

## つづきが丘クラブ

### 3月報

都筑ヶ丘住宅自治会・老人会  
つづきが丘クラブ  
会長 桑原正 盈

中高年齢者クラブ「つづきが丘クラブ」会員連絡紙。毎月末発行

令和5年3月1日

# “ やっ と春が来る!”

梅、河津桜が満開、やっ と春が来た!  
コロナ感染、インフルエンザ、花粉を克服しよう!

## コロナに負けるな!

みんな元気を出して

ラジオ体操・ウォーキング、足・腰、身体鍛えて  
春を謳歌しよう!

### 幹事会(2/22)確認事項

- 2/末のクラブ会員計80名(前月比±0)、正会員68名(前月同)  
・会員増強月間!! 4月新会期に向け新会員を増やそう!!
- 2月の活動は下記、3月の活動計画は次頁参照。
- 次年度総会 4月16日(土)15:00・懇親会16:30～  
(1)議案、新事業、予算・決算状況、各種活動の検討等  
(2)会の活性化、会員増強、部会活動の検討・見直し等  
(3)役員改選、若手活動会員の増強、役員の若返り施策等  
・部会会計締切日:3/18(土)、会計報告書提出期限:3/19(日)  
・総会課題検討幹事会:3/22(水)19:00～全幹事  
・会計監査日:3月25日(土)10:00～  
・議案書配布 4月8日(土)[\*幹事は14時會館集合]
- 防犯パトロール ①2月実績2回2名参加。3月計画3回6名  
川和小ミモール実績2月1名計2回。3月計画1名3回予定。
- 区老連関係・川和地区会長会(2/3)他から  
①3/1(水)13:30～ 区老連理事会(まちづくり館 桑原)  
②3/2(木)13:30～川和地区高連会長会議(川和町集会所 桑原)  
③3/7(火)13:30～市老連・正副理事会(浦島荘 桑原)  
④3/9(木)13:30～市老連・活性化PJ委員会(浦島荘 桑原)  
⑤3/10(金)8:00～区老連部長会(予算・企画検討他、まちづくり館)  
⑥3/15(水)10:00～15:30市老連シニアの祭典(横浜武道館)  
⑦3/16(木)・17(金)9:30～区老連第27回囲碁将棋大会(都筑公会堂)  
⑧3/24(金)10:00～区ふるさとづくり委員会総務部会(区6F 桑原)  
⑨3/24(金)13:30～区老連「投稿者の集い」(まちづくり館)  
\*都筑区老連・年次総会は5月24日(水) 都筑区庁舎6階 食堂

### 自治会内・公園清掃・愛護会活動

### ボランティア参加者募集!

隔週日曜日の朝、第1、第4公園\*要望で「庭木の手入れ」も

### ‘居場所、たまり場’友愛・交流サロン

### 第43回「つづき亭」開催 18日(土)10:30～

お茶、コーヒー無料。昼用パン即売、「一番」出前Ok

- ①皆んなで「ポッチャゲーム」(ペタンク室内用) AM10:00～
- ②ケアプレーザ:「高齢者のコロナ予防他」  
「365歩マーチ体操」、浜ちゃん体操他
- ③つづき病院:「コグニサイズ」(認知症予防・脳トレ)
- ④「みんなて歌おう」、合唱、カラオケ
- ⑤スライド映画「 ? 」上映

### 第9回 シニアの祭典

### 3月15日(水) 10:00～15:30

### 横浜武道館(JR関内駅南口)で開催

シニアスポーツ各種体験、体力測定、  
ステージコーナー・ダンス披露・展示コーナー

\* 参加自由、色々体験して

自分の体力と実力を試そう!

### 俳句の会 次回 3月15日(月)午後7:00～會館

### 2月の兼題 「風光る、春一番」各人披露

- ・鴨回る 波紋広がり 風光る 松 盈
- ・野良仕事 夫婦の笑顔に 風光る 美 苑
- ・春一番 小道で迷ひ 尋ねをり 風 花
- ・薄氷の 風に光りて 鶴見川 桐 花
- (自由)
- ・冬晴れも 本牧釣り場 人淋し 松 盈
- ・菜の花や 段々畑に 波の音 美 苑
- ・早春や 餌まく背なに 鳩の群れ 風 花
- ・鶴見川 波立白く 冬に入る 桐 花

3月の兼題は「春めく、陽炎」、投稿歓迎

幹 幹事 8班 市川喜美代

### 2. 部会活動 下記

部会名	活動日	参加	何時	場所・どこえ・何か?
歩こう会	10日(金)	—	朝	鎌倉 雨で中止
	21日(火)	3名	朝	百草門、高幡不動他
	25日(土)	—	朝	中止/東方天満宮 梅満開
卓球部	延べ3回	18名	昼	参加者歓迎
輪踊りの会	10日(金)	2名	昼	曲「都筑太鼓」
釣り部	17日(金)	2名	昼	本牧海釣り施設。釣果0
ショートゴルフ	15日(水)	5名	昼	緑ゴルフ場
クラフトゴルフ	延べ10回	52名	朝	中止5回。都田、牛谷公園
うたごえ会	22日(水)	11名	昼	春の歌他CDで22曲歌う

部会名	活動日	参加	何時	場所・どこえ・何か?
カラオケ会	8日(水)	10名	昼	會館
	20日(月)	8名	昼	
麻雀会	7日(火)	9名	昼	會館
	14日(火)	9名	昼	
	21日(火)	8名	昼	
	28日(火)	6名	昼	
俳句の会	20日(月)	3名	夜	兼題「風光る、春一番」合評
手裏4-7	16日(木)	7名	昼	新年度の活動話合い

# 3月活動プラン

各部の活動には誰でも自由に参加できます。ととしてご参加を!

日	曜日	時間	部会	活動内容	○防犯 ハブ
1日	水	朝	グラントゴルフ	都田公園	
		昼	都筑区老連理事会		
2日	木	朝	卓球	会館	
		昼	川和地区会長会議		
3日	金	朝	グラントゴルフ	都田公園	○
		朝	歩こう会	鎌倉宮・瑞泉寺、頼朝	
4日	土	夜	自治会理事会		
6日	月	朝	グラントゴルフ	牛ヶ谷公園	
7日	火	昼	麻雀会	会館1階	
8日	水	朝	グラントゴルフ	都田公園	
		昼	カラオケ会	会館	
9日	木	朝	卓球	会館	
10日	金	朝	グラントゴルフ	都田公園	○
		夕	すみれ会	会館	
11日	土	昼	麻雀対会	会館1階	
12日	日	朝	ボランティア	公園清掃	
13日	月	朝	グラントゴルフ	牛ヶ谷公園	
14日	火	朝	歩こう会	弘明寺、三殿台遺跡他	
		昼	麻雀会	会館1階	
15日	水	朝	グラントゴルフ	都田公園	
		朝	市老連シニアの祭典	横浜武道館	
		夜	幹事会	会館2階	
16日	木	朝	卓球	会館	
		昼	手芸サークル	会館	
17日	金	朝	グラントゴルフ	都田公園	○
18日	土	朝	友愛サロン「つづき事」		
20日	月	朝	グラントゴルフ	牛ヶ谷公園	
		昼	カラオケ会	会館	
		夜	俳句会	会館2階	
22日	水	朝	グラントゴルフ	都田公園	
		朝	ショートゴルフ	多摩川・リバーサイドゴルフ場	
		昼	うたごえサロン	会館	
		夜	対総会幹事	会館2階	
23日	木	朝	釣り会	本牧海釣り施設	
24日	金	朝	グラントゴルフ	都田公園	○
25日	土	朝	クラブ会計監査	会館2階	
26日	日	朝	ボランティア	公園清掃	
27日	月	朝	グラントゴルフ	牛ヶ谷公園	
28日	火	朝	釣り・潮干狩	横浜・海の公園	
		昼	麻雀会	会館2階	
29日	水	朝	グラントゴルフ	都田公園	
		朝	ペタンク	第1公園	
30日	木	朝	歩こう会	せせらぎ緑道 桜見	
31日	金	朝	グラントゴルフ	都田公園	○

**みんなで歩こう! 歩こう会** 幹事 10班 桑原正盈  
 1. 3日(金)朝9時30分会館発。鎌倉宮、頼朝の墓、瑞泉寺他へ  
 2. 14日(火)朝9時30分会館発。弘明寺、三殿台遺跡・岡村天満宮  
 3. 30日(木)朝9時30分会館発。東方せせらぎ緑道園 桜見へ

**カラオケ会** 一緒に歌おう!  
 8日(水) 14:00より会館。  
 20日(水)  
 \*マスク、消毒、三密注意して  
 幹事 11班 青柳 伸

**ショートゴルフ会**  
 22日(水)9:00会館発  
 多摩川リバーサイドゴルフ場  
 1R2000円  
 幹事 6班 笹嶋英紀

**ペタンク 面白いぞ!**  
 フォット重いホール、  
 誰でも楽しめる  
 29日(水)  
 10:40~12:00 第1公園  
 幹事 10班 桑原正盈

**健康・麻雀をやろう**  
 毎週火曜日、午後1時30分~  
 会場は会館1階。今月は  
**7、14、21、28日**  
**11日(土)は麻雀大会**  
 \*遠慮無用、初心者歓迎。  
 \*賭け事は無し。  
 \*三密(密閉、密集、密接)対策要  
 幹事 12 妹尾泰次

懐かしい歌、  
 思い出の歌  
**みんなで歌う会** \*茶菓子あり、自前持込み可  
**「うたごえサロン」** 22日(水) 午後2時~ 会館1F  
 幹事 10班 桑原正盈

**一緒に踊りましょう!**  
**輪踊り・新舞踊の「輪踊りの会」**  
 今月練習日は**10日(金)**  
 午後5時30分~1時間、会館。  
 初心者歓迎 幹事 13班 本間澄子

**グラントゴルフ**  
 今月の練習日は下記 幹事 12班 杉山好英  
 都田公園(朝8時40分現地) 毎週(水) 1、8、15、22、29日  
 毎週(金) 3、10、17、24日  
 牛谷公園(朝8時40分現地) 毎週(月) 6、13、20、27日

**卓球で身心をほぐそう!**  
 会館練習日時: 幹事 8班 市川喜美代  
 (木)9:30~12:00 2、9、16日  
 \*各開始時間から 30分以内に集合

**手芸サークル** 幹事 10班 服部倫子  
 飾り物敷物入れ物 手芸は楽しく美しく  
 毎月第3木曜日 午後 会館2階  
 今月は**16日(木)**13時~

**海釣りに行こう!**  
**23日(木)**朝6時45分発、本牧海釣り施設へ(アジ他)  
**28日(火)**朝9時30分発、横浜・海の公園へ。魚釣り、潮干狩り  
 ・経費(餌、仕掛け、車代費等)は参加者割 干潮15:12 35cm  
 幹事 10班 桑原正盈