

# 五葉会だより

会員数 10月 68名

令和5年10月1日

## ◇10月(神無月)といえば

猛暑続きは、立秋を過ぎても続き、漸く朝晩の涼しさ感じられる10月を迎えました。一方不安定な気候で台風や一時的な集中豪雨等災害に逢われた地方もありました。また、第9波のコロナ感染情報やインフルエンザ流行も出ており、これからも基本的な感染予防対策には十分お気をつけて健康で元気に過ごしましょう。

## ◇ふれあいサロン

9月7日山の寺3老人クラブ、地区社協共催の「ふれあいサロン(アコーディオン演奏)」がありました。皆さんの知っている曲等を演奏して頂き、また一緒に演奏に合わせて歌を合唱し、爽やかな雰囲気の中で、楽しく過ごしました。五葉会からも多くの参加がありました。

## ◇5歳若くなる運動教室

9月8日「5歳以上若くなる運動教室」がありました。講師は、オープン接骨院の「目黒臣洋」先生でした。首・肩・足等凝りと血流との関係・自分で出来るほぐし方など、参加者は少し汗をかきなから運動を勉強しました。(健康部)

## ◇健康麻雀大会

9月10日東二地区老連主催の「健康麻雀大会」が向陽台老人憩の家で28人が競い合いました。結果として、五葉会から3名の方が参加し、1位に菊地●さんが勝ち抜きました。おめでとうございます。

#### ◇健康・介護セミナー(元気はつらつ健康教室)

9月15日(金)町内会と五葉会が共催し、向陽台包括支援センターが主催した「元気はつらつ健康教室」が行われました。講師をして頂いた方は「百合ヶ丘デイサービス機能訓練指導員さん」で、椅子に座っての軽運動・音楽に合わせてリズム体操・脳トレ等、1時間程健康教室をして頂きました。ゆっくりの中に普段使わない機能を動かし体に良いと感じた運動でした。参加者は約25人でこれからも健康づくりを楽しく運動でしてみましょう。 次回の健康介護予防セミナーは、11月17日(金)予定です。(友愛部・福祉部)

#### ◇泉区老人クラブスポーツ大会に参加

9月27日(水)泉区老人クラブ連合会主催のスポーツ大会がシェルコム仙台を会場として、4年ぶりに開催されました。五葉会からは東二地区老チームとして14名の会員が参加しました。この大会は、会員相互の親睦と地域の高齢者の健康づくりを目的として、5種目の競技でありました。(健康部)

#### ◇秋の交通安全県民総ぐるみ運動

9月21日(木)から30日(土)までの期間、秋の交通安全県民総ぐるみ運動が行われました。

令和5年全国交通安全年間スローガン 「運転は ゆとりとマナーの 二刀流」「自転車に 乗るなら必ず ヘルメット」「ペダルこぐ ぼくのあいぼう ヘルメット」

#### ◇ひまわりフェスタ

9月23日(土)向陽台学区町内会連絡協議会主催の「ひまわりフェスタ」が、向陽台小学校で行われました。東二地区老連も共催団体となり、当日五葉会からはステージ上でうぐいす会のカラオケ合唱、かたくり会の民謡踊り、リズムダンスの発表を披露しました。

#### ◇福祉大会・芸能まつり・作品展 10月18・19日

**福祉大会** 10月19日(木)午前11時から 日立システムズホール(仙台市青年文化センター) 五葉会からは、会員表彰として2名の方が受賞予定です。

**芸能まつり** 10月19日(木)午後1時30分から日立システムズホール(仙台市青年文化センター) 五葉会からリズム体操として9名出演予定です。是非応援の程よろしくお願ひします。

**作品展** 10月18日(水)午後2時30分から午後4時まで。10月19日(木)午前9時30分から午後3時30分まで。日立システムズホール(仙台市青年文化センター)3階ギャラリー

#### ◇秋のウォーキング大会(台原森林公園)

10月23日(月)台原森林公園で行われます。参加者募集中です。(健康部)

## 訃報

9月3日山の寺〇-〇-〇田中〇〇(102歳)様が逝去されました。ご冥福をお祈り申し上げます。

### 《10月の予定》

9月30日(土)仙台市高齢者生きがい健康祭 勾当台公園市民広場 会員有志が仙台音頭を踊りました。

10月1日(日)五葉会役員会

10月1日(土)赤い羽根共同募金活動開始

10月7日(土)東二地区老連役員会

10月11日(水)交通安全協会向陽台支部主催 交通安全運動及び詐欺防止講習会 向陽台老人憩の家

10月13日(金) 泉区老連主催 グランド・ゴルフ大会 シェルコム仙台 会員参加募集中

10月18日(水)体力測定 黒松市民センター 会員参加募集中

10月18,19日作品展、10月19日福祉大会(表彰式)、芸能まつり 日立システムズホール

10月23日(月) 泉区老連主催 秋のウォーキング大会 台原森林公園 会員参加募集中

10月25日(水)仙老連主催グランド・ゴルフ大会 シェルコム仙台 会員参加募集中

10月27日(金)五葉会 誕生会(8月・9月・10月・11月生まれの方。)