

ウォーキングマップ作成会議 終了

協力事業部

今年度、5月2日の”マップ作成①”から始まった活動は、11月21日の”マップ作成①”で終了しました。

宇治市健康生きがい課小田川保健師さんのご指導の下、地域選定、コース検討、下見などのステップを踏み、9月に「黄檗公園・三室戸コース」、「巨椋神社・槇島公園周回コース」のマップを完成させました。来年には発行されます。

また、10月からは2回にわたって、小田川保健師さん作成の「ウォーキングマップ作成マニュアル」に基づいた白地図上に記号・コースを描く実習や、健歩会々員による白地図の作成方法紹介、マップ作成ステップの重要性などについて勉強し、今後、健歩会でマップを完成させられるように、技術・知識の習得を目指しました。担当の方々、お疲れ様でした。

15周年記念 日帰り研修ウォーク 報告

黄檗山萬福寺参拝と体験坐禅

日帰り研修ウォーク委員会

11月8日(水)「黄檗山萬福寺参拝と体験坐禅」の研修ウォークを行いました。参加者 34名。当日は雨天のため京阪宇治駅からのウォーキングはできず、JR黄檗駅から萬福寺まで歩きました。

まずは開祖隠元禪師が中国から伝えた精進料理”普茶料理”を賞味。思ったよりも味が深く、美味しかったです。次に、いよいよ”体験坐禅”。全員、明かりの入らない薄暗い法堂の中で、坐禅の作法に挑戦しながら心を集中させ、静かな一時を過ごしました。何人かの方が”警策”も体験しました。その後、萬福寺の概略、建物など山内案内をしていただきました。

雨の中、ご参加いただきましてありがとうございました。



普茶弁当を頂く

健脚コース 報告

仁和寺&御室八十八カ所巡拝

役員会
ウォーキング事業部

晩秋の11月27日(月)、好天に恵まれた御室の秋を訪ねました。参加者20名。

JR花園駅から臨濟宗本山妙心寺境内へ。多くの塔頭、名勝指定の庭園が心を落ち着かせてくれます。その後、御室仁和寺の奥、成就山「御室八十八カ所巡拝」に挑戦しました。1番札所靈山寺から”やすらぎの道”と名付けられた参拝路を上ります。43番明石寺近くの”愛宕眺所”で昼食。紅葉に彩られた山々の先に、少し霞んだ愛宕山が。50番繁多寺の先、京都市内が一望できる場所から見た仁和寺の五重塔、双ヶ岡、キラキラと光る町並みが印象的でした。ほぼコースタイム内で巡拝を終え、皆さんの健脚はまだまだ衰えていませんでしたが、予定していた双ヶ丘の”一の丘”への挑戦は次の機会に…ということになりました。お疲れ様でした。



御室八十八カ所巡拝を終えて

Uji健歩会 12月～H.30/1月の予定

※諸般の事情で、日程や会場変更の場合があります。ご注意ください。

12月	4日(月)	9:30～	会報126号発行	うじ安心館3F 市民活動室	会員・事務局
	4日(月)	13:30～	役員会	うじ安心館3F 市民活動室	行政・幹事・事務局
	6日(水)	9:30～	4班例会(本紙P.2に詳細コース) ※雨天時、8日(金)に延期	東寺 南大門	市民・会員
	13日(水)	13:30～	てくてく会 ③	うじ安心館3F ホール	行政・市民・担当会員
H.30 1月	16日(火)	9:30～	会報127号発行	うじ安心館3F 市民活動室	会員・事務局
	16日(火)	13:30～	役員会	うじ安心館3F 市民活動室	行政・幹事・事務局
	19日(金)	9:40～	1班例会(本紙P.2に詳細コース) ※雨天時、26日(金)に延期	京阪電車 八幡市駅前 (半日コース)	市民・会員
	30日(火)	9:30～	てくてく会 ④	うじ安心館3F ホール	行政・市民・担当会員

以降の
予定

2
月

行事 会報128号発行

行事 役員会

行事 2班例会(六地藏～伏見桃山陵方面)

行事 てくてく会 ⑤

平成30年 2月 5日(月) うじ安心館 3F 市民活動室

平成30年 2月 5日(月) うじ安心館 3F 市民活動室

平成30年 2月 15日(木) JR六地藏駅南口(半日コース)

平成30年 2月 21日(水) うじ安心館3F ホール