

お知らせ Kenpo

Uji健歩会

<https://ujikenpo.web.fc2.com>

令和4年(2022) 10月号

役員会(R4.9.5)からの伝言板

★ 協力事業部

- 第40回市民スポーツまつり 10月10日(祝・月)
 - ・ストレッチコーナーは例年通り「太陽が丘」陸上競技場で行われます。
 - 担当会員は午前8時30分にお集まり下さい。

★ 研修事業部

- 防火災害講習会 11月25日(金) 午後1時30分～3時30分
場所 茶づな 2F 会議室B 一般市民の方へも参加要請します。

★ ウォーキング事業部

- 年間予定表の例会コース作成 (令和5年4月～令和6年3月)
10月までに各月の例会コースを設定し提出して下さい。12月例会には配布予定です。

★ その他

- 「きょうと探検ウォーキング事業(ある古っ都)」の開催について
京都府の記述では、「働き盛り世代」や「健康無関心層といわれる方々」がウォーキング等の健康づくりに継続的に取り組むためのきっかけをつくることを目的として、スマートフォン用ウォーキングアプリケーションを活用したきょうと探検ウォーキング事業「ある古っ都」を9月1日～11月30日の間開催しています。Uji健歩会は「～お茶香る紫式部が魅せられた風景～SNS映えコース」(大吉山コース)を掲載参加しています。興味ある方は、京都府ホームページ
https://www.pref.kyoto.jp/kentai/news/2022arukotto_kaisai.html
を参考にして、アプリ「aruku&」をダウンロードして下さい。

10月



暮らしの歳時記

★ 十月(神無月)の暦、イベント 全国の神様が出雲に集って会議を開き、他の国には神様がいなくなってしまうことから「神無月」と呼ばれています。

- ・10月1日(土) 衣替え：平安時代の宮中で始まった習慣で、衣服を冬服に替える日。
- ・10月8日(土) 寒露：野の草花に宿る露(つゆ)が冷たい空気によって霜(しも)に変わる頃という意味です。
- ・10月22日(土) 時代祭：平安遷都1100年目を記念して、1895年(明治28年)桓武(かんむ)天皇を祭神に平安神宮が造営されました。その記念祭の一環として行われたのが時代祭です。
- ・10月31日(月) ハロウィン：カトリックの諸聖人(全ての聖人と殉教者)の日(11月1日)の前夜である10月31日に行われるお祭りのことです。もともとは、ヨーロッパを起源とする民族行事で、秋の収穫を祝い、悪霊などを追い出す宗教的な意味合いのある行事でしたが、今は宗教的な意味合いは薄れてきているようです。カボチャをくりぬいて「ジャック・オー・ランタン」を作って飾ったり、子供たちが魔女やお化けに仮装して近くの家々を訪れてお菓子をもらったりする風習などがあります。



10月～12月の予定

※諸般の事情で日程・場所を変更する場合があります。ご注意願います。

月	日	時間	内容	場所	参加者
10月	4日(火)	10:30～	事務局会 13:30～ 役員会	うじ安心館5F集団指導室	事務局・行政・役員
	10日(月)	8:30～	第40回市民スポーツまつり	山城総合運動公園(太陽が丘)	行政・担当会員
	13日(木)	9:30～	ウォーキングマップ作成会議 ③	うじ安心館5F集団指導室	行政・担当会員
	21日(金)	9:30～	クリーンウォーキング(半日)	塔の島十三重石塔前	市民・会員
		13:30～	検診結果の説明会	うじ安心館 3Fホール	行政・会員
28日(金)	9:30～	ウォーキングマップ作成会議 ④	うじ安心館5F集団指導室	行政・担当会員	
11月	7日(月)	10:30～	事務局会 13:30～ 役員会	生涯学習センター/集団指導室	事務局・行政・役員
	10日(木)	9:40～	2班例会 紅葉の山科疎水・毘沙門堂 予:17(木)	ラクト山科公園	市民・会員
	22日(火)	9:30～	ウォーキングマップ作成会議 ⑤	うじ安心館5F集団指導室	行政・担当会員
	25日(金)	13:15～	防火災害予防講習会	茶づな	市民・会員
12月	1日(木)	9:30～	ウォーキングマップ作成会議 ⑥	うじ安心館5F集団指導室	行政・担当会員
	2日(金)	9:15～	3班例会 八幡さんから樟葉へ 予:9(金)	さざなみ公園	市民・会員
	5日(月)～6日(火)		20周年記念 1泊旅行	亀岡方面(湯の花温泉)	会員限定
	7日(水)	10:30～	事務局会 13:30～ 役員会	生涯学習センター/集団指導室	事務局・行政・役員
	8日(木)	10:00～	リフレッシュウォーキング ① 2班担当	うじ安心館 3Fホール	行政・会員
	16日(金)	9:30～	ウォーキングマップ作成会議 ⑦	うじ安心館5F集団指導室	行政・担当会員