



1/巽山公園の展望台で記念撮影「空に向かってバンザイ」 2/日本一の白樺美林でハンモック体験 3/樹齢700年の大ケヤキの前で森林ヨガ。森の木漏れ日が癒してくれます 4/雑穀や地元食材を使ったヘルシーでビタミン類が豊富なランチを味わいました 5/愛宕神社へ向かう急な階段に一苦労。疲れをためないペースで歩きます

お肌の健康を考える モニターツアーを開催

生 活習慣の改善からお肌の健康を考えることをテーマに、ヘルスツーリズム・モニターツアーが10月13、14日の両日、八戸市や三重県明和町などから10名が参加して行われました。

参加者は、巽山神社や大神宮などを巡る「十二支巡りウォーク」やべっぴんの湯での入浴体験、平庭高原でのハンドマッサージなどを体験。昼食では、市内飲食店が開発した健康メニューを味わい、心も体もリフレッシュしました。明和町から参加した西岡郁玲さんは「森の中でのヨガは、開放感があつて最高！内容がよく考えられていて良いツアーだと思います」と満足した表情で話しました。

当市では、市民や観光客がこのような体験を通じて健康への気づきを得られるよう、一昨年からプログラム開発や受入態勢の整備を進めており、今回のツアー参加者の意見などを反映させ、来年度以降の商品化を目指して取り組んでいます。

わがやのアイドル

のぶた そうた くん
信田 宗汰 (1歳)
信田磨亮さんの長男 (長内町)



未就学の子ども、もしくはペットの写真を募集しています。写真に必要な事項(氏名、年齢、性別、住所、申込者との続柄)を添えて、久慈市役所「広報くじ担当」まで郵送、または直接お持ちください。写真は掲載後にお返しします。

誰かに見せたい 久慈の走風景

大須賀広報リポーター

