

# おさんぽ記録 2025/11/28

11月28日、夕方さんぽを開催しました。ご参加いただいた皆さん、ありがとうございました。

11月末の開催ということで、いよいよ冬の寒さが本格的に感じられる時期となりました。散歩中はかなり冷え込んだため、参加者の方も寒さがこたえたのではないかと思います。これからもしばらく厳しい寒さが続くので、参加を検討されている方はぜひ寒さ対策を万全にしつつ、散歩中も各グループで室内休憩をはさむなど、無理のない範囲で楽しんでいただければと思います。

真夏の7月・8月には暑さ対策として屋内のトークに切り替えた回もありましたが、夕方さんぽとしては、できるだけ屋内のトークではなく「歩きながら話す」という本来の形を大切にしたいという思いがあります。これは、横並びで外を歩きながら話すという形式が、初対面の人と会話するのに合っていると考えているからです。顔を向き合わせないことで余計な緊張が和らぎますし、散歩中に目に映るものが会話のきっかけになることもあります（その意味では「寒さ」も自然と会話を生む要素の一つかもしれません）。

この「歩きながら話す」ことによる変化は、言葉で表すと些細なものに見えますが、実際に歩いてみると想像以上の違いがあると思います。興味を持たれた方は、ぜひ一度体験しに来てみてください。

次回の夕方さんぽは12月10日（水）のお昼開催を予定しています。