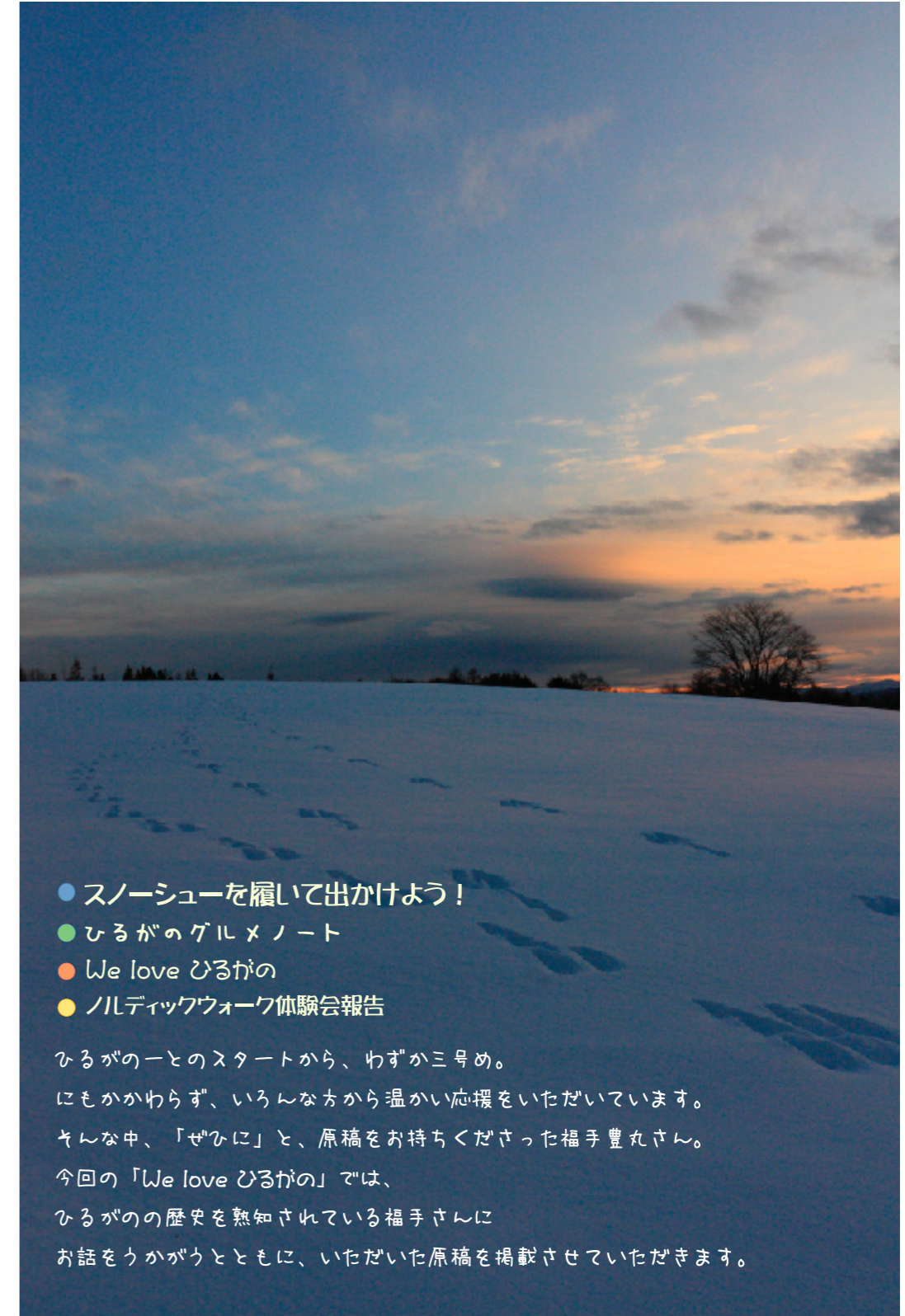


ひるがのーと..

季刊 Vol.3



- スノーシューを履いて出かけよう!
- ひるがのグルメノート
- We love ひるがの
- ノルディックウォーク体験会報告

ひるがのーとのスタートから、わずか三号め。にもかかわらず、いろいろな方から温かい応援をいただいています。そんな中、「ぜひに」と、原稿をお持ちくださった福手豊丸さん。今回の「We love ひるがの」では、ひるがのの歴史を熟知されている福手さんにお話をうかがうとともに、いただいた原稿を掲載させていただきます。

ノルディックウォーキング体験会

活動報告



紅葉真っ盛りの10月21日、日本ノルディックウォーク推進委員会の氣田稔充さんを講師にお招きし、ノルディックウォークの講習と体験会がひるがの高原スキー場で行われました。ストックを使って歩くことで、足腰への負担が軽くなるのに普通に歩くよりも1.4倍ほど運動効果が高いとのこと。講習を受けて実際に体験してみると、なるほど、上り坂なんかも意外と楽チン♪ ちょっと歩くだけのつもりだったのですが、気がつけばみんなスキー場の頂上まで歩いていました。やっぱり運動っていいですね。汗をかいて、気分も爽快だし、終わって帰ってくると気になるウエストや二の腕のぶるぶるもなんだかしまった感じ。みんなから「また歩きたいね!」の声が聞けて、大成功の体験会でした。ノルディックウォークのポールは、10本ほど観光案内所に用意しています。



春には皆さんで気軽に体験してみてください。また、来年にはひるがのウォーキング大会も開催する予定です。たくさんの方がひるがのを歩いてくれるようになるといいですね。

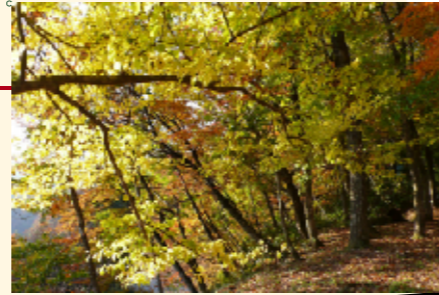


「ノルディックウォーキング」とは、スキーのように2本のポールを使って歩く、北欧生まれのウォーキングスタイル。

長良川源流 川谷散策会 報告

10月28日。秋晴れの中の散策会。美しい紅葉の中、清々しい催しとなりました。

早速、ノルディックウォークを楽しむ人も。



HIRUGANOTE かきこみ広場

eco リサイクル収集はこちらでも!

資源ゴミのうち、**アルミ缶・牛乳パック・ダンボール**は上村富夫さん宅(0575-73-2714)で**廃油**は、出光ガソリンスタンドで収集しています。

洗って出してね

「ひるがのーと」サポーター募集!

「ひるがのーと」を手伝ってくれる方を募集しています。

あんなこと書いたら?こんなこと知りたい...といったアイデアを寄せていただけるだけでもうれしいです。ぜひ皆さんも『ひるがのーと』づくりにご参加下さい。

連絡先/0575-73-2205 (中屋)
0575-73-2101 (森)

ひるがのーとに
広告を載せませんか?

広告募集!

※詳細はご連絡下さい。
0575-73-2101 (清水まで)
ひるがのーと広告掲載の件ごと
お伝えください

編集後記

お待たせいたしました。「ひるがのーと」第三部…。遅くなりましたが、なんとか発行です。年末はインフルエンザでの小中学校の学級閉鎖や、クリスマスから年末年始の大雪。皆さん大変だった方もいらっしゃるのでは、本当にお疲れ様でした。…といってもまだ冬真っ只中ですけどね。「ひるがのーと」編集作業も予定通りに進まず、楽しみにして下さった皆さん遅れてごめんなさい。

取材にあたり、お忙しい中、快くご協力くださった方々、お店の皆さんありがとうございます。予算もなくお礼も出来

ませんが、皆さんの善意・好意・応援を受けて、私ども編集スタッフもがんばる元気をいただいております。また、出版費用などを心配して下さりご協力下さる方もいらして、愛されるひるがのーとになれるよう、ますます頑張っていきたいと思っております。本当にありがとうございます。大切に使用させていただきます。

さて、ひるがのの冬も半ば、美しい雪景色。厳しい寒さ。スキーにボードにお仕事に忙しい中、皆さんお体大切にしてお過ごし下さい。春を待ちわびて…。