

わたしのまちの宝物

市町村名	佐川町斗賀野地区
記載日	平成30年12月18日
宝物情報	こんなことやっているよ♪ (斗賀野地区ウォーキング)
内容	<p>斗賀野地区で夜8時から9時まで、毎晩ウォーキングをしているグループがあります。</p> <p>このグループの発起人、真辺さんと眞辺さんは健康のために2人で4月から夜のウォーキングを始めました。夜の8時といえば、多くの家で家事が終わった時間ということもあり、知り合いの方など次々とメンバーが加わり、今では9名のグループになっています。</p> <p>ウォーキングをしながら世代の違う方たちと時事問題を話したり、愚痴を聞いてもらったりと心も体もすっきりとリフレッシュできる時間になると教えて下さいました。</p> <p>初夏にはホタルのいる場所を歩いたり、冬は星空を仰ぎながら歩いたり、と季節ごとの歩く楽しみは多く、時には地域の見守りもしながらウォーキングを楽しんでいるということです。</p>
連絡先	佐川町健康福祉課 地域包括支援センター 電話番号:0889-22-7137

