

# Uji 健歩会 会 報

http://ujikenpo.web.fc2.com

平成 27 年 1 月 5 日  
第 91 号

## ごあいさつ

謹賀新年新しい年の始まりです。  
Uji 健歩会会員の皆様には素晴らしいお正月をお迎えのこととお喜び申し上げます。

毎月一回の例会にご参加いただいている市民の皆様、新しい年のお慶びを申し上げます。

昨年一年間、皆様にはたぐいまれなるボランティア精神を発揮してご協力をいただき、宇治市の目指す健康増進のお手伝いが出来たことを誇らしく思います。

Uji 健歩会も創立以来十二年を経過しました。少子高齢化がどんどん進み、世界の長寿を喜んではかりではいられない時代になりましたが、年は取っても元気に自分の足で歩く喜びを謳歌しながら、広く市民に呼びかけて子供のような時間を共有できることに生きがいを持って新しい年の一ページを開いてまいります。

ますますお元気でおつき合いです。ようお願いを申し上げ年頭のごあいさついたします。

平成二十七年一月吉日

Uji 健歩会 会長 矢野昭二



## 明けましておめでとうございます

平素は健康生きがい課の事業にお力添えをいただき、ありがとうございます。健歩会を担当して2年が経とうとしておりますが、まだまだ未熟で、反対に私がいつも助けられているな…と日々感じております。

来年度は新会員も迎えられることもあり、益々発展されていくと思います。本年度もあと3か月ですが、元気に乗り切りましょうね。今年もよろしく願いいたします。



宇治市福祉部健康生きがい課 水谷文子

### Uji 健歩会 2015/ 1 月 ~ 2 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。

1 月	13日 火	9:30~	役員会	うじ安心館 3F 市民活動室	行政・各班幹事
		13:30~	特定保健指導 てくてく会-④ 4班担当	うじ安心館 4F 健康教室	市民・行政・担当会員
	19日 月	9:00~	4 班 例会 (本紙裏面に詳細コース) 予備日: 26 日(月)	JR 六地藏駅前(地下鉄乗降口前)	市民・全会員
	21日 水	9:30~	第7期養成講座 第9回目講座 健康料理教室(食育)	生涯学習センター調理実習室	全受講者・会員
2 月	28日 水	13:30~	会員対象の健康講座 (健康食品・医薬品とどう付き合うか)	うじ安心館 3F ホール	全会員・受講者
	9日 月	13:30~	特定保健指導 てくてく会-⑤ 1班担当	うじ安心館 4F 健康教室	市民・行政・担当会員
		9:30~	役員会	安心館3F 市民活動室	行政・各班幹事
	10日 火	13:30~	第7期養成講座 第10回目: 修了式と「エイジレス章」受賞記念の講話 講師: 黒澤弘和 氏	うじ安心館 3F ホール	全会員・受講者
19日 木	9:30~	1 班 例会 (本紙裏面に詳細コース) 予備日: 26 日(木)	宇治公園塔の島 十三重の石塔前	市民・全会員	

#### 以降の 行事予定

3 月	行事	役員会	平成27年3月9日・30日(月) 9:30~	安心館3F市民活動室
	例会	2 班例会 宇治市内	平成27年3月12日(木) 9:30~	京阪宇治駅 河川敷
	行事	協力事業まとめ	平成27年3月18日(水) 13:30~	安心館 3F ホール
	行事	特定保健指導てくてく会-⑥	平成27年3月24日(火) 13:30~	安心館4F 健康運動室