増やせる。スロージョギングとスローステップに共通しているのは、股関節を使用することです」

「にこにこ笑顔で、おしゃべりしながら歩くとマリファナが体内で作れる。マリファナは良い作用ばかりで、海馬の細胞数を増やしてくれる」などと語った。

講演後は、「元気になろう、人も地域も！」と題して、パネルディスカッションが行われた。コーディネーターは、Ｌａｎｄａ代表取締役の宮本倫明氏。パネラーは田中教授をはじめ、エム環境デザインシステムの村田義郎社長、柳井市にこにこ健康づくり推進協議会の藤井一利会長、柳井にっぽん晴れ街道協議会の岸田稔明事務局長の4人。

田中教授は「70歳になりましたが、今の体力は20歳で驚いています」。

村田社長は「柳井にはたくさんの宝がある。地域の宝を生かして、健康づくりと地域づくりをしようと計画していました」。

藤井会長は「現在にこにこ健康づくりの会員は66人おり、サークル数は15あります。このうち12グループがスローステップを取り入れている。延べ3000人弱の人が参加されている」。

岸田事務局長は「柳井には街道が2つある。この2つを合わせて日本晴れ街道と名付け、活動を始めた。市内20カ所に街道の標識を陶板で設置している。ＪＲとコラボし、古地図を片手に街道歩きをしている」などと話した。

第2部は、会場を柳井小学校体育館に移し、田中教授による「スローンョギング®」の講習会が行われた。

なお、「スロージョギング®&ウォーキングマップ」は、今年3月ごろ完成する予定。

（写真上は講演する田中宏暁教授。下は「元気になろう、人も地域も！」をテーマにしたパネルディスカッションも行われた）

古文書解読講座「日記心覚」を繙く

―― 募集

平成29年度柳井市文化福祉会館・勤労青少年ホーム文化教養講座「古文書解読講座『日記心覚』を繙く～」が1月30日(火)、同会館2階大会議室で行われる。

当日は、柳井図書館所蔵資料を底本に、地域に伝わる貴重な文献を学ぶ。問い合わせ先は、市体育館事務局(☎0820・23・0830)。

しらかべ学遊館 放課後子ども教室

柳井市古市、白壁の町並みにあるしらかべ学遊館では、放課後子ども教室で、問い合わせ先は、市体育館事務局(☎0820・23・0830)。

オリオン大星雲 冬の星座観察会

オリオン大星雲や冬の星座を観察する会が、2月8日(木)19時から20時まで、柳井市伊保庄の星の見える丘工房で行われる。参加費は無料。問い合わせ先は、市生涯学習・スポーツ推進課(☎0820・22・2111内線331)まで。

小田小学校でやない昔の写真展

―― 24日から

小田小地域ギャラリー

幸運呼ぶお鐘金魚に新商品

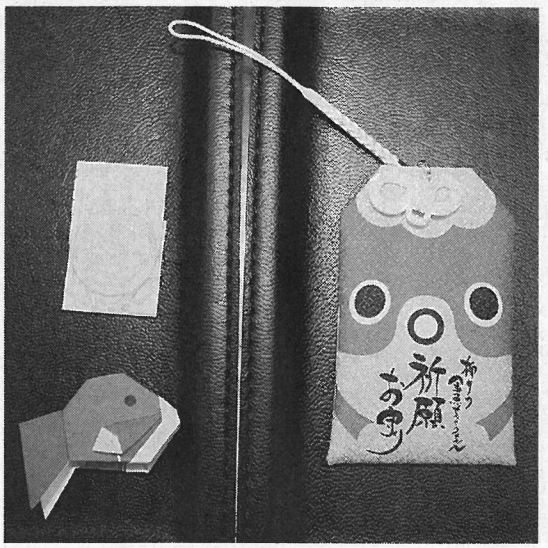
柳井の文具店・木阪賞文堂が製作 硬貨袋や御守袋など3点セット販売

柳井市中央2丁目の文具店「木阪賞文堂」(木阪泰之社長)は、町並み資料館に鎮座し、たくさんの願いが叶うという「お鐘金魚」に入れる硬貨用の袋と、お願い金魚、そしてその両方を納める御守袋の3点セットを創作し、今年から販売を始めた。

価格は、お願い金魚と硬貨を入れる袋、御守袋の3点で880円(税別)。木阪賞文堂の白壁本店、柳井中央店、高速道路の下松サービスエリア(下り)で販売している。

木阪社長が、この3点セットを作ったのは、町並み資料館のお鐘金魚の中に硬貨を入れて通した人から、たくさんの「幸運」に恵まれた、という報告がたくさん寄せられていることから、お鐘金魚を通り、備え付けの用紙にくるんで財布などに入れていたのを見て、それなら「専用の御守袋」を作ろうと考えた、という。

お鐘金魚が鎮座している場所は、旧周防銀行の金庫のすぐ前である。この硬貨をくるんだ用紙と、自分の願いが書ける「お願い金魚」、御守袋のコラボでさらに幸運を呼ぼう、という試みは、お鐘金魚の効能を知っている人にとっては、さらなる吉報といえる。



（写真はお願い金魚・硬貨を入れる袋・御守袋の3点セット）

こんな保険ないかなあ…？

各種様々な取り扱い保険の中より、お客様それぞれのプランに応じてご提案致します。

損害保険　ＡＩＧ損害保険㈱
あいおいニッセイ同和損害保険㈱
三井住友海上火災保険㈱
生命保険　メットライフ生命保険㈱
三井住友海上あいおい生命保険㈱

保険の総合コンサルタント
㈱海田保険事務所
柳井市柳井3716―15　☎(0820)22―2560

真心こめた手造りの味をご賞味ください！

四季折々の旬の食材を料理人が真心こめてお造りします。様々な席にどうぞご利用ください。

◆祝・法要料理 ◆集会・会議用料理

募集 入会随時
帰省の方も
気軽に！