

都筑 NW 会員の皆様へ(bcc でメールを発信させて頂いています)

お世話になっております。 都筑 NW 世話人代表 小杉正雄です。

令和 4 年も間もなく終わり、新しい年を迎えます。新しい年が「都筑 NW 会員の皆様とご家族の皆様にとって素晴らしい年となります様」念じています。新しい年の「都筑 NW の活動」が、私達全員の健康の維持・向上、社会参加活動、仲間づくりの一助になる事を念じて活動させて頂きたいと考えています。

新型コロナウイルス感染拡大も沈静化する心配もなく 3 年目を迎えます。私たち高齢者は、ワクチン接種済との事で 気の緩みを生ずる事無く、新しい生活様式とこれ迄通りの感染予防対策(体調管理・手洗い・うがい・マスク・3 蜜回避)を行いながら「ノルディックウォーキング(1・2・3)」を皆さんと一緒に楽しみたいと思います。引続きよ六お願い申し上げます。

今月のお知らせは、以下の通りです。

1. 2023 年 01 月の都筑 NW 定例会に関するお知らせと確認。
2. 2023 年 01 月 14 日(土) JNWA 主催「NW 指導者養成講習会」と「NW 指導者更新講習会」が 横浜で開催されます。
3. 2023 年 02 月 04 日(月)の都筑 NW 定例会は、ウォーキングの途中 歩幅測定を行います。

詳細は、以下を参照願います。

1. 2023 年 01 月の都筑 NW 定例会に関するお知らせと確認。

2023 年 01 月都筑 NW(TNW) 定例会は、予定通り 01 月 07(土)・12 日(木)・16 日(月)に開催します。

① 都筑 NW 定例会 集合場所(受付) & 集合時間

・集合・受付場所は、都筑区庁舎 1 階正面入口・右方向、都筑警察署前の通路入口に、**9 時 45 分集合。**

② 都筑 NW と青葉 NW 相互受入(参加交流)を再開しています。

・青葉 NW 定例会に参加ご希望の会員の皆様には、定例会の集合場所・時間とウォーキングコースメールを配信致します。ご希望の方は 小杉宛(masao_ksg@yahoo.co.jp)ご連絡願います。

・尚、再度の感染拡大の 状況が確認された場合は「休止」する場合がありますをご了解願います。

2. **2023 年 01 月 14 日(土) JNWA 指導者「養成講習会」と「更新講習会」が 神奈川県・横浜で開催されます。**

JNWA 指導者養成講習会と指導者更新講習会が神奈川県・横浜市に於いて下記の日程で開催されます。ノルディックウォーキング・インストラクター認定を目指される方 或いは 認定を更新される方は、奮ってご参加される様 お願い申し上げます。

昨年までは、「神奈川健康生きがづくりアドバイザー協議会」主催にて開催されていましたが今年度は「日本ノルディックウォーキング協会」主催にて開催されます事 ご了解願います。

・ JNWA 指導者**養成講習会** (JNWA 主催) 日程：2023 年 1 月 14 日(土) **10 時 00 分～16 時 00 分**

会場：波止場会館(神奈川県横浜市中区)みなとみらい線「日本大通り駅」より徒歩 5 分

・ JNWA 指導者**更新講習会** (JNWA 主催) 日程：2023 年 1 月 14 日(土) **13 時 30 分～16 時 30 分**

会場：波止場会館(神奈川県横浜市中区)みなとみらい線「日本大通り駅」より徒歩 5 分

詳細は、添付資料 或いは 「日本ノルディックウォーキング協会」ホームページをご覧ください。

[指導者講習会日程一覧 | 特定非営利活動法人 日本ノルディックウォーキング協会 \(jnwa.org\)](#)

3. 2023 年 02 月 04 日(月)の都筑 NW 定例会は、ウォーキングの途中 歩幅測定を行います。

定例会のウォーキングの途中に、毎年恒例の「歩幅測定」を行います。

以上。