



## 脱!メタボリック症候群 国保ヘルスアップ教室スタート

健康福祉課国保係では、国民健康保険加入者で、今年住民健診を受診した人の中から、メタボリックシンドロームを改善したい方を募って「国保ヘルスアップ教室」を開始しました。アゼリア21での『水中運動教室』とトレーニングジムでの『ダイエット教室』の2教室で、9月18日と19日に開講式が行われました。

生活習慣改善と運動を主体に3ヶ月間の集中プログラムで楽しく無理なくシェイプアップし、動脈硬化を予防します。阿蘇市で健診を受けた40歳～74歳の人のうち約2割以上がメタボリックシンドロームか予備軍という現状、誰にとっても人ごとではありません。



## 阿蘇の名月の下「お茶会」楽しむ

第12回阿蘇観月茶会(実行委員会主催)が、9月23日、農村環境改善センターで開かれ、美しい名月の下、地元茶道家の皆さんが点てたお茶を楽しみました。

また、茶席のBGMに遠山豊子さん(内牧)による琴の演奏という粋なはからいや、「歌とフルートのコンサート」があり、茶会を一層盛り上げました。



## 山の斜面に描いてある「扇」って?

北外輪山(狩尾字扇平)の山肌に日の丸つきの扇が描いてあるのを目にしますが、実はこれ、阿蘇谷の豊作を祈願して、地元狩尾3区の区長はじめ農業後継者16人の有志が描かれたものです。今年は8月12日朝4時から作業をされました。山の急斜面を40分かけ歩いて登り草刈機で縦55m、横80mの扇の形をつくり出しました。

この絵は戦前からこの地区に伝わるもので、当時は真ん中に「忠」と描かれ出生兵の武運長久を祈願していたそうです。



## 熊本県民体育祭で阿蘇市が優勝!

第62回熊本県民体育祭(9月15日、宇城市)グラウンドゴルフ競技で阿蘇市チームが見事初優勝を飾りました。

試合は8人がラウンドを回り上位5人の成績で競われ、強豪熊本市をおさえ勝利。「大会2ヶ月前からは毎日練習を行いました」と今回大変な練習でその成果を実らせた皆さん。今後も現在会員数800人を超える阿蘇市グラウンドゴルフ協会を盛り上げていかれることでしょう。

監督：木下昭

選手：今村四喜男、中野敬三、蔵原博美、山本久見、大村耕則、伊藤一行、宮本吉四郎、猪島一明

