

令和4年度事業報告書

令和4年4月1日から 令和5年3月31日まで

特定非営利活動法人 杉並さわやかウォーキング

1. 事業の成果

令和4年度は、コロナ禍は4月以降は沈静化していたが、7月から第7波が襲来し8月がピークで全国で最高時では20万人を超える新感染者が日々発生した。更に年末11月から12月には第8波が日本を襲い、第7波を超える20数万人の新感染者が発生する日が続いたが、令和5年1月以降は5回目のワクチン接種の効果もあり、沈静化して3月にはマスクの着用も個人の自由になった。「公園から歩く会」については、歩行方式をコロナ対策用として「フリーウォーク方式」を採用し、三密防止等に注意し、参加者の安全を確保しながら、コロナで中止することなく実行しました。ウォーキング講座については、従来よりのコロナ対策を更に厳重に行い、予定通り6回開催しました。その他の事業については、三密防止対策等のコロナ対策を関係部署の協力の下、厳重に行いながら概ね計画通り実施しました。

令和4年度の主要事業の活動状況は次の通りでした。

- 「公園から歩く会」は、月当たり12公園での開催となり、「フリーウォーク方式」を基本とし、令和5年1月以降から3月までは、コロナ以前の「班別集団歩行方式」に戻すための試行期間として、班別集団歩行方式を採用して実施しました。結果、106回実施し参加者は6,554名でした。
- 「ウォーキング講座」は、1回当たりの受講者数を調整したりしましたが、予定通り6回実施し参加受講者は156名となりました。
- ポールウォーキングは、当会の主要事業の三本柱の1つとして、長年成長のための取り組みを行ってきたが、コロナの影響等もあり。「ポールde歩こう会」は7回開催したが参加者は、103名と低迷している。

2. 事業の実施に関する事項

事業名	事業内容	実施日時	実施場所	従事者の延べ人数	受益対象者の範囲及び人数	支出額(千円)
(1) 介護予防に効果のあるウォーキングの推進に関する事業	「ウォーキング講座」4回開催	令和4年5月～5年2月	杉並区内各種施設等	78名	一般区民高齢者 156名	409
	「公園から歩く会」を12公園で127回開催予定(実施106回・中止21回)	令和4年4月～5年3月	区内の公園等	1,421名	一般区民高齢者 6,554名	6,277
(2) 事業を推進できる人材の確保・育成事業	すぎなみ地域大学「介護予防地域スタッフ養成講座」における講演及び実習受け入れ	今年度開催されず	—	—	—	—
	新会員向け養成講座	令和5年3月	阿佐ヶ谷区民センター	—	新会員 3名	54
	会員研修（認知症対応）	令和5年1月	ウエルファーム 杉並	—	51名	45
	会員向け研修（体力増強）	令和5年3月	VIMスポーツ アベニュー	5名	33名	51
	その他の会員研修（個人情報）	令和4年6～7月	高井戸・井草区民センター他	—	51名	33
(3) 地域に密着した介護予防の普及事業	当会活動の宣伝 すぎなみフェスタ出店	令和4年11月5日	桃井原っぱ公園	7名	不特定多数	38
	高齢者普及啓発事業 ウォーキングイベント 3回	令和4年11月～5年3月	都内等	24名	127名	121
	高齢者普及啓発事業(協働事業) 健康づくり自主活動グループ協働事業	令和4年10月10日	永福体育館	4名	35名	22
(4) 介護予防に関わる新規サービスの企画・提案事業	高齢者普及啓発事業 (1)「ポールde歩こう会」7回(中止2回) (2)ポールウォーキング イベント 1回	令和4年4月～5年3月 10月	区内3公園 武蔵の森公園	32名 6名	一般区民高齢者、 103名 22名	212 28
	高齢者啓発事業 PW自主活動グループ支援事業	令和4年4月～ 令和5年3月	区内の公園等	403名	一般区民高齢者 4,623名	0

計： 7, 290

2) その他の事業 ナシ