

松風会 NEWS

(ゆめクラブ) 403号 2020年(令和2年)3月号

このところ春らしい暖かな日と冬の寒さが交互に続いています。庭の紅白の梅花が五分咲きとなってきました。一方で、国内のインフルエンザの流行に加え、1月下旬中国・武漢市で発症した新型コロナウイルスによる肺炎が我が国でも感染発症しているようです。私共高齢者は一般に免疫力が低下していますので、大勢の人込みの観光地への探訪は当分の間控えましょう。外出時にはマスク、帰宅後はウガイ、手洗いを励行してこの時期を乗り切りましょう。

3月度定例会→3月14日(土)午前10時から自治会館で行います。平成31年・令和元年度(2019年)最後の定例会で、次年度の事業計画など大事な検討事案も多く予定していますのでお誘い合わせの上、大勢のご出席をお願いします。

1. 2月度定例会・誕生会 (2月8日 10:00~11:30 出席者 24名 会員数 60名)

(1) 松風会夢クラブの歌を全員で合唱

(2) 誕生会 2月生まれの誕生の方は 石川達雄さん、伊藤和子さん、大友元春さん、福江 久さん、合田敬三さん、竹田由美子さん、釘宮男也さん、山下 寶さん の方々です。おめでとうございます。

(石川さん、福江さん、山下さん は欠席)

全員でハッピーバースデイを歌い、お祝い品を差し上げました。伊藤さんは「一昨年のがん手術後、今は以前の健康体に戻りつつあり、楽しい毎日を味わっています。」と、大友さんは「まさしくハッピーバースデイで感謝・感激の毎日です。奥方と顔を合わせるより、大好きなパソコンに向き合うことが多く毎日が退屈なしで過ごしています。」と、合田さんは「■歳になりますが、元気でこの定例会に出席して皆さんとお話し出来るのを楽しみにしています。」と、竹田さんは「健康寿命を延ばすことが大事と思い、茅老連の健康講座や趣味教室で実践しています。女性の健康寿命が男性より長いのは人との交流、談笑の機会が多い事が挙げられており、我が家では常時笑いが絶えない今日この頃です。」と、釘宮さんは「最近、東部病院で検査を受け ■歳相応の健康体との結果がでました。日頃から健康に興味があって、「笑いヨガ」なども時折やっており、人生最後のお勤めとして「介護」現場の仕事に挑戦したいと考えています。」とそれぞれに有意義な返礼の言葉がありました。

(3) 茅老連2月度定例会報告

・ゆめクラブ茅ヶ崎「茅ヶ崎市老連」会報誌第82号が3月上旬に発行されます。届き次第皆様にお届けします。

・茅ヶ崎市老連「春の一泊旅行」が3月16日から17日にあります。

・令和2年度大運動会が5月23日(土)に茅ヶ崎市中央公園であります。走らない運動会です。皆様と一緒に大いに楽しみたいと思います。皆様の参加を歓迎します。詳細は後日報告します。

(4) 抒情歌合唱:「雪山讃歌」他5曲全員で合唱しましたが、月を重ねる毎にいい響きになっているようです。

(5) 出席者意見交換:出席者の皆さんの大方の関心事は如何に健康で楽しい日々を過ごすかで、そのためには多趣味の勉強と実践、いろいろな人との交流や談笑が大切ではないかということのようでした。

(6) 新しい民生児童委員の池田さん(2年前の自治会事務局長)が出席して下さり、「何か困りごとや相談がありましたら気軽にご連絡ください。よろしく申し上げます。」との挨拶がありました。

2. 報告・連絡事項

・「歩こう会」:

① 去る1月31日「神奈川歩け歩け協会」の行事（秦野～二宮間13キロコース）に合流することで当会から5名が秦野駅に朝9:30集合、約6キロ市街地の歩道をひたすら闊歩しました。街中とあっては自然の風景などの鑑賞の対象物もなく少々幻滅を感じながら、当会は中間地点巖島湿性公園で団体と別れ、最寄りのバス停からバスで平塚駅に赴き、同駅ラスカで昼食をとり散会しました。

② すでにご案内の2月21日の都内見学案件は昨今のウィルス肺炎の感染リスクを考慮し中止とします。本件は那須さんから参加予定者に連絡済みです。

③ 今後の予定として、3月末～4月初めに大庭城址公園で花見見物を、4月18日（土）成田太鼓祭り見物を考えていますが②同様に大勢集まる場所へのお出掛けはしばらく様子見します。

・「麻雀大会」：3月23日（月）を予定しています。詳細は追って連絡します。

・役員会開催：定例会後、①役員人事 ②「絆」の会の組織、人事、予算 について協議しました。

これらは3月度定例会で諮って成案にしたい考えです。①に関連して、今までの「お楽しみ部長」を廃止、各イベント毎（麻雀、囲碁・将棋、卓球など）に主担当を決めて運営することになります。

・訃報：前会員の福島さんが先月ご逝去されました。謹んでお悔やみ申し上げます。

2. 3月誕生の方： 池上升也さん、那須嗣夫さん、太田朝子さん、池上久恵さん、綿貫悦子さん、川口 寛さん
松浦文子さん、浦嶋 稔さん の方々です。おめでとうございます。

3. 3月度お楽しみ会の日程：

月曜日： 2、 9、 16、 23、 30 の各日

金曜日： 6、 13、 20、 27 の各日

時 間： 13:00～16:00

時 間： 11:00～14:00

つれづれ随想

田中久夫

認知について

人間はなぜ認知になるのであろうか。私は、生きる張り合いや強い刺激がなくなったためと考えている。生活も豊かになり、日々がマンネリ化してくれば、自然と脳は退化するであろう。一番困るのは、喜怒哀楽もなくなり、他の人の援助なしには生きていけなくなることである。そこで私は、認知予防に常に自分を追い込むように心がけている。旅行や観劇やスポーツや麻雀などすべて率先参加。

日々を追われていれば、認知になるどころでないし、やることがあれば、活力も出てくるであろう。

しかし気力と体力がなくなればおしまい。こちらは神頼みのみである。



仙台市郊外の寺の五重の塔： 真野さん提供

寒月や門なき寺の天高し

俳句一首

与謝蕪村