

ノルデック万歳

ANW 会員 TK

青葉ノルディックウォーキングクラブに入会して良かったとこのコロナ禍のこの時期思います。特に毎日の生活においてこの2年間制限を受けているためです。

東京都、神奈川県感染者の数字に気を付けながら見るテレビ報道、いつまでこのパターンが続くのか、早く収束して欲しいと思うのは皆さんと同じです。

しかし、毎月のNW活動日は事前の行程の案内が届くため心の準備が出来ます。皆さんと会える高揚感が出来ます。毎月3回のお楽しみ会に出かけるような感じです。

その為活動日に合わせ体調管理にも気配りする良い癖が出来ました。週2回スポーツセンタージムで汗を流すこともやっています。

入会して最初は山崎さん、遠藤さん、新井さんと素晴らしいインストラクターの皆さんにお会いして話をするのが楽しみでした。今も同じです。

コロナ禍以前は①大学のOB会、②会社のOB会、③県人会、④同期会、⑤ボランティア活動、⑥帰省などあり毎月出かける日が何と多かったことか、しかし、大人数での総会、会議、懇親会全て無くなりました。淋しいですね。ネクタイ、背広を着る機会が少なくなりました。

出かける、美味しいものを食べることが大好きな私ですからこの間は苦しいの一言です。

そのカバーを今NWがしてくれます。歩いて体力造りも出来、汗を流す最高のことも出来ます。本当にありがとうございます。

NW入会の糸口は家内が山内地区センターで見つけたNWの募集チラシです。夫婦で参加出来ていることは家内のお陰です。70歳を超えて二人で同じ事に集中出来て健康であることはまさにNWのお陰です。毎回先頭を歩くインストラクターのお話し、準備、整理運動は楽しみの一つです。特に私達は青葉区在住ではなく川崎市の溝の口から電車で行きます。住んでいるマンション内でリックを背負って出かけるのでTKさん今日はどこに行くのですか。必ず声をかけられます。

又、過去に実施していただいた諏訪湖1周、湯河原探訪など市が尾周辺から離れた場所に又連れて行ってください。早く年2回の懇親会とお楽しみ抽選会が実施されることを首を長くして待っています。後期高齢者の仲間入りをしましたがNWのお陰で季節の花を愛でながら川の流れを、富士山の姿を各所から見る事が出来るコース設定、下見されている役員の皆様に感謝です。有難うございます。これからも夫婦でNWに参加して楽しみたいと思います。活動の写真、動画撮影ご苦労様です。楽しんでますよ。