



種 別	行政提案型	市民提案型
提案団体	ながさきダンカース倶楽部	(特非) 長崎ウェルネス スポーツ研究センター
市担当課	高齢者すこやか支援課	健康づくり課
事業名	長く元気で！応援事業	アクティブ世代のスポーツライフ支援事業
事業目的	55 歳から 65 歳までの現役世代を対象に、セカンドライフの手引書となるガイドブックを作成し、出前セミナー、フェスタの開催を通して、定年後「医療や介護を必要としない元気で活躍する生涯現役」を増やす。	50～65 歳をメインの対象に、健康づくり・介護予防に取り組む市民の選択肢の一つとして、市民のニーズの高い（ウォーキング）種目をベースとして、効果や話題性のある種目としてノルディックウォークを取り入れ、スポーツ種目の選択増を促すことによって、市民のスポーツの習慣化を図る。
事業内容	<p>①事業取組の前段として、企業・行政の総務課へ「定年セミナーの現状」「定年後に関心が高い項目」等についてヒアリングする。</p> <p>②ガイドブックを作成</p> <p>③企業、行政を対象に、ガイドブックを活用した「出前セミナー」を実施</p> <p>④市民を対象にガイドブック発行&事業をPR するフェスタを開催</p>	<p>生活習慣病予防を目的とした全身的な有酸素運動として、人気のある野外体験型スポーツやファッション性など、スマートなイメージで、興味をもってもらいやすく、習慣化につながるノルディックウォーク教室を、テーマ別に開催して、スポーツの楽しさ、継続するノウハウを市民に提供する。</p> <p>①ノルディック de お手軽ウォーク ・1クール（①基礎編②応用編）×2 教室 ・高島イベントウォーク(2クール目は山歩き)</p> <p>②ノルディックウォーキング教室 ・年間3回の教室を地域を変えて開催する。 (1 教室 3 回シリーズ)</p> <p>※上記の教室を開催するにあたり、関係団体等から選出された委員で専門部会を組織して企画・運営に関する意見交換や情報交換をする。</p>
経費種別	委託料	委託料
事業費総額	1,820,000 円	704,000 円
本市負担額	1,820,000 円	704,000 円