

## Smart Life Project フェア アクティブBEウォーキング in 柏

主催：Smart Life Project（厚生労働省）HNKエデュケーション/共催：NHK千葉放送局  
後援：千葉県、柏市、日本医師会、日本経済新聞社  
ゲスト：伍代夏子（歌手）、長谷川理恵（モデル）

秋晴れの11月23日（祝）Smart Life Projectのイベントが柏の葉公園で開催され、沢山の参加者がありました。柏ウォーキングネットワークのグループとして参加してまいりました。一つのテントにそれぞれの会が活動の写真やパネルを飾り、パンフレットや会報を配布しました。「柏市歩こう会」も写真と旗をテントに貼り付け、大会参加者の皆さんに会報と入会案内を配り、会の宣伝とアピールを行い、午後からは大会メインの8kmウォークに参加して、歩き方の指導や、体の動かし方、休憩の取り方などを学びつつ、楽しくウォークし、完歩証もいただきました。

また他にも歩くことの大切さや、健康についての様々なブースがあり、大変勉強になり有意義な一日でした。

