みんなで一緒にポールウォーキング

昨年１２月に立ち上がったポールウォーキングサロン。そのポールウォーキングにボランティアとして参加されているＫさんの活動を見学させていただきました。Ｋさんはポールウォーキングに参加されている方の見守りなどをお手伝いしているそうです。参加者の方と談笑しながら楽しそうに歩かれている姿がとても印象的でした。一ツ家公園で毎週金曜日の午前１０時からポールウォーキングが行われています。皆さんもぜひ一緒に歩いてみませんか？

一ツ家公園で行われているポールウォーキングの様子です。みんなで楽しく公園内を一時間歩きます。

参加者の方と談笑しながら一緒に歩かれるボランティアのＫさん。笑い声も聞こえ、参加者にとって楽しいひとときです。

ポールウォーキングで使用するポールです。お持ちでない方には、地域包括支援センター一ツ家で貸し出してくれるそうです。

取材日　：令和４年３月18日　　参加したボランティア数：１名
取材メモ：お近くにお住まいの方、ぜひ参加してみませんか？参加希望の方は地域包括支援センター一ツ家（03-3850-0300）までご連絡下さい。（税所義彦）
問合せ先：総合ボランティアセンター　☎3870-0061　FAX3870-5900