

事業名	創立50周年記念 相武台市民健康まつり	
開催日	令和6年6月2日(日)9:30～正午	
場所	相武台公民館 全館 グラウンド	
対象	どなたでも	
参加者	149名(実行委員含む)	
主催	相武台公民館	
主管	相武台市民健康まつり実行委員会	
報告	心配された雨もやみ、公民館とそあらグラウンドを会場に健康チェックやエクササイズ、スポーツレクリエーションを行いました。相模原看護専門学校生や丘整形外科のリハビリの先生、日本体操協会の平岡先生、クリエイト エス・ディー、健康づくり普及員、青少年部、広報部、保育部の皆さんの協力で10このコーナーを実施。昨年より少なめの参加人数でしたが、皆さん楽しく健康について学び、体験していました。	



1階入り口の受付をとおって、健康まつりスタートです！！
受付は広報部と保育部の皆さんが担当してくれました



人気の平岡先生の「健康アップエクササイズ」のコーナーは、大勢の人でにぎわっていました。



クリエイト エス・ディーの「骨強度・血管年齢測定」のコーナー。皆さん真剣に結果の説明を受けています。



丘整形外科病院の理学・作業療法士の先生による「肩腰膝のリハビリ相談」のコーナー。聞きたいことはいろいろあります。

「健康吹き矢」コーナー。吹き矢が初めてという方でも、コツが分かればキチンと的に当たります。



青少年部の皆さん担当の「ラダーゲッター」のコーナーでは、小さなお子さんも挑戦！



相模原市看護専門学校の学生の皆さんによる「血圧測定」「正しい手洗い」のコーナー。絶えず人がいて、生徒さんとの会話も楽しみました。



健康づくり普及員の皆さんによる「握力、最大1歩、開眼片足立ち」のコーナー。自分の体力が気になります。



グラウンドは、「モルック」とポールを使って歩く「ノルディックウォーク」のコーナー。モルックは簡単で楽しいニュースポーツ。ノルディックウォークは正しく歩くと結構キツイ！汗ばんできます。