



健康長寿のまち・京都
いきいきアワード

2023
IKIiki AWARD

市民の皆様の健康寿命延伸に向けた、生活習慣病の予防など、健康づくり活動の奨励・普及・推進を図り、今後も継続的な活動に繋げていくことを目的に、健康長寿のまち・京都市民会議（以下「市民会議」という。）と連携し、市域で主体的に健康づくり活動を実践・推進していただいている方を表彰します。この度、市民会議による選考に基づき、京都らしい健康づくりの代表例として、今年度の受賞者（大賞5組・プラスせんぼ賞3組・スタートアップ賞2組・奨励賞21組）が決定しましたので、受賞者をご紹介します。（記載は五十音順）。



健康長寿のまち・京都



京都市
CITY OF KYOTO

京都市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。



発行：京都市保健福祉局
健康長寿のまち・京都推進室
健康長寿企画課

令和6年3月発行 京都市印刷物 第055031号

表彰式の様子はこちらの二次元コード
からご覧いただけます。
ぜひご覧ください。（YouTube 動画）▶



大賞

✳️特に顕著な功績があると認められる方

団体名 ご近所を大冒険

京都市内 謎解き × まち歩き

活動名 ラビン・リトスからの挑戦状

三条会商店街にあるギャラリー幹が中心となり、周辺の店舗等と連携しながら、まち歩きと謎ときイベントを融合させた取組を実施されています。



団体名 刺し子倶楽部「ひとめひとめ」学生ボランティアチーム

活動名 手仕事で健康づくり：高齢者と大学生の刺し子で協創

伝統的手芸技術である刺し子を用いた商品の製作、販売活動を通じた高齢者の活動の場を支援し、取組を通じ人との交流も図っておられます。京都市立芸術大学と西院老人デイサービスセンターの協働による取組です。



団体名 だいで笑顔つながるプロジェクト

活動名 みんなで作るだいで体操プロジェクト

楽しみながら健康増進できるオリジナルの体操動画を、地域の名所で撮影し、YouTubeでの配信やDVD等にして周辺施設に配布。また、周辺施設や公園等でも住民とオリジナル体操を実施されています。



氏名 山村 英紀

活動名 毎朝 ラジオ体操で元気一杯

55年間もの長きにわたり生祥公園でのラジオ体操、清掃作業に取り組んでおられます。

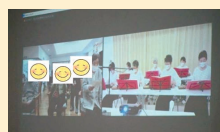


団体名 楽朗演芸団

楽朗演芸団

活動名 明るく朗らかに公演演奏！オンライン公演に挑戦

民謡、ハワイアン・フラ、大正琴など多岐にわたる公演を行うボランティア団体。活動期間が長く、多くの構成員が在籍されています。



《プラスせんぽ賞》

✳健康寿命の延伸につながる活動において、「歩く機会」、「歩数」が増えるような取組をされており、優れていると認められる方

団体名 **イオンモール株式会社
イオンモール KYOTO・イオンモール京都桂川**

活動名 **はじめよう！ イオンモールウォーキング**

イオンモール館内にウォーキングコースを設定。歩行距離や消費カロリーが分かるサインを設置し、買い物ついでにウォーキングを促す取組を実施されています。

団体名 **吉祥院西政所公園グラウンドゴルフ部**

活動名 **毎日 5,000 歩 グラウンドゴルフ**

日曜日を除く毎日、グラウンドゴルフを行い、5,000 歩歩く活動を実施されています。

団体名 **深草ぐるりん歩クラブ**

活動名 **ウォーキング**

グループ自らが設定した 10 km 以内のウォーキングコースを用いて、毎月 1 回のウォーキングを実施。多彩なコースやウォーキング後の茶話会を楽しみにされている方も多く、交流の場となっています。

《スタートアップ賞》

✳活動期間は短いながらも将来性のある活動をされており、優れていると認められる方

団体名 **Green thumb**

活動名 **植物をツールとして人との繋がりをゆるやかに創る居場所「オープンカフェ」**

屋上テラスでの花、ハーブの栽培や誰でも行ける居場所「オープンカフェ」の開催を通じて、地域の方々と交流する取組を実施されています。

団体名 **特定非営利活動法人お客様がいらっしゃいました。**

活動名 **生理の貧困の解決をはじめとした生理から考える健康支援**

京都市内の大学生で設立した団体が、生理の貧困の解決をはじめ、生理に悩む方への支援、生理に対する理解が高まることを通じた活動を実施されています。

〔 奨励賞 〕

✳️ その他功績や活動が認められる方

区分	氏名 又は 団体名	主な活動場所
団体	嵐山東あおぞら体操	西京区
個人	飯田利正	山科区
団体	市原野体育振興会グランドゴルフ同好会	左京区
団体	インターバル速歩マスター	北区
団体	梅の花カフェプロジェクト	下京区
団体	運動倶楽部「うきうき会」	東山区
団体	株式会社平和堂 アル・プラザ醍醐	伏見区
団体	株式会社平和堂 フレンドマートMOMOテラス店	伏見区
団体	京都運動器障害予防研究会	北区、上京区、 左京区、中京区
団体	京都そけいヘルニア日帰り手術 Gi外科クリニック	下京区
団体	紫竹まつり実行委員会	北区
団体	松陽あおぞら体操実行委員会	西京区
団体	朱雀第七学区社会福祉協議会	中京区
団体	つるかめ笑顔クラブ	上京区
団体	特定非営利活動法人 音の風	左京区、東山区
団体	特定非営利活動法人きょうと健康相談室	下京区
団体	中西弘和・京都信用金庫東桂支店	西京区
団体	二水楽歩会	京都市内全域
団体	みどりの会	下京区
団体	横大路学区社会福祉協議会	伏見区
個人	吉田弘治	京都市内全域

いつもの暮らしにプラスせんぼ

京都市と市民会議を中心に、通勤や昼休み、買い物等、あらゆる場面で気軽に取り入れやすく、幅広い年齢層で取り組める「歩く」ことをテーマに市民ぐるみ運動を進めています。

まずは現在の歩数にプラス 1,000 歩試してみることから始めてみましょう。

いつもの暮らしに

プラスせんぼ
+1000



歩くことから健康づくり！