第240号

月報例 1

北桜美会　令和４年 11 月 21 日

令和４年　１２月　月報

１．　世代間交流　ゲーム大会　行事案内

校区老人クラブ（鹿ノ台 東西南北桜美会、鹿畑）と子どもたちとのゲーム大会です
楽しい企画と多くの景品を用意しています。
本年最後の行事です。思い切り楽しみませんか！！

日時　：12 月 11 日（日）13 時 30 分～15 時 30 分
場所　：ふれあいホール大会議室
ゲーム：①お手玉入れ　②ビンゴ輪投げゲーム　③モルック

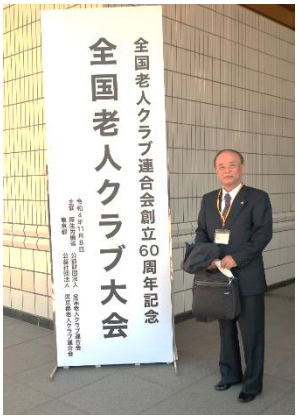
参加は下記申込書でお願いします。

北桜美会　厚生労働大臣賞 受章！！

この度、全国老人クラブ大会が、両国国技館で、天皇皇后両陛下のご臨席を仰ぎ行われました。ここで、北桜美会が、「優良老人クラブ」として、厚生労働大臣賞を受章しました。

北桜美会の精神“和”で、お互いに思いやり、感謝し合い、結果、笑いの絶えない、元気をいただける集まりになっています。　　こうした“和”の輪を拡げていきたいと活動しています。

毎日新聞掲載より



２．クリスマス会

12/5 のクリスマス会は、11 月 月報で案内しています。
現在、参加申込をされている方は次の 27 名です。各自ご確認ください　（敬称略）

北１：中村圭以子　辻敬子　新谷晴美　平井きよみ　津田以津子　木曽淳子　山田恭子

加藤澄子　堀紀代美　堀弘　吉田芳子　吉川智代枝　椿井容子　河中江美　川村喜紀
北２：立木美知子　岡野修代　鈴木幸子　小栗正光　橋谷禮子　髙岡恵子　山下知永子　岩間頼子
北３：國田洋子　富田万起子　井上真弓　藤岡好子
参加者は、会費 500 円、プレゼント 500 円相当分を持参ください。質問など：吉川（☏090-6759-0270）へ

【次の行事の実施報告は、紙面の都合上、次月１月号にて掲載します。】
・奈良公園 巨木　・巨樹めぐりツアー　・クニちゃんサロン
・土日サロン　・北サロン１周年感謝祭

３．行事

	行事	日程	開催場所他
北桜美会	折り紙教室	12 月６日（火）	実施
	健康マージャン	12 月 13,21 日	実施
	いきいき百歳体操	12 月 2,9,16 日	実施　（__はクニちゃん体操あり）
	「若研」	12 月 16 日（金）	中止
	クリスマス祝い	12 月５日（月）	10 時～14 時　北集会所
	土日サロン（堀さんシリーズ）	12 月４日（日）	中止（校区ゲーム大会のため）
	校区　ゲーム大会	12 月 11 日（日）	13 時 30 分～　ふれあいホール
	いきいきホール清掃	12 月 20 日（火）	実施
	役員会①	12 月 19 日（月）	10 時　役員①のみ
	よんにちサロン	12 月	休み

４．　入退会　【入会】北１　松村世子様　【退会】なし　　現会員数 233 名

【若研 連載】No.44

幸せな老後とは

幸せな老後とは何か。 その答えは人それぞれでしょう。 長年、高齢者医療に携わってきた私にとっては、 豊かな人間関係こそが、晩年を幸せなものにする要素だと考えています。
70 代になったら、自分のことだけで生きるのではなく、周りの人のために尽くす生き方に少し変えて行った方がいいのではないかと考えています。周りの人の助けになろうと生きている人は、 周囲の人に慕われ、人間関係が絶えません。 何かと声がかかりますので若々しくいられます。

働き方自体を、これまでの「お金のため」から、 「誰かの助けになる」ことを目的に加えてもいいと思います。 そういった他者への優しさは、あなたの老後の人間関係を豊かにし、心も満たしてくれるかもしれません。 年を取ってやさしくなるということは、老後に幸せになる一番の近道なのではないかと私は思っています。

（和田秀樹（精神科医）著「70 歳が老化の分かれ道」より）

切り取り線

参加申込書　（不参加の方は提出不要）

行事	氏名	住所
校区　ゲーム大会（12 月 11 日）		北　－　－

提出先：幹事（月報配布担当）まで。　　申込締め切り：令和４年 12 月３日（土）