

施設等慰問計画書

平成 18 年 6 月 6 日

エンジョイ二期倶楽部

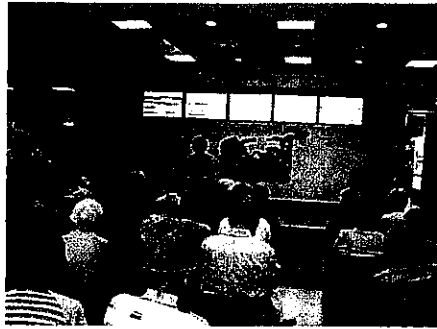
慰問日時		6月16日(金) 14時～15時		慰問施設名		あへの里デイサービスセンター	
慰問団名		(エンジョイ二期倶楽部)		住所		播磨町北古田1丁目17-37	
座長名		(代表 神田敬子)		代表者名		藤原	
TEL/FAX				TEL/FAX		0794-37-6333 / 0794-37-7870	
構成		男2名 女13名 合計 15名		施設担当者名		西沢(平日勤務)	
慰問団スタッフ(実行委員)				TEL/FAX		同上	
No	担当	氏名	TEL/FAX	施設規模		社会福祉法人知足会 特養他	
1		田村定子		慰問対象者人数		約30名(通所介護事業)	
2		松前多津子		演技会場概要(ステージ、音響装置等)(略図) ステージ: 移動式 20cm X 1.5m X 3m X 4枚 音響装置: レーザーカラオケセット(テープCD可) マイク2本 (1) 地域交流スペース 1階受付付近 約100名収容フロア (2) デイサービス食堂(今回の会場) 常時 音響装置設置 約50名収容椅子席 (3) 作業及び日常動作訓練室 約30名収容椅子席 (2) を推奨(ステージ可)、控室あり(今回借)			
3		堀晴夫					
用具衣装類の運搬・調達				道順 古田-高畑線 明姫バイパス古田交差点北100m 東へ100m突き当たり駐車場、施設玄関 駐車場の有無 あり			
No	品名	数量	概要				
			各自持参				
その他の準備物							
No	品名	数量	概要				
1	カスタ・鈴	一式	津村				
施設行き交通手段							
集合場所	現地	出発時刻	13時00分				
解散場所	現地	帰着時刻	15時30分				
慰問プログラム(兼出演者名簿)				開会挨拶 塩沢岩光、閉会挨拶 神田敬子、司会 堀 晴夫			
No	時刻	演題名	種目	内容・出演者	衣装・用具		
1	14:03	軽い体操	体操	(遊技) 全員			
2		母ごころ	歌唱	江田和恵			
3		播磨音頭炭坑節	踊り	盆踊り 全員			
4		パリージェル	踊り	フラダンス 真野すが子			
5		桜音頭	銭太鼓	松前多津子 田村定子			
6		一緒に謳おう	合唱	上を向いて歩こう、北国の春、赤とんぼ、花、青い山脈			
				ここに幸あり またはリクエスト曲	全員		
	14:55						

エンジョイ 二期倶楽部

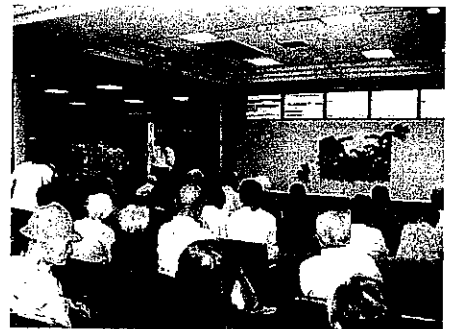
平成18年6月16日



会場の順序ができた



ホーム責任者の歓迎の挨拶



進行担当の堀さんの司会



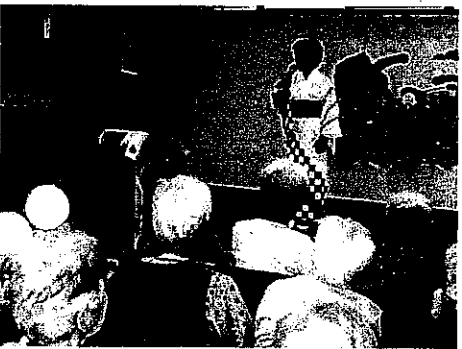
二期倶楽部代表塩沢町会議員の挨拶



二期倶楽部代表の慰問挨拶 (神田敬子)



はじめに皆で肩ほぐし体操をする



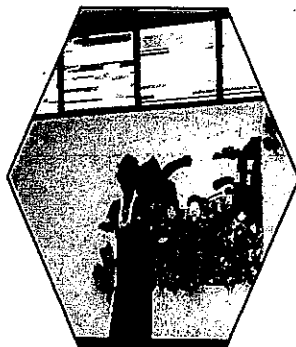
始めに 江田和恵さんの 唄 あり



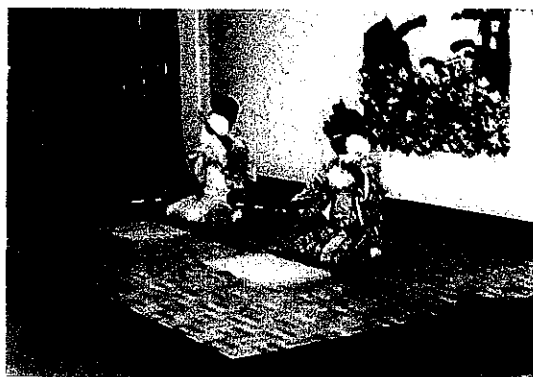
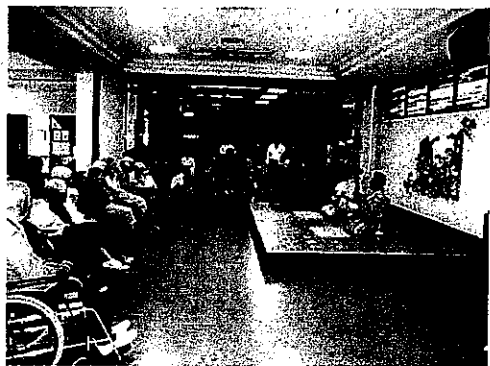
みんなで踊りましょう・・・播磨音頭・・・炭坑節・・・



炭鉦節音頭で皆が手拍子・・・



フラダンス・・・真野すが子さんの・・・一人舞台・・・



銭太鼓・・・(桜音頭)・・・(田村定子・松前多津子)・・・熱演でした、拍手喝采です



最後は皆で合唱・・・(上を向いて歩こう・赤トンボ・北国の春・花・ここに幸あり・青い山脈)



「アロマの心地よい香りに包まれて、 心と身体は自然に癒しへと導かれます」

・いま人気のアロマセラピーを学んで、エアフレッシュナーを作ろう・

エンジョイ二期倶楽部

1 キャッチフレーズ

アロマセラピー（アロマセラピー）は、現代のストレス社会にあって注目されている癒しのキーワードで、ハーブや果実などの植物から抽出した天然の精油を利用した癒しの植物療法です。アロマの心地よい香りに抱かれて、心と身体は、ゆったりと自然に癒しへと導かれていきます。今回は、いま人気のアロマセラピーを学んで、エアフレッシュナー作りを実習します。

私たちは、「家に閉じこもらないで、元気を出して、楽しくやりましょう!」を合い言葉に、元気を出そう、ふれあい健康づくり運動をすすめています。

毎日の生活の中のいろいろな場面にアロマセラピーを取り入れて心も身体も癒し、リラックスして元気を続けるために「アロマセラピー学習体験会」を取り上げました。

多くの会員の皆さんの参加をお願いします。

2 主催 播磨ゆめづくり塾・エンジョイ二期倶楽部塾

3 日時 平成18年7月21日（金） 13時30分～約2時間

4 会場 播磨町福祉会館
播磨町宮北1丁目3-5 TEL079(437)3221

5 参加料 無料
スプレーボトルなど実習材料は、会で用意しています。

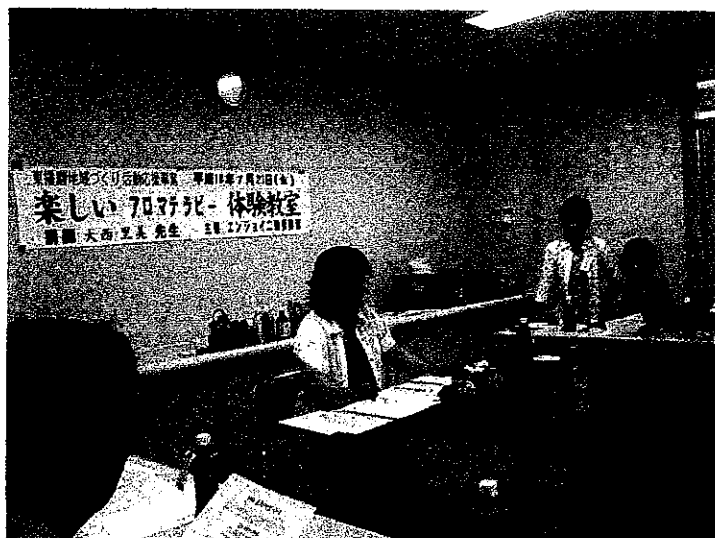
6 参加者 エンジョイ二期倶楽部会員

7 講師 NPO法人フラワーセラピー普及協会認定校講師 大西里美先生

8 問い合わせ先
エンジョイ二期倶楽部 神田敬子 TEL/FAX078-943-9746

以上

この事業は、兵庫県東播磨県民局及びこころ豊かな美しい東播磨推進会議より「東播磨地域づくり活動応援事業」の助成を受けています。



平成18年7月10日

公開講演会

「生涯現役・目標を持ち続けて生きること」

・96歳のランナー自叙伝「仕事は死ぬまで寿命はあるまで」を中心に・

エンジョイ二期倶楽部

1. キャッチフレーズ

96歳のランナー馬杉次郎さんは、62歳で走り初め、78、85歳にフルマラソン完走、88歳海外在住、「百歳でも走り続けることが目標」であることを朝日新聞で紹介され、「老春」をいきいきと生きている生き方が脚光を浴びています。

その半生を綴った自叙伝「仕事は死ぬまで 寿命はあるまで」を中心に「命ある限り、世のため、人のために尽くしたい」という信条を語ってくれます。

私たちは、「家に閉じこもらないで、元気を出して、楽しくやりましょう!」を合い言葉に、元気を出そう、ふれあい健康づくり運動をすすめています。

今回、広く住民の方の毎日の生活の中に、馬杉さんの生き方を参考にしていただけたらと公開講演会を開かせていただきます。

多くの皆さんに、参加をお願いします。

2 主催 播磨ゆめづくり塾・エンジョイ二期倶楽部塾

3 後援 NPO法人 まちづくりサポートはりま

4 日時 平成18年9月16日(土) 13時30分～約2時間

5 会場 播磨町中央公民館
播磨町東本荘1丁目5-40 TEL0794(37)6980

6 参加料 無料

7 参加者 どなたでも参加できます

8 講師 全国ニューシルバーパワーの会会長
大阪リバーサイドマラソン大会名誉会長 馬杉次郎先生

9 問い合わせ先
エンジョイ二期倶楽部 神田敬子 TEL/FAX078-943-9746

以上

この事業は、兵庫県東播磨県民局及びこころ豊かな美しい東播磨推進会議より「東播磨地域づくり活動応援事業」の助成を受けています。

平成18年9月16日 (土)

播磨町中央公民館

エンジョイ二期倶楽部

公開講演会 「生涯現役目標を持ち続けて生きること」



平成 18 年 10 月 7 日

馬杉次郎先生公開講演会・感想文集

エンジョイ二期倶楽部

（「生涯現役・目標を持ち続けて生きること」・96歳のランナー自叙伝「仕事は死ぬまで寿命はあるまで」を中心に・主催エンジョイ二期倶楽部、平成18年9月16日（土）、播磨町中央公民館 講師、馬杉次郎先生）

この感想文は、10月7日のエンジョイ二期倶楽部10月例会において、出席した会員から任意に提出された無記名の感想文で、原文のまま記載しています。

（感想1）

馬杉先生の元気で、はつらつとしている姿を見てびっくりしました。途中で体操を入れていただき、また聞き取りやすい講演でした。馬杉先生のように、いつまでも元気で毎日目標を持って生活し、また趣味が多いのにびっくりしました。

私も、少しでも先生のように出来るよう努力したいと思いました。最後に立派な色紙ありがとうございました。

（感想2）

元氣な馬杉先生の活躍のようすが良くわかりました。もう少しお聞きしたかったことは、96歳の馬杉先生の日常生活のこと、例えば、朝から晩まで、何時に起きて、何の食事をして、毎日をどのように生活されているのか。長寿のためにどのようなことに気をつけているのか。96歳の毎日の生活を話していただくだけでも、素晴らしい講演になると思いました。

（感想3）

96歳で、あんなに大きな声で話されたことにびっくりしました。生命力に溢れていて見習いたいと思いました。

（感想4）

運動だけでなく、食事、日常生活習慣にもこだわりのあることが伺えました。

（感想5）

自己の健康を前向きに管理しつつ、今日の日を楽しく、人生を送っておられことが参考になりました。

（感想6）

初めて96歳というご高齢な方のお姿を拝見させていただき感動致しました。美しく年を重ねることはこのことなのだとも私もあやかりたいと切に思っています。適度な運動と正しい食事をとり、しんどい等と怠けては恥ずかしいと思いました。ありがとうございました。

（感想7）

私達も馬杉先生に、少しでも近付けるように努力したいと思いました。

(感想8)

96歳のランナー馬杉さんの話を聞いて、私も仕事を止めて(退職)から7年(71歳まで仕事)地元(播磨町)で、いろいろなクラブに入って頑張っています。毎朝5:20~6:20位まで約1時間歩いています。朝食後は、グラウンドゴルフその他のことを、少しでもみなさんのお役に立つことと健康のために無理にならないように一日一日を過ごしていきたいと思います。

(感想9)

遠方から、ありがとうございました。サインもいただき、より一層元気をいただきました。歩くことの苦手の私には、少し羨ましく思いましたが、一歩でも多く歩くことを実行したく思います。

(感想10)

全てのことについて曖昧でなく言い切った歯切れの良い講演を聞かせていただきました。確固たる信念に生きていると感心しました。

(感想11)

マイクなしで、大きな張りのあるお声で本当に若いお体で、96歳でも毎日の生活で体を鍛えれば、元気でおられると言う証明をしていただきました。出来るだけ歩こうと思いました。

(感想12)

教えられることの多い講演でした。聞かせていただいて良かったと思います。おっしゃることを理解はしました。今の若い女性の電車の中の化粧について否定的なお話もありました。私は、ひとつだけこのことに全てを納得してはいません。今の人の考えも少し聞いてみる必要があるのではと思います。世の中が、そしてそこに住む人間が少しずつ変わってきていることにも、考え方が変わることも認めざるを得ないことのあるように思いました。茶髪が今何でもないように。

(感想13)

馬杉先生、遠方の所、ありがとうございました。65歳より始められて現在まで続いていることに感心しました。私たちは歩くと言うことが苦手で、直ぐに車や自転車をたよりますが、この話を聞いて歩くように心掛けます。

(感想14)

若さの秘訣を聞かせていただきました。年齢にはとても見えず、素晴らしい体だと思えます。いつまでもお元気で。

(感想15)

私たち二期倶楽部は、リタイアしたあと、或いは、子育ての一段落したグループ。同じ世代に生きた馬杉さん。先陣を切っていただき素晴らしい生き方をされて、私たちにこれからの道を教えていただいたように思いました。目標を持って一生懸命生きることの大切さを教えていただきました。感謝いっぱいです。

以上

平成18年9月2日

のじぎく兵庫国体 デモスポ行事 「囲碁ボール大会」参加要項

エンジョイ二期倶楽部

1 趣旨

囲碁ボールは、誰でも気軽に楽しめる兵庫県丹波市柏原町で生まれた生涯スポーツです。

私たちも数年前から囲碁ボールを町内に取り入れ、例会時に練習し、年1回の大会を開いて「家に閉じこもらないで、元気を出して、楽しくがんばろう」を合い言葉に、元気を出そう、ふれあい健康づくり運動をすすめています。

この度、のじぎく国体 デモスポ行事として開催される「囲碁ボール大会」に参加します。県下各地のプレーヤーと交流し、競技についての見聞を広めてきます。

2 日時 平成18年9月30日(土)

3 会場 柏原公民館体育館アリーナ
〒669-3309 丹波市柏原町柏原5528 柏原公民館
(TEL 079-572-2552 FAX 079-572-2551)

4 参加予定者 二期倶楽部会員 18名
(塩沢岩光 塩沢千代子 津村幸代 上田喜代子 杉原和代子
田村定子 松前多津子 阪口輝恵 江田和恵 西田京子
神田敬子 東敦子 谷辺陽子 徳田房子 真野すが子
宮尾尚子 河田健志 中谷美千子) (名簿順)

1 日程

8時30分 受付開始
9時 オープニング行事参加
10時30分 個人戦開始 12時30分 個人戦表彰式 13時 団体予選
16時頃 団体予選終了

6 参加料等 参加料1人200円、弁当800円

7 チーム編成、組合せ等は後日実行委員会から送付される予定です。

8 服装は、「エンジョイ二期倶楽部」名入りのTEEシャツ、ウインドブレーカー着用のこと。

9 会場設備上、ゴム底の上履きまたは体育館シューズ用意のこと

10 雨天決行(気象警報が出ているときは中止)

以上

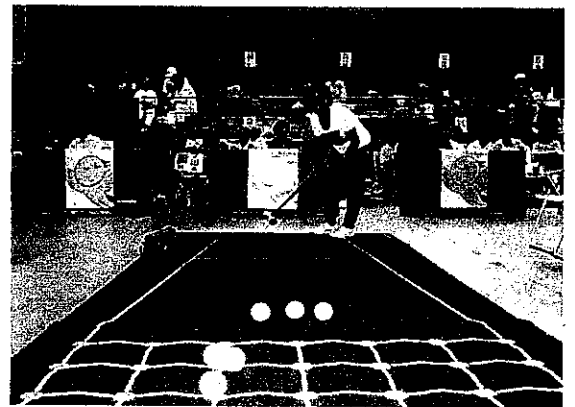
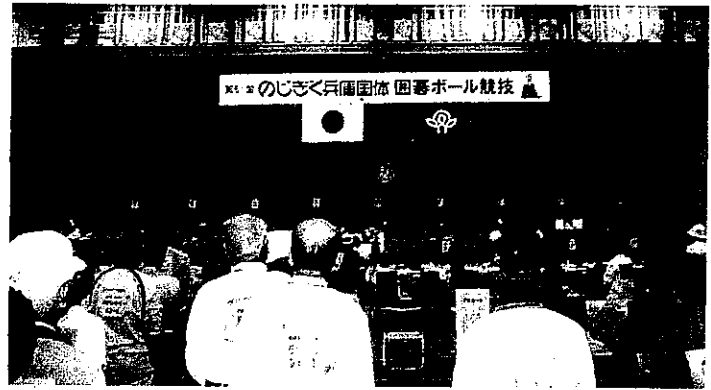
のじぎく兵庫 国体 デモ・スポ 行事、囲碁ボール競技大会 平成 18.9.30 日

丹波市 柏原公民館 (囲碁ボール発祥の地) にて、

参加人員 320 名

播磨町、エンジョイ二期倶楽部 から (参加 18 名)

3 位入賞(銅) 松前多津子様



遠方の和歌山・大阪・岡山からの参加者もありました、皆さん(特に年配の方)上手ですね、感心しました、エンジョイ二期倶楽部の皆さんも元気で頑張りました、3 位入賞・・・すばらしいです、嬉しい事です。次の播磨町ふれあい囲碁ボール大会(11月1日)もみんなで良い大会になるように頑張りたいです。



平成18年10月4日

「健康で元気である今こそ、これからに備えて 介護保険と介護用品のことを学びましょう」

・・・「日本最大級の介護用品専門店」を見学し、研修します・・・

エンジョイ二期倶楽部

1 キャッチフレーズ

私たちは、いま「家に閉じこもらないで、元気を出して、楽しくやりましょう!」を合い言葉に、元気を出そう、ふれあい健康づくり運動を町内ですすめています。お陰でこの3年間、私たち自身も元気になり、運動はマスコミ等にも取り上げられ少しづつ進展しています。

しかし、実際は、身の回りから介護の必要な人が出てきていて、私たち自身も将来の生活へ不安を感じるようになってきています。そこで、健康で元気である今こそ、これからに備えて、介護保険と介護用品について学ぶことにしました。

幸い近くに、日本最大級の介護用品専門店があり、最新の介護用品等を見せていただきながらの研修にご協力をいただけることになりました。

この機会に多くの会員の皆さんの参加をお願いします。

2 主催 播磨ゆめづくり塾・エンジョイ二期倶楽部塾

3 日時 平成18年10月19日(木) 13時30分～約2時間

4 研修内容

- | | |
|------------------------------|------|
| 1) 介護保険と介護用品について(机上学習) | 約30分 |
| 2) 各種介護用品の用途、使用方法等について(見学学習) | 約1時間 |

5 会場 コスモライフメディカルケア加古川本店 〒675-0034 加古川市加古川町稲屋126 TEL0120-67-2941 FAX079-456-4132

6 参加料 無料

7 参加者 エンジョイ二期倶楽部会員

8 講師 コスモライフメディカルケア加古川本店 山野先生

9 問い合わせ先

エンジョイ二期倶楽部 神田敬子 TEL/FAX078-943-9746

10 交通機関、集合時間等

- 1) 播磨町庁用バス
- 2) 播磨町役場前 13時出発 16時帰着予定

11 申し込み ①申し込み先 役員 ②切 平成18年10月7日(土) 以上

この事業は、兵庫県東播磨県民局及びこころ豊かな美しい東播磨推進会議より「東播磨地域づくり活動応援事業」の助成を受けています。

平成18年10月19日（木） コスモライフメディカルケア加古川本店 エンジョイ二期倶楽部

「介護保険と介護用品研修会」

