

ジョギング@ふくしま

<https://www.facebook.com/joggingfukushima>



かつて路面電車が通っていた福島市内の道を通って、福島の街なかを楽しみながらジョギングしています。

毎週日曜日に福島駅東口古関裕而像前に集合し、ラジオ体操をして福島競馬場までの往復コースを走っています。途中で町の様々な人と場所で写真を撮っています。雨の日は、その日集まった人たちでどうするか決めています。屋根がある所で走るもOK、雨の中を走るのもOK!

今年で活動10周年! モットーは、健康づくり・仲間づくり・楽しみづくりです。

➤ 活動拠点

福島市

➤ メンバー数

7人の役員を中心に約25人(2024年10月時点)

※会員制ではなく、来たい人が来たいときに参加できる会です。街なかジョギングは毎回10名前後が参加。

➤ 年代

30~50代がメインですが、小学生~60代と幅広く参加しています。

※お子様やお孫さんと一緒に参加される方もいます。

➤ **男女比**

半々です。

➤ **活動頻度**

毎週日曜日 8:00～9:00 に街なかジョギングを定期開催しています。

※夏場 7:00～8:00 開催。

不定期のイベント

- ・冬場にイルミネーションを見に行くイルミネーションラン
- ・飯坂温泉の街なかや観光地を楽しみながら飯坂鉄道沿線を走る飯坂沿線ラン
- ・ふくしまシティハーフマラソン前には、ワタリ楽走会と合同でコースの試走会を実施
- ・ふくしまシティハーフマラソンや県内マラソンイベントへの参加 など

➤ **これまでの活動例**

毎週日曜日の定例ジョギング(2014.4～)

桑折町のイルミネーションラン(2023.12.22)

ジョギング@ふくしま 10 周年記念マラニック・飯坂沿線ラン(2024.4.13)

ふくしまシティハーフマラソンへの参加(2024.5.19)

認知症啓発企画『RUN 伴ふくしま 2023』への参加(2023.9.16)







➤ 入会費や月会費など

なし

※お揃いのTシャツは希望者のみ購入(大人 2,000 円、子ども 1,000 円)。



▲Tシャツのピンクは福島の「桃」「桜」をイメージしています。

➤ **持ち物など必要なもの**

走れる服装であれば OK

※貴重品や飲み物などは各自リュック等に携帯して走っています。

※夏場はタオル、帽子、飲み物は必須。

➤ **問合せ先**

ジョギング@ふくしまの Facebook ページに「tenten Fukushima を見た」とメッセージください。

<https://www.facebook.com/joggingfukushima>

または代表の荒木健夫さん(090-8612-7427)までお気軽に連絡してください。

➤ **荒木さんから移住、転入者に向けたメッセージ**

ジョギング@ふくしまには、色んな人が集まっています。ジョギングしながら、参加者同士で街の良さを話したり、地域情報も交換しています。普段車で通っている道も、走ると色々なものが見えてきます。

Tシャツにも書いてあるように、「人とつながり楽しみながら走る」をモットーにしているので、初参加の人の人もみんな温かく迎え入れてくれますよ。いつでも、誰とでも、お気軽にいらしてください。

走るのが不安な方は、途中で歩いても、離脱してもOK！毎回参加しなくても、来たいときに来て参加できる“ゆるさ”がジョギング@ふくしまのいいところです。

50代から走り始めて、マラソン大会も楽しめるようになった方も。

県内や全国各地のマラソン大会の情報や楽しみ方もみんなでお話し合っています。

是非気軽に遠慮なく来てくださいね！



▲お話をしてくれた役員の荒木さん(写真中央福島駅看板の左下、愛知県出身)