

支部便り2号

発行 2014.08.01

まるごと爽健 ①健康フェスタⅡ実施のお知らせ
②まるごと爽健の歩こうマイチャレンジ始まる
③第1回パナホーム杯グラウンドゴルフ大会
発行責任者 岡山支部 支部長 吉田 勝郎

＜健康フェスタ開催のご案内と参加者募集＞…ご夫婦での参加大歓迎！

下記の通り、健康フェスタを開催致します。

本年は、「いつまでも元気に過ごすために」と銘打って、＜介護予防＞と＜保険のお話し＞を中心に「まるごと爽健弁当」の楽しみも併せて、実施致します。

会員の皆様の多数のご参加（ご夫婦での参加歓迎）を、お願い致します。

注意）実施内容の詳細は、現在検討中です。（変更の可能性あり）

1:開催日時 2014年10月 6日(月) 10時～14時頃

(注:次回支部便りの発行は10/初旬のため、早めのお知らせです)

2:開催場所 岡山駅前ミヨシノ (086-231-3333)

3:申込先 下記のあなたの地区委員まで電話・FAX・メールで(9/20締切)

10:00～10:10	開会のご挨拶	吉田 支部長	(司会進行 上田)
10:15～12:15	あっぱれ！もも太郎体操 (楽しく元気に介護予防)	岡山市ふれあい介護センター 小橋 美由紀さん	講義と体操
12:15～13:15	昼食と休憩 (まるごと爽健弁当Ⅱ)	三好野本店謹製 (松愛会共同企画)	(無料)
13:15～13:45	保険のお話し	パナソニック保険サービス 苅田 優子さん	
13:45～14:00	健康クイズ		賞品あり

☎・FAX

e-mail

岡山地区 上田正隆 086-943-8676
備前地区 大西道幸 0869-26-6058
赤磐地区 浜田 誠 086-955-6998
津山地区 中村 修 0868-24-3229

umasa25@yahoo.co.jp
qqr7bs9k@vesta.ocn.ne.jp
makoto0011hamada@ezweb.ne.jp
nakamura.osamu@key.ocn.ne.jp

＜歩こうマイチャレンジが7/1からスタートしました＞

今年で3回目を迎える“歩こうマイチャレンジ”が、皆で合わせて地球一周を合言葉に7/1～12/31までの半年間の予定でスタートしました。今回も65名の参加を頂き皆さん頑張っておられます。

健康は”脚“からと言われますように、脚力を鍛えることは老化防止や転倒による障害を少なくし、誰でも出来るお安い健康方法です。

ただこれからは猛暑を迎えますので、時間帯の選択や水分補給対策、さらには緊急時の連絡が取れるよう携帯持参をお忘れなく安全第一でお楽しみください。

まだ参加されていない方でも参加できますので、ご自分の地区委員まで連絡ください。奥様と一緒に特に歓迎します。月末になりましたら総歩数を地区委員に連絡するだけです。手間はかかりません。

参加いただいた方には、沢山歩かれた方や飛び賞などを用意しております。個人対象のほか奥様とのペア賞も準備いたしております。今からでも遅くはありません、どうぞ奮ってご参加ください。

＜パナホーム杯グラウンドゴルフ大会(第一回)のお知らせ＞

岡山支部大会に代わり、パナホーム岡山支社の後援により、標記大会を下記の通り開催します。皆様の積極的な参加を期待します。

- ◎ 参加資格： 1)松愛会同好会会員(松健会・備中会・ビデオ会 etc.)とその配偶者
2)その他松愛会会員及びその配偶者
- ◎ 日時：2014年9月17日(水) 8:30～受付開始 ～9:00集合 9:30～競技開始
- ◎ 場所：赤磐市グラウンドゴルフ場(赤磐市中島 1022-3 ☎086-955-6657)
- ◎ 参加費：500円+グラウンド使用料(赤磐市民：300円 その他の方：500円)
- ◎ 競技：8ホール×4コースの総スコアで順位決定
(同スコアの場合：①ホールインワン数多い⇒②敬老の順に上位決定いたします)
- ◎ 表彰：1位～10位 以降5位毎の飛賞(15位 20位 25位……) BB賞
ホールインワン賞(但し本数に関わらず)
- ◎ 申し込み締め切り：8月31日(日)
- ◎ 申し込み方法：下記宛にメール、TEL、FAX でお願いたします。
 - 1)松愛会 GG 同好会会員とその配偶者 ⇒ 各同好会の幹事に申込み
 - 2)その他松愛会会員及びその配偶者 ⇒ 各所属地区の地区委員(表面の連絡先参照)
注)同時に配偶者の生年月日も連絡下さい。(同点時の順位決定に使用します)

＜ボランティア活動を計画中＞

松愛会は7年ほど前の設立35年ごろから”社会へのお役立ち“を念頭に社会貢献活動に取り組んできました。岡山支部も当初、地球温暖化防止対策の一環として”我が家のCO2削減“に取り組み、4年間でそこそこの成果を挙げたことはご記憶の方も多いと思います。

その後いくつかの支部では行政やNPOとのタイアップで資金援助を受けながら立派な活動を進められていますが、岡山支部はめぼしい事が出来ていませんでした。

今回役員会で次のような企画を検討しておりますので、実施の際には会員の皆さんにはぜひともご協力のほどお願いします。詳しくは次回の支部便りでお知らせします。

*ボランティア内容：“楷の木街道の清掃作業”(閑谷学校への市道)…旧備前工場の行っていた場所

*初回：11/末ごろ 通年5回ほど

*後援：備前市商工会議所内“楷の木街道”を守る会
備前地区会員を中心にぜひご協力をお願いします。

＜その他これからの予定＞

11月は各地区“秋のレクリエーション”を計画しています。また友愛活動として75歳以上のかたを対象に11月下旬には“温泉OB懇親会”や現状調査などが予定されています。

*津山地区は10月23日(木)、浦富海岸・砂の美術館と海の幸堪能ツアーと決まりました。

＜会員移動＞

5月 新入 1名 転入 1名

6月 新入 14名 転出 1名

*訃報

5/26 佐藤秀夫さん(備前) 68歳

6/21 杉田寅夫さん(備前) 89歳

6/24 岩田孝至さん(備前) 76歳

7/02 落合俊明さん(津山) 64歳

7/15 延里弘子さん(備前) 72歳

合掌

7/20 現在 会員数 573名