

特定非営利活動法人



記録的な暑さと台風の先月でした。
さわやかな空気が望めます。
夏バテ気味の解消は、小まめに水分と塩分を補給しながら、体を動かしましょう。

教室・サークルの活動予定

<p>ニュースポーツ サークル</p>	<p>・昼の部 14:00～16:00 9/5,12,19,26 ・夜の部 17:00～19:00 9/9、23 です ★★見学者歓迎です★★</p>
<p>グラウンドゴルフ サークル</p>	<p>【サークル活動】 活動・場所:くぬぎの森 ・集合:8:45 開始 9:00 ・実施日 9/6,13,20,27 *9/13 鹿島ハイツに遠征 【理事長杯月例会】 ・場所:くぬぎの森 ・集合:8:45 開始9:00 ・実施日 9/16 ★ 新規参加者募集中 ★</p>
<p>自分の健康づくり 教室</p>	<p>・第1～4週 外部講師 9/14,21,28 14:00～16:00 * 9/7 休みです ★★見学者歓迎です★★</p>
<p>歩こう会 サークル</p>	<p>鋸山ハイキング ・日時:9/2(日)Am6:30～ ・集合:図書館 公民館 *昼食・入館料は個人負担 ★★★★10月の予定 ★★★★★ ・家族でウォーク 行き先:行県民の森</p>

くぬぎの森まつり実行委員会について

くぬぎの森まつり第2回実行委員会を下記により開催します。会議の構成員の皆様は、万障繰り合わせの上出席願います。

記

日時:平成30年9月16日(日)13時～15時30分
場所:くぬぎの森研修室
議題:くぬぎの森まつりの具体化について
対象者:準備委員とクラブ役員

救急救命講習会の案内

万が一の事態に備えて、AEDの取り扱いを含む救急救命講習会を開催します。

日時:平成30年9月7日(金)9時30分～ 3時間
場所:くぬぎの森研修室
内容:普通救命講習



その他:講習修了者には

修了証が交付されます。

家族のため、仲間のために受講しましょう。

熱中症についてもお願いしています。

【今月の会議関係】

以下の日程で行います。関係者は出席願います
・理事会(役員会) 9/16(日)16:00～くぬぎの森研修室
・まつり実行委員会 9/16(日)13:00～くぬぎの森研修室
・歩こう会役員会 9/20(木)13:00～くぬぎの森研修室

今月から、スポーツクラブ内サークル・教室を順次紹介します。

クラブ内サークル・教室の紹介コーナー

- ◇名称:ウォーキングサークル・歩こう会
- ◇活動:第1日曜日に近隣の場所を2時間程度ウォーキング
年に4回バスハイキングを実施
- ◇会員数:27名(男性 9人 女性18人)
- ◇特徴:老若男女どなたでも参加できるよう工夫
コース選定に健脚と散策コースを設定

今後の活動予定

- ・ 9月2日 房総・鋸山ハイキング
- ・ 10月7日 家族でウォーク(県民の森)
- ・ 11月11日バスハイキング(奥久慈溪谷)
- ・ 12月2日 中井地区里山散策
- ・ 1月6日 初詣ウォーク(鹿島神宮)
- ・ 2月3日 白鳥ウォッチウォーク
- ・ 3月3日 蔵の街散策(栃木市)