

## 活動報告!

コロナ禍で始まった2023年も5月から5類に移行し、まだまだ油断はできませんが、屋外ではマスクも外してずいぶんと活動しやすい状況となりました。夏になり酷暑で歩きを控えるようになりましたが、10月に入りようやく涼しい日も増え、ウォーキング日和となりました。これからの時期は風邪やインフルエンザに気をつけながら、活動をしていきたいと思えます。



### 佐世保市スポーツ協会主催体験会

5月/27日



昨年できたばかりの中央公園遊歩道や、隣接する昔ながらの県立武道場付近を歩きました。



### 随時・出前講座開催

地域密着型のこの出前講座は、10月までに6回実施。それぞれ参加者同士が普段からお知り合いという事もあり和気あいあい!



### 市民の体験会開催

9月/16日

指導員の説明に熱心に耳を傾け、みんなでポール体操をし、30分程度の外歩きへ!



### 第3回 歩こう会

10月/28日

昨年は7月に実施しましたが、歩きやすい10月に変更して大正解!



### 指導員養成講座開催

10月/7・8日

今年は新たに6名が指導員となりました。若葉マークの新米指導員のこれからの活躍が楽しみです。

