

ふるさと 通信員だより

vol.191

このコーナーでは、ふるさと通信員が取材した身近な地域的话题を紹介しします。なお、町では通信員を募集しています(活動はボランティアでお願いしています)。広報活動に興味のある人は、役場広報広聴課広報係(内線216)にご連絡ください。



たかだ てつこ
高田徹子 通信員

**ラジオ体操
一緒にいかが!**

ラジオ体操「おはよう広場」(加賀谷誠治代表は、7月1日(水)、朝6時30分から総合福祉センター前で今年も始めることになりました。社会福祉協議会の生活支援体制整備事業の一環で昨年7月、同センター近隣の町内会や町民有志が主体となり発足し、地域のつながりにも期待しています。ラジオ体操は、呼吸機能の促進や血行促進、筋肉や体力の向上などで、運動効果をもたらす究極の全身運動として注目されています。関係者らは「コロナ対策のために、牛一頭分の距離を開けて実施します。将来の健康のために一緒に始めませんか」と呼びかけています。



いしだ ひさよ
石田尚世 通信員

**多趣味で
毎日有意義に**

新通11丁目の馬場巨保さん(80歳)は毎日充実した生活を過ごしています。75歳までは主に登山を楽しみました。現在はロードバイクを走らせ、今年はおうすでに300km以上の距離を移動し、あちらこちらへ出かけています。電気工作も長年の趣味の一つだということです。ICレコーダーに音楽CDを入れ、お手製のステレオにつなげて音楽を聴きながら自転車走らせます。自宅の間接照明や手元の照明なども手作りをします。自転車のメンテナンスも自身で行います。趣味に没頭するとあっという間に時間が過ぎるようです。これからはもっと体力をつけて輪行で瀬戸大橋を走ってみたいと笑顔で話してくれました。