

## ● チャレンジデーに参加

「チャレンジデー2013」に合わせ市民会議の会員有志14名は、午後5時から30分間、市民交流センターと朝日会館を中心に、電柱に設置されている「標語プレート」の点検歩きをした。

修復不可能なプレートは回収し、使用可能なものは新しい針金で止め直し、約200カ所を回った。残りは後日点検する予定。



### 「チャレンジデー2013」

規模が似た自治体同士が、一日に15分以上運動した人の割合を競う「チャレンジデー」が、5月29日(5月の最終水曜日)、午前0時から午後9時まで実施された。

今年の実戦相手は、岩手県奥州市、当日の5月29日は、曇り空で時々小雨の天候だったが、ラジオ体操、ゲートボール、清掃活動など、思い思いの運動に汗を流した。

「チャレンジデー2013」の結果は、72.3%対53.9%で、昭島市が奥州市に勝利した。(万歳！)

<資料>「チャレンジデー」は、1983年にカナダで始まり日本では1993年から参加している。日常の運動を習慣化して、医療費削減につなげるのが目的である。日本での主管は、笹川スポーツ財団。

取材 / 広報部会

## ● 自然と親しむ会 滝山城址散策

多摩川の対岸・滝山丘陵を散策しました。

往復西東京バスに乗せてもらい、何やら小学校の遠足気分でした。

予定通りバス乗車前に飲み物・食べ物を仕込み出発した。

西武滝山台駅は、拝島橋を渡って最初のやや寂れたバス停です。国道16号を挟んで向かい側から滝山丘陵に取り付ききました。

昭島の街のすぐ隣とは思えないほど、とても静かな緑濃い自然いっぱい丘陵でした。城址本丸から見た昭島は、これまた素晴らしい眺望でした。ということは、我々の住む昭島は、なだらかな南斜面の広がる穏やかな街なんだということを目の当たりにし、何か幸せな気持ちになりました。

自然と親しむ会 部長 / 柳澤 安夫



滝山城址本丸から昭島市を眺望

### 中神熊野神社・日枝神社 例大祭の お知らせ

日程

8月17日(土)

18日(日)

場所

中神熊野神社

各会員はそれぞれ  
担当している所で協  
力をお願いします。

