

左京公園体操ボランティアリーダー

健康寿命をのばそう！アワード

スポーツ庁長官優秀賞 団体部門 受賞！！

昨年の健康長寿のまち・京都 いきいきアワード2019大賞に続き、左京公園体操のボランティアリーダーの皆様が厚生労働省 スマートライフプロジェクト 第9回 健康寿命をのばそう！アワード 栄誉あるスポーツ庁長官優秀賞（団体部門）を受賞されました。



受賞内容：

京都市左京区地域介護予防推進センター

養成したボランティアがリーダーとして運営・実施する「公園体操」

https://www.smartlife.mhlw.go.jp/award/winner_09

公園体操は誰もが気軽に体操をする機会づくりとして、2011年6月の岡崎公園を皮切りに、現在では公園やお寺の境内など、左京区内の30ヶ所の会場で実施しております。

20～30分程度の簡単な体操で、地域のボランティアさんにリードしていただき、高齢者も安心して参加できます。