

ひと・夢・まち 町長コラム

～スポーツの力～（令和3年11月号）

番外編 vol.04

先月、パラリンピック走り幅跳び日本代表の山本篤さんの講演会、また、チャレンジデーの日には、NHKラジオ体操でおなじみの多胡肇さんをお迎えしてのラジオ体操・健康体操教室が開催されました。コロナ禍の中で感染対策を講じながらの開催ではありましたが、スポーツ・健康について改めて知るひと時であったと思います。

高校生の時に片足を失い、スポーツの道で人生を切り開いてきた山本さんの講話では、「自身の強い気持ちと^{こころざし}志を持つ中で【スポーツの力】を改めて感じ、する人・見る人・支える人の一人ひとりが楽しむこと・やり続けることが大切であり、喜びである」等の言葉に感銘し、今自分が持っている能力を最大限に生かすことの重要性を強く感じたところです。

多胡さんの講義の中で、右手と左手の異なった動作を同時に行う運動が紹介され、なかなかうまくできず、自分の持って生れた能力の退化を改めて感じさせられました。便利な社会になっていく中、基本的な考え方、生活習慣、行動の大切さを改めて学んだところです。

チャレンジデーを始めとする事業に参加していただいた町民の皆様に改めて感謝申し上げますと共に、今後とも健康増進に努めながら、withコロナを乗り切っていきましょう。