

### ウォーキングマップ作成会議-④・⑤

- 平成27年7月7日(火)9:30~12:30.うじ安心館 3F 市民活動室で開催、脇坂保健師・会員 17 名が出席。各班6月17日以前と、6月17日当日に実地調査の結果を持ち寄り、集約修正作業の実施。
  - ・1班担当…3C、4の2コース(修正終了)、
  - ・2班担当…3B、12Cの2コース(修正終了)、
  - ・3班担当…12A、15、3Aの3コース(修正終了)、
  - ・4班担当…7、10、6の3コース(7、と10、の一部修正終了)、
- ※ 当日時間内に修正作業が終了しなかった4班の10、と6、のコースを次回継続修正作業を実施。
- ◎ 次回8月4日(火)9:30~の会議-⑥の実施項目は、7月7日(火)に修正作業が終了出来なかった4班担当の10、のコース残余と6、のコース、それと6月18日から7月6日までの間に、各班で独自に実施調査を終了した下記全コースの集約修正作業の修了を目指す。
  - ・1班: 5、8、
  - ・2班: 11、14、
  - ・3班: 16、
  - ・4班: 12B、の各班各コース

協力事業部

### 7月 役員会だより

去る7月7日(火)pm1:30~ 役員会に於いて検討し討議された内容。

1. 協力事業部
    - ・7/7.午前に実施されたウォーキングマップ作成会議-④・⑤の報告。
  2. 研修事業部
    - ・8/19.開催予定の会員対象研修会<運動でイキイキ！脳活性化>に、役員は9時までに集合し準備にあたることを要請。
    - ・9/16.実施予定の新会員フォローアップ研修会に備えて、8/10(午後)に詳細打合せを行うことを確認。(研修事業部員、一部役員と事務局)
    - ・12/3.開催予定の市民・会員対象の研修会に関して下記の通り確認。
      - 場 所: 生涯学習センター 第1ホール
      - 時 間: 午後 1時30分~
      - 講 師: 中島保則氏(日本気象予報士 関西支部 支部長)
      - テ マ: 天気に関しむ講座(仮題)
    - ・今後、会場借用に困難が予想されるなかで、来年度ウォーキングリーダー養成講座を開講するか否かの提案があり、討議の結果、できる限り市民活動室を活用して実施することを確認。
  3. ウォーキング事業部
    - ・6/22.に実施された会員対象ウォーキング "ゆったりコース"(若葉の会との交流会)の報告。
      - 参加者: Uji 健歩会 38名 若葉の会 13名
- ☆ 健康生きがい課(脇坂保健師)より下記の通り指示要請があった。
- ・市の印刷機使用について基準を下記のとおり再確認。
    - <協力事業に関する資料及び役員会に於いて、健康生きがい課と協議が必要な行政が関連する資料のみとする>
  - ・うじ安心館3F ホールの使用は、本会自主事業は不可。
  - ・生涯学習センターの各部屋使用は、本会自主事業は本会が使用料を負担。
  - ・市民活動室の利用は、事前に健康生きがい課に使用願いを提出する。(事前に部屋の空き状況を確認することは不可)

事務局

### 7月 2班例会だより

7月21日(火)梅雨空と台風11号を送って例会が実施できたことは強運でした。城陽駅から右・左と曲がって久世神社に9時30分集合。市民30名・会員35名の計65名が、立派な神社境内で行事説明、ウォーミングアップ、そして正道かんが遺跡、水度神社を経て鴻巣山・太陽が丘へ向け出発。

鴻巣山頂近くでAさんが「しんどい」ということで、前後の一団7名と一緒に休息したが、休憩地点のプラムイン城陽ではみんなと合流しゆっくり水分補給。出発後暫くしてAさんの希望で、太陽が丘近くでバスの便を調べたが都合の便がなく、結局太陽が丘内の芝生まで来て同じメンバーで2回目の休息、ゴールインは定刻前後でした。

幸いにもAさんは3班の同僚3人と一緒に帰られたとか、大事にならず一安心でした。

シンガリの旗手役の役割で感じたことを一言、いつ自分が同じようなことに遭遇するかも？ 例会案内ビラには時節柄半日コースにし、体調にも充分注意するようにと配慮はしたが、7月・8月の夏季ウォークは当日の予想気温数値等も降水確率同様に進行基準に入れるとか、「熱中症には」や「健脚コース向き」とか注意喚起フレーズの使用も大切ではないかと思った。

2班 松岡 男

### 8月 例会 (3班担当)

- 平成27年8月26日(水)(午前60%以上雨天(28日.金))
- ・集合時間・場 所:午前9時30分・京阪藤森駅改札口西側
  - ・行 程:藤森駅→十二帝陵→嘉祥寺→真宗院→完宗院(トイレ休憩)→弘法の滝→白菊の滝→青木の滝→伏見神宝神社→伏見稻荷大社→伏見児童公園解散・半日コース 約5.0Km
  - ・解 散:正午前
  - ・携帯品:飲み物・雨具等

### 9月 例会 (4班担当)

- 平成27年9月14日(月)(午前60%以上雨天(17日.木))
- ・集合時間・場 所:午前9時30分・桃山御陵西側参道入口(JR 奈良線桃山駅より5分、駅前で案内します)
  - ・行 程:集合場所→伏見桃山城→伏見北堀公園→仏国寺→古御香宮→東古御香宮公園(昼食)→(東の明智越え)→京都医療センター東側→聖母女学院南側→京阪藤森駅西口 解散 約7.0Km
  - ・解 散:午後2時30分頃
  - ・携帯品:弁当・飲み物・雨具・ステッキ等