

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。

早いもので、間もなく5月 所謂ゴールデンウィークが始まりました。 私達・高齢者は毎日が「黄金週間?」と言えば、「高齢者のやっかみ」と言われそうです。 最近 テレビを見ていると外国人(中国人を除く)の観光客が多いのにびっくりです。 東京・京都に限らず、日本中を旅している様子は 新型コロナ感染前よりも活気がある様に思えます。 日本人の皆さんも、このゴールデンウィークの間 久々にご家族・お友達と旅行などで楽しめるのだろうと想像しています。 政府は、2023年5月8日に、季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行する方針を正式に決めた様です。 一日も早く、元の生活に戻りたいものです。 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。引続き宜しく願い申し上げます。

今月のお知らせは、以下の通りです。

- 2023年05月の都筑NW定例会に関するお知らせと確認。
- 2023年05月06日(土)の都筑NW定例会 終了後「NW講習会(初級)」が開催されます。
- 2023年05月15日(月)の都筑NW定例会は、「横浜にしくまち歩き」です。 集合場所・時間をご確認願います。
- 2023年06月03日(土)の都筑NW定例会は、「NWで楽しむ舞岡公園」です。 詳細は、後日お知らせ致します。
- 2023年10月下旬、横浜北NW振興会(都筑NW & 青葉NW)結成15周年記念イベント(河口湖NW)を企画しています。

- 2023年05月の都筑NW定例会に関するお知らせと確認。

2023年05月都筑NW(TNW)定例会は、予定通り05月06(土)・11日(木)・15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案内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。

2. 2023年05月06日(土)の都筑NW定例会終了後「都筑NW講習会(初級)」を開催します。

都筑NW会員の皆様には、日頃より都筑NW定例会活動に参加して頂き ご自身の体力維持・向上 並びにお友達作り・自然を体感・満喫する活動を実践して頂いています。 加えてNWの正しいフォームでの歩き方を再体験してみませんか 「美しく歩く・効果的に歩く」を体感しましょう。

♪. 時間・場所：定例会終了後 12:15~13:15(約60分)、都筑中央公園・円形広場

♪. 参加資格：都筑NW・青葉NW会員

♪. 申込み：都筑NW定例会時に、「参加申込書」に記入して低湿して下さい。 ♪. 参加費：無料

♪. 募集人員：10名(先着順) ♪. 主催：都筑NWクラブ(TNW) 詳細は、参加募集チラシを参照下さい。

3. 2023年05月15日(月)の都筑NW定例会は、「横浜にしくまち歩き」です。

・開催日：令和5年5月15日(月曜日・TNW定例会) 雨天中止

・集合場所・時間：横浜駅東口 横浜そごう2階「鐘の広場」10時(参加者受付9時45分~)

トイレは 横浜駅ビルにて済ませた後、集合願います。

横浜駅東口を地上に出て 国道一号線の陸橋を渡り 横浜そごう2階へ

・コース：横浜東口そごう・鐘の広場→日産自動車本社→高島中央公園(WU)→インターコンチネンタルホテル→日本丸メモリアルパーク→桜木町駅→野毛坂→野毛山公園(昼食)→野毛山動物公園→成田山横浜別院→伊勢山皇大神宮→掃部山公園(CD)→紅葉坂→JR桜木町駅・北改札付近解散 解散時間：14時30分頃を予定

・持参品：お弁当、飲料水、保険証、タオル、敷物、マスク、消毒用具、雨具など

・参加費・申込：TNW&ANW会員は無料。 事前申込は不要です。但し、時間厳守。 一般参加は500円。

・重要確認事項：参加当日 ご自身での体温測定・体調確認願います。

体調不調の場合は 参加をご辞退願います。マスク着用・消毒用具持参。

・その他：雨天の場合は中止、前日の17時まで決定、各自申込先にお問合せ下さい。

4. 2023年06月03日(土)の都筑NW定例会は、「NWで楽しむ舞岡公園」です。

昨年・秋、天候不順で残念ながら中止となった「NWで楽しむ舞岡公園」を実施します。

詳細は、別途お知らせ致します。

舞岡公園は横浜市戸塚区に位置する昔ながらの田園風景が残された谷戸の地形の自然公園です。

谷戸の里山に親しみ、思い切り新鮮な空気をいっぱい吸いながらのNWを楽しみましょう！

5. 2023 年 10 月下旬、横浜北 NW 振興会 (都筑 NW & 青葉 NW) 結成 15 周年記念イベント (河口湖 NW) を企画しています。  
横浜北 NW 振興会 (都筑 NW & 青葉 NW) 結成 15 周年記念として、10 月 30 日 (月) ~ 31 日 (火) 1 泊 2 日の  
ノルディックイベント「(仮称) 秋の富士・河口湖で NW ウォーキングを楽しもう!!」を企画しています。  
多くの会員の皆様の参加をお待ちしています。  
詳細は、後日 決定次第 お知らせ致します。

以上。