

浜っ子通信 4月号

愛宕浜校区自治協議会だより (No.102)
自治協ブログ atagohamajc.blogspot.com

愛宕浜校区自治協議会

事務局 愛宕浜公民館内

Tel 885-4551

fax 885-4539

令和8年4月1日発行

ウォークラリーを開催しました！



2月22日(日)に能古島にてウォークラリーを開催しました。晴天に恵まれ、2月にしては汗ばむほどの陽気で、まさにウォーキング日和でした。5年前に同じく能古島で開催した時も盛況でしたが、今回も参加人数は昨年の51人を大きく上回り72人(チーム数は18)と多くの方々に参加いただき、「能古島ウォーキング」の人気度の高さがうかがい知れました。ウォークラリーは数名で構成するチームに分かれ、簡単に描かれた地図(コマ図)を頼りに、ポイントで出されるクイズを解いていき、ゴールを目指すレクリエーションゲームです。ゴールするまでの速さを競うのではなく、あらかじめ設定された時間通りにゴールする「時間得点」とクイズの正答数やチェックポイントで行われるじゃんけんの勝ち負けによる「課題得点」の合計点で順位が決まります。能古島は狭い路地が多いため、コマ図の情報だけでは読み取れず、道に迷われているチームもありました。しかしながら、参加された皆さんは無事全員ゴールされ、ゴール後は体育振興会の委員さん、役員さんが朝から能古島公民館で作った「牛汁」が振る舞われました。(おっちょこちょいな役員さんが豚肉と牛肉を買い間違えたため「豚汁」ならぬ「牛汁」になったというオチ付きです。)ウォーキング後の適度な疲労感の中食べた「牛汁」は大変好評で「美味しい!」「美味しかった!」との声が多く聞かれました。見事1位となったのは、得点が90点/100点中というハイスコアを叩き出した「チーム橋本」さんです!おめでとうございます!



おめでとうございます

ウォークラリー in 能古島成績



順位	チーム名	得点
1位	橋本チーム	90
2位	今井家 今行け!チーム	88
3位	NYNEKS. I チーム	84
4位	山本チーム	83
5位	チームよしのり	75
5位	愛宕浜太鼓チーム	75
7位	NYNEKS. II チーム	74
7位	2Rチーム	74
9位	チームM	72
10位	GGフレンズチーム	71
10位	稲石チーム	71
12位	あさあおチーム	70
13位	戸高チーム	65
14位	イワセチーム	64
15位	ここ ことろう にこチーム	59
16位	しょうゆせんべいチーム	55
17位	D It ファミリーチーム	53
18位	W チーム	36

(主催: 体育振興会)

来年は、姪浜地区での開催を予定しています。今年参加された方はもちろん、この記事読んで来年は参加してみようかな...と思われた方、家族、友達、知り合い同士、どんな形でも構いません。チームを作って是非ご参加ください。お待ちしております。

3月14日(土) 献血を実施しました

115名の方が受付に来られ、106名の方に献血にご協力いただきました。天候にも恵まれ、意欲的に献血に挑まれる若い世代の方が増えた気がいたします。当日、献血の呼びかけなど、お手伝い頂いた各自治会、諸団体の皆さまありがとうございました。(健康・環境委員会)



社協文庫・人尊協文庫に新しい本が入りました!!



- ・アイ ・熟柿 ・中村哲物語 ・木を植えた男 ・ふしぎなたね
- ・世界で一番貧しい大統領のスピーチ ・子ども元素図鑑
- ・デコピンのとくべつないちにち ・子どもにつたえる日本国憲法
- ・夢をかなえるソウ ・イチローとイッキュウ ・大河の一滴最終章
- ・まどろみの星たち ・泣きたくなったら壁を押せ
- ・幸せにならなくたっていいんだよ ・あなたの怒り取扱説明書
- ・高校に行かないと決めた14歳の日から



校区下期グラウンドゴルフ大会、開催!!

当日は曇り空から晴れ模様の下、校区3クラブ、総勢30名の参加者のもと3/7(土)、愛宕浜小学校グラウンドにて、8ホール、2ラウンド、ストローク方式で和やかに大会を実施しました。栄えある優勝者は、2R計177、38点で、ソニア会の小川堅祐さん。2位は40点で、同じくソニア会の松田スエ子さん。

3位は42点で、虹の会の亀子良平さんでした。途中体調不良になる方も出ず、全員楽しくプレーされました。適度な運動はフレイル予防に繋がり、健康増進にもなります。皆様お疲れ様でした!!

愛宕浜校区老人クラブ連合会 (担当クラブ: マリナ会)



亀子氏優勝!! 令和7年度下期ソフトダーツ大会

2月24日(火) 愛宕浜公民館で下期ソフトダーツ大会が3グループ(競技者27名、応援2名計28名)に分かれて開催されました。競技者は虹の会が7名、マリナ会が9名、マリナタウンシニア会が10名の計26名で競い合い和気あいあいながらも日頃の練習の成果を発揮されました。優勝は虹の会の亀子良平氏(校区老く連会長)が2ラウンド合計797点の優勝でした。準優勝はマリナ会の石橋幸枝氏、3位は虹の会の福山幸枝氏でした。



尚、ソフトダーツは手首の運動と暗算の脳トレになりますので今後の多くの参加をお待ちしています。
(担当クラブ: マリナタウンシニア会)

優勝者 亀子会長
(左側)



ふれあいサロンのご紹介

ふれあいサロン はまゆう 4月7日(火) 参加費 100円

開催日: 毎月第1火曜日(13:00~15:00)

場所: リバーラガーデン コミュニティーセンターまたはI棟集会室

内容予定: いきいきセミナー 資生堂化粧療法 ※注意: この回の申し込みはすでに締め切っています

講師: 資生堂ジャパン(株)西日本パーソナルビューティー部

☆身だしなみを整えるいきいき美容コース

代表: 仁田野 昭子 (Tel092-892-6128)



アーベイン姪の浜サロン

4月4,18日(土)



開催日: 毎月第1・3土曜日(10:30~12:00) 場所: アーベイン姪の浜マリナステージ

2号棟 集会室

内容: 第1土曜→呼吸法、ストレッチ、ラジオ体操、足元気体操、歌に合わせた体操、脳トレ

第3土曜→ふれあいサロン: 茶話会、カラオケ

代表: 門司 光正 (Tel092-882-9510)

ふれあいサロン 詩 4月13日(月)

開催日: 毎月 第2月曜日(13:15~15:30) 場所: 老人いこいの家

内容: 前半→嚥下運動 後半→合唱・ダンス・体操・小物作り

代表: 谷口 憲子 (Tel092-881-5511)



ふれあいサロン 華

4月20(月) 会費:400円

開催日: 毎月第3月曜日(12:00~14:00) 場所: 公民館

内容: 75歳以上の高齢者がボランティア手作りの昼食の後、脳トレ、室内ゲーム、作品作り、健康教室など、みんなで楽しい時間を過ごしています。

代表: 星野 恵子 (Tel090-9720-3976)



ふれあいサロン よいあい 4月18日(土)

開催日: 毎月第3土曜日(13:30~15:00) 場所: 愛宕浜公民館 研修室

内容: 前半: ら・ら・ら体操(音楽に合わせた創作体操) ストレッチ

後半: 自由タイム(脳活・ゲーム・茶話会等)

代表: 鈴木 泰子 (Tel092-882-0280)



ふれあいサロン よかトレ

4月21日(火)

開催日: 毎月第3火曜日(10:00~12:00)

場所: リバーラガーデン コミュニティーセンター集会室

内容: よかトレ体操を行っています。(お口の体操、深呼吸と発声、ストレッチ、筋トレなど) レクリエーションやゲームなどを行い、その後お茶会を行います。

*どなたでも参加できます。参加申し込みは不要です。お茶をご用意してお待ちしております。

代表: 宮島 ゆう子 (Tel092-882-8043)

