

ご当地体操フェスティバル ～プラス10（テン）で育もう！健康と地域愛！！～

9月の健康増進普及月間及び、第3日曜日の「県民健康の日」にあたる9月20日（土）、21日（日）の両日、「あいち県民健康祭」が、あいち健康プラザ、あいち健康の森公園にて開催されました。

その中、20日（土）に、愛知県健康づくりリーダー連絡協議会主催による「ご当地体操フェスティバル」が開催されました。

愛知県健康づくりリーダーが、制作、指導に携わる「ご当地体操」は、県内20地区に体操があり、そのうち、14地区の体操が披露され、体験もあわせて実施しました。

当日は、厚生労働省から出されているアクティブガイド（身体活動指針）にある、今より1日10分活動量を増やす、「プラス10（テン）」を合言葉に、元気に楽しく体操を行いました。

●リーダー連絡協議会会長あいさつ



●センター長あいさつ



●「けんこっちゃんま」（美浜）も一緒に！



●「いなッピー」（稲沢）も一緒に！



●「まめ吉ファミリー」（岡崎）になりきって！



●チアガールも、軽やかに！



