

誰もがいつまでも楽しめるニュースポーツ。このコーナーでは、さまざまなニュースポーツの魅力を紹介します。

## ◀ 今月のスポーツ プロギング

スウェーデン発祥の「プロギング」のルールは、楽しくごみ拾いをしながら走ったり歩いたりするだけで、とてもシンプルです。

ごみを拾うときに、しゃがみ動作(屈伸運動)やランジ(足を大きく前に伸ばして、腰を落とす運動)を行うため、通常のジョギングやウォーキングの約1.2倍のカロリーを消費すると言われています。



## ◀ 競技のここが楽しい!

適度な運動で健康に良いだけでなく、ごみを拾うことでまちがきれいになり、体と心の両面からストレスの解消につながります。



プロギングみえ主宰

きむら よしお  
木村 芳雄 さん

ごみ拾いを  
して、身近な  
ところから  
SDGsに取り  
組めます。

ごみの重さを  
計測!



皆さんも  
一緒に始め  
ましょう!



問合せ プロギングみえ 木村(☎090-9948-6597)



## ひと・まち・モータースポーツ

### 世界レベルのドライバーは鈴鹿で育つ

4輪レーサーを志す者の夢は、やはりF1ドライバーです。現在、角田裕毅選手がF1を舞台に戦っていますが、次の日本人F1ドライバーとして呼び声高い岩佐歩夢選手も期待されています。実は二人とも鈴鹿サーキットで育ったドライバーです。

私たちのまち鈴鹿は、鈴鹿サーキットでドライビングテクニックを学ぶことができる「ホンダレーシングスクール(HRS)」をはじめ、入門用フォーミュラマシンの製造会社やレース参戦をサポートするレーシングガレージがいくつもあり、レースに打ち込むには理想的な環境です。このため、優秀な若者たちは、鈴鹿で腕を磨いた上で、国内レースを勝ち抜き、世界最高峰のF1を目指して、海外へ挑戦しています。

そんな“フォーミュラの聖地・鈴鹿”にふさわしく、F1日本GP直前の9月9日(土)イオンモール鈴鹿イオンシネマで「SUZUKA FORMULA EXPO 2023」を開催し、フォーミュラレースにゆかりのある著名人や若手優秀選手らがトークショーを行います。ぜひ会場で「モータースポーツのまち・鈴鹿」を感じてみてください。



▲2016年のF1サポートレース「スーパーFJ」で優勝した角田選手

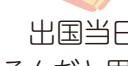
はたがわ おさむ

■畑川 治(鈴鹿モータースポーツ友の会 理事長)

## キーボード

1か月前に、親友がオーストラリアへ旅立ちました。彼女とは10年来の付き合いで、共に海外旅行に行ったり、悩みなどを打ち明けたりする間柄です。

ちょうど1年前、「今の仕事を辞めて、オーストラリアで英語を学び、現地で就業する」と聞きました。英語を勉強していたことは知っていましたが、思い切った決断に驚きました。



出国当日、空港へ見送りに行ったとき、しばらく会えなくなるんだと思った途端、涙があふれてきました。帰りの電車で揺られながら、海外でチャレンジする彼女に負けないよう、「私も目標に向かって、これから頑張っていこう」と心に誓いました。

今彼女は、英語の勉強に励みながら、現地で元気に暮らしているそうです。私も良い近況報告ができるよう、目標に向かって努力し、日々を充実させたいと思います。(晴)