

# プロギングでリフレッシュ！

豊山町まちづくりサポーター

紀平 佐緒里

プロギング活動を広めたい思いで、まちサポへ入団しました。プロギングとは、「ゴミ拾い (blockapp)」と、ジョギング (jogging) を合わせたスウェーデン発祥の新フィットネスです。ダイエット、ストレス解消、健康維持や環境改善など様々な効果が期待できる事が特徴です。更に魅力なのは「あったー」「やったー」と、ゴミ拾いがあるで宝探しゲームのように変わっていき「ミ拾ってるのに楽しいー笑」「気持ちいいー」と、同じ感覚や体験をした人達との楽しい交流がプロギング一番の醍醐味かもしれません。私はこの活動をもちと広めていきたいと思いい、プロギングリーダー



資格を取得しました。そして昨年は、環境フェスティバルとの同時開催を企画し実現！コロナ禍のストレス解消の必要性や、一人の取り組みよりもイベントにして集まることで大きな力が生み出される事を実感しました。そんなプロギングが今年度は豊山町で2回開催が決定！まずは、5月29日(日) 神明公園にて開催！運動が苦手な方やお子様連れにはウォーキングコース、プロギング堪能コースなど様々ご用意して、リフレッシュ感120%の楽しいイベントにしようとして計画！参加費は無料です。ぜひ一緒に体感してみませんか！(事前申込み必須) レッツ・プロギング！



## 編集後記

令和4年3月予算議会の議案審議においては、本議会では根幹となる方針的な部分を問い質し、細部については総務文教委員会、福祉建設委員会ならびに予算特別委員会にて活発な議論を交わしました。

先の決算特別委員会と同様、試行での予算特別委員会ですが、しっかりと検証し、皆様にその成果と課題をご報告することが議会の使命だと考えています。

末筆ながら議会広報では、文字による表記が中心となりますが、写真やグラフも有効に活用し、「読むより見る」広報となるよう心掛けたと思います。

柴田賢一

## 表紙のコメント

4月6日、豊山小学校で入学式が行われました。これからの学校生活に胸をふくらませていることでしょう。たくさん友だちをつくってね。

## 広報編集委員

委員長 山本 亮介  
副委員長 作野 桂子  
委員 岩村みゆき  
柴田 賢一  
岡島 剛

## 寄付行為の禁止

議員はお祭りへの寄付や町内会への催しものへ差し入れすることを禁止されています。有権者も求めてはいけません。ご理解をお願いします。

## 次回定例会の予定

6月 6日(月) 開会・議案説明  
13日(月) 一般質問  
14日(火) 議案質疑  
15日(水) 福祉建設委員会  
16日(木) 総務文教委員会  
17日(金) 討論・採決・閉会

開始時間は午前9時30分(最終日は午後1時30分)です。議事の都合により、日程が変更になる場合があります。