



# パナソニック松愛会 奈良東支部だより



2015年 12月 No. 37 <http://www.shoai.ne.jp/nara-e/>

発行責任者:遠藤啓一

編集者:渡里滋

## 健康長寿サロン交流会

10月22日(木)に「健康長寿サロン交流会」がホテル日航奈良で開かれ、76歳以上の会員34名と支部役員8名が参加しました。

1. 遠藤支部長挨拶
    - 本日は昨年の5割増しの42名の方にご参加頂きました
    - 会場をホテル日航奈良では初めての実施です
    - 今年も”健康”をテーマで進めています。健康、趣味等の話で楽しくお話し下さい
  2. 健康長寿体操: 古市智子先生(奈良県下の学校、企業等で健康リズム体操を指導)
    - 30分間、楽しく健康体操: ユニークな動作の連続で体がほぐれました
  3. 健康長寿について勉強: 分かり易くまとめられた冊子「健康長寿7つのカギ」にて
  4. 各人の自己紹介と近況報告: テーブル単位で登壇
- ◎会員の皆様は、交流会で元気をもらわれた様子で会場・料理共に大変好評でした。



遠藤支部長



古市智子先生



全員で記念撮影



健康長寿体操

## クリーンアップなら

本年も9月6日(日)に奈良県下一斎の「2015クリーンアップなら」キャンペーンが実施されました。県内20会場の内、当支部は平城宮跡会場に参加し、約10団体150名が広い宮跡を分担して清掃しました。



奈良東支部の参加者

## 平城宮跡 緑のボランティア



草刈り前

10月～11月に内裏回廊の草刈りを行いました。  
回廊が見違える程きれいになりました。



草刈り後

## 地域懇談会



南東部地区:担当 薮内委員  
8/30(日) 西大寺江戸川、参加17人



南西部地区:担当 伊藤委員  
9/5(土) 西大寺月日亭、参加16人



学園前地区:担当 浅野委員  
9/12(土) 学園前味楽座、参加11人



北中部地区:担当 水谷委員  
9/13(日) 西大寺味楽座、参加12人



あやめ池地区:担当 浅野委員  
9/19(土) あやめ池公民館、参加13人



南中部地区:担当 松下委員  
9/27(日) 西大寺江戸川、参加16人



都祁、針地区:担当 塚本副支部長  
10/4(日) 針テラス、参加5人



北東部地区:担当 塚本副支部長  
11/1(日) 和食一条東向通、参加14人

○今年度の地域懇談会が8地区で開催されました。今回は健康をメインテーマにご近所の会員同士で楽しく語り合いました。

○懇談の詳細は支部ホームページをご覧ください(写真多数)。

○北西部地区(11/28(土)開催)については次号で紹介します。

## これからの活動予定

### 年1回は行事に参加しましょう

◎新春懇親会 2016年 1月23日(土) 於 ホテルリガーレ春日野(旧春日野荘)

◎年次支部総会 2016年 5月21日(土) 於 同上

★今すぐ松愛会本部ホームページで「個人別ユーザー名とパスワード」の取得をお願いします。

12月1日(火)から松愛会本部の会員専用ページ(訃報速報等)の閲覧に必要となります。

## 奈良東支部の概要

会員数: 2015年 10月末現在 628人 (2014年10月末 620人、+8人)

## 動静ご連絡は担当の地区委員まで

弔事 :会員ご本人または配偶者  
入院 :病気やケガで2週間以上の入院のとき  
住所変更 :住居表示変更・電話番号変更も含めてお願いします。

総 括	遠藤 啓一	TEL/FAX	090-7236-2312/71-9558
奈良市北東部	塚本 幹夫	TEL/FAX	090-1443-0607/71-1282
南中部	松下 充男	TEL	090-8195-6908
南東部	薮内 勝博	TEL	090-1594-7164
北西部	渡里 滋	TEL/FAX	49-4154
中西部	浅野 陽一郎	TEL/FAX	46-1911
南西部	伊藤 裕	TEL/FAX	080-3763-4899/41-5782
北中部	水谷 瞳男	TEL	090-8984-9306