

フォーラムだより

みんなで歩こう ウォーキング

7月10日（日）に、清川地区健康推進委員主催のウォーキングが開催されました。

緑色のブルゾンを着用した健康推進委員の方といっしょに石浜公園で準備運動をしてから、8時にスタートしました。この日は矢先稲荷神社、誓教寺、下谷神社に行き、台東区役所で解散しました。

この日は40名ほど参加があり、青空のもと水分補給や休憩を挟みながら、会話を楽しみつつ歩きました。

矢先稲荷神社の拝殿の格天井には、「日本馬乗史」を描いた100枚の絵が奉納されており、歴史上の人物が馬にまたがる姿など、背景とともに躍動的に描かれていて、馬の歴史がわかる貴重な機会でした。

誓教寺では、東京都指定旧跡になっている葛飾北斎墓を訪ねました。



矢先稲荷神社での様子【写真右上】
都指定旧跡「葛飾北斎墓」【写真右中段】
下谷神社での様子【写真左下】

下谷神社では、宮司より、神社の歴史、迫力ある拝殿天井絵「竜」（横山大観画伯筆）の説明がありました。その後、お米の大切さについて、お米があったから日本人は定住民族となり、田んぼなどお米を作る作業は1人ではできないため、村ができ皆仲良くなったとのお話をいただきました。

最後に、健康推進委員の方より「解散後も怪我がないように帰宅してください。」と挨拶があり終了しました。

このウォーキングは毎回健康推進委員の方が歩くコースを考え、奇数月の第2日曜日に開催されています。どなたでも参加できるのでぜひ参加してみてください。

台東区地区大会（平成28年度ラジオ体操）

7月27日（水）に清川地区の町会によるラジオ体操がリバーサイドスポーツセンターにおいて行われました。

当日は、元NHKテレビ・ラジオのアシスタントの桜田敬子さんによる体操指導のもと、約700人でラジオ体操を行いました。

明け方雨が降っていましたが、開始前には止んでくれて、予定通り屋外で実施しました。6時開門とともに大人から子供まで多くの地域住民が集まり、曇り空でしたが、みんなで元気良くいい汗を流しました。



多くの方々がラジオ体操に参加しました。



桜田敬子さんによる体操指導



雨も止んで無事に大会進行しました。