

長野県連国保ハイキングに参加して

事務局 大竹 かおり

開催日 平成30年10月20日(土)
開催場所 信州松本 美ヶ原高原 翔峰

平成30年10月20日(土)に第2回長野県連国保健康づくりハイキングが開催され、今井専務理事、事務局職員2名の3名で参加させていただきました。

美ヶ原高原【ホテル翔峰】に10時30分に集合し、ご家族連れをはじめ100名ほどの大勢の方々が参加されました。当日の天候は雨に降られずハイキングには良い天候となりました。

開会式では、上條県連国保理事長のご挨拶から始まり、来賓の紹介と小野専務理事からのコース説明後に、班ごとに分かれ各自で準備体操を行い、ホテル前で写真撮影をしたのち1班からホテル周辺のハイキングに出発となりました。

皆さんと話しながら歩き始めたところ急な上り坂に遭遇。普段の運動不足がたたり息切れと足が重くなり、この先のウォーキングが心配になりかけた頃に上り坂も終わりホッとしました。町中を散策しているとサッカー J2 首位の松本山雅FCチームが非公開の練習をしており、思わずカメラをパシャ!! 散策を続けていくと澄んだ空気もあり所々に綺麗な山々が見え、またまたカメラをパシャ!!

ゴール地点【ホテル翔峰】に近づき1時間ほどのウォーキングが終了。気がつくとも体がぼかぼかして汗がでていました。全員到着後にホテル内で集合写真を撮った後、長野県支部連合会風間会長のご挨拶、協同組合串原理事長のご挨拶の後、待ちに待った昼食の信州和牛ランチとなり、信州和牛のおいしさに感激!!! 皆さんと談笑しながらおいしくいただき閉会となりました。

最後になりますが、開催に伴いいろいろと準備をしてくださった上條県連国保理事長はじめ、小野専務理事、地元の先生方、長野県連事務局の皆様、大変お世話になり、ありがとうございました。気持ちいいウォーキングとなり、楽しい有意義な1日となりました。

