



会津朝日岳(6月12日)250名参加

山開き

浅草岳(6月26日)70名参加



▲ 蒲生岳の魅力、岩場の登山道

遠 蒲生岳山開き 方からの登山客で山頂は大賑わい

6月5日に蒲生岳山開きが開かれ、160人の登山者が新緑のなか山頂を目指しました。今年、東日本大震災の影響により参加者の減少が心配されましたが、大勢の方々が見守るなか、朝の神事が行われ安全を祈りました。登山道には、可憐なヒメサユリが満開に咲き登山者を和ませていました。また、登山道入り口の休憩所では、トン汁などが振る舞われ、盛り上がりを見せた一日となりました。

み 家庭教育支援事業 みんなですくすく・親子で畑づくり



▲ みんなで苗を植えた畑を前にハイポーズ

親子で協力して何かを作る、手づくりの楽しさを子どもに教えることなどを支援する家庭教育支援事業の一環で、親子での畑づくりが6月12日に町下町民体育館わきの畑で行われました。参加者は保育所から小学生までの子どもとそのお母さんなど11名。みんなで協力してサツマイモの苗をやさしく丁寧に植え、かわいい看板を作って、植えた苗のそばに立てました。秋の収穫が楽しみです。

緑 さなぶり健康ウォーキング をながめ楽しく歩いてリフレッシュ

朝日地区センター運営委員会の主催で、6月5日に「さなぶり健康ウォーキング」が行われました。歩くことの習慣づけに役立てようと企画されたウォーキングには29名が参加、その中には震災で葛尾村から避難されている方も10名ほど参加され、春の景色を楽しみながら、全長5kmの道のりを思い思いのペースで歩きました。ゴールのあとは、温かいなめこ汁とおにぎりなどを、みんなで食べました。



▲ 上福井地区の八幡神社を散策する参加者

雨 森林に親しむ集い&ノルディックウォーク に潤う深緑のなかを散策



▲ 緑に囲まれた遊歩道でのノルディックウォーク

只見の森林に親しむ集い&ノルディックウォークが季の郷湯ら里と比良林つつじ公園周辺の森林で6月26日に行われ、県内から30名が参加されました。講師は東京農業大学教授の上原巖氏と全日本ノルディックウォーク連盟指導員の方で、参加者はストックを使った全身運動のウォーキングを体験しながら、雨に濡れた森林の景色を楽しみ、ブナ林の緑に癒されていました。

旬 山の幸山菜まつり の山菜いっぱいの料理に大満足！

6月5日、塩沢農村公園で塩沢観光協会が主催する「第15回山の幸山菜まつり」が行われました。当日は天候も良好で、県内外から大勢の参加者がわらび園で山菜を採り、その後農村公園に移動、無料で振る舞われた山菜汁、赤飯のおにぎり、地酒を堪能。大満足の様子でした。また、わらびのアク抜き実演では、参加者が興味深く見入っていたり、採れたての山菜を買い求める方もたくさんいました。



▲ 大勢の参加者が詰めかけたまつり会場

健 運動講習会 健康づくりに効果的な運動を



▲ 笑顔で健康づくりに臨む参加者

筋力を維持増進できる運動、関節などの痛みを予防・軽減する運動などを行う運動講習会が全6回の計画で開かれ、6月28日に朝日地区センターで行われた第3回の講習会には12名が参加、この日はヘルスケアトレーナーの大内真樹子さんによるストレッチ運動やボールを使つての筋力トレーニングが行われ、参加者は楽しく体を動かしました。最終回には運動の成果を確かめる体力測定もあります。