



あたらしく、知多らしく。

梅香る わたしたちの緑園都市

令和6年7月 2日 (火)

知多市報道発表資料

健康推進課

担当：健康づくり・予防チーム 平松
(0562-54-1300)

健康と人の絆づくり隊交流会・講演会を開催

ラジオ体操を週1回以上、5人以上のグループで取り組んでいる「健康と人の絆づくり隊」の交流会を開催します。この活動は今年で10年目の節目を迎え、今回が最後の交流会です。

講演会では、医師の池谷敏郎さんが、『「血管を鍛える」と超健康になる！～人生100年時代を生き抜く生活習慣の改善方法～』をテーマにお話しします。

1 日時

7月6日(土) 午後1時30分～4時

2 場所

勤労文化会館 つつじホール

3 対象・定員

健康と人の絆づくり隊メンバーと健康に関心のある方 約500人



▲5年度の交流会の様子

4 内容

13:30 開会

13:35 表彰式(5年度の絆づくり隊の活動に対する表彰)

13:50 梅子と一緒にラジオ体操

(講師：全国ラジオ体操連盟一級ラジオ体操指導士 野々部利夫さん)

14:10 活動発表会「10年目の奇跡」(代表3人から絆づくり隊の活動発表)

14:40 講演会：『「血管を鍛える」と超健康になる！

～人生100年時代を生き抜く生活習慣の改善方法～』

講師：医師 池谷 敏郎(いけたにとしろう)さん

15:40 抽選会(市内商工会、協定企業からの協賛)

16:00 閉会

参加者全員に食育改善推進委員による手作り梅ジャムクッキーをプレゼント

5 その他

健康と人の絆づくり隊とは、運動習慣の定着化と健康意識の向上を目的に、家庭、職場、コミュニティなどの仲間5人以上で週1回ラジオ体操を実施するグループです。平成27年5月に発足し、今年が10年目となります。6年7月1日現在、86団体、3,238人が参加しています。