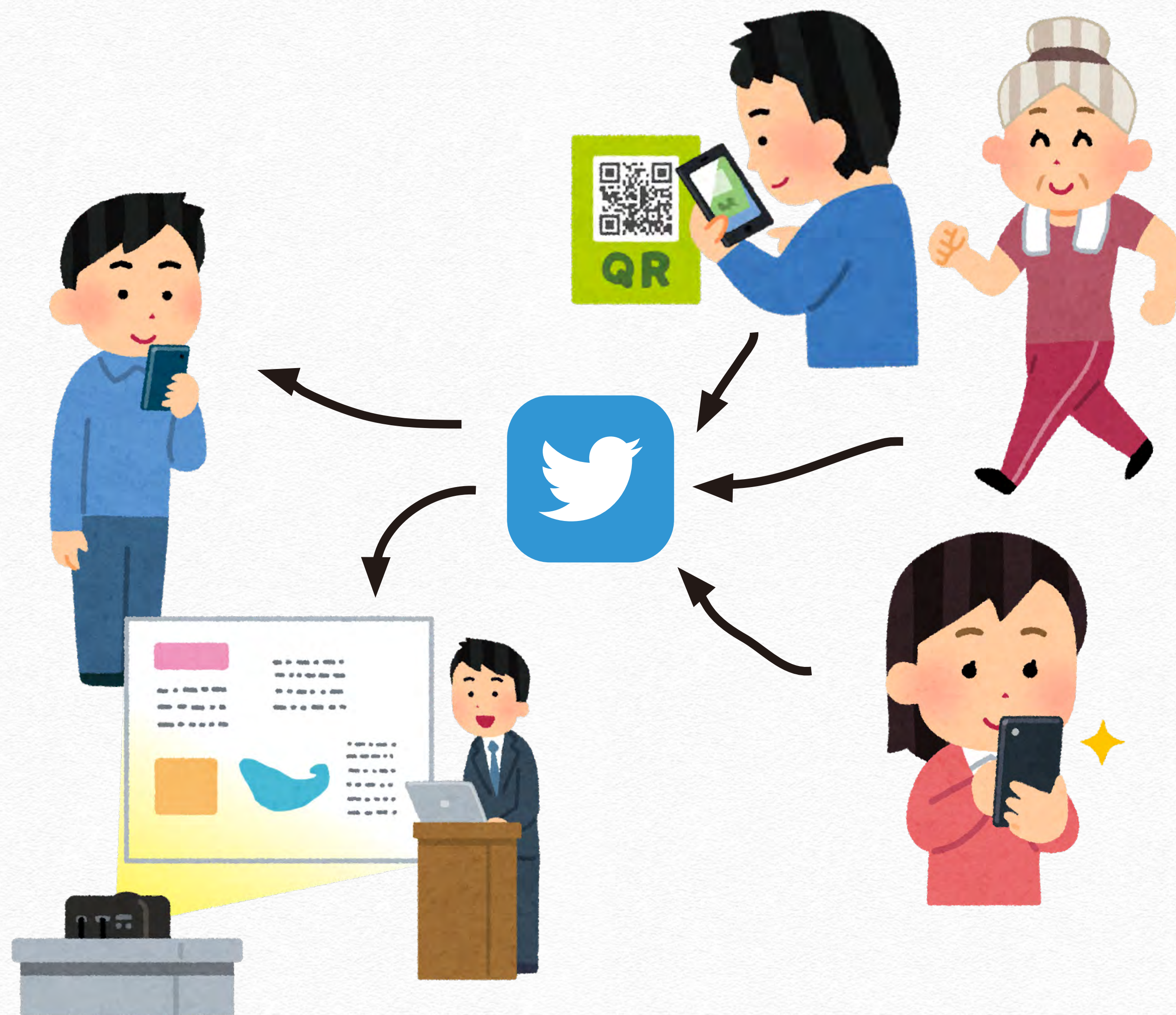


ツイッターを活用した住民参加型の社会調査

- 個人で持っているスマートフォンを使い、村内の道を散歩した記録を投稿してもらう。
- 各自の健康づくりに役に立つ。
- 村内の道の状況を報告することで、魅力のあるまちづくりに役立つ情報が集まってくる。

より良い山中湖村を目指した，住民参加の開かれたまちづくりにむけた，スマートフォンなど新しい情報技術を活用した仕組みの提案とその実証実験に取り組んでいます。



「お散歩日記で健康づくりとまちづくり」の開催

- ❖ (主催) 東京大学富士癒しの森研究所
(共催) 山中湖村
- ❖ 場所：老人福祉しあわせセンター多目的室
- ❖ 2019年10月31日 (木) 10:00-15:30
- ❖ 概要
 - ❖ 「ウォーキングのすすめ」山中湖村福祉健康課 渡辺和代様
 - ❖ お散歩日記説明会 (スマートフォンを使ってTwitterに挑戦)
 - ❖ 実際にウォーキングしながらお散歩日記の体験
- ❖ 参加者 10名

スマートフォンを活用した
お散歩日記で健康づくりとまちづくり  もりかつ けんこう 森活で健康

対象：山中湖村住民
日時：令和元年 10月31日 (木曜)
集合場所：山中湖村役場 老人福祉しあわせセンター多目的室

午前の部 10:30～11:30
森活で健康プロジェクト報告と説明会
昼食時は一時解散します
午後の部 13:00～15:00
ウォーキング (一時間)
東京大学癒しの森講義室オープンテラスにて休憩とふりかえり

イベント内容：
紅葉の美しい村内のコースをウォーキングしながらお散歩日記を体験していただくイベントです。みなさん一人一人のお散歩をスマホやタブレットを使って記録することで、「森活で健康」プロジェクトに参加いただく取り組みを始めます。スマホをつかった記録の方法を丁寧に説明いたしますので、どなたでも気軽にご参加いただくことができます。



- 【参加費】 無料
【参加方法】 当日受付。直接会場にいらしてください。小雨決行
【当日の服装】 動きやすい服装。歩きやすい靴。帽子。雨具。
【当日持ち物】 ご自分のスマートフォンと筆記用具。スマートフォンをお持ちでない場合も参加可能です。
【主催】 東京大学富士癒しの森研究所 【共催】 山中湖村
【お問い合わせ】 東京大学富士癒しの森研究所 TEL 0555-62-0012 (担当：藤原、竹内)

配布したお散歩日記ハンドブック

参加者は、ハンドブックに掲載された6つの散歩道の評価からひとつを選び、スマートフォンでQRコードを読み取り簡単にツイッターに投稿することができます。



この道は安全
でいいね!

安全な歩道、十分な道幅、
見通しが良い、人目がある、
危険な物がないなど



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #安全



この道は気持ち
がいいね!

景色がいい、木陰があ
る、静か、地面が柔らか
い、休憩ができるなど



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #快適



この道は平坦で
歩きやすい

たいらで段差が少ない、
坂道がない、途中で引
き返ししやすいなど



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #平坦で楽



この道は散歩
するには危険!

車のスピードが速い、
車が多い、道が悪い、
見通しが悪い、人通りがないなど



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #危険



この道は気持ち
が悪くない!

見苦しい、日陰がない、
うっそうとしている、
ゴミがある、騒音など



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #不快



この道は歩く
といい運動になる

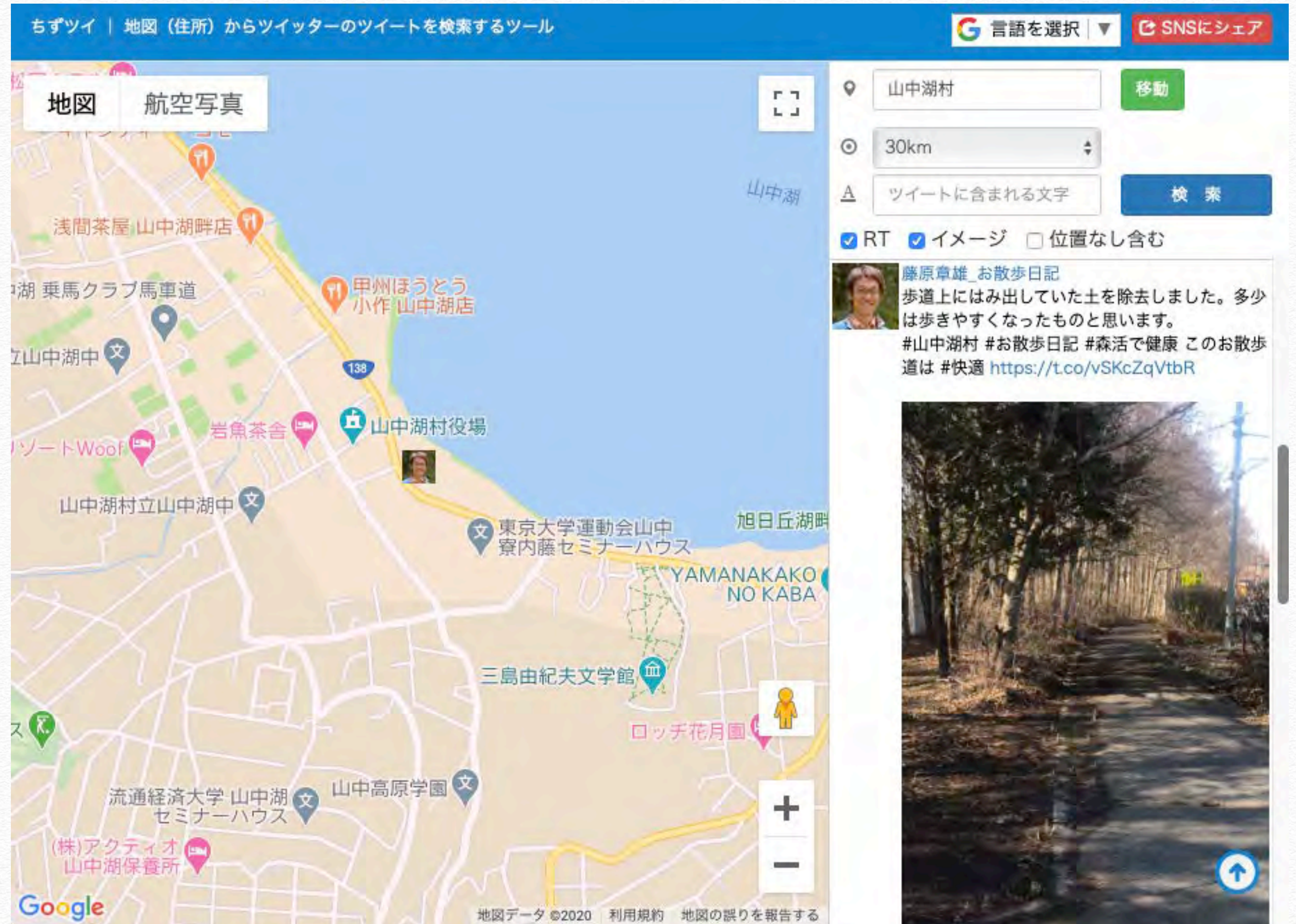
ほどよい坂道や階段、
汗がかける、まとまっ
た距離があるなど



#山中湖村 #お散歩日記 #森活で健康 #運動になる

お散歩日記の投稿は地図上で確認できる

- 他の参加者の投稿を誰でもみることができます。
- 自分の投稿をふりかえることで、散歩の記録になります。
- 投稿を検索し、地図上で一覧する機能は現在開発中です。
- 散歩みちの評価を位置情報つきで収集できます。



今後の予定

- ❖ お散歩日記参加者自身が楽しめる仕組みの充実を検討
- ❖ 参加者をふやすための取り組み（講習会，ちらしなど）
- ❖ 福祉健康課との共同事業として，今後も，村の健康関連の施策と連動してとりくむ
- ❖ 高齢の方へのスマートフォン活用の普及について，村と連携した取り組みを検討する

将来の展望

- ❖ データが集まってきたら、村民の健康だけでなく、村のインフラ整備、産業、観光などの施策にも貢献できるのではないか
- ❖ ツイッターなどのSNSを活用した、行政と住民の間の開かれたコミュニケーションのしくみの可能性を模索する
- ❖ 防災、高齢化、孤立防止、交通弱者、住民参加、多様性を包含する社会（インクルージョン&ダイバーシティ）… など今後直面する社会の課題に対して、地域の自然環境（森林）を活用する様々なアイデアを試していきたい