

ANCだより

A・ナイスクラブ

第 249 号 2022. 5. 1 編集責任者 茂木 恵子

ANC会員数

144 名

男性 74 名

女性 70 名

令和 4 年 5 月 1 日



会長就任あいさつ

ステージ住区 茂木 恵子

ANC設立20周年の節目の年を過ぎ、また新たな気持ちでスタートする時に会長という重責を引き受けました。力不足ではございますが他の役員の方と共にANCのために尽くしていきたいと思います。私が入会したのはちょうど10周年の年で、あの頃は4月の花見は広域公園の桜並木の下での楽しい宴でした。正月の新年交歓会で神楽を見て桜の植樹もあり、ふれあい祭りの手伝いや広域公園の花植え、そしてバス旅行と参加する中で顔見知りの方もたくさんできました。

役員の中でお手伝いをしている中で気が付いたことがあります。それは最近の入会者はここ2～3年にAシティに転入されてきた方が多いこと、その反面60才代の入会者が少ないことです。今は元気な7～80才代が多いですがこの先を考えると若い世代にもたくさん入っていただきたいと思います。まずはたくさんあるサークルからのお誘いはどうでしょうか。お近くにそんな方がいたら是非お声がけをお願いします。遠くの親戚より近くの他人で助け合いも出来ると思います。このコロナの騒ぎが落ち着いた時には以前のようにみんなで集まり、楽しむそんな行事を提供できたらと考えていますのでよろしくお願い致します。



令和3年度活動報告・令和4年度活動計画（案）承認結果報告

「令和3年度活動報告・収支報告、令和4年度活動計画・予算・役員候補案の各議案については会員の過半数以上の賛成で承認いただきました。「令和4年度活動計画、予算、役員候補」は（案）を削除し決定になりました。また、貴重なご意見も頂戴しておりますので今後の運営の参考にさせていただきます。

3月末会員数 144名 投票総数 107票

第1号議案	令和3年度活動報告	賛成	107票	反対	0票
第2号議案	令和3年度収支報告	賛成	107票	反対	0票
第3号議案	令和4年度活動計画（案）	賛成	107票	反対	0票
第4号議案	令和4年度予算（案）	賛成	107票	反対	0票
第5号議案	令和4年度役員候補（案）	賛成	107票	反対	0票

令和4年度役員

会長 茂木 恵子（ステージ）

副会長 守井 恒隆（パレット）事業担当 牛丸 敏雄（ステージ）行事担当

杉原 雄一郎（アーバン）広報担当 白根 佳雅（イースト）運営担当

会計 田村 尚久（アーバン） 監事 竹村 義則（アリーナ） 顧問 沖 武宏（パレット）

幹事 香川 和子（アリーナ） 岡 晴美（フォレスト）

住区幹事 斎藤 信義（アーバン） 林 幸司（フォレスト）市老連担当兼務 佃 敏男（アリーナ）

牛丸 敏雄（ステージ）兼務 藤井 由美子（パレット） 早川 斉（イースト、ウエスト）

健康ウォーキング

担当 佃 藤井

4月23日（土）朝10:00管理センターを出発総勢18名の参加でした。

いつものとおり大塚小を通過、大塚中通り急勾配の坂を喘ぎ喘ぎ登ります。今は桜も散り躑躅にはまだ早い間なのです。それでも藤の花とか小手鞠、路傍には瑠璃まつりの愛らしい花が咲いています。北公園に着くころは、今まで晴れていた空もどんよりとした雲が空一面を覆ってきました。ここで10分程の小休止をとります。

坂はここまで。あとはほとんど平坦の道か下り坂なので楽です。こころ大橋を渡ると佐伯区の住宅街、そして石内北小学校を左折してこころ第11公園に至ります。林さんお手製のシフォンケーキに舌鼓をうち、会員の皆様思い思いに談笑したり眼下の風景に見入ったりひと時の癒しの時間を堪能。15分の憩いでした。

今回から藤井さん（パレット幹事）と一緒に担当をして下さり心強い思いです。そして休憩後、一気にこころ南住宅の中にある公園を突切り階段を降り大通りにいたります。信号を渡ればそこは梶毛ダム上にあるレイクサイドパークです。石段で記念写真を撮り、沖元会長の挨拶の後解散しました。皆様又のご参加をお待ちいたしております。



今月の一首

髪五尺 ときなば水に やはらかき 乙女心は 秘めてはなたじ

与謝野 晶子



百歳体操&ふれあいサロン

「まん延防止等重点措置」は3月7日に解除されましたが、広島県では毎日1,000人前後の新規感染がでておりまだまだ安心出来る状況ではありません。そこで体温測定・消毒・マスク着用等を守り、「サロン」はお休みし「百歳体操」のみ楽しく行いました。

過度に「コロナウィルス感染症」を恐れ、おうちばかりで過ごしていると「フレイル（加齢等によって身体的にまた精神的に衰える事）」に



なる可能性が高くなります。それを予防するには無理の無い範囲で運動を身につけることです。そこで1時間余りで出来、無理をしない「百歳体操」は最適です。是非参加しませんか。5月は、5日（こどもの日）はお休みし12日・19日・26日の木曜日2時から1時間余りアリーナIV番館サウンドルームで感染防止対策を施し行っています。体調に注意しマスクを着用して是非お出掛け下さい。

清掃活動

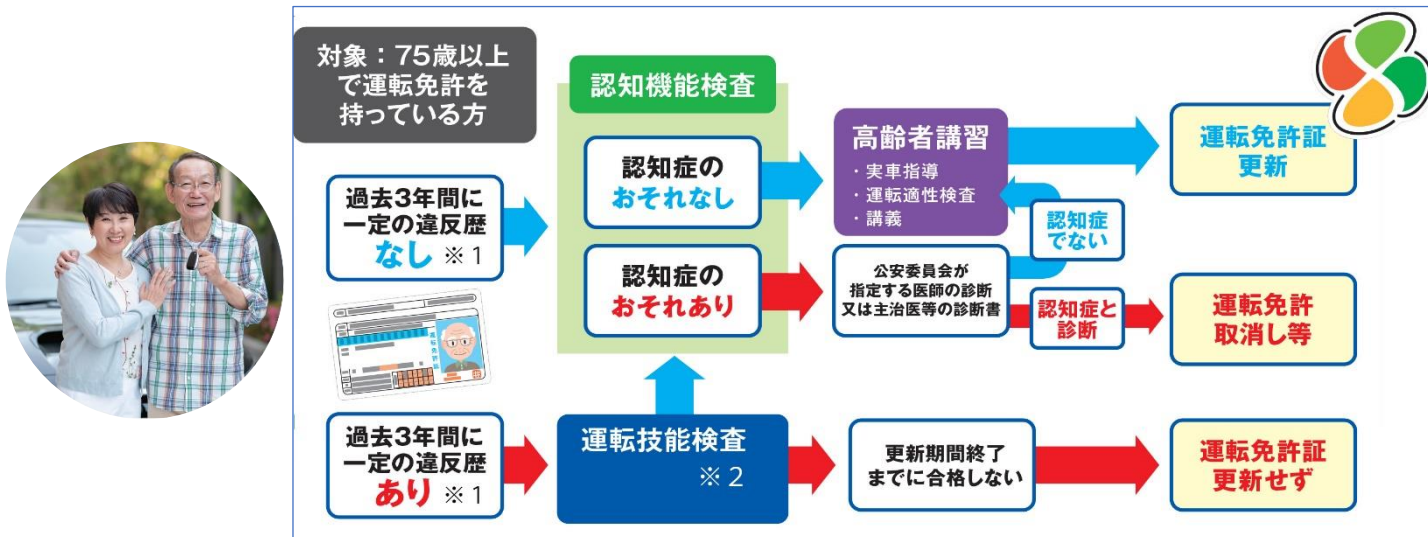
4月17日 23名で行いました。パレットの藤井さんが新しく担当になり皆さんに紹介しました。

晴天の元 気持ちの良い空気を感じながらの活動でした。

高齢者（75歳以上）運転免許証の更新制度が変わります

令和4年5月13日より施行

- 運転技能検査⇒75歳以上で過去3年間に信号無視などの違反がある方（※1）は、運転技能検査（※2）に合格しなければ、運転免許証の更新を受けることが出来なくなります。
- 認知機能検査⇒認知機能検査が従来よりも簡素化されます。また、認知症でない内容の医師の診断書を提出した場合等には検査が免除されます。
- 高齢者講習⇒認知機能検査で認知症のおそれなしとの結果が出た場合、実車指導・運転適性検査・講義の3講習2時間に一元化されます。普通自動車を運転する事が出来ない



バイクの免許などしか保有してない方、運転技能検査で合格された方は実車指導が免除され1時間の講習となります。

- * 1 違反として信号無視・速度超過・安全運転義務違反・踏切不停止・携帯電話使用・通行区分違反等ほとんどが定められています。
- * 2 実際にコース内で車を運転し指示速度走行・一時停止・信号通過・段差乗り上げ・右折左折などのテクニックが確認されます。

◆サポートカー限定免許制度◆

運転に不安を感じる方に対して免許証の自主返納だけでなく、より安全なサポートカー（一定の条件を満たす衝突被害軽減ブレーキ等の安全運転支援装置を備えた車を言いますが、該当車種はカーディーラーに確認下さい）に限って運転を継続出来るという新たな制度です。サポートカー限定免許の申請は運転免許証の更新時に合わせて出来ます。

上記の問い合わせは「広島運転免許センター ☎ 082-228-0110」までお願いします。

4月度役員会報告

令和3年度ANC活動報告、令和4年度の活動計画の承認について、総会員数144名中、107名の回答をいただきました。

議題1、健康ウォーキングについて

1年間の計画として、1月、8月、12月を除く、9回を予定します。4月は23日（土）梶毛ダム。5月は18日（水）を予定。

議題2、ANC20周年記念誌について

20周年記念行事として、屋外時計設置、記念サックスコンサートに引き続き、5月上旬に記念誌を発行します。

サークル活動

シネマサロン



5月のシネマサロン。3日(火)は今話題の2作品。午前はウクライナで撮影されたM・マストロヤンニ、S・ローレン主演の「ひまわり」と、午後は今年のアカデミー賞暴行事件で例えられたデミ・ムーア主演の「G. I. ジェーン」。16日(火)はハラハラドキドキのパニック映画2作品。午前は豪華客船転覆からの脱出劇、G・ハックマン主演の「ポセイドン・アドベンチャー」と、午後は地球を救うべく宇宙に旅立つ男たちの死闘を失語症により俳優業を引退するB・ウィリス主演の「アルマゲドン」。お楽しみに…。

ゴルフ同好会



ゴルフシーズン到来の4月は研修会を2回行いました。11日(月)は宮島志和CCで15名が参加し好天の下楽しくプレーできました。芝目のきつい高麗芝に苦しみながらも10名が100切りを達成する中、山下さんがネット60という驚異的なスコアで2年振りの優勝を果たしました。2位が飯田さん、3位が山田政弘さんでした。22日(金)の広島紅葉CCの研修会も絶好のコンディションの下、11名が参加して実施しました。優勝はネット67の斎藤さん、2位はベスグロ(80)の白根さん、3位は渡部さんでした。ニアピン2個を獲得した小田さんは惜しくも4位でした。ゴルフ場から喜寿を迎えた牛丸さんと古希の佐々木さんに記念写真とワインがプレゼントされました。5月も9日と23日に研修会を予定しています。参加者募集中です、一緒にプレーを楽しみませんか。

楽唱会



春らしい陽気になりみんな元気に集まっています。最初に腹式呼吸の練習をたっぷりして歌い始めます。先生の楽しいご指導でこの一時間半は歌って笑っての時間を過ごしています。まだ大きなマスクを付けての練習ですが間違えても見えないんだから大きな声を出しましょうと言われみんな頑張って声を出しています。今月は新曲ビバルディの四季の中から「秋」の練習が始まりましたがこの曲はパパパヤ・パパパヤだけの曲でした。愛唱歌集の中から春の歌も数曲歌いました。

AG会



4月27日(水)に会員13人(男9人、女4人)が深入山グラウンドゴルフ場(安芸太田町)に行きました。当日は昨夜来の大雨が止んで、道中は黄緑と深緑が綾なす山肌が鮮やかでした。プレー中の足元は一部ぬかるみが残っていましたが、昼前には爽やかな晴天になり3R行いました。その結果、上位成績者は1位守井さん、2位佐藤清さん、3位富永さん、女性1位は井田さんでした。唯一のホールインワンは出張さんでした。成績表彰後、山焼きの名残で黒々した深入山を背景に仕出弁当の昼食を摂り、食後は散策がてら、わらび取りもできました。5月は、土師ダム公園グラウンドを予定しています。

「老人クラブ運営補助金」申請

4月13日に広島市へ令和4年度「老人クラブ運営補助金」交付の申請をしました。所定の会員数、活動を満たす老人クラブに対して、運営費補助金が交付されます。活動対象として、社会奉仕活動・教養講座開催・健康活動いずれかの活動を毎月会員延べ25人以上で行っている事が条件となっています。会員数が140名以上になっていますので、6月には95,000円が支給される予定です。

5月の行事予定

2日 定例役員会

3日 17日 シネマサロン

15日 道路清掃

12日 19日 26日 百歳体操

18日 健康ウォーキング