

社会教育講座

令和7年11月14日

『みんなで楽しくウォーキング』



ユミナ24のトレーナーさんを講師に迎え、正しい歩き方を教えていただきました。それを踏まえて、講師の先生と健康づくり推進員の皆さんと一緒に外江の町内をウォーキング。天気も良く、みんなでお話しながら、楽しくいい汗をかきました。ウォーキングコースには、普段は通らないような細い道もあり、町民でありながら初めて知る道もあったり、「昔はここに店があっただよ〜」と昔話に花が咲きました。

