

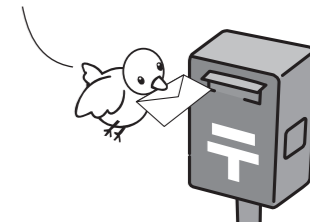
あなたの声をお聞かせください。身近な出来事や町に関する要望・意見など何でも結構です。投稿いただいた中から広報はがへ掲載させていただきます。その際の添削については、ご了承ください。

Horizontal lines for writing responses.

イラストも募集しています。広報はがのカットとして掲載させていただきますので、濃くはっきりとお書きください。

Large empty box for drawing illustrations.

あなたの声を聞かせてね！
お便り待ってます！



●交通事故ゼロへ！思いやり運転をしよう！

駿河富夫さん
昨年も多く交通事故が起きました。真岡地区で12人、芳賀町でも2人が亡くなりました。

私は昨年、鹿沼免許センターで行われた祖母井地区交通安全協会主催の安全運転教室に参加しました。
内容は、いろいろな状況での運転体験でした。濃霧コース・豪雨路面コース・夜間蒸発現象コースなど、危険を感じながら安全運転をする：緊張感を持ちながら有意義な体験ができました。
指導員からは「常に危険を予知して運転する」「相手を思いやる運転をする」「絶対事故を起こさない」と心に誓ったなどの話がありました。
年末年始は事故が多い時期です。お互いが「事故を起こさない」との意識を持って安全運転を心がけましょう。

●天満宮秋季大祭

齋藤光一さん

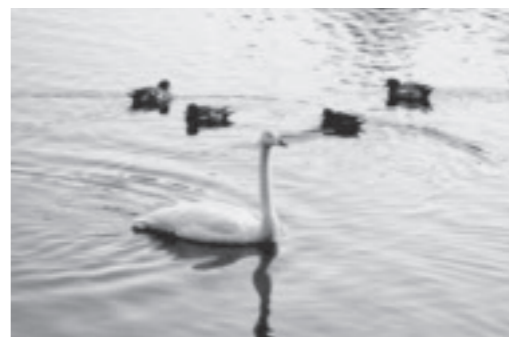
昨年の天満宮秋の大祭は祭日(11月23日)のため、町内外から大勢の人が訪れました。白馬の御神馬奉納、西水沼自治会による野菜市、子ども会による子ども相撲の奉納、菊花展示などが行われました。また、太々神楽奉納の際には、紅白の餅や菓子類がまかれ、皆さん大変楽しんでました。



●白鳥の初飛来

齋藤 勉さん

11月20日午前6時に唐桶の溜を散歩していると、池の中央に2年ぶりに白鳥1羽が飛



来して、たぐさんのカネと一緒に悠々と泳いでいました。一目見るなり「お帰りなさい」と大声で叫んでしまいました。ほかの散歩者数人も拍手で暖かく迎えていました。その後しばらく白鳥を見ながら皆さんと白鳥談議に花を咲かせました。



▲高松イクさん(下高根沢)

健康のためにウォーキングを実践している人が増えてきています。歩いた時間(分・秒)、歩数、距離(m)がわかれば、自分の速度や歩幅が計算できます。

時間 ① 分 ② 秒 歩数 ③ 歩 歩いた距離 ④ m

………今日はどんな歩き方？(ゆっくり・普通・早歩き)

上の①~④を四角に当てはめれば、簡単に自分の速度や歩幅が計算できます。さあ計算してみましょう。

- A: 秒に換算すると ① 分 × 60 + ② 秒 = ⑤ 秒
B: 分速(1分間で何m歩けるか) ④ m ÷ ⑤ 秒 × 60 = ⑥ m/分
C: 時速(1時間で何km歩けるか) ⑥ m/分 × 60 ÷ 1000 = km/時
D: ピッチ(1分間に何歩歩くか) ③ 歩 ÷ ⑤ 秒 × 60 = 歩/分
E: 歩幅 ④ m × 100 ÷ ③ 歩 = cm

健康ライフ

自分のウォーキングを
確認してみよう

健康福祉課健康係 ☎028(67)6042