

令和6年 新年のご挨拶

互助会会長 島村公章



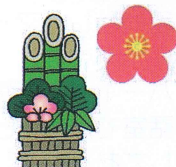
あけましておめでとうございます。
松本地域シルバー人材センター会員の皆様におかれましては旧年中、互助会活動にご理解、ご協力を賜り、誠にありがとうございました。

本年も宜しく願いいたします。
昨春、「コロナ禍」も感染症対応が5類に移行したことから、互助会活動は本来の姿に近づけるべく年間活動計画に沿って実施してまいりました。「マレットゴルフ大会」「一泊旅行」「作品会員展」等々であります。何れも盛況でした。

更に、今1月24日には「新年交流会」が開催されます。ありがたいことに、すでに前年を上回る70名近い方々が出席を予定されており、和気あいあいのうちに新たな「年」の門出をしたいと思っております。

本年は「辰年」、上昇機運を伺わせませす。互助会活動をいっそう飛躍させるべく努力いたします。

シルバー会員互助会は皆様の親睦と自己研鑽の場であり、皆様におかれましては日々お仕事でご活躍されておいでですが、心の安らぎと充実のため一人一人の積極的なご参加をお待ちしております



令和5年 “技”は脳を鍛える シルバー祭り & 作品展開催



個人参加の
・五十嵐さん・福島さん
・松沢さん

ありがとう



どうやって作ったんかいね

11月11日から17日に手工芸の技と美を披露するサークル作品展（うぐいすの会発表会同時実施）が、センター多目的ホールで行われ、今年は期間中にシルバー祭りが開催されたこともあり来場者は220名超えで、大勢の方々に観て頂くことができました。

物作りをすることは、脳を刺激し認知機能を改善することが知られており、手作業を通じて新しい技術を学んだり、技を磨くことは脳の活性化につながります。

加齢によるもの忘れと、認知症の差は「忘れた自覚」が有るか無いかだそうで、人の名前を忘れても会った時の記憶をたどれば思い出せたり、地名を忘れても行動をたどることによって思い出せば大丈夫!!!

サークルに入って「脳を鍛え」明日を更に充実させませんか。



かわいいね

うぐいすの会 発表会



歌声は時折

心の重荷を軽くする

メロディーが穏やかに包み込み、歌詞が言葉にならない思いを代弁してくれる。

人は歌によって繋がり、共感し、生きる力を感じる。

歌声は私たちを喜びや希望の世界へ誘ってくれる。

一緒に歌いませんか



代表者：大澤勝利
(☎ 090-2742-9682)

麻雀は 頭脳ゲーム ですよ！



ギャンブルの要素がなくても十分楽しい！
戦略や駆け引き！楽しい時間が私たちを繋ぐ

健康麻雀とは、「賭けない・飲まない・吸わない」を合言葉に、健康作り・仲間作り・生甲斐作りを目的としたマージャンの事です。

私たちのクラブはメンバー12名で毎月第2日曜日、えがお談話室で月例会と年2回、イベントを開催しております。

自動卓は使いません。手を動かして雀牌を切りそして積み上げます。興味を持たれた方は「関」迄ご連絡頂ければ詳しいご説明を致します。

代表者 関 桂一 ☎ 090-8818-3682



ほほえみコーラス



歌おう今を 夢を！！

昨年の新年会に花を添えて頂いたJJB（失礼ですがジジ・ババ・バンドと言うそうです）の方々の演奏、歌声に大いに共感した会員が集まり、JJBの演奏で歌を歌いたいという想いからバンドの方々にお願いしたところ、「ぜひ一緒にやりましょう」と即断して頂き、ほほえみコーラス・JJBグループ誕生となりました。

明るく楽しく歌う、をモットーに毎月最終日曜日の午後、えがお講座室に於いて和気あいあい、歌い語り教室には穆かな楽しい時間が流れています。

永六輔さんや中村八大さん、ザ・ピーナッツの時代と共に過ごしてきた私たち、あの頃を、そして今を仲間と共に歌いませんか。！！

ご一緒しましょう。楽しい時間を皆で作しましょう。是非お出かけ下さい。お待ちしております。

なお、1月2月は休会としますので、春・桃・桜・梅・草花・木々の芽吹きを友に歌い始めたいと思います。

サークルレポート 山麓のボブ・ディランさん



代表者 大沢まつ子 ☎ 090-4152-7809

互助会だより50号に寄せて



互助会だよりの編集は、互助会の楽しさをどう会員に伝えるかでもあります。

信頼関係を50回積み重ねてきたことにも繋がり、関わってこられた皆さんに敬意を表します。

私が「だより」を担当した前半は、印刷会社に原稿を持ち込み編集や印刷を依頼しておりました。後半は、事務局の助言もあり、印刷代金軽減のためネット印刷に変更、印刷できるまでにこちらで原稿を仕上げるので手間がかかりますが、印刷費はかなり安くなりました。

前任者が熱心に取り組んだ料理記事は書き手がなく止むを得ず中止しましたが、食知識は私たちが生活していくうえで欠かせないものであり、広く情報を集めて誌面にするのも面白いと思います。

齢を重ねた者には叡智があります。積極的に発信をして頂きたいと考えております。

シルバー人材センター並びに互助会の更なる発展と成功を祈り、引き続き「互助会だより」を楽しみにしております。



西部ブロック 上條 英雄