2026年「10月の集い」報告書

2026年10月11日

悠々会会長 中村秀子

皆さんで、「もみじ」を歌いました。

【区老連定例理事会】

10月2日（金）13時30分～フレンズ戸塚3Fにて

1）市老連 友愛活動委員・女性委員合同研修会 10/9（金）13：30～16：00

2）ふれあい文化祭（趣味の作品展）10/9（金）～10/11（日）戸塚区役所3F
悠々会から：大人のぬりえ8点・パッチワーク3点が出展されます！

3）市老連 第45回かがやきクラブ横浜大会 10/27（火）13：30～16：00

その他：12/7（月）戸塚区老連主催

伊豆修善寺日帰り旅行「みかん狩り」があります。詳細は後日に。
悠々会独自での旅行は、今後困難な状況にありますのでこちらにご参加頂けます事、ご検討をお願い致します。

11月の予定

1）戸塚区民まつり 11/3（火）9：00～15：00 東戸塚小学校 （凧・竹とんぼ作り）

2）区老連 福祉演芸大会 11/10（火）戸塚公会堂→来年は、悠々会会員からも参加していきたいですね。

その他

10，11月の集いにて、
ペコちゃん募金箱がお待ちしております。

今日は、早速に有難うございました！

【悠々会】10月の誕生祝い5名（敬称略）

（2班）高橋和子、河合十四雄、（3班）原 由美子、（5班）岩本修治、

（6班）真中善孝、　　皆様おめでとうございます！

【悠々サロン】

10/15（木 ）13時～1階 大人のぬり絵　2階13時～パッチワーク、

10/19（月）カラオケ 12時30分踊場駅集合、13：00からスナック「京」

10/22（木）「笑話会」人形作り 13：00～東明倶楽部 （現申込：11名）

【げんきかい】

10/28（水）13時30分～1階　ストレッチ・ハマトレ・脳トレ体操

【町内会関係】

10/17（金）北汲沢連合主催：健民祭

【北汲沢地区社会福祉協議会】

10/2日（金）19時～東明倶楽部にて「定例会」中村会長参加

中村社会福祉協議会 会長より、

※赤い羽根共同募金運動が展開されております。ご協力を！

※フードドライブ（食品支援）にご協力ください。10/25（日）・11/1（日）
東明倶楽部にて受付しております。詳細をご覧ください。
皆様のご協力をお願いします。

「今月の催し」

ケアプラザ職員、
山田北汲沢スポーツ推進員
ご指導で「ボッチャ」
を楽しました。
結果、ことぶきチームが優勝しました。

そういえば、「フレイル予防」って？
（運動：日常生活に取り入れる）
（栄養：冷蔵庫の中に、直ぐ出して食べられるタンパク質食を）
（口腔：痛くならないうちに、定期検診の心がけを）
（社会参加：外出・交流・参加で人と地域とつながる）の取組を日常生活に取り入れる！
ケアプラザの山田さんより、添付資料のご案内がありました。ご一読を。

ご案内

1）悠々サロン「笑話会」より
11/6（金）「マリーアントワネット・スタイル」展 ➡ご案内を添付
横浜美術館にて開催されています。参加希望の方は下記にご記入を。

班長さんは、参加者を総務、岡田にお願いします。

2）11/8（日）「モルック」悠々会・新生サファイヤクラブとの合同開催。
9；00 踊場円形広場 運動出来る服装にて。参加賞があります。
参加希望の方は、下記にご記入下さい。

班長さんは、参加者を総務、岡田にお願いします。

11月の集いへのご案内

11/12（木）10：00～東明倶楽部
「催し」は、久し振りに、トランプ、ウノ、ゲーム等でわいわいと。