

ナルク尼崎	令和5年 1月1日	事務局 尼崎市富松町 1-14-19
	VOL19 第 5号	TEL/FAX 06-6422-8835

新年おめでとうございます。皆様の一層のご健康とご多幸をお祈り致します。コロナ制約の中でも、可能な限りのボランティア活動と親睦会の実行に努めたいと思います。



【12月運営委員会】 詳細はホームページ参照

12月18日に13名が参加。同好会（歌、麻雀）の活動状況、福祉調査センターの状況、武庫之荘カフェや体操の報告があった。各自の近況報告もあったが、親族でのコロナ感染が数名報告された。なお、今年の新年会もコロナ禍で中止することに決定した。

【私も寄稿】俳句と私

私はある日突然に俳句を始めて、間もなく7年になります。それまで俳句の経験は全くなく、初めて句会に行くと、周りは俳歴10年から50年くらいのベテランの人達ばかりで圧倒されました。最初は五・七・五に季語を入れるだけで精一杯でしたが、3ヶ月目に何と選に入り、自分でもビックリしました。

○今日は京明日は奈良へと花巡る

今も忘れられない一句です。その後は少しずつですが俳句にも慣れ、作句の難しさを十分感じ乍らも、楽しむ余裕も少し出て来ました。コロナ禍で自粛期間中も家で俳句を作ったりと退屈することはありませんでした。いつも次の句会の句を考えているストレスはありますが、それも認知症予防と思い楽しんでいます。

今では月に数回行く句会が、老後の楽しみの一つになりました。

○日に一句ノルマ達成昨年今年

松井 満寿子

【お知らせ】

① 昨年11月8日の武庫之荘カフェは、‘皆さんで歌いましょう’という活動でした。ナルク尼崎からは4名のボランティアが参加していますが、今回は歌

の会の大西さんにもご協力頂き、キーボードを弾いていただき楽しく歌うことができました。♪ ♪♪

② 偶数月に行われている歌同好会は、12月4日にも15名の参加で20曲余の歌を力強く歌いました。コロナ禍で外出の機会が少なくなる中、皆さんに元気になって頂きたいと、同好会会員以外の参加も募った結果です。

今後も希望者には参加して頂く活動にしようと思っておりますので、2ヶ月に一回声を出してみようと思われる方は、ご連絡ください。

次回は2月5日（日）午前10時30分から女性センタートレピエで。年会費は1,000円です。場所・時間は変更になる可能性もありますので、必ずこの新聞で確認してください。

③ 昨年10月のバスツアーでのアンケートで、ナルクに望む事を伺ったところ安否確認依頼、桜見物、吉本漫才・落語等の観劇、バスツアーのご意見がありました。毎年バスツアーを計画してほしいとの意見もあり、今後の課題とさせていただきます。

《ボランティア》 喜楽苑喫茶・サフォート武庫之荘は依然休止中

《同好会》（一部活動休止中）

	歌同好会	女性健康麻雀クラブ	カラオケ
曜日	偶数月 第1日曜午前	毎週金曜 13時～17時	未定
場所	トレピエ	ときわ会館	
世話人	土肥・大西夫妻	桑木野・長田	大西（高）

《地域活動》

	にこにこ体操クラブ	武庫之荘カフェ
場所	サンシビック尼崎	コープ武庫之荘
曜日	毎週金曜日午前	毎月第2火曜日
世話人	蔭山	土肥（邦）

皆様の投稿・ご意見おまちしています。発行責任者 土肥嘉夫 入稿 土肥邦子