

こども新聞

毎週日曜発行

2025 5/11

河北新報社 TEL.022-211-1111(月曜から金曜)

地球のためにできること

SDGs チャレンジ

地球のためにできること

プロギングを宮城でも盛んに

きょうのテーマ

みんな思い出

みんな動こう

みんな知りたい

みんな守ろう

みんなトモダチ

ジョギングしながらごみ拾いをする「プロギング」って知ってる？ スウェーデン発祥のフィットネスで、仙台市でも行われているよ。健康にも環境にも良い「一石二鳥」の取り組みで、国



地球のためにできること

プロギングを宮城でも盛んに

プロギングのイベント「仙台ハーフ プロギング」は4月29日、宮城野区の弘進ゴムアスリートパーク仙台周辺で行われました。11日開催の仙台国際ハーフマラソン（仙台市、宮城陸上競技協会、東北放送、河北新報社など主催）の一環で、昨年に続いて2回目。2〜67歳の129人がハーフマラソンのコースを中心とした2〜5キロの計4コースに分かれ、ゆっくり走ったり、歩いたりしながら



連の持続可能な開発目標（SDGs）の3番目「すべての人に健康と福祉を」の実現につながるね。



走って楽しくごみ拾おう



ジョギングをしながらごみを拾う参加者 4月29日午前9時10分ごろ、仙台市宮城野区

ごみを集めました。両親と参加した宮城県岩沼市の岩沼西小6年の遠藤千夏さん（11）は「きれいな街だけど、よく見たらたばこの吸い殻がたくさん落ちていた。家族



プロギングはスウェー

と話しながら走れて楽しかった」と笑顔を見せました。

デン語の「plocca upp（拾う）」と、英語の「jogging（走る）」を組み合わせた造語です。スウェーデン人のアスリートが2016年、自己ベストよりもごみ拾いに力を入れて走ったのが始まりです。「しゃがむ」「立ち止まる」といった動作が加わり、普通のジョギングに比べて1・2倍のカロリーを消費すると言われています。現在は100カ国以上で親しまれ、日本では19年ごろから広まりました。宮城県でも青葉区の青葉山公園などでイベントが開かれています。プロギングの普及に取り組む一般社団法人「プロギングジャパン」（東京）の常田英一朗代表理事（29）は「プロギングが盛んな地域では毎月、イベントが行われています。宮城県や東北でも、もっと広めていきたいです」と話します。

この日 何の日

◇12日（月）看護の日
近代看護の基礎を築いたナイチンゲールの誕生日にちなみ国が1990年に制定しました。この日を含む1週間は「看護週間」とされ、看護に関心を高めるためのイベントが各地で行われます。今年は11～17日です。

きょうの紙面

- 2面 イマ★どき
- 3面 3分チャレンジ
- 4・5面 わが校わがまち スクール通信
- 6面 キホンがわかる こども英語
- 7面 投稿特集
- 8面 先生、教えて！