

松風会 News

(ゆめクラブ News) 465号 2025年(令和7年4月号)

春の先駆けの梅祭りや雛祭りも終わり、春本番の好季節を迎えています。観光庁によると、今年のさくらの開花の見頃は関東地区では3月26日頃と発表しています。訪日観光客は今年1、2月は昨年と同月よりも各月40%増の350万人で、国別では韓国(各月約80万人)、中国(60万人)、台湾(50万人)、香港(20万人)の順の様です。訪問都市は東京、大阪、京都、福岡の順となっているようです。高齢の人混みの多い行楽地にお出掛けの時のマスクの着用は、花粉拡散の時期でもあることから必須で帰宅時の嗽^{うがい}も欠かせません。

4月定例会(12日、土、10:00~11:30)は開催します。南公園の桜も綺麗に咲誇り一段と美しい風情を醸し出しました。日々気温も高くなって、気持ちのいい時節になってきましたので、多勢のご出席をお願いします。当会の新年度初めての定例会でもあり、昨年度の当会の活動実績を反省して、今年度の活動方針のベースと致し度、ついては多々ご意見もあろうかと思しますので、大勢お誘い合わせの上、ご出席ください。

1. 3月度定例会(8日、土、10:00~11:30)

出席者 25名 (定員数 57名)

- ① 全員で「クラブ 松風会の歌」を斉唱。
- ② 誕生会: 3月は 池上 升也さん、浦嶋 稔さん、那須 嗣夫さん、池上 久恵さん、綿貫 悦子さん、川口 寛さん、高橋 栄子さん の方々です。おめでとうございます。該当の方々に記念品授与の後、「湘南の地に生まれ、育った事の喜びと幸せが今日の生き甲斐であり、健康の源となっている」「先の戦争の無謀さと悲惨さを反省し、平和を尊重、持続していくこと」など、それぞれ返礼の言葉がありました。
- ③ 4月誕生の方々: 田中 久夫さん、富岡 千代子さん、渡部 勝則さん の方々です。おめでとうございます。
- ④ 当月の余興: 3班の担当で、池田さんによる「判っていそうで、間違いやすい常識問題の解説」の開陳があり、「ああ、そうだったのか、早くに知っておけばなあ」と多くの方が納得された様子でしたが・・・。
- ⑤ 4月の担当: 1班の担当となりますので、準備方などよろしくお願いします。

2. 連絡事項:

- ① 春の日帰りバス旅行のご案内: 5月20日(火) ¥15000 お茶摘み体験と工場見学、バラの丘公園(申し込み: 4/12までに代金添えて竹田まで)
- ② 高齢者の生きがい交流会「きずな」開催のお知らせ: 3/25(火) 11:00~14:00 老人福祉センター
- ③ 報告: 「地域支援事業担い手養成研修シンポジウム」 発災時の避難、『逃げられる力』のために体操・散歩・交流が大切! 定例会での「茅ヶ崎体操」の実施に取り組みしよう
- ④ 会員 43名でのスタートとなりました。

老人福祉講座(15) 趣味のプラン

田 中 久 夫

趣味やスポーツで日々を

高齢者の人生プランで重要なワークプラン、マネープラン、健康プランが終わりましたので、4番目の趣味のプランに入りましょう。人生で残り少なくなった高齢者の日々は健康で、楽しく、面白く過ごすことです。そのためには沢山の趣味を持って日々を楽しく過ごしていかなければなりません。昔、松風会でメンバーに対し趣味のアンケートをとったことがありましたが、その趣味の多さに驚かされたことがありました。私は趣味を、一人で行う趣味、二人で行う趣味、グループで行う趣味、それに夫婦で行う趣味の4つに分けています。この中で、3つか4つぐらいの趣味を持っていれば、日々楽しく過ごせるのではないのでしょうか。私は、一人で行う趣味では畑仕事と絵画、二人で行うのは卓球、グループで行うのが麻雀、カラオケ、ゴルフなどがあります。妻と行う趣味は旅行のみで、あとは別々の趣味で楽しんでいます。趣味で優劣を競う人もいますが、下手の横好きでも、結構楽しいものです。(次ページへ)

趣味（スポーツも含む）を持つことは、ただ楽しみだけでなく、心身の健康のためにも欠かせません。特に二人やグループで行うものは、他の人とのつながりができるよさがあります。高齢になるとグループに入るのに勇気がいるかもしれませんが、相手も仲間を求めていますから、勇気を持ってその会に入ってください。老人大学や各種の講習会やカルチャー教室などに入るのもよいでしょうし、グループに入らなくとも趣味が同じ人を見つけ、一緒に何かをやったり、遊びや食事などで行動を共にすることができると楽しいものです。私は、旅先の車内で知り合ったオーストラリア人とEメールを交換しています。相手が外国人でも、ゴルフなど趣味が同じものがあり、それで話が盛り上がることもあります。かたことながら、英会話を趣味で学んだことを今でも良かったと思っています。

雑学サロン

- ① ホルスタインは1年間で牛乳瓶約3万本の乳を、150人の小学校へ、毎日飲んで1年分。
- ② $11111 \times 11111 = 123454321$
- ③ お茶と海苔が同じ店で売られているのは、保管方法が同じで、売れる時期がお茶は初夏、海苔は秋と違うから。
- ④ 47都道府県で最も長い海岸線を持つのは、ダントツで長崎県。
- ⑤ お寺の数が最も多い都道府県は愛知県、織田、豊臣、徳川の出身地であり、戦いが多く情報拠点や要塞代わりに寺が多く造られたから。

(写真説明: 下記)

(上) 3班の池田さんは 常識(?)問題を出題 ということで、ヒントを与えてくれましたが、中々の難問で果たして 皆さんは正解にたどり着くことができましたでしょうか?

(下) 防災ディーでの防災訓練: 地震への備えから、地震感知体験中。



○ 誕生日 ローソク吸って ぜんそくに
○ 色気抜け 残った気色は 眠気だけ
○ 孤独よし 本に欠いたら 友ができ
○ ゴルフ場 女神不在と 看板に
○ 年寄りにや 三桁でいい マイナンバー
○ 春霞 秋にも見えたら 白内障
○ 歳取れば 顔も着物も しわだらけ

川 柳

田 中 久 夫