

令和8年7月23日

地域のみんなで、毎日をもっと元気に！ ～あづま みんなのラジオ体操体験会を開催します～

吾妻地区健都ふくしま創造推進会では、住民が健やかに過ごし、健康寿命の延伸につながる地域づくりを目指して活動しています。

このたび、その取り組みの一環として専門講師を招いた「あづま みんなのラジオ体操体験会」を初めて開催します。

誰もが気軽に取り組めるラジオ体操を通して、正しい動きや効果的な実践方法を楽しく学ぶほか、地区内の小・中学校を通じて児童・生徒にも参加を呼びかけ、子どもから高齢者まで幅広い世代が集う機会とします。

運動習慣の定着を図るとともに、地域のつながりを深め、地域ぐるみの健康づくりを推進します。

記

- 1 日 時： 令和8年7月29日(水)午前10時15分～正午
- 2 場 所： 吾妻学習センター本館 1階 多目的ホール（笹木野字折杉41番地の1）
- 3 参加者： 吾妻地区にお住まいの方（事前申し込みあり:先着60名）
- 4 講 師： ^{かねこ えいこ}金子 英子 氏（未来ラジオ研究会 代表・1級ラジオ体操指導士）
- 5 内 容： 講話・実技
「知っているようで知らないラジオ体操のコツを学んで、楽しく体操！」
- 6 主 催： 吾妻地区健都ふくしま創造推進会

「吾妻地区健都ふくしま創造推進会」とは…本市が推進する健都ふくしま創造事業「地域の健康づくり」の一環として、令和元年、市内で初めて設立されました。「食」、「運動」、「生きがい・支え合い」の3つの部会に分かれ、住み慣れた地域で健やかに過ごせることを目指し、地域住民が主体となりさまざまな活動をしています。

なお、8月7日には、地域でラジオ体操を広めていくための工夫を話し合う交流会を予定しています。



担当: 吾妻地区健都ふくしま創造推進会事務局
健康づくり推進課
課長 星 係長 高子
電話 024-572-3120(直通)
吾妻支所
支所長 高野 係長 河野

※お問い合わせは健康づくり推進課へお願いします。