

MATICHON INFORMATION CENTER		Subject Heading :
Source :	แนวหน้า	
Date :	๕1 ต.ล. 2547	No : 47473530
	Page : 12	

เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ



สภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ร่วมกับมูลนิธิส่งเสริมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย จัดกิจกรรม “เดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ประจำปี 2547” เพื่อเป็นการเฉลิมพระเกียรติเนื่องในวโรกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ สมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ และเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไปทุกเพศทุกวัยได้ออกกำลังกาย

และมีกิจกรรมร่วมกันตลอดจนสร้างความสัมพันธ์ภาพอันดี และความอบอุ่นในครอบครัว เพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขทั้งปวง โดยจัดให้มีขึ้น ในวันอาทิตย์ที่ 3 ตุลาคม 2547 เวลา 05.00-09.00 น. ณ สวนหลวง ร.9 กรุงเทพมหานคร นายวัลลภ เจียรนวนนท์ ประธานมูลนิธิส่งเสริมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย กล่าวว่า กิจกรรมนี้จัดขึ้นเป็นประจำทุกปี ทุกสัปดาห์ที่ 1 ของเดือนตุลาคม เนื่องจากวันที่ 1 ตุลาคม เป็นวันผู้สูงอายุสากล โดยปีนี้มีจุดมุ่งหมายที่สำคัญคือ เป็นการรวมดวงใจของผู้สูงอายุและประชาชนทั่วประเทศที่เข้าร่วมแข่งขันทุกท่าน เพื่อเฉลิมพระเกียรติ เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ สมเด็จพระนางเจ้า พระบรมราชินีนาถ และยังเป็น การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุและสมาชิกในครอบครัว ได้ออกกำลังกาย ทำกิจกรรมร่วมกัน

ทั้งนี้ ทางมูลนิธิขอเชิญชวนผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไปที่สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป จะเสียค่าสมัคร ท่านละ 100 บาท ส่วนบุคคลทั่วไป ท่านละ 250

บาท และประเภทครอบครัวน่ารัก ปู่ ย่า ตา ยาย ลูก หลาน ทีมละ 3 ท่าน มีค่าสมัคร 500 บาท โดยผู้สมัครทุกท่านจะได้รับเสื้อยืดคอกกลม สีฟ้า สดใส เป็นที่ระลึก

๑๗ สำหรับการแข่งขันแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้ 1.เดิน-วิ่ง ระยะทาง 2.5 กม. ไม่มีการแข่งขันเพื่อแพ้ชนะแบ่งเป็นประเภท บุคคลทั่วไป, ประเภทครอบครัวน่ารัก (ปู่ ย่า ตา ยาย ลูก หลาน) และประเภทครอบครัว มีสมาชิกครอบครัวมากกว่า 3 ท่าน 2.วิ่งมินิมาราธอน ระยะทาง 10 กม.

ผู้ชนะเลิศการแข่งขัน (ผู้สูงอายุ) จะได้รับถ้วยพระราชทานจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และผู้ชนะเลิศในประเภทต่างๆ จะได้รับถ้วยเกียรติยศ สำหรับผู้เข้าเส้นชัยทุกคนจะได้รับเหรียญที่ระลึกที่ได้อัญเชิญพระบรมฉายาลักษณ์ของสมเด็จพระนางเจ้า พระบรมราชินีนาถ ซึ่งมีความงดงามมาก

ในส่วนของรายได้จากกิจกรรมในครั้งนี ทางมูลนิธิส่งเสริมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย จะนำเป็นทุน ส่งเสริมสนับสนุนและช่วยเหลือ

ให้แก่ผู้สูงอายุทั่วประเทศ โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ด้อยโอกาส และทุพพลภาพได้ดำเนินชีวิตในบ้านปลายอย่างมีความสุข และคุณภาพดี ไม่เป็นภาระสังคม มูลนิธิจึงขอเชิญชวนผู้สูงอายุและประชาชนทั่วประเทศ ได้มาร่วมกิจกรรมนี้ นอกจากสุขภาพที่แข็งแรง แล้วยังได้บุญกลับบ้านด้วย

นายสมบัติ เมทะนี นักแสดงมืออาชีพท่านหนึ่ง ซึ่งให้ความร่วมมือกับกิจกรรมต่างๆ ของมูลนิธิมา 4 ปีแล้ว เห็นความสำคัญของการออกกำลังกาย ซึ่งปัจจุบันอายุท่าน 60 กว่าแล้ว แต่ยังมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็เพราะออกกำลังกายเป็นประจำนั่นเอง

นักแสดงคนดัง กล่าวว่า ขอเชิญชวนผู้สูงอายุและประชาชนทั่วประเทศ มาร่วมกิจกรรมเดิน-วิ่ง เพื่อสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งการจัดงานในครั้งนี้ได้จัดเป็นครั้งที่ 6 แล้ว ภาพที่พบเห็นคือสมาชิกทุกวัยในครอบครัวได้มีโอกาสออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพพร้อมกันและเสริมสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคลในครอบครัว ตลอดจนเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ



ได้มีกิจกรรมด้านการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีพละนาบมัยที่แข็งแรง จิตใจแจ่มใส ตู้อ่อนกว่าวัย ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

ผู้ที่สนใจเข้าร่วมงาน สอบถามรายละเอียดได้ที่มูลนิธิส่งเสริมผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย หรือสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย โทร. 0-2282-7716, 0-2282-3251