

# 行事報告

## 第13回(予算)総会

報告 広報委員会

3月19日、一般社団法人兵庫県社会福祉士会第13回(予算)総会が行われました。兵庫県福祉センター1階の多目的ホールにて開催し、本年は役員改選の年であるため、会員理事及び会員監事それぞれ立候補者による演説もありました。



総会の記念イベントとして、「美しいウォーキングで健康づくり～社会福祉士の正しい歩き方!?～」というテーマで、講師の平川愛子氏より美しい歩き方のレクチャーを受けました。平川氏は、メディアで一躍有名になったデューク更家氏公認の講師であり、体のほぐし方やしっかりとした軸のある立ち方など、分かりやすい例えを交えながら説明してくれました。よく知られている「両手をねじって頭上で合わせ、息を吐きながら歩く」というデューク式ウォーキングも、最初はみなさん戸惑いつつ、徐々にスムーズにできるようになっていました。



一通り体を動かした後は血が巡ってほかほかとし、正しい姿勢で歩くことの大切さを、身をもって学ぶことができました。