

事業計画書

事業名	「ノルディックのまち沼津」を広め、シニアの健康寿命を延ばす
実施場所	ノルディックウォークコース（大平、門池、金岡）
実施予定期間	※イベントや研修会等の当日だけでなく、準備期間・実績の取りまとめ期間等も含めて記載して下さい。 2021年4月1日～2022年3月31日

◎事業概要

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

ノルディックウォークコースガイドを活用したノルディックウォークを開催し、シニアの生きがいつくり健康づくりを進め、健康寿命の延伸に貢献する。

コースガイドに沼津の歴史やぬまづの宝を掲載して「ノルディックのまち沼津」を広める。

◎目的

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

ノルディックウォークは介護予防や自立支援の取り組みとして推奨されている。市や社協が開催する「ノルディックウォークイベント」「ノルディックウォークサポーター養成講座」で歩き方の基本、効用や楽しさを伝えているが、ノルディックの仲間づくりや交流などによる広がりにつながらない。ノルディックウォークコースガイドを活用したノルディックウォークを開催し、シニアの生きがいつくり健康づくりを進め、健康寿命の延伸に貢献する。コースガイドに沼津の歴史やぬまづの宝を掲載して「ノルディックのまち沼津」を広める。

◎実施内容

日程	実施項目・作業項目
2021年4月	※イベントや研修会等の行事日程だけでなく、実施内容（打合せ・会議・資料作成・参加者募集・準備・検討会）、実施場所、参加対象、人員配置、役割分担など、事業期間すべてにわたる実施内容を記載して下さい。 ・コースガイド作成ツール及び製本サイズ等を選定 ・ノルディックウォーク3コースの「距離」「時間」「歴史」「ビューポイント」「交通状況」「トイレ」「利用施設」などの調査 事前ウォーク&修正 ・各コース歴史と見どころの講師選定、依頼 ・ぬまづの宝100選を「水彩絵手紙教室作品」と「巨木めぐりウォーク写真」で紹介する
5月	・#1ノルディックウォーク開催準備
6月	コースガイド、チラシ、参加者募集など
7月	「大平石仏」「門池鮎壺の滝」「金岡江原素六」 ノルディックウォーク開催、アンケートまとめ
9月	・#2ノルディックウォーク開催準備
10月	「大平石仏」「門池鮎壺の滝」「金岡江原素六」
11月	ノルディックウォーク開催、アンケートまとめ
12月～2022年3月	・反省会&アンケートを踏まえて、各コースガイドのブラッシュアップ ・事業実績のまとめ

◎事業効果

※事業の実施により、期待される効果を記載して下さい。

- ・シニアの健康寿命を延ばす；いつでもだれでも簡単にできるノルディックウォークで、生きがいづくり健康づくりを進め、健康寿命を延ばす
- ・活力あるまちづくり；地域住民のノルディック参加を促して、仲間を増やす
- ・「ノルディックのまち沼津」を広める；コースガイドに沼津の歴史やぬまづの宝を掲載し、沼津市民や他市町からの来訪者にも気軽に活用してもらい「ノルディックのまち沼津」を広める

成果指標	※事業効果を客観的に評価できるよう、具体的な数値等を用いて成果指標を設定して下さい。	指標の検証方法	※左記指標の検証方法を記載して下さい。
	<ul style="list-style-type: none"> ・コースガイド作成 3件 ・ウォークイベント開催 6回 ・参加人員 15名/回×6回 		<ul style="list-style-type: none"> ・コースガイド作成件数 ・ウォークイベント開催回数 ・ウォーク参加人員

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

<p>公益性 ・ 必要性</p>	<p>※公益性：地域のまちづくりの推進に如何に寄与できるのか、不特定多数の市民の利益にどうつながるのか等について記載して下さい。</p> <p>※必要性：事業を実施する意義や、本ファンドによる助成が有益で質の高い事業展開につながる理由を記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディックウォークを継続し、生きがいや健康づくりを進め、活力あるまちづくりとシニアの健康寿命を延ばす ・結果として医療費や介護保険の低減につながる ・コースガイドを活用して「ノルディックのまち沼津」を広める
<p>地域性</p>	<p>※地域の実状と課題をどう捉え、事業を行うことによってどのように課題を解決するのか、また、地域の特性や地域資源をどのように活かしたか、などについて記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・市や社協が主催するノルディックウォークは年に数回程度で、シニアの健康寿命を延ばす効果があるノルディックの仲間づくりや交流に繋がっていない ・障害のある人や引きこもりがちの方も含めて地域住民のノルディックへの参加を促し、仲間を増やし活力あるまちづくりを進め、沼津市全域に広める
<p>先導性</p>	<p>※事業の新規性や独自性など、新たにチャレンジする点、工夫した点などについて記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディックウォークは生きがいづくり健康づくりとして推奨されている ・ぬまづノルディックウォークコースガイドを活用したノルディックウォークは沼津市として初の取り組みである ・コースガイドに沼津の歴史やぬまづの宝を掲載して、沼津市民だけでなく他市町からの来訪者にも利用してもらい「ノルディックのまち沼津」を広める
<p>発展性 ・ 継続性</p>	<p>※発展性：活動の広がりや波及効果がどのくらい見込め、地域の発展・活性化につながるのか記載して下さい。</p> <p>※継続性：本ファンドによる助成終了後も継続的・自立的な活動とするために、事業実施体制や活動資金の確保などについて記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・地域で気軽に参加できるノルディックウォークを継続的に開催し、地元自治会や地域包括支援センターと連携して活力あるまちづくりを進める ・ノルディックウォークコースを追加し、定期的なノルディックを開催して仲間を増やし愛好者との交流を深めながら、沼津市全域に広める
<p>実現性 ・ 妥当性</p>	<p>※実現性：事業目的と事業内容は合致しているか、実現のために事業内容、予算の積算、自己資金の準備、スケジュール等について工夫した点を記載して下さい。</p> <p>※妥当性：各種法令順守、関係者との調整状況、費用に対する事業効果の妥当性について記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディックサポーターをリーダーとしたノルディックが各地域で始まっているが、ノルディック回数も少なく地域間の交流も少なく広がりが無い ・ノルディックウォークコースガイドを活用したノルディックウォークを開催し、仲間を増やし地域間の交流を深め沼津市全域に広める ・沼津市（地域自治課、長寿福祉課）、地域包括支援センター、社協、連合自治会などの指導を受けながら計画立案、予算の妥当性を検証している
<p>活動に対する熱意</p>	<p>※活動の動機、活動に対する意欲・熱意について記載して下さい。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ノルディックウォークコースガイドを活用したノルディックウォークを開催し、生きがいづくり健康づくりを進め シニアの健康寿命の延伸に貢献したい ・コースガイドに沼津の歴史やぬまづの宝を掲載し、沼津市民はもとより他市町の方に「ノルディックのまち沼津」を広めたい ・私たちは沼津の誇りを見つけ、楽しみ、広めることに精一杯取り組みたい！

◎次年度以降の活動予定

※ソフト部門（ステップアップ型）新規または2回目の応募で、助成の継続（最大3年まで）を希望する場合は、今後の活動予定と事業継続のための戦略について記載して下さい（今回の応募が次年度以降の助成を約束するものではありません）。

- ・ぬまづノルディックウォークコースガイドを追加設定する
（千本コース、原白隠コース、御用邸&牛臥山コースなど）
- ・新設ぬまづノルディックウォークコースガイドを活用して、ノルディックウォークイベントを開催して仲間を増やす
- ・各地区ノルディックウォーク愛好者やグループと連携して、ぬまづノルディックウォーク協会を設立する
- ・沼津市長寿福祉課や地域包括支援センター及び社協が主催するノルディックウォークイベントに参加&協力しながら「ノルディックのまち沼津」を目指していく