

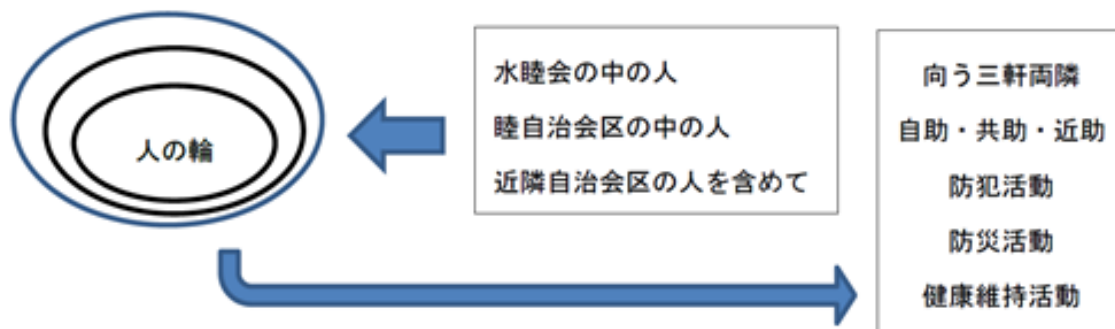
# シニアクラブ水睦会の活動について

2017/2/12 睦自治会シニアクラブ水睦会

## シニアクラブ水睦会のデータ

会員数 70名（女性27名 男性43名） 平均年齢76.5歳 入会資格は睦自治会々員に限らない。

活動の基本理念 顔を見知った「人の輪」の構築。



水睦会の事業・行事 会員、自治会に関係なく参加自由

同好会活動（毎月定期開催） ラジオ体操、麻雀、囲碁・将棋、吹矢の会、パソコン教室、写真、カラオケ、習字。湘南古道探検隊

コミュニティカフェ「サロン水睦」 毎月第4木曜終日

なんでもやってみよう会（女性専科） 毎月第1月曜終日

春の日帰りバス旅行と秋の一泊バス旅行催行」 H28年度は三崎に日帰り、館山寺温泉に一泊旅行公園愛護会 遠藤丸山公園の清掃（毎月第1、第3水曜日）

役員会・月例会 毎月第2水曜日

異文化雑学講座 「地域のお互いをよく知ろう」サロン水睦の常設講座 講師は住民の皆さん

**健康寿命を延ばすための取り組み**

慶応大学と藤沢市保健医療センターの直接指導を受けてラジオ体操にふじさわプラステン体操を組み込み、健康寿命を伸ばす運動に取り組むとともに、2015年度から始まった慶応大学の「運動と認知機能に関する研究」にラジオ体操メンバーが協力している。

健康講座 サロン水睦の午後、講師に専門家を招いて健康講座を開催。

インターネットを身近に感じる目的で「タブレットと遊ぼう」講座開催（湘南ふじさわシニアネット）

歴史の勉強 湘南古道探検隊で毎月のウォーキング  
専門家による歴史講座

情報の発信

「水睦会たより」の毎月発行

「水睦会ホームページ」運営

「睦会自治会ホームページ」運営

見守り活動 災害時要支援者を対象に月6回の定時防犯パトロール時に実施

輪の拡大

近隣自治会との交流

懇親会の随時開催

# 睦自治会 ムニアクラブ 水睦会

## 新会員紹介

佐藤 儀雄さん 2016/9入会  
中塚 亮次さん 2016/9入会  
中塚 千恵子さん 2016/9入会

## 行事日程 2月

## 同好会活動

湘南古道探検隊の記録3 [第16～30回](#)  
湘南古道探検隊の記録4 [第31～40回](#)  
湘南古道探検隊の記録5 [第41 NEW](#)

## 水睦会たより #87アップ

## 向う三軒両隣り Link

## 平成28年水睦会総会報告

2016/4/13 (水) 11:30  
睦会集会所 出席者42名

## サロン水睦異文化雑学講座の特別企画

「下水道処理場の施設見学会」9/29実施 19名参加

## 夏の日帰りバス旅行報告

平成28年4月19日 (火) 三浦半島 マグロ尽くし食事と記念鑑三笠見学の旅

## 秋の一日バス旅行 報告

実施 11/1～11/2  
静岡県浜松市 舘山寺温泉 25名参加

## 写真倶楽部展示会 2017/1/28 更新

## 社団協主催吹矢大会

2016/6/12(日) 灘の沢小体育館

## 12月度サロン水睦

日時 2016/12/22 (木) 09:30～15:00  
異文化雑学講座 三沢きみえさん  
おもしろ講座 プラスティン体操研究報告 鹿応大学  
実証実験終了IT推進課& NTTドコモ  
2017/1月サロン水睦の写真



2017年の干支、酉のイルミネーション

2016/12/27 撮影

2017/2/3

2016年度の水睦会役員紹介  
会長 山野金國雄  
副会長 篠原芳子/岩崎満雄  
会計 松本茂子  
監事 上野豪史  
部長 新藤祐平/松瀬義衛/千葉琢己/林 英夫 (公園愛護会々長) /赤嶺 隆 (新任) /池田恭平 (新任)



ご意見、ご質問

## ご連絡

ラジオ体操は毎月月、水、金曜日の8時30分からです。  
睦自治会ホームページが運用開始 <http://mu2ni.jimdo.com>

## 防災 睦自治会防災訓練の写真報告

平成28年6月4日 10:00～

遠藤丸山公園

みんなの防災「防災メモ」

# 水陸会たより

火災センサーの作動チェックをお願いします。

設置から10年が経ち “電池切れによる不動作” が指摘されています。

○おもしろ講座  
「アイパッドと遊ぶ」  
介護ロボット、ロボットタクシーなど身近で実用化が広がっている IOT (情報通信技術) に親しく触れてみる第一弾として、パソコンではなく玩具のような



おおいに語る山崎さん

◇1月のサロン水陸 23名が参加。  
○異文化雑学講座  
第67回異文化雑学講座は、「ウサギと亀の争いに関する考察」と題された山崎嘉彦さんによる非真面目シリーズその5でした。イソップ物語のウサギと亀について、競争の原因は両者に争いがあったからとし、その争いの原因や亀の勝った戦略についても解説がなされ、頭の体操となる楽しいお話でした。  
次回は山野邊國雄さんによる大相撲初場所見学体験です。(中野)

健康福祉サービス実証実験  
12月に終了した実証実験のアンケート結果の速報がNTTドコモから報告されました。実証実験の分析、改善事項の適用、アンケート結



講座を盛り上げた湘南シニアネットの皆さん

タブレットと遊ぶイベントが、湘南ふじさわシニアネットの安岡、小林、木島の三氏によって開かれました。23人の参加全員に一人一台のタブレットが渡され、取扱い方の説明の後、写真や動画の撮影、グーグルマップを使ったパリ・ロンドン・ニューヨークの世界遊覧通訳アプリ、音声による作動指示などを通してタブレット活用の楽しさを体験しました。今後は高齢者の生活を豊かにするタブレットの活用などの講座が期待されるところでしょう。

◇なんでもやってみよう会短信  
1月は活動がお休みでした。それでも、新しくの問い合わせもあり、また、今年度はどんな作品ができるのか楽しみが一杯です。2月6日は30名で新年会を行います。(篠原)



昨年10月からの付き合いとなったNTTドコモの藤方さんと新堀さん

果の分析をまとめて県、藤沢市に報告して今後の方向付けをしたいと考えて、2か月後を目途に状況報告を水陸会にするとのこと。今回の実証実験で、提供された高齢者健康福祉サービスの、この地区での私たちの生活に有用な仕組みであること示唆してくれたので、期待したいところです。(山野邊)

二月も下旬になるとこの歌が似合う気候になる。「春は名のみの風の寒さや。谷の鶯うたは思えど時に非ずと声も立てず」何とも奥ゆかしい。日本人の素晴らしい感性。ぎくしゃくした国々の関係者に少しはこの奥ゆかしさを感じさせたい。(山崎)  
ラジオ体操第三  
朝の公園体操で、昨秋より第三のラジオ体操を取り入れている。第一・第二は、幼少のころより慣れ親しんで体がしつかりと覚えてる。第三は思ったより手こずった。意志に反し腕や足が追い付かない。次のステップを間違える。等々、たかがラジオ体操である。しかしやっていると、何か少しづつ様になり、何とかマスター出来た(と思っている)。調子に乗って「第三の次は第四だ」と挑戦しようとしてみた。瞬時に結論に達した。「ノー」である。そこはアクロバットの世界であった。無念、60年前だ

### 公園愛護会短信 (1/24 林英夫)

以前公園で大きな亀が散歩していた。30センチ位の甲羅が高い陸亀だった。また、キジも近くの林から降りて散歩していた。公園の樹木は60本以上あり、クスなど高木多い。小さな林に見えるのか、大切に守っていききたい。



妙蓮寺境内で

つたらひよつとして(？)。(松瀬)  
◇古道探検隊  
第41回横浜七福神巡り  
1月25日、高橋隊長以下5名が参加しました。弁財天の妙蓮寺境外社から寿老人の金蔵寺まで七福神を訪ねました。(詳細は水陸会ホームページで)