

大和友愛クラブ会報

令和6年2月号

友愛ウォーキングへのお誘い

健康で長生きしたい、何時までも元気に歩きたいのがウォーキングに参加する皆さんの思いと拝察します。この思いに少しでも貢献できるように、出かける機会を増やせるように計画立案しています。ハイキングは辞書で「自然を楽しみながら歩くこと」と説明されています。ウォーキングも同様に「楽しみながら歩くこと」が目的なので無理はしません。整備された遊歩道や緩やかな丘などを景色や気候を楽しみながら数時間歩きます。有酸素運動になり生活習慣病や肥満などの予防改善に効果的です。

ウォーキング用の靴と動きやすい服装があれば直ぐに出かけられます。近隣の公園や名所、お寺、神社等で何度か行ったことのある名所めぐりをしています。例えば畦野駅から電車に乗って、尼崎田能遺跡&農業公園・伊丹スカイパーク・

荒牧バラ公園・新光風台しらかば公園・東ときわ台・長尾道・箕面大滝・池田水月公園・火打勝福寺古墳八坂神社・清和台トナリエ・清和台しろばなうんぜんつつじ鑑賞・銀山悠久の館・猪名川静思館・内馬場伏見台・猪名川川床口下田尻・多田神社初詣等のハイキングコースなどを繰り返し活動しています。

足の筋肉が衰え、長距離が歩けなくなって活動距離と時間が短くなってきています。このようなリーダーの虚弱な足に合わせて何度も休憩をしながら活動しています。きっと皆さんも参加出来ます。勇気を持って歩きに挑戦しましょう。2月と9月は季候に配慮して、歩きは止めて懇親会を催します。普段歩いていない人もぜひご参加下さい。お食事とお喋りを楽しみましょう。

友愛ウォーキング部部長 福武 稔



掲 示 板

新年互礼会

1月6日、今年も友愛クラブの活動が新年互礼会を手始めに開始されました。約70名の参加で、米寿を迎える長寿者6名の表彰や自治会長の祝辞、サークル代表抱負の後、御神酒などで乾杯しました。しばし歓談して、混声合唱による“大地讃頌”が披露されました。



西日本一の梅林 友愛バス旅行

開催日時：3月12日(火) 9時自治会館前出発
 行き先：日本玩具博物館、播磨国総社、綾部山梅林
 参加費用：7,000円
 申し込み：2月23日までに参加費用を添えて地区幹事に申し込んで下さい。地区幹事は24日(土)の役員会に参加票と参加費を持参して下さい。

多田神社 初詣

1月4日 自治会主催の初詣に大和友愛クラブも参加して、大和から多田神社までのウォーキングで初詣を行いました。



友愛ウォーキング

友愛クラブの皆様方には、健康で長生きを目標に日々精進してお過ごしと思えます。ウォーキング部では春の懇親会を開催して、皆さまの親睦を深める良い機会にしたいと考えております。

日 時：2月28日(水) 11:50 出発
 集合場所：第一自治会館前 一バス送迎
 行き先：まんか旅館 一椅子席で食事
 一 費：4,000円
 参加頂ける方は 2月19日(月)までに下記に申し込みください。
 申込み先：福武(090-8657-1150)

誕生会

12月16日、12月と1月生まれの方29名をお迎えして、参加者による健康等に対する所見発表、男声コーラスメンバーによる紙飛行機作製と飛距離を競った後、合唱等を楽しみました。



地域交流

12月22日、役員会の席につくしんぼ保育所の子供達が来訪、かわいいクリスマスカードとクリスマスソングが全員にプレゼントされました。



令和6年2月の行事予定

月例懇談会(詩吟、100歳体操)	2月3日(土)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室
第3自治会館清掃(平間、大内田、岡本、山内)	2月5日(月)	13:30~	第三自治会館
本部役員会	2月16日(金)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室
誕生会(2、3月生まれ)	2月17日(土)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室
会報印刷(三上、小島)	2月22日(木)	13:30~	第一自治会館 談話室
役員会	2月24日(土)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室

3月の行事予定

月例懇談会(器楽、赤尾先生)	3月2日(土)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室
日帰りバス旅行(播磨国総社、綾部山梅林)	3月12日(火)	9:00~	第一自治会館前
本部役員会	3月15日(金)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室
会報印刷(上畠、中田)	3月21日(木)	10:00~12:00	第一自治会館 談話室
役員会	3月22日(金)	10:00~12:00	第一自治会館 集会室

2月サークル及び同好会からのお知らせ

活動開催曜日の掲載方法を変更しました。(開催週と曜日)ただし、随時開催は届け日を掲載。

サークル名	会 場	開催週と曜日及び開始時間	部 長
囲 碁	第 1 自 治 会 館	2, 3, 4, 5(火) 13時	高田 秦洋
洋 裁	大 和 サ ロ ン	1,3(火) 13時30分	大川 サエ
大 正 琴	牧 の 台 会 館	2, 4(月) 9時	富岡 カツエ
器 楽	牧 の 台 会 館	1, 3(月) 14時	古屋 恒行
コ ー ラ ス	牧 の 台 会 館	1(水), 4(火) 14時	平間 正昭
フ ラ ダ ン ス	第 1 自 治 会 館	1(水), 3(月) 10時	小野いつ子
古 典 愛 好 会	第 1 自 治 会 館	1(土) 13時30分	小田 剛
ウ オ ー キ ン グ	第 1 自 治 会 館 前	28(水)懇親会 11時50分	福武 稔
ゴ ル フ	亀岡ゴルフクラブ	21(木)	畑 善治
健 康 太 極 拳	牧 の 台 会 館	1, 3(金) 11時	小島 富士子
詩 吟	牧 の 台 会 館	1(木) 13時30分	坂根 英生
絵 手 紙	牧 の 台 会 館	1, 3(金) 13時	高橋 貴美子
文 芸	提出：7日までに投稿願います。		植木 正幸
カ ラ オ ケ 部	第 1 自 治 会 館	2(金) 1,4,7,10月は2(土), 4(金) 13時	塚谷 正章
パ ソ コ ン ル	野 波 邸	2, 4(火) 13時30分	福武 稔
パソコン教室	野 波 邸	1, 3(火) 13時30分	中田 弘一
健康 麻将	第 3 自 治 会 館	2, 4(火) 13時	大内田 啓
自 彊 術	野 波 邸	1, 2, 3, 4(火) 10時	岡本 百合子
フ ィ ッ シ ン グ		休部	嶋川 幸三
男 声 コ ー ラ ス	吉 森 邸	1(水),4(火) 16時	吉森 邦夫
七 宝 工 芸 教 室	太 田 邸	2, 4(金) 13時	太田 洋一朗
からだしなやか 体操クラブ	牧 の 台 会 館	1, 3(月) 11時	佐藤 玲子
女 声 コ ー ラ ス	吉 森 邸	1(火),2(木) 14時	鹿児島 鐵子
ボ ッ チ ャ ル	牧 の 台 会 館	1, 3(日) 13時	三上 一榮

新入会員：森田 宣雄様 西2丁目

会員の現況

令和5年12月31日現在

	東1A	東1B	東2A	東2B	東 3	東 4	東 5 A	東 5 B	東計
男	7	16	8	14	12	9	13	9	88
女	15	22	17	19	11	11	7	14	116
計	22	38	25	33	23	20	20	23	204
幹事	光本 誠一	廣瀬 節雄	中川 恵實子	中崎 絹子	三上 一榮	上畠 節子	丸本 和博	平間 正昭	

	西1A	西 1 B	西 2	西 3	西 4	西 5	西計	東西合計
男	14	11	4	9	9	6	53	141
女	17	7	4	14	11	10	63	179
計	31	18	8	23	20	16	116	320
幹事	佐藤 恭司	西村 紀	小田 剛	高瀬 義則	福武 稔	塚谷 正章		

古紙等(新聞紙、アルミ缶、ダンボール)回収事業にご協力ください。毎週金曜日に指定業者が回収します

友愛クラブ俳句・川柳（令和六年二月号）

子の做（なら）ふ二礼二拍や初詣	東 5	桐木文男
冬帽子散歩の背（せな）を伸ばしけり		
氏神の長き参道薄氷	西 1	北河原清美
夕鴨の水脈（みお）二筋の遠ざかる		
仏壇の香り際立つ寒の菊	西 1	池田ツマ子
猪口一杯ゴメン辰年互例会		
一瞬で棒立ちしてる声もなく	西 2	上西イツ子
白い地に凜とした花山茶花ね		
居所の悪い虫など飼つてません	西 3	居眠り古猫
夫婦げんかネコは食わずに昼寝する		
おめでたい元旦にきたおお地震	西 5	大澤花風
ささやかな正月祝いわが家かな		
温泉に浮かべた盆で飲むお酒	東 1	光本飯込
バスが来てあわてて転ぶ雪の道		
七十の年の差越えてかるた取り	東 1	坂根英生
満を持し出番待つてる梅蕾		
焼餅のふくれつながら*偕老の昼	東 1	香川撫子
日脚伸び園児の散歩少し伸ぶ		
厳肅に受けとめますと軽く言い		
大谷の年俸町の予算並み	東 3	宮山正年
北風に負けず南天揺れている		
子や孫とおせちを囲みホッコリと	東 5	木村郁子
逞しく庭の万両実がたわわ		
歳重ね賀状の数が減りつづけ	東 5	友愛春霞
早々と災い続き心いたむ		
達筆な賀状今年も届くなり	東 2	河原允子
白波の香住の浜や蟹食らふ		
水雨降る温泉街の足湯効く	東 2	植木打風
愛鳥を弔う涙大晦日		
元日を恐怖が走る大地震	東 2	極楽蜻蛉
柚子二つ湯船に浮ぶ北の窓		
満州の冬を笑顔で母語る	東 5	大野樹史
子ら集い縄跳び競う春近し		
梅の花見上げ見おろす綾部山	東 4	吉森邦夫
白杖に頼り身にしむ他人の愛		
食事中居眠り？おお怖認知症	東 2	川柳好子

投稿は大和友愛クラブ宛自治会のポスト又は植木宅へ投函して下さい。
お待ちしています。次号掲載分は二月七日までに提出下さい。



梅（ウメ）

花言葉：忠実、高潔、忍耐
梅に由来することわざも非常に多く存在します。例えば、朝出かける前に梅干しを食べるとその日は災難を免れることができる。梅干しは三毒を絶つ。梅干しと友達は古いほど良い。梅と桜を両手に持つ。

*偕老：

夫婦が仲良く共に老いるまで連れ添うこと



寒菊（カンギク）

別名：油菊，島寒菊，浜寒菊
花言葉：真の強さ、けなげな姿、繊細
冬季に花を咲かせる菊全般を指した名称。霜にあうと葉が美しく照り輝くように紅葉し、テリカンギク（照寒菊）とも呼ばれています。