

報道関係各位	発信年月日	令和4年1月25日		
担当部課名	担当課長名	担当者職氏名	連絡先電話番号	
福祉部健康増進課	健康増進課長 尾山 貴子	技師 中村 早枝華	(0836) 71-1814	
件名	スマイルエイジングパーク事業完成イベント ゆめ広場DEウォーキング+健康遊具体験の参加者を募集します。			
内 容				
<p>スマイルエイジングの取組の1つにスマイルエイジングパーク事業があります。スマイルエイジングパーク事業では、いつでも、どこでも、より多くの方が、生涯を通じて運動が楽しめる環境を整備するために、順次市内4カ所の都市公園においてウォーキングコースとなる園路の改修や健康遊具の設置を行っています。今回、ゆめ広場に健康遊具が設置されますので、完成イベントとして、下記の日程でウォーキング教室と健康遊具体験を開催します。</p>				
記				
1 日時	3月29日(火) 10時00分 ~ 11時45分 (受付9時半~)			
2 場所	厚狭川河畔寝太郎公園 ゆめ広場 山陽小野田市大字厚狭 1768-24			
	※悪天候の場合は厚狭公民館 アリーナで開催します。			
	※小雨決行。当日、開催場所を迷われる場合は健康増進課にご連絡ください。			
3 内容	(1) 体調チェック			
	(2) 健康遊具体験とウォーキングの実技講座			
	講師：リハビリデイサービスプラスワン 理学療法士 道祖 悟史 (さや さとし) 氏			
	(3) スマイルエイジング強化月間、健康アプリ、健康マイレージの紹介			
4 定員	30名 (先着順) ※2月7日(月) から申し込み開始			
5 応募要件	市内在住、または市内在学・在勤で1km程度のウォーキングが可能な方			
6 参加料	無料			
7 持参物	運動のできる服装、運動用シューズ、帽子、水分補給できるもの、マスク着用、 上履き (悪天候時のみ) ※スマートフォン (お持ちの方のみ)			
8 申込方法	電話、FAX、メール、来所			
9 問い合わせ・申込先	健康増進課 (電話 0836-71-1814、FAX 0836-39-5624、メール hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp)			
10 ホームページ	https://www.city.sanyo-onoda.lg.jp/site/smile-ageing/smileagingparkkansei.html			
11 スマイルエイジングとは笑顔 (=スマイル) の源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていく (=エイジング) ことで、目標とするものは「健康寿命の延伸」です。スマイルエイジングチャレンジプログラムの「運動」では、「動こうやあ!今よりも身体を動かす市民」を目指しています。歩くことは体づくりや健康増進につながります。				