



NEWS (PRESS) RELEASE

平成30年 1月29日

健康福祉部健康推進課

タイトル	志摩市オリジナル健康体操「きらりん志摩っこ体操」「志摩しまウォーキング」のご当地体操登録について
概要	健康推進課では、運動推進リーダー(健康づくりに向けた運動を推進するため、平成17年度から志摩市で実施した養成研修を修了した人)と一緒に、志摩市オリジナル健康体操を作成しています。この度、そのうちの2曲「きらりん志摩っこ体操」「志摩しまウォーキング」が、健康・体力づくり事業財団のご当地体操に登録されました。 体操はいずれも3分程度で、音楽に合わせて楽しく身体を動かすことができ、運動を始めるきっかけのひとつとして出前講座やケーブルテレビを通して周知を進めています。ご当地体操登録に伴い、健康・体力づくり財団のホームページに体操が掲載され、志摩市のホームページでもレクチャー動画等を新たに紹介していますので、ぜひご覧ください。 個人の健康づくりの取り組みとして実施していただく他、イベント等でも体操を紹介させていただいておりますので、発表や出前講座の希望がありましたら健康推進課までお問い合わせください。
開催日	
開催時間	
開催場所	
主催	志摩市
後援	
協賛	
その他	平成29年度の出前講座申し込みは、既に締め切っています。平成30年度の講座は、平成30年4月から申し込み開始予定です。
参考HP	健康・体力づくり事業財団ホームページ、志摩市ホームページ
お問合せ先	志摩市健康福祉部健康推進課(保健センター) 担当：杉本順子 TEL 0599-44-1105 FAX 0599-44-1102