

ANCだより

A・ナイスクラブ

第177号 2016. 5. 1 編集責任者 牛丸 敏雄

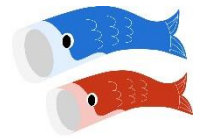
ANC会員数

121名

男性 64名

女性 57名

平成28年 5月 1日



健康ウォーキング&お花見会

4月8日(金)恒例の健康ウォーキング&お花見会を開催しました。健康ウォーキングは32名参加で10時30分に管理センター前を出発し、広域公園散策路を満開の桜を見ながらウォーキングしました。花見会場は前日の雨の為多少ぬかるんではいましたが、シートを重ねて会場準備しました。巨石公園の桜は大分散り始めていましたが、時折吹く風に桜吹雪のように舞い散る中で会場直行組も含め56名で花見の宴が始まりました。お花見弁当にプラスして守井さん担当の豚汁、杉原さん林さん担当の焼鳥、イカ、ホタテ等に舌づつみを打ちビール、お酒、チューハイに酔いしれて、勿論お茶だけの人も賑やかに時間の経つのも忘れて楽しいお花見になりました。これからも楽しい活動を計画していきますのでたくさんの方のご参加をお待ちしています。



第40回4町交流GG大会



4月4日(月)今年度最初の4町交流GG大会が開催されました。本大会は近隣の皆様とGGを通じ親睦を深めることを目的に、平成17年に第1回大会が開催され今回は第40回の節目の大会となりました。当日は雨が心配されましたが朝6時頃には雨も上がり絶好のGG日和となりました。今回はAシティが当番幹事で78名(Aシティ23名)

が参加し、広域公園第2球技場で熱戦を繰り広げました。男性の部で守井さんが優勝、大藤さんが4位、坂本さんが8位、女性の部で菅木さんが2位、片岡さんが7位と健闘しました。次回はこころ町内会の幹事で7月の予定です。



5月の行事予定

2日 交通安全指導

13日 広域公園花壇花植え

19日 はつらつ健康体操

2日 定例役員会

15日 道路清掃(管理センター9時集合)

27日 春季バス旅行

9日 広域公園花壇花撤去

29日 ヒロバでフリマ

4 月度定例役員会(4/4 開催)の報告

4月4日(月)午後4時より6時半まで定例役員会が開催されました。最初に牛丸会長より、今日は9時から平成28年度第1回4町交流GG大会が、Aシティのお世話で開催されましたので午後4時開催になりました。林さんが一身上の都合でフォレストの幹事を中断されておりました。その期間苜木さんに代行をお願いしておりましたが今回の会議から復帰されました。以上の挨拶があり、その後右記の審議事項に移り役員全員で活発に討議しました。

今月の審議事項

- ① はつらつ健康体操について
- ② 健康ウォーキング&お花見会
- ③ 活動報告・活動計画について
- ④ 年度上半期担当役員
- ⑤ 花壇整備と反省会について
- ⑥ その他、会計報告

平成27年度活動報告・28年度活動計画について

「平成27年度活動報告・収支報告、28年度活動計画・予算・役員候補者」議案書は下記の通り、各議案とも会員皆様の過半数以上の賛成があり、ご承認いただきました。またご意見もいただいていますので今後の会運営に役立てていきたいと思っております。

「議案」

			3月末会員数121名		
第1号議案	平成27年度活動報告	賛成	91票	反対	0票
第2号議案	平成27年度収支報告	賛成	91票	反対	0票
第3号議案	平成28年度活動計画	賛成	91票	反対	0票
第4号議案	平成28年度予算	賛成	91票	反対	0票
第5号議案	平成28年度役員候補書	賛成	91票	反対	0票

「平成28年度 新役員」 (全員留任です)

会長 牛丸 敏雄 副会長 杉原 雄一郎 副会長 茂木 恵子
会計 田村 尚久 会計監査 沖 武宏
幹事 守井 政子 富永 妙子

住区幹事 アーバン 富永 敏通 フォレスト 林 孝司 ステージ 山根 信彦
アリーナ 山下 栄 パレット 守井 恒隆 イースト 小田 文生

以上のメンバーで今年1年お世話させていただきます。今後ともANC活動につきましてご指導、ご協力頂きますようお願い致します。

高齢者支援隊 (KST) 報告

4月に保存版「KST利用について」を会員様に配布しました。KSTのお手伝い内容、連絡先、住区内のスタッフ等を解るようにしました。また、対応が出来ないこと、費用についてもある程度理解頂けるようにしました(費用は原則無料ですが、実費が必要な時があります)。どんな些細なことでもかまいません、困ったことがあれば、まずは相談して下さい。

清掃活動

朝の雨がうその様に晴れわたった4月17日(日)22名(男性13名、女性9名)の参加で清掃活動を行いました。晴天とはいえ飛んで来るものがないか注意が必要なほどの強い風が吹く中、Aシティー～大塚郵便局までと第4緑地のゴミを拾いました。今回、ゴミは少なめでしたがペットボトルの多さが目立ちました。清掃後、お茶とお菓子で談笑し解散となりました。来月は5月15日(日)午前9時からの予定です。

ちょっといい話

スペアリーさんご夫妻第3回目

ペットのオカメインコウ
“アリス君”“口笛が得意です”



主人は朝鮮戦争が終結する1～2週間前に米軍を満期除隊し、釜山から下関を經由してサンフランシスコに帰国し、その後大学に復学し卒業しました。就職はIBMにしましたが、日本が大好きで忘れられません。「若気の至り」1年半でIBMを退職し、シカゴからシアトルまでドライブし山下汽船に乗って横浜に来ました。IBMでの経験（当時のコンピューターは真空管とパンチした紙を使用し給与計算や商品の入出庫の管理に使用していました）を生かしてベース（米軍の基地）で仕事があれば日本で生活をしたい。でも仕事が無かったら帰国するつもりでしたので、帰国用のチケットは持っていました。最初に仕事を探しにIBM日本本社に行き、当時鎌倉市大船に在りましたベースのP.X（基地内にある売店）本部を紹介してもらい、早速訪問しますと丁度社員募集しており採用試験を受けました。結果が出るまで暫くかかるので、日本中を見てやろうと旅に出かけ京都・大阪を回って広島に来ました。当時も幟町にあったカトリック教会にわたしは出入りしており、教会を訪ねて来た主人と初めて出会いました。わたしは戦前の教育を受けていますので英語は全く話せません。ただ大きくて優しそうな人だとの印象は持ちました。でも偶然とは恐ろしいものです、お休みに母と宮島に行く約束をしていましたが、その日になって母の体調が悪くなり「行かない」と言いだしましたが、虫が知らせたのか、わたしは何となく行きたくなり1人で出かけました。わたしが宮島への渡る船に乗って出発を待っていると、なんと主人が乗って来たではありませんか。本当に驚くと同時に運命を感じました。それから交際が始まりましたがわたしは英語が話せませんし、主人は日本語を話せません。でも主人といると楽しかったのですから何とか意志の疎通は出来ていたのでしょうか。当時の思い出に主人とわたしが昼食を楽しんでいる時、主人に食べている肉が牛肉か豚肉かと尋ねられましたが、わたしは「牛肉」の単語が解りません。そこで箸入れに牛の絵を書きました。数日後に主人は帰りには必ず広島に寄ると言い残して長崎に行きました。そして約束通り広島に来てくれました。その時は嬉しくて涙が止まらなかった事を昨日のことの様に思い出します。

サークル活動

ゴルフ同好会



4月11日（月）桜が名物の宮島志和GCで1回目の研修会を実施しました。時期的に少し遅かったのと数日前の雨で桜

は大部分散っていましたが、少しの残り桜を見ながらのプレーを楽しみました。優勝は片岡さん、2位は山下豊成さん、3位は飯田さんでした。4月2回目の28日は悪天候のため中止になりました。5月は16日に広島国際CCで実施します。

楽唱会



春は名のみ風の寒さやの「早春賦」や春のうららの隅田川の「花」を歌

っているうちにすっかり新緑の季節になりました。男性3名との混声3部合唱もだいぶレパートリーが増えました。お腹の底から声を出し、たくさん笑い月2回を皆さん楽しみにしています。他のパートを聞きながら合せて歌うのでカラオケとは違う楽しみもあります。

なでしこ



新年度は14名でスタートしました。定例の会は、毎月第2、第4

の火曜日の13:00～16:00、ステージ集会所で行い、手と口が忙しい仲間が集まってワイワイとやっています。現在の活動としては、5月29日のフリーマーケットに各自の手作り作品を展示するために、皆さん製作に頑張っています。老化防止を兼ね思い思いに手作り作品を造って楽しむ会です。

KM会（健康マーじゃん倶楽部）



開花した桜も満開に近い4月1日（金）第2回健康マーじゃん大会を12名の参加で

実施しました。いつもの定例マーじゃんと違って皆さん真剣になり開始早々に満貫や親満の高得点が続出しました。結果は3回の合計点で牛丸さん（ステージ）がダントツで優勝しました。2位は田辺さん（パレット）で3位は沖さん（パレット）でした。次回の大会は6月に実施予定です。

絵手紙の会



絵手紙のモットーは「ヘタでいい ヘタがいい」です。だから誰でも描けるのです。用具も描き方もモチーフも何の決まりもありません。全て自由です。まず一度チャレンジしてみませんか？5月は17日（火）31日（火）を予定しています。



リタイヤ生活の豆知識

第24回 広島市提供の高齢者のためのサービス

広島市では高齢者一人一人が健康でその能力を発揮し、生きがいを感じ住み慣れた地域で安心していけるように、介護保険サービスのほかにもいろいろなサービスを行っています（24年4月改定）

◆ 配食サービス

昼食または夕食を配達し安否の確認をします。※目安として65歳以上で調理が困難な方。

◆ 家族介護用品の支給

要介護4と5に認定されている人を在宅で介護している家族に、1ヶ月に6,250円を限度に紙おむつ・尻とりパット・介護シーツ・お尻ふき・使い捨て手袋を支給します。※生活保護を受けているまたは市民税非課税世帯。

◆ あんしん電話の設置

急病などの緊急時に発信機のボタンを押すと、電話相談センターが受信し協力員や消防局に事態を知らせ必要時には利用者宅へ駆けつけます。また健康や困りごとなどの相談に応じ定期的に声かけも行います。※目安として65歳以上で病弱（持病があり通院している）な方。

◆ 住宅改修費の補助

高齢者の住まいのバリアフリー改修費用の補助をします。（改修工事着工前申請が条件です）※要介護または要支援を受けており、生計中心者が市民税所得割額が年額9万円以下。

その他各種サービスが有りますのでお困り事がありましたら

広島市健康福祉局厚生福祉課にご相談下さい。☎504-2145

春季バス旅行のお知らせ

恒例の春季バス旅行を5月27日（金）に企画しております。目的地・参加費など詳しい内容を5月2日（月）開催されます「5月度定例役員会」で決定後、案内しますので皆さんお誘い合わせてお出かけ下さい。

はっらっ健康体操開催のお知らせ

5月19日（木）午後1時半より午後3時半までサウンドルームにて「ひざ痛の改善と予防方法」をテーマに開催します。詳しい内容は後日案内文を配布しますので、皆さん（特にひざ痛でお悩みの方）是非お出かけ下さい。

新入会員紹介

吉田 ヨシエさん イースト