

抜けるような青空の下、59人の参加を得て、第1回歩こう会は盛会のうちに無事終了致しました。ご協力頂きました、西脇市多可郡医師会、西脇市、多可町の皆さま、そして西脇病院の皆さま、作文をお寄せくださった皆様に心から厚くお礼申し上げます。

当日朝8時半から“はなみずきの会”世話人、医師会長の藤田先生にも助けて頂きたい会場重春小学校の設営を行いました。受付で、参加賞の小冊子、ダイエット表、ロゴ入りボールペン、タオルマフラー、健康器具をお渡しし、各自で体重と体脂肪率を測って頂きました。9時に開会式後、引き続きダイエット表の説明の頃、片山西脇市長が来て下さいました。ご挨拶をいただいたのち、「乳がん検診に行こう」と題した寸劇がありました。西脇市と多可町の乳がん検診担当のおふたりの共演に会場が湧きました。続いて皆さんお待ちかねの藤田医師会長のダイエット体験談。歩くことから初めて「野生の血が騒ぎ」いまでは楽に20kmを走れるようになったそうです。もちろんダイエットにも成功！会場からも質問がでて、皆さん熱心に聞いておられました。休憩をはさんで西脇病院の理学療法士さんおふたりの指導でラジオ体操とストレッチで身体をほぐしたあと、みんなで校庭を歩きました。天気がよくて、風もあり、気持ちよく歩けました。校庭3周の歩数は？の問いに半数の方が正解されました（2000歩）。そしてしばざくら通りに出て、ピンク色で乳がん検診をアピールしました。

幸い皆さんに好評で来年も10月最後の日曜日に、今度は多可町アスパルで開催予定です。11月28日には、恒例のにしわき乳がん市民公開講座を開催します。第3回目の今年は乳がん検診についての講演を企画しました。偶然北斗さんの報道があり関心を持って下さる方が多いと思います。このほか、ダイエット表の表彰や作文紹介、触診モデル体験など盛り沢山の企画でお待ちしております。







