

2026年「2月の集い」報告書

2026年2月14日

悠々会会長 中村秀子

皆さんで「雪」を歌いました。

(1班) 猫俣さんの見事な絵！です。



毎月、新作で参加の皆さんを癒して
くれます！これは、ハート形の花器に
スイートピーです

【区老連定例理事会】

2月2日(月) 13時30分～フレンズ戸塚3Fにて開催。

1) かがやき78号 家庭数配布。

2月の予定

1) 区老連 会長研修 2月10日(火) TKP ガーデン PREMIUM 横浜西口
楽しく学ぶ認知症予防等学ぶ

2) 市老連 第11回 シニアの祭典 (教養部) 2月20日(金)～21日(土)
横浜新都市ホール(横浜そごう9階)・新都市プラザ(そごう入口前スペース)
時間を見つけて、足を運んでください！

3月の予定

1) 区老連 女性部 定例会 3月6日(金) 13時30分～ フレンズ戸塚3F

2) 第5回ポッチャ大会 3月18日(水) 12:00～ 3人で、2チームを募集

【悠々会】2月の誕生祝い5名(敬称略)

(1班) 石井睦子、(2班) 山田真理子、森 秀夫。(3班) 小林佐恵子、堤 勝男
おめでとうございます！

【悠々サロン】

2月19日(木) 13時～1階 大人のぬり絵 2階 13時～パッチワーク

{笑和会} 2月20日(金) 河津桜へ散策

集合：10時 地下鉄踊場駅改札口 京急三浦三崎駅より徒歩

【げんきかい】

2月25日(水) 13時30分～1階 セラバンド、ストレッチ、ハマトレ体操

【北汲沢地区社会福祉協議会、定例会】

2月6日(金) 19時～東明倶楽部にて開催 中村会長参加

※踊場地区センター祭 2月22日(日) 10時～踊場地区センター

(北汲沢連合) 悠々会から、中村会長、宇藤副会長がお手伝いに参加されます。



会員の皆様へのお願い！

2026年度 4月からの会員の入会を募ります⇒皆さんの周りに、又、お知り合いに未加入の方がいましたら、加入への声かけをお願い致します。これまでの悠々会の活動を大きく！アピールしていただければと思います。目標60名に、3名募ります。

【今月の催し】

戸塚区 保健師さんを迎えて

スライドを使い「感染症」等について学びました。



※免疫をおとさない、生活習慣を。※経口補水液の活用（脱水予防に有効）

※带状疱疹（治った後も神経痛の痛みが残る）⇒予防接種ワクチンが推進されています。

質問：自宅の風呂の水の取替は、一人しか入らないので、毎日取り替えない。レジオネラ菌の心配は？⇒レジオネラ肺炎の症状は、高熱・頭痛・下痢・呼吸困難等

最後に「手洗いチェッカー」で実験！

石鹸でいつもの様に、手を洗う（しかし、いつもよりは丁寧に洗ったつもり）→そのままチェッカーにさらす→結果は、白く白くいっぱい汚れが沢山残っている事を確認！見て見ぬふりは出来ず→反省（笑）



【3月の集い】へのご案内

3月12日（木）10：00～「催し」は、

「人形劇 どんぐりころころ」劇団による人形劇

（せんたくかあさん）（どうぞのいす）（大丈夫？ズコッ）の3題が上演されます