

整理番号：1 - 1

提言題名：チューブ体操指導者講習について

【提言の要旨】

今回、取手市健康づくり推進課が開いて下さったチューブ体操指導者講習会に参加して、どれだけ多くのことを学び、又、健康でいることの重要さと健康を守るための努力の必要性を実感いたしました。本当に感謝いたしました。ありがとうございます。ただ、こんなにも簡単で、個人個人の体力や目的によって毎日、5分でも10分でも座ってでも、立ってでもわずかなスペースさえあれば、健康寿命を伸ばしていけるチューブ体操なのに、全く知りませんでした。どうか、高齢者の割合が30%以上のこの取手市において、ぜひこの体操の良さを体験して実感できる場があったら！と心から願います。

どうか、ウェルネスプラザの中庭でもホールでも、みんながもう少し多く集まって体験できるようにしていただきたく市長への手紙を書きました。

コロナ過ではありますが、平熱でマスク着用、アルコール消毒など一、二か所に備えていただき、一人でも多くの取手市民の方々に教えて、体験させていただけますようにお願い申し上げます。

(令和5年2月受付)

【回答の要旨】

日頃から市政に格別なるご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

このたび、チューブ体操指導者養成講習会のご参加、感謝のお言葉をいただきありがとうございます。

おっしゃるとおり、健康寿命延伸に向けて、より多くの方にチューブ体操について知っていただき、実践していただくことが重要であると考えます。今後、頂戴したご意見をもとに体験の場を増やして参りたいと思います。

〇〇様におかれましても、チューブ体操の指導者として是非ともチューブ体操を多くの方に周知いただき、ご自身、そして周りの方の健康増進にご尽力いただきますようお願い申し上げます。

このたびは、貴重なご意見をいただき誠にありがとうございました。

(健康づくり推進課 令和5年2月回答)