

クラブ活動のスローガン

「歩かなければ・歩けなくなる!」

クラブ活動の流れ

①集合場所について

月初に 水曜日の集合場所について 武田がグループラインで お知らせします。

原則 調理室(折り畳み椅子がある)で お願いしているが 学校行事優先のため
急遽変更になる場合があります。授業での持参品を 置く場所も兼ねています。

②会員になられたときにPWの8枚のチラシを お渡ししているが そのうちの1マイを
使って 実演し 会員から 感想をもらう。(30分ぐらい。)

③ポールウォーキングを北部中学の横の「中野々木散歩の森」周辺で1段ギャ2段ギャ
ストレッチ体操(ウォーミング体操・クールダウン体操)を行う。(60分ぐらい。)

④解散

退出時の チェック項目

1, イスの整頓

2, 忘れ物の確認

3, 戸締り確認

4, 消灯・エアコンを切る

5, 事務室にチェックをお願いする。

※都度 会員の順番で実施する。来週の担当に 声をかけ 結果を 武田に 伝えておく。
担当者が 欠席した場合は 武田が 当日の担当をする。

クラブ活動の 3つの活動方針です。

**「聞いたことは 忘れる。」
「見たものは 覚える。」
「やったものは 解る。」**