

## サークル活動・同好会活動のお知らせ

2018年9月版

主担当理事 三浦 紀子 電話 090-6539-6596

副担当理事 宮坂 俊文 電話 080-5189-4128

次回各サークル活動・同好会の概要は以下の通りです。新規ご加入大歓迎です。各連絡先へご連絡下さい。

### サークル活動

#### A) なんでも勉強会

- 世話人：都築 潔、二瓶雅代、中原征司、  
佐久間那知子
- 申込み先：都築 潔  
メール：[k\\_tsuzuki@xx.em-net.ne.jp](mailto:k_tsuzuki@xx.em-net.ne.jp)
- 9月は実施せず、次回は10月に下記内容で実施します。
- 日 時：10月10日（水）14：20～16：50
- テーマ：「老いけない、ボケないための太極拳ヨガ（実技）」
- 場 所：かながわ県民センター604号室  
～～笑いのエクササイズと太極拳で  
鍛えましょう～～
- 講 師：外部・紀野 活美（木の太極拳ヨガ）
- 場 所：かながわ県民センター711号室

#### B) 健生ハイキングの会

- リーダー：大田勝利（Tel：090-5312-0135）
- 9月21日（金）  
「石老山」（相模原）中級者向き  
橋本駅改札出口 午前9時集合  
歩行時間：3時間30分、歩行距離：8km

#### C) コントラクトブリッジを楽しむ会

- 世話役：寺内顕正 Tel・fax：045-714-3120
- 9月 1日（土）県民センター708号室  
9月 15日（土）県民センター708号室  
時間：17：00～20：00

#### D) 「カラオケを楽しむ会」

- 世話役：田原睦夫 TEL 045-382-7680  
メール：[mtawara@jupiter.ocn.ne.jp](mailto:mtawara@jupiter.ocn.ne.jp)  
都築 潔 TEL 045-913-9538
- ◆ 定例会：9月7日（金）、9月17日（月）  
14:00～15:00 レッスンタイム  
① 昭和の名曲「くちなしの花」  
② 最新ヒット曲「天竜流し」  
15:00～17:00 フリータイム
- ◆ 場 所：「BEST HIT」

#### E) 神奈川健生音楽団

- 世話役：伊藤誠二（電話・FAX）045-541-3352）
- 9月 3日（月）歌の部屋・マナ 大倉山 15時
- 9月 6日（木）歌声サロン・伊勢佐木 15時
- 9月11日（火）歌の部屋・結 大倉山 15時
- 9月15日（土）なかまちっこ園 敬老会 12時
- 9月18日（火）歌の部屋・結 大倉山 15時
- 9月20日（木）歌声サロン・伊勢佐木 15時
- 9月25日（火）歌の部屋・結 大倉山 15時
- 9月27日（木）桜木町ぴおシティー 14時

#### F) 「PW 振興会（KPWS）」

- 世話役：田中 和美  
メール：[gdg01226@nifty.com](mailto:gdg01226@nifty.com)
- 予定 別紙参照  
(<http://www.kanagawa-kensei.com/KPWS.html>)  
ポールウォーキング同好会の情報は別紙にてお知らせします。

## 同好会活動

### G) 「健生グリーンゴルフ会」

世話役代表：松島誠一 T/F 0467-23-3950

第 43 回ゴルフ会を、9 月 14 日（金）に鎌倉パブリックゴルフ場で開催します。爽快な初秋の青空の下、ゴルフを楽しみましょう。

既に、18 名の方々から、参加申し込みをいただいています。6 組 24 名先着です。参加ご希望の方は、早めにお申し込み下さい。

### H) 健生ADL体操の会

世話役：上田隆一郎(電話・fax)045-852-5192

メール：[takaueda@carrot.ocn.ne.jp](mailto:takaueda@carrot.ocn.ne.jp)

□ 9 月 12 日 13:30 ～15:30 604 号室

主な運動内容：熱中症を乗り切り体力は弱っています。この時期食中毒のケアです。筋肉基礎体力を UP して免疫力を落とさない運動を行います。時、空間の認識とリズム体操でバランス重視。

### I) 「句楽会」(誰でも楽しめる俳句)

世話役：蛸子雷児 (電話) 090-5492-4965

メール：[rainoko566@jcom.zaq.ne.jp](mailto:rainoko566@jcom.zaq.ne.jp)

□日時：9 月 5 日（水）午後 5 時～7 時 30 分

会場：かながわ県民センター601 号室

句会：当季雑詠 5 句持寄り（欠席投句 OK）

### J) 「エンジョイ・エイジングクラブ」

世話役：安場 良治 (電話) 090-6198-9133

メール：[vcpfyas@h05.itscom.net](mailto:vcpfyas@h05.itscom.net)

□日時：9 月 12 日（水）15：30～17：50

会場：県民センター 705 号室

テーマ：「オペラの愉しみⅡ」

次回開催：

日 時：11 月 14 日（水）15：30～17：50

テーマ：「笑いヨガ入門」

### K) 「旅の会」

世話役：三浦紀子(電話)090-6539-6596

平成 30 年度（第 1 回）特別企画 日帰り旅行も盛況のうちに無事終わりました。その活動報告が冊子「とまり木」第 38 号の最終ページに掲載されています。

6 月の総会が終わり新しく理事さんが数名決まりましたので、歓迎会を兼ねて新旧理事との親睦旅行を 8 月 31 日～9 月 1 日（1 泊）に伊豆高原にて実施致しました。

秋には、紅葉の美しい時期に AD さんと一般の方にもお声がけして、信州安曇野（長野）方面へバス旅行を計画致します。