

# 一緒に体操、元気UP 小山で健康都市フェス 80人が全身動かす



小山市民元気あっぷ体操に取り組む来場者ら

【小山】市民の健康意識向上などを目的とした「第37回健康都市おやまフェスティバル」が22日、神鳥谷（ひととのや）の市健康医療介護総合支援センターで開かれた。

フェスティバルは市と実行委員会が主催。

敷地内の小山思いの森では、メタボリック症候群予防や健康寿命の延伸を目的に2008年に考案された「小山市民元気あっぷ体操」を実施した。野球独立リーグ・ルートインBCリーグの栃木ゴールデンブレーブスの選手3人も参加し、来場者約80人と共に全身を動かした。

体操の普及活動を行うシニア元気あっぷ塾サポーターきらり会の副会長安久井恵三（あくいけいぞう）さん（75）は「今まで市の行事があると参加していた。もっと多くの若者にも体操を知ってもらいたい」と話した。

隣接する新小山市民病院では白衣や看護服の着用体験などの「ふれあい祭り」、思いの森駐車場でも放水やはしご車のバスケット搭乗体験といった「消防フェア」が開かれ、多くの家族連れが訪れた。