

「日帰り研修の実施」
川口 弘一（富士見丘小地区・5期目）

平成29年度の「日帰り研修」を4月1日に実施しました。研修内容は、山梨県北杜市の清里「丘の公園」での「グラウンドゴルフ」で、今にも雨が降りそうな天候の中、市が用意したバスに14人が乗車して昭島市を出発しました。

中央高速八王子インターに入った頃から小雨が降り出し、現地にグラウンド状況を問い合わせると、前日の夜中から雪が降り出して積雪約15センチとのことでした。やむを得ず、第



2案の実施先である長坂にある体育館に向かうことにし、あらかじめ準備しておいた「ビーチボール」をすることにしました。

準備体操を行い、4チームによる試合を始めました。気温はかなり低かったものの、珍プレー、ナイスプレーも入り交じり、身体を動かすにしがたがってかなり汗をかく状況でした。試合は無事終了し、時間を短くした「新昭島体操」の練習を数回行って昼食会場に向かいました。

和気あいあいの昼食後、見学施設の「シャトレーゼ白州工場」に向かいました。悪天候にもかかわらず見学者はかなりおり、家族連れのグループが多かったです。ように思いました。

担当者による施設の説明は簡単に終わり、施設の見学というよりは、アイスクリームの試食が始まりました。スポーツ推進委員は「食べ放題」ということで張り切っていました。平均して3〜4種類のアイスクリームを試食すると、「もう結構！」ということになり、時間を早めて帰途に就きました。

数年前に続き、山梨県での2

回目のグラウンドゴルフも雨で中止となり、誰とは言わず責任のなすり合いとなりましたが、途中、談合坂SAで小休憩し、ほぼ予定時刻の午後5時過ぎに昭島に戻って来ました。

「第128回市民健康づくり
歩け歩け運動」
田副 彰三（つつじが丘小地区・5期目）

第128回歩け歩け運動は5月14日に行われました。今回は西国分寺駅から野川沿いに歩き、いくつかの公園を巡りながら京王飛田給まで、距離にして約12キロメートルのコースです。コースの特徴は、約7割が公園を通るもので、都立武蔵野公園や野川公園は広大で、新緑や紅葉をそれぞれ楽しめる場所です。

当日の参加者は7人でした。西国分寺駅前を出発、程なく大きな国分寺公園入口を通り、ここからほぼ対角線の先にお鷹の道への下り口があり、湧き水の綺麗な流れを見ながら歩き、国分寺駅前の小さな公園で小休憩です。

休憩後、公園前の坂を下り、



野川沿いの道に出ます。ここから先は一度野川から離れますが、ほぼ野川沿いを歩きます。両岸は整備された道が続いてとても歩きやすく、川辺を歩くこともできます。公園を出て1時間ほどで武蔵野公園です。

更に奥へ進み、西武線を越えると野川公園で、森の中に芝生が広がり、静寂の中で思い思いに楽しめる場所です。

最後は調布飛行場に隣接した武蔵野の森公園です。明るく開放的な空間が広がり、左手に調布飛行場、遠くに味の素スタジアムを望みながら歩くのはとても爽快で、ゴールはもうすぐ、約4時間半の歩け歩けでした。