

# ANCだより

## A・ナイスクラブ

第 254 号 2022. 10. 1 編集責任者 茂木 恵子

ANC会員数

155 名

男性 81 名

女性 74 名

令和 4 年 10 月 1 日



### 健康ウォーキング

9月24日久しぶりのウォーキングを実施しました。好天と相まって23名の参加者で賑わいました。ステージの買場さんとパレットの梅津さんが初めて参加されました。

準備運動をすませ予定通り10時に管理センターを出発しました。大塚小学校の側道に入るとここは幅員が狭く交通量も割合多いようで注意しながら歩きます。途中胡子神社で1度目の全員写真を撮りました。さてこれからが急坂の始まりです。大した距離ではありませんが急な登りで喘ぎながらもくもくと登りました。登りきった所が花の季台のはずれで、ヘアピンカーブのように急に左に曲がります。これからは平坦で歩きやすく本当の散歩コースで途中公園があり此处からの東側に開けた山々の眺望はなかなか素晴らしくここで暫し休息をとりました。

いつも林さんが持ってきてくれるおやつに舌鼓をうち、和やかな談笑があちこちに。ここを過ぎればあとは大塚小学校まで5分くらいで着きます。アーバンの横で流れ解散となり、今回も無事故で終わる事が出来ました。来月もまたご参加をお待ちいたしております。



今月の一首

『あかあかや あかあかあかや あかやかや

あかあかあかや あかあかや月』

明恵上人……鎌倉時代(1173年) 現和歌山市有田町 出身

日本で初めてお茶の栽培を始められた高僧のようです。句の最後の月が無ければ何のことやらさっぱり分かりませんね。



### 10月の行事予定

3日 定例役員会

16日 道路清掃

4日・18日 シネマサロン

6日・13日・20日・27日 百歳体操

健康ウォーキング&芋煮会 下旬予定

## 百歳体操&ふれあいサロン

8月は新型コロナの感染拡大が予想されましたので開催を取りやめましたが、9月は感染拡大が小康状態になりましたので感染には十分注意し5回開催、90名の参加がありました。新型コロナの感染や猛暑などで外出の機会が少なくなった皆さん運動不足ではありませんか？運動不足になりますと、血行不良になる、筋肉が衰える、心臓が悪くなる、太りやすくなる、骨が弱くなる、姿勢が悪くなる、などの症状が出る可能性が高くなります。毎週木曜日午後2時からアリーナIV番館サウンドルームで開催しています。運動不足解消に是非お出かけ下さい。



## 9月度役員会報告

1. 9月の健康ウォーキングは、24日(土)実施予定。10月は当月役員会議で決める。
2. 広域公園の花植えは7日花壇整備、15日花植えを実施。
3. 9月と11月予定の4町交流グランドゴルフは、コロナ禍のため中止。毎年、年4回(5月、7月、9月、11月)の開催も3年連続中止となった。
4. 7月中止のバス旅行は、社会見学を兼ねて11月に予定。コースは7月と同様、築城400年の福山城、松永はきもの資料館、尾道千光寺公園で検討する。
5. 10月16日に計画の「広域公園祭」は中止となった。来年以降については未定。
6. 11月6日の文化祭は、「昔遊び」と「子ども神輿の警備」(メリーハウスまでの行程)の要請が自治会より要請があり協力をする。尚、発表会は管理センター大ホールで10時~14時に行われ、楽唱会が参加予定。なでしこは通路で展示。
7. 自治会主催の敬老会は、コロナ禍のため今年も祝賀会是不実施。自治会長とANC会長の対談(すずこの部屋)をYouTubeで流す。尚、70歳以上の高齢者には記念品を贈呈。
8. サウンドルームで、Wi-Fiの接続が可能になった。また、他の利用者による無許可のカラオケ設備使用があり、「無断使用不可」の表示と管理センターへの注意喚起を行った。

## 秋の七草

投稿 フォレスト 佐藤清治

異常な暑さだった今年の夏も高校野球は仙台育英高校が優勝して終わり、子供達の元気な声が校庭に戻り、季節は進み高い空には鰯雲が浮かび野には秋の花が咲き始めています。

そこで「秋の七草」の話題を投稿しました。

山上憶良が万葉集に収めた和歌で「秋の七草」を詠んだのが始まりと言われています。

その「秋の七草」は。



- ① 萩 (はぎ) の花 「草かんむり」に「秋」と書きます。秋を代表する花です。
- ② 尾花 (おばな) 「すすき」の別名で、お月見には欠かせないお飾りの一つです。
- ③ 葛花 (くずはな) 根を乾燥し風邪薬や胃薬として現在でも使用しています。
- ④ 撫子 (なでしこ) 日本女性の清楚さを表現した「大和撫子」の「撫子」はこの花です。
- ⑤ 女郎花 (おみなえし) 優雅で美しい花です。その為多くの歌や句にも読まれています。
- ⑥ 藤袴 (ふじばかま) 現在は野生の藤袴はほとんど見られません。絶命危惧種です。
- ⑦ 桔梗 (ききょう) 多くの武将が明智光秀を先頭に多くの武将が家紋に使っています。

## 花壇整備と花の植え替え

9月7日9時から17名で広域公園4ヶ所の花壇を処理し、植え替えの準備をしましたがサルビアは根が張っていてかなり苦労しました。そして、9月中旬とは思えない暑さで「熱中症警戒アラート」発令中の15日9時から25名汗びっしょりになりながら植え付けを行いました。植え付けた花は、しだれ桜下花壇に秋の七草の一つ「撫子」、銀杏並木沿いのプランターと通路プランターに一株でたくさん



花がつく「キバナコスモス」、第一球技場横に金魚を連想させる「金魚草」を植えました。散歩の途中に立ち寄って楽しんで下さい。これからも花壇の手入れに皆さんの協力をお願いします。協力して頂ければいきいき活動ポイントが2ポイント付与出来ます。



## 江夏の21球

投稿 フォレスト 林 幸司

球団設立以来25年経過しやっと広島カープが初の日本一となる昭和54年近鉄バッファローズと3勝3敗で迎えた最終戦、後々語り草になった「江夏」の活躍をクイズにしました。40年余り以前の事ですけど野球ファンでしたら覚えておられますよね。

① 江夏は何回から登板した？

イ. 当時はロングリリーフが当たり前7回から投げています。

ロ. 回またぎのリリーフで8回からマウンドに登った。

ハ. 近鉄表題「21球」の通り9回から投げた。

② 日本一になったこの試合の勝利投手は誰？

イ. 池谷公二郎

ロ. 北別府学

ハ. 山根和夫

ニ. 外木場義郎

③ 試合は4-3で広島カープの優勝。試合を決める6回の2ランホームランを打った選手は誰？

イ. 高橋慶彦

ロ. 衣笠祥雄

ハ. 水沼四郎

ニ. 山本浩二

④ 9回満塁、古葉監督がリリーフの準備をさせたことに江夏は怒るが、マウンドに行き「気持ちはわかる」と声を掛け、冷静さを取り戻させた内野手は誰？

イ. 三村敏之

ロ. 衣笠祥雄

ハ. 水谷実男

ニ. 水沼四郎

⑤ この試合で敗戦投手になったのは誰？

イ. 鈴木啓示

ロ. 柳田豊

ハ. 山口哲治

ニ. 野茂英雄

⑥ この日本シリーズで最優秀選手賞を獲得したのは誰？

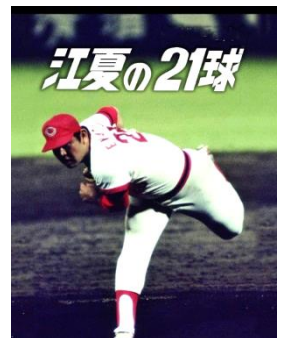
イ. 江夏豊

ロ. 高橋慶彦

ハ. 山本浩二

ニ. 三村敏之

解答は11月1日発行ANCだより第255号に掲載します。それまでお待ちください。



## 新入会員紹介

タワーズ・イースター2403

パレットI-603

アリーナI-506

飯田貞成さん

山本一也さん

中田 力さん

## サークル活動

### シネマサロン



10月のANCシネマサロンは、予定通り第一・第三火曜日に開催します。4日(火)は、崩御したエリザベス英国女王を追悼し、H・ミレン主演実録政治ドラマ「クイーン」と、企業の不正を題材にした池井戸潤原作「七つの会議」の2作品。18日(火)は、ファッション界で鬼の上司M・ストリープに堪えるA・ハサウェイの「プラダを着た悪魔」と、ANCリクエスト作品でR・ウィリアムズ主演の感動学園ドラマ「いまを生きる」の2作品です。お楽しみに。

### 楽唱会



Aシティ文化祭のステージ出演に正式に申し込み、出番は一番目ということになりました。10月からは伴奏の先生にも来ていただき最終の仕上げをしていきます。やはり久しぶりのステージ発表ということでみんなの気持ちも高まってきているようです。ウェルナーの「野ばら」「白い道」「あの山を思いだそう」「汽車にのって」の4曲を歌います。マスクをして歌うのは残念ですが今回は仕方ないですね。

### ゴルフ同好会



9月の研修会は和木ゴルフ倶楽部で16名のメンバーで行いました。今回は厳しい残暑の中、熱中症との闘いと各所にある池の対応に苦慮されたのか、ネットのアンダーパーはありませんでした。1位～3位までが1オーバーの73で並びHDの低い方から優勝は北村さん、2位牛丸さん、3位山田繁樹さんでした。10月の研修会は7日(金)に佐伯CC、24日(月)東映CCで予定しています。ゴルフ同好会では年12回研修会及びコンペを開催しています。皆さん楽しくプレーされていますよ、入会お待ちしております。

連絡先 (幹事) 守井恒隆 082-848-2107

### AG会



夏休みを終え、活動再開です。台風一過で秋晴れの9月21日(水)に会員14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。3年ぶりの高原グラウンドでプレーしていると、時折飛んで来る赤トンボやススキの穂が、爽やかな秋を倍感させてくれます。そんな中で3R行い、成績は1位田村、2位守井、3位佐藤の各氏、7位の井田さんが女性トップでした。賞品を授与し、昼食と温泉入浴後、特産館で地元農産物を購入し、帰路に吉和展望台まで上がり、女鹿平・十方・冠の3山を一望。しばし絶景を堪能し帰着しました。10月は紅葉で有名な深入山を予定しています。

## 囲碁将棋同好会のご案内

すでにAシティ内の掲示板をご覧になった方もいらっしゃると思いますが、ANC会員の有志の方が「囲碁将棋同好会」の立ち上げを計画しています。10月よりスタートしますので興味のある方は是非ご参加下さい。なお、人数他要件を満たせばANCのサークルとして活動することになります。

○日時 毎週 水曜日 13時～16時 ○場所 アリーナIV番館 コミュニティラウンジ

連絡先 フォレスト 植木 徹 ☎090-4264-2316

### 清掃活動

9月度清掃活動を9月18日に行いました。台風の影響で大雨予想でしたが蒸し暑い静かな朝で21名で行いました。