

## 第14回 Nantan健歩会との交流会 報告

役員会  
ウォーキング事業部

平成30年 11月 10日(土) ウォーキングには絶好の、秋らしいすがすがしい気候の中で開催されました。



水景園 観月橋

|        |   |     |     |
|--------|---|-----|-----|
| ◎ 参加者  | Nantan健歩会 :   | 36名 | 65名 |
|        | Uji健歩会 :  | 29名 |     |
| ◎ 実施結果 | ○ 開 会 : JR祝園駅 せいかガーデンシティ前に集合→華広場でウォーミングアップ<br>○ ウォーキング : 華広場→釈迦の池→来迎寺→畑ノ前公園→水景園ビジターセンター<br>○ 交流会 : 水景園ビジターセンター研修室<br>○ 昼 食 : けいはんな記念公園<br>○ 水景園ガイドツアー & 自由散策 : ガイドツアー30分コースは2回に分けて実施。<br>○ 閉会 : けいはんな記念公園 大東屋横でクールダウン後、駐車場で見送り。 |     |     |

華広場でウォーミングアップ後、ウォーキング出発。「釈迦の池」から「来迎寺」へ。寺の縁起、見どころなどを説明。鐘を突かれる方も。畑ノ前公園で休憩後、水景園へ。

ビジターセンターでの交流会では、それぞれの会から活動状況や例会案内などの報告がありました。その後、けいはんな記念公園の広場でちょっと豪華なお弁当に舌鼓。紅葉の下でゆっくりと過ごしました。

ガイドツアーでは2つの班に分かれて、ガイドの方の説明を聞きながら水景園を、そして芽ぶきの森を自由散策しました。

Nantan健歩会さんからは”楽しく歩けました”とのお礼の連絡が来ています。参加会員・役員の方々、ありがとうございました。



観月橋を背景に記念写真

## 「適塩ウォークラリー」 参加報告

協力事業部

平成30年 11月 3日(土)、宇治市健康生きがい課 健康づくり係からの呼び掛けに賛同・協力という形で、宇治十帖スタンプラリーに合わせて行われた「適塩ウォークラリー」に参加しました。当会々員の参加は26名。当日は好天に恵まれ大勢の人がスタンプラリーに参加されて、コースは途切れることなく人の列が続いていました。



「適塩」の「のぼり」が目玉されました

京阪宇治駅前でのウォーミングアップに当会協力事業部スタッフも協力しました。

【1】東屋でスタンプを押した後、「適塩はじめました」の「のぼり」を先頭にスタートしました。「東屋」のスタンプ押しは長蛇の列で、先が思いやられましたが、その後はスムーズに押すことができました。出発時にはまとまっていた参加者の列は、【10】宿木を終えてゴールに着いた時には、先頭と後尾では差がついて、皆でクールダウンはできませんでした。

初めてのイベントでしたが、楽しく、和やかに、無理なく参加できました。

## Uji健歩会 12月～平成31年/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。ご注意下さい。

|         |        |        |                                  |                 |             |
|---------|--------|--------|----------------------------------|-----------------|-------------|
| 12月     | 4日(火)  | 9:30～  | 会報138号発行                         | うじ安心館3F 市民活動室   | 会員・事務局      |
|         | 4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   |
|         | 5日(水)  | 10:00～ | 3班例会(本紙P.2に詳細コース) ※雨天時、7日(金)に延期  | JR奈良線 棚倉駅 涌出宮   | 市民・会員       |
|         | 12日(水) | 13:30～ | 養成講座(修了式)                        | 生涯学習センター 第二ホール  | 行政・受講生・担当会員 |
| 平成31年1月 | 10日(木) | 9:30～  | 会報139号発行                         | うじ安心館3F 市民活動室   | 会員・事務局      |
|         | 10日(木) | 13:30～ | 役員会                              | うじ安心館3F 市民活動室   | 行政・幹事・事務局   |
|         | 22日(火) | 9:30～  | リフレッシュウォーキング ④                   | うじ安心館 3F ホール    | 行政・市民・担当会員  |
|         | 24日(木) | 9:30～  | 4班例会(本紙P.2に詳細コース) ※雨天時、29日(火)に延期 | JR京都線 長岡京駅西口前広場 | 市民・会員       |

以降の  
予定

2月

行事 会報140号発行

行事 役員会

行事 1班例会

行事 リフレッシュウォーキング ⑤

平成31年 2月 6日(水)うじ安心館 3F 市民活動室

平成31年 2月 6日(水)うじ安心館 3F 市民活動室

平成31年 2月 15日(金)地下鉄烏丸線 北大路駅西側 紫野柳公園

平成31年 2月 20日(水)京阪宇治線 宇治駅前