



ブロック・ウォーキング「県営満濃池森林公園」へ

4月10日、満濃池森林公園を歩きました。桜の花は散っていましたが、真っ青な空に新緑が映えて、本当にきれいでした。ウグイスの鳴き声が聞こえ、木々の間から見え隠れする満濃池を眺めながら、みんなで歩きました。

池の反対側から堤防を見たのは初めてでした。ゆったり歩いて1時間半。おやつに頂いたカップケーキやみかんを食べてくつろぎました。いい時間をありがとうございました。



ナイスレディ班で「三豊市高瀬町の爺神山」へ

☆3/30(火)、ナイスレディ班のウォーキングに参加しました。

参加者は7人。行く先は標高214mで、最近ではバレンタイン山と呼ばれている爺神山。昔から「高瀬富士」とも呼ばれ、讃岐七富士に数えられているらしい。登山道はけっこうきつくて、運動不足の私にはこたえた。しかし、登りながら野鳥のさえずりに耳をすませ、山ツツジなど早々と咲く春の花々に目を奪われながら、頂上に着くと四方が見渡せ、疲れを忘れさせてくれた。ただ残念だったのは、黄砂のために遠くが見晴らせないことだった。

下山してからは、太子堂から始まりミニ88か所をめぐる山中を一周した。道中には花々や木々に春を感じ桜もほぼ満開でお花見ウォークを楽しんだ。

(Aさん)

お知らせ ☆ブロックウォーキング (善通寺:古墳巡りコース)

日時 5月15日(土) 午前9:30(集合) 集合場所:善通寺市・王墓山古墳・駐車場

☆支部総会

日時:5月10日(月) 午前11時～ 場所:三豊教育会館

*コロナの感染状況により、規模を縮小(支部運営委員のみ)して開催となることもあります。

健康づくりのきっかけに

手配りさんをしてみませんか! (募集中)
みんなの健康を3カ月に1回配って頂ける方募集しています。(自宅周辺)

*支部活動へのご協力、お願いいたします!
連絡先:三野(090-4787-6062)



支部活動などをちょっとだけお手伝いして下さる方も募集しています。