

第8回

うわじまがいのな 健康カーニバル

令和7年

10月29日 水

スタート
10時

道の駅みなとオアシスうわじま
まなれや広場

TIME TABLE

10:00

オープニング演奏
護法太鼓

10:05

主催者挨拶

10:10

うわじまガイヤ健康体操 実演
m-fit 健康運動 島本眞由美さん
健康応援スポーツクラブ PRIME 河野行徳さん

10:20

体操披露 **出演団体**

1. 天赦体操会
2. チャレンジ
3. これかた会 & ひまわり
4. 悠々クラブ
5. 睦会（保田老人クラブ）
6. 九島連合チーム
7. もみの木
8. プリンセスプリンセス
9. 元気クラブ
10. フレンド
11. 長堀美月会

11:55

応援パフォーマンス

宇和島東高等学校 津島分校
チアリーダー部 SOUTH EAGLES

帝京第五高等学校
チアリーディング部 BLUE STARS



12:05

活動実績賞 表彰式

12:25

全員体操

12:30

終了（予定）

〈主催・問い合わせ〉 宇和島市高齢者福祉課 地域包括支援センター ☎ 0895-49-7019



宇和島
uwajima

第8回

うわじまがいのな 健康カーニバル

令和7年

10月29日 水

道の駅みなとオアシスうわじま
まなれや広場

10時スタート

出演講師

健康応援スポーツクラブ PRIME
河野行徳さん

総合司会
やのひろみ

出演講師
m-fit 健康運動
島本眞由美さん

● 開催のご案内 ●

本日は『うわじまがいな健康カーニバル』にご参加いただき、誠にありがとうございます。

少子高齢化が進む本市において、介護予防を重点施策として位置づけており、高齢者の皆様の健康・生きがいづくりを目的に行っている本カーニバルは、今回で8回目を迎えることができました。

これもひとえに、ご参加の皆様をはじめ、うわじまガイヤ健康体操を愛好される方々がそれぞれの地域で取り組み続けていただいている賜物であるものと深く感謝申し上げます。

うわじまガイヤ健康体操は、近年、協力団体数、参加者数並びに活動延人数ともに増加しており、皆様から親しみを持っていただく介護予防として定着していることはもちろん、本カーニバルを通じ、楽しんでいただいていることを強く感じております。

本日のカーニバルでは、ご参加の皆様が健康体操を元気よく披露し、元気づくりを体現していただくことで、「元気高齢者ここにあり」を市内外に発信されますとともに、高齢者になっても、健康で生き活きと生活することができる地域づくりにも繋がっていくことと確信しております。

是非とも最後までご覧いただきますようお願い申し上げます。

宇和島市長 岡原 文彰



うわじまガイヤ健康体操とは・・・

宇和島市が高齢者の皆さんの元気づくりのために作成した、介護予防のための健康体操。

「GAIYA ON THE ROAD」の曲に合わせて、起立した状態だけでなく椅子に座ったままでもしっかりと体を動かせる体操です。



2025年度 表彰

登録団体向け・活動実績賞

【活動実績大賞】 追手門会
(平均参加率90%以上の団体)

【個人賞】 九島ほほえみクラブ
山下嘉子さん(96歳)

【代表者賞】 交友会 玉岡扶見子さん
(協力団体の代表として普及に尽力)

協力団体の活動を行っているすべての団体の中から、昨年度の一年間の活動の中で、特にガイヤ健康体操に熱心に取り組んでいただいた団体・個人に対して表彰をします。