

# 生涯スポーツ

～健康をつなぐ、人をつなぐ～

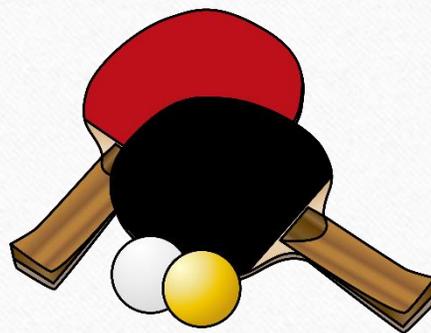


展示期間

令和3年9月17日(金)

～

令和3年11月17日(水)



展示資料はこちら

# 生涯スポーツって何？

健康づくりや社交の場を目的として  
いつでも、どこでも、だれでも  
親しめるスポーツのことです。

一人ひとりのライフスタイルや年齢、  
興味などに応じて暮らしの中に  
スポーツを取り入れることができます。

健康の保持増進  
体力づくり



交流で友好や  
親睦を深める

# 例えばどんなものが生涯スポーツ？



水泳



卓球



ウォーキング  
ジョギング



テニス  
ソフトテニス



ゲートボール

# 《おまけ》スポーツの日制定の歴史

**1964年10月10日 東京オリンピックの開会式が行われる**



**日本初のオリンピック開催を記念し**

**国民がスポーツや体育に親しみ、さらなる振興を図るため**

**1966年から10月10日を「体育の日」と制定**



**2000年から「体育の日」を10月第2月曜日に変更**



**2020年から名称を「スポーツの日」に変更**

