

# 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 確認することなり。

## □柏の葉ポールウォーキングクラブ三原則(行動指針)

●約束を守る

●他人のせいにしない

●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. 夏冬時間と雨天室内**

**2. インターバルスマート歩き 5 セットで最長 3km 迄のマイコースを**

**3. お仲間とルーの法則と「あ・し・た」で基礎体力づくり**