



## 雨音の向こう側に、仲間の声がする！



### みんなで歌おう会

毎月1回、歌好きな仲間が集まって楽しく歌っています！上手いかどうかは関係ありません。昔懐かしい唱歌から現代の歌まで、たくさんの歌を楽しむことで心の財産を増やしていくことを目指しています。また、年に1回、近くのグループホームで歌の交流会を行い、地域の交流を楽しんでいます。



毎月第3火曜日 13:00~15:00  
毎月200円 有楽自治会館

### 書を楽しむ会

当会では、楷書・行書・草書・かな・硬筆ペン字、隷書などをそれぞれ取り組んで練習し、月1回先生に添削していただいています。

書道の上達の秘訣は基本の練習、正しい姿勢、お手本の観察、筆のリズム、継続して書く習慣、そして書を楽しむ心と記してありました。「書を楽しむ会」の名のとおり向上心を持って楽しく練習していきたいと思っています。



毎月第2.4水曜日 13:30~  
会費 3ヶ月600円 有楽自治会館 担当 鎌田

### ウクレレ同好会

ウクレレは、指先を使うので脳トレに最適な楽器です。また、初心者が気軽に始めやすいのも特徴です。

同好会では、唱歌、ポップス、ハワイアンなどを歌いながら主にコード弾きで楽しんでいます。年1回は、近隣のグループホームでウクレレを披露しています。入居者の方々、スタッフさんにも喜ばれ私たちも元気を頂いています。



毎月第4土曜日 13:30~15:30  
有楽自治会館 担当 久津間

### 健康ウォーク

2009年春から始めたウォーキングも今年で丸17年！参加数もこの頃は25名前後を推移しております。

先日4月9日テレビ朝日の夜7:00~9:50の「健康な県ランキング47都道府県TOP!」という番組で、神奈川県が5位にノミネートされて、その元気の要因の1つとして私達のウォーキングが取り上げられて何人かのインタビューと皆が楽しそうにおしゃべりしながら歩いている様子が放映されました。テレビの効果抜群で次会には新参加者が3名ありました。

これからもマイペースで皆さまと楽しく歩きますので興味ある方はぜひご参加ください。

なお、夏の暑さには朝、熱中症警報アラートや猛暑予報が出たときは自動的に中止とします。



毎週水曜日 9:30~11:00 (祝日と雨天は休み) 万福寺さとやま公園円形広場集合飲み水、タオル持参、帽子着用 代表 松崎

## 有楽囲碁会

有楽囲碁会との出会いは、7～8年前に知人からの紹介がきっかけでした。囲碁は社会人1年目に会社の先輩から昼休みの暇つぶしに教わりましたが、ルールが解る程度でその後は長く囲碁をする機会もなく、リタイア後に認知症予防を兼ねて有楽囲碁会に参加させて頂きました。

興味のある方はぜひ一度見学にいらして下さい。会員一同心よりお待ち申し上げます。

文責 藤原利夫

毎週木曜、日曜の

9:00～15:30まで  
有楽自治会館



## パソコンクラブ

今年のICTの世界の流れとして、AI自動運転やAIロボットの話題があります。

また、ChatGPTについて学びました。

「各生徒の3教科及び5教科計を求めなさい。」さらにそれを棒グラフに表します。また、タッチ決済について学びました。スマートフォンでも決済可能になりました。

Wordでサンタクロースや、お雛様を書いてみました。



毎月第2月曜日 13:30～  
有楽自治会館300円 担当 東

## 麻雀の会

『毎週木曜日に楽しく行われております麻雀の会、お陰様で会のお仲間が増えまして、麻雀卓の関係もありますので、しばらくの間は、新規の会員募集を見合わせる事に致しました。』

また、募集再開致しましたらお知らせさせて頂きしますので、よろしくお願い致します。』

担当：中村

## 太極拳同好会

太極拳に入る前に、まずテーブル、椅子を別室へ運び、30分程体操で体をほぐします。その中でも太極拳に有効な肘まわし、姿勢のとり方などを学び、基本の入門から歩き方、初級の簡化24式へと進んで行きます。途中その時々で重点的に型を学びます。

会員は、60歳代70歳代80歳後半まで揃っていますが、お茶休憩の時は、高校生の如くおしゃべりが止まりません。一度、体操だけでも体験してみませんか？もちろん太極拳初心者大歓迎です。参加をお待ちしております。

なお、7月30日（木）に金程の福祉センターにて、100名程集い発表会を催すことになっておりますので、お越しいただき太極拳の楽しさを実感していただければ幸いです。



練習日、月2回金曜日 13:30～15:30  
会費 1回 200円 担当今井

## カラオケ「うぐいす」の会

「お久しぶり！」「1ヶ月ぶりね♡」月1度のカラオケの会。皆さん笑顔で集まります。毎月10名程が集まり、歌やおしゃべりを楽しんでいます。

4月は一番広い部屋を使えて、伸び伸びと歌い、盛り上がりました！有楽自治会以外の参加者もいらして輪が広がっています。皆さまの参加をお待ちしています♡



毎月第4火曜日 13:00～16:00  
新百合ヶ丘北口駅ビル2F（ビックエコー）  
利用料金：基本1100円（時期により変動）

活動日の確認は有楽自治会ホームページで出来ます。同好会に関するお問い合わせは●同好会名●氏名●電話番号●お問い合わせ内容を記入のうえ下記書記担当の専用メールにご連絡下さい。同好会担当より折り返し連絡させていただきます。自治会役員にお尋ね頂いても結構です。Mail : syoki@chiyogaoka-yuraku.net



有楽自治会HP