

Uji健歩会は創立15周年を迎えます

Uji健歩会 会長 矢野 昭二

平成28年4月21日、Uji健歩会第14期年次総会を開催させて頂きました。

折しも、九州熊本地方を中心とする大型地震が発生して1週間、被災された方々のことを思いテレビを見るにつけ、胸中締め付けられるような思いではありますが、私達にできることは、被災者の方々が一日でも早く、日々の生活に戻れるようにと祈ることしかありません。ある日突然に襲ってくる地震、あつという間に孤立する家屋と住人、つらい目に遭われた方々の一日も早い生活の安定をお祈り致します。

さて、私達は避けられない高齢化と共に、日々の生活の中に手軽に一人でもできるウォーキングを見直してゆきたいと考えています。ウォーキングリーダー養成講座も第8期の開講を予定しており、新しい会員の誕生を期待しています。今後とも関係各位のご協力をお願い申し上げます。

来年、Uji健歩会は創立15周年を迎えます。5年・10年の節目に活動の記録を記念誌に残してまいりました。今回も後世に残るような足跡を考えてゆきたいと思っています。どうか会員各位のご協力と作業進行にお力を貸して下さい。そして、Uji健歩会の将来に向けて、斬新な思い出を残せるよう、日頃の活動の中から、皆さんの生きた声をお聞かせ下さい。

ごあいさつ

Uji健歩会 副会長 二木 宣重

平成28年度 Uji健歩会副会長として、皆様とともに宇治市の目指す健康増進のお手伝いをさせて頂きたいと思っております。私事でございますが、私は平成21年度 Uji健歩会4期生として養成講座を受講し、会員になりました。この度の役員改選により、矢野会長の推薦で副会長になりました。大任でございますがよろしく願い申し上げます。

宇治市では全国に先駆けて、平成27年3月21日「認知症の人にやさしいまち・うじ」を宣言しました。2025年には高齢者のうち、認知症の人は5人に1人になると推測されています。認知症はもはや「全ての人に関わること」になりました。Uji健歩会々員も自分のこととして認知症の知識を身につけてサポートしてゆかなければなりません。認知症予防のためには、積極的にこの例会などに参加し、健康増進と脳の活性化を図ることが必要です。

川柳：「歩く程脳活性化 ポケません」

Uji健歩会の担当になりました！

健康生きがい課 小田川 敦

今年度、Uji健歩会を担当させていただくことになりました、保健師の小田川 敦と申します。

平成27年度に健康生きがい課に採用され、今年で2年目になります。ちなみに、宇治市で初めての男性の保健師です。「担当は今年もきれいな女性の保健師がいいなあ」と思われていた男性会員の皆様、すいません(笑)。前任の先輩保健師に負けないよう、精一杯頑張りますので、よろしくお願い致します。

さて、今年度もUji健歩会の皆様には、宇治市の協力事業でいろいろとお世話になります。皆さんと一緒に市民の方々のために活動できることを楽しみにしております。

一年間お世話になりました

昨年度、Uji健歩会を担当させていただきました脇坂 美穂です。

健康生きがい課 脇坂 美穂



健康生きがい課での6年間の間に、てくてく会やスポーツまつりなどの事業で、たくさんの方々とお話を一緒にできたことが、貴重な思い出になっています。

特に昨年度の一年間は、会の担当をさせていただき、役員会やウォーキングマップづくり、うー茶んフェスタなど、多くの場面で一緒に活動させていただきました。慣れない一年でのご協力いただくことが多く、みなさんにはご迷惑をおかけしたと思います。たった一年でしたが、いつも市民の方のことを一番に考え、会としてできることを検討されてきたみなさんの影の努力に、教えていただくことがたくさんありました。

お返しできないまま異動することになりましたが、新しい部署で、皆さんと同じ気持ちで、市民の方のために活動できるようにがんばります。市役所で見かけたら声をかけてくださいね。これからも変わらないみなさまのご活躍を楽しみにしております。