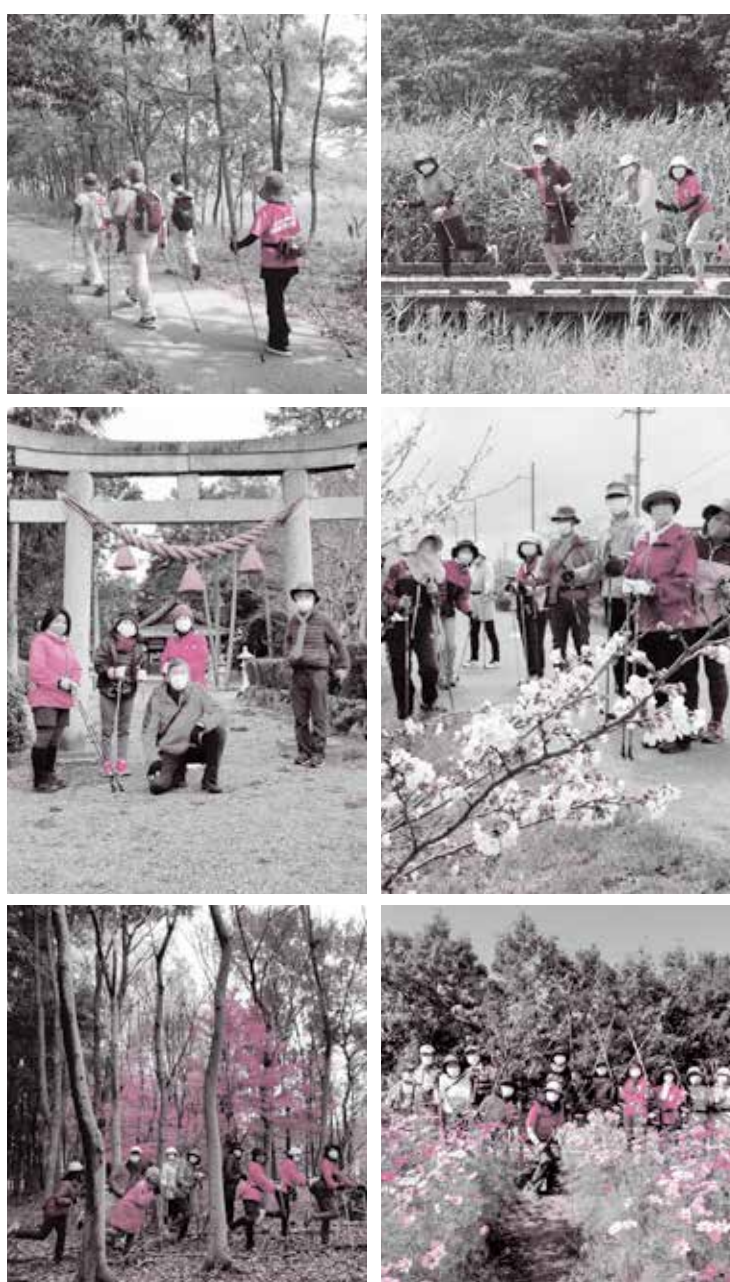


地域の森をまるごと楽しむ

ノルディックはやの



「ノルディックはやの」の皆さん

活動のアルバムより

春夏秋冬の森を歩いて健康づくりのノルディック

春夏秋冬の風情と健康づくりを「まるごと楽しむ」ノルディックはやのは、平成28年に発足して以来、速野会館とびわこ地球市民の森を拠点に毎月2回「ノルディックウォーキング」を楽しんでいます。歩いた森の風景をブログで発信し、一年の活動をアルバムにすることが恒例となっています。

毎年2月に開催されていた「四季桜のつどい」イベントで開催された講習会をきっかけに発足し、速野学区のまるごと活性化事業「地球市民の森活性化プロジェクト」の活動グループとして位置づけられています。

廃川敷地の森が宝物に 森を守り活用したい

びわこ地球市民の森は、旧野洲川南流の廃川敷地に100年計画で整備された「森の赤ちゃん」です。平成13年のみどりの日に、つどいのゾーンで植樹がスタート

トしました。

グループ代表の藤川 祐子さんは、森ができる前、放置された竹やぶや林でうつそつとして、廃川敷地に近づくと怖かった頃を覚えているといいます。

広大な敷地に水辺や遊歩道が整備され、約20年かけて育ってきた森は、訪れる人を花や緑で癒やしてくれるようになりました。メンバーたちは「せっかくなら、守り、活用したい」と考えるようになったそうです。

「ノルディックはやの」のスタッフは、森づくりサポーター「はやの森探検隊」にも加わり、間伐や、間伐材を使ったシイタケ植え、散策者へのマナー啓発などの活動に参加しています。

魅力と楽しさに目覚めて インストラクターを取得

健康づくりのためという、のんびり歩いているように思つかもれませんが、ノルディックウォーキングはクロスカントリースキーの夏季トレーニングが発祥なので、れっきとしたスポーツです。

わったりして、活動を休眠する仲間もいます。

藤川さんは「もともと、学区を住みよくしたいという思いから集まったメンバーです。学区のまるごと活性化事業はあと2年で聞いていますが、ふるさとづくり・健康づくり・仲間づくりと一石三鳥の活動はこれからも続けていくつもりです。ふるさとの森を歩く楽しさも、仲間とのつながりもずっと大切にしていきたい」と話していました。

思い出のアルバムは これからもずっと

月2回の活動日は、歩きながら会話を楽しみ、それが会員のストレス解消になっていくそうです。

活動のたびにアップするブログも、思い出のアルバムも随分増えました。

一方で、体調を崩したり生活が変



左から鳥毛さん、藤川さん、山田さん