

# 「いきいきクラブ通信」

『百合ヶ丘いきいきクラブ』

同好会活動のご紹介号

第5号

事務局発行

20/12/06

百合ヶ丘ハイツ  
自治会のホーム  
ページでも閲覧  
できます。 →



今号では、元気で楽しく活動している16の同好会を全てご紹介します。👍いいね同好会にコンタクトし、よろしければ加入してください。また新同好会は3名以上で始めることができます。現在、\*テニス \*筋トレ \*吹き矢 \*釣り \*短歌 \*俳句 \*川柳 \*絵手紙 \*絵画 \*写真 \*料理・菓子作り \*食べ歩き、等々の希望者が、あとの1,2名を待っています。

参加希望は当クラブのポスト(自治会館玄関前)に投函してください。別のテーマでもOKです。同好会に入り作って、118名の現会員とともに、楽しみをいっそう広げましょう！

## グランドゴルフ



部員は七名ですが地域にある永谷ゴルフクラブに入会して火、木、金の毎週3回活動しています。ねんりんピックの全国大会出場を目指して楽しんでいます。



## 百合ヶ丘ウオーキングクラブ



皆さん！友達を誘って楽しく無理せず歩きましょう。高齢者はお金を貯めるより筋肉を貯めましょう。健康は財産です。活動日は第1(土)第3(金)です。

## ゴルフ同好会



霊峰富士をバックにラウンドを楽しんだ、シニアプロの面々・・・

親睦と健康維持を目的に、常に「楽しい」をモットーにし、「3密」対策で活動しています。ゴルフコンペは年5回開催、日ごろ鍛えた腕の披露、自治会館での成績発表会と懇親会です。末永く続けられるスポーツです。入会希望者はお声掛け下さい。お待ちしております。

## 太極拳

楊名時太極拳は、無理なく足腰を強くする運動です。覚えるのに時間がかかりますが、奥が深く、一生の宝物になります。月曜日は2時から管理センターで、水・金曜日は9時から、第2公園で開催。公園での参加者のみ募集します。



## ヨガ



「足の親指の爪の脇を挟んで10回くるくる回してポン。」から始まり90分。体中を動かしていきます。終わるとスッキリ、蘇ります。

管理センターで、第2第4火曜日2時から、極楽のひとつときです。

## 卓球



今期（上期）はコロナ禍の影響をまろに受け、5月末まで会場が閉鎖。漸く6月から再開！会場確保に奔走し何とか9月30日で25回開催。上期最後の30日（水）は日ごろの練習総括とし決戦トーナメントを開催しました（上記写真）。運よく強豪が不参加だったため？大番狂わせ！ 腹を抱えての大笑い…コロナを吹き飛ばす楽しい半日でした。



## 健康マージャン



世の中、5人に1人が認知症と言われる今日です。当麻雀同好会は頭脳の活性化は勿論のこと、会話も重要視しています。

時節柄、新型コロナによる3蜜化に注意して、健康第1に「飲まない、吸わない、賭けない」の3原則のもと、平均年齢78歳で活動しています。（男14・女8）

● 人生100年時代到来。雀100なら、雀士も100迄



## 囲碁同好会

●●●●●● 毎週木曜日13時から18時まで自治会館で自由対局式で楽しんでいます。ハンディは持ち点制で対局結果の勝ち負けによって1点ずつ増減していきますので研鑽の励みになります。年1回リーグ戦による大会を行っています。参加希望者は歓迎です。●●



## 百合友書道会



発足以来四年目となりました。月二回の練習に加え、昨年より月一回自由参加の自習会を設けて励んでいます。中には級や段を目指す人も。通院、入院もありますが、石崎先生のご指導の下、みんなで楽しく続けています。

## 百合ヶ丘リリース(歌声)



人生は歌とともに！  
月3回自治会館で活動中。

ジャンル不問、  
年齢不問、  
見学自由。

開催日は会館掲示板に掲示しています。



## ピ・スケツト(ちょこっとお助け隊)



月二回のピ・スケツトサロンは「家から一歩出よう」を合言葉に誰でも参加できるイベントを企画してきました(落語を聴く、お茶を点てる、皆で唄うなど)。今回は**ポピ**の会とのコラボで、絵本と詩の朗読を聞き、一緒にコーラスも楽しみました。ピ・スケツトの本来の活動は ・ちょこっとした困りごとの相談・家庭内のちょっとした修理・庭の草取り その他です。

## 花咲かせ隊(花壇・堆肥作り)



下永谷八木第2・第3公園、自治会館及び周辺の美化と環境整備を実施。

今年はアジサイ、ひまわり、コスモス等が満開でした。会館のグリーンカーテン(ゴーヤ)も大成功で皆さんに喜ばれました。今後も頑張って憩いの空間を作ります。毎月第一月曜と第3日曜の午前中を基本的に活動。  
同好の士募集中です。

## ポピーの会(本の読み聞かせ)



月1回第2火曜日 10時から絵本や童話を持ち寄って読んでいます。  
細く長く、自分たちの時間を楽しめたらいいと思っていましたが、ちょっと外に飛び出して、自治会館の金曜サロンと**ビ・スケツト**の例会で読み聞かせと詩の朗読をしました。  
これからも和やかに続けて行きたいと思います。  
**※新会員募集中です。**

## 編物同好会



毎月二回 各回二時間程度  
各自作りたい作品を編んでいます。分からないところを先生に教えて頂いています。今まであきらめていた手編みのセーター等出来上がった時の嬉しさは格別です。

穏やかな先生のご指導の下和やかな一時を過ごしています。



## 名曲喫茶



毎月第4土曜。午前第一部：お好み曲選、午後第二部：歌劇など画像長編物で各部2時間です。

皆様のご尽力で設備も快適なものになりました。室内楽から現代ホール物までレコード、テープ、CD、BDなどの多様な媒体にも対応でき美音です。感動、珈琲をお楽しみ下さい。

## 映画観賞会



“入場無料”“誰でも観賞可”  
“入退場自由”“飲食物持ち込み可”という団地内に出現した映画館です。

毎月5本の上映予定表から  
“忙しくて”“予算がなくて”  
見逃していた作品を

**大画面**とすばらしい音響でお楽しみ下さい。

自治会館の「いきいきクラブ」掲示板に、各同好会の連絡先とイベントを案内しています。  
ゲスト参加、加入、お問い合わせは各同好会まで。「いきいきクラブ」同好会代表者一同