

4 健康づくりのための公園

住民の高齢化が進み、子供向けの遊具がほとんど利用されなくなっている公園も見かけられます。健康づくりをテーマに公園を変えてみてはどうでしょうか。



自然浴さんぽ道(可部東第四公園)

健康づくりのための施設の例

- 作業がしやすいように高さを設けた花壇
- グラウンドゴルフなどができる整地された広場
- 足裏のツボを刺激するデコボコの石の道
- 背伸ばしなど健康づくりのためのベンチ

これらの施設を、手づくりで整備、維持管理することも健康づくりのための取り組みとなります。

【事例】

もみじが丘第二公園（西区）

■高齢者が出かける機会づくりを

＜活動内容＞

「高齢者が家から出かける機会をつくろう 公園を地域の憩いの場にしよう」と花壇づくりに取り組みました。これまで同じ町内にいながら名前も知らなかった人どうしも作業を通して親しくなってきました。花壇は沿道にあるため、通りがかりの人からも声がかかり、花壇のまわりに人が集まるようになりました。



植付け作業には飛び入り参加も



花壇のまわりで話がはずむ

5 子どもたちのための公園

公園は子どもたちが、安心して思いきり遊べる場所です。子どもたちはもっとワクワクする遊びを求めているのかもしれません。地域で子どもたちの遊びに関わってみてはどうでしょうか。



一日プレーパーク・ロープ遊び(寺迫公園)

■子どもたちのための施設の例

- いろいろな発見がある草っ原
- 水遊び、泥遊びができるどろんこ池
- 地域で塗装した楽しい色合いの遊具
- 間伐材や古タイヤを利用した手づくり遊具
- 自然環境を身近に感じるビオトープ

■こんなことに気をつけて

- 手づくり遊具などは、子どもたちにとって危険な構造でないか、使用する材料の強度は十分であるかなどをよく検討しましょう。
- 子どもたちが安全に遊べるよう大人たちが見守る体制づくりが大切です。

【事例】

東雲第二公園（南区）

■子どもたちが楽しく遊べる公園に

＜活動内容＞

遊具の塗装が部分的にはがれており、公園の景観を損ねていました。子どもたちが楽しく遊べるように、地域の皆で遊具を塗り直すことにしました。当日は公園に遊びに来ていた子どもたちも加わって、皆さんで楽しく作業が進みました。遊具は、かわいらしい色合いに変身し、公園の雰囲気も明るくなりました。



作業は楽しくどんどん進みます



かわいらしい色合いの遊具に変身

6 公園を育む活動

地域の皆さんの発案で、公園の維持管理についても、さまざまな活動が行われています。



手作りの案内板(恵下山公園)

■こんな公園再生も行われています

- 樹木の管理(支柱の設置や施肥、刈込みなど)
- 遊具やトイレなどの施設の塗装
- 堆肥場づくり
- 手づくりベンチの設置
- 樹名板や案内板づくり

このほか、皆さんの自由なアイデアで公園づくりに取り組んでください。

【事例】

鈴が峰第一公園（西区）

■公園から広がる安全なまちづくり

<活動内容>

公園いっぱいに生い茂っていた雑草取りと成長した樹木の手入れから活動がはじまりました。公園と周辺道路との間の見通しを悪くしていた周囲の植込みも低く刈り込み、一部を花壇につくりかえました。花壇には地域の皆さんが持ち寄った四季の花が咲きそろいます。サクラなどの植樹やトイレの塗替え、堆肥場づくりなども行われ、子どもから高齢者まで地域の皆さんの手で安全で快適な公園に保たれています。また、通学路の安全確保や夜間パトロールなども実施され、公園ではじまった活動が安全な地域づくりへと広がっています。



周囲の植込みを花壇に変えて見通しを確保



落ち葉の有効利用のため堆肥場づくり