



2024年度 スポーツエール認定(スポーツ庁) 社会福祉法人あすなろ会が 3年連続認定されました♪



心も身体も生涯現役を目指そう！ ～あすなろいきいきスポーツ団～

毎日利用者との体操・ダンス・マラソン、社内スポーツレク、自転車通勤・会議前ストレッチやスタンディングミーティングの実施などを行っています！

取組内容1

毎日、ご利用者との体操
ダンス・マラソン

→法人開設及び法人内各施設当初よりご利用者・職員の健康づくりに取り組んできました。認可保育園・高齢者施設等において、毎日、利用者と職員と一緒に体操・ダンス・マラソンを行い、顔はイキイキ、汗はカキカキ運動し、生涯現役を目指しています！



取組内容3

自転車通勤・会議前ストレッチ・スタンディングミーティングの実施

→コロナ禍中、健康づくりが実施出来にくい時期でも、業務前・中・後において、自然と健康づくりになる取り組みを模索した結果、本取組を実施するようになりました。徒歩通勤や自転車通勤を推奨します。会議前にはストレッチの時間を設け、心も頭もスッキリした状態で会議に臨むとともに、スタンディングミーティングによる短時間終了や立位保持を心がけます。



取組内容2 社内スポーツレク

→職員が生涯現役で健康でいきいきと意欲的に働くことを願い、健康経営を意識するようになった平成 29 年度より社内スポーツレクに取り組んでいます。ミニ運動会・いきいきボーリング大会・リフレッシュヨガ等行います。どの企画もあすなろ会各施設の参加希望者によるスポーツレクです。ミニ運動会のプログラムメニューも自分たちで企画し、多世代とりわけ高齢世代でも参加しやすいよう工夫しています。

