

ANCだより

A・ナイスクラブ

第 218 号 2019. 10. 1 編集責任者 沖 武宏

ANC会員数

123 名

男性 65 名

女性 58 名

令和 元年 10 月 1 日



バス旅行

今年のバス旅行は37名の参加で9月28日（土）「尾道造船所での進水式見学」と「鞆の浦街並み散策」に行きました。

8時40分に管理センターを出発し、最初の目的地「尾道造船所」に着きました。11時10分から全長245、9m・幅42、0m11万tの巨大タンカーの進水式見学です。その大きさはエディオンスタジアムのサッカー場として使用する天然芝フィールドが全長107m・幅73、3mですから想像がつくと思います。進水式は誰でも予約無しで見学できますので非常に多くの皆さんが見学に来ていました。予定通り11時10分になりますと開会の辞、国歌演奏、命名、など終わると支綱切断、花火が上がり船首のくす球が割れると巨大な鉄の塊がポルノグラフィティの曲が流れる中、地響きを立てながら尾道水道に滑り込みました。最後に餅まきが行われ、拾われた会員もありました。この船は来年4月まで掛けて内装を行いその後、中東から日本に原油を運ぶそうです。



次に鞆の浦から海援隊いろは丸を模した渡船で10分余り 仙酔島に渡り国民宿舎名物の鯛料理で昼食を摂りました。仙酔島にも洞窟塩風呂や五色岩など観光スポットもありますが、今回は時間が無く観光は出来ませんでした。最後は「鞆の浦街並み散策」です。当地は瀬戸内海のほぼ中央に位置していますから、遣隋使、遣唐使の時代から塩待ち風待ちの港として栄え、町内には由緒有る寺院や神社、旧跡などがあり、昔ながらの街並みも多く残っております。映画やドラマのロケに使用された常夜燈、鞆の浦を代表する絶景スポット対潮楼を散策し、皆さん今回のバス旅行を堪能され帰路に着きました。今回参加されなかった皆さん次回は是非参加下さい。お待ちしております。



10月の行事予定

1日 交通安全指導

7日 定例役員会

16日 大塚小学校稲刈り

20日 道路清掃

26日 健康ウォーキング&芋煮会

3日 10日 17日 24日 31日 百歳体操：ふれあいサロン

9 月度定例役員会(9/2 開催)の報告

以下の内容について討議しました。

議題①《秋季バス旅行》9月28日(土)尾道造船進水式と鞆の浦散策

会費 3,500円(ランチ1,620円込み)締め切り9月17日

議題②《広域公園花壇植替え》花撤去 9月9日(月) 花植え付け 9月24日(火)

議題③《下半期活動計画確認及び担当役員決定》

議題④《子ども会交流》9月29日(日)10時より 大ホールにて開催。

議題⑤《広島市老人クラブ連合会について》

現在受給している市の補助金とは別に、市老クラブ連合会に補助金制度があるので内容確認して入会を検討する。

第53回4町交流GG大会開催

9月2日(月)大雨警報が発令されていましたが見事に外れ、蒸し暑い中いつもの広域公園第二球技場で第53回4町交流グラウンドゴルフ大会が藤興園町内会の幹事により開催されました。総勢74名(男45名・女29名、内A.CITY24名(男16名・女8名))が参加して3ラウンド行いました。我がAシティメンバーは1か月半の夏休みで落ちた技と勘を本番までには取り戻すべく、直前に練習日を設けて本番を迎える算段をしていました。



ところが当日は雨で練習が出来ず、いきなりぶっつけ本番となりました。そのせいかAシティの成績は振るわず、10位までの入賞者は男性の部で9位佐藤さん(フォルスト)、女性の部で同じく9位井田さん(イスト)でした。11月25日に花の季台町内会が幹事で開催される次回には、多くの方が上位入賞することを期待します。

広域公園花壇植替え



9月9日に20名が参加し花壇の花撤去と耕作を行いました。スポーツ協会の都合もあり少し間が空きましたが、9月24日27名が参加し花植えを行いました。両日とも天候に恵まれ気持ち良い汗をかきました。しだれ桜下に「なでしこ」、第

1球技場横花壇に「キンギョソウ」、プランターに「キバナコスモス」を植えました。皆さん慣れた手付きで穴を掘る人、水を入れる人、花を配る人、花を植える人と手際よく作業が進み2時間程できれいに植えられることができました。次回12月の植替えまでの間、灌水・除草・周辺清掃と花壇管理の協力を宜しくお願いします。



清掃活動

台風が過ぎ去った23日、24名で行いました。ゴミはいつもより多めでした。暑かったです。

ふれあいサロン開催

9月はまだまだ残暑が続きましたが、百歳体操は健康に関心の高い多くの皆さんが、またカフェではお菓子と飲み物でお友達とのおしゃべりを楽しみ、4回合計79名の皆さんが参加されました。

いきいき百歳体操を週1回継続することで筋力がつき、立ち座りや階段の上り下りが楽になりますし、転倒しにくい体になりますので骨折してそのまま寝たきりになる事を防ぐ効果が期待されます。かみかみ百歳体操は口や舌の動きを滑らかにし誤嚥を防ぐ効果が、しゃきしゃき百歳体操は認知機能を高める効果が期待されます。いきいき百歳体操はこれらの運動を組み合わせ楽しんでいきます。

まだ体験されていない皆さん、参加費は100円です、お気軽に一度体験されませんか。お待ちしております。会場はアリーナIV番館地下サウンドルーム、開催日は行事予定に記載してあり開始時間は午後2時からです。この行事は高齢者いきいき活動ポイント対象です。ポイント手帳をお持ちの皆さんはご持参下さい。



子ども会と交流

9月29日(日)10時から11時まで管理センター大ホールで、子どもたち45名とANCメンバー15名が「じゃんけん列車」と「綱引き」で遊びました。「じゃんけん列車」は音楽がストップしたら相手を見つけ、じゃんけんして負けたら後ろにつくというゲームで最後まで先頭にいた人が勝ちというゲームでした。綱引きは赤、緑、黄色のグループ対戦し、どのチームも1勝ずつで引き分けになりました。その後子ども女子対ANC、子ども男子対ANCの熱戦が繰り広げられ、最初は力を抜いてやろうと思ったけれどやっぱり全力を出してしまって大汗をかきましたが、楽しい時間を過ごしました



私の故郷

最終回「六郎貞介」さん 取材 杉原雄一郎

平成6年に第11回アジア大会の開催が決定し、官民により広域公園陸上競技場を中心として「西風新都」や「アストラムライン」などに1兆3000億円が投資され現在の姿になりました。平成6年10月2日、六郎家が何代も汗水を流し開墾した八反の田圃に建築された素晴らしい競技場で開催された、アジア大会の開会式を亡き両親はどの様な気持ちでアジア大会の開会式を見ていたでしょう？多分非常に誇らしい気持ちだったと思います。

25歳になり見合い話があちこちから持ち込まれますが、もう一つ前向きになれません。それは現在ではその様な事はありませんが、当時は県外に出て出身地を聞かれたら「広島だと話すな」とか、「原爆それも黒い雨を浴びた人と結婚すれば不幸な子供が生まれる」と噂が信じられていた時代でしたからです。でも妻は広島日赤病院原爆病棟で看護婦をしていましたので、原爆の影響が子供に影響するのは根拠の無い話だと理解していました。そこである方の紹介で私と見合いし昭和42年に結婚しました。後日談ですが、妻は「六郎」は苗字では無く名前だと思ったそうです。現在は子供達3人既に独立して家を出ており現在は、妻と2人で静かに暮らしています。今年78歳になり決意しました。それは自分で田圃を作り子供や孫に安全で美味しい米を食べさせてやりたい。それにはトラクター等の農機具を正確操作出来る体力を維持しなくてはなりません。これからより一層健康に注意し妻は反対すると思いますが、最低後5年はトラクターに乗ると。以上で「わたしのふるさと」の話は終わりとします。

サークル活動

ゴルフ同好会



第9回研修会は9月20日(金) 北広島町の千代田ゴルフ倶楽部で実施しました。台風17号が接近中だった為雨を心配しましたがプレー中は晴れ後曇り時々微風、この時期としては暑くないゴルフ日和になりました。千代田ゴルフ倶楽部は距離がしっかりあり飛距離の落ちた我々年代には好スコアがなかなか難しいコースですが、そこは若手のホープ伊藤さんがうまくまとめて1アンダーで優勝、2位は実力者の守井さん、3位は練習熱心な山下さんでした。「伊藤さんは今年2回目の優勝ですか、流石ですね」「今日はパープレイ狙いで・・・ハイ。優勝は皆さんのお蔭です。昨年もここで優勝していますのでコースが私に合っているかも、ウフフ」 次回は10月25日(金) 鈴が峯CCです。好天を祈念します。

楽唱会



12月の教養講座で楽唱会の歌を聴いていただくことが本決まりになりました。10月からの練習回数は2週間に一度で残すところ5回となりました。先生からの注意箇所はいつも「やればできるじゃない!!」とOKがでるのですが「でも2週間たつと忘れてしまうのよね」と誰かがつぶやくと皆で大笑い。そんな練習風景が続いています。そろそろピアノ伴奏の先生にも来ていただいで練習に入ります。

シネマサロン



10月のシネマサロンは4日(金) 15日(火)の2回の特別企画です。1回目の4日(金)は老年の生き方に希望を与えるANC必見『最高の人生の見つけ方』(10月吉永小百合でリメイク)と、あのころみんなで口ずさんだ誰でも知っている『青い山脈』(かわいい吉永小百合版)。2回目は15日(火)、人気の西部劇と一昨年封切の最新の映画。黒澤明の「用心棒」を西部劇に翻案したマカロニ・ウェスタンの代表作『荒野の用心棒』と、本屋大賞、2017年映画化した『羊と鋼の森』。お楽しみに!!

AG会



9月12日(水) 8時30分に会員12人(内女性6人)が車3台に分乗し、廿日市市吉和の魅惑の里グラウンドゴルフ場でのコンペに向け出発。7年ぶりのグラウンドで、時節柄たくさんの赤トンボが我々の周囲を飛び回る中、3R行いました。成績は1位守井、2位河野、3位富永の各氏、女性トップは6位の苜木さんでした。昼食と入浴後、余力のある健脚者7人は近くの瀬戸の滝を目指しました。苔むした石や倒木がある悪路を歩くこと20分。やっと巨岩や原生林の間に落差28mの滝が眼前に現れ、汗だくの苦労分を取り戻すためにも滝からマイナスイオンをいっぱい浴びて来ました。この後、道の駅とごうちに立ち寄り16時に帰着しました。

頭の体操：カタカナ計算

今回はカタカナで書かれた計算式を、頭の中で数字と+か-に置き換えて暗算で計算して下さい。この問題は計算力だけでなく暗記力や集中力を鍛えます。*解答はANCだよりの何処かにあります。

① ヨンタスイチタスサンヒクニヒクゴ =

⑤ ナナタスキュウタスゴタスサンヒクニ =

② ロクヒクニタスゴヒクナナタスヨン =

⑥ イチタスゴタスサンヒクニヒクロクタスハチ =

③ サンタスゴタスニヒクハチタスナナ =

⑦ ゴヒクサンタスナナヒクロクタスヨンヒクニ =

④ ハチヒクロクタスキュウヒクサンタスゴ =

⑧ ニタスハチヒクキュウタスナナヒクサンタスゴ =