

～ 令和7年度助成事業を紹介します（2） ～

「教えて斎藤さん！福島の天気と健康づくり」

助成事業区分：成人のスポーツ環境に関する事業

団 体 名：公益社団法人福島県都市公園・緑化協会



○開催日

令和7年10月16日（木）

○会場

あづま総合体育館、あづま球場（福島市）

○講師

斎藤 恭紀 氏（気象予報士）

○内容

講演会・あづま球場散策&トーク



気象予報士の斎藤氏を講師に迎え、気象にまつわる話題をベースに、講師が趣味としているランニングやマラソンをはじめとした生涯スポーツや健康づくりに関連する講演会、ウォークイベントが開催されました。

当日は、あいにくの雨天となってしまいましたが、およそ70名が参加しました。

「低気圧がくると体調不良がおこりやすいメカニズム」など、気象と健康の関連性についてや、講師の趣味であるランニングやマラソンなど生涯スポーツを通じた体験談、山歩き（ウォーキング）の際の注意ポイントなど、講師の軽妙なトークに笑いが起こる場面もありつつ、福島の気象や場所を例に健康づくりやスポーツ活動について学ぶことができました。

また、講演会後に講師と参加者全員であづま球場を散策し、フリートークや質問タイムを楽しみました。

