

家族みんなで健康ウォーク

6月7日、約300人の家族連れやグループが参加し、健康ウォークが開催されました。平成8年から始まったこの行事は、当初5月の予定でしたが、雨天のため延期されていました。この日が来るのを待っていた参加者は、光文化の森公園をスタート、虫生・広済寺や光浄水場、小川台・隆台寺のチェックポイントを通り、光スポーツ公園へ。昼食後、公園内の屋外ステージで行われた保健婦、看護婦、栄養士による生活指導の寸劇を楽しみながら、自分の食習慣を振り返り、反省点を話し合いました。

午後からは、台青年館、小田部台地を経て、全員元気に出発地点の文化の森公園へもどってきました。参加したみなさんには、町から健康食材の卵、納豆が配られました。

文化の森公園を一斉にスタート
「さあ、頑張るぞ」



ワンポイント アドバイス

ウォーキングやジョギングは、はじめから無理をする必要はありません。軽く汗をかき、くらの速度と距離で長続きさせ、生活の中にとりいれるようにすることが大切です。



本場の規律を学ぶ



救助用機材の実演

好天に恵まれた5月31日、光中グラウンドで消防団恒例の規律訓練が行われました。この訓練は、習志野自衛隊第2中隊のみなさんの指導のもと、団員の士気高揚と組織の充実のために行っているものです。

当日は、「右向けー右、前へ進めー」と威勢のよい声が響き渡っていました。

また、災害救助用機材の実演もあり、とても意義のある訓練となりました。



そろえるのは
難しいです。

5. 8トンの ゴミを回収

▶ ゴミゼロ運動 ◀

～きれいな街づくりの一役を担う～

5月31日、早朝からみなさんの協力をいただいた「ゴミゼロ運動」は、町内全域で行われ、5・8トンのゴミが集められました。

また、木戸浜海岸では町長、助役をはじめ、県から水産部長、海匝支庁長が参



加者とともにポイ捨てゴミの回収を行いました。

今後も、この運動を通して環境美化意識の啓発を行うとともに、「美しいふるさとづくり運動」を推進していきます。