



発行 : 牛久ウオーキングクラブ

発行者 : 会長 飯塚 幸雄

牛久ウオーキングクラブ

検索

連絡先: 岡田 090・3475・0971

11月定例会など

開催日	コースなど
11月 3・4・5 日(金・ 土・日)	日本スリーテーマーチ・東松山 (第40回記念大会) 自由参加
11月 5日(日)	いばらき元気ウオーク 牛久沼かっぱの小径コース HR 66 8.0 km ・集合場所: 中央生涯学習センター ・集合時間: 8時10分 ・牛久運動広場に会員は車で相乗り移動 ・一般参加受付時間: 8時30分
5日(日)	運営委員会 ・場所: 中央生涯学習センター(会議室) ・時間: 13時00分
10日 (金)	日本ユニセフ協会と 赤穂義士に詣でる高輪・白金ウオーク ・集合場所: JR牛久駅改札口 ・集合時間: 午前8時15分 8時31分に乗車(後ろから2両目に乗車) 品川駅9時44分下車 ・ユニセフ本部 ビデオ観賞15分 見学15分 ユニセフ募金 1人200円以上 ・見学後、品川駅周辺をウオーキング 距離 6km (クラブの帽子着用)
19日 (日)	姉妹都市常陸太田市ウオーク 「470年に渡る佐竹の歴史と黄門様の 隠居所西山荘を巡る道」 約14km ・集合場所: JR牛久駅改札口 ・集合時間: 午前6時40分 各自窓口・券売機で「ときわ路パス」2150円 (大人の休日クラブ会員は1650円)を 購入 牛久駅6時57分に乗車、 水戸駅で乗り換え、 常陸太田駅着8時51分頃

11月 19日 (日)	姉妹都市常陸太田市ウオーク(左下からつづき) ・参加費: 300円(事前に共通申込書に各自記入) ・持ち物: 飲物、昼食、レジャーシート、雨具 クラブの帽子着用 ・見どころ: 歴史の街、常陸太田、黄門様の隠居 所、幾多の名所・旧跡と街並み、水戸百景 ・帰路: 常陸太田駅 15:14 発 牛久駅 17:14 着 (間に合えば 14:13 乗車 牛久駅 16:42 着)
23日 (木・ 祝)	三県境と四県ウオーク (自由参加) ・主催: 茨城県ウオーキング協会 ・開催日: 11月23日(木・勤労感謝の日)雨天決行 ・集合時間: 9:00 スタート: 9:20 ・集合場所: 古河リバーサイドクラブ (古河ゴルフリンクス隣り) ・コース: 遺徳之賛碑→利根川上流河川事務所→ 三県境→道の駅北川辺→谷中村史跡ゾーン (昼食)→雷電神社→延命院跡→東谷中橋→ホ フマン館・煉瓦窯跡(休憩・見学)→ゴール ・距離: 15km(団体歩行) ・持ち物: 飲物、昼食、レジャーシート、雨具 クラブの帽子着用 ・募集人員: 200名限定 ・参加費: 500円(煉瓦窯入場料100円別途徴収) ・申込締切: 11月1日までに、岡田まで
26日 (日)	潤沼歩こう大会 (例会は休み、自由参加) ・主催: 潤沼ラムサール条約推進協議会 ・集合時間: 8:30 スタート 9:25 ・集合場所: いこいの村潤沼 わんぱくプール側駐車場 ・距離: 8km(自由歩行) ・募集人員: 100名限定 ・申込締切: 11月1日までに、岡田まで

お知らせ 新しく仲間を迎えました

木村 和代 さん(龍ヶ崎市) 9月加入
細田 宜分 さん(龍ヶ崎市、佐貫町)10月加入
どうぞ、よろしくお願ひ致します

10月から12月はAグループです

リーダー菅沢(純)、サブリーダー五月女、岡田、
鈴木(俊)、井坂、沼田、大久保が担当です。

裏面があります。裏面も読んでね

◎ 10月から4月まで、UWCの通常の例会は集合時間7:30になります

◎ JWA障害保険制度が本年10月1日から改定されました

改定された障害保険制度の概要は次のとおり

1. 会員1人当たりの年会費が従来の500円から600円に値上げされました
2. 従来のウォーキング行事中の天災等による事故の他に、行事に参加するための往復途上も含みます(事前に参加申し込みし、名簿記載ある場合)
3. 保険対象のウォーキング中の特定疾患として、怪我や急性心疾患、急性脳疾患、急性呼吸不全などの他に、新たに熱中症、脱水症を含むことになった
4. 障害にあったとき、入院補償4000円/日、通院補償2000円/日支給される
5. 補償対象はJWA加入団体の公式催事に限定される

もしものために、会員全員加入するようにしているので、怪我等に該当するときは遠慮無く、役員・指導者等に相談して下さい

もちろん、保険の世話にならないのが一番。お互いに注意しあい、みんなで楽しく歩きましょう