



月刊 UWCニュース

Ushiku Walking Club News

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

2月定例会など

開催日	例会・コースなど
2月 3日(日)	いばらき元気ウオーク 遠山保全林・谷津田 散策コース HR160 6.8km ・集合場所: 中央生涯学習センター ・集合時間: 8時10分 会員は女化運動 広場駐車場まで相乗り移動 ・一般受付開始: 8時30分 スタート 9時 (担当Bグループ 1班リーダー: 鈴木[広] 2班リーダー: 入江[利])
3日 (日)	運営委員会 集合場所: 中央生涯学習センター 時間: 13時30分～
6日 (水)	イオンモール土浦 館内ウオーク ・会場: イオンモール土浦 1階 ノジマデンキ前花火広場(屋内) スタッフ ・集合: 中央生涯学習センター、8時20分 イオンモール土浦駐車場に車で相乗り移動 午前9時までには到着 UWCの参加者 ・スタッフと同じ場所、時間に集合し相乗りで会場に行くか、または各自で直接会場に行くか どちらかの方法で参加してください。
10日 (日)	牛久自然観察の森(L 9km, S 6km) ・集合場所: 中央生涯学習センター ・集合時間: 8時00分 (担当Bグループ: L リーダー 入江[利]、S リーダー 鈴木[広])
14日 (木)	予算会議 ・三役+会計担当 ・場所: 田花屋 11時30分
17日 (日)	第26回牛久市体育協会 ヘルシーボール大会(参加者募集) ・集合場所: 牛久運動公園(下根)体育館 ・集合時間: 8時30分から開会式 ・参加希望者は井坂さんまで
24日 (日)	つくば公園(梅園・洞峰公園) 約8km ・集合場所: 中央生涯学習センター ・集合時間: 8時 赤塚公園駐車場まで相乗り移動 (担当Bグループ: 1班 リーダー 坂本、2班 リーダー 渡辺[吉])

平成31年3月のウオーキング予定

3日(日)いばらき元気ウオーク
 牛久自然観察の森と女化紅葉巡り HR159
 3日(日)運営委員会(13時30分～)
 6日(水)イオンモール土浦 館内ウオーク
 10日(日)女化神社コース L 10km, S 6km
 24日(日)弘法大師堂・いばらき百景(一般公募)
 L11km S7.5km 一般参加費 300円
 2月半ばから会員総会に向けた作業が始まります。14日の予算会議から3月前半にかけて総会資料作成。1月中旬から会員継続・退会の確認調査を開始。3月の運営委員会に総会用資料(案)を委員に配布、確認後数日後に総会用資料を印刷。その後、会員に配布。

新年例会: 刈谷中央公園ウオーク



2019/1/6

ウオーキングマナー 五ヶ条

1. やあ! お早よう 明るい挨拶 さわやかに
2. 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕
3. ひろがるな、参加者だけの 道じゃない
4. 自分のゴミ、自分の責任 もちかえり
5. 歩かせて、いただく土地に 感謝して

ウオーカーの心得

帰るときは 来たときよりも 美しく
 写真以外は とるべからず
 足跡以外は のこすべからず

牛久ウオーキング クラブ・モットー
 健康で 楽しく 仲良く

1月から3月はBグループです

リーダー入江(利)、サブリーダー鈴木(広)、遠山(和)、坂本、渡辺(吉)、竹内、井上が担当です

裏面があります。裏面も見てね

裏面は、牛久ウオーキングクラブ会長の「新春を迎えて」の挨拶です



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

新春を迎えて

牛久ウオーキングクラブ 会長 飯塚 幸雄

会員の皆さんにおかれましては今年こそ新たな気分で新春をお迎えのこととお慶びを申し上げます。

昨年は役員をはじめ会員の皆さんのご協力により無事に歩き収めをすることができ感謝しております。

元旦の初詣ウォークは自由参加ですが、女化神社にて会員の「健康と安全祈願」をしてきております。



今年もIWA主催のイベント参加をはじめ、牛久健康ウォーク、みんなdeウォーク健康からだ塾、イオンモール土浦でのウォーキング教室、牛久市と協働で推し進めてきた「いばらき元気ウォークの日」が常時50名を超える参加者があり市民に定着してきたことは、会員の皆さんの努力の賜物です。

これらを強力に推し進め、会員の健康維持向上をはじめ、参加者の「心と体の健康づくり」とウォーキングの高揚・普及に積極的に取り組む中で社会貢献を前進させたいと考えております。

また、2018年4月から12月までに9名の新規加入者があり、組織も充実してきています。組織が大きくなればなるほど役員体制の強化が求められます。会員の皆さんが満足できるような会の運営に努力し、楽しいウォーキングと健康づくりに結びつけたいと思います。

一方、当クラブも年を重ねた人が増加傾向にあります。足や腰の衰え、家庭の事情などで定例会への参加者が固定化されつつあります。定例会に参加しない会員には予定表を届けるなど、声かけ運動を展開し無理のない参加をお願いし、クラブの活性化に結びつけたいと思います。

最後に今年も皆さんの温かいご支援ご協力をお願い申し上げます。