

第8期ウォーキングリーダー養成講座

研修事業部

平成29年 1月16日(月)、第9回講座が開かれました。今回の講座は「実践ウォーキングの実習と反省」です。

【出席者】受講生：7名(男性4名、女性3名)、 会員：20名

【実践コース】うじ安心館→文化センター→東山公園(トイレ・休憩)→肩切地蔵(伝説説明)→うじ安心館



ウォーキングアップ

前回の下見の時に決めた役割分担に基づいてウォーキングの実習を行いました。スタート場所のうじ安心館駐車場で挨拶、コース説明、ウォーミングアップの後、実践コースで横断歩道での渡り方、休憩時の出発時間の伝達、コースでの引率方法などを実習しました。反省会では下記のような反省点、感想などが出されました。

次回の養成講座は、**2月22日(水) 9:30～生涯学習センター第2ホール**で”修了式&交流会”です。健歩会々員には多数出席いただいで、入会される方々を歓迎していただきますようお願い致します。



横断歩道の渡り方



肩切地蔵 伝説説明



反省会

役割	反省点・感想など
先頭	下見をしたので、今回は自分なりにできたと思う。
中列	下見の時は距離もわからずしんどかったが、今日は余裕を持って歩けた 列間の間隔が空かないように注意が必要。
ラスト	後ろからの自転車確認が充分できていたか。
人員点呼	人数が少なかったのがよかったが、人数が多いと難しいと思った。

役員会ピックアップコーナー

事務局

1. 各事業部の報告及び確認事項

① 協力事業部

- てくてく会の報告：① てくてく会③(12/12)市民参加者2名。② てくてく会④(1/30予定)の担当及びコース等の確認。
- 新規作成されるマップは3月の市政だよりに掲載し、一般市民にはアンケートと引き替えに配布。会員には4月総会時に配布の予定。

② 研修事業部

- 第8期ウォーキングリーダー養成講座 報告。
 - ① 養成講座⑧(12/5):ウォーキング下見の実地実習 参加受講者 10名
 - ② 養成講座修了式(2/22予定): 右記3氏が臨席予定。健康生きがい課・藤田課長、小田川保健師、宇治市福祉公社・板東氏

③ ウォーキング事業部

- 29年度ボランティア保険に加入する会員は指定された期日までに各班ウォーキング事業部員へ届け出ること。尚、養成講座を修了した新入会員については、2月役員会(2/7)までに研修事業部で把握し、ウォーキング事業部長に届け出ること。
- 福祉行事保険に関し、4～7月例会担当各班は3月中にその日程と大まかな行先(方面)をウォーキング事業部長に連絡すること。
- 「ゆったりコース(会員限定)」は平成29年3月29日(水)に実施予定。(詳細は別途発表)

④ その他

- 会則改定委員会より会則の一部(第5条)改定案が提出され討議。委員会にて再調整し、次回役員会で再検討することを確認。
- 15周年記念行事食費の一部として、出席者に1,500円/人を本会会計から補助支出することを確認。日程、会場は検討中。

1月 例会だより (朝日山観音・志津川方面)

2班担当

1月12日(木)午前10時20分、天候晴れ、気温8度。北風が大吉山から吹き下ろすように舞う、やや肌寒い塔の島・朝霧橋前に69名(一般:36名、会員:33名)が集まりました。

ストレッチ体操後、朝霧橋を東へ琴坂を登り、興聖寺右側を標高124mの朝日山に登りました。急斜面や急カーブもありましたが、出発から約40分後、朝日山観音が祀られているお堂の前に到着、参拝後、志津川(五和の園)方面に向かいました。途中、ぬかるみや落葉が積もって滑りやすい所もありましたが、無事に志津川「五和の園」前舗装道路に到着しました。

志津川から舗装道路を西に、天ヶ瀬ダム下流の吊り橋を渡りました。小休止後、宇治川左岸道路から出発地の宇治公園へ向かいました。頬に当たる風が涼風に感じながら、「宿木」を通り塔の島出発地に全員無事到着しました。

参加された皆様のご協力により、無事故で例会を終了する事ができました。ありがとうございました。



2班 担当者

2月例会

(3班担当)

(ウォーキングマップ12版⑧コース)

平成29年 2月 8日(木) ※午前の降水確率60%以上の場合、17日(金)に延期

○集合時間・場所：午前10時00分 JR奈良線 新田駅前 公園

○行程：JR新田駅前 広場→大久保小学校→名木川遊歩道→植物園(トイレ)→太陽が丘→ふるさとの森→中央広場(近辺・昼食)→城陽出口→尖山南公園→大久保小学校→JR新田駅前 広場(クールダウン・解散)

< 約 6.5km >

○解散：JR奈良線 新田駅前広場 午後 2時00分 頃

○携帯品：弁当・飲み物・雨具・敷物

3月例会

(4班担当)

(城陽・青谷方面)

平成29年 3月 7日(火) ※午前の降水確率60%以上の場合、9日(木)に延期

○集合時間・場所 午前 9時30分 JR奈良線 長池駅・南口

○行程：JR長池駅→大蓮寺→雨ごい地蔵→天井川見学(希望者)→梅林(昼食)→中天満神社→堂山見晴台→「天山」(天山散策道)→西生寺→JR山城青谷駅
注1:天井川での見学場所は狭く、見学希望者の交代見学です。
注2:「天山」への道筋は短い距離の尾根道や急斜面の階段(手摺付)があります。

< 約 8.5 km >

○解散：JR奈良線 山城青谷駅北口 午後 2時30分 頃

○携帯品：弁当・飲み物・雨具・防寒具・ステッキ・敷物 など