

あしゆびプロジェクト通信 Vol.1

～鼻緒のある履物であしゆびを鍛えよう～

現在、市では、あしゆびをきたえる一つの取り組みとして、市職員に鼻緒のついた草履や雪駄などの着用を推奨することで、市内外に広く PR を行っています。

この取り組みは、NHK や新聞各紙で大きく取り上げられるなど、注目を浴びています。

今後、就学前児童の健康な体づくりや高齢者の転倒防止などを含めた市民の健康づくりを推進するため、あしゆび体操プログラムを作成していきます。

皆さんも「あしゆび」をきたえて健康づくりを実践してみませんか。



草履やたび型シューズを履く市職員

あしゆびプロジェクトとは …

市では、健康寿命の延伸を足指の健康から展開する研究プロジェクトを官民連携で進め、高齢者の転倒防止など市民の健康づくりと幼児教育モデルを全国へ発信していきます。