

運動教室を開催しています

■にこにこ甘楽会(67)7655 健康課保健係 内線632

今より10分多く身体を動かす

プラス10分で健康寿命をのばそう!

町では、「楽しく身体を動かして口コモ予防」をテーマに、にこにこ甘楽で健康運動指導士の指導による運動教室(平日・土曜コース)を行っています。

この教室は、各コース月1回で、テレビを見ながらできるペットボトル筋力トレーニング、ボールを使用



楽しく元気に
体を動かそう!



したストレッチ、姿勢づくり、ウォーキングなど、手軽に運動を取り入れられる内容となっています。また毎回、血圧測定や体組成計計測を行い、身体の変化を見える化し、自分で立てた目標に向かって仲間と楽しく頑張っています。



来年度の運動教室参加募集のお知らせは、広報おしらせ版3月1日号で掲載します。ぜひお申し込みください。

荒廃農地解消対策部会の取り組み

■産業課農林係 内線411・412

「一斉耕起の日」

耕作放棄地解消に向けて

耕作放棄地の解消につなげようと、町地域農業再生協議会の荒廃農地解消対策部会(齋藤幸美部会長)は、1月17日に「一斉耕起の日」の実践活動を行いました。

これは、耕作放棄地を所有者の了解を得て耕作可能な農地に再生し、借り手に農地として耕作してもらうという取り組みで、昨年からの活動を行っているものです。



一斉耕起の日の活動に集まった部会員の皆さん



福島地区



上野地区



天引地区

昨年度は、約1.1haの耕作放棄地を耕起し再生させました。

今回の一斉耕起では、同部会員など36人が6班に分かれ、ボランティアで雑草を刈り、トラクターで耕すなどの作業を実施しました。上野、福島、金井、天引、庭谷地区の農地約1.7ha(18筆)を再生させました。この活動は、今後も継続していく予定です。