

# クラブ活動で心身交流、体を鍛えよう!

1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。どしどしご参加を!]

日	曜日	時間	部会	活動内容	○防犯 ハトロー
1日	水			令和7年元旦新年おめでとう	
6日	月	朝	都筑区	出初式/賀詞交歓会	
7日	火	朝	区老連	理事会	○
		昼	麻雀会	会館	
8日	水	昼	川和地区	高連会長会議	
9日	木	朝	卓球部	会館	
10日	金	朝	釣り会	本牧海釣り施設	○
12日	日	朝	自治会	どんど焼き	
14日	火	朝	歩こう会	明治神宮	○
		昼	麻雀会	会館	
15日	水	昼	うたごえサロ	会館	
		夜	幹事会	会館2階	
16日	木	朝	卓球部	会館	
17日	金	夕	防犯	パトロール	○
18日	土	昼	全会員	例会・新年会	
19日	日	朝	公園	清掃ボランティア	
20日	月	朝	グランドゴルフ	牛ヶ谷公園	
		夜	俳句会	会館2階	
21日	火	昼	麻雀会	会館	○
22日	水	全	区老連	会長役員新年旅行	
		朝	ショートゴルフ	みどりゴルフ場	
23日	木	朝	卓球部	会館	
		昼	手芸サークル	会館2階	
		昼	カラオケ会	会館	
24日	金	昼	市老連	会長連絡会・新年会	○
25日	土	昼	川和地区	役員定例会・懇談会	
27日	月	朝	グランドゴルフ	牛ヶ谷公園	
28日	火	朝	歩こう会	奥多摩・御岳山神社	
		昼	麻雀会	会館	
30日	木	朝	川和高連	出雲大社分祠初詣旅行	
31日	金	夕	防犯	パトロール	○

## 健康・麻雀をやろう

毎週火曜日、午後1時30分～  
 実施日:1月7、14、21、28日  
 会場は会館1階。  
 \*遠慮無用、初心者歓迎。  
 \*賭け事は無し。  
 幹事12班 妹尾泰次

## ショートゴルフ会

22日(水) AM:9:30発  
 寺家・みどりゴルフ場  
 <雨天時:29日(水)>  
 2R2,200円  
 幹事6班 笹嶋英紀  
 (終了後 新年会)

## みんなで歩こう! 歩こう会

幹事10班 桑原正盈  
 1. 14日(火)朝9時30分発。明治神宮・内、外苑初詣  
 2. 28日(火)朝9時発。奥多摩・御岳神社

## カラオケ会 一緒に歌おう!

23日(木) 午後1時30分 会館  
 マスク必携、手洗い励行  
 幹事11班 青柳伸

懐かしい歌、日本の歌、CDやアカペラ合唱で  
 思い出の歌 \*飲食物持込み可

みんなで歌う会 15日(水) 午後2時～会館1F  
 「うたごえサロン」 幹事10班 桑原正盈

## 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  
 9、16、23日

## グランドゴルフ

牛ヶ谷公園 (月曜日) 20、27日  
 幹事12班 杉山好英

## 手芸サークル

飾り物、数物、入れ物 手芸は楽しく美しく  
 毎月第3木曜日 午後13時 会館1階  
 今月は 23日(木)  
 幹事10班 服部倫子

## 釣りに行こう!

10日(金) 朝6時40分発 本牧海釣り施設  
 \*経費(餌、仕掛け、車代、は参加者割)  
 アジ、サバ、シロワシ、が釣れてるよ!  
 幹事10班 桑原正盈

## ポッチャをやろう!

18日(土)13:00～1時間  
 会館  
 幹事10班 桑原正盈

## 公園清掃 -ボランティア募集!!-

月1、2回他 夕方4時or5時～  
 第1、4公園の植込みや  
 枯葉などの整理・清掃

## 防犯パトロール

毎週 火・金曜他 夕方4時or5時～  
 団地内自宅周辺:約30分

有志に 善意参加求む!

老人クラブの各種問合わせ 連絡先 10班 桑原(tel 090-6563-0579)