



チャリと旅。

かみじま まるごと体感フェス



10月25日(土)、「チャリと旅。かみじままるごと体感フェス」と題し、いきなスポレク公園多目的広場周辺において自転車メインとしたイベントが開催されました。

この日、自転車を主軸とした、島の旅をより楽しくするアイテムを紹介するため、自転車×アウトドアの展示販売を実施。釣りや自転車雑貨など県外出店者によるブースが集まりました。

試乗体験では、上島町の絶景を味わえる4.1kmのコースを走行。さらに、ヨガや電動キックボード体験、釣りを組み合わせたライド&フィッシュツアールも満員となり、町内外から多くの参加者で賑わいました。

天候は朝に一時雨が降り、一瞬不安もありましたが、その後は快晴となり、絶好の自転車日和に。サイクルラック7基は満車となり、マルシェの食事も昼過ぎには完売。子どもや町民も試乗に参加し、幅広い世代の皆さんが笑顔になっていました。風が強くヨットセーリングは中止となりましたが、海辺のヨガは予定どおり実施され、岩城橋を望む上島町ならではの体験を楽しみました。

今回のイベントのメインとなった、「チャリチャレ! みんなの自転車祭り」では、自転車リレーや借り物競走、400mレースなど個性豊かな種目で熱戦が繰り広げられ、会場は笑いと声援に包まれました。

特に、自転車リレーでは町民チームとサイクリストチームが白熱の勝負を展開し、優勝チームが小学生チームへ賞品を譲るなど、心温まる場面も見られました。町民と来島サイクリストと一緒に盛り上がる、上島町らしい一日となりました。

しおのゆ 潮湯だより 12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・歩行等の運動浴施設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良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少なく、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

10:30~11:15

3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水) 19日(金)

今月のテーマ
有酸素運動を効果的に!!

姿勢改善水中運動

10:30~11:15

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 吉田成真

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。