

市町村健康増進計画等の推進に係る取組について（令和６年度）

市町村名	三股町
------	-----

事業名	リズムウォーキング教室
-----	-------------

対象者	
1 住民全体	☒
2 出生～児童・青年の世代	☐
3 働く世代	☐
4 高齢期	☐
5 その他	☐
その他の内容	

事業概要	
◆目的 運動習慣がない人に対して、手軽に楽しくできる運動について、体験できる機会とする。 定期的に開催することで、継続的に参加し、運動習慣の定着を図る。 ◆実施日 ： 毎月第３月曜日（祝日の場合は第２又は第４月曜日） ◆対象者 ： 18歳以上の住民で、身体活動が他者の見守り・支援なしにできる方 ◆内容 ： 健康運動実践指導者による音楽に合わせたウォーキングを中心とした運動教室	

参加者数	延 1 9 9 名
------	-----------

事業予算	6 0 , 0 0 0 円（報償費）
------	--------------------

事業効果等	
定期的に開催していることにより、継続的に参加される方が多く、運動の習慣が図られている。	

課題等

参加者は、60代～70代が多く、若い人の参加が少ない。

写真・グラフ等