



伝統を引き継ぐ

弓削中学校 ろ漕ぎ大会



7月9日(水)、弓削中学校では、伝統のろ漕ぎ大会が開催されました。

4人1組で沖合のブイを折り返すコース。潮に流されながらも一生懸命ろ漕ぎ、すばらしい操船を後輩たちに示してくれました。最後まであきらめない気持ちで随所に見られた大会となりました。

漁船での安全確保など、漁協の方を始めとする地域の方々の協力を得て実施しているこのろ漕ぎ大会は、地域のみなさんの協力で成り立っている伝統行事だと感じました。

しおのゆ 潮湯だより 9月号

潮湯は、海水の特性(浮力・抵抗・成分等)を利用した全身浴・部分浴・体操・歩行等の運動治療法が行える海水温浴施設です。定期的に健康講座を開催しています。潮湯に興味はあるけど、どんな風に体を動かせばよいかわからないという方にもおすすめです!海水の浮力で膝や腰の痛みを軽減し、軽やかに運動してみませんか。ぜひ、ご参加ください!

水中歩行講座

今月の
テーマ

10:30~11:15

頭と体を鍛える運動

3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)

姿勢改善水中運動

10:30~11:15

26日(金)

姿勢の崩れは肩こりや腰痛・冷え性などの原因にもつながります。水の特性を活かして運動し、正しく美しい姿勢を目指しましょう!

インストラクター 西村すみれ

海水温浴施設 潮湯

☎74-0808

営業時間

10:00~19:00

※当施設をご利用の際は、
水着・水泳帽を着用してください。