

発行者  
新西富遊楽会  
運営委員会

# 遊楽会たより

楽しく

元気に

助け合い

## 「新西富遊楽会」総会開催

平成二十二年度(第四回)総会が四月九日(土)新西富集會場で開催された。

総会に先だち出席者一同、東日本大震災の犠牲者の冥福を祈り、黙祷をささげ、市老連の被災者支援義援金の募金に協力をしました。

〔募金額 二萬二千二百七〇円〕  
遊楽会会員総数が六十六名になり、総会には四十二名が出席しました。十名の新会員の自己紹介に始まり、議案審議に入りました。

### 報告・承認事項

\*平成二十二年度 事業・決算  
会計監査の各報告・承認。

\*平成二十三年度 事業計画案  
予算案が承認。

\*任期満了に付き役員改選  
運営委員

会長・谷口健三(新任)

副会長・伊藤啓子(留任)

副会長・高橋則夫(新任)

会計・秋庭鶴江(留任)

監査・河村浩生(留任)

幹事(ブロックを編成変更)

①河村千歳(新任) ②谷口浩子(新任)

③落合志津(留任) ④萩原勝代(留任)

⑤宮永香代子(留任)

⑥遠藤照子(留任) ⑦小林愛子(留任)

### 追悼

前会長・中川英雄氏は健康上の理由で退任。総会前日四月八日急逝されました。「合掌」

## 秋の日帰り旅行

新会員：波良泰子・太田裕・太田淳子・平田義孝・柳橋勝  
本庄良丞・清水功雄・森澤大千夫・森澤光子・佐野征三  
(敬称略・順不同)

平成23年度 予算		平成22年度 決算	
収入の部 総計	¥245,915	収入の部 総計	¥231,485
助成金・補助金	¥143,400	助成金・補助金	¥143,400
会費	¥79,200	会費	¥72,600
繰越金・その他	¥23,315	繰越金・その他	¥15,485
支出の部 総計	¥234,000	支出の部 総計	¥208,180
事業費	¥183,000	事業費	¥173,556
総務費	¥33,000	総務費	¥16,624
会費・負担金他	¥18,000	会費・負担金他	¥18,000
次期繰越金	¥11,915	次期繰越金	¥23,305



平成22年11月10日 箱根・成川美術館鑑賞・湯本「おかだや」で昼食・入浴・休憩と1日のバス旅行を楽しむ。(上の写真)

### 同好会活動状況

\*「コーラス」(十六名)  
毎月第四土曜日 午前 集會所  
指導者・中山雅之

\*「スポーツ吹矢」(六名)  
毎週木曜日 午前 集會所  
協会公認指導員・太田 裕

\*「健康ツボ体操」(十五名)  
毎月第二・第四金曜日午前  
集會所 代表者・谷口健三

\*「グラウンドゴルフ」(七名)  
毎週火曜日午前 御殿辺公園  
第一・第三水曜日 午前 大鋸運動広場 代表者 小林茂雄

\*「サロン遊楽」(十六名)  
毎月第二・第三及び  
第四月曜日 午後 集會所  
代表者 国只千治



美しく若々しい声で魅了

平成二十二年七月九日市民會館・大ホールの高齢者福祉大会に出演「エーデルワイス・いい日旅立ち」を合唱した同好会「コーラス」(上の写真)

### 平成二十二年度 事業活動

毎月例会 地区会長会  
運営委員会

四月 総会

友愛チーム補助金説明会  
五月 東部地区グラウンドゴルフ  
市老連グラウンドゴルフ  
東部地区老連総会

3地区合同運動会  
六月 誕生会・役員会  
グラウンドゴルフ研修会

七月 高齢者福祉大会  
友愛チーム部会総会  
自治会夏祭りに参加

八月 社会奉仕の日参加・誕生会  
役員会・地区敬老会

九月 高齢者スポーツ大会  
地区レクリエーションに参加  
やすらぎ祭り・趣味展

十月 十一月緑と花いっぱい推進の集い  
日帰りバス旅行  
「サロン遊楽」新設準備会

十二月市老連会長研修会  
誕生会・役員会

一月 市老連賀詞交歓会  
自治会すいとん大会に参加  
東部地区新年会

二月 友愛部会研修会  
会員加入促進活動  
健康体操講座

交通安全リーダー研修会  
誕生会・役員会

三月

特別寄稿

健康講話

福井園彦

「心疾患症と脳卒中」

最近オランダで三万七千

余人の十三年間の追跡調査で一日三杯のコーヒーと六杯の茶で心疾患リスクが低下し、脳卒中リスクも減少することが判明した。コーヒーと茶は飲みすぎても大丈夫と判った。

①一日に六杯以上茶を飲む人は一杯未満の人に比べ、心疾患発症リスクが三六%低下。

②一日に三〜六杯飲む人は一杯未満の人に比べ、心疾患発症リスクが四二%低下。

③一日に二〜三杯コーヒーを飲む人は一杯未満の人に比べ、心疾患発症リスクが二〇%低下。

④コーヒーを一日に三〜六杯飲む人は一杯未満の人に比べ、心疾患発症リスクが四二%低下。

⑤茶とコーヒーの摂取は脳卒中の危険性なし。調査の限界としてコーヒー・茶ともに摂取量が自己申告であること、摂取した茶の種類が特定できないことである。ただしオランダにおける茶の消費量は七八%が紅茶で、四・六%が緑茶。茶の摂取が心血管疾患にもたらす効果は茶に含まれる抗酸化物質(フラボノイド)の作用によるものとされている。

同好会情報

「趣味の会」

指導者 萩原勝代

新年会には皆様そろって新しい年を祝う事が

できて嬉しく思っています。新西富「長生会」の時代から続いていた「手芸の会」もいつのまにか約二〇年経過してしまいました。その間、雑誌「百歳万歳」の表紙を作品の写真が飾ったこともあり、毎月一回楽しく集い、作品も沢山出来て「市老連創立五十年記念趣味展」では皆様の力作が大変ご好評をいただきました。この都合により一時お休みさせていただきました。皆様にかかいアイデアがございましたら、お申し越し下さい。

(左・写真)



「スポーツ吹矢」

十二月納会にゲーム大会を行い「ダルマ落とし」「逆転の発想」など七種類の的に挑戦した。賞品はパンジーの花苗でした。



「グラウンド・ゴルフ

発祥地を尋ねて」

国只千治

昨夏八月七日郷里岡山では旧暦の七夕祭りで、昔仲間との交友にグラウンドゴルフ大会に参加した折、鳥取市から二十五キロ西の東伯郡湯梨浜町の潮風の丘とまり「グラウンドゴルフのふるさと公園」を良い機会と訪ねました。

当日は各都道府県協会推薦ジュニア大会開催中で事務局から「発祥からの歩み」を入手した。泊村から生まれた楽しい生涯スポーツ、グラウンドゴルフの歩みによれば一九八二年泊村が文部省の生涯\*

\*スポーツ推進事業指定市町村となり、その後、推進委員会で用具の開発・改良やルールを確定し、文部省主導で全国組織となった。翌年日本グラウンドゴルフ協会(初代会長・南部忠平氏)が発足。東京国際フェアでも紹介され、全国的普及への足がかりとなった。試行錯誤の末に、生まれた生涯スポーツ「グラウンドゴルフ」は単純だが逆に考えるスポーツであり、生の苦しさを感じ、私も生涯スポーツとして楽しんで行きたいと思っています。(左・写真)



「グラウンドゴルフ」

遊楽会会員八名が参加している「七福神」では四月二十六日御殿辺公園で大会を行い、ハンデ無し男女別に順位を競った。七福神としては初めての試みであったが、好評だった。一泊研修旅行も企画しています。(下・写真)



「サロン遊楽」発足

昨年十一月に準備を始め四月に十五名の会員で親睦を図る目的で発足した。集会所を会場に麻雀を主に室内ゲーム・手芸・茶話会等で飲食は持ち込み自由です。ゲーム等には一切の賭け事を禁止しています。(右・写真)

