

第30回 全国健康福祉祭あきた大会 ねんりんピック秋田 2017 華やかに開幕!



川崎炎（川崎市）と藤里クラブ



元気はつらつプレー!

秋田県で初めて開催された第30回全国健康福祉祭あきた大会（愛称…ねんりんピック秋田2017）。本町では9月10日～12日の3日間、清水岱公園野球場を主会場として軟式野球交流大会を開催。全国各地から6チーム86人が参加し、年齢を感じさせない熱い試合が繰り広げられました。
会場の外では様々な催しを用意し、町民全体で全国から来た選手をおもてなし。試合の合間に選手同士や町民との交流も生まれ、盛会のうちに幕を閉じました。

生涯現役のために…

健康づくり教室開催

清水岱公園野球場の特設会場では、10日と11日の両日、健康づくり教室が開かれ、選手や応援に駆けつけた人たちが健康チェックを受けました。

町スポーツ推進委員による「ロコモ度テスト」や保健師による「骨の健康測定」の結果をもとに運動や食事などの改善点をアドバイス。大会に出場した選手からは「まだまだ現役を続けるために、保健師さんの指導を参考にしたい。」と感想が述べられました。

ロコモ度テストのひとつ
立ち上がり測定



保健師による健康相談

※ロコモとは…「ロコモティブシンドローム」の略称で、骨・関節・筋肉などが衰えて、「立つ」「歩く」といった移動機能が低下している状態のこと。