

# 四季の路から

地域福祉推進委員会 HP <http://morinosato-tiikifukushi.com/>

地域福祉だより(通巻130号)

## ミニデイ特集号

令和元年7月15日発行

森の里地区

地域福祉推進委員会

## 2019年度(前期)ミニデイ事業報告

### グラウンド ゴルフ大会

2019年5月9日(木)

参加者37名(うち女性17名)と多くの方の参加をいただき、みなさん明るく元気にプレーしていました。

上位入賞者の方おめでとうございます。

優勝：\*\*\*\*さん  
準優勝：\*\*\*\*\*さん  
第三位：\*\*\*さん  
第四位：\*\*\*さん  
第五位：\*\*\*\*さん  
他にホールインワン賞



### うたごえ喫茶

2019年5月20日(月)



33名が参加。一堂に会して歌をうたうことを通じて、住民同士の出会いの場、相互交流の場を提供するとともに、懐かしの歌を

うたうことによる情緒的作用、さらには健康の増進を図ることを目的としています。

今回はキーボードの\*\*さん、デジタルアコーディオンの\*\*さん、そしてリードボーカル&司会進行を\*\*さんの3人が担当しました。

まずは発声練習を兼ねて「おぼろ月夜」「茶摘み」「夏は来ぬ」「夏の思い出」を4曲続けて歌い、それから後はリクエストタイム。「涙そうそう」では三線(蛇味線)の伴奏も。ラストの「ふるさと」まで15分間のティータイムをはさんで20曲余りを元気いっぱい歌いました。

参加された方々から「今まで聞いたことがあるアコーディオンとは音が違う。」「曲の説明や、その曲に関連したクイズがあって面白かった。」「もっと歌いたかった。」などの意見をいただきました。

### おとこの料理教室

2019年6月20日(木)

参加者は約10名。講師は「おやじのたまり場 料理食ら部」の\*\*さん。「男も自分で料理が出来るように簡単な家庭料理の基本をマスターする」というテーマで肉じゃが、サラダ、味噌汁、ごはん(白米)を作りました。

作りながら学ぶポイントとして、包丁の使い方と扱い方、煮物・汁物作りから「味付けのポイントと煮る時間」、ご飯の炊き方(米の研ぎ方・水加減)など。

参加者は料理を作ったことがある人、全く初めてのひとと様々でしたが、予定より早く料理を作ることが出来ました。みんな揃って食事をしながら、次回は何をしようかと構想が膨らんだそうです。



----- 切り取り線 -----

----- 切り取り線 -----



森の里公民館玄関内ミニデイポストに入れてください。



バスツアーに付添う方のお名前等を記入して下さい

付添者氏名： \_\_\_\_\_

生年月日： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

電話番号： ☎ \_\_\_\_\_

ご住所： 森の里 \_\_\_\_\_

# ミニデイに出かけよう！

興味ある企画に  
いくつでも、  
丁目の違う  
お友達とも一緒に

【対象者】特に明記がない場合は森の里在住の70歳以上の方。

【問合せ】各担当者に平日午前9時～午後6時まで。留守電の時はお名前・電話番号をお忘れなく！

## 2019年度【後期】ミニデイ企画 ※申し込み締切り8月15日(水)

### (A) スカットボール

どなたでも手軽にスカットできます。ボールをホールに入れ得点になるゲーム。入りそうで入らないのがミソ。賞品もあります。



日時：9月20日(金) 13:30～

場所：森の里公民館2階集会室 ※参加無料  
(担当) 公民館に問い合わせ下さい。

### (B) スポンジテニス

スポンジ製の玉での室内テニス。老若男女どなたも健康スポーツで貯“筋”

日時：10月25日(金)

集合：10:00 森の里公民館体育室  
参加費：無料。賞品あり。  
(担当) 公民館に問い合わせ下さい。

### (C) 日帰りバスツアー

南房総・安房の国。おいしい魚、海の幸を採食し、館山散見。



昼食付 付添可 貸切りバス 雨天決行

日時：11月28日(木)

出発：

7:30 森の里郵便局裏 18:30 帰着予定

参加費：5,500円

募集人数：40名(多数の場合は抽選)

※結果は8月末までにお手紙にてお知らせします。

集金日：9月4日(水) 5日(木) 10:00～12:00  
森の里公民館1階玄関横

※詳細内容は集金時に。連絡なく、参加費未納の時は、キャンセルとさせていただきます。

※身体介助が必要な方は、付添いの方と一緒に申し込みください。

(担当) 公民館に問合せ下さい。

### (D) うたごえ広場 (65歳以上)

みんなで合唱。カラオケとは一味違う唄う喜び♪



日時：1月21日(水) 13:30～15:30

会場：森の里公民館2階会議室A・B

参加費：無料。

お茶、コーヒー等の用意もあります。

(担当) 公民館に問い合わせ下さい。

共催：森の里公民館学級・講座

### (※) 松竹大歌舞伎

9月1日(日) 観劇申込み者は、厚木市文化会館現地集合です。

13:30開演、余裕を持って来場下さい。

(担当) 公民館に問い合わせ下さい。

## ミニデイ参加申込書

## 申し込み〆切8月15日

参加者氏名： \_\_\_\_\_

生年月日：(T/S) \_\_\_\_\_ 年 月 日

ご住所：森の里 \_\_\_\_\_

電話番号： \_\_\_\_\_

参加を希望される企画に○をつけてください。  
(複数可)

(A) スカットボール 9/20(金)

(B) スポンジテニス 10/25(金)

(C) バスツアー 11/28(木)

(付添者の名前はウラ面に記入)

(D) うたごえ広場 1/21(水)