



志木市長 香川 武文

「春の健康DAY」

～こころも体もリフレッシュ!～

厳しい冬の寒さを越え、徐々に春の訪れを感じさせる3月は、草木が芽吹くように、新年度に向け、活力が満ちていく季節です。

3月を代表する行事として、思い浮かべるのが「ひなまつり」です。現在、郷土資料館で開催している「第18回ひなまつり」では、子どもの健やかな成長を祈り、市民の皆さんから寄贈を受けたおよそ1,000体のひな人形が展示されています。また、コロナ禍で中止となっていた「快哉堂友の会」主催の「雛のつるし飾り」も、4年ぶりに開催され、会員の皆さんによる手作りのつるし飾りが旧村山快哉堂で展示されています。どちらも3月5日までの展示となっていますので、まだご覧になっていない方は、ぜひ、足をお運びいただき、雅で華やかな雛飾りをお楽しみください。

さて、これまで志木市の元気・活気に大きな影響を与え、イベントの中止や縮小、外出控えなどから、高齢者の運動不足による体力の低下や介護給付費の増加、さら

には運動会などの学校行事の縮小といった、さまざまな課題をもたらしたコロナ禍でしたが、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけを2類から5類へ移行する方針が国から示され、長いトンネルの出口への光がようやく見えてきました。

いよいよ、3月25日・26日には、これまでコロナ禍の影響により中止や縮小を余儀なくされていた「ノルディックウォーキング・ポールウォーキング全国大会」や「さくらフェスタ」といった志木市を代表するイベントを、新庁舎というは親水公園を会場として合同開催します。

また、このイベントを実施する3月の最終土曜日及び日曜日を「春の健康DAY」と定め、今後は、市民の皆さんに健康増進の意識をもってもらう日とします。「春の健康DAY」の「DAY」という文字に、「Do（～する）」「Active（積極的な）」「Yell（声援）」の意味を込め、市の健康増進計画である「いろは健康21プラン」における「子どもから高齢者まで」をキーワードに、こころと体の健康づくりにつながるイベントを通じ、本市の魅力を全国に発信することで、市内外の両面から志木市の元気・活気をつくっていきます。

ノルディックウォーキング・ポールウォーキングは、ポールを使用することによって、効果的な全身運動が可能となり、運動によるエネルギー消費量が向上することに加え、足腰に不安がある高齢者も安心して参加でき、誰もが気軽に楽しめるエクササイズです。ぜひ、イベントに足をお運びいただき、ウォーキングで気持ちの良い汗を流したあとは、志木市の魅力が詰まったステージやグルメなどを存分にお楽しみください！