たきかわ版

顔

金子　薫（かおる）さん

プロギングジャパンC級認定
プロギングリーダー

「ごみはお宝。新しいジョギングの楽しみを知り、たくさんの発見がありました。」

ジョギングしながらごみを拾う、新しいフィットネスとしてスウェーデンで誕生した「プロギング」。初めて参加した札幌のプロギングイベントで感じた楽しさをもっと皆さんに伝えたいと、昨年８月には認定プロギングリーダーの資格も取った金子さんにプロギングの魅力についてお話を伺いました。

初めて「プロギング」という言葉を耳にしたのは、1年ほど前にアウトドアイベントに参加した時でした。おもしろそうだなと、いつものランニングコースでごみを拾いながら走ってみたら、雪解け時期だったこともあり、5kmのコースで7kgものごみを拾ったのです。翌日も、コースを変えて走ってみたところ、やはり多くのごみがあり、特に橋の下にはたくさんのごみが落ちていて驚きました。

これは一人で拾うよりみんなで拾ったら楽しいのではないかと、「たきかわプロギング」を企画。しかし、プロギングのルールなど分かっていなかったので、札幌で開催されていたプロギングに参加してみたのですが、音楽をかけながらワイワイごみを拾い、まるでフェスのような楽しさで、ごみを拾うごとに「ナイス！」と声を掛け合い、ごみがお宝のようで、拾うのがとても楽しかったです。そして迎えた第1回目のたきかわプロギングには15人の方に参加いただき、2kmのコースで13kgのごみを拾いました。その後も月1回ペースで開催し、7月には、何か目印が欲しいと、手作りのフラッグも作成しました。

参加してくれた方が「楽しかった」と言ってくれたり、リピーターになってくれたりするのがとてもうれしいです。イベント参加をきっかけに、自主的にプロギングをしているという方もいます。「走れないけど大丈夫？」と心配される方もいますが、小さなお子さんでも参加できますし、むしろ、ごみが気になって、なかなか前に進めないくらいです。ごみを拾いながら仲間と声を掛け合って、気づけば街がきれいになっている。プロギングにぜひ参加してみませんか（次回開催はP15みんなの伝言板に掲載）。

4月の各種無料相談日

▶行政相談
21日㈪
くらし支援課
☎28-8012

▶物忘れ・認知症相談（要予約）
15日㈫
9時～12時
地域包括支援センター
☎28-8029

4月の「みんなのタキカワ」

FMG'Sky（77.9MHz）
毎週金曜日　12時15分～12時30分
（再放送　同日18時～18時15分）

4日 市長のふれあいトーク
11日 広報ひろい読み
18日 住宅の新築・改修に係る補助制度
25日 はじめまして！滝川市役所1年生

問 企画課 TEL 28―8017

モンゴルの旧正月であいさつをする少年少女

第59号はこちら　最新情報はFBで

CIRのつぶやき

今回のつぶやきは
モンゴル出身 国際交流員
ドゥゲルジャブ・ノミンチメドさん

世界には、季節や文化、信仰に根ざした多くの祭りがあります。人々は古くから、自然の恵みや祖先への感謝、共同体の絆を祝うために、さまざまな形で祭りを続けてきました。一度は行って参加してみたい、世界のユニークで伝統的な祭りをいくつか紹介していますので、ぜひご覧ください。

編集後記

◆2年連続でランターンフェスティバルの取材担当でした。今年もランターンが会場いっぱいに敷き詰められた幻想的な風景に目を奪われながらも、写真を撮ることができて楽しかったです。よ
◆たきかわプロギングに初参加。普段運動をしていないため、無事ゴールできるか心配でしたが、声を掛け合いお宝を拾っているうちに、あっと言う間にゴール。楽しくてナイスな1日でした。ま
◆広報担当として1年が経過しました。特集では、1年間で取材をした写真を一部使用しており、取材の思い出を振り返りながら記事を作成しました。ぜひ読んでいただけたら幸いです。お

リンク集

災害情報のほか
イベント情報や
行政情報を発信

市公式
LINE

Hokkaido ebooks
↑WEBで
「広報たきかわ」を
↓アプリで
マチイロ

行政に関するご意見・ご提言
広報たきかわへのご意見・ご感想