

随想

〈第七回〉

健康のために、
まずは走ろう！

市長 米本 弥一郎



11月6日(日)に、ちばアクアラインマラソン2022のハーフマラソンに出場します。熊谷俊人千葉県知事も出場を表明していますので、知事と競うことになります。私と知事が同じレースを走ること話題となり、旭市が注目されることを期待しています。知事のSNSによれば、ハーフマラソンに挑戦するのは人生初とのこと、すでにトレーニングを始めているそうです。私は中学・高校時代と、陸上競技部で長距離を走っていました。卒業後にはフルマラソンを完走し、

天保駅伝や市民駅伝、飯岡しおさいマラソンにも出場し、現在は旭市陸上競技協会の役員です。で負けるわけにはいきません。

今回、私には心強い味方がいます。フルマラソンに「チームスピリット枠」という特別枠があり、旭市陸上競技協会が推薦する精鋭が出場し

ます。これは市町村対抗の団体戦で、この枠に出場した選手のうち、上位3人の平均ネットタイムで順位を競うものです。「チーム旭」として出場し、市を発信してまいりますので、市民の皆さまの応援をお願いします。

さあ、まず走ろう！

私のこの無謀(!?)ともいえる挑戦には、もう一つの目的があります。私自身が健康づくりに取り組むことで、市民の皆さまの健康増進を後押しすることです。

「あさひ健康応援ポイント」に応募してみませんか。楽しく健康づくりにチャレンジしながら500ポイント以上ためると景品が当たります。日々の運動や各種検(健)診を受けるポイントを獲得できます。検(健)診は今月から始まります。健康づくりのため、多くの皆さまの受診をお勧めします。

図書館へ行こう

開館時間／火～金曜日…午前9時～午後7時

土・日曜日、祝・休日…午前9時～午後5時

今月の休館日／毎週月曜日、20日(金)

関市図書館(☎62-2560) <https://www.library-asahi-chiba.jp/>

おはなしの時間

幼児向けの絵本の読み聞かせ

日時／ 7日(土) 午前10時30分～11時

21日(土) 午前10時30分～11時

場所／県立東部図書館 3階 研修室

今月のおすすめ



「博士の長靴」

瀧羽麻子 著 (ポプラ社)

気象学に没頭する藤巻博士。藤巻一家の、時代ごとに変化する家族の在り方と、彼らとの出会いで変化していく人々の生きざまを、四世代にわたり丁寧に描く。



「図書室のはこぶね」

名取佐和子 著 (実業之日本社)

図書委員の代理当番を引き受けた高3の花音は、名著『飛ぶ教室』の謎を探ることになる。10年前に貸し出された本がなぜ戻されたのか？本と人をつなぐ物語。

新着図書

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| ●〈自分〉を知りたい君たちへ
(養老孟司) | ●冷凍つくりおきで毎日すぐでき弁当
(平岡淳子) | ●包帯クラブ ルック・アット・ミー！
(天童荒太) |
| ●みやぎから、(佐藤健・神木隆之介) | ●スリルライフ
(新庄剛志) | ●空にピース
(藤岡陽子) |
| ●これからの時代を生きるあなたへ
(上野千鶴子) | ●春のこわいもの
(川上未映子) | ●風の港
(村山早紀) |
| ●史上最高のストレッチ (野上鉄夫) | ●燕は戻ってこない
(桐野夏生) | ●月曜日は水玉の犬
(恩田陸) |
| ●働く人のためのメンタルヘルス術
(尾林誉史) | ●シャルロットのアルバイト
(近藤史恵) | ●きれいになりたい気がしてきた
(ジェーン・スー) |
| ●おいしい子育て
(平野レミ) | ●レジェンドアニメ！
(辻村深月) | ●読書セラピスト
(ファビオ・スタッシ) |
| | ●古本食堂
(原田ひ香) | |