

施設等活用事業（令和3年度活動事例）

「相撲健康体操を通じ運動習慣の定着を図ることができ、健康寿命の延伸に資する創出事業」

事業の内容

相撲健康体操を通じて、運動習慣の定着、健康寿命の延伸を目的として、全6回に渡って、講座を開催しました。

道具を使わず、年齢・性別問わずにできる健康相撲体操は、筋肉の緊張をほぐし血行をよくしたり、疲労回復、ストレス解消、基礎体力向上などに効果があるとされ、講座を通じて、年齢・性別を問わず習得可能な相撲健康体操を普及・啓発することができました。



○相撲健康体操講座

参加者：各10名程度
日時：13時～14時半

令和3年	10月19日（火）	令和4年	1月18日（火）
	11月16日（火）		2月15日（火）
	12月21日（火）		3月15日（火）

運動習慣の定着に向けて…

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、参加者の集まりが心配だったものの、高齢者を中心に多くの人が参加。負荷のかからない安心した体勢でできるため、楽しんでいっている様子が伺え、参加者の多くが次回も参加したいと述べるなど運動習慣の定着の一助となりました。

また、「健康相撲体操」公開講座の開催を通じて、当該事業の趣旨である施設の認知度の向上と魅力の発信に寄与し、利用活性化の一助とすることができました。



【実施主体】

南部流角力節語り部協会

【設立年月日】

平成31年4月

【代表者】

高橋 多美雄

【主な活動実績】

- 赤い羽根3.11いわて沿岸地域応援募金ドネーションパーティーでの相撲甚句披露
- 第54回盛岡市社会福祉協議会ボランティア活動団体表彰式 南部相撲甚句感謝状授賞
- 岩手県立図書館講演「相撲起源と甚句誕生」講師
- 河北TBCカルチャーセンター「相撲甚句教室」講師

【令和3年度補助額】

480,000円

活用施設 三毘亭

（旧藤原家町家（三原家））

- ・施設の所在地
盛岡市鉤屋町9-35
- ・旧藤原家町家(三原家)修理活用事業
歴史的建造物の旧藤原家(三原家)の保存と活用のため、内外装の全面修繕と構造補強、給排水、電気設備の更新を行い、催事や飲食、宿泊体験などが可能な施設として活用を図る。
- ・修理活用事業 実施期間
平成24年7月3日～平成25年6月14日

