



成瀬台エンジョイクラブ会報

2004年(平成16年度)5月創刊号
発行:成瀬台エンジョイクラブ
発行人 森田 勇

町田市成瀬台3-13-7

成瀬台エンジョイクラブ 誕生!!!

成瀬台エンジョイクラブは多くの皆様のご賛同を得て、ここに誕生しました。

その設立総会が4月15日水曜日、成瀬台ゆりの木会館において開かれ、登録された方々は124名を数えました。ご出席の皆様による「役員の選出」「会則の確認」「事業計画」「予算」などが活発に審議され、和気藹々の内に滞りなく承認されました。

役員一同は、会員の皆様のご意見をいただき魅力ある「クラブ」に発展させて地域社会への貢献と会員一人一人の健康増進を図り、明るく楽しい「エンジョイクラブ」にして行きたいと願っておりますので、今後ともよろしくお願いいたします。

尚、サークルや同好会の具体的な活動については、夫々の世話人から皆様のもとへご案内いたしますが、軌道に乗るまでの間、ご不明な点がありましたら何なりとご遠慮なく役員・世話人までお問い合わせいただけると幸いです。

成瀬台エンジョイクラブ
会長 森田 勇

エンジョイクラブとは

- 地域社会の一員として、会員相互の親睦と健康で明るい生活を目指します。
- そのために次のような活動を行ないます。
 - ・ 社会奉仕活動（公園・集会所の美化清掃、自治会・学校への協力など）
 - ・ 友愛活動（一人暮らし、寝たきり高齢者への訪問・手助け）
 - ・ 健康増進活動（健康体操、太極拳、ハイキング、ウォーキング、卓球、ゴルフなど）
 - ・ 生きがいを高める活動（囲碁、将棋、カラオケ、ガーデニング、カメラ、パソコン、社会見学など）
 - ・ その他の社会活動（他地域との交流、研修など）
- 堅苦しい規約や規則はありません。これらの活動をしてみたい、何か皆と一緒にやってみて欲しいと思う方、どなたでも歓迎です。

これからの方は、是非、お気軽に役員・世話人にご相談ください。

（4月27日、町田市健康福祉部高齢者福祉課に設立の報告申請を済ませています）

エンジョイクラブの同好会 活動開始しました！！

成瀬台おしゃべりクリーンウォーク 2004

第1回は4月22日10時から、女性4名、男性3名、計7名の参加で行ないました。森田会長の挨拶の後、成瀬台一周コースで歩きましたが、ゴミ拾いとおしゃべりを楽しみ過ぎコースの1/3を切り上げました。第2回は5月20日(木)朝9時成瀬台公園集合、東雲寺・風の広場コースで行ないます。茶菓子を持ち寄り、途中“風の広場”でおしゃべり(緑陰清談)を楽しむ予定にしていますので、どなたでもお気軽にご参加下さい。
(有賀 文昭)

健康体操同好会

第1回健康体操を4月27日午前10時よりゆりの木会館ホールで、広崎さよ子先生の御指導により健康体操を行ないました。

素足で床の感触を感じながら、リズムに乗って歩いたり、全身の柔軟体操、その後のリラクゼーション、充実した1時間30分を過ごし、身体全体がリフレッシュしたように感じました。

なお 5月の健康体操は2回行ないます。

5月10日(月) 午後1時~3時

5月31日(月) 午後1時~3時

於 ゆりの木会館 ホール

バスタオルを持参ください。

(鶴岡 栄子)

太極拳は中高年向き健康法

4千年の歴史の中国に生まれた太極拳は日本でも多くの人に愛されている健康法です。中高年には難しい緩慢な動作を“舞う”と言う考え方で筋肉を鍛え、同時に“氣”を養います。

ここ成瀬台3丁目でもエンジョイクラブの活動の一環として、この4月より「ゆりの木会館」を会場にスタートしました。経験者は勿論、初心者にも津曲師範が親切に教えてくれます。

問い合わせ・申し込み 吉田 秀穂 まで

(津曲 淳子)

卓球

卓球は天候に関係なく誰でも手軽に楽しめるスポーツです。ちょっと汗ばむ運動量は体の健康ばかりでなく、脳の活性化にもつながると云われており、中高年には最適のスポーツではないかと考えております。

練習は当面

土曜日は奈良センター

月曜日は成瀬センター

何れも午前9時30分集合

で実施しておりますので、初めての方もご遠慮なくご参加下さい。現在会員12名です。

(森田 勇)

編集だより

▼ みなさまは、ゴールデンウィークを如何お過ごしでしたか ご夫婦で？お孫さんと？「安」「近」「短」それともデラックスに「高」「遠」「長」いいですね。

かく云う編集子は何処へも出掛けず編集一筋、お蔭で、やっと会報を Viva enjoy club と命名し創刊号をお届けすることが出来ました。

(寺嶋 潔)

▼ お気に召しましたでしょうか？もっと楽しくもっとオシャレな「小冊子」にたく一人でも多くの皆様からの投稿・原稿・お声など何でもお待ちしております。 m(—_—)m

(加藤喜美)

今 後 の 活 動 ス ケ ジュ ー ル

2004 年 5 月～

第 1 回ハイキング 5 月例会

日 程：平成 16 年 5 月 11 日（火）雨天決行

行き先：奥多摩 丹波溪谷及び丹波温泉『のめこい湯』

費 用：3,000 円＋安全保険（800 円任意）

バラ見学会（ガーデニング同好会）

日 程：平成 16 年 5 月 14 日（金）小雨決行

行き先：南林間 北島邸

クリーンウォーク 2004

日 程：平成 16 年 5 月 20 日（木）午前 9：00 成瀬台公園集合

行き先：東雲寺・風の広場

持ち物：レジ袋、弁当

音 楽（ジャンル問わず）

5 月中旬 登録した方に連絡します。

テ ニ ス

同好会立ち上げます。ご希望の方 岡野 卓也

書 道

同好会立ち上げます。ご希望の方 福山 みづほ

その他 カメラ（小西昭男）、
グランドゴルフ、ゴルフ、絵画、麻雀、陶芸、釣り、
サイクリングなど、参加希望・世話役をお引き受け
いただける方募集いたしています。
詳細は裏面の役員・世話人まで。

2004' 成瀬台エンジョイクラブ役員・運営委員名簿

平成16年4月15日

	氏 名	番 地	電 話	備 考	
会 長	森 田 勇			南	*
副 会 長	横 路 三千代			中央	*
	鶴 岡 栄 子			北	
会 計	松 尾 さざれ			北東	*
	阿 片 美鶴穂			南	
会計監査	加 藤 喜 美			西	* 兼広報
	勝 山 博 子			北東	* 兼記録・広報
幹 事	岩 井 治			北	*
	小 西 昭 男			南	*
	高 橋 弘 明			南	*
	有 賀 文 昭			東	*
	寺 嶋 潔			北	兼広報

〔注〕 備考欄 東・西・南・北・中央・北東は自治会防災区分に基づく。*印は地区世話人。

同好会 世話人 名簿

同 好 会 名	氏 名	番 地	電 話	備 考
ハイキング	岩 井 治			
太極拳	吉 田 秀 穂			
卓 球	森 田 勇			
グランドゴルフ	森 田 勇			
健康体操	鶴 岡 栄 子			
カメラ	小 西 昭 男			
ガーデニング	横 路 三千代			
音楽(ジャンル不問)	加 藤 喜 美			
囲 碁				世話人検討中
書 道	福 山 みづほ			
社会奉仕	有 賀 文 昭			
テニス	岡 野 卓 也			
ゴルフ				世話人募集中
絵 画				世話人募集中
陶 芸				世話人募集中
麻 雀				世話人募集中
サイクリング				世話人募集中

「入会のお申込み」は **松尾さざれ 会計** 迄 ご連絡ください。