

小悠連 & 単位クラブ 活動参加レポート

小悠連

研修旅行報告

北部長生会 降旗 清

平成25年9月19日～20日の1泊2日の研修旅行に参加した。参加者総勢36人、大型バスにて9月19日午前8時に小金井市を出発し、国立府中ICより中央高速道路を利用し、目的地に向う。途中、談合坂SAで休憩し、諏訪ICを経て、白樺湖で国内唯一の黄金に輝やく〈アカシアの森〉を散策し、白樺湖プラザ21で昼食をとり、池の平ホテルに到着。今回の目的である研修内容「いきいき講座」(診断・実運動)を聴講、実技を一時間ほど受ける。

【講座要旨】

- 1 朝のトイレに注意 (事故、予防、朝起きたら、先ずコップ一杯の水を飲む)
- 2 最近つまずいたことありませんか……………
- 3 健康に注意 (自己管理) ……………

2日目はホテルを出て、河口湖よりスバルラインを経て、富士山5合目、忍野八海〈散策〉水が鏡の如くきれいで、心に染みる思いがした。良い研修を受け、無事に定刻、小金井に戻る。

南部長生会

「お茶の間サロン」に参加

南部長生会 福井 高雄



ペケ講師と一緒に、楽しい切り絵作り



南部長生会は、平成25年6月29日(土)に、第5回友愛活動の「お茶の間サロン」を会員参加者32人にて丸山台集会所で開催。

平成23～24年の4回分の開催は、「友愛活動の集いの場」の呼称にて企画運営します。

岩城会長より、「常時サークル活動に参加しにくいクラブ仲間同士と連帯を深めよう、との挨拶にてスタート。

本日のプログラムは、第1部：午後1時～3

振り込め詐欺にご用心!!

その電話、詐欺ではありませんか?

- 1. 慌てない・動揺しない
- 2. 家族にしかわからないことを質問する
- 3. 必ず本人や関係行政機関に問い合わせる
- 4. 振り込む前に家族に相談する
- 5. 警察に相談する



警視庁が発表した「オレオレ詐欺」に変わる新名称「母さん助けて詐欺」は、肉親の愛情につけ込んだ巧妙な手口で多額の金銭を騙し盗る卑劣な詐欺です。電話口で息子や甥、孫等からの「助けて!」という困惑した声を聞くと「今すぐなんとかしな

「母さん助けて!」にご用心!

「母さん助けて!」おじいちゃん!おばあちゃん助けて!という電話がきたら、まずは落ち着いて、家族や、お近くの警察署等に相談しましょう。

「母さん助けて!」おじいちゃん!おばあちゃん助けて!という電話がきたら、まずは落ち着いて、家族や、お近くの警察署等に相談しましょう。

「母さん助けて!」おじいちゃん!おばあちゃん助けて!という電話がきたら、まずは落ち着いて、家族や、お近くの警察署等に相談しましょう。

時「切り絵を楽しもう」・第2部：午後3時～3時30分「歌を楽しもう」の2部構成で、懇親会を加味した友愛イベント企画です。

切り絵の若井隆司（ニックネーム：ペケ）講師は、小金井市在住のペーパークラフト研究家の第一人者であり、平日の幼児から夏休みの小学生を、また高齢者サークル団体には、リクエストに応じて、公共施設にてご指導されております。

色とりどりの折り紙とハサミを準備した参加者全員は、単純な切り絵とと思っていましたが、最初から講師の手元を真剣な眼差しで見つめることになりました。なぜかという、一休さん並のトンチと頭脳を使う難問の切り絵からのスタートだったからです。

できあがった、鮮やかな色彩の切り絵作品の山を前にして、すっかり童心に返った満足感で一杯になります。ペケ講師との休まず2時間の楽しい切り絵作りに飽き足らず、多くの参加者からは、次回開催のお願いの要望の声が上がります。

小休止後に、手を歌の楽譜に持ち替えて、「あめふり」・「蛙の笛」・「雨降りお月」・「この道」などの歌唱の曲を輪唱します。

過去4回の友愛活動は、参加者の身の回りに関する受動的勉強会型でしたが、今回のプログラムは、参加者全員が心一つになり楽しむ能動型時間となり、新たな参加意識が高まる有意義な集いの場となりました。

● 南部長生会 ●

船と鉄道を楽しむ日帰りバス旅行

南部長生会 福井 高雄

南部長生会の会員40人は、平成25年7月19日（金）午前8時に貸切バスをチャーターして、群馬県の「船上から観る絶景の花ハスマつり」と「わたらせ渓谷鉄道」に乗車する日帰りバス旅行に参加しました。

中央自動車道～首都高速～東北自動車道の館林ICを経由して、午前10時にキリシマツツジ・ヤマツツジ古木群が有名な『つつじが岡公園』に到着しました。

この公園に隣接する『城沼』は、「花ハスマつり」の開催中であり、遊覧船に乗り青い空と緑のハスの葉と群生するピンク色の花ハスを鑑賞していると、乗船者も湖面を進む船の水しぶきで涼しげな顔となりました。

午前12時『あしかがフラワーパーク』に到着して、「涼味御膳あじさい弁当」に舌鼓を打ったあとは、アイスクリームや切り花の買い物で大急ぎとなりました。

この庭園は、ロウバイ・ボタン・バラ・むらさき藤・菖蒲・紫陽花・睡蓮などシーズンごとの花が観れますし、珍しい食中植物のサラセニア・ハエトリグサのコーナーもあり、ゆっくりして散策も楽しめます。

午後2時に、桐生市より「わたらせ渓谷鉄道」で大間々駅から、みどり市神戸駅ごうどまで40分間、

「ニチコミ」のブログで
各地の老人クラブの
元気な活動を紹介中！

★詳しくは
ホームページで★



<http://www.nichicomi.com/>



株式会社 ニチコミ

ニチコミ

検索