

秋のバス旅行のご案内

わかばの会恒例のバス旅行を次の通り行います。今回は倉敷美術館周囲、岡山後楽園、岡山城をゆっくり巡る予定です。会員同士の語らいで楽しい一日を過ごしましょう。



実施日 平成23年10月31日(月) **集合場所と時間** 阪急蛍池駅西口北ローソン前 7時30分
参加費 6,000円 **行程表** 蛍池(7時30分)→倉敷(10時30分)→岡山昼食(12時30分)→岡山城、後楽園(13時30分～16時)→蛍池(予定18時30分) **申込み締切り** 平成23年10月20日
申込み先 事務所 06-6852-4802 **世話人** 河原高史、大井文夫

ゴルフのお誘い

秋空の下、北摂拠点ゴルフを開催致しますので皆様のご参加をお待ちしています。

日時 平成23年9月15日(木)8時20分集合、8時56分スタート **場所** 小野グランドカントリークラブ オールドコース 兵庫県小野市中谷町1413(高速中国道吉川インター下り直進12km)電話 0794-67-1500 **費用** 10,500円 (キャディー付+昼食代)(70歳以上は利用税免除です、免許書又は保険書持参) **賞** 優勝、2、3、5、7、10、15、NP **参加費用** 2,000円 **申し込み連絡先** 木村 090-5365-8914 締め切り 平成23年8月20日(土)

池田市健康フォーラム開催のお知らせ

例年行われていました池田市健康まつり、今年からは池田市健康フォーラムと名前を変え、以下の通り開かれることになりました。詳細はパンフレットをご請求下さい。

日時 平成23年9月4日(日)10時～16時 **場所** 池田市総合福祉センター(池田駅下車徒歩10分池田市民病院後方)

わかばの会では4階でナルクの紹介 PR、高齢者疑似体験教室、ペンシルバルーン製作、エンディングノート及びふくろうの販売等を行います。(木村 090-5365-8914)

紅葉の郷・みのお拠点とわかばの会の合同交流会

久しぶりに会うみのお拠点の皆さんの懐かしい顔。見覚えはあるけれど名前が思い出せず、名札を覗き込んだりしつつ、楽しい時間をありがとうございます。紅葉の郷の昼食も初めてで、「ご飯のお代りもどうぞ」と、アットホームな雰囲気です。



昼食後まず、紅葉の郷の施設長さん夫妻がギターとキーボードでフォークソングを歌いました。みんなの「アンコール」の掛け声にも応えるなど和気あいあい。太極拳やダンス、カラオケなどの発表では、「日ごろの練習風景です」と控え目な言葉でそれぞれの練習結果を披露。太極拳では全員が座ったままで手の動作を教わりました。カラオケ同好会はメンバーが入れ替わって歌い継ぐ楽しいひととき。少しだけダンスの経験がある私も、つい誘われて靴下のままいっしょにブルースを踊りました。すてきな場を提供してくれた紅葉の郷に心から感謝。私も体が悪くなったらこんな老人ホームに入れたらなあ、などと思いつつ帰路につきました。なお当日の参加者はわかばの会20名、ナルクみのお26名でした。(奥野 享)