

酒々井町青樹堂カレッジコース9期生 健康づくり班

| | | | | |
|-----|---|---|---|---|
| 班長： | 永 | 田 | 博 | 暉 |
| | 岩 | 佐 | 和 | 彦 |
| | 菊 | 地 | 孝 | 雄 |
| | 小 | 林 | 昭 | 彦 |
| | 小 | 林 | 和 | 子 |
| | 坂 | 林 | 愛 | 子 |
| | 高 | 田 | 久 | |
| | 原 | 橋 | 節 | 子 |



健康づくり班として歩くことを推奨するのは至極当然のことなのです。しかしながら町内のウォーキングマップはタウンカレッジの先輩方など幾人にも手掛けられ既に作られています。狭い町内なので誰が作っても似かよったマップになるのは明白です。何か新しい目線とこれまでになかった坂道に特化した坂歩きマップを作ろうと言う事になり町内を探索しました。坂道を取り入れることで脚に適度の負荷が掛かり筋力維持に持って来いなのだそうです。車の通行があまりない、歩きに適した坂だけ選びました。そのため坂道を歩いている途中で誰か人に会う事は稀で、まるで自分だけの道のような感じです。ひと気のなさを逆手に取って、独り占め坂歩きとネーミングしました。一人歩きが苦手の方は仲間を誘って歩いてください。名前の無い坂が殆んどでしたので肥前坂と大坂以外は独断で名前を付けてます。従って目的地周辺の住人に聞いても知らないと返事されることでしょう。勿論ネットで検索しても現われませんので、念の為。