

わが家のアイドル

大賀茂にお住まいの
阿部 吾一さん・愛さんの

長男 ^{そう} 颯 ^た 太くん(5歳6か月)

次男 ^{たい} 大 ^{せい} 生くん(1歳3か月)



毎日元気な颯太はブロックでロボットを作るのが得意。いつもママのお手伝いありがとう！
マイペースな大生はお兄ちゃんとイタズラが大好き。早く歩けるなるようになるといいね！

みなさんのお宅のアイドルの写真を募集しております。市役所総務課へどしどしお寄せください。



オールをうまく使ってスイスイ進みます

現在、下田市で推進している「世界一の海づくりプロジェクト」は「世界一身近に楽しめる海」「世界一市民が誇れる海」を創り上げていくプロジェクトです。
このプロジェクトの中で、近年人気急上昇中のスタンドアップパドル(SUP)の講座を開催しています。

下田人の
息づかい
Vol.25

55歳からの SUP (スタンドアップパドル) 講座

～伊豆下田世界一の海づくりプロジェクト～

SUPとは

表紙にも描かれているように、SUPとは大きなサーフボードの上に立ちオール(パドル)を漕いで、水面をクルーズしたり、波乗りをしたりするスポーツです。

不安定なボードの上に乗ってバランスをとることから、体幹が鍛えられる効果があるともいわれています。

何歳からでもできる！

今回、55歳以上の方を対象として全5回開催しています。なんと70歳代の方が参加者の半数以上を占め、平均年齢は70歳、最高年齢は75歳です。皆さんはじめはおっかなびっくりでしたが、回数を重ねるにつれて、スムーズにターンをしたり、周りの景色を楽しむ余裕が出てきています。

海で楽しみ、笑顔があふれる

「自分の力で自分の好きなところに自由にいく事ができて、とても面白い！」

「年齢も関係なく誰でも楽しめる！」という喜びの声が続出しています。

しかし、ちよつと油断する



SUP受講者のみなさん

と、バランスを崩して海へ落ちてしまうこともあります。それでも笑顔は消えませんが、皆さんの歓声が絶えず、海辺にこだましています。

世界一の海づくりプロジェクトは、これからも子供からお年寄りまで誰もが身近に海を楽しめる環境を沢山作っていきます。

問合せ先

観光交流課観光戦略係

(窓口) ☎ 23913



「広報しもだ」は再生紙を使用しています

伊豆縦貫自動車道を早期完成しよう!!

「伊豆縦貫自動車道ロゴマーク」を利用して、伊豆縦貫自動車道の整備促進と活性化を県内外にPRしましょう!! ご利用方法については、以下の市ホームページをご覧ください。

■ 下田市ホームページ <http://www.city.shimoda.shizuoka.jp/>

