

プレスリリース【2023年9月22日】

健康フェスティバルの開催について

●令和5年9月23日（土）、三和住宅にしなすのスポーツプラザにおいて標記事業を開催します。

体力テスト、ウォーキング教室、健康相談会といった健康に関するイベントを以下のとおり開催します。

日 時	令和5年9月23日（土）
	①体力テスト高齢者の部 午前10時00分 ～ 正午
	②ウォーキング教室 午後 0時30分 ～ 午後2時30分
	③体力テスト成年の部 午後 3時00分 ～ 午後5時00分
	④健康相談会 午前10時00分 ～ 午後4時00分
会 場	三和住宅にしなすのスポーツプラザ（にしなすの運動公園）体育館
主 催	那須塩原市教育委員会
講 師	（一社）日本ウォーキング協会
	健康相談会は、那須塩原市保健福祉部健康増進課の職員が指導をします
参加者	市民・市内勤務者・市内在学者
	・体力テスト高齢者の部（65歳～79歳）
	・体力テスト成年の部（20歳～64歳）

・例年、単独事業として行っていた体力テストにウォーキング教室と健康相談会を加え、健康に関するイベントを複合させ、より大規模に開催するものです。

・体力テストでは握力・長座体前屈などの項目において点数を算出し、自身の体力を数値化して見ることが出来ます。

・ウォーキング教室では、普段のウォーキングに活かすことができるよう、歩き方の基礎を専門の講師が指導します。グラウンドで開催しますが、雨天時は体育館で開催します。

・健康相談会では、健康増進課の職員が食生活や血圧のことなど、健康に関することの相談を受け付けます。

■本件に関するお問い合わせ先

団体名(所属)：教育部スポーツ振興課

TEL：0287-37-5439