

安城市スポーツ振興計画

マイスポーツ運動

第4弾



ににに笑顔で毎日元気！

成人の週1回以上のスポーツ実施率50%を目標とし、2005年4月からスタートした安城市スポーツ振興計画。市民の一人ひとりがスポーツに親しむことができる環境を整備するとともに、市民の自発的なスポーツ活動を支援することを基本方針としています。

広報あんじょうでは、2005年9月15日号から3回にわたり、「マイスポーツ運動」を実践している市民の皆さんを紹介してきました。その第4弾として今回も実践者を紹介するとともに、最近話題となっている「メタボリックシンドローム」についても考えてみたいと思います。

これまでに広報あんじょうで紹介した「マイスポーツ運動」特集もご覧ください

①2005年9月15日号

・スポーツの秋 ウオーキングの秋

②2006年3月15日号

・手のはたらき

③2006年7月15日号

・スポーツ！あんじょう

総合型地域スポーツクラブ、わたしのスポーツ健康法ほか



6・7ページ メタボリックシンドロームを防ごう！
7ページ 歩け・ランニング運動のご案内