

柏の葉ポールウォーキングクラブ運営方針

□柏の葉ポールウォーキングクラブの健康スローガン「LIFE IS MOTION」

- 生きていることは うごいていることである。(アリストテレス)
- あ あるく ○ し しゃべる ○ た たべる
- **歩かなければ歩けなくなる!**(ルールの法則)

■理事の○さん(○理事ではなく理事という役割の○さん)

さんづけで呼び合う会員クラブです。

■コミュニケーションロスを防ぐ確認はフェイス to フェイスで

「報・連・相と実行直前の確認」安心とは 確認することです。

□柏の葉ポールウォーキングクラブ三原則(行動なくして結果なしの行動指針)

- 約束を守る
- 他人のせいにはしない
- 相手の立場になって考える

□問題解決三原則

- (相手に)疑問を持つ
- 事実を調べる(現場・現物・現実で)
- 見えるように示す

□活動評価 4 つの物差し

- 事実に基づいて考えているか
- 進め方に変化はあったか
- 業績は前より良くなったか
- 人々は前より元気になったか

□会議はデータを前に半円形(会議は下記 3 種類のどれかを宣言)

- お知らせ会議
- 第一部知恵だし会議「重要ポイントの発見」
- 第二部知恵だし会議「たたき台からの対策づくり」

「まとめ」のない会議は欠陥会議

ポールを持ったウォーキングの 3 大特長

1. 高齢者が大半を占めるノーマライゼーション社会の問題解決の切り札
2. モディフィケーション=強度変換で兎さん・亀さん・孫亀さんのチーム分け
3. 運動を再定義し雨天室内・外では夏・冬時間を決めてお仲間と体力づくり