

ANCだより

A・ナイスクラブ

第262号 2023.6.1 発行責任者 茂木 恵子

ANC会員数

154名

男性 81名

女性 73名

令和5年6月1日



大塚学びの丘公園までの健康ウォーキング

今まで知らなかった大塚の魅力発見のイチ押し新コース。

5月27日(土)、コースの説明と簡単な準備運動の後、広島市立大学近くに位置する「大塚学びの丘公園」に向かい、午前10時に管理センター前を参加者は20名で出発。藤興園団地を抜けた後、大塚駅交差点を大学とは反対方向に曲がると、参加者の皆さんから戸惑いの声が…。でもご安心ください。少し遠回りですが今回のルートは、担当者が計画した推奨お勧めのコースなのです。

田植えが終わったばかりののどかな田園風景を眺めながら農道を進むと、高速道路下のトンネルに到着。ここで1回目の休憩を取りました。少し汗ばんだ体に通り返ける風が心地よかったです。水分補給の後、農道をさらに進むと、今回のコースの目玉である“そこだけ異空間”のような竹林が出現します。ここで2回目の休憩を取りました。「こんな所があったのか」と皆さん口々におっしゃっていて、ウォーキング担当者3人は密かにガッツポーズをしました。

その後大通りに出て、広島都市学園大学横の目的地「大塚学びの丘公園」に到着し解散。所要時間は1時間10分でした。さらに帰路でも、皆さん競ってオタマジャクシの写真を撮るなど、すっかり童心に帰り楽しい一日を過ごされたようです。来月もワクワクするような新コースをご案内します。皆様の参加をお待ちしています。※7月は暑さ対策のため、集合時間が、午前9時半に変更になります。ご注意ください。



ANC活動紹介

ウォーキングを兼ねたボランティア活動 …清掃活動…

毎月第三日曜日、午前9時から約一時間実施しています。

ANC幹事 岡 晴美

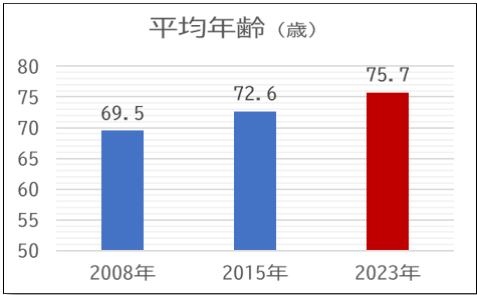
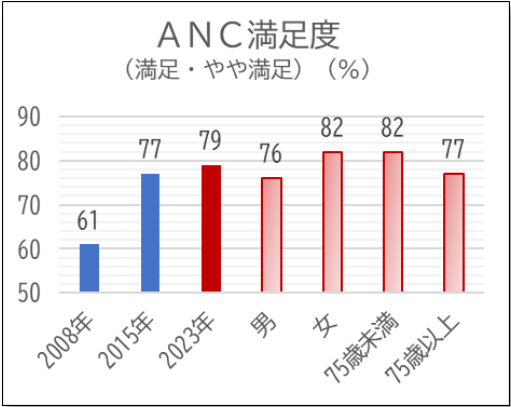
ANCが発足した2001年(平成13)から続けている歴史ある社会福祉の清掃活動で、2021年(令和3)、広島市から「広島市環境美化功労者」を受賞しました。私は担当になって6年目を迎えました。毎月第三日曜日の午前9時から約30分間、Aシティ中央交差点から大塚郵便局までの上下歩道と中央分離帯の緑地を、毎月20名前後の参加者で行っています。空き缶、ペットボトルや弁当の食べた後のカラ容器、そしてたばこの吸い殻も捨てられており、6~7袋

のゴミの量になっています。これまで、車のバッテリー、タイヤのアルミホイールカバーやカラスの死骸もあり驚いたことがあります。清掃が終わった9時30分ごろから、管理センターロビーで飲み物とお菓子で慰労と懇親を兼ねて、簡単な“お茶会”を楽しんで午前10時頃解散になります。皆さん、フレイル(心身脆弱)予防のつもりで、お気軽に参加してください。



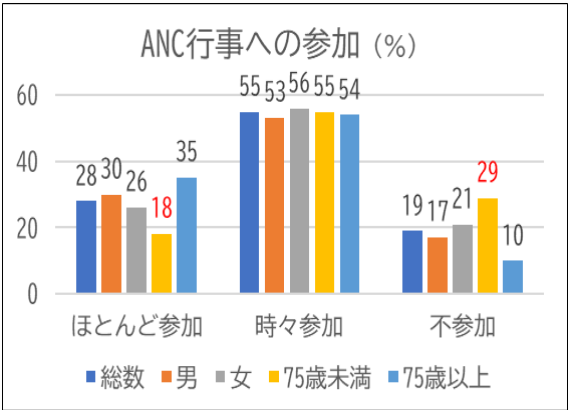
8年ぶりの実施、79%が満足

先月の5月、2015年(平成27)から8年ぶりにANCについての満足度アンケート調査を行い、ANC会員の半数以上86名(全会員156名)の方から回答をいただきました。前々回2008年(平成20)に行った結果と比較しながら見ていきます。ANCへの満足は、08年は61%の方々、15年は77%の方々でしたが、今回は79%と増えています。その中でも女性、そして75歳未満の若い方は82%の方々が満足されています。これから、100%の方が満足いただけるように頑張ります。



高齢化が進んでいます。

平均年齢は、08年が69.5歳、15年が72.6歳だったのが、今回は75.7歳と皆さん高齢になり、今後のANCの運営を考えると、75歳未満の若い会員の参加が望まれます。



ANC行事には、80%の方が参加。

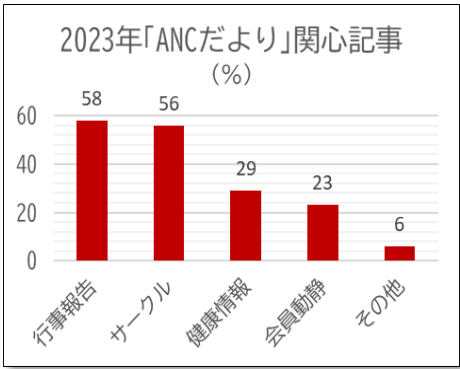
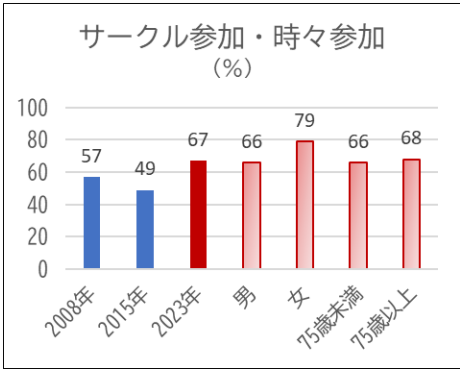
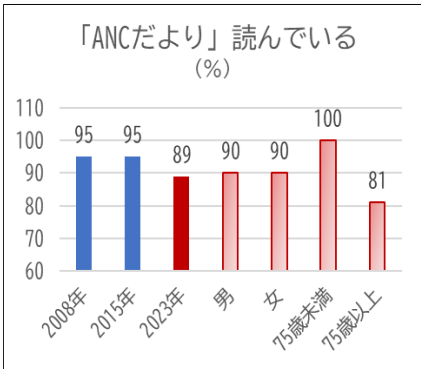
新年交歓会、花見会、芋煮会、バス旅行、教養講座、社会見学などの行事には、多くの方々に参加いただいておりますが、75歳未満の方々が少ないようです。これは、まだ仕事に就かれて自由な時間が取れないことが原因だと思います。仕事がひと段落終えた後には、ぜひともご参加ください。

サークル活動参加は、女性が積極的。

今期から囲碁・将棋同好会が加わり、現在、9つのサークルがあり、充実してきました。サークル活動においても、女性は79%の参加であり、積極的に女性上位は否めません。男性陣、頑張りましょう。またANCの会規約にもサークル活動の項が加わり、希望があれば、新たなサークルも発足し易くなりました。

「ANCだより」は…

ANCの方々への情報発信として機関紙を毎月お届けしていますが、過去2回の結果から、講読率が少し下がっています。特に75歳以上の方々です。関心のある行事報告、サークル情報に加えて、興味のありそうな記事に心がけていきます。



多くのアイデアをいただきました。

「健康ウォーキング」「日帰り旅行希望場所」「社会見学希望箇所」「教養講座テーマ」「希望行事」「希望サークル」、そして「ANCだよりの希望掲載記事」に、いろいろなご意見やヒントをありがとうございました。

日頃、できるだけ多くのANC会員の方々が参加いただける企画を検討しています。年齢や体調、また個人の好みなどありますが、出来るだけ個人負担が少ない、魅力ある企画を考えています。しかし、いつも満足とは言えないかもしれません。

多くのご希望をいただきましたので、参考にしながら提案させていただきます。

以下が、回答いただいたものです。ご参照ください。※()内は複数人数

●健康ウォーキング希望コース

広域公園武田山、近隣の寺社仏閣、花の季台一周、時には交通機関を使い少し遠く(2)、もう少し長い距離を歩きたい。

●日帰り旅行希望場所

【広島県】

鞆の浦(2)、三段峡、江田島、大崎上島・大崎下島、福山方面。

【山口県】

周防大島(2)、萩、山口県青海島、下関・門司港、山口県瑠璃光寺。

【島根県】

石見銀山(4)、紅葉の大山、足立美術館、三瓶小豆原埋没林公園、宍道湖大根島、出雲大社、松江、浜田、島根のアクアスランド、津和野・SL乗車、水木しげるロード(ゲゲゲの鬼太郎)。

【岡山県】

岡山市(後楽園・岡山城など)、牛窓、倉敷。

【四国】

松山市(坂の上の雲ミュージアム・砥部焼界限など)、今治、四国、しまなみ海道、讃岐うどん。

【その他】

道の駅巡り、5年前に行った場所であれば同場所でもいい。

●社会見学希望箇所

【企業】

マツダ本社工場(防府工場含む)(5)、オタフクソース(3)、福留ハム(2)、三原のコカ・コーラ工場見学、アンデルセンパン工場、カルビー、アヲハタ、チチヤス、中国醸造、旭酒造、西条の酒蔵、内海造船等の進水式。

【文化、公共施設】

ゴミ処理施設「エコリウム」吉島工場(4)、現代美術館(3)、広島県立美術館(2)、その他の博物館・美術館など、宮島水族館。

【歴史施設】

寺社仏閣、広島城、亀居城、福山城。

【その他】

マツダスタジアムツアー、由布球場で2軍観戦、農業体験、公園、牧場(久保アグリファーム等)。

●教養講座テーマ

朗読、健康関連、おしゃれ、株式投資・FX(外国為替証拠金)投資、スマホ・パソコン・インターネット、スポーツ関連、介護保険の使い方・手続き等、地域の歴史、地域の咲く野草、俳句、料理、遺言や生前対策相談、美術館学芸員の話(開催中の展覧会や所蔵作品等)。

●希望行事

カープ観戦、フリーマーケット、音楽会&オカリナ演奏会、カラオケ発表会、通院でなかなか参加できない、百歳体操をもう1日増やしてほしい。

●希望サークル

陶芸、謡曲・仕舞、書道、パソコン&スマホ情報交換、投資サークル、おしゃべりをする会。

●「ANCだよりに」掲載してほしい記事

見頃の花便り、暮らしの情報、大塚地区・Aシティの情報、周辺の地域情報。

シネマサロン



6月の予定です。6日
(火)は、10時から高倉

健主演の『幸福の黄色いハンカチ』で、令和元年8月にお届けした作品ですが、たつてのリクエストをいただきましたので再上映です。午後1時からジャン・ギャバンとアラン・ドロンの2大スター共演の仏映画名作『地下室のメロディ』です。20日(火)は、午前中に広域公園の花植え作業が予定されましたので、変則ですが午後1時30分からの一回のみの上映といたします。作品は、ペット愛好家必見、実話をもとにした『ハチ公物語』です。お楽しみに……

ゴルフ同好会



5月は研修会を2回
開催しました。5月12

日は夏のなか広島西 CC で開催しました。優勝は小田さんネット 73、2 位は斎藤さん、3 位は山下さん、バーディーは飯田さん 2 個と安達さんでした。5 月 26 日は曇り空でゴルフ日和のなか千代田 CC で開催しました。優勝は伊藤さん 7 アンダー、2 位は渡部さん、3 位は安達さん、バーディーは早いグリーンで苦戦したのか？無しでした。次回は 6 月 12 日に戸山 CC で開催します。新会員を募集中です！お気軽にご参加ください。

AG会



5月24日(水)に会員15人(男8
人、女7人)が尾道ふれあいの

里グラウンドゴルフ場(尾道市御調町)に向かいました。現地グラウンド到着後に先ず参加者全員で16日に亡くなった仲間の沖一恵さんを偲んで黙祷をささげた後、プレイを開始しました。当地は4コースあり、4Rプレイした結果、1位守井さん、2位田村さん、3位佐藤(男)さん、女性1位は佐藤さんでした。成績に応じて賞品渡し、付属レストランで昼食、そして温泉入浴後に、道の駅みつぎで買物をして帰路につきました。

…6月の予定…

- 1日(木) 交通安全指導
- 5日(月) 定例役員会
- 12日(月) ゴルフ同好会(戸山)
- 13日(火) 広域公園花壇花撤去
- 18日(日) 道路清掃
- 19日(月) バス旅行(世羅方面)
- 20日(火) 広域公園花壇花植え
- 24日(土) 健康ウォーキング
- 28日(水) カラオケ昼夜合同大会

●その他、サークル活動

＊「ふれあいサロン(百歳体操)」

毎週木曜日開催

＊「AG会(グラウンドゴルフ)」

毎週水曜日練習

＊「KM会(健康麻雀)」

第1、第3金曜日開催

＊「カラオケ同好会」

昼部/第2、第4金曜日開催

夜部/第2、第4水曜日開催

＊「楽唱会(コーラス)」

6月は休会します

＊「なでしこ(手芸)」

第2、第4火曜日開催

＊「シネマサロン(映画鑑賞会)」

第1、第3火曜日開催

＊「囲碁・将棋同好会」

毎週土曜日開催

●お問合せは住区幹事又は、サークル幹事までお願いします。

●5月定例役員会報告

1. 新型コロナ禍で中止になっていた「ふれあい祭り」は、7月29日(土)、大塚小学校校庭で行われ、ANCは飲料と厚切りベーコンの販売で出店予定。
2. 今年のバス旅行は、6月19日(月)とし、教養講座は7月(介護保険の活用)と12月(予定)、社会見学は7月(廿日市市造幣局)と来年2月(予定)。

訃 報

謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

パレット II-404 沖 一恵 様

新入会員紹介

アリーナ I-306 石井 洋三 さん
智子 さん
ステージ I-501 岸本 武 さん