

健康増進室の活動報告（合気道同好会）

浦和支部、福祉共済部のメンバーを中心として、国保組合の健康増進室を利用して活動している合気道同好会を紹介します。

平成17年の始め、合気道入門コースとして半年、10回程、国保組合の健康増進室で合気道の体験をしました。合気道のおもしろさが分かりかけてきたところで終了し、健康増進室も、また静かで平穏な日々となってしまいました。

そこで、同年11月より、合気道初段取得を目指す会として、再度、活動を始め現在に至っています。

その間、当初のメンバーも半分はいなくなりましたが、目的の初段は殆どの者が取得し、二段の者も5人となりました。初心者も2名程います。

始めてから10年近くになりました。始める前は皆高齢で、当初は、大丈夫かな、と思っていましたが、試合がないため、老若男女がそれぞれの体力に合わせて練習できるというのが続けられた一番の要因だったかと思います。

それでも、受身をすると、頭がクラクラ!子供の頃の回転の時は何でもなかったのに!後で話をしたら、全員そうだったというようなこともありました。

健康増進室は冷暖房も完備で、駅にも近く、楽しく健康にもなれる、こんな素晴らしい施設を利用して頂き本当に感謝しています。

会員も募集していますので、興味のある方は、あるいは体験してみたい方は、どうぞ練習風景を見に来てください。

職員の方、家族の方も歓迎です。

練習は、毎週火曜日の夕方6時45分から始めています。

(合気道同好会 浦和支部所属 高橋 節男)



お問い合わせ先

税理士法人 埼玉共同会計

TEL : 048-857-4151

お知らせ

◆次期、理事会及び組合会の開催予定

開催日を次の通り予定しておりますので、理事及び組合会議員の先生方はあらかじめご承知おきください。

第164回理事会 平成27年1月27日(火)

第138回組合会 平成27年2月12日(木) いずれも保健センター3階会議室にて行います。



一、二、三、
手足伸ばして
健康づくり

あとがき

『国保だより』9月号はいかがでしたか。

今後より一層、『国保だより』が多くの組合員やご家族の方に関心を持っていただけるよう工夫をしていきたいと考えております。

原稿も募集しておりますので、お気軽にご投稿ください。

ところで皆様、夏休みはどこかお出かけになりましたか。

私は今年、世界遺産登録された富岡製糸場を訪れたいと思っています。印象的なレンガの外観や繰糸場を見てみたいですね。