



第42回ひよどり台クラブ定期総会を盛大に開催

平成最後の年4月21日(日) 最近の異常天候の中いささか穏やかな日和の今日クラブ第42回定期総会が福祉センターで満員の会員をお迎えして開催されました

武富副会長の司会のもと

○ 松田会長の開会挨拶

○ 物故会員に対する黙祷

○ 来賓紹介

○ 南ふれまち協委員長の来賓ご挨拶

○ 祝電披露

○ 長濱悦夫会員の議長選出

○ 総会成立を宣言・規約の定員数充足

○ 第一号議案・2018年度事業報告

○ 第二号議案・2018年度会計報告及び会計監査報告

○ 役員選出確認及び承認

○ 新会長挨拶

○ 第三号議案・2019年度事業計画案

○ 第四号議案・2019年度予算案 以上の議案は

原案通り全員の拍手で可決承認

○ 記念講演「安全歩育のススメ」

○ 市民講師 山上寛之 先生

○ 今年のクラブとしての目標は

『健康・長寿』を目標として現実的には

「会員による仲間づくり」「会員による交流の進化」

「会員による健康増進」を追求してまいります。

今年の皆様方の一層のご協力をお願いします。

以上

定期総会記念講演

テーマ「安全歩育のススメ」

市民講師 山上寛之先生

サムズアップでは行動・運動・パフォーマンスの基本となるウォーキングを安全かつ継続できるようにサポートしていきます。

☆姿勢(行動の基本) 機能改善・体の安定

無理な姿勢は関節痛・筋力低下・バランス機能低下等の歩行障害の原因となる

☆運動(筋肉の機能改善)全身運動を基本に

バランス運動で下半身・骨盤周囲の筋バランスの改善

☆ストレッチング(関節可動域・柔軟性の向上・血液循環の向上・ケガの予防・疲労回復心&リラクゼーションの効果)



区老連春季1泊旅行「湯坂温泉」と

竹原・呉・江田島の旅

期 日 平成31年3月13日(水)～14日(木)

参加者 ひよどり台会員17名他23名計40名

第一日目

ひよどり台が最後の配車場所まで定刻より遅れてバスが到着、17名が乗車総勢40名乗せて9時10分出発。山陽道早島IC～倉敷三陽ハイツ(昼食)～山陽道早島IC～河内IC～(安藝の小京都)竹原景観保存地区(観光)～湯坂温泉(宿泊)ホテル加茂川荘に16時と早目に到着。

伝統的建造物保存地区



温泉で1日の旅の疲れを癒した後は、他地域の方との交流を図る懇親会です。踊りや歌の芸達者のオンパレードで閉会！後は各部屋での2次会と！お休みなさい。

第二日目

8時15分ホテル出発～江田島第一術科学校(見学)90分で平日3回実施(OBさんの案内)

コースは控室(江田島クラブ)～大講堂～旧海軍兵学校生徒館～教育参考館～控室で解散

昭和35年から構内見学開始年間約75万人来訪他に様々な歴史的建築物・教育施設が多数有る



幹部候補生学校庁舎



てつにくじら館

呉ハイカラ食堂(昼食)～海上自衛隊呉資料館(鉄のくじら館)～山陽道・中国道・阪神高速経由ひよどり台に無事帰着しました。

ハワイアンクラブ活動報告

日時 令和1年5月9日(木) 12時30分
場所 ひよどり台ふれあいセンター

参加者 ダンサー9名給食会参加者43名
ふれあい給食会にてハワイアンダンスを初めて披露いたしました。



給食会メニュー



ハワイアンダンス観賞

山歩会例会報告

3 月度「新装なった須磨寺・智慧の道を歩く」

(参加者 39 名)

陽春の 3 月 25 日、市バス 87 系統、75 系統を
乗り継ぎ、JR 須磨駅で降車。民家の路地を抜け、
関守稻荷神社、村上帝社を巡り現光寺へ。

現光寺は、源氏物語、光源氏の住居跡と伝え
られ境内には松尾芭蕉の三段切りの名句の碑や、
正岡子規の句碑がありました。

菅原道真公を祀った綱敷天満宮はその昔、道
真公が九州に渡る折、須磨ノ浦で大綱の円座で
休憩されたという言い伝えが名前の由来。

綱敷天満宮と須磨寺を結ぶ国道 2 号線沿いの
道は「智慧の道」と呼ばれ、この道を通ると
学業成就のご利益があるとも・・・

須磨寺では、十一面観音立像などの重要文化
財、「青葉の笛」や弁慶の鐘、史跡、文学碑など
見どころ満載でした。

・・・須磨寺大池付近で昼食後解散。

お花見会報告

4 月 1 日(月)、しあわせの村でお花見会が
開かれました。待ちに待った桜の季節、3 月
中旬には全国的に寒波があったり、少し暖かさ
を感じたり、「無事満開のもと開催できるか」
と心配と期待でいっぱい。

当日は冷たい風…三分咲きです。

参加者 36 名、和気あいあい、にこにこ顔で
お弁当を食べ始めました。

平成最後のお花見会、新元号の発表を待ち、
午前 11 時 40 分過ぎ『令和』に全員が沸き立ち
ました。

盛り上がり始めて、落ち着いたところで雨が
降り出し、やむなく中止・撤退！

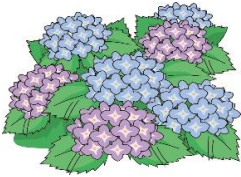
残念でなりませんでした。

新入会員のご紹介

平成 31 年 4 月以降に入会された新会員の方々です。

河崎 妙子 須磨区平田町 1-2-13-404 TEL735-8662
出口 秀子 ひよどり台 3-2-2-103 TEL743-0387

ひよどり台クラブへようこそ！



ひよどり台ふれあい俳句会

せせらぎの底まで緑色帽子

中井 光子

濃き淡く色それぞれの新樹かな

矢谷 登美子

風光る鳥になりたき子と駆けて

筒井 豊子

◆ 北区老連行事予定

カラオケ大会(モデル活動事業)

6 月 11 日(火) すずらんホール

第 44 期老人大学・文化展

7 月 30 日(火)~31 日(水)

シルバーカレッジ

老人大学施設見学会

8 月下旬 行先 未定

◆ 市老連行事予定

ウォークラリー(長寿祭)

10 月 26 日(土) しあわせの村

ローンボウラーズクラブ

- 6月12日(水) 9:00~12:00
 - 7月10日(水) 15:00~17:00
(夕涼み BOWLS)
 - 7月24日(水) 9:00~12:00
 - 8月12日(休日) 15:00~17:00
(夕涼み BOWLS)
 - 8月21日(水) 9:00~12:00
 - 9月16日(祝日) 15:00~17:00
(夕涼み BOWLS)
 - 10月23日(水) 9:00~12:00
- 場所 しあわせの村ローンボウルズ場

同好会活動予定予告

手話ダンス講座



- 6月12日(水)
- 7月10日(水)
- 8月7日(水)
- 9月11日(水)
- 10月9日(水)
- 11月13日(水)

ゴルフクラブ



- 6月27日(木) 9:30
- 7月25日(木) 10:37
- 8月22日(木) 9:30
- 9月26日(木) 10:37
- 10月24日(木) 9:30

クリーン作戦予定日

- 6月18日(火)
- 7月16日(火)
- 8月12日(月)
- 9月17日(火)
- 10月15日(火)
- 11月19日(火)



集合時刻 8時55分

集合場所 中央公園

日時原則 毎月第3火曜日

山歩会例会案内

- 6月24日 尼崎城~寺町コース
- 7月~8月度はお休み
- 9月から再開します。希望地域がありましたら世話人迄ご一報下さい。

予告

第39回ひよどり台夏まつり

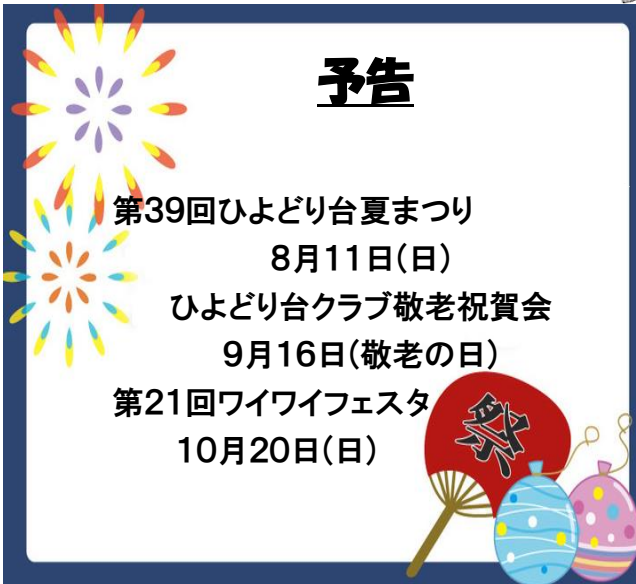
8月11日(日)

ひよどり台クラブ敬老祝賀会

9月16日(敬老の日)

第21回ワイワイフェスタ

10月20日(日)



編集後記

皇位継承を受けて、元号法の規定に基づき元号が「平成」から「令和」に改められました。

日本最初の元号「大化」から24番目英和表記は、Reiwa

これを機に、第63号情報誌からカラー印刷になります。

【お願い】

新年度の会員様名簿等の改定での氏名・住所・電話などの間違いは役員及び編集委員迄ご連絡下さい。