

「須恵レクの会」「筑紫野市健康づくり運動サポーターの会」交流会盛り上がる！

平成 25 年 2 月 4 日（月）筑紫野市総合保健福祉センター「カミーリヤ・多目的ホール」

福岡県レクリエーション協会も活動を支援している福岡県内でも高齢者の元気アップからこどもを対象とした事業まで活発な地域活動を展開している両団体の交流会が開催され、それぞれのユニフォームを着た 100 名近い参加者の熱気に包まれました。



「筑紫野市健康づくり運動サポーターの会（宮本忠則会長）」は、高齢化と生活習慣病の増加に対応するため、平成 18（2006）年度から筑紫野市が養成している健康づくり運動サポーター（40 時間の講習会修了者）102 名により構成されている団体です。5 つのコミュニティーセンターを中心に高齢者健康学級や体操教室、ウォーキング活動等市民の健康づくり、介護予防活動などを活発に支援している団体で 1 月 30 日福岡県知事より「健康運動推進実践グループ奨励賞」を受賞されました。

「須恵レクの会（緒方初美会長）」は、須恵町社会福祉協議会が開催した 2005 年度「レクリエーション・インストラクター養成講座」修了生を中心に 2006 年 3 月結成、現在会員数 54 名の団体です。0 才から高齢者まで多彩な活動を展開している団体です。

両団体とも多くのレクリエーション公認指導者や公認指導員が活躍されています。

交流会は団体の紹介、運動・レクリエーション交流（実技紹介・交流）情報・意見交換会が行われ、あっという間に 2 時間半が経過していました。

最後に福岡県レクリエーション協会佐藤靖典専務理事の「♪一人の小さな手、なにもできないけど、という歌がありますが、一人の小さな手にも何かできることがある。それを出しおしめない“5D運動”を展開していこう」という提案とまとめで締めくくりました。

【5D運動とは】 =できる人が できることを できるときに できるだけ 出しおしめない

