

4月23日(日) 《健康ウォーキング》

健康づくり普及員・体育部共催事業「健康ウォーキング(相模川芝桜鑑賞コース)」が、4月23日(日)に行われました。当日は薄曇りでウォーキングに最適な天気でした。一般参加者と役員と、計22名が公民館を9時に出発。上溝駅より相模線で相武台下駅へ。そこから相模川の土手に出て、咲き誇る色とりどりの芝桜を鑑賞しました。少し先には、ゴールデンウィークに揚げられる製作中の相模大凧が見られました。鑑賞コースを歩き、下溝駅より相模線で上溝駅まで乗車し、心地よい疲れで帰路につきました。

帰り道途中でクールダウンのストレッチ



5月21日(日) 《スローピッチソフトボール大会》

コロナ禍が漸く一段落したような気がする、今日この頃…。体育部事業「スローピッチソフトボール大会」が、5月21日(日)8時30分より横山小学校グラウンドで行われました。横山小学校に集結したのは、「(自)横山1丁目自治会」、「(自)榎自治会」、「日金沢丘自治会」の3自治会。このスローピッチソフトボールは、野球の変形でソフトボールに近しいもので、経験・性別・年齢に関係なく、皆で楽しめるスポーツです。9時プレーボール。

3チーム総当たり戦の結果「日金沢丘自治会」が優勝となり、末永館長より表彰状が授与されました。



日金沢丘自治会優勝おめでとうございます



6月11日(日) 《横山市民健康まつり》

体育部事業「市民健康まつり」が、6月11日(日)10時より横山小学校体育館で行われました。一般参加者と役員を含め約50名が参加し、木下祐一先生の指導のもと、健康体操などを行いました。運動中は、真剣な時と楽しき笑いの時があり、2時間があっという間に過ぎました。参加者からは、「普段運動をしていないので疲れたが、心地良い疲れだ」「毎年参加している。また来年も参加するつもり!!」などの声がありました。開催終了後は、参加者のみなさんの目がキラキラ輝き、若返ったように見えました。

音楽に合わせて楽しく運動♪

