



Viva enjoy club !

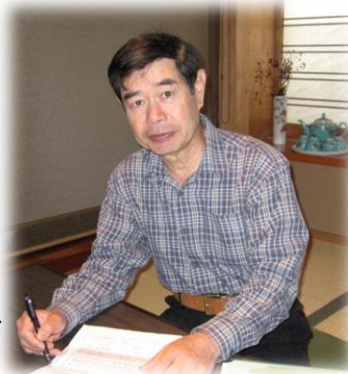
2012年6月9日
発行:成瀬台エンジョイクラブ
発行人:会長 大島 康介

成瀬台エンジョイクラブ会報 20号

新緑の季節を迎えて

成瀬台エンジョイクラブ 会長 大島 康介

今年は5月に入っても不安定な天候が続いていましたが、成瀬台の街を歩くと、何処からともなくミカンの花やオガタマの花の甘い香りが漂ってまいります。季節は止まることなく巡り、植物は確実にまぶし過ぎるくらいの新緑のステージを表現しています。その自然の営みに心を豊かにしながら日々を健康に過ごしてまいりたいものです。



さて、成瀬台エンジョイクラブの会長として1年が経過いたしました。その間各同好会におかれましては活発に楽しく活動が続けていただき、皆様のご協力に感謝しています。

当クラブは発足して9年が経過し、会員の平均年齢は約71歳となっております。季節が止まることはありませんが、人生の歩みも止めることはできません。同好会においても、これまでと同じように活動を行ってゆくことがすこしずつ難しくなってきます。体力に合わせて、無理をせぬよう楽しんでゆきたいものです。

バスハイク、そば打ち等恒例行事は例年通り実行してまいります。会員皆様の多数のご参加がこの会の揺るぎない力となっております。又“クリーンウォーク”“花壇の管理”や“なるせだいまつりへの協力”“自治会活動への参加”等地域への奉仕活動はシニアクラブとしての大きな活動の柱です。今後とも皆様のご協力をお願いいたします。

今年も昨年に続き節電の暑い夏を迎えますが、暑さを吹き飛ばして元気にエンジョイいたしましょう。

行 事 予 定	運営委員会 予定
1. 会報 (Viva enjoy club !) 20号発行 6月9日	8月29日 (水) 18:00
1. なるせだいまつり会場 設営 7月21日	11月28日 (水) 18:00
1. なるせだいまつり会場 後片付け 7月30日	2月20日 (水) 18:00
1. バスハイク 10月18日 (木) 美ヶ原高原	4月 3日 (水) 18:00
1. そば打ち 11月23日 (金) ゆりの木会館	第10回 定期総会 4月13日 (土)
1. 会報 (Viva enjoy club !) 21号発行12月下旬	

成瀬台エンジョイクラブ 役員・世話人・相談役

役 員

	氏 名	電話番号	番 地	地 区	備 考
会 長	大 島 康 介			東地区	
副 会 長	小山田 勝 雄			成瀬台4丁目	
副 会 長	下 野 かつ子			西（B）地区	
会 計	高 橋 昌 二			南地区	
会 計 監 査	山 田 和 子			北地区	

相 談 役

	氏 名	電話番号	番 地	地 区	備 考
相 談 役	森 田 勇			南地区	
相 談 役	吉 田 秀 穂			南地区	
相 談 役	吉 澤 英 治			南地区	
相 談 役	岩 井 治			北地区	

同好会世話人

同好会名	世 話 人	電話番号	備 考
クリーンウォーク	福 田 昭 博		月2回、第1・3木曜9時、成瀬台公園他、
カ メ ラ	大 野 信 正		毎月第1水曜19～21ゆりの木総会・適宜撮影会
囲 碁	古 谷 淑 彦		隔週、2・3・5木曜13：30～17時ゆりの木
書 道	菅 原 和 雄		月2回、第2・4火曜10時～12時、ゆりの木
音 楽	柳 井 友 子		月2回、第1・3火曜14時～17時、ゆりの木
ス ケ ッ チ	長 瀬 安 広		月1回、第1金曜9時～12時ゆりの木、
男 の 料 理	有 賀 文 昭		月1回、第4火or木曜、ゆりの木 詳細問合せ
麻 雀	森 田 勇		第2、第4（土）例会、第1、第3（土）勉強会、ゆりの木
健 康 体 操	小 谷 直		毎週、火曜10：00～11：30ゆりの木
健康体操（土曜）	大 野 佐 慧子		月3回、土曜9：15～10：45ゆりの木
太 極 拳（A）	吉 田 秀 穂		毎週火曜9:00～10:00、金曜16:30～18:30ゆりの木
太 極 拳（B）	三 浦 久 美		毎週、土曜8：00～9：00ゆりの木
山 歩 き	藪 野 了 平		月1回マイクロ使用日帰り、詳細は世話人に問合せ
テ ニ ス	山 崎 真 穂		土or日Am6～8昭葉、水11～13クリーンC
卓 球	友 谷 二 郎		月5～8回9～12又は12～15時奈良地区C他
ゴ ル フ	安 川 正 純		月1回例会（4・5・6・9・10・11・12・3月）
グラウンドゴルフ	高 口 敬 子		毎週、水曜9：00～12：00成瀬台公園他

地区世話人

地区別	世 話 人	電話番号	世帯数	会員数	備 考
西地区（A）	寺 山 恵美子		14	21	
西地区（B）	山 田 秀 子		11	17	
南地区	川 瀬 龍 二		29	49	
東地区	有 賀 文 昭		21	32	
北地区	中 村 幸 江		18	28	
中央地区	谷 川 隆 治		16	26	
成瀬台1丁目	米 澤 元 健		12	18	
成瀬台2丁目	野 口 サ キ		20	24	
成瀬台4丁目	寺 峰 弓 子		22	34	
東玉川学園	小 谷 直		7	9	
玉川学園	成瀬台東玉川学園地区以外は 会報（ViVa enjoy club）、各 種お知らせ（総会通知、バス ハイク等）は広域の為郵送し ています。		3	4	
成瀬地区			1	1	
小川地区			3	5	
金森地区			1	1	
高ヶ坂地区			1	1	
南大谷地区			2	3	
つくし野地区			1	2	
合 計			182	275	2012年5月末現在

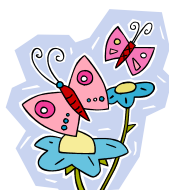
🌷🌷🌷 フラワーロード(花壇)の管理をお願い 🌷🌷🌷

会員の皆様には、何時もフラワーロード花壇の管理運営にご協力して戴きましてありがとうございます。

春の「市花壇コンクール」は、4月初めに審査が実施されましたが、残念ながら当クラブの花壇は入選できませんでした。

それでも、4月中旬頃から皆様のきめ細かな手入れで花々が美しく咲き、近隣地区のどのフラワーロード花壇よりも見事な景観で人々の心を和ませることができました。これからも多くの人達に喜んで戴けるよう一層のご協力をお願い致します。

早くも秋花の手入れが始ります、6月初旬整地・下旬植付を行います。日常管理は下記の通り全同好会にお願い致します。



担当同好会	管 理 日 程	
囲碁・書道	7月	1日(日) ~ 7日(土)
健康体操(土)		8日(日) ~ 14日(土)
音楽		15日(日) ~ 21日(土)
太極拳(A)		22日(日) ~ 28日(土)
スケッチ		29日(日) ~ 8/4日(土)
太極拳(B)	8月	5日(日) ~ 11日(土)
男の料理		12日(日) ~ 18日(土)
山歩き		19日(日) ~ 25日(土)
麻雀		26日(日) ~ 9/1日(土)
テニス	9月	2日(日) ~ 8日(土)
健康体操		9日(日) ~ 15日(土)
卓球		16日(日) ~ 22日(土)
クリーンウォーク		23日(日) ~ 29日(土)
ゴルフ	10月	30日(日) ~ 10/6日(土)
カメラ		7日(日) ~ 13日(土)
グランドゴルフ		14日(日) ~ 20日(土)
囲碁・書道		21日(日) ~ 27日(土)
健康体操(土)		28日(日) ~ 11/3日(土)

《問い合わせ先》 小山田勝雄 725-6979 下野かつ子 725-5557

1. 会の花壇は交番からセブンイレブン前までの4ブロックです。
1. 地面が乾いていたら緩やかな水量でタップリと散水して下さい。
サッと散水しただけでは水分は1cmとしみ込んでいきません。
1. 真夏は日中を避けて朝又は晩根元に散水して下さい。



第17回 バスハイキング



1. 実施日 2012年5月24日 (木) 晴れ
 1. 目的地 東海道遠州「浜名湖と浜松フラワーパーク」
 1. 参加者 63名 (男性 25名 女性 38名)
 1. 行程

東名横浜町田IC ⇨ 御殿場JCT ⇨ 新東名経由 ⇨ 三ヶ日JCT ⇨ 三ヶ日IC ⇨
 初夏の浜名湖周遊 ⇨ フラワーパーク ⇨ うなぎパイファクトリー ⇨ 浜松西IC ⇨
 富士川SA ⇨ 海老名SA ⇨ 成瀬台



浜松フラワーパークにて

会 計 報 告

収 入		支 出	
参加費 (3,000円×63名)	189,000	バス代金 税込 (2台)	147,000
キャンセルペナルティ (2名)	3,000	高速料金	35,250
補助金	38,172	有料道路	900
		フラワーパーク入園料	30,930
		運転手謝礼 (2名)	10,482
		写真代	5,610
	230,172		230,172

会計責任者 高橋 昌二

陽光漂う浜名湖の景観美に感動！！

今週は天気が大変 気になる週だった。

月曜日（21日）は、東京で173年ぶりに見る金環日食で、日の出ごろは雲が多く心配でしたが、丁度7時半ごろになると雲間に太陽が現れ最高の金環日食を堪能でき思わずバンザイした。

火曜日（22日）は、世界一のタワー東京スカイツリーのオープンでしたが、朝からの雨で視界が悪く多くの人達が大変残念な思いをしたことだろう。

そして、木曜日（24日）は、我らが成瀬台エンジョイクラブの17回目バスハイキングが実施され、朝から清々しい五月晴れになり幹事一同ほっとした。

参加された63名の皆さんも爽やかな笑顔で集合時間内に集まり、定刻の6時に浜名湖に向かって出発した。

大型バスと中型バス2台は、順調に東名高速道に入り、正面に残雪の富士山を望みながら快調に飛ばし、やがて最初の休憩地足柄SAに到着、15分の休憩後いよいよ4月に開



新東名初走行

通したばかりの新東名高速道に入る。最新の設計・技術を駆使して作り上げた新東名高速道は、カーブや勾配が滑らかで真新しい舗装もあって静かな走行で思わずスピードが出過ぎてしまいそう。幾つものトンネルを抜け、瞬く間に2度目の休憩地、浜松SAに到着、ここで皆さん昼食用のお弁当・おにぎり・パンを買う。テレビ等で大評判のクラウンメロンの果肉入りメロンパンは数量限定で朝一番に売り切れ、仕方なく隣のパン屋さんのメロンパンに飛びつく こちらも瞬く間に売り切れ……バスは間もなく新東名を分かれ、旧東名三ヶ日IC経由で、浜名湖西湖畔を陽光漂う風景を眺めながら半周して、



浜名湖館山寺温泉

本日のハイライト、河口に架けられた高さ数十メートルの浜名大橋から、左に浜名湖・新幹線・弁天島を、右に遠州灘を遠方まで望み、その雄大な絶景を堪能した。

浜松フラワーパークには予定より20分早く到着、直ちに正門前で記念写真を撮り入園する。公園内はタッブリ3時間の自由散策。早速弁当をパクつく人、ビールを買い込みガーデンで食事をする人、大温室で弁当広げる人、フラワートレインで童心に還って園内一周する人、館山寺温泉へ向かった人等、各々のんびりと初夏の太陽を満喫していた。園内の花々は、バラ園は見ごろで素晴らしかったが、花菖蒲やアジサイは残念ながらまだ早かったようだ。

浜松名物うなぎパイ工場ファクトリーに14時40分に到着、直ちにバスの中で工場からのお土産うなぎパイを頂き、各々工場を自由見学ぐるっと一回りして出口が売店、うなぎパイ以外にも数々の和洋菓子、皆つついあれもこれもと手が伸びて3ヶ所のレジが大混雑…店員さんもビックリしていた。

浜松西ICより東名高速道に入り、正面に富士山を見ながら富士川SAへ。ここでもまた、駿河湾の旬で新鮮な海の幸を買い込んで、バスは夕日をバックに一路成瀬台を目指し順調に進む、がまたまた最後のお土産処海老名SAで30分の買物タイム。それでも予定より50分早く全員無事に帰着した。参加者の皆さんご協力有難うございました。



浜松フラワーパーク大噴水

バスハイク担当 高橋 昌二

クリーンウォーク同好会

世話人 福田 昭博

クリーンウォーク同好会はエンジョイクラブ発足当初におしゃべりしながらウォーキングついでに「道のゴミ拾いをする事で社会奉仕」も兼ねるという形でスタートしました。活動の成果もあって成瀬台周辺はきれいになり、今年からはウォーキング活動とゴミ拾い活動を別々の形として実施することになりました。

毎月第1木曜日は楽しくおしゃべりしつつ、景色を愛でながらウォーキングし、少し気のきいたお店で昼食を楽しむスタイルが主になってきました。加えて偶数月の第3木曜日には成瀬



台公園に9時集合で、従来通りゴミ拾いウォーキングも継続しています。メンバーは現在61名の多くを数えますが、人数制限はありませんので加入希望の方は福田まで申し込み下さい。多くの皆さんと楽しく、愉快地、ウォーキング致しましょう。



男の料理同好会



月1回、ゆりの木会館の会議室（調理室）及びホールを使い例会を開いています。会員は19名、月々の会費（材料費・飲物代）は2,000円です。15時に集まり、20時頃には後片付け終了となります。料理の内容は和洋さまざまですが、板長（コック長）役の小山田さんがどんな料理でもこなします。

囲碁同好会

世話人 古谷 淑彦

クラブ発足以来、隔週木曜日午後、ゆりの木会館をお借りして、変わらぬ弱小同好会ですが、ヘボ烏鷲にいそしんでいます。力を貸してやろうかという腕に憶えある方、ぼつぼつ新しい趣味をとお考えの方、お待ちしております。



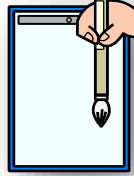
歳を重ねると、短気になって好局を台無しにする、目先の利益に走って大局を見落とす、思考回路のねばり部品が摩耗して、「あっ！」と言って投了する、などいろいろ不具合も茶飯事です、あきらめずエンジョイしています。常時いらっしゃる女性会員はおひとりですが、いま波に乗って絶好調、古手の男性会員も戦々恐々か。なにはともあれ、長く続けていきたい。



書道同好会

世話人 菅原 和雄

早、発足して8年に成りました。
ゆりの木会館にて毎月、第2・第4 火曜日
午前10時～12時まで、
会員7名で、基本的には中国千字文を手本と、
ボケ防止、脳の活性化に努めておりました。
どうぞ気楽にお立ち寄り下さい。



世話人 有賀 文昭

酒量が落ちたなあと言いつつ、
いながら、自分達で作った
料理での飲み会は、最高の
楽しみです。
みんなの腕が上がり、お土
産が奥様方に待たれるよう
になった昨今ですが、会場
の関係からどうぞ皆さんも
ご参加下さいと言えないの
が残念です。



音楽同好会

世話人 柳井 友子



これからも皆様と共に楽しく歌って元気な日々を過ごし
て行きたいと思っています。

音楽同好会は、曲が内蔵されているマイクを
使い、毎月第1・第3火曜日にゆりの木会館ホ
ールで歌を楽しんでいる会です。
会員は14名です。
時には加藤有美さんに歌って頂いたり、また外
の集まりに参加することも有ります。
4月は（オペラ歌手・平林龍の
美容と健康に良い発声・歌唱指
導の会）に参加し、お腹から思
い切り声を出しストレスを発散
してきました。



健康体操同好会 世話人 小谷 直



私達、健康体操（A）は、毎週火曜日月4回（うち2回は自主練習）ゆりの木会館にて、午前10時～12時まで行っております。

優しい広崎先生のもとで、元気で明るく、楽しい笑い声で、日頃使われていない関節や筋肉もほぐれ体全体を使った、ストレッチ体操です。

近頃は、健康志向のブームでもあり、ただ今27名の会員で、スペースの関係上、入会希望の待機者がいるほど大人気の体操でもあります。（出来る限り、随時入会出来るよう努力致します）



“自分の健康は、自分で守る”をモットーに楽しい日々を過ごせるよう、また少しでも若さを保つ為、大いに体を動かしましょう。
今年一年、元気で笑顔で頑張りましょう！！

太極拳（A）同好会

私達がやっている太極拳は、“楊名時の健康太極拳”と呼ばれるもので、過激な運動を抑えながら、それでもしっかりと足腰中心の運動効果が得られ、呼吸が整えられると云う内容になっています。



健康体操（土曜）同好会 世話人 大野佐慧子

私達の同好会は、現在30名（女性29名・男性1名）の会員が月3回、優しい広崎先生の下、活動しております。

この体操はあらゆる要素が組み合わさっており、本当に良く出来ていて、しかも美しい音楽に合わせて気持ちよくストレッチできる

ので、とても楽しんで参加しています。

特に骨盤・足指・足裏 etc 今まで気にも留めなかった所まで動かしたり、たいたり、関節も柔らかく血流も良くなり、これから歳を重ねていく上で続けることにより“自分の体は自分で作る”そして変えられると感じております。

ただ今3回のうち1回は自主練習ですが、皆さんで楽しく練習し、覚えて一人で出来るようになったらどんなに素晴らしいことでしょう。

健康が一番の宝です !!



太極拳（Ｂ）同好会

世話人 三浦 久美

太極拳（Ｂ）同好会は、毎週土曜日朝８：００～９：００まで講師の津曲先生の丁寧なご指導のもとに、楽しく稽古を行っています。太極拳は、ゆったりとした円を描くように動き、姿勢とバランスを最も大切にする運動なので幾つになっても出来ます。



深い呼吸を意識して舞うと、心身が落ち着き、血液の循環をよくすることにも役立ちます。まっすぐ立ち、重心を腰の下に持っていくので、少しずつ足腰が安定し、強くなっていく気がします。皆さんと一緒に仲良く身体を動かして、健康で楽しい日々を過ごして行きましょう。ご参加をお待ちしています。



世話人 吉田 秀穂

武相支部きっての実力者、津曲淳子師範（当クラブ会員）の熱心で根気の良い指導を受けて、ほとんどが初心者であった私達が、今では、ゆっくりとしかも力強い太極拳らしい動きで踊れるようになりました。何処に出ても恥ずかしくない、立派なレベルに達したと自負しています。現在 会員21名で出席率が良い為、増員が出来ず残念な状態です。



麻雀同好会

世話人 森田 勇

本年4月に立ちあげりました麻雀同好会は現在34名が登録され、未経験者による勉強会と、経験者による大会を夫々月2回ゆりの木会館で開催しております。

麻雀は今や高齢者のボケ防止に、また近隣とのコミュニケーションの一環として最適なゲームと言われ、非常に盛大となり大勢の方々が参加し、「ポン」「チー」と楽しんでいるようです。

同好会では麻雀台を4台製作完了し、同時に16名が参加できるようになりました。

会館の都合の付く限り皆様と楽しく過ごすため、より良い企画を検討して行きたいと思っています。

☆ 興味のある方は是非ご一報下さい。



山歩き同好会

世話人

藪野 了平

山歩き同好会は64歳から78歳までの決して若いとは言えない男性10名と女性7名の会員が楽しく山歩きをしようと集まった会です。会員の年齢を考慮し、本格的な登山とは全く無縁で、気軽に四季折々の山歩きを日帰りで楽しむことが目的です。「登山」と「山歩き」の言葉上の定義はともかくとして、ニュアンスは何となく理解して戴けるかと思います。厳冬期とバスハイクの月を除いて、月一回登



ります。ゆりの木会館前から可能な限り山奥までバスを利用し、総歩行時間3～5時間程度の山に登り、下山後は近くの温泉で疲れた老体を癒し、生ビールを飲みながらよもやま話で会話を楽しむというのがこの会の通常の山登りのスタイルです。山を登ってみたいとお考えの方、経験の有無は問いませんので一緒に登ってみませんか。玉川学園駅前の坂道の上下りが苦にならないということが最低限の必要条件となりますが！！

ゴルフ同好会



2004年6月に発足し、既に54回の例会を開催して、ゴルフをエンジョイする同好者の集いの会です。年8回例会を開催（7・8・1・2月休）しています。会員40名中約3割は女性です。ゴルフ場へは大型バスでゆったりした気分で行き来し、プレーを楽しんで、湯船につかり。復路は車中で優勝者表彰、懇親会と和気藹々の中、親交を深め楽しい



卓球同好会

世話人

友谷 二郎

皆さん、こんにちは！私達は森田コーチのご指導の下、総勢21名、毎月3～6回（予約都合上不定期、各回約3時間）主に奈良地区センターで、体力・健康維持を目的として練習に励んでいます。



まあ一兎に角、本当に楽しい友達感覚同好会で毎回笑い声が絶えません。年一回の楽しい合宿（自由参加）もあり、勿論有志揃っての試合参加もあります。是非一度見学に来られませんか！希望者は世話人まで！ご連絡お待ちしております。



テニス同好会

世話人 山崎 真穂



テニスをエンジョイして心身ともに健康に、を合言葉に週2回楽しく活動しています。
水曜日11時から13時の活動は市営のクリーンセンターコートで、また、土曜日或いは日曜日（月ごとに替わる）の早朝6時から8時の活動は昭和薬科大学コートで行います。

毎回、基礎練習をしてからダブルスの試合に移っています。

昭和薬科大コートでは月に1回、コーチによる球出し練習も行われます。皆様も爽やかな汗を流してみませんか。ご都合の良い時に是非ご参加下さい。お待ちしております。



世話人 安川 正純

ゴルフを皆さんでプレーできる会です。
新規入会された方々が今年も沢山おられます。これからもゴルフを楽しみたい方のご相談、入会のドアはいつも開いています。



グラウンドゴルフ同好会

世話人 高口 敬子

私たちは総勢14名、成瀬台公園で毎週水曜日午前中にプレーを楽しみます。参加者は10名位で、二組に分かれ、1から8番ホールに玉を入れる競技をします。



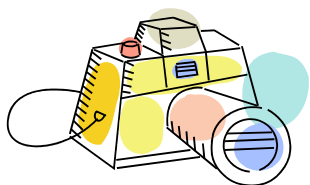
8ホール合計を少ない打数で廻った人が勝ちです。8ホールを3回廻り、総計でその日の勝者を決めます。

長いホール・短いホール、地面の凹凸などでは思うように行かないこともありませんが、一方、初心者でもホールイン・ワンをするなど面白いです。

雨や雪、学校の休みで子供たちがグラウンドを使う時はプレー出来ず残念です。



カメラ同好会 世話人 大野 信正



カメラ同好会では、初級者からベテランまでの会員21名（男性14名・女性7名）が月1回、近郊や遠隔地での撮影会を楽しんでいます。定例会や雑談会で作品を披露しあい、講師の技術、芸術面に亘るご指導を受けてレベルアップに励んでいます。

市民ホールギャラリーでの正月展や成瀬台エンジョイクラブ総会での展示を通じて皆様のご高覧を頂いております。入会当初は披露・展示することに恥ずかしさを覚える人も慣れてくるとお見せすることに喜びを感じるようになります。一緒にカメラライフをエンジョイいたしませんか。



カメラ同好会・スケッチ同好会 合同展

長瀬 安広
大野 信正

本年1月、町田市民ホールで「カメラ同好会」と「スケッチ同好会」の合同展を開催しました。評価も高く実績もあるカメラ同好会に主導して頂き、350名の見学者に来て頂きました。



町田市美術協会の方もお見えになり、“素人老人集団としては非常に个性的かつレベルがたかい、今後も継続して町田市の美術活動に良い影響を与えて欲しい”と激励のコメントを頂きました。



展示作品数に対して少し窮屈との反省から、次回合同展は展示スペースを広げ、更に充実した合同展にしたいと計画しています。

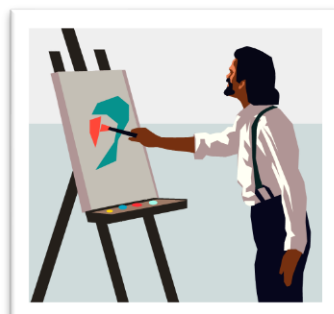
スケッチ同好会 世話人 長瀬 安広

わが同好会は毎月1回（第1金曜日）に集まって和気藹々愉しくスケッチをしています。気候の良い時は屋外で、猛暑や厳寒の時期は室内で静物を描いています。



メンバーは定年後の自分流の画家たちです。この気風な画家たちに指導をするのが乗せ上手の橋詰指南役（日本水彩画会会友）です。「どんなものに対しても美しさを発見できる方は絵心のある方です」

生き甲斐を高める活動、スケッチ同好会へのご参加大歓迎です。



あ と が き

世界的な異常気象、ヨーロッパ発の金融不安、国内ではいつまでも方向の見えない原発問題、同じような交通事故等、暗いニュースばかりですが、成瀬台エンジョイクラブは行動力、助け合いの心を発揮して今年も活発に行動しています。いくつかの同好会に参加させていただいて感じることは、講師や先輩の方々が暖かい気持ちで惜しみなく知識や技術を教えてください。知識、技術の有無に係わらず、わけ隔てなく助け合い、ともに学び、向上し合い、楽しい一時を共有するという、成瀬台エンジョイクラブの素晴らしい精神を大切に守り育てていきたいです。

K・Y

※ 今回は同好会のPR誌的内容にしました。世話人の方々に急遽原稿を依頼し皆さん期日迄に入稿して頂き、無事発行出来ました。ご協力有難うございました。