

みんなであらいて心も体もリフレッシュ



風車を背にして一斉にスタート



古墳めぐりコースのチェックポイント



国道沿いをマイペースで歩く



子どもたちも元気にウォーキング



「おいしいジャガイモをどうぞ」



古墳を見物



灯台をバックに記念撮影



血圧や体脂肪をチェック



海やジャガイモ畑望みながら歩く



「おやつみたいにおいしいね」



歩いた後はお腹ペコペコ

水仙の花が咲き誇る1月20日、「2007長島健康づくりすいせんウォーク」が長島町文化ホール前を発着点とする、すいせんめぐりと古墳めぐりの2コースで開催されました。絶好のウォーキング日和に恵まれたこの日、開会式では川添健町長の歓迎のあいさつ後、参加者最高齢者として隈元義綱さん(82歳出水市)が表彰されました。隈元さんは「生活のすべては健康にある。健康の基は歩くことです」と参加者に歩くことの大切さを呼びかけました。町内外からの参加者約500人は、コースごとの号砲とともに一斉にスタートし、長島の風景を眺めながら、思い思いのペースでウォーキングを楽しみました。

長崎鼻灯台公園で折り返す12kmの水仙めぐりコースには、沿道に水仙の花が咲き乱れ、防霜ビニールが銀色に輝くじやがいも畑が広がっていました。国道389号を小浜、蔵之元方面へ北上し、小浜崎古墳群や小浜海水浴場を巡る6kmの古墳めぐりコースは、眼下に東シナ海や長島海峡、天草諸島などの雄大な景色を望むことができました。コースの途中やゴールでは、ボランティアの方々が準備した特産の蒸かしジャガイモが振る舞われ、参加者たちは塩やバターで味付けして、おいしそうに頬張っていました。文化ホール内には、血圧計や体脂肪計などが設置され、健康チェックを受けた参加者は、健康づくり一色の一日となりました。