

楽しかったね 正副会長・女性部合同研修旅行

～ 会員49名が参加 親睦はかった2日間 ～

単位クラブの正副会長と女性部が親睦を深めながら研修視察をする、恒例の正副会長と女性部合同研修旅行を、今年は49名の会員が参加して7月8日(月)から9日(火)まで1泊2日の日程で、網走温泉の網走観光ホテルに宿泊し、2日間の研修旅行を楽しみました。

1日目は、午前9時前に大勢の見送りを受けてふれあい交流館前を出発。途中足寄町のドライブインで休憩を取り

ながら快適なバスの旅。一路昼食会場、美幌町の「肉の田村」へ直行。豪華な昼食に舌鼓を打ちました。昼食後は清里町の焼酎醸造所を訪問。工場見学もそこそこに待ちに待った試飲会場へ。夜の宴会の分も飲んでほしいと思いましたが、試飲ではそこまでは無理。そこそこに飲んでお土産もそこそこ買って、次の小清水ほがじゃ北陽工場へ。ここでもお土産を購入し、宅配を申込む人多数。これも旅の楽しみです。午後4時過ぎに網走観光ホテルに到着。ゆっくり温泉につかって1日の疲れを癒しました。夜はお待ちかねの懇親会。カラオケタイムで名歌手が次から次へとステージに上がり、ビンゴゲームでも盛り上って、大いに懇親を深めました。

2日目は、北方民族博物館を見学し、お目当てのイチゴ・サクランボ狩りを楽しんで、昼食は網走のご当地グルメのオホーツク網走ザンギ丼。事務局の感想は「……………」。

今年も皆さんのお力で大変楽しく、充実した研修になりました。ご参加いただいた皆さんご協力ありがとうございました。



北方民族博物館(網走市)の前で記念撮影

交通安全「旗の波作戦」にご参加いただきました



会員も多数参加した「旗の波作戦」

7月12日(金)夏の交通安全運動期間に合わせてめむろ一ど前で行われた交通安全「旗の波作戦」に、老連厚生部役員と単位クラブから会員多数が参加し、道行く車両に交通安全を呼びかけました。

秋の交通安全運動は、9月21日(土)から30日(月)まで行われ、旗の波作戦も行われます。皆さんのご協力をお願いします。

8月1日 見学に行きますよ 力作花壇

全町花いっぱい運動の一つとして毎年、会員皆様のご努力で大勢の人の目を楽しませている、各クラブの花壇を今年も老人クラブの会長さんや花壇担当の皆さんで見せていただきます。日時は、8月1日（木）の午前9時から。各クラブの力作花壇は、老人クラブ交歓会や体育大会などの会場で多くの方に見ていただく予定です。

花壇造りに参加されたクラブの努力の成果を楽しみにしています。



昨年の花壇見学会

今年の夏は笑いがいっぱい

女性部夏季研修会の開催と こみ袋折りたたみのお願い

毎年実施している女性部の夏季研修会を、今年は8月2日（金）午前10時30分から、ふれあい交流館2階大ホールで行います。当日は、二人の講師をお招きし「笑いヨガ」の出前講座を行います。



昨年の研修会の様子

笑いヨガは、「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた運動法です。笑いが健康に良いことは、よく知られています。またコミュニケーションの潤滑油としても、人間関係を豊かなものにしてくれます。何より気分がよくなり元気になります。また、がんや認知症予防にも効果があるといわれています。でも、一人で笑ったり、笑う気になれないときに笑うことは

簡単ではありません。そんな時こそ笑いヨガ。さあ、みなさん一緒に笑って楽しみましょう。

歯のコンクールに応募しませんか ~満75歳以上の方が対象~

十勝歯科医師会では今年度も高齢者の「歯のコンクール」を開催します。対象者は、満75歳以上（令和元年8月22日現在）で、自分の歯が20本以上ある方（根が自分のものであれば金歯やサンプラ冠をかぶっていても構いません）です。応募される方は、8月9日（金）までに単位クラブ会長さん又は老連事務局までご連絡下さい。入賞された方には表彰状並びに記念品が贈呈されます。また、応募者全員に参加賞が贈られます。

なお、応募された方は、令和元年8月22日（土）午前9時30分から午前10時までみ十勝歯科保健センター（帯広市東7条南9丁目15-3 電話25-2172番）で必ず審査を受けてください。審査について改めて通知はありませんので、ご注意ください。