

## ときめきらいふクラブの最近の主な活動

### 第17回中高年いきいき講座 ～東日本震災避難者支援交流会～

ときめきらいふクラブでは、独立行政法人福祉医療機構の助成事業の一環で、標記第17回中高年いきいき講座を開催しました。

日時:2013年3月9日(土) 午後1時～5時

場所:所沢市小手指公民館分館ホール 所沢市小手指町4丁目22番地の2

内容:第1部 上映会「普通の生活」～福島原発のドキュメンタリー映画～

第2部 「避難者からのメッセージ」体験談

第3部 アトラクション (プチコンサート・バルーンアート)

参加費:無料

参加者:194名

写真



スタッフと出演者の記念写真



避難体験を語る演者  
(手話通訳付)



聞き入っている観客の皆さん



アトラクションのバルーンアート

## 第16回中高年いきいき講座

日時：2012年2月11日（土） 13:00～16:30

場所：所沢市新所沢公民館ホール

第1部講演 13:30～14:30

テーマ：勇気づけ・支え合う人と人との絆

講師：榎本千賀子先生（コミュニケーション研究所人間舎代表）

第2部アトラクション 14:45～16:15

① ウクレレ演奏：トコエル・ウクレレ（代表 豊田久男）

② 小島常弘プチコンサート：テノール小島常弘（ピアノ伴奏 西澤ことは）

③ バリーダンス：エジプシャンマウ（代表 若林桃子）

参加者：134名



基調講演 榎本千賀子先生



主催「ときめきらいふクラブ」挨拶 磯 会長



懐メロ演奏に熱が入る「ウクレレのみなさん」



「小島常弘プチコンサート」 独唱：小島常弘さん・  
ピアノ伴奏：山崎ことはさん



華麗な衣装を身にまとい  
バリーダンスを舞うダンサーのみなさん

## サントリービール武蔵野工場見学会

日時 2012年8月11日(土)  
場所 サントリービール武蔵野工場  
府中市郷土の森博物館

参加者 23名

写真



参加者の皆さん



見学後ビールの試飲を楽しむ

## 話し方教室 ～話し方で決まる人間関係～

ときめきらいふクラブでは、標記教室を下記の要領で開催しました。

日時:3月16日(土) 午後3時~4時30分

場所:所沢市新所沢公民館 学習室4号

テーマ:「わかりやすい話し方のコツ」～話し方で決まる人間関係～

講師:赤羽勝子先生(NPO法人 話し方HR研究所 講師)

参加者:25名



講話中、先生の話しかけるような解説は説得力があり、判り易かった。

## 「花と緑が満載！散策の集い」ご案内

ときめきらいふクラブ主催による標記イベントが行われました。陽ざしの強い暑い一日でした。

日時:2013年6月8日(土) 快晴

場所:国営昭和記念公園

参加者:18名



## 当クラブと埼玉県ディスコン協会の合同合宿親睦会

日 時：2012年12月2日（日）・3日（月）

場 所：フレンドシップハイツ吉見

参加者：11名



ディスコン競技後の記念写真  
～各賞品を頂きご満悦！～



懇親会でのアトラクション

## ときめきハイキング ～ぶどう狩り・バーベキュー～

日 時：2012年10月6日（土）

場 所：埼玉県横瀬町「小松沢レジャー農園」

参加者：25名



参加者の記念写真



餅つきのサービス 美味しく召し上がった

## ときめきハイキング ～横瀬町・寺坂棚田から武甲温泉へ～

日 時：2012年10月29日（土）

参加者：18名

所沢駅午前9時13分電車に乗車⇒横瀬駅10時30分到着。簡単なコース説明の後、寺坂棚田を目指し歩き始め、横瀬農産物センター経由、「ウォーターパークしらやま」で小休止し、寺坂の棚田に到着。段々に広がる棚田が一望、農村の風景を眺めることが出来た。その後、武甲温泉で入浴、昼食懇談の後、横瀬駅から帰路に就いた。



←

棚田を背景に記念写真

## 第30回ときめきらいふクラブゴルフコンペ

日時：2013年5月14日（火） 午前9：06アウトスタート

場所：大麻生ゴルフ場（埼玉県熊谷市大麻生753）

参加者：4組（16名）

芝は芽吹き、コースは良く整備されていて、天気にも恵まれた。フェアウェイが広く距離もあり、気持ちよくプレーできました。



←

スタート前、笑顔で記念写真

## 第1回健康生きがいきづくりアドバイザー養成講座

日時：2012年10月13日（土）、20日（土）、20日（土） 9：30～17：00

場所：所沢市生涯学習推進センター 203号室

参加者：8名

従来は、東京や神奈川等で開催していますが、初めて所沢教室を開講しました。遠方の千葉県、神奈川県からも受講者が集まり、全員が3日間の講座を修了し、財団が行う資格審査試験に合格し、次のステップの資格認定研修会に進む事が出来ました。



## 第92回健康生きがいきづくりアドバイザー資格認定研修会

日時：2013年3月23日（土）・24日（日） 9：30～17：00

場所：所沢市生涯学習推進センター 203号室

受講者：12名

遠く佐賀県、栃木県からも受講生が集まり、全員が2日間の研修を終えて、資格を習得しました。各地域において、アドバイザーとしての活躍が期待されます。



←

健康生きがいきづくり  
アドバイザー認定研修会  
ワークショップ風景

## 他団体との交流会 ～生きがい世田谷の会～

生きがい世田谷の会とは、会員や地域社会の健康で明るく生きがいのある生活実現のための活動を行います。健康生きがいづくりアドバイザーが中心に活動を推進しています。

日 時：2012年7月28日（土） 13：30～14：50

場 所：所沢市新所沢公民館 学習室1号

参加者：12名（内生きがい世田谷の会～渡辺会長以下3名）

交流会会場は、お互いに行ったり、来たりして、毎年開催しています。今年で3回目になります。組織の規模や活動内容が類似し、お互いに共通した運営方法や課題があり、学ぶ事が多くあります。会の活動概要や運営方法・課題。今後の取り組み等を率直に意見交換して、お互いに良い方向を模索しています。交流会後、場所を移し、懇親会で盛り上がり、散会しました。



←

参加者による交流会後の記念写真

## 第11回所沢市生涯学習フェスティバルに参加

日 時：2013年3月18日（日）9時30分～15時

会 場：所沢市生涯学習推進センター

参加者：87名

催 事：リサイクル「牛乳パックで小物作り」

牛乳パック、千代紙を使って、参加者に巾着、ひし形ペン立て、カード入れの中から好きなものを選び、作ってもらいました。作品が仕上がった時、皆さん綺麗に出来たと感激していました。子供から大人まで参加し、作品はお持ち帰りして頂いた。盛況のうちに終了しました。



←

熱心に指導する先生と参加者