

3.13 1カ月で3kg減も夢じゃない

3月13日、健康づくり、介護予防を目的とした健康教室の第2回目として水中ウォーキングが市民温水プールで開かれました。はじめに「浮力」、「水温」、「抵抗」、「水圧」による水中ウォーキングの効能について講習を受け、いざプールへ。同じ時間の運動で、2倍のエネルギーを消費できる上、けがにつながりにくい水中ウォーキングは、メタボリック症候群の多い中・高年にもぴったり。参加者は指導員の指示に従いながら、自分にあったペースで水の抵抗を楽しんでいました。



3.15 目標が見えた!

3月15日、市民総合ボランティアセンターの観光文化部会が、呉観光ボランティアの会との交流と研修のため、大和ミュージアムを訪れました。

戦争という負の歴史の舞台となったとは言え、当時の造船技術の粋を集めた戦艦や戦争に散った尊い命について語るガイドぶりは、まちを愛し、誇りに思う気持ちがいっぱい。部会員は、「まちを愛する心」と「おもてなしの心」という土産を受け取り、今後のボランティア活動への思いを新たにしていました。

3.8 「センス」よりも「コツ」

3月8日、市民活動センター登録団体連絡協議会は、自分たちの活動を積極的にアピールしようと、広報研修会を開きました。

講師は、県内で広告関係の会社を経営するこうかた幸形信之さん。映像で比較しながらプロが教える広報の「コツ」に参加者は興味津々。中には、自分の作ったポスターを持ち込んで直接評価を受ける一幕も。

参加者は明日からの実践に役立てようと「プロ仕様のコツ」をメモと頭に詰め込んでいました。



3.26 おいしいお魚を安全に

3月26日、大港神社で水産・商工・観光の関係者が集まり「海上安全大漁祈願祭」が行われました。

昨年は、船の事故や漁獲量の低下などに見舞われましたが、全員でお払いを受け、春からの海上での安全と豊漁を祈願して玉ぐしを奉納しました。

昨年の漁獲量は全国12位で昨年の9位からの3ランクのダウンでした。(関連記事 21 ページ)