

ナイトウォーキングの魅力を活かしたマップの制作

○杉山実希 [東京農業大学] △栗田和弥 [東京農業大学]

キーワード：夜景、ナイトウォーキング、ウォーキングマップ

近年、健康思考の高まりにより、体への負担も少なく誰でも簡単に始められる運動として、ウォーキングは色々な場で推奨されている。様々なイベントや大会が休日の昼間に開催されているが、社会人が日常生活において、夜に通勤を兼ねてウォーキングをすることは多く見られる。夜間に歩くことでリラックス効果を得ることができ、ダイエットにおいても最も効果的な時間帯といわれている。また、夜に歩くということは昼間には見られない魅力の発見、都市部ならではの夜景の魅力を感ずることができるといえる。

他方で、東日本大震災や近年多くなったとされるゲリラ豪雨等の影響もあり、災害時等に外出先から自宅まで徒歩で帰宅することが昼ではなく夜であることも想定され、夜の野外空間が非日常であるといえない状況となり、慣れることも必要であると考えられる。

しかし、定点としての夜景に関する情報は多いものの、夜の時間帯に歩くことに関するマップは、いまだ東京周辺にはないと考えられる。そこで、夜をプロモートすべく、安全面にも考慮したコースを設定し、昼とは異なるビューポイントを結び、リフレッシュできるような夜のウォーキングの提案をし、マップを作成することを目的とした。

ウォーキングルートの趨勢および地形と活用資源に関係性について

—埼玉県を事例として—

○田所聖子 [東京農業大学] △栗田和弥 [東京農業大学]

キーワード：ウォーキングルート、変遷、埼玉県、地形

国民の健康への関心が高まり、手軽にできるウォーキングをする人口が増加している。また、健康増進法に基づいて 2000 年に策定された「健康日本 21」で、健康増進のための数値目標が掲げられたことが契機となり、都道府県・地方自治体レベルで健康づくり事業への取り組みが求められるようになった。これを受け、地方自治体では健康づくり事業としてウォーキングをテーマとした事業が多く実施されるようになり、ウォーキングマップの作成なども進んだと考えられる。一方で、埼玉県で開催される「日本スリーデーマーチ」のように健康日本 21 の策定以前から独自に行われているイベントもある。

歩く行為としてのムーブメントが進む一方で、歩く道に関する研究は極めて少ない。そこで本研究では埼玉県を対象地とし、まず、様々な指定がなされているウォーキングおよびウォーキングルートがどのように広まっていったのか、歴史的要因を考慮しつつその趨勢について整理した。また、現状のルートについて文献による調査および現地調査を行い、ルートの地形と活用資源の関係性を明らかにした。