祉を守る条例」が、昭和52年に制定され、障害者を含む全ての市民が暮らし交流できる福祉都市づくりを目指している。その拠点としたのが総合福祉ゾーン「しあわせの村」であり、都市公園「しあわせの森」と社会福祉施設「しあわせの郷」から構成され、神戸市制100周年記念事業として、平成元年4月23日に開村した。</p> <p>村は次の理念に基づき、一体的に整備している。</p> <p>①緑豊かな自然の中で、すべての市民にリフレッシュできる場を提供する。 ②全ての市民によるふれあいと相互啓発を図り、連帯感を育む場とする。 ③高齢者や障害者などハンディキャップを負った人々の自立及び社会参加を支援する。 ④関連分野の連携により、福祉サービスの総合化・体系化を図ること。</p>
	実施プロセス	<p>昭和46年 基本構想検討開始</p> <p>昭和52年 「神戸市民の福祉を守る条例」制定（1月）</p> <p>昭和55年 基本計画策定（10月）</p> <p>昭和56年 都市計画決定、事業認可（2月～3月）</p> <p>昭和56年 着工（11月）</p> <p>平成元年 開村（4月23日）</p>
	内容	<p>○しあわせの村</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全体面積：約205ha （都市公園ゾーン[しあわせの森]164.3ha＋福祉施設ゾーン[しあわせの郷]40.7ha） ・事業費：約400億円 国庫補助活用 <p>○歳公園ゾーンの施設</p> <p>トリム園地、温泉健康センター（温泉・プール・体育館・トレーニングルーム）、芝生広場、運動広場、日本庭園、果樹園、農園、薬草園、馬事公苑、グラウンドゴルフ場、テニスコート、アーチェリー場、キャンプ場、ミニゴルフ場等</p> <p>○福祉施設ゾーンの施設</p> <p>本館・宿泊館（総合センター）、研修館、神戸市シルバーカレッジ、障害者支援施設、障害福祉サービス事業所、特別養護老人ホーム、居宅介護支援事業所、医療型障がい児入所施設・療養介護事業所、認知症疾患専門病院、リハビリテーション専門病院、介護老人保健施設、地域包括支援センター等</p>
ソフト面	背景と目的	－
	内容	<p>○イベントの開催 障がい者や高齢者向けスポーツ教室等の開催</p> <p>○各施設との連携</p> <p>障がい者と健常者がスポーツを通じて相互理解を深めることを目的とした障がい者スポーツ交流イベントを開催</p>
	支援体制	○各連携との連携 一体的な管理を行っている。
事業効果		－
公園整備管理上の配慮事項		<p>○バリアフリー化</p> <ul style="list-style-type: none"> ・段差の解消、トイレ等車椅子対応施設の整備、全ての方に対し分かりやすい案内表示の実施している。 <p>○健康づくりへの対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康プログラムの実施（事例） <p>→しあわせの村「保養センターひよどり」では、栄養・運動・趣味講座、健康講話、軽スポーツを盛り込んだプログラムで、1泊2日の健康教室を開催している。専属のスタッフとスポーツインストラクターがサポートするので、どなたでも安心して参加することができる。緑豊かな自然の中、健康を意識し身体を動かすことの楽しみや人と交流することが楽しめる。</p>
課題		－
備考		－

(平成29年11月調査時点)

7. 鉄道高架下の公園の再整備による健康遊具の設置

公園名	札幌北6条 エルムの里公園	公園種別	特殊公園	面積	0.2757ha (0.2757ha)	開園年月 再整備年月	平成3年3月 平成15年3月
所在地	札幌市北区北6条西8丁目		公園管理者	札幌市（建設局）			

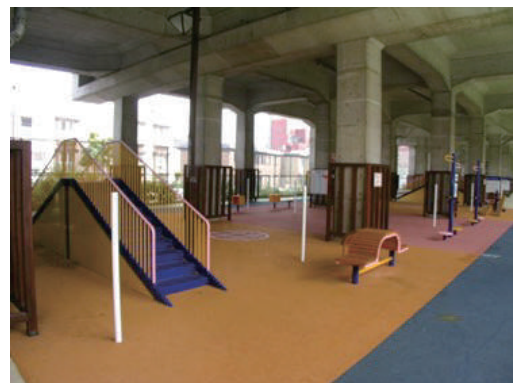


（図面出典：上段 札幌市提供、下段 札幌市公園検索システムの画像をもとに作成 http://www2.wagamachi-guide.com/sapporo_koen/apps/list.asp?mode=2&ID=300010#Photo（令和3年1月14日閲覧））

札幌北6条エルムの里公園 平面図（整備後）



園内の様子①



園内の様子②



園内の様子③

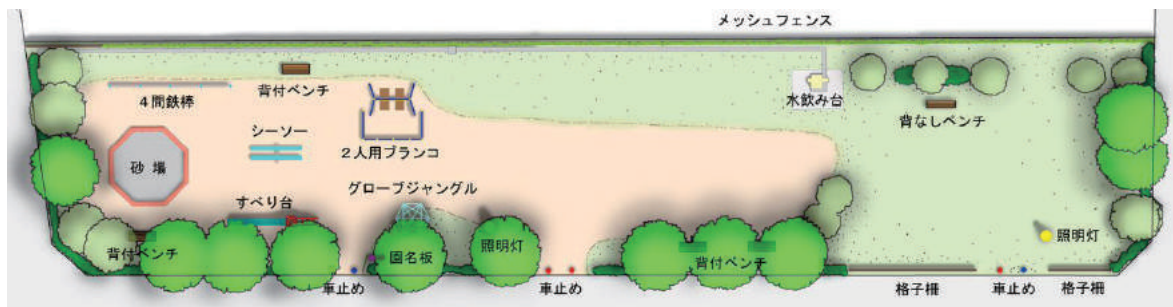
(出典：札幌市 HP http://www2.wagamachi-guide.com/sapporo_koen/apps/list.asp?mode=2&ID=300010 (令和3年1月14日閲覧))

都市内での配置	JR 札幌駅近くの高架下に位置している。当該地の鉄道高架は、北側の住宅地と南側のホテル・オフィスビル街を区分けするように位置しており、公園は、北側は住宅地、南側は JR の路線に沿って整備されている緑道と接している。また、公園敷地の東側（札幌駅側）の高架下には、飲食店やコンビニエンスストアなど店舗が軒を連ねている。	
公園の特徴	特別に高齢者利用を想定しているものではないが、運動施設、健康遊具が設置され、健康づくりのための公園となっている。高架下に位置し、フェンスで囲われた公園であることから、雨天でも利用することが可能。	
ハード面	背景と目的	地域からの要望がきっかけで再整備を実施した。
	実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> ○鉄道の高架下での整備 <ul style="list-style-type: none"> ・もともと国鉄民営化前から、鉄道高架事業の中で、高架下貸付可能面積のうち 10%を札幌市として利用することを計画しており、その一部として公園の設置も検討された。 ・国鉄民営化後もこの計画は引き継がれ、平成元年に、JR との間で、高架下利用に関する協定書を締結し、これに基づき、公園用地についても高架下の土地使用賃貸契約を結び、当公園の整備を行った。 ・無償借地、契約期間は高架施設存続中となっている。 ○再整備 <ul style="list-style-type: none"> ・再整備前、高架下部分は木製遊具および木道からなる遊具ゾーンが整備されていたが、全面的な再整備を行い、健康づくりのための施設を主とした公園となった。
	内容	190 m のウォーキングレーンの他、ウォーキングステップ、バスケットコート（片面）およびバスケットゴール、各種健康遊具など健康づくりのための施設がある。
ソフト面	背景と目的	—
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ○使用期間及び時間 <ul style="list-style-type: none"> ・使用期間 4月上旬～11月末まで ・使用時間 午前8時～午後6時まで ・高架下に位置し、フェンスで囲われた公園であるため、公園使用時間（午前8時から午後6時まで）以外は施錠を行っている。また、冬季（12月から3月）は閉鎖している。 ○イベント <ul style="list-style-type: none"> ・市の主催では、イベント等を実施していない。 ・市民からの利用申請を受けているイベントでは、スラックラインのイベントなどがある。 ○地域への配慮 <ul style="list-style-type: none"> ・スケートボードの利用について、騒音に対する配慮から、現在は禁止している。
	支援体制	—
事業効果	—	
配慮事項	—	
課題	—	
備考	—	

(平成 29 年 11 月調査時点)

8. 住民のワークショップにより健康遊具のある公園に再整備

公園名	西野中央藤花公園	公園種別	街区公園	面積	0.10ha (0.0994ha)	開園年月 再整備年月	昭和 59 年 3 月 平成 23 年 3 月
所在地	札幌市西区西野 2 条 8 丁目			公園管理者	札幌市 (建設局)		



西野中央藤花公園 平面図 (整備前) (出典: ワークショップニュースレター 2 号)

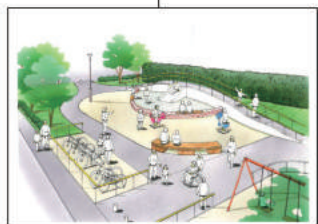
② 藤花公園の「完成予想図」を紹介します!

■藤花公園再整備の方針

～小さな子供から、お年寄りまで～

『気軽に健康づくりができる公園』

地域や福祉施設等と連携しながら、高齢者や障がいのある方の心と身体の機能回復、子供たちとのふれあいの場や、地域とのコミュニティの場を提供できる『リフレッシュふれあいパーク』づくりを進めています。



階段・スロープ

階段やスロープを使って、足腰の運動や歩行訓練などができます。また、子供も起伏のあるところを歩いたり、駆けたりするのが大好きです。

砂場・すべり台

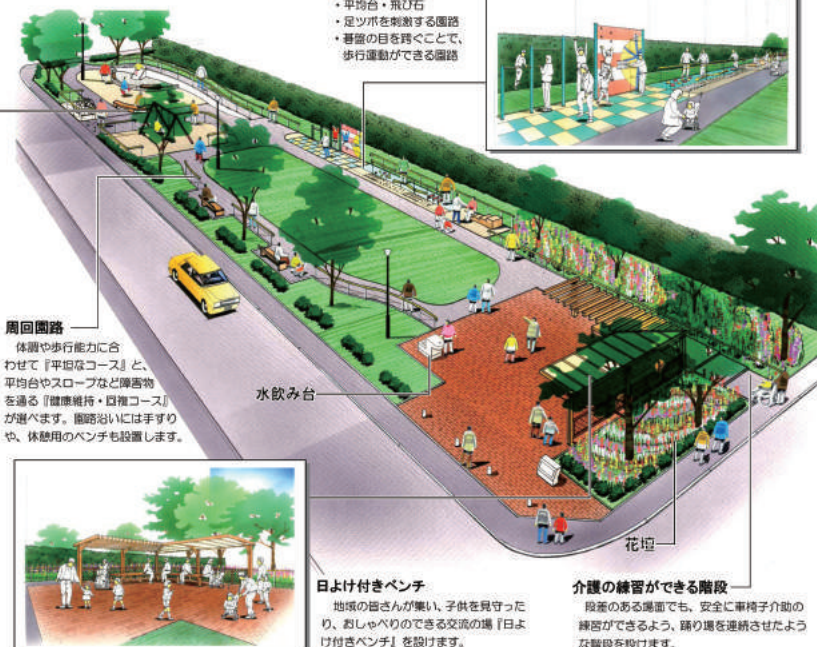
スロープを登りきると、幼児用のすべり台の乗り場があり、滑り降りた場所は砂場になっています。砂場の周りにはベンチを置き、親が安心して子供を見守ることができるようにします。

ブランコ

公園に欠かすことのできないブランコ。子供だけではなく、時には大人も乗りたいくなります。

幼児用遊具

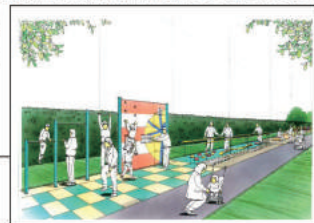
動物や乗り物の形をした揺れる遊具を置きます。



健康コーナー

ワークショップに参加した「西野ケアセンター」のスタッフの方々からのアイデアが詰まった健康づくりのコーナー。ここも健康だけではなく、鉄棒や壁のほりといった遊びの要素も兼ね備えています。

- 壁を使った柔軟体操器具
- 背筋を伸ばす鉄棒
- 立ち上り練習用のベンチ
- 平均台・飛び石
- 足ツボを刺激する園路
- 暮らした目を歩くことで、歩行運動ができる園路



周囲園路

体弱や歩行能力に合わせて『平均コース』と、『平均台やスロープなど障害物を通る『健康維持・目標コース』が選べます。園路沿いには手すりや、休憩用のベンチも設置します。



日よけ付きベンチ

地域の皆さんが集い、子供を見守ったり、おしゃべりのできる交流の場『日よけ付きベンチ』を設けます。

介護の練習ができる階段

段差のある場面でも、安全に車椅子介助の練習ができるよう、踏み場を連続させたような階段を設けます。

西野中央藤花公園 再整備後の完成予想イメージ図 (出典: ワークショップニュースレター 5 号)



健康遊具①



健康遊具②

(出典: 札幌市 HP http://www2.wagamachi-guide.com/sapporo_koen/apps/list.asp?mode=2&ID=870205#Photo)

(令和 3 年 1 月 14 日閲覧)

都市内での配置		公園のある西野地区は、西区の中でも老年比率が高い地域であり、公園に隣接して特別養護施設、ケアハウスがあるほか、札幌市が設置した介護予防センターが位置する。
公園の特徴		個人の運動能力に応じて健康づくりができる施設を設置し、体の健康づくりを行えるようにしたほか、子供たちの遊ぶ空間もあるため、遊んでいる子供たちに元気をもらい、心の健康づくりを行えるようにしている。
ハード面	背景と目的	<p>札幌市において、福祉施設と連携し、整備後の利活用の検討等も含めて整備された公園が少なかったことから、平成 19 年から平成 23 年に、福祉施設と近接して公園がある地域を選定し、高齢者や障がいのある人たちも楽しく利用でき、公園を介して地域のふれあいが生まれることを目的として公園整備を行う、「福祉と多世代のふれあい公園づくり事業」を実施した。本公園はその一環として、健康福祉機能のある施設を有する公園へと再整備を行った。</p> <p>近接して高齢者施設が存在すること、地域と高齢者施設の間で交流があったこと、西野地区の老年比率が高かったこと、同様の街区公園が近隣に数か所存在し、高齢者主体の施設内容とすることが地域に受け入れられやすいと考えられたことなどから、対象公園として選ばれた。</p>
	実施プロセス	<p>高齢者や体の不自由な方まで誰もが利用しやすい公園になるよう、高齢者施設の職員や地域のまちづくりセンターの所長、近隣の小学校および保育園にヒアリングを行ったほか、町内会や、高齢者施設の職員（理学療法士含む）および入所者らとともに、全 4 回のワークショップを開催し、広く意見やアイデアを聞き、取り入れながら再整備を行った。</p> <p>また、ワークショップとは別に計画を検討する場として、高齢者施設の職員、まちづくりセンター所長、町内会役員、地域の福祉のまち推進センターで活動を行っていた民生委員を含めたメンバーでの検討会も実施した。</p>
	内容	<p>「気軽に健康づくりができる公園」をテーマとし、小さな子供から高齢者まで同じ空間で健康維持・回復と遊びができるよう再整備を行った。</p> <p>体調や歩行能力に合わせて選択できる、ユニバーサルデザインを重視した「フラットルート」、平均台やスロープなど障害物を通る「トレーニングルート」という 2 種類の園路や、ワークショップに参加した高齢者施設の職員のアイデアが詰まった、種々の健康遊具からなる健康コーナーのほか、自由に体を動かせる広場、東西 2 か所の憩いの場を設けた。</p> <p>また、遊具については、周辺の既存公園では児童を対象とした遊具が多く置かれていたことから、幼児用のものを主体とした。</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康コーナーでは、下記の遊具が整備された。 <p>壁を使った柔軟体操器具（ストレッチウォール）、ウォールクライム、背筋を伸ばす鉄棒、立ち上り練習用の段差ベンチ、ステップ・平均台、足ツボを刺激する園路、碁盤の目を跨ぐことで歩行運動ができる園路（グリッドパターン）</p>
ソフト面	背景と目的	—
	内容	市の主催では、イベント等を実施していない。また、市で把握している限り、市民主催のものもない。
	支援体制	—
事業効果		
公園整備管理上の配慮事項		<p>○バリアフリー化</p> <ul style="list-style-type: none"> バリアフリー化は絶対条件とし、段差の解消や、芝生だけではなく舗装部の整備、バリアフリー化対応の施設の設置を行っている。また、車椅子介助の練習ができる段差付の園路も設けた。 <p>○多世代交流</p> <ul style="list-style-type: none"> 園路沿いに設置するベンチのわきには車いすやベビーカーを置くスペースを確保し、様々な世代間でのコミュニケーションが生まれやすいように配慮した。
課題		

備考	<p>(その他の健康福祉機能を整備した公園)</p> <p>福祉施設に隣接している公園としては、藤野むくどり公園（街区公園・745 m²）と白石東公園（近隣公園・10,7872 m²）がある。</p> <p>藤野むくどり公園の向かいには、視覚障がい児親子のふれ合い交流の場としてボランティア活動家の方が自宅を開放している。公園整備時、その方からの、視覚障がい児でも安心してのびのびと遊べる公園になれば、という相談がきっかけとなり、障がい者と健常者が分け隔てなく遊べるよう、バリアフリーに対応した様々な施設が整備されている。</p>
----	---

(平成 29 年 11 月調査時点)

9. ゴムチップウレタン舗装で歩きやすいジョギングコースに改修

公園名	洞峰公園	公園種別	総合公園	面積	20ha (20ha)	開園年月	昭和 55 年 7 月
所在地	茨城県つくば市二の宮 2-20		公園管理者	茨城県 (土木部都市局都市整備課)			
指定管理者	洞峰都市整備グループ						



洞峰公園 平面図

(筑波都市整備株式会社 HP <http://www.tsud.co.jp/dohofacilities/> (令和3年1月14日閲覧) より引用)



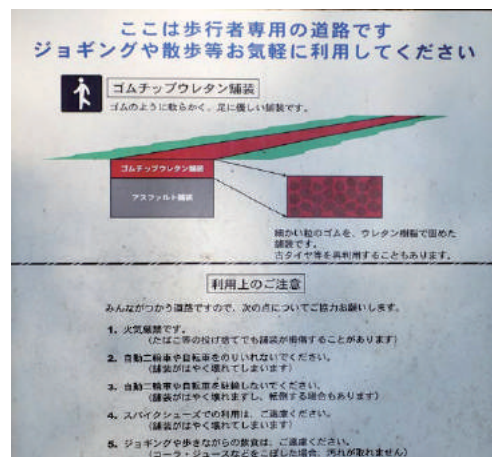
園路 (茨城県提供)



利用風景



ジョギングコース案内図



ゴムチップウレタン舗装の案内図

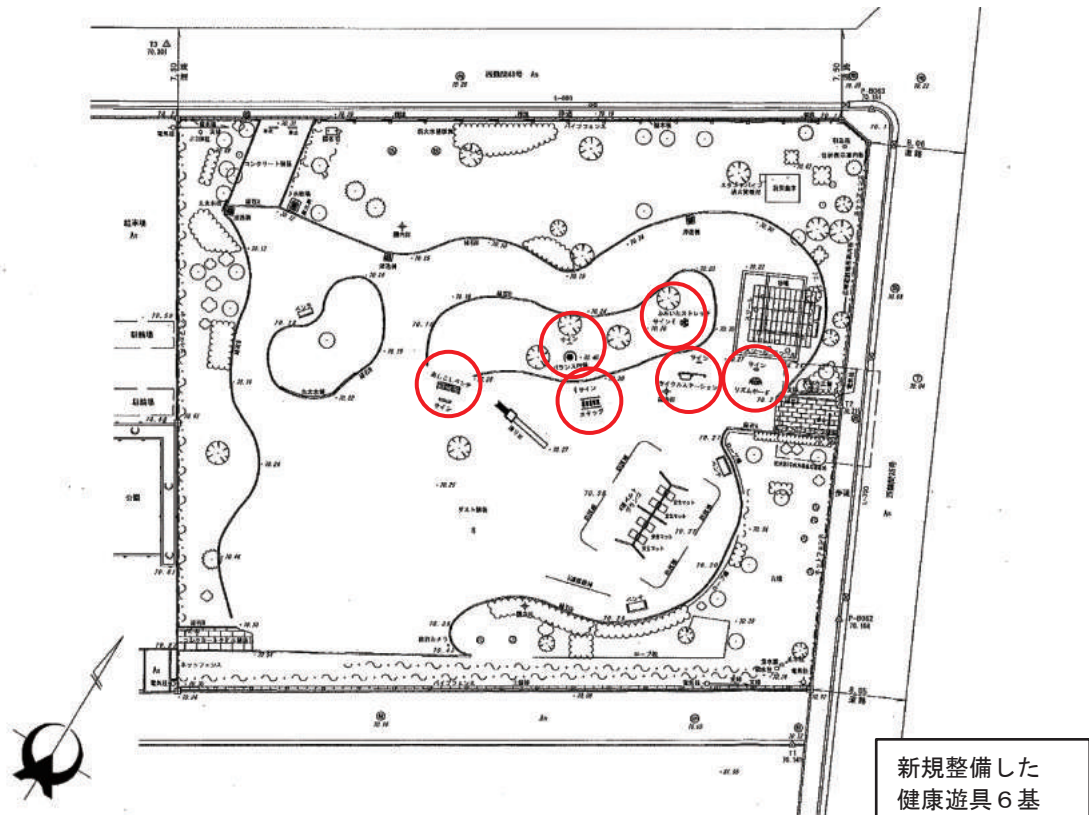
都市内での配置 | つくばエクスプレスつくば駅より約2kmに位置し、周辺は住宅地・研究施設。

公園の特徴		洞峰沼を中心としたウォーキング・ジョギングコースが整備され、四季折々の樹木や草花や水鳥が観賞できる多くの人々にとっての憩いの場となっている。また、屋内プールや体育館、テニスコート、多目的グラウンドがありスポーツやレクリエーション活動が楽しめる。
ハード面	背景と目的	研究学園都市にふさわしい総合公園として、スポーツや様々なレクリエーション活動が楽しめる都市のオアシスになるよう、水鳥を観察できる洞峰沼を中心に、昭和55年の開園当初からテニスコートや温水プールなどのスポーツ施設とジョギングコース（当初はアスファルト舗装のみ）が整備された。
	実施プロセス	平成11年に元はアスファルト舗装のみであったジョギングコースを、コース幅の半分をゴムチップウレタン舗装に改修した。
	内容	（ジョギングコース） ○施設概要 ・3つの周回コースがある（A=1,050m、B=1,550m、C=1,630m） ・ジョギングコース案内板を設置し、園路に距離ペイント表示（A400m等） ・園路幅の半分がウォーキングやランニングに適したゴムチップウレタン舗装となっている。 ○ジョギングコース利用以外の公園利用者に対して配慮事項 ・ジョギング利用者向け利用マナー掲示（スピードセーブ、反時計回り、1列走行） ・学校持久走には走行コースに案内板設置
	その他	○公園内の他施設（アリーナ等）との連携 ・平成29年度から体育館棟更衣室内のシャワーを無料に変更した。（以前の料金は100円/1回で、ジョギング利用者へのサービス向上を目的に無料化を実施した。）
ソフト面	背景と目的	－
	内容	（ジョギングコース） ○他部署との連携 県保健福祉部保健予防課にて指定している「いばらきヘルスロード（※）」に平成22年から登録されている。 ○ジョギングコースを活用したイベント ・マラソン谷川真理選手レッスンイベント（平成25年） ・つくば市ウォークの日／二の宮小学校持久走大会／常総学院持久走大会／筑波大学なないろ駅伝／茨城YMCAチャリティラン
	支援体制	－
事業効果		
その他の取組状況		○高齢者の公園利用促進・健康づくりの取り組み ・公園ボランティア活動（花壇、清掃） ・オリエンテーリング大会／グラウンドゴルフ大会／ベテランテニス大会／野鳥観察会 ・健康、高齢者向けスポーツ教室の開催 （健康水泳教室、ハワイアンダンス教室、卓球教室、シニアバドミントン教室など）
公園整備管理上の配慮事項		○バリアフリー ・駐車場から施設経路へのバリアフリー化／電動車いす2台設置／車いす利用可能の水飲み台／多目的トイレ整備
備考		※いばらきヘルスロード 県民が家庭、地域、職域において家族や仲間とウォーキングを行い、新たな発見と健康増進にチャレンジ出来、子どもや高齢者、障がいのある方も安心して歩ける「いばらきヘルスロード」を349コース(1,206.3km)指定している（平成30年3月末現在）。 参照：茨城県 HP http://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/yobo/zukuri/herusuro-donituite.html#herusuro-dotoha （令和3年1月14日閲覧）

（平成29年11月調査時点）

10. 既存公園への計画的な健康遊具の整備と普及啓発の実施

公園名	西鶴間2号公園 (ほか)	公園種別	街区公園	面積	0.26ha (0.26ha)	開園年月	昭和56年3月
						健康遊具設置	平成28年4月
所在地	神奈川県大和市西鶴間二丁目3428番9		公園管理者	大和市(環境農政部みどり公園課)			



西鶴間2号公園 平面図(大和市提供平面図より作成)

新規整備した
健康遊具6基



健康遊具(サイクルステーション)



使用法の掲示(サイクルステーション)



健康遊具(バランス円盤)



健康遊具(ステップ)

(上左, 下写真 出典: 健康遊具で介護予防!, 大和市 HP

<http://www.city.yamato.lg.jp/web/kourei/kourei01211650.html> (令和3年3月18日閲覧))

都市内での配置	<ul style="list-style-type: none"> ・小田急江ノ島線鶴間駅より南西 0.5km に位置。 ・道路の向かい北側に大和市障害福祉センター、西・南側を囲んで神奈川県住宅供給公社のマンション、また西側 30m には大和市立西鶴間小学校が立地。 	
公園の特徴	<p>加齢で特に衰えやすい持久力・下肢筋力・バランス力・柔軟性にそれぞれ効果がある 6 種類の健康遊具を設置し、ひとつの公園で様々な目的の運動を行える。また、ゲーム感覚も取り入れた遊具も設置。</p>	
ハード面	背景と目的	<p>○背景 大和市の総合計画では、「健康創造都市やまと」を標榜しており、そのうちの 1 つの柱として「人の健康」を掲げ、「一人ひとりがいつまでも元気でいられるまち」を目指している。</p> <p>○目的 高齢の方の介護予防の推進、外出の機会の創出、地域の交流促進等を目的としている。</p> <p>○計画について ・総合計画である「第 8 次大和市総合計画・後期基本計画書」では、「人」「まち」「社会」の健康領域の向上を目指している。当計画をもとに「人の健康」を補完するものとして、アクションプランの「大和市健康都市プログラム」がまとめられた。 ・「高齢化」をめぐる課題として「孤立化」「介護予防」「医療費の削減」がある。高齢者自らが積極的に健康増進に取り組んで頂くことは「介護予防」「医療費削減」にも大きくつながることより、健康都市プロジェクトの重要施策の 1 つとして身近な公園での健康遊具設置事業が位置づけられた。 (大和市健康都市プログラム) リーディングプロジェクト「身体を動かそうプロジェクト」 ー重点施策 1ー2 「日常的な運動」 ー健康遊具の普及 健康遊具設置事業：みどり公園課 一般介護予防事業：健康づくり推進課</p>
	実施プロセス	<p>(西鶴間 2 号公園) 平成 25 年度 計画 平成 26 年度 基本設計・実施設計・工事・供用開始 ○事業費：約 4,000 千円 補助金：なし</p>
	内容	<p>○整備事業概要 ・事業（平成 26～29 年度）では市内 238 公園中、新規で 100 公園に 23 種類 303 基の健康遊具を設置。まちをウォーキングしながら健康遊具を利用していただけるような公園の選定をしている。市内公園の約 40% に健康遊具を設置。 ・1 公園あたり初年度は平均 6 基、それ以降は 2～3 基設置。ただし、総合公園である大和ゆりの森には 11 基設置。1 公園に 2～3 基しか設置できない場合は、2～3 公園で 6 基入れられるように計画し、他公園とのバランスに考慮。 ・既存公園に健康遊具を設置するため、平成 26 年度は 2,000 m²以上の大きな公園を対象とし、その後、小さな公園にも試し、子供向け遊具の安全領域を確保、面的な利用がある場所を避けるなどして設置公園内での配置を検討。 ・設置にあたっては、各公園の愛護会や自治会に対して調整や説明を実施。 ・事業として健康遊具の設置は終了したが、市民からの個別の要望や新規公園の整備があれば設置する場合がある。</p> <p>○健康遊具 ・すでに健康遊具が設置されていた公園を含めると 109 公園、32 種類。 ・健康遊具メーカーは 5 社（メインは 3 社）であり、単価契約で入札。 ・健康づくり推進課では、保健師が中心となり、高齢の方が加齢で特に衰えやすい下肢筋力・バランス力・柔軟性に効果があり、耐久性が高く、事故等の危険性が低い健康遊具をなるべく選定するように心がけている。 ・健康遊具は、健康づくり推進課が選定（メーカーは複数社）し、みどり公園課へ伝えているが、最終的に仕様書等を決定しているのはみどり公園課で設置公園のスペース等の関係で必ずしも、希望の遊具が設置されるとは、限らず、購入時は入札となるので同等の機能があれば、希望メーカー以外の遊具に決定することもある。 ・平成 28 年に市民を対象に行ったアンケートの結果（複雑な動きの健康遊具は壊れやすい等の回答があった）も取り入れながら選定。</p>

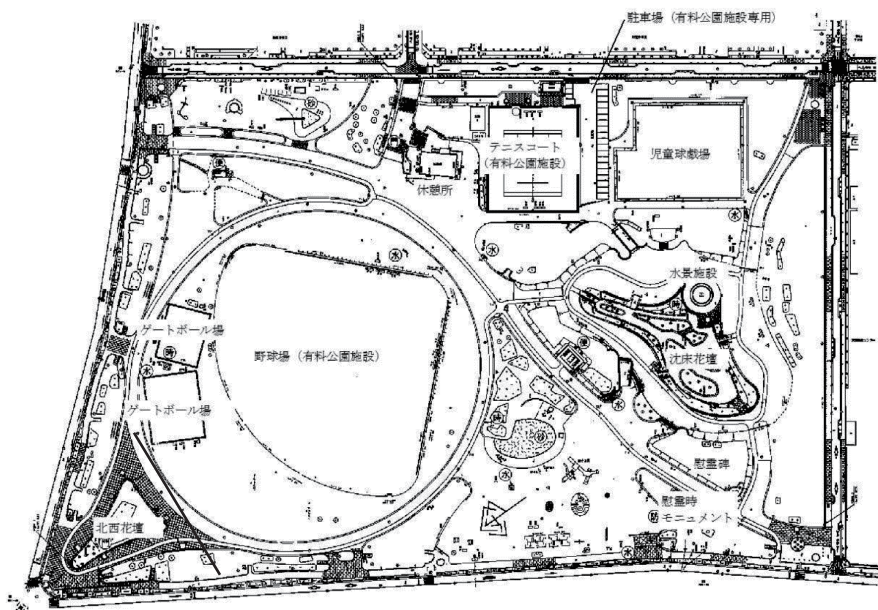
		整備年度	平成 26 年度	平成 27 年度	平成 28 年度	平成 29 年度	計
		工事費（実績）	61,719 千円	52,157 千円	58,212 千円	46,474 千円	218,562 千円
		整備箇所数	15 箇所	30 箇所	30 箇所	25 箇所	100 箇所
		設置遊具数	90 基	75 基	75 基	63 基	303 基
※平成 29 年度は特定防衛施設周辺整備調整交付金を活用							
ソフト面	背景と目的	—					
	内容	<p>（健康遊具体験会）</p> <p>○事業概要</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康遊具が設置された公園では、効果的に健康遊具を活用して頂くことを目的に、健康遊具の正しい使用方法や使用する際のポイントを紹介する「健康遊具体験会」を順次開催。年間で 30 回程度実施し、平成 30 年 11 月現在、100 公園でほぼ一巡した。今後は、市内の地域のバランスを考慮して開催していく。 <p>○体験会の内容</p> <ul style="list-style-type: none"> 2 時間の体験会では、ストレッチ等の準備運動・ウォーキング・公園での遊具の説明（複数公園の場合は、公園から公園へウォーキングにより移動）・個別体験・個別指導・アンケート記入など。体験会では、看板に掲示されている使用法以外の応用的な使い方まで教えている。 講師は健康づくり推進課の保健師・理学療法士が務めており、健康遊具の説明だけではなく、日常生活の中に取り入れられる運動や認知症予防の運動も実施。また、体験会の中では参加者の身体状況等に合わせた個別的指導・助言を行っていることも特徴である。 集合場所は基本屋内とし、雨天の場合に備えている。雨天時は健康遊具の使い方の動画を見たり、栄養などについて学んだり、健康全般に関するプログラムを提供。 設置数の少ない公園で体験会を実施する場合は、複数公園を回ることで運動を補完できるプログラムとしており、コースの考慮もしている。 <p>○事業費</p> <ul style="list-style-type: none"> 体験会実施経費は、介護保険事業特別会計の「地域支援事業・介護予防・日常生活支援総合事業」から支出。 体験会運営の安全管理として、健康遊具自体にかけてある保険とは別に、イベントに対して保険をかけている（人生 100 年推進課）。 <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康づくり推進課所管の「健康普及員」が考案・作成した「大和市ウォーキングマップ」に健康遊具設置公園を明示した。複数のコースが記載された「大和市ウォーキングマップ」は冊子化し、駅や公共施設で配布しているが、人気があり、ラックに入れるとすぐになくなる。 健康遊具の紹介パンフレットを地域に広く配布。 健康遊具設置公園を明示したウォーキングコースの看板を市内 7 駅（9 箇所）、公園（1 箇所）に設置。 市ホームページにも設置公園や遊具の紹介、遊具の使い方の説明動画（市が独自に作成）を掲載。 アンケートで「体験会があれば参加したい」と回答した方には DM や電話で広報。さらに、体験会以外でも地域で自主的に遊具を活用した事業を行っていただくため、地域の健康普及員等にご参加いただき、地域包括支援センター職員や近隣の病院の理学療法士等に事業の開催や講師を依頼している。 今後は自治会や公園愛護会など、キーパーソンとなる市民に使い方や教え方を伝え、広めていく予定。 <p>○地域住民に対する配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康づくり推進課の遊具体験会の開催を広報する際に、近隣自治会等と事前に調整してから、自治会回覧、市の広報誌等を活用。自治会、老人クラブ等からの体験会開催の依頼に随時対応。 <p>（公園管理）</p> <ul style="list-style-type: none"> 従来は直営で管理していたが、平成 28 年度から市内の造園業者に順次委託し、平成 31 					

	年度末には全域で業務委託に移行。
支援体制	(健康づくり推進課) 健康遊具体験会の運営、利用促進 (みどり公園課) 健康遊具の設置及び管理費の支出
事業効果	○利用状況 ・公園は早朝や午前は高齢者の利用(ウォーキング等)が多く、午後は近隣小学校の利用が目立つ。利用者数は把握していない。 ・体験会は、特に参加対象者を限定していないが、近隣の高齢者の割合が高い。 ・お祭りなどの自治会活動が盛んな公園は、普段から利用が活発な傾向にある。 ○事業効果 ・地域の健康運動活動の拠点となった。 ・参加者数：これまで約2,000人(110回開催)1回あたり約18人、年間約500人 ・平成28年に体験会参加者に対して、その後の使用頻度などを確認するアンケート調査を実施。 →・回答者121名中継続使用は約50%、男性の継続使用率は56%、女性の継続使用率は43%だった。
その他の取組状況	○介護予防サポーター ・別事業で養成している「介護予防サポーター」(ボランティア)の講座の中で健康遊具体験会の紹介をしている。 ・フォローアップとして、今年度から全12回の「プチトレセミナー」を実施。プチトレセミナーでは体力測定を行い、健康遊具の健康効果を調査する計画。 →個人の感覚によるアンケートで健康遊具の効果をはかるのは難しいと感じていた。 →健康づくりに熱心な利用者は多様な運動等もしているので、健康遊具のみの健康効果がはかりにくいかもしれない。 ○健康普及員 ・「健康普及員」は自治会にある役割やグループの一つで、昔からある仕組み。 ・「健康普及員」を対象とした遊具の使い方の講座も行い、「健康普及員」の活動にも取り入れてもらっている。(例：長距離のウォーキングのコースの間に遊具設置公園を入れてもらい、休憩もかねて遊具でストレッチ等を行うなど)
公園整備管理上の配慮事項	○バリアフリー ・神奈川県みんなのバリアフリー街づくり条例に基づいて公園を整備。 ・健康遊具設置事業では該当なし。
課題	・公園の役割の多様化や人口分布(高齢者の割合等)によってそれぞれの公園に対して求められる施設や運営の在り方が様々であり、それらの地域特性に則した公園の整備、管理していくことが課題。
備考	

(平成30年11月調査時点)

1.1. 福祉のまちづくり事業の一環で施設を再整備

公園名	千種公園	公園種別	地区公園	面積	5.94ha(5.94ha)	開園年月	昭和 45 年 4 月
所在地	愛知県名古屋市千種区若水一丁目		公園管理者	名古屋市（緑政土木局緑地部） 管理運営業務委託者：大島造園土木株式会社			



千種公園 平面図

(出典：千種公園管理運営方針（平成 27 年 11 月）名古屋市 HP <http://www.city.nagoya.jp/ryokuseidoboku/cmsfiles/contents/0000060/60436/tikusa.pdf>（令和 3 年 1 月 14 日閲覧）



音声付触知案内板



園路に埋め込まれた視覚障害者の案内パイプ

(出典：千種公園管理運営方針（平成 27 年 11 月）同上)

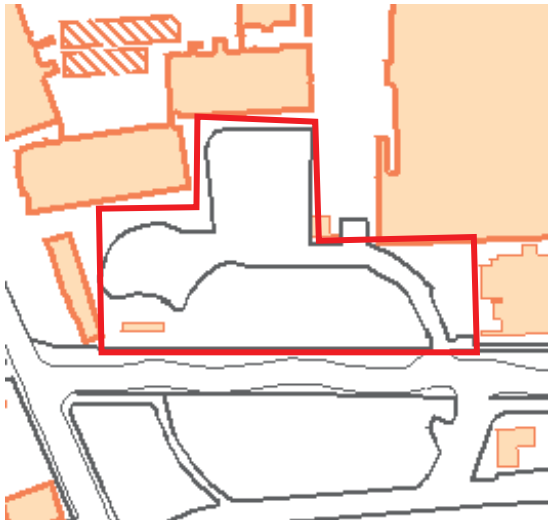
都市内での配置	千種公園周辺には、名古屋市東部医療センターをはじめ、保育園、警察署等の公共施設が多い。また、福祉関係施設や盲学校・聾学校を含めた小中学校等の教育施設も分布しており、市内においては高齢者や障害者等の利用頻度が高い施設が集まっている。	
公園の特徴	名古屋市にて平成 3 年に策定した「福祉都市環境整備指針」に基づき、高齢者や障害者等に配慮することで、すべての市民が憩いの場として、自由かつ安全・快適に利用できるような公園の整備を行った。	
ハード面	背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> 千種公園の周辺状況からすると、高齢者等の車いす使用や視覚・聴覚障害の潜在的な利用ニーズはかなり高いと思われ、動線の起点となる地下鉄駅から千種公園まで、および高齢者・障害者等がよく利用する公共施設に至るまでの、車いす使用者や視覚障害者の移動動線の確保等の面的総合的な整備が期待できるため。 健康福祉機能のある施設が福祉のまちづくり事業のモデル地区として整備されていることから、通常の公園ではあまり見られないバリアフリーに配慮した施設を設置。
	実施プロセス	平成 3 年 名古屋市において「福祉都市環境整備指針」を策定 平成 6 年 千種公園周辺地区を福祉のまちづくり事業のモデル地区として指定

	平成7年 基本計画策定と基本設計、平成8年 実施設計、平成8～10年 整備工事
内容	<p>(福祉のまちづくり事業の一環での再整備)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・利用の多い出入口に音声付触知案内板の設置 ・主園路に白杖で伝って移動することができる案内パイプを埋め込み ・車いす利用者もいっしょに遊べる遊具の設置 <p>(公園全体の健康づくりへの対応)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康増進コーナーの設置 (開園10年後の昭和55年10月設置) ・散策路の設置 ・スポーツ広場 (ゲートボール場) の設置
背景と目的	福祉施策を推進している区役所と公園管理を行っている土木事務所とが連携し、福祉型公園である千種公園を活用して、高齢者、障がい者を対象としたユリまつりを開催。イベントを通じて公園利用のきっかけ作りを提案し、健康増進や公園の利用促進を目指す。
ソフト面	<p>○福祉ユリまつり in 千種公園 (千種区制施行80周年記念)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開催日:平成29年6月12日 ・内容:ユリの花の鑑賞 (見ごろとなったユリ園で花の説明、グランドゴルフ (ホール・イン・ワンゲームの実施、グランドゴルフの体験会)、ウォーキングで健康増進 (公園内にウォーキングコースを設定して、ウォーキングで健康に)) <div data-bbox="406 757 1391 1473" data-label="Image"> </div> <p>福祉ユリまつり in 千種公園会場図 (名古屋市 HP より引用 http://www.city.nagoya.jp/chikusa/cmsfiles/contents/0000093/93958/tirashi-ura.pdf (平成30年2月閲覧))</p> <ul style="list-style-type: none"> ○公園利用状況 <ul style="list-style-type: none"> ・白杖を使って移動する利用者の姿が見られる。 ・野球場周囲のウォーキングコースは視覚障害を持つ方が凡走者とともに走っている。 ○公園利用促進 <ul style="list-style-type: none"> ・公園ボランティアによる清掃活動が行われており、利用促進につながっている。
支援体制	区役所と土木事務所
事業効果	—
公園整備管理上の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> ○隣接施設との連携 ・公園の外周歩道 (北側、西側) を一体的に整備している。 ○事業費: 国庫補助の都市公園事業を一部活用
課題	
備考	・「福祉都市環境整備指針」は、平成29年3月に改訂されている。

(平成29年11月調査時点)

12. 市内の公園等にて高齢者対象の「運動教室」の開催、支援員の養成

公園名	山丸公園（ほか）	公園種別	街区公園	面積	0.28ha (0.28ha)	開園年月	昭和41年7月
所在地	さいたま市大宮区吉敷町1-120-1		公園管理者	さいたま市（都市計画部都市公園課）			
指定管理者	（公財）さいたま市公園緑地協会						



山丸公園平面図（国土地理院地図、航空写真撮影日：2007年4月29日より作成）



山丸公園全景



山丸公園内のすこやか遊具



すこやか運動教室



すこやか運動教室

（出典：（左下）さいたま市 HP <http://www.city.saitama.jp/kita/001/002/002/p053405.html>

（令和3年1月14日閲覧）

（右下）さいたま市 HP 中央区介護予防に関するパンフレット https://www.city.saitama.jp/007/007/002/p053614_d/fil/_8P_H29.pdf（令和元年10月3日閲覧）

都市内での配置

・大宮駅より南東約700mの商業地域に位置し、近接には市民会館おおみやがあり、また現在、大宮区役所がオープン（令和元年5月7日）した。

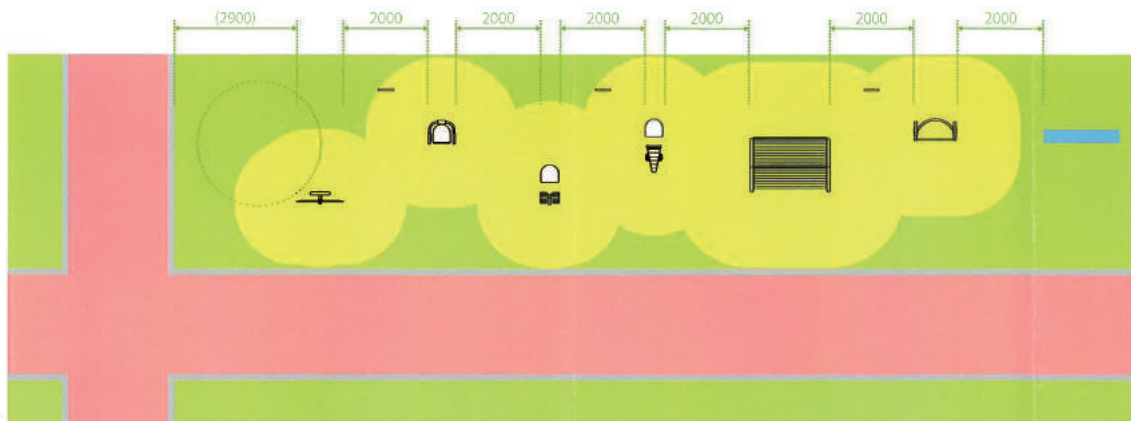
	公園の特徴	・すこやか遊具を活用したすこやか運動教室を開催している。
ハード面	背景と目的	・市民全体を対象とした健康づくりのために平成8年から設置をはじめた。
	実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> ・健康遊具とすこやか遊具がある。 ・健康遊具は、市民全体を対象とした健康づくりのために平成8年から設置をはじめた。 ・すこやか遊具は、高齢者の健康を目的に保健福祉局の予算（直轄）で設置されたもので、平成20年から高齢福祉課に移管された。 ・すこやか遊具への名称変更は、平成29年1月からであるが、既存の健康遊具がすこやか遊具として移管したものと、新設のものがあると思うが、すこやか遊具の多くが、設置から15年以上経過しており、過去の経緯は不明。
	内容	<p>（さいたま市）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・すこやか遊具はさいたま市内10区においてバランスを考慮し、各区3～5か所に設置している。 <p>（山丸公園）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・介護予防のために高齢者が健康運動を行うことを目的としたすこやか遊具を設置している。 ・すこやか遊具7基（大転盤、ユッタリステップ、のびのびサークル、スイスイ屈伸、腰捻器、ソロソロ平均台、背のばしチェアー）と表示板4基
	その他	<ul style="list-style-type: none"> ・すこやか運動教室を開催する公園など、一部のすこやか遊具は平成20年から保健福祉局高齢福祉課に移管され、保健福祉局で管理・設置を行っている。（合わせて、公園の指定管理者が一括して管理・点検を実施） ・すこやか遊具は、鉄製のもの。
ソフト面	背景と目的	・高齢者の生活機能低下の予防を図る観点から、すこやか遊具を用いた運動等の実施による運動の習慣化を推進するため、平成21年から支援員を養成している。
	実施プロセス	<p>平成19年 運動教室の開催開始（当初は委託業者による運営だと思われる。）</p> <p>平成20年 介護保険法の改正をうけて地域支援業務として高齢福祉課の担当に変更（組織改正により、現在はいきいき長寿推進課が所管）</p> <p>平成19年 支援員の養成を開始</p>
	内容	<p>① 高齢者のための「すこやか運動教室」の開催</p> <p>（さいたま市）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園や小学校などに設置されたすこやか遊具を使い、専門の指導員や地域運動支援員による高齢者（市内在住で、65歳以上の方）を対象とした運動教室 ・教室は90分間で健康チェック・準備体操・遊具での運動・整理体操（休憩含む）を実施。 ・各会場での運営については以下の3つの形態がある。 自主教室：地域運動支援員が運営 市主催：委託業者が運営 派遣教室：65歳以上の5人以上の団体から場所指定で依頼があれば支援員を派遣 ・すこやか運動教室開催場所（33カ所 令和2年度現在） 西 区：プラザ中央公園、滝沼川第2遊水地、植水公民館 北 区：領家中央公園、稲荷第二公園、本郷第六公園 大宮区：大平公園、寿能公園、山丸公園 見沼区：東大宮中央公園、青葉南公園、観音寺下公園 中央区：与野公園、与野中央公園、大戸公園、八王子公園 桜 区：新開小学校、田島氷川公園、千貫樋水郷公園 浦和区：調公園、針ヶ谷小学校、鹿島台公園 南 区：谷田小学校、浦和競馬場、神明丸公園 緑 区：三室シルバーワークプラザ、東浦和中央公園、美園臨時グラウンド、尚和園、松芝公園 岩槻区：槻寿苑、岩槻文化公園、慈恩寺親水公園 <p>（山丸公園）</p> <p>令和2年度日程 実施曜日：第2・4木曜日/実施時間：午後2時～3時30分/雨天中止/ 参加方法：事前申込不要/持ち物：タオル、帽子、飲み物 ※動きやすい服装</p>

	<p>※会場によって開催日、時間、雨天時の会場等が異なる。</p> <p>参加者実績：平均 11 人前後</p> <p>② 地域運動支援員養成講座の開催</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域運動支援員養成講座及びフォローアップ講座を定期的実施し、人材育成に努めている。 ・すこやか運動教室を運営する地域運動支援員を養成するために講座を開催。 対象：60 歳以上の健康な方／内容：実技指導、講義（各回 2 時間、全 12 回） ・地域運動支援員養成講座は、市が主催し、講座運営は業務委託契約により外部委託。 ・支援員の数は市全体で 150 人以内に規程。欠員が出た場合は補充。 ・支援員は令和 2 年度現在 13 期生。 ・支援員のフォローアップ研修を毎年 1 度（5 回ワンセット）開催。地域（市北：旧大宮市・旧岩槻市、市南：旧浦和市・旧与野市）や期に分けて実施。（フォローアップ研修を受講する支援員側としては 5 年に一度くらいのペースで受講することとなる。） 令和元年度は、2 期生、7 期生、12 期生が受講 ※12 期生は平成 31 年度から活動を始めており、1 年間の活動を踏まえたフォローアップをしている。 （安全面での配慮） ・地域運動支援員設置要綱にすこやか遊具の安全点検を行うことを規定しており、すこやか遊具を使用する前には支援員が点検し、危険箇所があれば市に報告するように規定している。 <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市報の区版にすこやか運動教室の予定を掲載している。
支援体制	<p>（保健福祉局いきいき長寿推進課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・都市公園課から行為許可をうけてすこやか運動教室を運営 ・地域運動支援員のフォローアップ研修 （地域運動支援員） ・すこやか運動教室の開催（市による委嘱） （各区役所高齢介護課） ・すこやか運動教室の活動状況の管理
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の運動の習慣化ができた。 ・地域運動支援員地域における健康づくりの中核として育っていくことを期待している。
公園整備管理上の配慮事項	<p>○安全面</p> <ul style="list-style-type: none"> ・前述 <p>○地域住民への配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> ・昭和 44 年より旧日本国有鉄道から蒸気機関車（SL）を貸借し公園内に展示しており、市民に親しまれている。（暫定措置）
課題	<ul style="list-style-type: none"> ・すこやか遊具の老朽化に伴う修繕費用の高騰 ・地域運動支援員の派遣依頼が増加し、負担が大きくなってきている。
備考	

（平成 29 年 11 月調査時点：一部時点更新）

13. 健康器具メーカーの協力による設置した健康器具の「利用説明会」の開催

公園名	二郷半用水緑道 (ほか)	公園種別	緑道	面積	2.5ha (2.5ha)	開園年月	平成6年4月
所在地	三郷市栄三丁目、栄五丁目、戸ヶ崎一丁目、地先			公園管理者	三郷市 (みどり公園課)		



二郷半用水緑道 健康器具配置場所平面図 (三郷市提供)



利用説明会①



利用説明会②

(三郷市提供)

都市内での配置	水路に沿って約 1.6km に渡って整備された緑道	
公園の特徴	桜やツツジなどの季節の花々を楽しみながらウォーキングができる。	
ハード面	背景と目的	・健康器具設置に関して、地元からの要望が以前よりあった。
	実施プロセス	・平成 26 年度に市北部の早稲田公園に健康遊具を設置したため、平成 27 年度は市南部の二郷半用水緑道に設置した。 ・場所の選定は、ウォーキングロードであること。 ・健康遊具を設置するちょうど良い平場があった。 ・市は、近隣の町会長にヒアリングを行い、どの健康遊具がよいのか選んでもらった。その際に、いくつか候補を提示した。(①少し運動強度の高いもの。②ストレッチや軽い運動強度のもの。など)
	内容	○再整備による健康器具 (遊具) の設置 (二郷半用水緑道) ・設置した健康器具はスプリングバー、背のばしベンチ、ジワジワ前屈、足首ストレッチャー、ツイストツール、グルグル肩回旋。使い方を説明するピクトパネルも設置している。
ソフト面	背景と目的	—
	内容	○健康器具の利用説明会の開催 ・開催日：平成 28 年 3 月 24 日 (木) ・内容：健康器具 (遊具) を納入した遊具メーカーと利用説明会を開催した。健康器具の使い方を中心に、運動の取り組み方や注意事項などのアドバイスを行う説明会を行った。指

	<p>導員のアドバイスのもとで参加者が実際に健康器具を（遊具）使用していただいた。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・参加者：公園周辺の住民が 20 名参加した。 ・参加者の感想：「久しぶりに体を動かしたけど、やっぱり気持ちが良い」「毎日使いたい」等、好評であった。 ・指導員：「高齢者体力づくり支援士」の資格を持つ遊具メーカー社員が、運動の順番や効果的な使い方、気をつける点などを説明した。 ・遊具メーカーは、15 年ほど前から設置場所での説明会へ協力している。社員が指導員の資格をとって取り組むようになったのは平成 27 年から。 <p>（関連事業）</p> <p>○「公園で健康づくりマニュアル」の作成</p> <ul style="list-style-type: none"> ・利用説明会を開催した遊具メーカーでは、健康器具（遊具）の使用をはじめ、公園で健康づくりについて解説したマニュアルを作成している。当マニュアルを説明会時に使用した。 ・監修：3 群体操の考案者（女子栄養大学教授）が内容を監修。 ・3 群体操：ストレッチにより柔軟性（1 群）、有酸素運動により持久力（2 群）、筋力トレーニングにより筋力（3 群）が発達する。この 3 つの要素はそれぞれアンチエイジングに非常に効果的で、組み合わせて行うことで相乗効果が生まれるという体操。 <div data-bbox="411 763 858 1391" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;">表紙</p> <div data-bbox="884 763 1347 1391" data-label="Image"> </div> <p style="text-align: center;">説明会の案内 （出典：公園で健康づくりマニュアル、日都産業（株））</p>
支援体制	<ul style="list-style-type: none"> ・説明会の参加募集は、自治体（三郷市みどり公園課）にて行った。
事業効果	—
その他の取組状況	<p>この緑道は市が推奨するウォーキングコースになっており、三郷市長寿いきがい課主催で平成 28 年 5 月 28 日（土）にウォーキングイベントを行っており、その際にも健康器具の使い方説明指導員としてメーカーから 1 名参加し協力した。</p>
配慮事項	—
課題	
備考	—

（平成 29 年 11 月調査時点）

14. 公園内でラジオ体操、太極拳、気功、3Q体操等の開催

公園名	小室公園（ほか）	公園種別	近隣公園	面積	2.7ha（2.7ha）	開園年月	昭和55年3月
所在地	千葉県船橋市小室町3313		公園管理者	船橋市（都市整備部公園緑地課）			



小室公園 平面図（船橋市提供平面図より作成）



健康器具広場



遊具のある広場

小室公園

船橋市公園を活用した健康づくり事業

身近な公園で健康づくり！

みんなで一緒に

体操しませんか？

初めての方でもご自由に
ご参加いただけます。

参加無料

会 場：小室公園（陸上競技場集合）

日 時：毎日
午前6時30分～

内 容：ラジオ体操

♪ 予約不要、直接お越しください。
♪ 動きやすい服装、運動靴を着用してください。
♪ 雨天、悪天候時、会場の状態が悪い時は中止になります。
♪ 飲み物は各自ご用意いただき、体調に気を付けながらご参加ください。

効果的な運動や健康づくりができるよう、協力団体の会員が協力員として来てくれます！

問合せ先：船橋市保健所 地域保健課
☎047-409-3274（平日9時～17時）
共 催：船橋市・船橋市自治会連合協議会
協力団体：小室みんなのラジオ体操同好会

ラジオ体操チラシ

（写真：船橋市提供、チラシ：船橋市 HP https://www.city.funabashi.lg.jp/kenkou/iryuu/005/01/p036358_d/fil/komuro.pdf（令和元年10月3日閲覧）より引用）

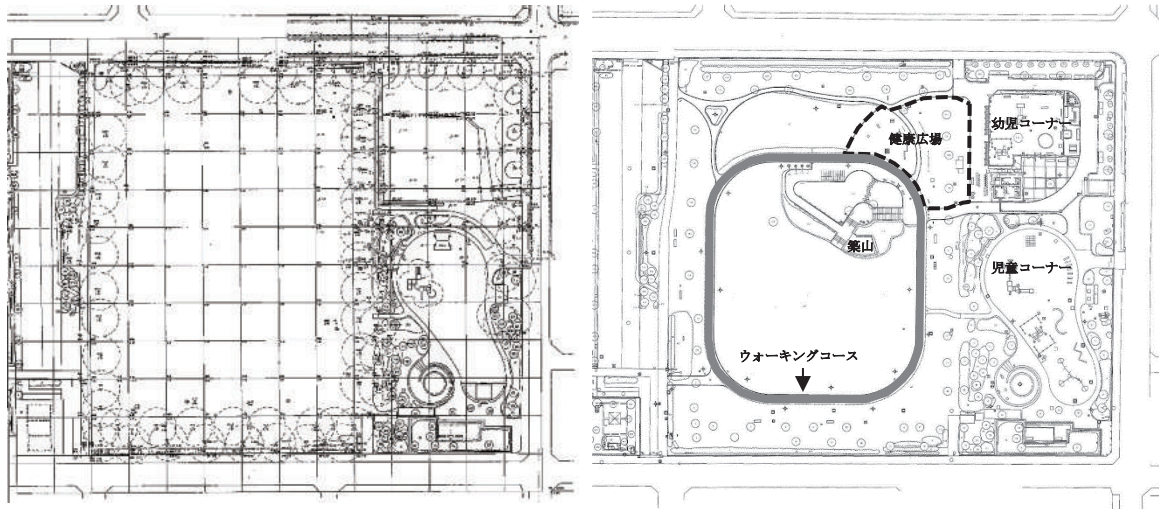
都市内での配置		・北総線小室駅より北へ約 0.4km に位置しており、周辺は宅地開発が進んでいる。
公園の特徴		・平成 28 年 10 月から「公園を活用した健康づくり事業」としてラジオ体操を実施。 ・公園内にはブランコ、すべり台等の遊具及び健康器具 6 基が設置されており、多目的広場や自由運動広場も整備されている。
ハード面	背景と目的	高齢者の公園利用促進
	実施プロセス	(地域住民に対する配慮) 平成 29 年度に整備した健康器具設置については、整備前に地元町会等と設置場所や設置器具について打合せを行い、整備を進めた。
	内容	(小室公園) ・平成 29 年度に健康器具 6 基 (うであげアーチ、ふみいたストレッチ、ぶらぶらストレッチ、ダブル踏み台昇降、バランス円盤、腕のばし測定) を設置し、地元町会へ正しい利用方法について説明会を実施した。 ・また、近隣公園規模の大きな公園では、公園利用者の滞在時間が長くなることから、トイレのバリアフリー化を行った。 (健康器具を設置した公園) ・健康器具の設置については、器具の安全領域を確保できる近隣公園等、規模の大きな公園に設置を行っている。 ・最近健康器具を設置した主な公園：薬円台公園、長津川調節池、坪井近隣公園、西船近隣公園、ふなばし三番瀬海浜公園、大穴近隣公園
ソフト面	背景と目的	○背景 ①「ふなばし健やかプラン 21 (第 2 次)」のために実施した市民意識調査で、「身近な場所に運動できる場があれば時間がなくても運動習慣が持てる」と考える人が多いとわかったこと、②各保健センターで実施している運動教室は 2~4 回コースで終了となり、市民が継続して通い、運動習慣を身につけられる場の構築が課題となっていたことがあげられる。 ○目的 生涯にわたり、市民が身近な公園で手軽にできる運動習慣を身につけ、自主的な健康づくりが推進される。
	実施プロセス	平成 26 年度 「公園を活用した健康づくり事業検討会議」を設置 平成 27 年度 市内 3 か所の公園でモデル事業実施 平成 28 年度 事業を拡大し、市内 15 か所の会場で実施。 ・小室公園は平成 28 年 10 月から「公園を活用した健康づくり事業」として実施。 小室公園でのラジオ体操は平成 18 年 7 月から有志の市民グループが自主的に実施している。
	内容	○「公園を活用した健康づくり事業」 ・令和元年 8 月現在、小室公園を含めて市内 37 か所の会場で実施している。そのうち公園は 33 か所) ・小室公園では毎日午前 6 時 30 分から自由運動広場でラジオ放送に合わせて「ラジオ体操」を実施。 ※実施内容は各会場の協力員が提供可能なものとしている。 ・参加は年齢問わず無料で自由参加。雨天・荒天時は中止。 ・当日の運営は市民ボランティアである協力員 (小室公園は小室みんなのラジオ体操同好会) が全て行う。 ・体操実施前に目印となるのぼり旗を立て、協力員は黄色いビブスを着用。 ・協力員は毎月、実施回数、参加者数、協力員数を市へ報告。 ・市は消耗品等に係る費用を委託料で支払い、広報やホームページ、町会・自治会等の地区組織との連携により周知を行い、活動を支援。 (利用状況) ・小室公園の平成 29 年度公園を活用した健康づくり事業実績： 実施回数 336 回、参加者延べ 15,627 人、協力員延べ 1,099 人 ・気候の良い時期は 1 日平均 50 人前後が参加。 ・夏休み期間中は子どもたちの参加が増え、参加者数が倍増する。年間を通しての参加者は高齢者が多い。

	<ul style="list-style-type: none"> 公園の規模が大きいこと、平成 18 年 7 月から地域住民が自主的に活動しているため、活動が地域に定着し、住民に認知されていること等が考えられる。 (利用促進) 「公園を活用した健康づくり事業」については、地域へチラシの回覧、ポスターの掲示を行っている。
支援体制	<ul style="list-style-type: none"> ○船橋市公園を活用した健康づくり事業検討会議について <ul style="list-style-type: none"> 平成 26 年度に立ち上げ、初年度は事業内容検討のため 5 回開催。 運動指導を専門とする者、運動に関する市民団体の代表、その他、市民組織、社会福祉関係事業者等の代表や市職員で構成。 令和元年度は進捗管理や課題の検討等のため年 3 回開催。 運動に関する市民団体や関係機関の代表が検討段階から入ることで、事業実施時に主体的に関わっていただけた。関係各課とも連携がとりやすい。 ○検討会議の関係各課 <ul style="list-style-type: none"> 地域保健課：公園を活用した健康づくり事業の担当課。検討会議の開催、事業の立ち上げを実施。 健康政策課：船橋市の健康増進計画「ふなばし健やかプラン 21（第 2 次）」の担当課。ふなばし健康ポイント事業を所管し、公園を活用した健康づくり事業をポイントの対象事業とする等、連携している。 生涯スポーツ課：運動に関する市民団体の担当課。事業実施会場のひとつである、まちかどスポーツ広場を所管。 公園緑地課：公園の整備・管理、健康器具設置等の担当課。公園を活用した健康づくり事業の実施が可能な公園を確認、公園利用申請団体へ公園を活用した健康づくり事業を案内、健康器具説明会の開催等、連携している。 市民協働課：市民活動団体支援の担当課。市民活動のための総合補償制度の利用等で連携している。
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> 「公園を活用した健康づくり事業」参加者アンケート、協力員アンケートを年度末に実施。
公園整備管理上の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> ○バリアフリー <ul style="list-style-type: none"> 「船橋市都市公園に係る移動等円滑化のために必要な特定公園施設の設置に関する基準を定める条例」に基づき整備。 トイレのバリアフリー化 ○健康づくりへの対応 <ul style="list-style-type: none"> 「公園を活用した健康づくり事業」が行われている小室公園などの近隣公園等に健康器具を設置。 ○地域住民に対する配慮（再掲） <ul style="list-style-type: none"> 平成 29 年度に整備した健康器具設置については、整備前に地元町会等と設置場所や設置器具について打合せを行い、整備を進めた。
課題	<ul style="list-style-type: none"> 運営を行う市民ボランティアの高齢化とその後継者の不足。
備考	

(平成 30 年 11 月調査時点)

15. 健康器具や一般の遊具を使用した健康運動「パークで筋トレ」の開催

公園名	花畑公園（ほか）	公園種別	近隣公園	面積	2.3ha (2.3ha)	開園年月	昭和 59 年 9 月
所在地	東京都足立区花畑四丁目 4 番 1 号		公園管理者	足立区（みどりと公園推進室公園管理課）			



花畑公園平面図（部分）（左：改修前、右：改修後）（足立区提供図面より作成）



ウォーキングコース



鉄棒を使ったストレッチ運動



健康器具



コースでのウォーキング

都市内での配置	<ul style="list-style-type: none"> ・UR 団地と戸建住宅に囲まれた公園。
公園の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・都内有数の桜の名所のひとつとして区民に親しまれている。 ・健康づくりに活用できる施設を整備するとともに、「パークで筋トレ」という高齢者向けの健康づくりプログラムを定期的実施している。

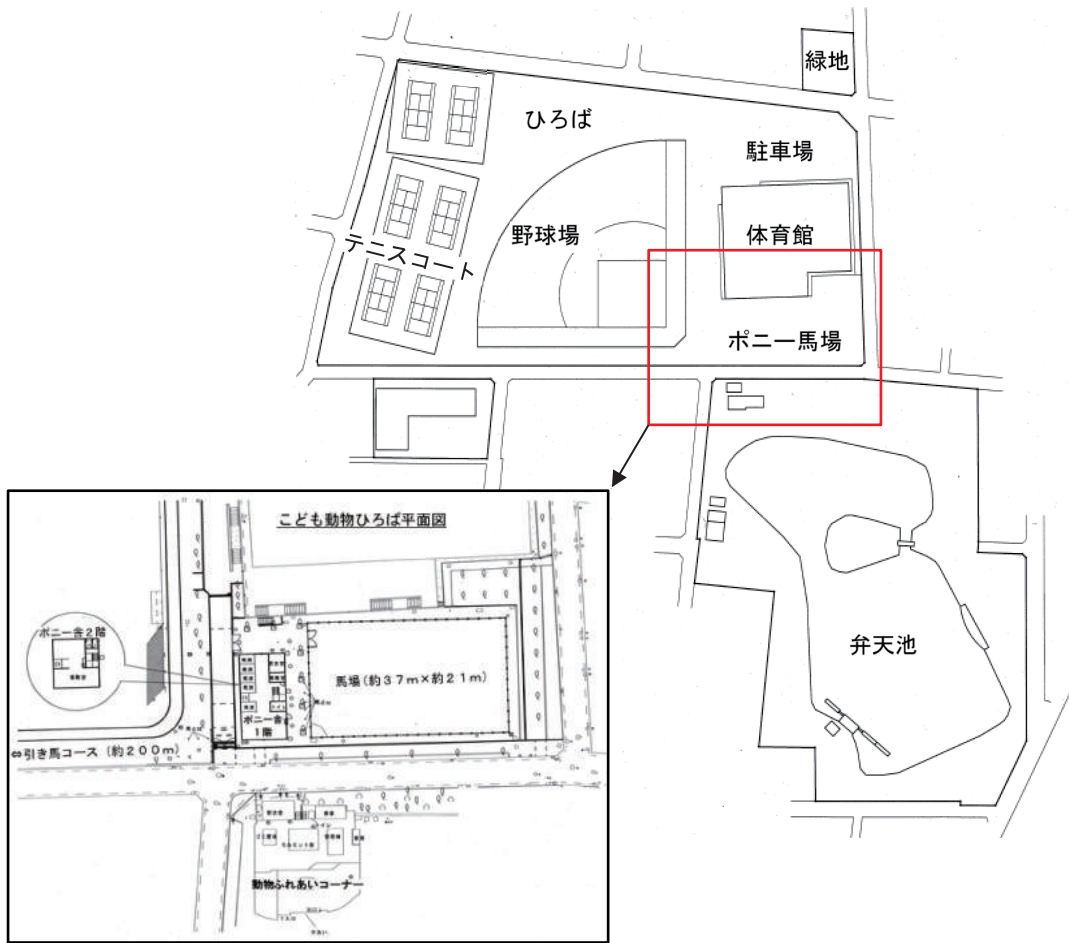
ハード面	背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> ・「高齢社会の到来、生活習慣病の増加による医療費の増大」、「外遊びの減少による子どもの基礎体力の低下」という行政課題を解決するため、平成20年から始まった。 ・それまでは、スポーツセンターを中心とした屋内施設で健康指導を行っていたが、屋外を活用してみるようになった。
	実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> ・事前アンケート調査、近隣住民を対象とした説明会を経て整備を実施した。住民説明会前に実施したアンケートでは、足立区生物園、花畑地域学習センター、花畑公園桜花亭、総合スポーツセンターに調査票を設置し、回答していただいた。 (アンケート結果) ・ウォーキングコースの設置について →日頃健康のために行っている運動として、手軽にできるウォーキングや散歩の回答が多かった。自由意見として、ウォーキングコースの設置を希望する回答が多かった。 ・健康器具の設置について →9割の方が利用したいと回答。希望する健康器具の種類にはバラつきがあった。 <p>平成20年2月 住民説明会を実施 平成20年3月 設計書が完成 平成21年3月 改修工事完了</p>
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりに活用できるウォーキングコースや築山を利用した階段・スロープ、健康器具などを整備。 ・花畑公園の再整備（区画整理）に合わせ、組合の建物があった場所に、健康遊具を設置。
	その他	<p>(「パークで筋トレ」プログラムと公園整備)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・花畑公園は「パークで筋トレ」の最初の事例として健康遊具やゴムチップ舗装のウォーキングコースを整備したが、特別な施設がなくても、既存の公園施設で実施できるようなプログラムを実施している。 ・少しの段差や起伏があれば、プログラムは十分実施できる。保木間公園では白線を引いただけでも様々な運動ができる。 ・公園内の周回コースは需要が高いため、整備を進めていきたい。ウレタン舗装は補修が難しいため、今後整備する公園は、透水性アスファルトにする予定。 ・パークで筋トレを実施する公園を改修する場合等には、プログラムが実施しやすいように、スポーツ振興課と相談しながら計画し、みどり推進課で改修している。 ・スポーツ振興課としては、雨よけや日陰が必要であると考えている。 ・足立区はスポーツ施設の稼働率が高く、全ての人が利用できる状況ではないため、既存公園の利用など、施設に頼らないプログラムを提供していきたい。 (バリアフリー) ・東京都福祉のまちづくり条例に準じてバリアフリー化している。
ソフト面	背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の健康づくりを根付かせていくためには、ハード整備だけでは不十分であり、継続的なソフト事業が欠かせないとの考えから実施。 ・介護保健事業として位置づけ、身近で気軽に参加ができる公園で活動を行っている。
	内容	<p>(パークで筋トレ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プログラムでは指導案をもとに、区公認スポーツ指導員等が2名体制で1時間ほど筋トレ、ウォーキング、コーディネーション運動を指導。プログラムの実施だけでなく、健康遊具やウォーキングコースを活用した効果的な運動方法や健康に関するアドバイスを行っている。 ・公園や講師によって、基本のプログラムは同じだが、力を入れている部分が異なるため、特色がある。複数の公園をまわる参加者もいる。 ・利用者が多い公園は毎週プログラムを実施しているが、その他の公園は隔週で実施している。 ・花畑公園では毎週土曜日の午前10時～11時に開催。 (運営方法) ・プログラムの指導員は当初、区の公認指導員だけだったが、現在では、区公認指導員の他、6つの総合型地域クラブや区スポーツ施設の指定管理者等に依頼している。 (担当する講師は公園ごとにスポーツ振興課が指定。任期は1年間で更新)

	<ul style="list-style-type: none"> ・パークで筋トレを実施している最中は、のぼり旗を会場に設置している。 ・区広報やチラシの配布で活動をアピールしているが、ロコミが一番のアピールになる。 ・スポーツ振興課主催で年に一度「パークで筋トレ」指導者連絡会を行い、各会場の指導案発表や外部講師による熱中症対策講演など、指導者のスキル向上と指導者間の情報共有をはかっている。 <p>○利用状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・花畑公園をモデルとして、令和3年2月現在、全32か所（うち区立公園は27か所）で実施しており、年間で述べ1万5千人程度が参加している。 ・参加者の対象はおおむね65歳以上としているため、70歳前後の方が中心。 ・リピーターが多く、各公園の参加者数の平均は30人ほど。（10～50人の幅がある） ・プログラムの参加者は大半が女性だが、日常的な利用は男性も多くみられる。平日の昼間は男性の利用が目立った。
支援体制	<p>（区公認スポーツ指導員）現場での運営 （スポーツ振興課）「パークで筋トレ」担当課 （地域包括ケア推進課、地域包括ケアセンター）対象となる高齢者への事業周知 （公園管理課）健康遊具・ウォーキングコースの整備</p>
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムが行われない週も、自主的に運動をする習慣を身につけるため、自宅で行える運動を指導することで、個人でサークル的に集まって運動している団体も見られるようになった。 ・公園課の中だけでは、年に1度のイベントは行えるが、日常的に公園を活用するのは難しいため、プログラムの実施はありがたい。
その他の取組状況	<p>（まちなかを歩くウォーキングイベントの実施）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「パークで筋トレ」の他に、まちなかを歩く「ウォーキング教室」を実施している。
配慮事項	—
課題	
備考	<p>足立区公認スポーツ指導員 参照：足立区 HP https://www.city.adachi.tokyo.jp/sports/sidouin.html（令和3年1月14日閲覧）</p>

（平成29年11月調査時点）

16. ホースセラピーによる心身の健康づくりイベントの開催

公園名	碑文谷公園	公園種別	地区公園	面積	4.4ha (4.4ha)	開園年月	昭和 25 年 10 月
所在地	東京都目黒区 6-9-11		公園管理者	目黒区 (都市整備部みどりと公園課)			
指定管理者	(公財) ハーモニイセンター (「こども動物広場」の運営管理のみ)						



碑文谷公園 平面図 (目黒区提供資料をもとに作成)

秋のミニイベントのお知らせ

びびご家族で!

あそびながら一緒に! 家族あそびを体験!

10月8日(日) 10時半~12時 (ポニー舎にて)

「秋だ! ポニーを描こう!」

馬場(運動場)を自由に通り抜けポニー舎、ついでおしり(尻)で中乗り(見てもらえる!)をさせていただきます。
乗じかませのポニーを乗せよう! 乗馬(乗馬以外の乗(乗)の)に高学年(小学生以上)の馬場(乗馬)に挑戦してください!
※雨天決行(設置)に備えてポニー舎を閉めます。

10月22日(日) 10時~12時 (不れあいコーナーにて)

「動物たちの総選挙!」

普段の公園では、動物たちの写真やイラストを展示しています。
今回は、その写真やイラスト、動物たちの声(おんご)や声(おんご)の人気投票を行います。
※投票の動物は、動物のふれあいコーナー(動物ふれあいコーナー)に設置! お楽しみください。 ※雨天中止

10月29日(日) 10時~11時半・13時半~15時 (引き馬コースにて)

「ポニーとハロウィン気分を楽しもう!」

いつもと少し違う、ポニーとハロウィン気分を楽しもう!
この日、ポニーとハロウィン気分を楽しもう! 乗馬(乗馬以外の乗(乗)の)に挑戦してください!
※雨天中止 ※引き馬は、中学生までの親子で体験できます。

ミニイベントチラシ

大人もポニーに乗ろう!

大人・親子乗馬デー

2017年12月3日(日)

~特別プログラム~

- 大人(高校生以上)の乗馬 300円
- 大人と子ども(小1未満)の2人乗り 500円
- にんじんあげ 100円
- グッズ販売 カレンダー・缶バッジ等...

時間: 10時00分~12時00分 (最終受付 11時30分)
13時30分~14時45分 (最終受付 14時30分)

~通常プログラム~

- 子ども(中学生まで)の乗馬 200円

時間: 10時00分~11時30分
13時30分~15時00分

※どちらの乗馬プログラムも、スタッフが引く馬にお乗りいただくスタイルです。

※悪天候の場合中止

お問い合わせ: 目黒区都市整備部みどりと公園課
電話: 03-6271-9196

大人乗馬デーチラシ

(指定管理者提供)

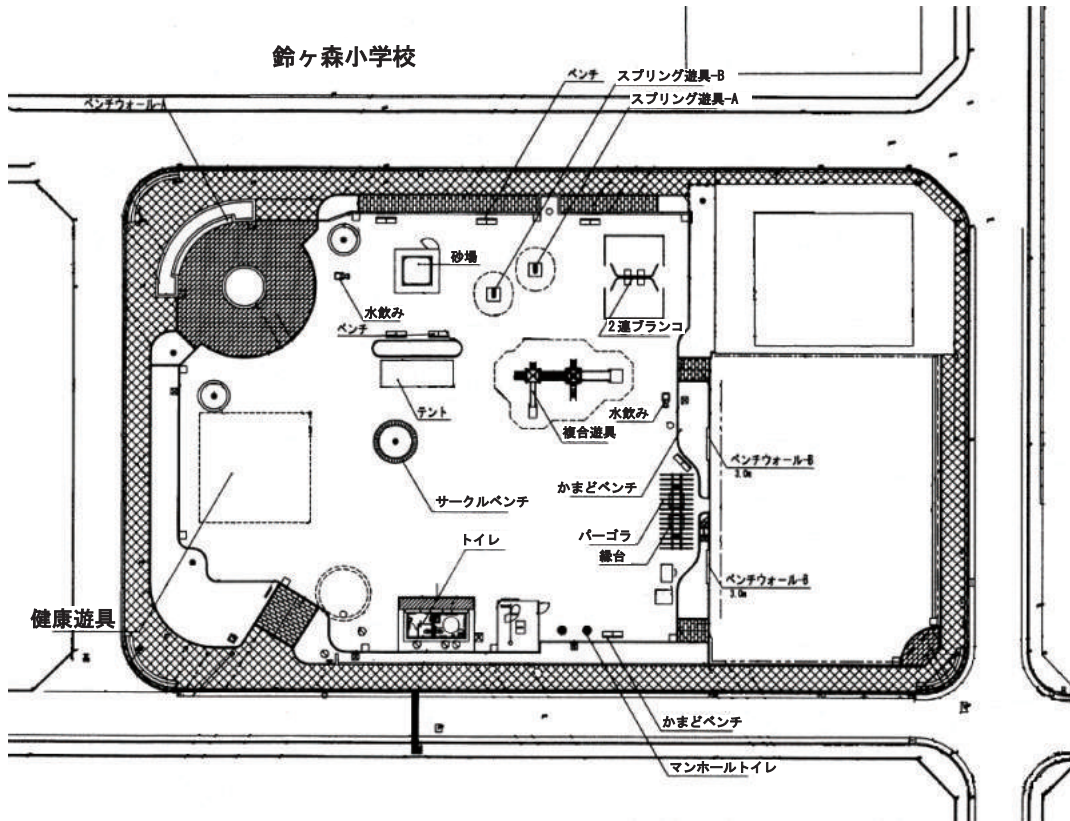
都市内での配置	周辺は住宅地（第一種低層住居専用地域）で、東急東横線学芸大学駅から徒歩6分と交通アクセスが良い。
公園の特徴	中学生以下を対象にした「ポニー乗馬（引き馬）」「ポニー教室（個人）（団体）」「小動物（ウサギ・モルモット、犬等）とのふれあい」を行っている。
ハード面	背景と目的 －
	実施プロセス 昭和8年 東京市により碑文谷公園開園。 昭和25年 目黒区に移管される。 以後、一部をシカ、サル、タヌキ等を飼育・展示するミニ動物園として整備。 昭和55年 改修時に小動物とふれあえる「こども動物広場」の整備開始。 昭和56年 こども動物広場開園。管理運営は(財)ハーモニセンターに委託。 平成7年 碑文谷公園のポニー教室（団体）で障害児団体の利用受入れ開始。 平成11年 第一勧銀グラウンド跡地（のちの碑文谷公園拡張用地）の利用計画に関し、区内の障害者団体から陳情提出「跡地でのこども動物広場の拡充整備等」。議会の所管委員会で障害者団体から提出された陳情「グラウンド跡地での動物広場の拡充整備について」が全会派一致で採択。 平成12年 第一勧銀グラウンド跡地を碑文谷公園拡張部として整備開始。 平成13年 碑文谷公園拡張部 開園。 平成18年 (財)ハーモニセンターがこども動物広場の指定管理者となる。 ※ハーモニセンターへ委託した経緯： 区民まつり（駒場公園）の際のポニーをリースしたことで付き合いがあった。ハーモニセンターから目黒区の公園で常設的にポニー事業ができないか打診があった。ポニー教室等のプログラムが情操教育的であり、また、その運営ノウハウを有している事などから、ハーモニセンターに委託することに決定。
	内容 ○こども動物広場 ・小動物とのふれあいコーナー、ポニー引馬コース、ポニー園
	その他 －
ソフト面	背景と目的 高齢者にも対応したイベント実施 ○背景 2016年の碑文谷公園の池での死体遺棄事件をきっかけに、地域全体でみんなと協力する機運が生まれ、広場のイベントでも積極的に子供以外の参加も受け入れて行こうと考えた。 ○目的 ポニー教室は主にレクリエーションを目的としている。身体への効果は、副産物のようなもの。馬の動きは人の動きに近いので、車椅子を利用する人に効果がある。視点も高くなり、リフレッシュになる。
	内容 ポニー教室運営のなかで、障害を持つ方の受け入れも行っている。 (ポニー教室・個人) 小学生及び中学生を対象とした馬の世話を含めた乗馬教室を行う。小学生は軽乗を基本とした練習、中学生は、単独騎乗等を基本とした練習を行う。当該教室は3ヶ月の単位で毎日2時間実施する。 対象：小学校1年生～中学校3年生 参加方法：コースごとの事前登録制（会員制） 期間：1コース3か月（年4コース実施） 活動時間：各コースの毎週火曜日から日曜日で参加できる日の15:00～17:00 定員：抽選にて各コースとも145名（うち中学生は15名まで） 利用料：1期2,400円/1人 申込方法：年4回（前々月中旬）、「めぐろ区報」「目黒区ホームページ」等で募集記事を載せるほか、こども動物広場にも掲示。各期とも募集期間内に往復はがきで応募。応募者多数の場合は抽選。 (ポニー教室・団体) 中学生以下の子どものグループを対象とし、馬の世話及び乗馬等を組み合わせた個別のプ

	<p>プログラムを実施（1週間につき9教室）。</p> <p>対 象：保育園や幼稚園の園児、小・中学生の団体</p> <p>利用人数：5人以上</p> <p>利用料金：1教室（1時間30分）4,800円</p> <p>利用時間：①火～土 10:00～11:30 ②水・金・土 13:30～15:00 ③火 15:00～16:30</p> <p>教室内容：乗馬の際の注意点説明、乗馬、ニンジンあげ、ポニーへのブラシがけ、ポニーのエサ作り、馬小屋掃除、小動物のふれあいコーナー利用など</p> <p>受付日時：利用したい日の前月1日、午前10:00から</p> <p>受付場所：碑文谷公園こども動物広場ポニー舎</p> <p>受付順位：①区内の障害者団体②区外の障害者団体③区内の一般団体④区外の一般団体⑤その他全ての団体</p> <p>※利用の注意</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1教室で一人あたりの乗馬時間はおよそ15～20分程度 ・このプログラムはレクリエーションを目的としており、乗馬での療法・療育や、個人の乗馬技術の向上のための教室ではない。 ・障害を持つ子どもの乗馬には介助が必要。動物広場の職員だけではなく、団体の引率の大人にもサイドウォーカー（馬の横での介助役）として協力いただく。 <p>（高齢者にも対応したイベント）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・2017年10月からミニイベントで大人（高齢者含む）に対してアプローチするものを取り入れはじめた。ミニイベントはもともと閑散期の真夏や冬に行っている。月によって開催回数は異なる。 ・ポニーを近くで見る、餌やり、写生など。 ・イベントとしては、大人でも乗馬できる日を2～3ヶ月に一度設けている。 ・高齢者でも十分乗馬できるが、遠慮、躊躇する人が多い。 ・そのような高齢者にも、馬ともっと触れあってほしいという思いがミニイベントにも含まれている。 <p>（利用状況）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・利用割合は障害児団体：約70%、健常児団体：約30% ※平成29年度上半期（4月～9月）の利用団体数より平均を算出。 ・広場の利用は主に幼児だが、その親や祖父母も多く来園する他、地域住民や近隣の高齢者施設の利用者が散歩で訪れている。 <p>（利用促進）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報は、目黒区と相談しつつ、碑文谷公園内にポスターなどを掲示している。
支援体制	<p>指定管理者がプログラムを運営。</p> <p>ただし乗馬の際の「サイドウォーカー」に関しては引率者などへ協力を依頼。</p>
事業効果	—
その他の取組状況	<ul style="list-style-type: none"> ・子育て支援事業・障害児支援事業として、東京都からの補助金を委託費に充当している。 ・地域主催の公園のお祭りに、体験乗馬などの特別メニューで、こども動物広場も参加している。
公園整備管理上の配慮事項	<p>○バリアフリー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・東京都福祉のまちづくり条例に基づく整備を行っている。
課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ハーモニセンターとしては“ライディングフォーオール”の思いがあるが、碑文谷公園で高齢者の乗馬を教室のような形で行うには、まだまだ調整が必要になる。
備考	<p>○こども動物広場（碑文谷公園）</p> <p>（目黒区 HP https://www.city.meguro.tokyo.jp/kurashi/sports_koen_yoka/koen/omoshiro/dobutsu_hiroba.html）（参照：令和3年1月14日）</p>

（平成29年11月調査時点）

17. 4つの基本運動を行う「うんどう教室」を公園等で開催

公園名	鈴ヶ森公園（ほか）	公園種別	街区公園	面積	0.3068ha (0.3068ha)	開園年月	昭和35年2月
所在地	東京都品川区南大井4-18-14		公園管理者	品川区（防災まちづくり部公園課）			



鈴ヶ森公園 平面図 (H21年3月) (品川区提供図面をもとに作成)



うんどう教室 (写真提供: 品川区)

都市内での配置	・JR 大森駅から徒歩15分ほどの住宅地に位置し、小学校が隣接している。	
公園の特徴	・健康遊具を設置し、高齢者の運動の習慣化のために、運動教室を実施している。	
ハード面	背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> ・社会福祉法人ロイヤルサニーの施設屋上に法人が主体となり、公益財団法人体力づくり指導協会が推奨する健康遊具を設置した。それをきっかけに、公益財団法人体力づくり指導協会が同健康遊具の設置とうんどう教室の運営を1つのパッケージとした事業を品川区にアピールし、区内の公園で展開することになった。 ・鈴ヶ森公園への設置は、雨水調整池（完成平成19年）の設置にともなう改修工事に合わせて行った。
	実施プロセス	<p>平成21年3月27日 鈴ヶ森公園リニューアルオープン</p> <p>平成21年4月10日 鈴ヶ森公園でいきいきうんどう教室初回開催</p>

	<p>内容</p>	<p>○施設概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・8基の健康器具（つまずかないうんどう用遊具、かいだんうんどう用遊具、ふらつかないうんどう用遊具、全身のびのびうんどう用遊具、背中と腰を伸ばすうんどう用遊具、腕立て伏せうんどう用遊具、腹筋・背筋うんどう用遊具、上腕うんどう用遊具）が設置されている。 ・鈴ヶ森公園の整備後は京陽公園、北浜公園にそれぞれ4基の健康遊具を設置。 →面積の関係で今後新たに新設する場合は、4基の設置を予定している。 ・健康遊具は公益財団法人体力づくり指導協会独自の製品だが、設置工事について指定はない。
	<p>その他</p>	<p>○予算等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・東京都の補助金を活用しながら、当初は公園課の予算で整備した。 ・平成30年度に新設する八潮公園については、予算は高齢者地域支援課だが、執行委任で管理は公園課。
ソフト面	<p>背景と目的</p>	<p>－</p>
	<p>内容</p>	<p>○うんどう教室について（平成30年度に「いきいきうんどう教室」から名称変更）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者の運動の習慣化のために、下記の公園に設置された健康遊具を使用し、おおむね65歳以上の区民を対象に各会場月2回90分間の教室を無料で開催。 ▶鈴ヶ森公園(健康遊具8基、3,068㎡、南大井4-18-14)第2、4金曜/14時～15時30分 ▶京陽公園(健康遊具4基、1,441㎡、平塚2-12-3)第2、4金曜/10時30分～12時 ▶北浜公園(健康遊具4基、1,795㎡、北品川2-28)第1、3木曜/10時30分～12時 <p>○プログラム内容</p> <ul style="list-style-type: none"> ・月1回は本教室として、基本うんどうの内容を重視した活動を行い、もう1回は週間日としてうんどうのおさらいをしたり、各自のやりたいうんどうをしたりと、現場の状況に応じて指導員がカリキュラムを組んで実施している。 <p><基本うんどう></p> <ol style="list-style-type: none"> ①つまずかないうんどう：後ろ足のひざとひじを伸ばし、おへそを柱に近づけて10数える。 ②全身のびのびうんどう：鉄棒の真下に入り、腰を前後左右に動かす。 ③ふらつかないうんどう：背筋を伸ばしておなかをへこませた姿勢を意識してまっすぐに歩く。 ④かいだんうんどう：柱を活用しながら台に上り、片足を台から離し、体を支えている膝を曲げてゆっくり下りる。 <p>○運営面での配慮事項</p> <ul style="list-style-type: none"> ・(利用促進)品川区から、うんどう教室での運動や活動日を確認できる「健康ノート」を参加者に無料配布し、教室がない日でも運動する意識を持てるように配慮している。 ・参加者同士の声かけや指導員が個人へ声かけする際に有効であるため、参加者にはネームホルダーをつけてもらっている。緊急時に氏名を確実に認知するのも必要であると考えている。 ・参加者には会場ごとに名前と住所、年齢を登録してもらっている。(強制ではなく、特に退会もない) ・指導員が中心となり、参加者に寄り添いながら活動している。 <p>○利用状況</p> <p>参加者数(平均)・指導員数/回</p> <p>鈴ヶ森公園：参加者27人、指導員9人</p> <p>京陽公園：参加者26人、指導員7人(別に養成講座受講者3人)</p> <p>北浜公園：参加者20人、指導員8人(別に京陽公園から2人出向)</p> <p>○広報及び利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者地域支援課がチラシの作成・配布及び区広報紙にて参加者募集記事を掲載。 ・今年度からうんどう教室開催中は、会場にのぼり旗を設置。

	支援体制	<p>○運営について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域指導員（有償ボランティア、2,000 円／回）が各会場での指導を実施している。 ・事務的要員として、各会場 1 名を配置。会場の近隣にある社会福祉法人へ業務を委託している。 <p>○地域指導員について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域指導員の養成は公益財団法人体力づくり指導協会に委託 ・公益財団法人体力づくり指導協会の 2 年間の養成講座（うんどう教室でのサポート含む）を受けた区民を、品川区が地域指導員としている。 →養成にかかる費用は区が負担している。養成期間中のうんどう教室サポートは無償。募集の条件は区内在住の 20 歳以上としている（現在 30～70 代の指導員が活動） ・指導員のフォローアップとして、公益財団法人体力づくり指導協会が年 4 回講習を実施している。 <p>○関係団体</p> <ul style="list-style-type: none"> ・品川区高齢者地域支援課、公園課 ・公益財団法人体力づくり指導協会 ・地域指導員 ・公園周辺の社会福祉法人等
	事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・公園に健康器具を設置しているため、教室に参加することで外出の動機づけとなる。 ・個人の活動だけでなく、教室に参加することで、仲間と活動する機会となる。 ・高齢者に配慮したつくりの健康遊具であるため、安全な使用を見込める。
	公園整備管理上の配慮事項	<p>○部署間の連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園を活用した高齢者の活動であるため、公園課と高齢者地域支援課の連携は欠かせない。 <p>○地域への配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> ・教室中は、参加者が他の公園利用者を圧倒することがないように、また、他の利用者の活動が教室参加者への妨害にならないように配慮している。 ・新規公園となる八潮公園については、自治会の会長・副会長に説明している。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ・健康遊具の設置可能な公園の確保や設置後のメンテナンスが課題としてあげられる。
	備考	<p>○今後の展開</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成 30 年度から八潮公園に 4 基の健康遊具を新設し、うんどう教室を実施（平成 30 年度 12 月より事業開始） ・健康遊具や「うんどう教室」がない場合でも自主的に運動できるようにする。 <p>○公益財団法人体力づくり指導協会（http://www.tairyoku.or.jp/（令和 3 年 1 月 14 日閲覧））</p>

（平成 29 年 11 月調査時点）

18. 公園を使ったワークアウト（筋トレ）の利用

公園名	日比谷公園（ほか）	公園種別	総合公園	面積	（16.16ha）	開園年月	明治36年6月
所在地	東京都千代田区日比谷公園		公園管理者	東京都（東部公園緑地事務所）			
指定管理者	（公財）東京都公園協会						



日比谷公園 平面図

健康遊具設置場所

（日比谷公園マネジメントプラン <http://www.kensetsu.metro.tokyo.jp/content/000021378.pdf>

（令和3年1月18日閲覧）より引用）



草地広場前的高鉄棒



草地広場前の吊輪



草地広場内の遊具



健康広場

都市内での配置		・皇居や省庁、商業ビルが隣接する、市街地の公園
公園の特徴		・公園内の遊具で筋力トレーニングを行う人が多数みられる。
ハード面	背景と目的	－
	実施プロセス	－
	内容	○施設概要 ・日比谷公園北側の健康広場、草地広場および周辺園路に健康遊具が設置されている。 ・園路脇に設置された健康遊具は高鉄棒や吊り輪など、運動強度が高い。 ・健康広場は平成 27 年にリニューアルされている。
	その他	(指定管理者) 健康遊具の管理点検 ・年 2 回の点検 ・毎月 1 回以上、遊具点検の講習を受けた職員による点検 ・一般的でない利用が多い高鉄棒はボルトのゆるみが通常より早いため、より注意して点検・管理している
ソフト面	背景と目的	－
	内容	(ストリートワークアウト※) ○個人利用について ・健康広場に設置してある健康遊具で筋力トレーニングを実施している。(主に個人) 年齢層：20～60 代と幅広い 男女比：9 割以上が男性。女性の利用は休日にグループで来る程度 所 属：周辺の会社に勤める会社員がほとんど 時間帯：平日の昼、休日の昼 人 数：グループの利用がある時は 10～20 人程度。個人のみだと 5～6 人程度 ○団体利用について ・草地広場の前に設置してある高鉄棒や吊り輪でトレーニングやパフォーマンスを実施している。(主に団体) ・サークル活動に対して利用届はお願いしていないので、把握しきれていないが、下記団体は認識している。 ストリートワークアウト東京 毎週日曜日、13 時から (冬季は 11 時から) 活動。自由参加、自由解散、参加費無料。 ※ストリートワークアウト 公園や公共施設の遊具等を活用して、屋外で身体を鍛えること。 鉄棒では懸垂や足あげ腹筋、段差・ベンチでは昇降運動や腕立て伏せが行える。
	支援体制	・危険で、一般的でない利用 (大車輪やヒューマンフラッグ) がみられる場合のみ、指定管理者から声がけをしている。
事業効果		一般的な健康遊具や器具の利用は以前から見られるが、団体のパフォーマンスは動画サイト (Youtube) への投稿をきっかけに、参加者や取材が増えている。
配慮事項		－
課題		
備考		ストリートワークアウトジャパン (SWJ) https://sw-japan.jimdo.com/ (令和 3 年 1 月 25 日閲覧) NHK おはようビタミン (2018 年 1 月 22 日放送)

(平成 29 年 11 月調査時点)

都市内での配置		<ul style="list-style-type: none"> 眺望が抜群だが、海風が強い立地。 平潟湾沿いの海に面したほぼ正方形の公園。 												
公園の特徴		<ul style="list-style-type: none"> 公園愛護会が清掃活動等を実施している。 公園愛護会を中心に「公園 de 健康づくり」の活動を行っている。 												
ハード面	背景と目的	—												
	実施プロセス	—												
	内容	ハード面として、公園へ健康器具を設置したり、トリムコースを整備する取組みを行っている。												
	その他	—												
ソフト面	背景と目的	<p>○「公園 de 健康づくり」の取組の経緯</p> <p>横浜市中期4か年計画（2014～2017）に位置付けている「公園・緑地の整備・活用などによる健康づくりの場の創出」を実現するため、環境創造局では、平成27年度から、ソフト・ハード両面による「健康づくり公園事業」を、区局連携のもと進めている。その一環で、公園での健康づくり活動を支援する冊子「公園 de 健康づくり」を作成した。</p> <ul style="list-style-type: none"> 横浜市中期4か年計画（2014～2017）の施策15 健康づくりと健康危機管理などによる市民の安心確保 <table border="1" data-bbox="422 824 1372 992"> <tr> <td>1</td> <td>全市民で取り組む健康づくりの推進</td> <td>所管</td> <td>健康福祉局、環境創造局、道路局【区】</td> </tr> <tr> <td colspan="4">「第2期健康横浜21」などに基づき、食育の取組や運動などによる生活習慣の改善と、がん検診と特定健診の普及など生活習慣病の重症化予防への取組を推進します。また、健康みちづくり（歩行空間等の整備検討）や公園・緑地の整備・活用などによる健康づくりの場の創出に取り組みます。</td> </tr> <tr> <td>想定事業量</td> <td>第2期健康横浜21などによる事業推進【直近の現状値】25年度：推進</td> <td>計画上の見込額</td> <td>187億円</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> 関連事業…健康福祉局事業の「つながり de 健康づくり」等の事業、道路局の健康みちづくり推進事業、金沢区第3期地域福祉保健計画（平成28年度～平成32年度） <p>（参考）</p> <p>○健康みちづくり推進事業（横浜市）</p> <div data-bbox="422 1227 1372 1355" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>健康みちづくり推進事業とは健康増進や外出意欲の向上に資する歩行空間を整備することにより、楽しみながら健康づくりに取り組める場を創出するとともに、一人ひとりの健康寿命を延ばし、いきいきと楽しく暮らせる活力ある横浜を創ることを目的とした事業です。</p> </div> <p>出典：横浜市 HP https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/machizukuri-kankyo/doro/jigyo_kikaku/kenmichi/kenmichi.html（令和3年1月18日閲覧）</p> <div data-bbox="858 1370 1364 1675" style="text-align: center;"> <pre> graph TD A(幅広い世代の健康づくり) --- B(健康みちづくり) B --- C(事業間連携 (道路・河川・公園緑地など)) B --- D(地域との連携・協働) </pre> </div> <p>出典：健康みちづくり推進事業実施計画【概要版】，横浜市 HP 同上 横浜市健康みちづくり推進事業の基本的な考え方</p>	1	全市民で取り組む健康づくりの推進	所管	健康福祉局、環境創造局、道路局【区】	「第2期健康横浜21」などに基づき、食育の取組や運動などによる生活習慣の改善と、がん検診と特定健診の普及など生活習慣病の重症化予防への取組を推進します。また、健康みちづくり（歩行空間等の整備検討）や公園・緑地の整備・活用などによる健康づくりの場の創出に取り組みます。				想定事業量	第2期健康横浜21などによる事業推進【直近の現状値】25年度：推進	計画上の見込額	187億円
	1	全市民で取り組む健康づくりの推進	所管	健康福祉局、環境創造局、道路局【区】										
「第2期健康横浜21」などに基づき、食育の取組や運動などによる生活習慣の改善と、がん検診と特定健診の普及など生活習慣病の重症化予防への取組を推進します。また、健康みちづくり（歩行空間等の整備検討）や公園・緑地の整備・活用などによる健康づくりの場の創出に取り組みます。														
想定事業量	第2期健康横浜21などによる事業推進【直近の現状値】25年度：推進	計画上の見込額	187億円											
内容	<ul style="list-style-type: none"> 公園を活用した健康づくりに役立てるために、冊子「公園 de 健康づくり」を作成（横浜市 HP からダウンロード可能）し、講習会等で活用方法を紹介・指導することで、公園愛護会での実践につなげている。 公園愛護会等で実践し、活動を地域に広げることで地域コミュニティの醸成を図っている。 プログラムを学んだ公園愛護会や保健活動推進員等と連携し、一般の方へも健康づくりの輪を広げている。 <p>○「公園 de 健康づくり」の講習会の実施状況</p>													

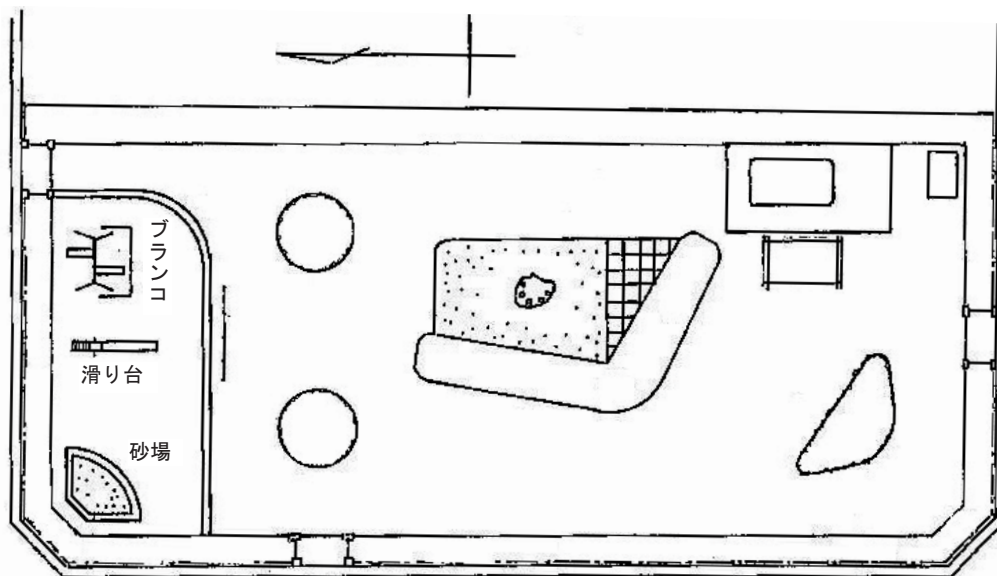
	<p><対象：公園愛護会></p> <ul style="list-style-type: none"> ・現地講習会 平成 28 年 3 月 22 日金沢区洲崎公園講習会 平成 28 年 10 月 15 日瀬谷区二ツ橋公園講習会 平成 29 年 8 月 23 日旭区大原西公園講習会 ・公園愛護会表彰式 平成 25 年～平成 28 年（毎年 11 月開催、全 4 回） ・公園愛護会のつどい 平成 25 年度 旭区、泉区 平成 26 年度 南区、保土ヶ谷区、磯子区、金沢区、港北区、都筑区、戸塚区、泉区 平成 27 年度 神奈川区、南区、旭区、青葉区、戸塚区、泉区 平成 28 年度 神奈川区、栄区 <p><対象：その他></p> <p>平成 28 年 4 月鶴見区食生活等改善推進員総会 平成 28 年 6 月栄区保健活動推進員全員研修会 平成 28 年 8 月保健活動推進員全体研修会</p> <p>○洲崎公園の愛護会の概要や活動内容</p> <p><愛護会の概要や活動内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎週火曜日の 8 時から 9 時まで、清掃活動を実施。 ・愛護会の仲間の結束が固く、いつも一致協力して活動している。愛護会と自治会がよく連絡を取り、行事を公園で行うことが多い。 ・焼き芋大会や樹名板付け、堆肥づくり、3 か所の花壇づくり、パパと凧揚げ大会など、工夫を凝らした様々な行事を通して世代を超えた交流が行われている。 ・公園の立地特性から、平潟湾からの海風が公園のグラウンド表面の砂を公園の北側に吹き飛ばすので、以前は常に砂を公園中央まで一輪車やリヤカーで運ぶ作業に努めていた。愛護会が高齢化して重労働である砂運びを解消するため、平成 25 年度、改修工事でグラウンド全面に芝を張った。平成 26 年 7 月に芝のグラウンドがオープンし、愛護会では緑の芝を維持するため、こまめに小さな草でもみんなで取り、夏場は 2 日に 1 回、交代で芝生に水をやるなど活動の工夫をしている。 <p><公園 de 健康づくり></p> <ul style="list-style-type: none"> ・洲崎公園での活動は平成 26 年度公園愛護会表彰式で黒田先生の講演を聞いた会長から、ぜひ自分たちの公園でやってほしい、という要望があったため始まった。
<p>支援体制</p>	<p>○「公園 de 健康づくり」の作成にあたって、連携を行った部署や関係機関</p> <ul style="list-style-type: none"> ・横浜市健康福祉局 ・黒田恵美子氏（NPO 法人けつあつ会常務理事、東海大学医学部客員准教授）
<p>事業効果</p>	<p>○「公園 de 健康づくり」のプログラムの実施における成果や課題など</p> <p><成果></p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園愛護会が中心となり、地域ぐるみの健康づくり活動に取り組んでいただくことにより、活動中の怪我予防も期待でき、また公園愛護会の裾野の拡大につながるとともに、地域交流の推進、さらには地域コミュニティの醸成にも発展することが期待できる。 <p><課題></p> <ul style="list-style-type: none"> ・冊子の活用方法 冊子は、単なるばら撒きになってしまうと、冊子をもらったという満足感のみでうまく活用されないという懸念がある。公園で活用して頂くことで効果が上がると考えているので、公園を活用した健康づくりに対して配布している。しかし、冊子が欲しい、活用したいという声为数多くあるため、市のホームページからダウンロードできるようにした（横浜市 HP 同上）。また、公園以外の場所で使うものについては、健康福祉局で増刷したものを配布している。 ・公園愛護会や地域に対する普及方法 まだまだ、公園での健康づくりを取り入れて活動を行っている方は少ない状況である。そこで、健康づくりに長けている保健活動推進員と公園愛護会が連携し、公園で健康づくりを行うような仕組みができると良いと考えている。例えば、公園愛護会に対して、維持課

	<p>の専門職員が様々な活動のサポートを行う技術支援というメニューがあるため、その中に、健康づくり講習会も加えることで、周知や活用が図られるのではないかと考えている。</p>
その他の取組状況	<ul style="list-style-type: none"> ・瀬谷区：パークで筋トレ 健康遊具を使って楽しくストレッチや筋力トレーニングをする方法をプロのインストラクターが紹介する。 ・各区で様々なウォーキングマップが発行されており、公園を中継地点としていることが多い。
配慮事項	—
課題	「公園 de 健康づくり」のプログラムの実施における課題は前述
備考	—

(平成 29 年 11 月調査時点)

20. 「健康づくりサポーター公園体操」の開催

公園名	明田公園（ほか）	公園種別	街区公園	面積	0.2ha (0.2ha)	開園年月	昭和16年3月
所在地	京都府京都市南区東九条南烏丸町12		公園管理者	京都市（建設局南部みどり管理事務所）			



明田公園 平面図（京都市提供平面図より作成）



明田公園①



明田公園②



明田公園③



明田公園④

（京都市提供）

都市内での配置	・地下鉄の駅やバス停から近くアクセスがよい。また、市民グラウンドに隣接しており、付近には小中学校がある。
公園の特徴	・南区の健康づくりサポーター（健康チャレンジャーみなみ〜ず）が公園で体操を行っている。

ハード面	背景と目的	－																																																												
	実施プロセス	－																																																												
	内容	－																																																												
ソフト面	背景と目的	<p>○背景</p> <p>京都市健康づくりサポーターは、平成20年3月の「京都市健康づくりプラン」の見直しにより、ヘルスプロモーションの理念を基本とし、市民一人ひとりが主体となった健康づくりをより一層推進するため、養成を開始した。</p> <p>京都市健康づくりサポーターは住民の身近な場所を活動の場としており、その1つとして公園での活動を展開している。</p> <p>○目的</p> <p>京都市健康づくりサポーターの養成・支援は、地域において健康づくりに関する知識や技術の普及啓発を实践できるボランティアを養成し、そのグループが地域で活動することにより、市民相互で支えあって健康づくりに取り組める環境づくりを目的としている。</p>																																																												
	実施プロセス	・公園での活動開始年月については、各公園により異なる。																																																												
ソフト面	内容	<p>○地域健康づくりグループ育成事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・京都市内各区で、「健康」について考え、地域の健康づくりに貢献する「健康づくりサポーター」（ボランティア）を養成。 ・活動の分野は「身体活動・運動」「栄養・食生活」「歯の健康」「喫煙」「飲酒」「定期的な健康診査」「休養・こころの健康」。 ・活動方法は個人での「ロコミ・普及啓発型」、「保健福祉センター事業協力型」のほか、「自主活動型」では、サポーター自ら市民が参加する事業の計画・運営を実施。 ・公園等を会場にした活動には、体操やウォーキングがある。 																																																												
	内容	<p style="text-align: center;">表 各区の活動（京都市提供資料）</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>曜</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>日</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">1週目</td> <td>午前</td> <td>山科 ウォーキング 右京 さが体操</td> <td>上京 橋公園 ウォーキング・体操 右京 おむろ体操</td> <td>北 シルクウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操</td> <td>右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場</td> <td>山科 ウォーキング 南 竹京公園体操 右京 梅津体操</td> <td rowspan="8" style="text-align: center; vertical-align: middle;">※2019年8月時点の情報です。 会場等が変更になっている可能性がありますので、御注意下さい。</td> </tr> <tr> <td>午後</td> <td>深草 深草がんちゃん体操</td> <td></td> <td>南 久世西老人福祉センター体操 左京 さくらちゃん体操</td> <td></td> <td>右京 サンサ体操</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">2週目</td> <td>午前</td> <td>山科 ウォーキング 右京 さが体操 南 ヘルスピア21体操 下京 有隣公園体操</td> <td>上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操</td> <td>北 二水楽歩会 ウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操</td> <td>下京 老人福祉センター体操 南 明田公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場</td> <td>山科 ウォーキング 右京 梅津体操</td> </tr> <tr> <td>午後</td> <td></td> <td>西京 はなびさ保育園体操</td> <td>左京 さくらちゃん体操</td> <td></td> <td>中京 みつばち体操 右京 サンサ体操</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">3週目</td> <td>午前</td> <td>山科 ウォーキング 右京 さが体操 西京 竹エクスサイズ</td> <td>上京 橋公園 ウォーキング・体操 南 南老人福祉センター体操 右京 おむろ体操 西京 老エクスサイズ</td> <td>山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操</td> <td>南 山ノ本公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場</td> <td>山科 ウォーキング 右京 梅津体操</td> </tr> <tr> <td>午後</td> <td></td> <td></td> <td>左京 さくらちゃん体操</td> <td></td> <td>右京 サンサ体操</td> </tr> <tr> <td rowspan="2">4週目</td> <td>午前</td> <td>北 キタエちゃん体操☆ひろば 山科 ウォーキング 右京 さが体操 下京 有隣公園体操</td> <td>上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操</td> <td>山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 西京 ウォーキング 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操</td> <td>右京 笑顔ランド体操</td> <td>山科 ウォーキング 南 久世橋公園体操 右京 梅津体操</td> <td>北 楽々会体操</td> </tr> <tr> <td>午後</td> <td></td> <td></td> <td>左京 さくらちゃん体操</td> <td></td> <td>中京 みつばち体操 右京 サンサ体操</td> </tr> </tbody> </table> <p>(健康づくりサポーターの育成について)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりサポーターは、各区・支所保健福祉センターで養成・支援を実施している。 ・各区役所・支所保健福祉センターにより、年1回は養成講座を実施している。また、最新 	曜	月	火	水	木	金	日	1週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操	上京 橋公園 ウォーキング・体操 右京 おむろ体操	北 シルクウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 南 竹京公園体操 右京 梅津体操	※2019年8月時点の情報です。 会場等が変更になっている可能性がありますので、御注意下さい。	午後	深草 深草がんちゃん体操		南 久世西老人福祉センター体操 左京 さくらちゃん体操		右京 サンサ体操	2週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操 南 ヘルスピア21体操 下京 有隣公園体操	上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操	北 二水楽歩会 ウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	下京 老人福祉センター体操 南 明田公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 右京 梅津体操	午後		西京 はなびさ保育園体操	左京 さくらちゃん体操		中京 みつばち体操 右京 サンサ体操	3週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操 西京 竹エクスサイズ	上京 橋公園 ウォーキング・体操 南 南老人福祉センター体操 右京 おむろ体操 西京 老エクスサイズ	山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	南 山ノ本公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 右京 梅津体操	午後			左京 さくらちゃん体操		右京 サンサ体操	4週目	午前	北 キタエちゃん体操☆ひろば 山科 ウォーキング 右京 さが体操 下京 有隣公園体操	上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操	山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 西京 ウォーキング 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	右京 笑顔ランド体操	山科 ウォーキング 南 久世橋公園体操 右京 梅津体操	北 楽々会体操	午後			左京 さくらちゃん体操	
曜	月	火	水	木	金	日																																																								
1週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操	上京 橋公園 ウォーキング・体操 右京 おむろ体操	北 シルクウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 南 竹京公園体操 右京 梅津体操	※2019年8月時点の情報です。 会場等が変更になっている可能性がありますので、御注意下さい。																																																							
	午後	深草 深草がんちゃん体操		南 久世西老人福祉センター体操 左京 さくらちゃん体操		右京 サンサ体操																																																								
2週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操 南 ヘルスピア21体操 下京 有隣公園体操	上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操	北 二水楽歩会 ウォーキング 山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	下京 老人福祉センター体操 南 明田公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 右京 梅津体操																																																								
	午後		西京 はなびさ保育園体操	左京 さくらちゃん体操		中京 みつばち体操 右京 サンサ体操																																																								
3週目	午前	山科 ウォーキング 右京 さが体操 西京 竹エクスサイズ	上京 橋公園 ウォーキング・体操 南 南老人福祉センター体操 右京 おむろ体操 西京 老エクスサイズ	山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	南 山ノ本公園体操 右京 笑顔ランド体操 伏見 神川げんき広場	山科 ウォーキング 右京 梅津体操																																																								
	午後			左京 さくらちゃん体操		右京 サンサ体操																																																								
4週目	午前	北 キタエちゃん体操☆ひろば 山科 ウォーキング 右京 さが体操 下京 有隣公園体操	上京 上京区総合庁舎体操 南 琵琶塚公園体操 右京 おむろ体操	山科 ウォーキング 右京 やまのうち体操 西京 ウォーキング 伏見 伏見げんき広場 下京 梅小路公園体操	右京 笑顔ランド体操	山科 ウォーキング 南 久世橋公園体操 右京 梅津体操		北 楽々会体操																																																						
	午後			左京 さくらちゃん体操		中京 みつばち体操 右京 サンサ体操																																																								

	<p>の知識・技術の習得を目的として、スキルアップ講座も実施している。</p> <p>→保健師、医師、管理栄養士、歯科衛生士、健康運動指導士等から、身体、栄養、口腔衛生、体操技術等の基礎知識と技術を学ぶ（参加は申込制・無料）。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・隔月に1回、各区の健康づくりサポーター代表者が集まり、情報交換を行う代表者連絡会を実施しているほか、年1回全市の健康づくりサポーターが集まり、交流を行っている。 <p>(明田公園)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎週第2木曜日開催。雨天の場合は元東和小学校北校舎多目的ホール 10:00～ <p>(その他実施公園)</p> <p>小川公園、橘公園、梅小路公園、有隣公園、琵琶塚公園、竹尻公園、久世橋公園、山ノ本公園、明田公園、山ノ内赤山公園</p> <p>○高齢者の利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりサポーター活動紹介リーフレット[※]等を幅広く配布している。
支援体制	<p>健康プログラム担当課1：京都市健康福祉局健康長寿のまち・京都推進室健康長寿企画課</p> <p>健康プログラム担当課2：各区役所・支所保健福祉センター健康長寿推進課</p> <p>健康づくりサポーター連絡会：京都市健康づくりサポーター代表者連絡会事務局</p> <p>各活動の計画・運営：健康づくりサポーター</p> <p>(連携体制)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成28年度からは、公園に設置されている健康遊具の積極的活用に着目するため、健康づくりサポーターに公園の健康遊具に対する理解を深めていただくよう、公園管理部門と連携を図っている。
事業効果	—
公園整備管理上の配慮事項	—
課題	—
備考	<p>※健康づくりサポーターと一緒に健康づくりに取り組みませんか</p> <p>(出典：京都市 HP https://www.city.kyoto.lg.jp/hokenfukushi/page/0000244036.html (令和3年1月18日閲覧))</p>

(平成30年11月調査時点)

2 1. 公園を場とした多様な主体の健康づくりプログラムの開催

公園名	山田池公園	公園種別	広域公園	面積	75.8ha(73.7ha)	開園年月	昭和 54 年 10 月
所在地	大阪府枚方市山田池公園 1-1		公園管理者	大阪府	指定管理者	(一財)大阪府公園協会	



山田池公園平面図

(出典：山田池公園 HP : <http://yamadaike.osaka-park.or.jp/yamadaikemap> (令和 3 年 1 月 18 日閲覧))



ボランティアによるウォーキングイベント



指定管理者による健康づくりイベント
(ヘルシージョイクラブ)

(出典:写真左 枚方市 HP : <https://www.city.hirakata.osaka.jp/0000001812.html> (令和 3 年 1 月 18 日閲覧)
写真右 (一社)公園からの健康づくりネット提供)

都市内での配置	・枚方市のほぼ中央に位置する。公園の東側および北側は新しい住宅地が整備されているが、南側には農地や樹林地が残されている。公園の西側には枚方市立競技場および総合体育館が立地している。
---------	--

	<ul style="list-style-type: none"> ・最寄駅の JR 学研都市線藤阪駅から 700m で、第二京阪道路「枚方東 IC」から車で約 10 分の距離にある。 ・山田池公園の南東には、民間の温浴施設（スパリゾート・スーパー銭湯）がある。 	
公園の特徴	山田池とその周りの豊かな自然を生かした公園であり、園内には水生花園、花木園をはじめ、四季折々の花と緑を楽しめるスポットが点在している。秋にはどんぐり拾いもでき、都市のなかのリラクゼーション・スペースとして多くの人に親しまれている。	
ハード面	背景と目的	－
	実施プロセス	－
	内容	<p>○公園内をジョギング・ウォーキングしやすいコース設定と情報提供</p> <ul style="list-style-type: none"> ・園路はほとんどが舗装されており、疲れた時には休憩所や水飲み場、自動販売機が各所に設置され、トイレも整備されている。南地区に設置されている、走ったり、歩いたりする速さを計測できる S J メイト（路面距離シート）を使うと、ご自分のスピード（無理せず十分な運動強度を得られる“ニコニコペース”）や体力レベルを確認できる。 ・スロージョギング®（“ニコニコペース”のジョギング）の How to 看板を設置。 ・「ニコニコノート」（“ニコニコペース”記録ツール）を作成、配布中。 ・コースの組合せによってさまざまな距離のコースを選ぶことができる。平坦なコースもあれば、アップダウンのあるコースを設定することもできる。（モデル周回コースを 6 タイプ設定。コースを示すチラシを園内で配布中、また、山田池公園 HP でも公開中。） ・ジョギングなどで着替えたり、荷物を預けたりするときは、パークセンターの更衣室・貸しロッカーが利用できる。
ソフト面	背景と目的	
	内容	<p>「多様な主体による健康づくりプログラムの取り組み」</p> <p>○市民ボランティアによる取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・枚方市保健センターで養成された健康づくりボランティアグループ「健康リーダー」は、中学校校区でボランティアとして市民の健康づくりのために、生涯学習市民センターなどを活動場所とし、健康料理講習会や健康体操を開催するなど、地域で活動している。 ・健康リーダーのグループに、「はつらつ City」があり、枚方市全域にわたって「運動」に関する活動を展開しており、平成 17 年度より枚方市内のウォーキングイベントを開催しており、山田池公園も会場として活用している。 ・平成 29 年度ではイベントとして、「観梅ウォーク」が平成 30 年 2 月 26 日に開催され、JR 長尾駅（東口）～王仁公園～JR 藤阪駅～山田池公園東入り口～美月橋～梅林園（解散）のコースで歩いた（歩行距離 約 6km）。イベントの主催者は、健康リーダー及び枚方市保健センター（当日は職員も同行する）。 <p>○指定管理者による取り組み</p> <p>山田池公園では、地域住民の健康づくりを目的としたイベントやプログラムを、指定管理者が主体となって実施。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スロージョギング教室（平成 25 年 11 月 16 日、平成 26 年 2 月 22 日、平成 27 年 4 月より毎月定期実施） ・公園でからだにいいこと DAY（平成 26 年 4 月 5 日） ・ゆっくり走ろう会（平成 27 年 4 月より毎週定期実施。サークル化） ・ヘルシージョイクラブ山田池公園（フラダンス、ヨガ、ウォーキング、太極拳、ジョギングなど各種エクササイズを毎日実施、平成 28 年 11 月～） <p>○民間施設による取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・山田池公園から 2km 南東にある温浴施設（スパリゾート・スーパー銭湯）では、健康づくり活動を利用者に提供しており、平成 24 年頃まで山田池公園を活用したウォーキング教室を実施していた。 ・有料で実施したイベントであり、温浴施設利用とセットにする等のサービスも行っていましたが、参加者があまり集まらないイベントであったため、平成 29 年度現在は実施されていない。

支援体制	・市民ボランティアの活動に対して、枚方市（保健センター）がイベントの広報、当日運営の支援等を行う。
事業効果	－
公園整備管理上の配慮事項	<p>指定管理者がヘルシージョイクラブ山田池公園をはじめ、山田池公園を地域の健康づくりの場として、各種の健康づくりイベントやプログラムを実施するにあたって、以下の点に配慮。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・インストラクターはできるだけ地元で探す ・多くの人に参加し、継続してもらえるように、すべて初心者向けの内容 ・継続のきっかけ（成功体験）として自分の身体の変化を客観的に知ってもらえるように、体組成計を園内（パークセンター）に設置 ・地元のFM局やミニコミ誌と連携して、健康づくりの取組を市民へ広く情報発信
課題	
備考	<p>大阪府営山田池公園ホームページ http://yamadaike.osaka-park.or.jp/ （令和3年1月18日閲覧）</p>

（平成29年11月調査時点）

2.2. 都市公園を活用した健康づくりを専門とする外部団体による健康づくりイベントの開催

公園名	淀川河川公園（ほか）	公園種別	国営公園	面積	1,216ha (240.6ha)	開園年月	昭和48年7月
所在地	大阪府守口市、枚方市、寝屋川市、摂津市、高槻市、三島郡島本町、京都府乙訓郡大山崎町、八幡市			公園管理者	国土交通省近畿地方整備局 淀川河川事務所		
運営維持管理業務受託者	H28-31 淀川河川公園運営維持管理業務淀川河川公園管理グループ共同体						



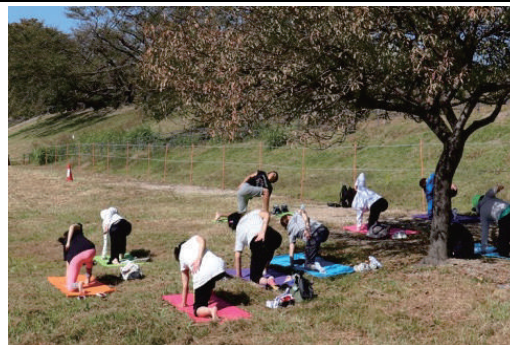
(淀川河川公園 HP <https://www.yodogawa-park.go.jp/> (令和3年1月18日閲覧) 引用平面図より作成)
淀川河川公園（背割堤地区）平面図



(淀川河川公園 HP <https://www.yodogawa-park.go.jp/> (令和3年1月18日閲覧) 引用平面図より作成)
淀川河川公園（枚方地区）平面図



現役選手、OB 選手指導のラグビー教室（枚方地区）



ナチュラルヨガ教室（背割堤地区）



プロ野球 OB 選手による野球教室（枚方地区）



専門学校生とのドッジボール体験（枚方地区）

(淀川河川公園管理グループ共同体提供)

都市内での配置		<ul style="list-style-type: none"> ・淀川河川公園は大阪市・京都市をはじめとする中核都市を流れる淀川沿いの公園で、全川的に市街地や多くの住宅が近接している。 ・名神高速道路・新名神高速道路といった自動車専用道が沿川に集中し、国道2号、23号や国道1号・171号などの広域幹線道路が淀川を横断。JR線、阪急・京阪・近鉄などの鉄道網も発達している。そのため公園へのアクセスがよく、駅から徒歩圏内の地区も複数ある（背割堤・枚方・太子・豊里・西中島・十三地区など）。
公園の特徴		<ul style="list-style-type: none"> ・公園での健康づくりを促進するため、園路が長い、広場が多い等の公園の利点を活かし、ヨガ等の教室を開催している。
ハード面	背景と目的	—
	実施プロセス	—
	内容	—
ソフト面	背景と目的	<p>○背景</p> <ul style="list-style-type: none"> ・本公園は東京オリンピックを契機として日本人の体育の向上を目的に運動施設を多数配置した公園として開園した。また、近年の健康意識の高まりと利用ニーズの拡大にあわせ、長大な園路や広場を有する公園の特徴を活かし、利用者の増加を図る事となった。 <p>○目的</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「健康＝公園」というイメージ定着を図ることにより、公園の存在価値、利用価値を高め、利用者増につなげるもの。
	実施プロセス	<p>○ナチュラルヨガ教室</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年度 4月計画、5月実施計画、7月から毎月第3日曜日に実施開始 →公園でのスポーツ活動普及という目的が、「公園からの健康づくりネット」^{注1}と運営維持管理業務受託者で一致したため、公園主催で活動を開始した。ナチュラルヨガは枚方地区で持込イベントとして実施していたものを、さくらであい館のある背割堤地区（八幡市）での実施をお願いし、講師として招いている。 <p>○よどちゃんと健康チャレンジ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年度4月計画、7月実施計画、10月から公開開始。 <p>○よどがわこどもスポーツスクール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年9月計画、10月実施計画、平成30年1月実施開始（平成30年1月、3月、10月実施。5、9月は雨のため中止） →在阪のプロスポーツチームやスポーツ愛好団体、スポーツ系の専門学校等の協力を求めて実現した。
	内容	<p>○ナチュラルヨガ教室（同日開催）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「公園からの健康づくり」と題し、ナチュラルヨガの教室を定期的に開催。 日 時：毎月第3日曜日 午前中の1時間程度 会 場：淀川河川公園 さくらであい館 または 背割堤地区 定 員：ヨガ15名 参加費：1,000円/回（事前予約制） <p>○よどちゃんと健康チャレンジ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「よどちゃんと健康チャレンジ」は、淀川河川公園内をウォーキング（ジョギング）やサイクリングで巡りながら、距離数や消費カロリー数を記録できる無料のWEBアプリで、iPhone、Androidに対応している。公園内等に設置されたチェックポイントにチェックイン後、運動していただくと、移動した距離数や消費カロリー数を記録することができる。 <p>○よどがわこどもスポーツスクール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・子どもを対象にカラダづくりを応援する「よどがわこどもスポーツスクール」を開催 内 容：各回専門の指導者がスポーツを教えてくれるもの。これまでに野球・ラグビー・ドッジボール、運動会種目の徒競走・体操・大玉ころがし等、3種目ずつのプログラムを実施。 時 間：休日の昼間3時間程度 会 場：淀川河川公園 枚方地区 対 象：年中児～小学4年生（保護者から離れて1人で参加できる）

	<p>定員：150名 参加費：500円（保険料含む）</p> <p>○利用状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者によるウォーキング、ジョギングの利用者は非常に多い。 ・緊急河川敷道路を通行するサイクリストの利用者は非常に多い。 ・春、秋は学校等が昼食休憩場所として利用される。 ・秋から冬にかけては学校のマラソン大会開催場所として活用されている。 <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・イベント情報チラシ「よしぶえ」を年4回発行し、淀川沿江市町の小中学校の児童・生徒に配布している。 ・公園ホームページやSNS公式ページを管理し、情報の定期更新に努めている。
支援体制	<p>(公園)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・都市公園法に基づき、行為許可申請及び占用許可申請等必要に応じて申請書の提出をお願いし、審査の上で受理。その後、運営手法等の確認を行って、当日のイベント運営が安全に実施されるよう配慮している。 <p>○ナチュラルヨガ教室</p> <p>(ひらよが) ナチュラルヨガ教室講師担当 (八幡市健康部) 開催場所である市の後援と広報活動協力</p> <p>○よどちゃんと健康チャレンジ^{注2)}</p> <p>(一般社団法人公園からの健康づくりネット) アプリ開発</p> <p>○よどがわこどもスポーツスクール</p> <p>(オリックス野球クラブ) 野球教室講師担当 (ガンバ大阪) サッカー教室講師担当 (NTTドコモレッドハリケーンズ) ラグビー教室講師担当 (ミズノスポーツサービス) かけっこ教室講師担当 (大阪府フライングディスク協会) フライングディスク教室講師担当 (大阪体操クラブ) 体操教室講師担当 (大阪リゾート&スポーツ専門学校) イベント運営補助</p>
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・こどもスポーツスクールについては、プロスポーツチーム等の協力をいただき、子ども対象ということで人気も高く、参加者が多い。
その他の取組状況	<ul style="list-style-type: none"> ・「淀川寛平マラソン」等の大型マラソンイベント（持込） ・京阪電車、阪急電車等が企画する駅からのウォーキングイベント（持込） ・ウォーキング愛好者向けにウォーキングコースの紹介と距離表示を行っている地区がある。(枚方、大塚、太間)
公園整備管理上の配慮事項	<p>○バリアフリー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・斜路の整備 ・身障者用トイレの配備 ・車いす専用の進入防止策の整備 <p>○健康づくり対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マラソン利用者用に距離標を設置（太間地区・枚方地区） <p>○地域住民に対する配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> ・近隣住民にイベント開催の告知がなされるように、淀川沿江市町の小中学校の児童生徒にイベント情報チラシ（よしぶえ）を配布している。
課題	
備考	<p>注1) 一般社団法人 公園からの健康づくりネット https://parkhealth.jp/ (令和3年1月18日閲覧)</p> <p>都市公園を活用し、健康づくりに取り組むためのプログラム支援、セミナー、計画・運営事業を行う法人。大阪府を中心に活動。</p> <p>○公園からの健康づくりネットによる事業実施公園</p> <ul style="list-style-type: none"> ・寝屋川公園、服部緑地、万博記念公園、山田池公園、大阪城公園、長居植物園、八幡屋公園、鶴見緑地、枚方市民の森、大仙公園、日比谷公園、新宿中央公園、所沢航空記念公園など <p>注2) 淀川河川公園で健康づくり！「よどちゃんと健康チャレンジ」(嬉しい機能が拡大！)</p>

淀川河川公園 HP https://www.yodogawa-park.go.jp/news/yodochanhealthychallenge/ (令和3年1月18日閲覧) (平成30年11月調査時点)
--

ソフト面	内容	<p>○健康づくりの取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康エクササイズ教室（指定管理者の自主事業） <p>○公園お楽しみガイドブックの取組</p> <p>（概要）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・芦屋市の都市公園を紹介するガイドブックのなかで、「公園めぐりで健康づくり」など、市内の複数の公園をウォーキングでめぐって楽しむ提案をしている。 ・HPで公開されている。 <p>（目的）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園ごとの特徴をPRし、利活用を促すために作成された。 <p>（広報、周知方法）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・道路・公園課の窓口に配架 <p>○公園の健康遊具ガイドマップの取組</p> <p>（概要）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・芦屋市内にある33公園、123基の健康遊具の配置状況（平成23年3月現在）について紹介している。 ・HPで公開されている。 <p>○あしやウォーキングマップ</p> <p>（概要）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・こども・健康部健康課（保健センター）にて単独で作成された。 ・健康づくりのために、芦屋市内を歩く2コースを紹介している。 ・健康づくりの場として、市内の公園や社会施設の紹介もしている。 ・HPで公開されている。 <p>（背景）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成30年3月に「第3次芦屋市健康増進・食育推進計画」を策定し、だれもが手軽に健康づくりができるまち「みんなで健やか 元気なあしや」の実現をめざし、健康増進に向けた取り組みを進めている。 ・「あしやウォーキングマップ」は、平成26年11月に発行した「新・あしやウォーキングマップ」の改訂版として令和元年9月に発行した。一部コースを見直し、市内のおすすめウォーキングルートを見どころとともに紹介している。 <p>○公園利用</p> <ul style="list-style-type: none"> ・土日祝日の利用者が多い <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指定管理者にて様々な自主事業の実施、またその事業の広報誌やホームページへの掲載。
------	----	--



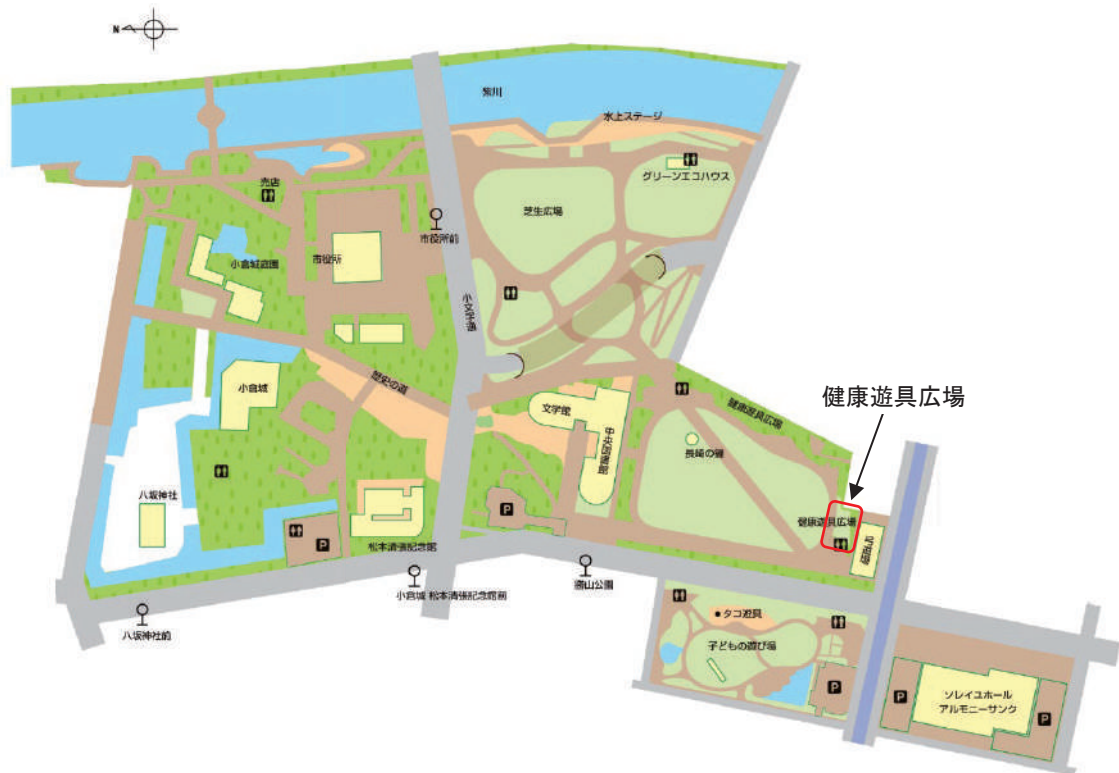
図 あしやウォーキングマップ(子どもも大人も楽しもうコース)
 (出典：芦屋市 HP https://www.city.ashiya.lg.jp/kenkou/documents/walkingmap_ashiya.pdf (令和3年3月19日閲覧))

支援体制	・こども・健康部健康課が、「あしやウォーキングマップ」のなかで公園を紹介
事業効果	・特になし
公園整備管理上の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> (バリアフリー化) ・主要施設での段差解消等。(高齢者の利用促進) ・多目的トイレの設置。(健康づくりへの対応) ・公園内に散策路や健康遊具がある。(地域住民への配慮) ・市や指定管理者が主催のイベントを実施している。 ・年に1回遊具の点検を行い、利用者の安全確保を図っている。
課題	
備考	—

(平成30年11月調査時点)

2.4. 市指定の健康遊具が設置された公園における「公園で健康づくり」の開催

公園名	勝山公園（ほか）	公園種別	総合公園	面積	22.1ha (20.1ha)	開園年月	昭和32年4月
所在地	北九州市小倉北区内2番1号		公園管理者	北九州市（建設局公園緑地部みどり・公園整備課）			



（出典：北九州市公園の本 P47～48 北九州市 HP <https://www.city.kitakyushu.lg.jp/kensetu/05900072.html>
（令和3年1月18日閲覧）

勝山公園平面図



（出典：北九州市公園の本 P84 北九州市 HP 同上）

健康遊具広場

都市内での配置	小倉北区の中心市街地に位置し、諸官庁、百貨店、商店街等に近い。
公園の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・細川、小笠原両氏の居城であった小倉城を中心とした公園で、紫川と一体となった都心部の憩いの場として、多くの市民に親しまれている。 ・「シンボル公園」として、都市の顔として都市レベルから全国レベルまでの様々な行事や催しに対応する。 ・都心の新たなオアシス空間として、周辺の河川や道路と一体的に整備しており、市役所南側エリア（約 4.0ha）においては、多彩なイベントができる大芝生広場や水上ステージ等を開設した。
背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> ・北九州市では平成 25 年 3 月に、平成次世代を担う子どもや若者、そして高齢者まで、すべての世代が地域のつながりの中で健やかで心豊かな生活ができる活力ある社会の実現を目指し、北九州市の健康増進計画として、「北九州市健康づくり推進プラン」を策定した。その後、平成 30 年 3 月には、内容を改訂して「第二次北九州市健康づくり推進プラン」を策定した。 ・「北九州市健康づくり推進プラン」では、身近な地域で健康づくりに取り組める環境づくりのなかで、重点事業として健康づくりを支援する公園整備事業が明記され、第二次の推進プランでも継続されている。
実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> ・北九州市では、特に高齢者の健康づくりのため、医学的・運動学的観点から新たな健康遊具を開発し、日常的に運動が行える公園を整備している。今回、高齢化に伴い弱っていく身体のことや、健康を維持するための正しい運動方法などに詳しい、九州栄養福祉大学リハビリテーション学部長の橋元隆教授の監修のもと、高齢者の健康づくりに効果的な健康遊具を開発・配置した。 <p>（出典：北九州市公園の本 P84 同上）</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: upright;">ハード面</p> <p style="text-align: center;">内容</p>	<p>○健康づくりを支援する公園整備事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康遊具の整備：背伸ばしベンチ、肩・腕の運動器、ストレッチベンチ、ツイストベンチ、腹筋ベンチ、鉄棒、タンDEMウォークの 7 種類を整備 ・北九州市が推奨する健康遊具 <ul style="list-style-type: none"> ・ストレッチ系：背のばしベンチ、肩・腕の運動器、ストレッチベンチ、ツイストベンチ ・筋力UP系：腹筋ベンチ、鉄棒 ・バランス系：タンDEMウォーク ・北九州市の各区に健康遊具（7種）を設置する拠点公園を整備し、高齢者の健康増進につなげていくことを目標としている。また、健康遊具の使い方を知る市民を増やし、街区公園など身近な公園で自発的な健康増進活動が行われていく社会を目指している。 <div data-bbox="534 1400 1284 1915" data-label="Diagram"> </div> <p>（出典：北九州市公園の本 P84 同上）</p> <p style="text-align: center;">高齢者の健康づくりに配慮した遊具配置・プログラム（イメージ）</p> <ul style="list-style-type: none"> ○全種類の健康遊具が設置されている公園（令和元年 5 月時点）：24 公園 ○勝山公園における健康遊具の設置

		<ul style="list-style-type: none"> ・弓道場北側に高齢者の健康づくりに配慮した遊具を設置した健康広場がある。また、図書館南側にも健康遊具を配置した広場がある。
ソフト面	背景と目的	<ul style="list-style-type: none"> ・ハード面に同じ
	内容	<p>○健康づくりを支援する公園整備事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・北九州市では、特に高齢者の健康づくりのため、医学的・運動学的観点から新たな健康遊具を開発し、日常的に運動が行える公園を整備している。また、継続的な健康づくりを促すために、健康遊具を使った高齢者のための運動教室も保健福祉局と連携して行っている。 (公園で健康づくり) ・市民が身近な地域で健康づくりや介護予防に取り組めるよう、健康遊具を開発し、公園に設置している。 ・市民が主催する公園での運動教室に、専門の指導者が出向き、健康遊具を活用した介護予防運動の指導を行っている。北九州市が推奨する健康遊具が1種類以上設置されている公園を使用して行う。(出前教室) ・新規に健康遊具を設置した公園を対象に、健康遊具の使用方法や、介護予防に効果的な運動方法や正しいウォーキング方法を学べる教室を開催している。(公園で運動教室(普及教室)) (公園で健康づくり普及員養成講座) ・公園に設置している健康遊具を活用した介護予防運動の方法や指導ポイントを健康運動指導士等や専門家から学び、地域でみなさんに伝えるコツが習得できる内容の講座。 ・修了後は地域の公園で『公園で健康づくり普及員』として活動できる。 (全4回) <ul style="list-style-type: none"> ①健康遊具の使い方の紹介(実技) ②介護予防の基礎知識と普及活動について(講義) ③健康遊具による健康づくりの指導方法(実技) ④実技講習のまとめ、修了式(実技) ・対象:公園の健康遊具を活用した地域での健康づくりに興味のある方、40歳以上の健康上問題のない方
	支援体制	北九州市保健福祉局 認知症支援・介護予防センターが窓口になり、運動教室の指導者を派遣している。教室の実施担当者は、NPO法人北九州スポーツクラブ連絡会
	事業効果	利用者からは好評を得ており、公園で運動教室も継続して開催されている。
配慮事項		
課題		
備考	—	

(平成29年11月調査時点)

25. 医療機関による健康づくりイベントの開催

公園名	熊本県民総合運動公園	公園種別	運動公園	面積	99.6ha(99.6ha)	開園年月	昭和 53 年
所在地	熊本県熊本市東区平山町		公園管理者	熊本県（教育委員会体育保健課）			
指定管理者	（一財）熊本県スポーツ振興事業団						



熊本県民総合運動公園 平面図

（熊本県民総合公園 HP : http://www.kspa.or.jp/sougou_charge/（令和 3 年 1 月 18 日閲覧）より引用）



芝生広場



多目的グラウンド

（引用：熊本県民総合運動公園 HP 同上）

都市内での配置	市街地から約 30～40 分、熊本空港からタクシーで約 10 分のアクセス。	
公園の特徴	総合的なスポーツ・レクリエーション施設を有し、東西に長い敷地（99.6ha）を持ち、西側から「リフレッシュゾーン」「フィットネスゾーン」「アスリートゾーン」の 3 つのゾーンで構成され、それぞれのコンセプトに沿った形で県民に幅広く日常的に利用されている。	
ハード面	背景と目的	—
	実施プロセス	—
	内容	—

ソフト面	背景と目的	<p>○健康ランニング教室「日赤+走プロ-RUNPRO-」※の取組 ※現在、日赤+総プロ RUNPRO の事業は行っていない。</p> <p>(背景)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「生涯を通じた健康支援」を進める上で、近年関心度が高い「走ること」に着目した。 <p>(目的)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・比較的若い年齢層への健康づくりの普及啓発を目的としている。 																					
	内容	<p>(概要)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・4ヶ月間にわたり、日本赤十字社熊本健康管理センターが主催によりマラソン初心者向けのランニング教室を開催した。 ・走ることを通して「完走」という新たな目標達成への後押しに加え、「栄養」「運動」「休養」の健康づくりへの意識づけを行った。 ・ランニング中は周回コースで管理しやすく工夫し、スタッフによる観察を行いながら、必要時は無理のないよう休憩を促すなどの声かけをして安全に配慮した。 <p>(経緯)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成26年度から開催され、平成29年度まで開催されている。 <p>平成26年度：全11回、平成26年10月17日～平成27年2月6日、延べ273人参加 平成27年度：全10回、平成27年10月17日～平成28年2月13日、 延べ194人参加 平成28年度：全6回、平成28年11月19日～平成29年2月4日、延べ174人参加 平成29年度：全6回、平成29年10月17日～平成30年2月10日、延べ194人参加</p> <p>(詳細内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プログラム内容（平成29年度） <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th></th> <th>テーマ（ワンポイント）</th> <th>参加者数</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1回</td> <td>自分の体健康状態を知る（メディカルチェック・ストレッチ）</td> <td>34</td> </tr> <tr> <td>2回</td> <td>正しいフォームで走る・歩く（フォームチェック・水分補給）</td> <td>34</td> </tr> <tr> <td>3回</td> <td>正しいフォームで走る・歩く（筋トレ・起伏走・食事チェック）</td> <td>33</td> </tr> <tr> <td>4回</td> <td>ペース感覚を身につけよう（体調管理）</td> <td>30</td> </tr> <tr> <td>5回</td> <td>ペース感覚を身につけよう（マッサージ）</td> <td>33</td> </tr> <tr> <td>6回</td> <td>最終調整に向けて（コンディショニング）</td> <td>30</td> </tr> </tbody> </table> <p>○公園利用状況</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成29年度 利用者数 942,519人 ・早朝・夜間のランニング・ウォーキング。土日、祝日の利用が多い。 <p>○公園利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オフィシャルホームページ、オフィシャルブログ、季刊誌の発行 ・施設内での情報提供（掲示板、展示コーナー等） ・マスメディアの活用（新聞、テレビ、ラジオ、フリーペーパー等） ・利用機会の拡大（共用日・共用時間の延長・拡大） 		テーマ（ワンポイント）	参加者数	1回	自分の体健康状態を知る（メディカルチェック・ストレッチ）	34	2回	正しいフォームで走る・歩く（フォームチェック・水分補給）	34	3回	正しいフォームで走る・歩く（筋トレ・起伏走・食事チェック）	33	4回	ペース感覚を身につけよう（体調管理）	30	5回	ペース感覚を身につけよう（マッサージ）	33	6回	最終調整に向けて（コンディショニング）	30
		テーマ（ワンポイント）	参加者数																				
	1回	自分の体健康状態を知る（メディカルチェック・ストレッチ）	34																				
2回	正しいフォームで走る・歩く（フォームチェック・水分補給）	34																					
3回	正しいフォームで走る・歩く（筋トレ・起伏走・食事チェック）	33																					
4回	ペース感覚を身につけよう（体調管理）	30																					
5回	ペース感覚を身につけよう（マッサージ）	33																					
6回	最終調整に向けて（コンディショニング）	30																					
支援体制	<p>○健康ランニング教室「日赤+走プロ-RUNPRO-」の取組</p> <ul style="list-style-type: none"> ・日本赤十字社熊本健康管理センター健康支援課によるイベント主催 ・健康スポーツ医・マラソン経験豊富な運動指導士・保健師・管理栄養士によるサポート 																						
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・施設改修（人工芝化）による利用者数の増加。 																						
その他の取組状況	<p>○健康福祉のためのイベント等</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自然とふれあう事業（登山教室、門松づくり教室、庭木の手入れ教室） ・あらゆる世代のニーズに応えるスポーツプログラムの実施 <p>（キッズ教室、働く世代へのプログラム、高齢者へのプログラム、障がい者へのプログラム）</p>																						

<p>公園整備管理上の配慮事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○連携先 <ul style="list-style-type: none"> ・熊本県 体育保健課、都市計画課、土木課 ○バリアフリー化 <ul style="list-style-type: none"> ・ユニバーサルデザインの推進 ○高齢者の利用促進 <ul style="list-style-type: none"> ・受付での老眼鏡の貸出、車いすの貸出等 ○健康づくりへの対応 <ul style="list-style-type: none"> ・あらゆる世代のニーズに応えるスポーツプログラムの提供 ・遠方の各市町村へ派遣指導 ○近隣施設との連携 <ul style="list-style-type: none"> ・大会・イベント受入れ時等で、年間予約状況において当施設で受け入れが不可能の際、熊本市のスポーツ施設の空き状況を確認するなど互いに連携を行っている。 ○地域住民への配慮 <ul style="list-style-type: none"> ・地元自治会と連携 ・近隣清掃活動や騒音、落ち葉等の清掃。
<p>課題</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○公園の課題 <ul style="list-style-type: none"> ・予算の確保や優秀な人材の確保 ・大会・イベント時における駐車場混雑、及び禁止区域による路上駐車
<p>備考</p>	

(平成 30 年 11 月調査時点)

26. 老人会による公園清掃や健康体操（高津公園体操）の開催

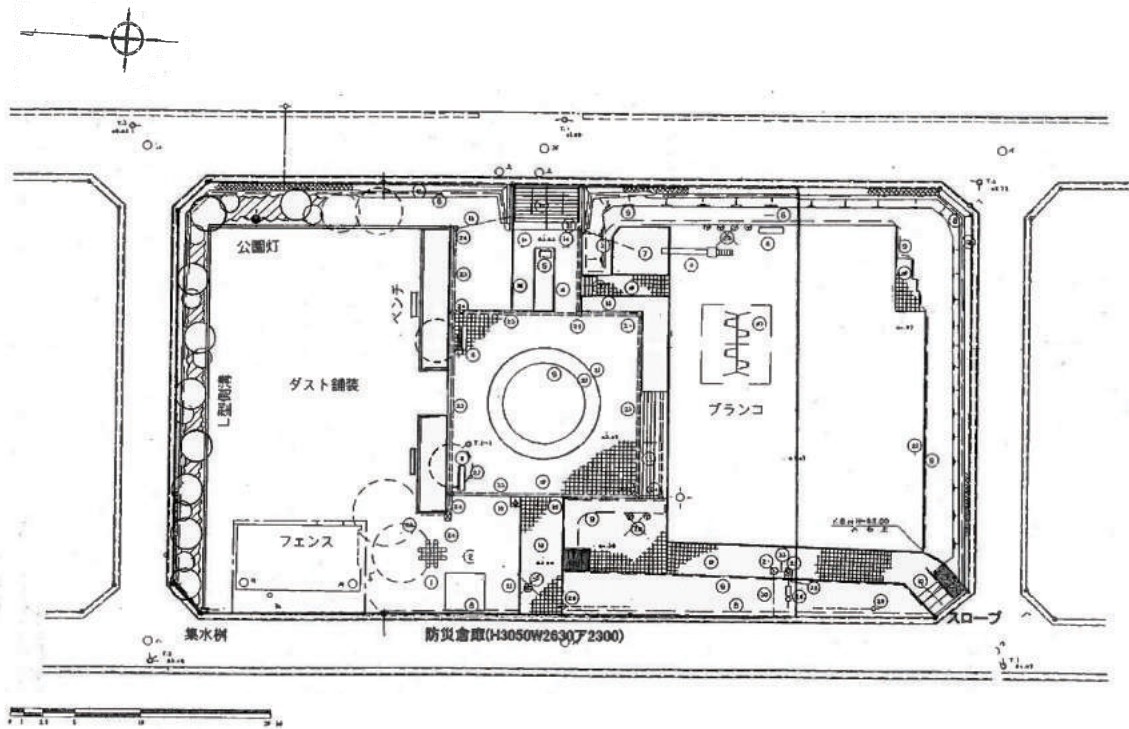
公園名	子母口旭田公園（ほか）	公園種別	街区公園	面積	1,592 m ² (1,592 m ²)	開園年月	平成 19 年
所在地	神奈川県川崎市高津区子母口 826-29		公園管理者	川崎市 (建設緑政局緑政部みどりの協働推進課)			
							
<p>子母口旭田公園 平面図 (国土地理院地図、航空写真撮影日：平成 21 年 4 月 27 日 より作成)</p>							
							
高津公園体操の様子①				高津公園体操の様子②			
(出典：高津区 HP http://www.city.kawasaki.jp/takatsu/cmsfiles/contents/0000035/35874/katu23_003.html				(令和 3 年 1 月 18 日閲覧))			
都市内での配置	子母口旭田公園も含めて高津区内の 37カ所の公園で実施しており、集合住宅敷地内の広場や、住宅街の公園など様々な場所で行っている。						
公園の特徴	比較的、健康度が高い方が参加している。体操だけでなく、参加者のコミュニケーションや見守りの場となっているため、地域交流の役割も担っている。						
ハード面	背景と目的	-					
	実施プロセス	-					
	内容	-					
ソフト面	背景と目的	・体操をみんなでやりたいが会場が借りにくい、身近な公園で体操ができると閉じこもりの人も誘いやすいなどの声があり、高津公園体操が実施されることになった。					
	実施プロセス	・住民の声をもとに、誰でもできる運動を健康運動指導士の先生に考案してもらい、カセットなどの音源を作成し、音楽を流しながら体操を実施している。					

	内容	<p>○高津公園体操 (内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高津公園体操は、音楽に合わせ「有酸素運動」「筋力トレーニング」「柔軟運動」の運動の3大要素が組み込まれた15分間の誰でもできる簡単な体操。 ・川崎市高津区内37か所の公園で実施している。 <p>(効果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・継続することで健康増進、介護予防につながる。 ・参加することで顔見知りが増えて、ご近所付き合いが快適になる。 ・生活リズムが整って、外気浴にもなる。 <p>(公園で「高津公園体操」の活動を開始するまでの手順)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体操できる広さがある公園であれば開催可能。 ・新しく公園体操を立ち上げたい方がいた場合、初回の公園体操実施時に、保健師から体操の効果や説明等を行い、ラジカセを貸与して設備もバックアップしている。機会がある毎に、公園体操を普及するためにPR活動を行っている。 <p>(活動のフォローアップについて)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フォローアップ研修、リーダー研修を行っている。随時、保健師が公園体操の実施状況を確認しており、なにかあれば相談できる体制にある。 <p>(公園を活動の場とするメリット・デメリット)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・メリット：身近な場所で行うため、参加しやすいこと。近所の方と顔見知りになれる。 ・デメリット：天候に左右されやすい。 <p>(その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体操を実施する前に、参加者で公園内を掃除しているところが多い。
	支援体制	<p>○公園部局との連携</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必要があれば、公園の整備について道路公園センターと連携。 ・団体への補助金の支援は行っていない。 ・公園体操のリーフレット作成時や新規立ち上げ時に、区の道路公園センターに連絡し共有している。 ・公園内の健康遊具の情報共有。
	事業効果	-
	公園整備管理上の配慮事項	<p>○住民配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どなたでも参加できることをPR。 ・区役所で普及啓発イベントを開催。 <p>○高齢者への活動参加の促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町会や老人会等でその都度案内している。スタンプカードを作って参加賞として粗品を渡しているグループもある。 <p>○その他</p> <ul style="list-style-type: none"> ・多世代交流が図れるように、保育園児などの子供や若い世代へのPRにも尽力している。 ・乳幼児健診の際にリーフレットを配布している。 ・公園体操だけでなくラジオ体操などを行っているところもあり、それらも含めた啓発活動を行っている。
	課題	
	備考	<p>高津公園体操, 川崎市 HP http://www.city.kawasaki.jp/takatsu/page/0000079088.html (令和3年1月18日閲覧)</p>

(平成29年11月調査時点)

27. 認知症患者による公園での清掃活動等の受入れ・支援

公園名	吉ガ沢公園	公園種別	街区公園	面積	0.14ha (0.14ha)	開園年月	昭和51年10月
所在地	神奈川県鎌倉市今泉台4丁目6		公園管理者	鎌倉市（都市景観部みどり公園課）			
指定管理者	公益財団法人鎌倉市公園協会						



吉ガ沢公園（平成20年ごろ）平面図（鎌倉市提供）



吉ガ沢公園入り口



今泉台町内会館（公園内）



吉ガ沢公園



吉ガ沢公園広場

（鎌倉市提供）

都市内での配置		・今泉台住宅街の中に位置し、自治会館や商店街に隣接している。
公園の特徴		・ワーキングデイわかばが清掃活動や花壇整備を実施。 ・平日日中は隣接する今泉台町内会館が開館しており、人目がある。午後には子どもの利用が日常的にある。
ハード面	背景と目的	－
	実施プロセス	－
	内容	－
ソフト面	背景と目的	<p>○背景 若年性認知症や前期高齢者認知症の人の中には、社会に参加したい、役に立ちたい、役割が欲しいといったニーズがあり、高齢化の進んだ住宅地の課題に視点を当て、認知症の人たちとともに解決していくことが可能だと考えた。</p> <p>○目的 地域の人々と交流したり、地域に貢献することで、役割、生きがい、やりがいを創出し、要介護の状態になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるよう機能訓練を実施する。</p> <div data-bbox="922 495 1385 853" data-label="Diagram"> </div> <p style="text-align: right;">ワーキングデイわかばの取組の考え (出典：ワーキングデイわかば HP https://sakura-kamakura.com/?page_id=43 (令和3年3月30日閲覧)</p>
	実施プロセス	<p>平成22年12月 系列施設「ケアサロンさくら」（介護サービスの種類：認知症対応型通所介護^{注1}）開設</p> <p>平成24年2月 「ケアサロンさくら」が認知症対応型通所介護（デイサービス）として鎌倉市の指定を受ける。 →認知症の人たちの上記の背景に記載した観点について、町内会に相談し、ボランティアでの公園清掃なら大歓迎という意見が得られ、近隣の公園を見下見。</p> <p>平成28年9月 「ワーキングデイわかば」開設 清掃活動開始、花壇整備開始</p>
	内容	<p>○ワーキングデイわかば（介護サービスの種類：地域密着型通所介護^{注2}）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園近隣のデイサービス施設「ワーキングデイわかば」が主体となり、地域と協力して公園での清掃活動および花壇整備を実施。 ・作業は全て通所者が行っている。 <p>（清掃活動）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎週実施。 ・遊具の清掃、草刈、落ち葉掃き等 <p>（花壇整備）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・年1回の花植え作業・毎週の手入れ作業 ・花植えは地域子ども会、町内会、近隣高校ボランティア部と協力して実施。
	支援体制	<p>（ワーキングデイわかば）清掃作業、花壇整備 （町内会）花苗の提供</p>
事業効果	<p>（鎌倉市都市景観部みどり公園課）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・花壇の手入れ、公園の清掃等で、公園管理者や、自治会等の活動だけでは行き届かない部分を、良好に保っている。 <p>（ワーキングデイわかば）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・要支援者、要介護者、認知症患者のやりがいの創出および症状の改善・進行防止。 ・地域ニーズと介護ニーズのリンクによる相乗効果。 	
その他の取組状況	地域子ども会による清掃活動が月に1回行われている。	

配慮事項	—
課題	
備考	<p>注1) 認知症対応型通所介護 「認知症対応型通所介護は認知症の利用者を対象にした専門的なケアを提供するサービスで、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、認知症の利用者が通所介護の施設（デイサービスセンターやグループホームなど）に通い、施設では、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰り提供することにより、自宅にこもりきりの利用者の社会的孤立感の解消や心身機能の維持回復だけでなく、家族の介護の負担軽減などを目的として実施します。 施設は利用者の自宅から施設までの送迎も行います。」 出典：厚生労働省 HP 介護サービス情報公表システム http://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/publish/group10.html（令和3年1月18日閲覧）</p> <p>注2) 地域密着型通所介護 「地域密着型通所介護は、利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、自宅にこもりきりの利用者の孤立感の解消や心身機能の維持、家族の介護の負担軽減などを目的として実施します。 利用者が地域密着型通所介護の施設（利用定員19人未満のデイサービスセンターなど）に通い、施設では、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練や口腔機能向上サービスなどを日帰り提供します。施設は利用者の自宅から施設までの送迎も行います。」 出典：厚生労働省 HP 介護サービス情報公表システム http://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/publish/group25.html（令和3年1月18日閲覧）</p>

（平成30年11月調査時点）

28. 公園（指定管理者）が事務局となり住民主体の地域運動実施コミュニティの支援（平成元年度までで終了）

公園名	開成水辺スポーツ公園	公園種別	その他 (都市公園以外)	面積	5.7ha	開園年月	平成6年4月
所在地	神奈川県足柄上郡開成町吉田島 2710		公園管理者	神奈川県足柄上郡開成町（教育委員会生涯学習課）			
指定管理者	開成スポーツパートナーズ（湘南造園株式会社（代表企業）、NPO 法人湘南ベルマーレスポーツクラブ（構成員）、横浜緑地株式会社（構成員））						
							
開成水辺スポーツ公園位置図（国土地理院地図より作成）							
							
開成水辺スポーツ公園平面図							
（出典：公園 HP：http://www.kanagawaparks.com/kaiseimizube/guide/（令和3年1月18日閲覧））							
							
走り方教室				親子サッカー教室			
（出典：開成町総合型スポーツクラブ HP：http://kaisei-ssc.net/?p=1（令和3年1月18日閲覧））							
都市内での配置	足柄平野の中心を流れる酒匂川沿いに位置する。						
公園の特徴	<ul style="list-style-type: none"> ・パークゴルフをはじめとする幅広いスポーツを楽しむことのできる公園。 ・都市公園法上の公園ではない。 						

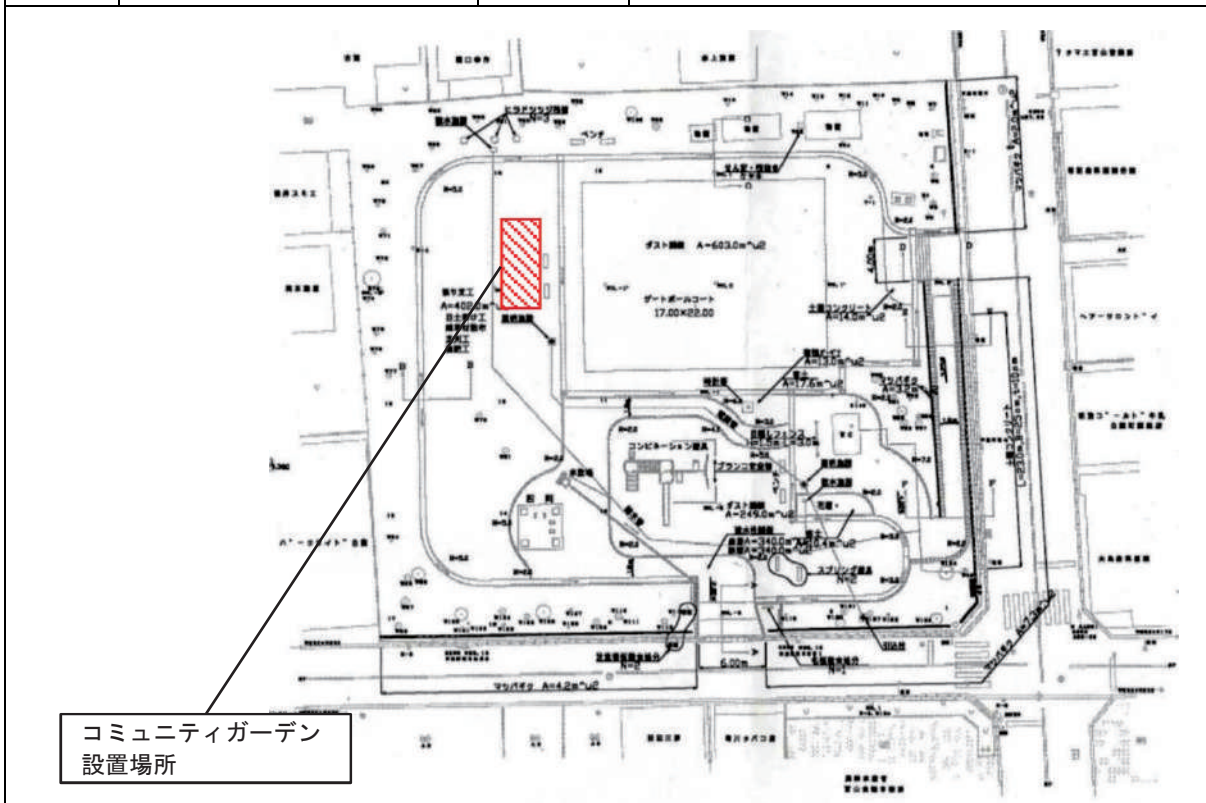
ハード面	背景と目的	－
	実施プロセス	－
	内容	<p>○パークゴルフ場</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開成で初めて整備されたパークゴルフ場で神奈川県唯一の27ホールのコース。年間で約10万人が利用する。 <p>○軟式野球場、ソフトボール場、サッカー場</p> <ul style="list-style-type: none"> ・サッカー場は指定管理者が2011年に日本サッカー協会のグリーンプロジェクトを活用して、天然芝生化をしている。オーバーシードを行っており、エバグリーンピッチを実現しており、Jリーグのジュニアユースチームのリーグ戦や、湘南ベルマーレのトップチームの臨時練習場などとしても活用されている。
ソフト面	背景と目的	<p>○総合型地域スポーツクラブ※)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開成水辺スポーツ公園の指定管理者で運営をしている「総合型地域スポーツクラブ」は、文部科学省が平成7年から始めたスポーツ振興施策の一つである。幅広い世代の人々が、各自の興味関心・競技レベルに合わせて、さまざまなスポーツに触れる機会を提供する試みで、スポーツ振興計画の中で、全国市町村に一つずつクラブを設立することを目標とされた。 ・その流れに則り、神奈川県開成町では、開成町、地域有識者、指定管理者が中心となって平成26年3月29日に設立された。 ・ただし、平成2年度からは、一般社団法人開成町総合型地域スポーツクラブ（当初から設立を想定）が設立され、総合型地域スポーツクラブの運営を担っており、公園の指定管理者は、関与していない。
	内容	<p>○「総合型地域スポーツクラブ」の運営（取組みの内容）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・開成水辺スポーツ公園が事務局となって、スポーツ教室・プログラムの受付を実施しているほか、運動町内の施設である町民センター、福祉会館、自治会館、コミュニティセンターと合わせて、開成水辺スポーツ公園でも運動教室を実施している。 ・開成水辺スポーツ公園では、走り方教室、湘南ベルマーレ presents 幼児運動プログラム、ラグビー教室を開催している。 ・総合型地域スポーツクラブ全体としての教室等の開催回数は、月に約30教室、1教室当たり、平均で12名程度の参加がある。 <p>(運動の内容)</p> <ul style="list-style-type: none"> → 幼児向け(3~5歳) → 親子サッカー教室 親子サッカー教室 ・小学生向け → 走り方教室、 ・中学生向け → ソフトテニス教室 ・高校生以上 → ヨガ、ストレッチハイキング等 <p>※ ヨガを中心に40代以上の女性をターゲットにしたプログラムを充実させている。</p> <p>(地域とのつながり)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域住民11名から成る運営委員会が定期的開催され、意思決定機関の役割を担っている。(体育協会、スポーツ推進員、指定管理者、地域少年スポーツ団体等)
	支援体制	<p>(自治体)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オブザーバーとして施設の利用確保、プログラムの町内回覧、イベントの協力(指定管理者) <p>・代表企業の湘南造園(株)から公衆衛生の知見・地域スポーツクラブの運営経験があるクラブマネージャーを配置するとともに、現地公園に事務局員を専従で配置している。また、指定管理者の構成企業のNPO法人湘南ベルマーレスポーツクラブのコンテンツを活用。</p>
	事業効果	<p>(本取組みの効果)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・不活動であったと考えられる参加者の定期的な運動習慣(週1回、60分/回を実践)の獲得 <p>→ 2016年度から実施したヨガが定着し、40代以上の女性を中心に70名程度の不活動者が運動習慣を獲得した。</p>

配慮事項	—
課題	<p>(財源の確保)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・受益者負担の意識が大分根付いてきているが、都市部に比べてスポーツは無料である、という意識が強いため、組織を維持するための最低限の価格設定が受け入れられない。 <p>(利用調整)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・プログラムが増え、公園および地域の施設利用も増えることで、他団体の施設利用回数が少なくなることによる軋轢が生じつつある。 <p>(効果の測定)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・定期的な運動習慣の獲得者が増加したことによる地域へのインパクトが厳密に調査できていない、調査の準備ができていない。(例) 医療費の削減 等 <p>(マンパワーの不足)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マンパワーの不足に起因し、行動変容のステージ、ドライバーが特定できておらず、参加者の誰が、行動変容理論のどのステージにいて、なぜクラブのプログラムに参加したのか、明確になっていない。その為、介入方法も散発的になっている。効果的でないこともあると考えられる。
備考	<p>※総合型地域スポーツクラブ</p> <p>「総合型地域スポーツクラブは、人々が、身近な地域でスポーツに親しむことのできる新しいタイプのスポーツクラブで、子供から高齢者まで（多世代）、様々なスポーツを愛好する人々が（多目的）、初心者からトップレベルまで、それぞれの志向・レベルに合わせて参加できる（多志向）、という特徴を持ち、地域住民により自主的・主体的に運営されるスポーツクラブです。</p> <p>我が国における総合型地域スポーツクラブは、平成7年度から育成が開始され、平成29年7月には、創設準備中を含め3,580クラブが育成され、それぞれの地域において、スポーツの振興やスポーツを通じた地域づくりなどに向けた多様な活動を展開し、地域スポーツの担い手としての役割や地域コミュニティの核としての役割を果たしています。」</p> <p>(出典：スポーツ庁 HP http://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/list/1371972.htm (令和3年1月18日閲覧))</p> <p>注) 公園(指定管理者)が総合型地域スポーツクラブの主体となって運営する取組は、平成元年度までで終了し、平成2年度からは、一般社団法人開成町総合型地域スポーツクラブが設立され、総合型地域スポーツクラブの運営を担っており、公園の指定管理者は、関与していない。本事例の調査内容については、平成29年11月調査時点のものである。</p>

(平成29年11月調査時点)

29. 高齢者の外出機会や生きがいの創出を目的とした「コミュニティガーデン」の活動支援

公園名	白銀町公園（ほか）	公園種別	街区公園	面積	0.27ha (0.27ha)	開園年月	昭和51年11月
所在地	富山県富山市白銀町6-29		公園管理者	富山市（建設部公園緑地課）			



白銀町公園 平面図（富山市提供平面図より作成）



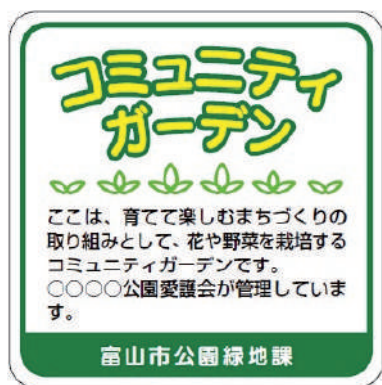
（着手前）

コミュニティガーデン設置前



（完了）

コミュニティガーデン設置後



コミュニティガーデンに設置された看板



コミュニティガーデン



収穫祭の様子①



収穫祭の様子②

(資料提供：富山市)

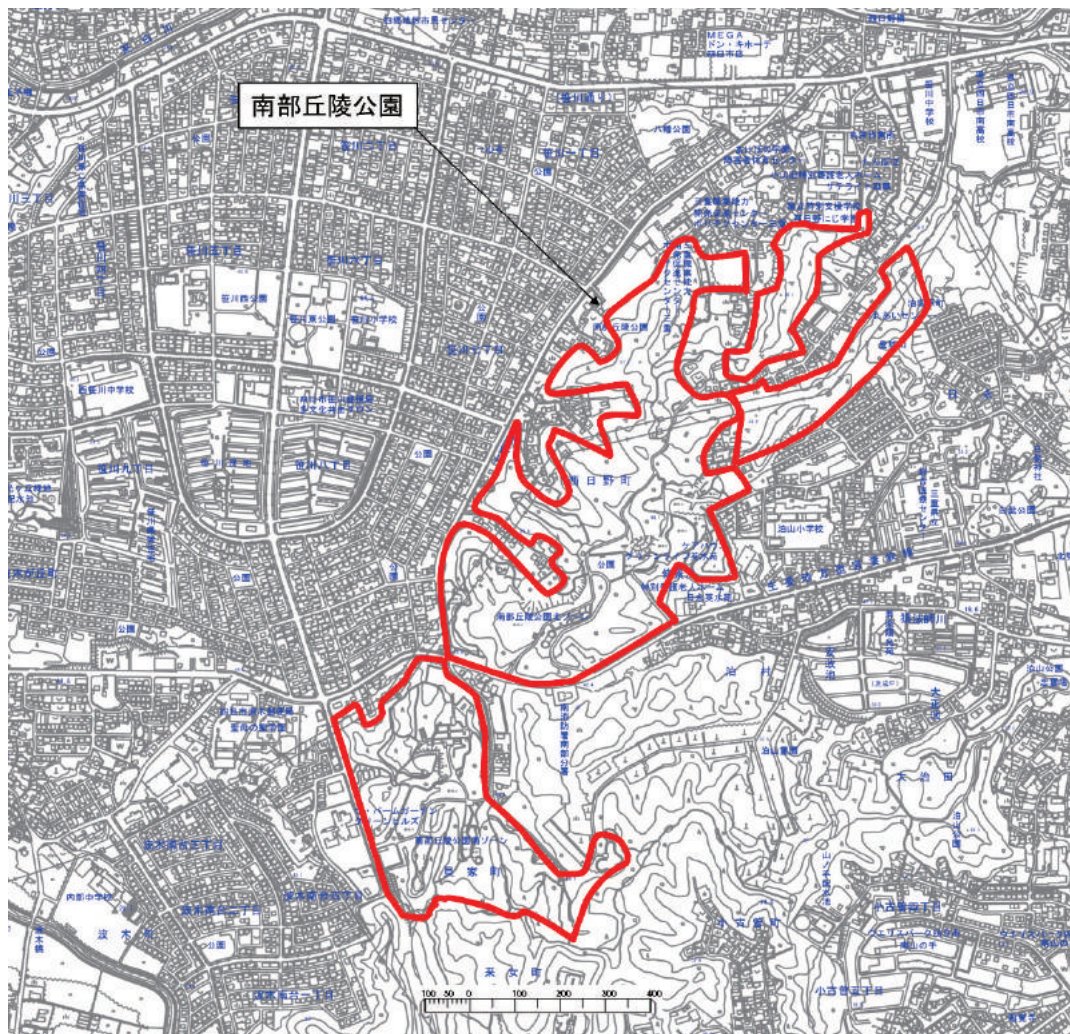
都市内での配置		市街地にあり、新しいマンションと昔からの住宅が点在する住宅街に位置している。
公園の特徴		<ul style="list-style-type: none"> ・コミュニティガーデンを設置している。 ・コミュニティガーデンは緑の空間として、マンション住民と昔から住む住民との交流の場となっている。
ハード面	背景と目的	ソフト面に記載
	実施プロセス	ソフト面に記載
	内容	<p>○コミュニティガーデン整備 (白銀町公園) 面積：15.8㎡ 整備費用：約918,000円 整備内容：花壇地拵工、花壇枠設置工、基面整正、看板設置工、ベンチ移設・設置工 給排水設備設置工、業務用ドラムホース、肥料 (その他の街区公園) ソフト面に記載</p>
	その他	ー
ソフト面	背景と目的	<p>○コミュニティガーデン事業 (背景) 少子・高齢化社会となったことにより公園の役割があいまいになっており、公園の利用者が減っていた。また、公園周辺に新たに建設されたマンションの入居者と旧住民の交流機会が少なかった。</p> <p>(目的) コミュニティガーデンにおいて、花や野菜を育てることにより高齢者の外出機会や生きがいを創出するとともに、地域住民での収穫の喜びを分かちあうことで地域コミュニティの再生を目的とするもの。</p> <p>コミュニティガーデン事業は下記の計画に目標を達成するための取組みなどに位置づけられている。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コンパクトシティ政策を中心とした包括的アプローチによる富山市地域再生計画 ・第2次富山市環境未来都市計画 ・富山市高齢者総合福祉プラン(高齢者保健福祉計画・第7期介護保険事業計画) ・富山市緑の基本計画
	実施プロセス	<p>○コミュニティガーデン事業 平成24年度 ・「富山市 環境未来都市計画」平成24年5月計画策定。 ・課題・目標「高齢者が健康で自立した生活を営むことができる暮らしの実現」の一つの取り組み内容「地域コミュニティ主体の交流空間の整備」としてコミュニティガーデン事業を実施。 ・自治振興会等へのヒアリング、実施可能な空き地の状況等の調査 平成25年度 中心市街地の3公園で実施開始</p>

	<p>(白銀町公園) 平成 27 年度花壇整備、平成 28 年度供用開始</p>
内容	<p>○コミュニティガーデン事業</p> <ul style="list-style-type: none"> ・富山市内の街区公園等において、新たにコミュニティガーデンを整備し、野菜の収穫などを通して地域コミュニティの再生を図るもの。 ・町内会や公園愛護会等の地域コミュニティが主体となり、中心市街地等の街区公園、角川介護予防センター及び民有の空き地を庭園や農園等として活用するコミュニティガーデンを通じて、高齢者の外出機会や生きがいを創出するとともに、ソーシャルキャピタルの醸成を図る。 ・平成 25 年より事業を開始しており、平成 30 年 3 月現在、呉羽新富田町第 2 公園、芝園町二丁目公園、白銀町公園、中野新町公園、花園町三丁目公園、文京町第 1 公園、南新町公園の 7 か所の地域住民の交流の場となる街区公園で実施。(そのほか、角川介護予防センター1 箇所) ・中心市街地の公園については、枕木等を用いた花壇を整備、それ以外の公園については、既存の植樹帯を利用して事業を実施。 ・実施団体は、町内で設立している街区公園の草むしり・清掃等の管理を行う公園愛護会としている。 ・コミュニティガーデンを活用したイベント(苗の植付、収穫祭等)では町内の子供から大人まで幅広い世代で取り組むことで、世代間、新旧の住民の交流が来ている。また、公園によっては、小学校の地域活動の一環として取り組んでいる場合もある。 <p>(白銀町公園)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・公園愛護会が主体となり、野菜の植付作業や収穫祭等を実施。 ・収穫祭は、子供から大人までの町内の参加者で芋を掘り、参加者や希望者へ芋を配布。 <p>○利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> ・町内会による近隣住民へ収穫会などイベントの広報。 <p>○公園愛護会について</p> <ul style="list-style-type: none"> ・活動は年 10 回程度の管理作業。 ・コミュニティガーデンがある公園は、植付、収穫等の活動を行っている。 ・町内会を愛護会としていることが多く、町内会の人数が愛護会の人数となる。
支援体制	<p>(公園愛護会) コミュニティガーデンの整備 (富山市建設部公園緑地課)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・従来は、民地と公園で分けをしていたため、民地での事業は市民生活相談課、公園での事業は公園緑地課で個別に実施していたが、平成 30 年度よりコミュニティガーデン事業は、一括して公園緑地課で取扱うこととなり、民地についても公園緑地課が事業を取り扱っている。
事業効果	<ul style="list-style-type: none"> ・ソーシャルキャピタルの醸成 主にイベントで交流を図り、普段の作業中に公園に遊びに来た子供との交流もある。 ・高齢者の外出機会の増大 愛護会の活動回数が増えことで、新旧の住民の交流ができ、公園の利用する機会が増えたと好評。 ・シビックプライドの醸成
公園整備管理上の配慮事項	<p>○地域住民に対する配慮</p> <ul style="list-style-type: none"> ・耕運機等の貸し出し ・栽培指導
課題	
備考	—

(平成 30 年 11 月調査時点)

30. 公園を会場とした健康づくりボランティアによる「公園ステキの会」の活動支援

公園名	南部丘陵公園	公園種別	総合公園	面積	87.9ha (48.1ha)	開園年月	昭和55年
所在地	三重県四日市市波木町、貝家町、西日野町、大字日永、大字泊村 地内		公園管理者	四日市市（都市整備部市街地整備・公園課）			



南部丘陵公園 平面図（出典：四日市市提供）

南部丘陵公園



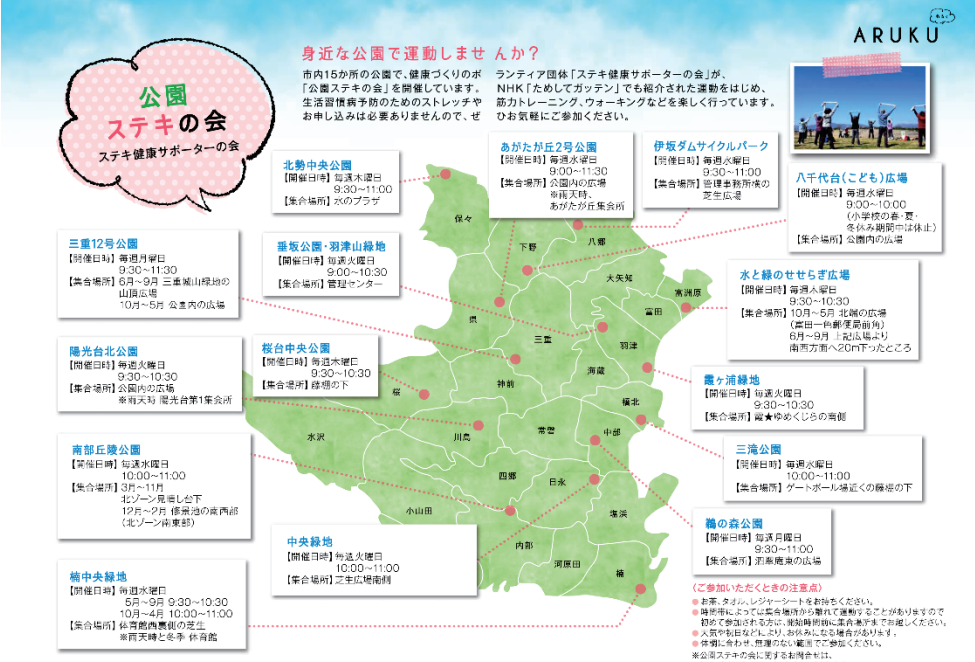
健康遊具



（四日市市提供）

都市内での配置

四日市市南部の住宅団地に隣接した丘陵地に位置している。

公園の特徴	<ul style="list-style-type: none"> 様々な階層が遊戯、散策、休養、自然鑑賞、軽スポーツ等の多種多様な利用ができる総合公園である。 南部丘陵公園は北ゾーンと南ゾーンに分かれている丘陵地であり、尾根道（南部アルプス縦走路）は全長約 6.0km の散策路となっており、十分な歩き甲斐がある。 遊戯広場に健康遊具を設置している。
ハード面	<p>背景と目的</p> <p>実施プロセス</p> <p>内容</p>
背景と目的	<p>○背景</p> <ul style="list-style-type: none"> 健康日本 2 1 においては、生活習慣病の一次予防に重点が置かれ、四日市市の健康づくり計画においては、市民と協働で健康づくりを広めていくことを目標に掲げていた。 <p>○目的</p> <ul style="list-style-type: none"> 市民の健康づくりの機会を増やし、生活習慣病予防につなげる。
実施プロセス	<ul style="list-style-type: none"> 三重県四日市市健康づくり課では、平成 16 年から 18 年の 3 年間、厚生労働省の事業指定を受け、生活習慣病予防に効果のあるプログラムの開発を目的に「国保ヘルスアップモデル事業」を実施した。 このモデル事業では、運動や食生活の指導だけではなく、「いつでもどこでも」、「ステキにかっこよく」、「仲間とともに」といったキーワードが盛り込まれ、「楽しく継続する」という視点で運営が行われた。 「国保ヘルスアップモデル事業」修了を目前に、参加者から「自分達が学んだことを地域の人へ伝えたい」という声が上がったのがきっかけで、平成 19 年に「ステキ健康サポーターの会」を発足し、市内の公園 2 箇所での開催からスタートした。 南部丘陵公園での活動は、平成 20 年度から開始。 平成 30 年現在で、市内の箇所 15 所の都市公園で開催されている。
ソフト面	 <p>身近な公園で運動しませんか？</p> <p>市内 15 か所の公園で、健康づくりのポ「公園ステキの会」を開催しています。生活習慣病予防のためのストレッチやお申し込みは必要ありませんので、ぜひお気軽にご参加ください。</p> <p>ランテア団体「ステキ健康サポーターの会」が、NHK「ためてガッテン」でも紹介された運動をはじめ、筋力トレーニング、ウォーキングなどを楽しく行っています。お気軽にご参加ください。</p> <p>公園ステキの会 ステキ健康サポーターの会</p> <p>ARUKU</p> <p>（ご参加いただくときの注意）</p> <ul style="list-style-type: none"> お着替えのレジャーシートを準備してください。 お昼食については各会場から販売していただくことがありますが、事前に参加される方に、参加費別にお昼食代金をお振込みください。 大雨や台風などの天候により、お休みの日になる場合があります。 体調に合わせて無理のない範囲でご参加ください。 必ずマスクを着用し、手洗いを徹底してください。 必ずマスクを着用し、手洗いを徹底してください。 必ずマスクを着用し、手洗いを徹底してください。 <p>9</p> <p>10</p> <p>（出典：健康づくり情報冊子「ARUKU」 四日市市 HP https://www.city.yokkaichi.lg.jp/www/contents/1540885819276/index.html（令和 3 年 1 月 18 日閲覧））</p> <p>公園ステキの会の実施場所・日程</p> <p>○「公園ステキの会（ステキ健康サポーターの会）」の取組（概要）</p> <ul style="list-style-type: none"> 身近な公園で運動する機会をつくるために、市内 15 箇所の都市公園にて、ボランティア

		<p>団体が生活習慣予防のためのストレッチや筋力トレーニング、ウォーキングなどを楽しく行い、参加者を募っている（申し込みの必要はなし）。</p> <ul style="list-style-type: none"> 平成 19 年に「ステキ健康サポーターの会」を発足。市内 2カ所の公園から徐々に開催公園を増やし、平成 30 年 4 月現在、15ヶ所の公園にて公園ステキの会を開催している。その他、市内の各地域においても、文化祭・サロン等の行事に参加し、健康づくり情報の伝達や運動指導等を実施している。 平成 30 年 4 月 1 日現在 ボランティア登録者数 121 人。 平成 29 年度年間実績 実施回数 1,913 回、市民参加者数 33,610 人、ボランティア参加者数 6,639 人 <p>(総事業費)</p> <ul style="list-style-type: none"> 公園ステキの会委託料 473,000 円 (平成 30 年度)。補助金は受けていない。 <p>(南部丘陵公園における活動概要)</p> <ul style="list-style-type: none"> 実施場所： 3～6 月・9～11 月は北ゾーン見晴し台下、7～8 月デイキャンプ場、12～2 月修景池の南西部 年間実施回数：平成 29 年度の年間実施回数 37 回 (毎週水曜日 10:00～11:00 に実施) 運動の内容：ストレッチ、レジスタンス運動、ウォーキング等 参加者数：平成 29 年度年間実績 市民参加者数 1,264 人、ボランティア参加者数 418 人 <p>○公園利用状況</p> <ul style="list-style-type: none"> 朝・夕は高齢者の利用が多く、ランニングやウォーキング利用が日常的に多い。また、近隣保育園の遠足の場としても有名である。さらに、デイキャンプ場や小動物園もあることから、各世代に人気がある。 <p>○公園利用促進</p> <ul style="list-style-type: none"> 最寄駅から徒歩で公園利用していただくよう、尾根道 (南部アルプス縦走路) の整備や案内看板の設置を行っている。
	支援体制	<p>健康づくり課：公園ステキの会参加者募集、健康ボランティア募集 市街地整備・公園課：通常の公園の維持管理 ステキ健康サポーター：公園ステキの会運営</p>
	事業効果	<ul style="list-style-type: none"> 市内でも 1 位 2 位を争う人気の公園であり、朝昼夕どの時間帯でもにぎわっている。
	公園整備管理上の配慮事項	<ul style="list-style-type: none"> ○連携先 <ul style="list-style-type: none"> 財務省東海財務局 ○バリアフリー化 <ul style="list-style-type: none"> どの入口においても、基本的には車いすの方が入れるスロープを設置している。また、トイレも高齢者や体が不自由な方でも利用できるよう段差がなく広いスペースを設けている。 ○高齢者の利用促進 <ul style="list-style-type: none"> 高齢者の健康増進のため、公園の一部をボランティア団体に管理してもらっている。 ○健康づくりへの対応 <ul style="list-style-type: none"> 公園内に散策路や健康遊具がある。 ○地域住民への配慮 <ul style="list-style-type: none"> 公園に隣接する家が多くあるため、毎年境界部における樹木の剪定や伐採を行っている。また、公園内についても芝生の刈込を行い、利用者が快適に使用できるよう配慮している。 年に 1 回遊具の点検を行い、利用者の安全確保を図っている。
	課題	<ul style="list-style-type: none"> ○公園の課題 <ul style="list-style-type: none"> 隣接する家に支障となる樹木の管理が行き届かず、課題となっている。
	備考	<ul style="list-style-type: none"> ○本公園の他に高齢者健康福祉機能の向上のために再整備した公園や新規整備した公園 ・霞ヶ浦緑地、中央緑地、垂坂公園・羽津山緑地など、市内 16 公園に健康遊具を設置している。

(平成 30 年 11 月調査時点)

3 1. 高齢者や障がい者の公園利用を支援するボランティア活動

公園名	大泉緑地	公園種別	広域公園	面積	123.0ha(101.5ha)	開園年月	昭和 47 年 4 月
所在地	大阪府堺市北区金岡町 128 地内外		公園管理者	大阪府（都市計画室公園課）			
指定管理者	大泉緑地指定管理グループ（代表法人 一般財団法人大阪府公園協会）						



（出典：一財 大阪府公園協会 HP <https://www.osaka-park.or.jp/nanbu/oizumi/images/map-20180425.png6>（令和 3 年 9 月 7 日閲覧））
大泉緑地平面図



園内の花を見ながらの散策



笑顔で車椅子を押す会員

（出典：公園の達人第 6 回，公園文化 WEB，（一財）公園財団 <https://www.midori-hanabunka.jp/tatujin?term=t6>（令和 3 年 1 月 18 日閲覧））

都市内での配置		<ul style="list-style-type: none"> ・大阪中心市街地より南に15km堺市内北部に位置する。堺市と松原市にまたがる。 ・大阪四大緑地（服部、鶴見、久宝寺、大泉）の一つ。 									
公園の特徴		平成9年に開園した大泉緑地内「ふれあいの庭」は、ユニバーサルデザインを基本コンセプトとし、五感を通して憩いや安らぎを感じられ、あらゆる人々が楽しめる公園施設としてつくられた。									
ハード面	背景と目的	大阪府では1970年代から府営公園に“盲人コーナー”を設置するなど、ユニバーサルデザインに対する対策を講じており、この一連の政策のなかで「ハートフルパーク実施計画」が1993年（平成5年）に策定された。同計画に基づき、各公園の施設改修などを進める「新ハートフル事業」がスタートし、大泉緑地内の「盲人コーナー」のリニューアルとして「ふれあいの庭」が誕生した。									
	実施プロセス	<p>○事前調査</p> <p>①視覚障がい者等に配慮した公園整備を進めるためのヒアリング調査 →視覚障がい者、福祉団体等計6カ所にヒアリングし、色の対比、照明設備、材質、配置などへの配慮が設計に反映されるとともに、静かな水音で流れるカナル、触って楽しめる彫刻、手触りや香りを楽しめる植物などを取り入れる。</p> <p>②健常者が障がい者の公園利用をどうとらえているかに関する意識調査 →一般来園者約100名にアンケート調査を実施し、健常者と障がい者が相互に理解し合うためには、両者が歩み寄れるプログラムやボランティア援助システムが必要であることが明らかになった。</p> <p>③公園の整備、改修に当たって、公園を利用する人がどういう公園を求めているかを把握するワークショップ →聴覚障がい者、車イス使用者、健常者の参加によるワークショップを実施し以下のことが検討された。</p> <p>花壇：車イス利用者が草花に近づきやすい天端の高い花壇 案内板：触知板と音声案内の設置、触知板には園内の順路、主要施設の位置などが点字、文字で併記 誘導施設：ふれあいの庭を一周できるステンレスのラインで誘導</p> <p>④先進事例調査（アメリカの植物園内の3庭園） シカゴ・センサリー・ガーデン、デンバー植物園（モリソン園芸展示センター）、サンフランシスコ・ゴールデンゲート公園（ストライビング植物園） →四季を通して色彩、香り、手触り、音などが楽しめる様々な特色ある植物の配置、来園者が植物に親しめるような配慮（レイズドベッド・解説ボランティア）が設計に反映</p>									
	内容	<p>○ふれあいの庭概要 開園：平成9年 面積：0.2ha（大泉緑地内） 基本コンセプト：五感を通じて憩いや安らぎを感じられるユニバーサルデザイン 基本コンセプトをもとに設計された5つのゾーン</p> <table border="1"> <tr> <td>①エントランスゾーン</td> <td>園内の幹線道路に面して花壇を配し、庭園の雰囲気、親しみやすさ、入口の分かりやすさを表現。音声案内、触知案内板により利用方法を伝える。</td> </tr> <tr> <td>②キッチン庭</td> <td>ハーブ、野菜など味覚に関する植物を集め、実際に触れて楽しめる。</td> </tr> <tr> <td>③香りの庭</td> <td>ハーブを中心に香りのする植物を集め、香りにより安らぎや、季節感、爽快感を感じる。</td> </tr> <tr> <td>④色の庭</td> <td>階段状のボーダー花壇に、四季の彩り豊かな草花が植えられ生垣、芝生、ボーダー花壇と調和する様に配色された。</td> </tr> <tr> <td>⑤音の庭</td> <td>修景池の水や水性植物に触れたり、壁泉、水琴窟などの水の音とのふれあいを楽しむ。</td> </tr> </table>	①エントランスゾーン	園内の幹線道路に面して花壇を配し、庭園の雰囲気、親しみやすさ、入口の分かりやすさを表現。音声案内、触知案内板により利用方法を伝える。	②キッチン庭	ハーブ、野菜など味覚に関する植物を集め、実際に触れて楽しめる。	③香りの庭	ハーブを中心に香りのする植物を集め、香りにより安らぎや、季節感、爽快感を感じる。	④色の庭	階段状のボーダー花壇に、四季の彩り豊かな草花が植えられ生垣、芝生、ボーダー花壇と調和する様に配色された。	⑤音の庭
①エントランスゾーン	園内の幹線道路に面して花壇を配し、庭園の雰囲気、親しみやすさ、入口の分かりやすさを表現。音声案内、触知案内板により利用方法を伝える。										
②キッチン庭	ハーブ、野菜など味覚に関する植物を集め、実際に触れて楽しめる。										
③香りの庭	ハーブを中心に香りのする植物を集め、香りにより安らぎや、季節感、爽快感を感じる。										
④色の庭	階段状のボーダー花壇に、四季の彩り豊かな草花が植えられ生垣、芝生、ボーダー花壇と調和する様に配色された。										
⑤音の庭	修景池の水や水性植物に触れたり、壁泉、水琴窟などの水の音とのふれあいを楽しむ。										

ソフト面	背景と目的	<p>○ヒーリングガーデナー」が創設された背景</p> <ul style="list-style-type: none"> ・平成9年「高齢者や障がい者」の方々が公園を楽しめるようお手伝いをする「公園ボランティア養成講座」がきっかけで始まり、現在に至る。 <p>○経緯（プロセス）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「公園ボランティア養成講座」にて大学講師による講座や体験実習を実施し、誘導法やプログラムのつくり方を学び、養成講座修了生による活動が行われている。 <p>講座内容：ボランティア論、各障がいに応じたサポート法（車椅子、視覚障がい者の誘導）、公園の自然に関する案内方法、活動プログラムの作り方など</p>
	内容	<p>○ヒーリングガーデナーの取り組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・お年寄りや障がいのある方々にとって、公園が「癒され、安らげ、生きがいを感じる場所」となるために、公園の良さを感じるプログラムを作成し、「花や緑、自然」を楽しむためのサポートを行う。活動場所は、主にふれあいの庭をはじめ、公園内の樹林地や季節の花壇などを案内している。 ・毎月第2・4土曜日が活動日でゲストをお迎えして園内を案内する。 活動日：毎月第2・第4土曜日 案内時間：午後1時30分～3時30分 ゲストの定員：約15人 車椅子：10台 来園施設：毎年約10施設 会員年会費：1,500円 注意事項：ゲストは公園まで車で送迎可能な施設・団体で施設の職員も何名か同行していただくこと。 ※ヒーリングガーデナーのボランティアグループをヒーリングガーデナークラブという。ヒーリングガーデナークラブでは、お迎えする高齢者や障がいのある方を「ゲスト」と呼んでいる。 ・2年に1回「ヒーリングガーデナー養成講座」を開催している。 (申込から当日の流れ) ・大泉緑地内の花と緑の相談所に希望日と内容を申し込む ・当日の午後1時から打合せ ・事前にお迎えするゲストの健康状態を確認するための「健康メモ」を施設職員から受け取る。 ・ゲスト一人につき、会員が一人付添い、園内の散策 ・会員による反省会 (基本プログラム) ・園内の散策を中心にして自然観察、協力ボランティアによる演奏や合唱、園内で飼育されている羊とのふれ合い、落ち葉やドングリ拾いのほか、室内での花束やリースづくりといったプログラムがある。 <p>○その他ヒーリングガーデナー実施公園</p> <ul style="list-style-type: none"> ・浜寺公園、山田池公園、久宝寺緑地、住之江公園、住吉公園
	支援体制	<ul style="list-style-type: none"> ・大泉緑地内の「花と緑の相談所」が窓口となり、ゲストとなる施設や団体からの参加希望や、ヒーリングガーデナークラブへの入会希望の受け付けを行っている。 ・養成講座の講師は、社会福祉法人堺市社会福祉協議会や一般社団法人大阪脊髄損傷者協会、一般財団法人大阪府視覚障害者福祉協会からお招きしている。「ボランティア論」は桃山学院大学にお願いしている。
事業効果		

<p>公園整備管理上の配慮事項</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○他部署との連携や補助金の活用について <ul style="list-style-type: none"> ・特になし ○公園利用者や地域住民等 <ul style="list-style-type: none"> ・社会福祉事務所に登録し、ボランティア活動の紹介や会員数の確保に努力している。 ○バリアフリー <ul style="list-style-type: none"> ・園内は基本バリアフリー化されているので、車いすを活用している。 ○「ヒーリングガーデナー」活用促進 <ul style="list-style-type: none"> ・養成講座の開設、地域の大学との協働に積極的に取り組んでいる。 ○健康づくりへの対応 <ul style="list-style-type: none"> ・季節の自然を肌で感じていただけるように、屋外で活動し五感を刺激することで、体調の活性化を図る。 ○人的なサポート体制 <ul style="list-style-type: none"> ・養成講座の講師には、大学講師の方々に依頼している。 ・地域の大学（社会福祉学部）と連携し、学生さんのフィールドワークの体験場所として一緒に活動を行っている。 ○利用されている福祉施設との連携等 <ul style="list-style-type: none"> ・お迎えゲストの関係施設の方々ともコミュニケーションを取り、年間スケジュールの調整やプログラムの要望などを聞き、活動プログラムに反映している。
<p>課題</p>	
<p>備考</p>	<p>参考文献：中国地方整備局ユニバーサルデザイン＞参考事例 No. 21 (中国地方整備局 HP http://www.cgr.mlit.go.jp/universal/pdf/02_jireisyokai.pdf (令和3年1月25日閲覧))</p>

(平成29年11月調査時点)