

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 5 年も間もなく終わり、新しい年(辰年)を迎えます。 都筑 NW 会員の皆様には、年間を通じてお世話になりました。 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。

冬場の寒さは厳しいですが、私達の住む横浜は、幸いな事に雨の少ない晴れの日が多い土地柄です。 この時期に、都筑 NW 定例会に参加され、会員の仲間の皆さんと楽しい時間を過ごされ、体力向上に努めて頂ければ幸いです。 引続き多くの皆様の定例会への参加をお待ちしています。

今月のお知らせは、以下の通りです。

1. 2024 年 01 月の都筑 NW 定例会に関するお知らせと確認。
2. 2024 年 01 月 06 日(土)の 新年の都筑 NW 定例会は「都筑の神社巡り」を予定しています。
3. 2024 年 02 月 03 日(土)の 都筑 NW 定例会は、ウォーキングの途中 歩幅測定を予定しています。
4. 2024 年 02 月 08 日(木)の 都筑 NW 定例会は「大倉山・観梅」を予定しています。

1. 2024 年 01 月の都筑 NW 定例会に関するお知らせと確認。

2024 年 01 月の都筑 NW 定例会は、予定通り 01 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、原則 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 定例会に参加希望の会員様には、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. 2024 年 01 月 06 日(土)の 新年の都筑 NW 定例会は「都筑の神社巡り」を予定しています。

ウォーキングコースは、別途 お知らせ致します。

3. 2024 年 02 月 03 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。

4. 2024 年 02 月 08 日(木)の 都筑 NW 定例会は「大倉山・観梅」を予定しています。

ウォーキングコースは、別途 お知らせ致します。

以上。