

「わくわくレクリエーション体操教室」が楽しく行われています

2月16日（木）に石巻市河北地区の飯野川高校と追波川運動公園にある仮設住宅集会場で実施された運動教室「わくわくレクリエーション体操教室」について報告します。この運動教室はどなたでも参加できるレクリエーションや体操を行う教室で、「NPO 法人 健康応援 わくわく元気ネット」のご協力を得て、今までに9～2月で1会場9回の教室を行ってきました。

この日は、元々雄勝地区にお住まいで「雄勝ダンベル会」という運動のサークルで活動されていた方々も参加し、顔なじみの人が運動指導をサポートして下さったおかげで、一段と楽しい教室になりました。今後も皆様が楽しく元気になれるような支援につなげたいと考えています。

「NPO 法人 健康応援 わくわく元気ネット」の方々、そしてご協力いただいた皆様へこころより感謝申し上げます。

（公衆衛生学分野・遠又 靖丈、運動学分野・須藤彰子）

