



(社)全日本ノルディック・ウォーク連盟公認

長崎県ノルディック・ウォーク連盟佐世保支部



Nagasaki Nordic Walk League

長崎県ノルディック・ウォーク連盟 佐世保支部が誕生しました。

私達、白十字会グループは、かねてより準備を進めてまいりました佐世保支部を、去る平成31年4月10日の
設立総会を経て「長崎県ノルディック・ウォーク連盟佐世保支部」として立ち上げました。



長崎県連ノルディック・ウォーク連盟
佐世保支部ノルディック・ウォークステーション

長崎県ノルディック・ウォーク連盟 佐世保支部 設立総会



日時：2019年4月10日（水） 14:00～15:00
開催場所：佐世保中央病院 南館5階 講義室

4月10日現在、公認指導員は36名となっており、これまで体験会や研修会など活動しておりましたが、これからは白十字会グループだけではなく、多くの市民の皆様にも参加していただきたいと願っています。これからもノルディック・ウォークの楽しさと効果をお伝えしていきます。



設立総会にご出席いただきました、富永会長を中心に副会長と理事の方々
および公認指導員の皆様です。

長崎県佐世保支部設立総会ご挨拶文

本日はお忙しい中、長崎県ノルディック・ウォーク連盟佐世保支部の設立総会に足をお運び頂き誠に有難うございます。また日頃より社会医療法人財団白十字会の活動にご協力を賜り、この場をお借りしまして御礼申し上げます。

さて佐世保市では、65歳以上の高齢者人口が3年後の2021年にピークを迎え、高齢者数は78,000人を超え、高齢化率は31.9%となる見込みです。さらに、2025年には高齢化率が32.8%と上昇し、市民の3人に1人が高齢者となることが予想されます。

そのような中で、私たちが出来ることは、白十字会のスローガンである、「治す医療から病気にならない医療を目指す」とあるように、病気にならずに健康で毎日をイキイキと過ごし健康寿命を延ばすことが大切であると考えます。

そこで、2本のポールを使いながら歩く、ノルディック・ウォークは身体の約90%の筋肉を動かし、ポールなしの歩行より膝・腰の負担も軽く・消費カロリーも向上するなどの効果が高い全身運動です。白十字会には現在インストラクター36名在籍しておりますので、佐世保支部活動として佐世保市民の多くの皆様にノルディック・ウォーク体験会を開催し、普及・啓発に努めて頂きたいと思っております。

今後、長崎県ノルディック・ウォーク連盟佐世保支部の取り組みが、佐世保市民の皆様にも喜ばれる地域貢献・介護予防の活動となることを期待しています。

長崎県ノルディック・ウォーク連盟・佐世保支部