

# 教育委員会だより -学(まなぶ)-

(9月1日号)

新型コロナウイルス感染症の影響が心配される中、東京オリンピック・パラリンピックが開催され、トップアスリート達の全身全霊をかけた競技、美技に大いに盛り上がりました。今年度は、必要な感染症対策をとりながら可能な事業は実施すべく取り組んで参りましたが、市主催のスポーツイベントはほぼ全て中止となっています。

また、市内の新規感染者数が高止まりしている等の状況に鑑み、知立市学校体育施設を一時的に利用中止とさせていただいております。

緊急事態宣言が継続される中、不要不急の外出を控える等、気軽にスポーツ活動を行うことが困難になってきたことにより運動不足となり、活動量が低下すると、特に中高年齢者については、体力の低下、生活習慣病等の発症や生活機能の低下(骨や関節、筋肉等の運動器が衰えるフレイルやロコモティブシンドローム、認知症等)を引き起こすリスクが高まります。

新型コロナウイルス感染症対策本部が定めている「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」では、生活や健康の維持のために必要なものとして、屋外での運動や散歩等は自粛要請の対象外とされています。

これからは、ご自身の健康のため、自宅で簡単にできる運動や屋外での散歩等を習慣的に取り組むようにしましょう。

なお、スギ薬局知立福祉アリーナでは、令和3年4月1日から企業版ふるさと納税を活用してトレーニング場をリニューアルオープンしています。日頃の健康維持のためにもぜひご利用ください。

