



セレッソ大阪 大阪市×セレッソ大阪×明治安田生命 「みんなでわくわくウォーキング100kmチャレンジ」大阪周遊 バーチャルウォーキングマップ 1/2

コロナ禍において、老若男女を問わず運動不足が問題となる中、セレッソ大阪として何ができるのかを大阪市健康局と話し合うところから本企画はスタートした。どの世代の人も気軽に始められ、それぞれの体力や体調に合わせて続けることができるウォーキングを推奨しようということはすぐに決まったが、一人でも多くの方に習慣化してもらえるようなアイデアが必要だった。また、感染対策として「3密」を避けることが求められる中で、参加者を1カ所に集めるような大規模なイベント開催に代わる新たな取り組み方を模索した。

活動場所 大阪市ほか

協働者

企業、行政

協働者名

大阪市健康局、明治安田生命保険相互会社大阪本部(協賛)積水ハウス株式会社(絹谷幸二 天空美術館)積水ハウス梅田オペレーション株式会社(梅田スカイビル 空中庭園展望台)、通天閣観光株式会社

協働者の声 明治安田生命保険相互会社大阪本部

コロナ禍で運動不足が懸念される中、楽しく自分のペースでウォーキングできる本チャレンジは、多くの市民にとって運動習慣を身につけるきっかけになったのではないかと思います。参加された方には、今後もウォーキングを続け、健康の維持・増進に努めていただきたいです。



活動詳細情報

1 [公式サイト](#)

カテゴリー(SDGs)／取り組みテーマ





セレッソ大阪 大阪市×セレッソ大阪×明治安田生命

「みんなでわくわくウォーキング100kmチャレンジ」大阪周遊 バーチャルウォーキングマップ 2/2



Story

外出自粛や在宅勤務、学校の休校・在宅授業などの影響で、子どもから高齢者まで幅広い世代での運動不足が問題視されるようになった。

そこで、大阪市健康局と協議し、ホームスタジアムを起点としたウォーキングイベントの企画をスタート。ウォーキング大会の実施などに豊富な経験を持つ明治安田生命保険相互会社大阪本部へお声かけしたところ、協力について快諾をいただき、3者での企画が進んだ。

しかし、コロナの感染状況は一向に収束を見ず、開催時期の検討を続けたものの断念。とはいえ、社会課題をそのままにしておくわけにはいかず、個人



それぞれの運動を促進する方法はないかと模索を続けた。その中で出たのが、バーチャルでのウォーキングイベント実施というアイデアだった。

大阪市内の観光スポットを掲載したウォーキングマップを作り、歩いた距離によってマスを塗りつぶすようにすれば、家の近所でありながら大阪一周を楽しんでいるような気持ちで歩いていただけるのではないかと考えた。大阪を代表する観光スポットのいくつかに声掛けしたところ、快い掲載の了承ばかりか、招待券などのプレゼント提供のご提案までいただいた。

幅広い世代の、多くの方に参加していただくため、手軽に配布・携帯できるA4サイズのマップを作成。大阪市内の各施設のほか、明治安田生命の大坂府内の各事業所でも配布した。100km達成した方にはプレゼントを用意し、WEBよりご応募いただくかたちとした。短い準備期間だったが、最終的な参加者数は48,500人にも及び、多くの方に楽しみながら運動していただけたのではないかと考えている。大阪市健康局からも「コロナ禍で運動不足が懸念される中、楽しく自分のペースでウォーキング

できる本チャレンジは、多くの市民にとって運動習慣を身につけるきっかけになったのではないか。参加された方には、今後もウォーキングを続け、健康の維持・増進に努めていただきたい」と喜んでいただいた。