

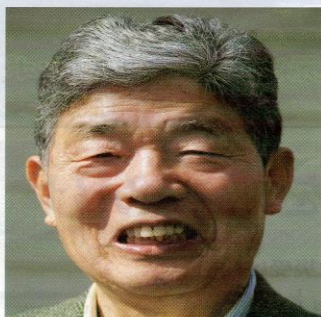
楽しみながら一歩ずつ(人物風土記)

高垣雄二さん(県央地区ネット)



株式会社 タウンニュース社 電話046-262-2611(内) FAX046-265-2555 座間編集室・〒242-0004大和市座間1-21-8沖津ビル2F http://www.townnews.co.jp 発行責任者/宇山知成 編集長/澤口厚

座間版 No.552 2014年 平成26年 2月26日(金)号



●ZAMAノルディック・ウォーキング同好会の代表を務める

高垣 雄二さん

入谷在住 78歳

人物風土記

座間市 高垣 雄二 さん

楽しみながら一歩ずつ

○「二本の杖を使い、AMALディック・ウォーキングを歩くエクスサイーキング同好会」を立ち上げた。今や、年間のべ200人以上が参加する人気イベントに成長した。毎月7、8回イベントを開催し、見せ始めた2009年、2つける。画期的だと思つた。3月2日には無料講習会も

て、何をどうしようと考へた。時に、中高年の生きがいづくりと健康増進を行う「健康生きがいづくりアドバイザー」の存在を知り、すぐ「加者」を増え、活動の幅も広がった。その後、グリスマスには、中天台陸会の会長や、市サンタの格好で歩いたり、老連の理事を歴任、あつた春にはお花見も。どん汗や、お汁粉を振る舞ったり、楽しみながら続けて貰う工夫を見出していた。

○「学生時代から山岳部に所属し、現在も山を愛し続けている。立山連峰には、もたくさんで来た。もつと仲間とよく立山。唐松、五竜、鹿島橋とまわって、力を知って貰うのが目標。」

「一面に映く水宮原や、雪の残る山肌、感動的な景色が続いて。」

控えている。

1人で多く出会う、仲間たちと分かち合えるのが山の魅力だ。その時の経験があったら、技術職に就いていた現職から、ノルディックウォーキングの魅力にもすぐ気が付いた。「仲間と一緒には体を動かす楽しさを知っていたから」

ノルディック 無料体験会

記が3月2日(日)、座間市役所横ふれあい広場で無料体験会を開催する。時間は午前10時30分から午後3時まで。

参加費は無料。対象は小学生以上(低学年は保護者の同伴が必要)。

申込先は生涯学習課 046-252-8472へ。

申し込みは生涯学習課 046-252-8472へ。