

# ANCだより

## A・ナイスクラブ

第194号 2017. 10. 1 編集責任者 牛丸 敏雄

ANC会員数

133名

男性 67名

女性 66名

平成29年10月1日



### 社会見学会

9月28日 本年第一回の社会見学会は29名の参加で、佐伯区の広島市植物公園に行きました。前日相当激しく降った雨は朝方にはすっかり上がり程よい晴れとなり、前日の雨で、心地良い風が空気を一掃してくれて澄み渡った秋を感じさせる絶好の行楽日和となりました。10時管理センター前を貸切バスで出発、Aシティから約30分の近場で、車中での疲れも無くおしゃべりの間に到着しました。植物公園は瀬戸内海を臨む高台にあり園内には四季折々の花が約17000種あるそうです。大階段前で集合写真の後、ピクニック

しました。ベコニア温をはじめ鉢植え等多種でした。当日は薬用植



気分で園内の見学に出発室は珍しい球根ベコニアのベコニアが楽しめ圧巻物展、秋の山野草展をやった大花壇も大変きれいでした。

ゆっくり見学の後11時半頃、芝生広場に集合しベンチに座り持参した弁当で花に囲まれて、おしゃべりしながらの屋外昼食会はとても楽しいひと時でした。昼食後三々五々再び散策に出かけ、隅々まで廻られた方、展望台で瀬戸内海、宮島の眺望を楽しまれた方、屋外花壇を鑑賞しながらゆっくり散策された方、ベンチでおしゃべりに興じられた方等午後は色々でしたが天気が



味方してくれて心洗われる楽しい一日となりました。ただ当日は日本で最大規模と言われる大温室が改修中で見学出来なくてこれは残念でした。散策の心地よい疲れを感じながら14時頃植物公園を出発しAシティに帰着しました。

次回の社会見学会は来年の2月の予定です。



### 10月の行事予定

- |                     |            |             |
|---------------------|------------|-------------|
| 2日 交通安全指導 定例役員会     | 4日 ふれあいサロン | 5日 健康ウォーキング |
| 18日 大塚小学校稲刈り 健康体操教室 | ふれあいサロン    | 22日 道路清掃    |
|                     |            | 26日 秋季バス旅行  |

## 9 月度定例役員会の報告

9月4日定例役員会を開催しました。会長より今年の「子供達とのふれあいの会」は9月24日10時から管理センターで開催され、内容は箸摘みと綱引きに寄贈された神輿の手入だそうです。また、10月18日大塚小学校5年生の課外授業で「稲刈り」が行われます。両者ともANCに手伝いの依頼が来ています。経験者を中心に声掛けをしますので協力のほどお願いします。との挨拶後以下の議題を討議しました。

### 議題①《社会見学》担当 守井 小田

訪問先のマツダミュージアムに連絡すると9月の予約が出来ないとの事。そこで、広島植物公園・日程9月28日・参加費1500円(弁当代込)に変更し、近日中に案内文を会員さんに配布します。

### 議題②《広域公園花壇植替え》担当 牛丸会長

案内文を既に配布していますが14日花の撤去と耕作を、21日花植えの予定ですが雨の場合は延期します。それと今回スポーツ協会の指示で耕運機が使用出来ません。全て人力で行います。

### 議題③《29年度下半期活動計画担当表》担当 牛丸会長

毎月色々趣向を変えて行事が予定されています。10月秋季旅行会 11月芋煮会・秋祭り文化祭 12月教養講座 1月新年交歓会 2月社会見学 3月健康ウォーキング 他毎月2回ふれあいサロンが開催されます。

### 議題④《8月分会計報告》担当 田村

自治会より補助金10万円入金。他収支報告がありました。

### 議題⑤《その他》担当 牛丸会長

自治会から「敬老会」素晴らしいアトラクションが用意されているので、該当する人以外の方もお出かけ下さいとの連絡がありました。

## 4 町交流グラウンドゴルフ大会

9月4日残暑厳しい中、広域公園第2球技場（人工芝）で「第45回4町交流グラウンドゴルフ大会」が開催されました。今回は藤興園町内



が幹事で総勢81名（A シティ26名）が参加し日頃の練習成果を競いました。A シティは夏休み明けで練習不足での参加でしたが、男性の部で亀田さんがホールインワン4個で見事優勝、その他7位田村さん、8位守井さん、10位大谷さんと4名が入賞。女性の部では4位栗栖幸江さん、8位片岡さんが入賞しました。



次回は11月20日（月）に花の季台が幹事で開催予定です。

## 清掃活動

9月23日18名で道路清掃を行いました。通常は第3日曜日ですが、9月は社協のクリーン作戦に参加ということで23日になりました。暑くもなく寒くもない程よい天気皆さん張り切って（？）清掃にとりかかりましたが、思いのほかゴミが少なく少し物足りなかったのではないのでしょうか。清掃後お茶とお菓子で談笑しました。



## 9月ふれあいサロン開催

31名の参加で9月6日午後2時半から(第1水曜日)第5回ふれあいサロンが開催されました。第3回に絵手紙の会メンバーによる作品展示と実技指導が好評でした。そこで今回は能楽の知識が深い田村さんに「仕舞」の基本を教わりました。最初に仕舞は「楽器の伴奏は無くまた面や衣装も付けなくて謡だけで舞います」との説明後、実際に扇を持つての実技指導を受けましたが簡単には出来ません。よほどの機会が無いと体験出来ない事を体験出来たと好評でした。熱心な数名の方から10月のふれあいサロンでも教わりたいと申し出がありました。その後お喋りを楽しみました。

第6回ふれあいサロンは9月20日(第3水曜日)午後1時半からの健康体操教室終了後2時半から開催されました。健康体操教室は11名が参加し川下講師の指導で、ゴムベルト・ボールを使用し基礎体力向上と転倒防止を目的にストレッチ。その後健康足踏み台の上で足踏みをする運動をしました。足の裏は第2の心臓と呼ばれており数多くのツボがあり、そこを刺激すると万病に効くといわれ江戸時代から行われている有名な民間療法です。(昔は青竹を割って使用していました)川下講師から「足踏み台で足踏みするのは性別・年齢関係なくどなたでも、どこでも手軽に出来る健康法です。おすすめします」との説明後1時間の教室は楽しく終わりました。

第7回ふれあいサロンは10月4日(第1水曜日)2時半から「脳トレゲーム」の企画しています。第8回は10月18日(第3水曜日)1時半から健康体操教室、2時半からふれあいサロンが開催されます。ふれあいサロンは広島市で9月よりスタートした高齢者いきいき活動ポイント制度のポイント対象になります。ポイント手帳が手元に届いた方は参加当日持参ください。



## 広域公園花壇植え替え

今年度2回目の花の植え替えを9月14日に22名で撤去と耕作、21日に28名で花植えをしました。今回は枝垂れ桜下花壇が桜が病気になって、このままでは枯れてしまう恐れがあるので、花を植える面積も少なくなり、また、撤去後の耕作も桜の根を切ってしまう恐れがあるので、耕運機での耕作はダメで、手作業で鍬を使っての耕作となりました。花を植えた後も今までとは様子が異なり少し寂しくなりました。それでも、何時も通り花植えはきれいに植えられてこれから広域公園を訪れる人の目を楽しませてくれると思います。ご協力いただいた皆様有難うございました。なお、花はなでしこ、キンギョソウ、ジニア(百日草)、ラベンダーです。



## 子ども会とのふれあい

9月24日子ども会との交流会（ゲームで遊ぼう）が管理センター大ホールでANCから8名参加して行われました。

今回、ゲームは箸つかみ競争と綱引きの2種類でした。綱引きは4チームに分かれてそれぞれにANCの会員が1～2名入り、引き合いをしました。最初はそんなに真剣にならずに遊びのつもりでしたが、いざ本番になるとみんな真剣になり、終わると腰が痛いとか疲れたとか



子どもたちとの年の差を実感しました。その後、子ども会が11月12日の秋祭りでAシティを練り歩くお神輿の引綱を作ったり、少し修復したり、飾り付け作業をし終わると、きれいになりました。立派なお神輿の完成です(?)。今年も賑やかで子どもたちから元気を貰った会でした。

## サークル活動

### ゴルフ同好会



### ANCゴルフ同好会メンバー大募集!!

毎月1回楽しく開催しています。老・若(60代)・男・女を問わず、どなたでもお気軽にご参加ください。9月の研修会は千代田ゴルフ倶楽部で11名のメンバーで行いました。今回は難コースという訳でもないのですが、ハンディ改正も大詰めに入ったこともあってネットのアンダーパーはありませんでした。優勝は北村さんで、2オーバーの74でした。準優勝はネット79の小田さん。第3位はネット79のタイスコアで沖さんでした。10月の研修会は13日(金)に広島紅葉CCで開催予定です。距離のないコースですので好スコアが出そうです。

### 楽唱会



9月から練習会場がアリーナのサウンドルームに戻りました。やはりステージの集会室より広いのでゆったり練習できるような気がします。

文化祭のステージまで練習時間も少なくなりました。伴奏の先生にも来ていただいて最後の仕上げをしていきたいと思えます。

### カラオケ同好会



10月の開催日は昼の部は13日、27日 14時～。夜の部は11日、25日 18時半～です。小ホールで一緒に歌いませんか?

### AG会



9月25日17名が参加し9月研修会を安佐北区久地の花みどり公園GGコースにて開催しました。秋晴れの良い天気にも恵まれ熱戦を繰り広げました。天然芝のコースで本グリーンが芝養生のため、コース内の仮ホールを使用したコースに皆さん苦勞されましたが楽しくプレー出来ました。もみじコースとつつじコースを各2ラウンドの4ゲームを行い成績は、男性の部優勝大谷さん、2位勝田さん、3位守井さん。女性の部優勝片岡さん、2位菰木さん、3位井田さんでした。10月は芸北オークランドGGコースを予定しています。