

# 猪川応急仮設たより

第18号

平成25年4月



## 4月の予定

今月も健康相談の予定がありますが、日程がまだ未定のため、決まり次第お知らせします。

## ノルディックウォーキング！

3月の晴れた日、猪川・前田・下権現堂仮設合同でノルディックウォーキングの体験をしてきました。

猪川仮設から一名、参加していただき、私も(小西)初体験！しました。

ポールを持って歩くだけなのですが、肩に力が入ってしまい慣れるまで

時間がかかりましたが、運動不足の私にとっては、いい経験になりました。

なにより皆さんとお喋りしながら歩くのが楽しかったです！



春がやってきましたね！

川沿いの桜が満開になるのが楽しみです！

