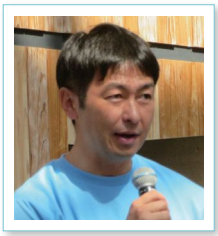
はちレポ Hachinohe Report vol.8

発見！市民活動ナビ
健遊舎～世代を超えて、楽しく体を動かそう～

運動や交流の機会を届け、世代を超えたつながりと健康づくりを支えている健遊舎（けんゆうしゃ）の代表・上田雄介（うえだゆうすけ）さんにお話を伺いました。

問市民連携推進課 TEL43-9207


上田雄介さん

運動をきっかけに、みんなが集まる場所へ

6年4月に団体を立ち上げ、活動3年目になります。1人で運動を続けることは難しいですが、仲間と一緒なら楽しく続けられると思ったのが活動のきっかけです。運動をしたいと思っていても、活動できる場がなくて困っている人もいると思い、誰もが気軽に集まり、世代を超えて運動を楽しめるコミュニティーをつくりました。

健遊舎のここが魅力！

健遊舎の魅力は、卓球や鬼ごっこ、ドッジボールなど、年齢や経験を問わず誰もが楽しめるスポーツや運動を通じて、気軽に体を動かせることです。「うまくなくていい」という考えで活動しており、子どもから大人まで、都合の良い日だけ参加できます。体を動かす喜びや、仲間と交流する楽しさを感じられる場を目指しています。



＼ 団体の皆さんにお話を伺いました ／


70代男性

健遊舎の活動内容を知り、今年の7月から参加し始めました。

地域の子どもたちとの交流や、気持ちよく汗をかくことが、日々の楽しみになっています。


中学1年女子

卓球が好きなので、卓球ができる日に参加しています。

普段のクラブ活動は家から遠い場所なので、家から近い場所で気軽にスポーツができるのはとてもうれしいです。

一緒に楽しく運動しませんか？

主な活動は、週1～2回程度の三条小学校体育館での活動と、年に数回のスポーツイベントの開催です。9年1月24日(日)には、フラット八戸で「長靴ホッケー大会」を開催します。どなたでも参加できますので、皆さんぜひお越しください！

詳しい活動日程を知りたい人や、一度体験してみたいという人は、インスタグラムやEメールでご連絡ください。

E ekusadeu@gmail.com

インスタグラム


長靴ホッケーの様子(今年1月)

広報 はちのへ 2026 12 No.1420

市ホームページ　市公式SNS

広報はちのへを、スマホで Catalog Pocket カタポケ 無料 Free App
This Public relations magazine can be read in 10 languages.

2026年12月号
令和8年11月20日発行

［印刷部数］97,800部
［印刷経費］44.704円／部

［発行］八戸市
031-8686 青森県八戸市内丸一丁目1番1号
TEL:0178-43-2111　FAX:0178-45-2077
［編集］八戸市総合政策部広報統計課
TEL:0178-43-9317　FAX:0178-47-1485

UD FONT by MORISAWA