



健康川柳

結果発表



健康への意識・関心を高めることを目的に昨年7～12月に健康川柳を募集したところ、27人から47句の応募がありました。たくさんの応募をありがとうございました！

選考の結果、以下の作品が優秀作品として選ばれました。応募された作品は、市の健康事業に活用していきます。

健康第一さん（本名：酒井賢晃さん）にインタビュー！



— 川柳に応募したきっかけは？

市のLINEで見て興味を持ち、自分も46歳になり健康面が気になる世代なこともあって、愛犬エールとの散歩について応募してみました。

— 1回でどれくらい歩きますか？

朝と晩、犬に引っ張られて一回最低30分、3～4kmは歩いていると思います。雪が積もると犬は大喜びでさらに引っ張られて大変です(笑)

— 愛犬との散歩でウォーキングを続けて、からだに変化を感じることはありますか？

体力的にも意識的にも、疲れにくくなりました。旅行などでたくさん歩いても足のだるさを感じなくなったのはうれしい変化でした！

— これからウォーキングを始める人にアドバイスはありますか？

継続するには、相棒(犬)か友だちを見つけることが大事だと思います。なかなか一人だと怠けてしまっって続かないので…(笑)



名コーチの愛犬エール
くんと酒井さん

最優秀賞

うちの柴

もつと歩けと

名コーチ

ペンネーム 健康第一



優秀賞

食べ笑い

健康寿命

伸ばそうよ

ペンネーム こばやし ししまる



優秀賞

ウォーキング

クマを理由に

怠けてる

ペンネーム マルチ



優秀賞

五頭山を

見ながら食べる

旬のもの

ペンネーム くもつくも



優秀賞

健診が

あなたを守る

第一歩

ペンネーム つぶやき女子

