

◇ 支えあい ひとりの心 みんなの力 ◇

江 高 連 だ よ り

れんたい！

第54号（通算66号）
令和2年3月15日発行



令和元年6月27日 第48回大運動会

江別市高齢者クラブ連合会

（この情報誌は、赤い羽根共同募金の助成を受けて作成しています）



江高連の今後の活動に向けて

江別市高齢者クラブ連合会 会長 阿 部 実

会員の皆様方には日頃より江高連の運営・活動にご理解とご協力を頂き心よりお礼を申し上げます。令和元年度もすべての行事・活動が大過なく無事終了することができましたことに感謝とお礼を申し上げます。

令和元年度を振り返りますと、多くの事業を進めることが出来ました。

例年の行事として ・大運動会・演芸大会・P G大会・作品展示交流会

・親睦研修旅行・体力測定会・新年交礼会

研修会、友愛活動 ・女性の集い・友愛活動研修会・いきいきシニアスクール

・社会奉仕の日・単位クラブリーダー研修会

道老連関係 ・全道市町村女性リーダー研修会・石狩管内ブロック研修会

今年度は、全道市町村女性リーダー研修会が、道老連と江高連の主催のもと江別市で開催され、111名参加のもと盛大に行われました。

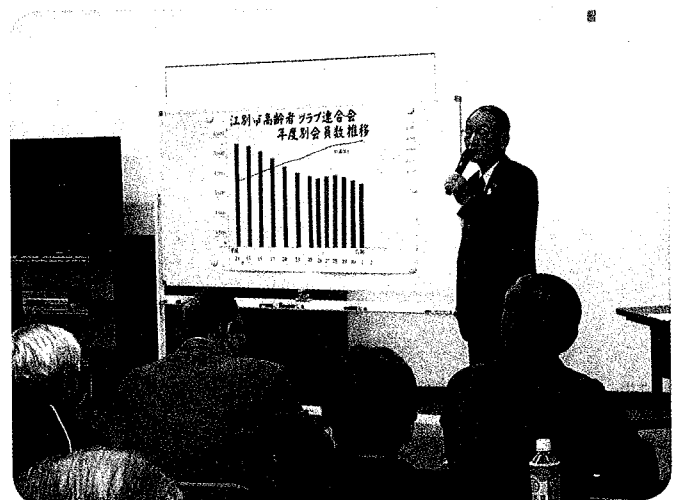
さて、道老連では平成26年度より「3万人会員増強運動」がスタートして最終年度に入り、江高連もここ数年会員の減少傾向が続き、何とか歯止めを掛けようと、各クラブに協力を頂きながら会員の増強に積極的に取り組み、各クラブは現状維持（最低限）にまず目標を立てて知人友人に「声掛け」を進めて頂き努力している状況です。

また、高齢者の健康増進に向けて、江高連の活動内容も「健康寿命」延伸に向け時代に合った充実したものを求められる時が来ると思います。会員の確保・財政の強化など事業内容を活性化し、魅力ある組織に取り組んで行かなければなりません。江高連としても江別市に令和2年度市の予算編成にあたり「予算要望書」を提出し江高連の現状を理解してもらいお願いを致しました。

令和2年度に向けて「江高連」「地区高連」「単位クラブ」がそれぞれ連携を取りながら健康増進・仲間を増やし・クラブの活性化を図り、楽しく活動の出来る江高連として努力をしていきたいと思っていますので、皆様のご理解とご協力を宜しくお願い致します。



佐々木副市長（左）へ予算要望書を渡す阿部会長



クラブ会長会議で会員増強対策を話す阿部会長

江別A地区高連の活動について

江別A地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 岩 井 一 男

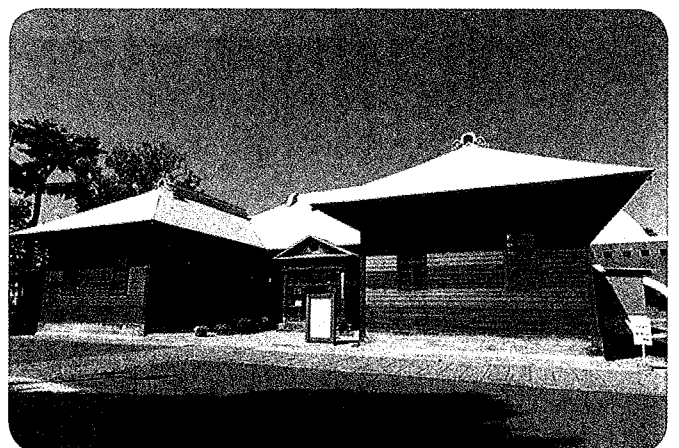
江別A地区高連は、市の北東部に位置し純農村地帯です。平成31年4月1日現在でクラブ数4、会員数は180名で、前年度より5名の減少となりました。道老連の会員数増強運動では少し増えた単位クラブもありましたが、全体では減少に終わりました。

A地区の事業は「北海道ふるさと再発見」です。今までは「ふるさと再発見」で市内を見て廻っていたのですが、昨年から「北海道ふるさと再発見」として市外も廻ることにしました。今年は「月形刑務所」がメインに決まりました。刑務所だけに、とても厳しい入場規制があります。入場者の名簿（住所、氏名、生年月日）等を提出し持ち物は全て受付に預けて入場するなど、広大な施設を2時間近くかけて見学させて頂きました。行程は8月23日参加者23名で、江別市都市と農村の交流センター「えみくる」出発8:20→月形樺戸博物館9:00~9:45→月形刑務所10:00~11:45→江別防災センターで昼食12:30~13:30→江別郷土資料館13:45~14:45→野幌野菜直売所15:00~15:45→「えみくる」到着16:00で無事終了致しました。

A地区高連は農業地区のため夏は特に忙しく現役で営農されている方がほとんどで、なかなか会合や行事に参加できない方が多く、江高連の行事には第7回パークゴルフ大会に6名の参加だけでした。会合は「えみくる」で行いますが公共の交通機関もなくほとんどが自家用車で出席しますが、高齢化も進み免許返納の方もおり、これからは会合や行事に出席する人達の（足）が問題になるように思います。会としては「親睦と交流」を深めるための行事をもっと増やしてはと話し合っています。例えばパークゴルフ、ジンギスカンパーティ、カラオケ等だれでも気軽に参加できる事をしてはどうかと話し合っていますので、令和2年度の総会で協議し決めていこうと思っています。



月形刑務所



月形樺戸博物館（旧樺戸集治監本庁舎）

江別B地区高連の活動について

江別B地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 荒田 一路

平成31年から令和の時代へ、消費税のアップ、高齢者や弱者には厳しくなるなか、31年度の事業計画を各クラブの積極的な参加のもと親睦と連帯を深めながら、健康の増進につとめて参りました。ただ、一つのクラブが解散となり残念でなりません。

1. 春の親睦一泊研修旅行を初めて試みる

5月20日～21日、大型バスにて一路秩父別温泉「ちっぷ・ゆう&ゆ」へ、32名の参加、旅のつかれを温泉でと湯につかり、つづいて宴会へ、ゲームとカラオケ、アルコールで気分も最高、歌の申込みも次から次と時間も忘れ楽しくなごやかに親睦を深める、往復バスにて見学し研修する。

2. 第19回親善パークゴルフ大会

7月5日（金）あけぼのパークゴルフ場にて、江別管工事業協同組合理事の道央衛生社長佐々木雅之様より激励のご挨拶を頂き、風が少々ありましたが天候にも恵まれ、9時スタート（75名申込み当日9名欠席）でプレイ開始、当日の成績結果は次のとおりです。

（個人賞）

★男子

優勝 丸山 稔（朝日町ほほえみ会）
準優勝 工藤 雄利（あけぼのみどりホットクラブ）
3位 寒河江 匡（上江別きららクラブ）
4位 田中 富夫（萌えぎ野昴会）
5位 林 義美（東光百寿会）

★女子

松村 昭子（朝日町ほほえみ会）
石倉小枝子（東光百寿会）
高橋 雅代（朝日町ほほえみ会）
田代 静子（上江別拓寿会）
荒田キヨ子（上江別中原長生クラブ）

（団体賞）

★金賞 朝日町ほほえみ会 ★銀賞 東光百寿会 ★銅賞 あけぼのみどりホットクラブ

3. 第24回演芸のつどい

10月10日（木）18時よりリハーサル（19名参加）11日（金）ともに江別市コミュニティセンターに於いて開催、今回も広報えべつ「みんなのひろば」に掲載して頂き観客数、一般市民を含め270名余、来賓に江別高齢者クラブ連合会会長阿部実様の挨拶を頂き始める。出演者数カラオケ30組、舞踊5組で53名が参加、実行委員27名で市民の皆さんと楽しい時間を過ごし、最後に抽選会を行い拍手をもって終える。



親睦研修旅行秩父別温泉「ちっぷ・ゆう&ゆ」



第24回演芸大会のひとつま

江別C地区高連の活動について

江別C地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 木村 誠

江別C地区高連は11クラブ、630名で年度の事業計画に基づき、次のような活動をしています。いずれも、“楽しさ”を基本に据えて事業を展開し、僅かではあるが地区内の「親睦と交流」、会員の「健康の増進」に役立てられたものと思います。

1. 第17回パークゴルフ大会

- ・開催日 7月25日(木)
- ・会場 昭和の森パークゴルフ場 東コース 36ホール
- ・参加者数 52名(男性35名 女性17名)
- ・成績 (男 性) (女 性)
- 優勝 松島 孝男(見晴台シルバークラブ) 山田 玲子(シルバークラブ喜楽会)
- 準優勝 星 忠雄(一番町新生クラブ) 星 綾子(一番町新生クラブ)
- 第3位 原田 猛(向ヶ丘ひばり会) 花沢 晴美(見晴台シルバークラブ)
- 第4位 田口 豊昭(見晴台シルバークラブ) 松島 信子(見晴台シルバークラブ)
- 第5位 廣瀬 敏一(見晴台シルバークラブ) 一字 優子(シルバークラブ喜楽会)

2. 親睦・研修日帰り旅行

- ・期 日 8月23日(金)
- ・行 き 先 グリーンパーク新とつかわ(入浴、食事、カラオケ等)
(道中、新十津川開拓記念館と金滴酒造株式会社を見学、買い物)
- ・参加者数 52名(男性23名 女性29名)

3. 「ふれあい」サロンの開設 (江別元町地区センター 10時～16時)

- ・1回目 7月30日(火) 32名 交通安全教室(講話、寸劇)映画鑑賞
- ・2回目 9月20日(金) 64名 オカリナと津軽三味線演奏 映画鑑賞
- ・3回目 11月26日(火) 67名 終活セミナー(エンディングノート)
映画鑑賞
- ・4回目 1月28日(火) 63名 男声コーラス演奏 映画鑑賞
- ・その他 麻雀、囲碁、将棋、トランプ、オセロ等を用意



親睦・研修旅行 グリーンパーク新とつかわ



ふれあいサロン(オカリナ・クオーレの演奏)

野幌地区高連の活動について

野幌地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 阿部 実

野幌地区は、26クラブ（1,486名）で前年に比べ1クラブ減・会員数78名の減となっています。令和元年度事業計画に基づいて事務局中心に活動を実施しています。パークゴルフも年々盛んになり参加者も多く4月～10月に7回の大会を実施しました。健康増進のためにも健康に関連した研修会を積極的に進めています。主な活動状況を報告いたします。

1 主な活動

- | | | | |
|-------------------|---------|---------|-----------|
| 1) パークゴルフ大会 (同好会) | 昭和の森 | (7 回開催) | 4 月～1 0 月 |
| 2) 演芸の集い | 野幌公民館 | | 6 月 |
| 3) 親睦グリーンボール大会 | 錦町公園コート | | 7 月 |
| 4) 研修旅行 (一泊二日) | 同好会で実施 | | 9 月 |
| 5) 会員研修会の開催 | 野幌公民館 | | 9 月・2 月 |
| 6) 新春の集い | 野幌公民館 | | 1 月 |

2 活動状況

1) パークゴルフ同好会 グリーンボール大会

各クラブの活動状況の中で「パークゴルフ」が、各クラブよりの参加数が増加して令和元年度は7回の大会を実施しました。会員の皆さんは積極的に参加し、楽しんでもらえるような同好会となりました。江高連の大会も実施され、今後益々盛んになることを期待しています。

グリーンボール大会も5チームが参加し、和気あいあいのもとで盛会でした。

2) 第24回演芸の集い

時 期 令和元年6月12日（水）野幌公民館。

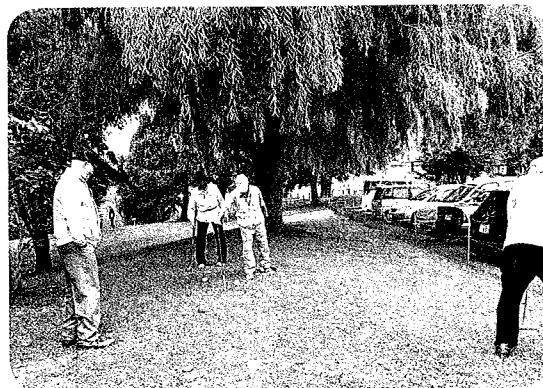
種 目 舞踊 (7)、カラオケ (32)、詩吟 (1)、民謡 (1)

総出演数 (4 1)

入場者 約300名 以上の会員が参加して、手拍子、拍手等会場が熱気に包まれ
最後まで熱心に観覧してもらいました。



演芸の集いのひとこま



グリーンボール大会のひとこま

大麻・文京台地区高連の活動について

大麻・文京台地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 西山 祥雄

大麻・文京台地区の8クラブで構成され、会員数429名（H31年4月1日現在）で組織されています。役員・理事総勢37名が各行事の役割分担を昨年同様に行い、スムーズな運営で、皆さんとともに楽しみ、大いに盛り上げた1年間の事業展開でした。

＊6月6日・7日で行った研修旅行は21名の参加で東神楽温泉へ、思い切り楽しんだカラオケやビンゴ大会に楽しいひと時を楽しみました。

＊パークゴルフ大会を2回開催。参加者延べ100名でした。日頃の腕を発揮しつつ、他クラブとの交流も行い笑顔の大会でした。（実施日：7月16日、9月10日）

＊第37回演芸大会 見学者・参加者は昨年より多く250名程になりました。実行委員会も2年目を迎え、それぞれの分担をしっかりとこなし、あちらこちらで笑顔満載の交流が目につきました。

＊「カラオケ&ダンスの会」は会場を大麻西地区センターに変えて初めての実施です。

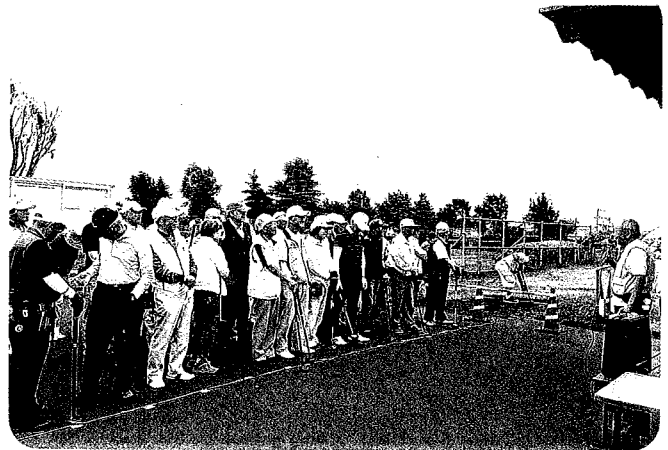
11月29日に昨年の参加者を大幅に超えて61名の参加でした。カラオケも41組参加、合間にダンスタイムを設けて、会場の真ん中で披露して頂きました。

艶やかなドレスを身につけた淑女に圧倒されたひと時でした。

＊年度最後の事業は理事・役員の“歳忘れの集い”24名参加し、日頃の苦勞を忘れてカラオケ・かくし芸・ビンゴで楽しみました。



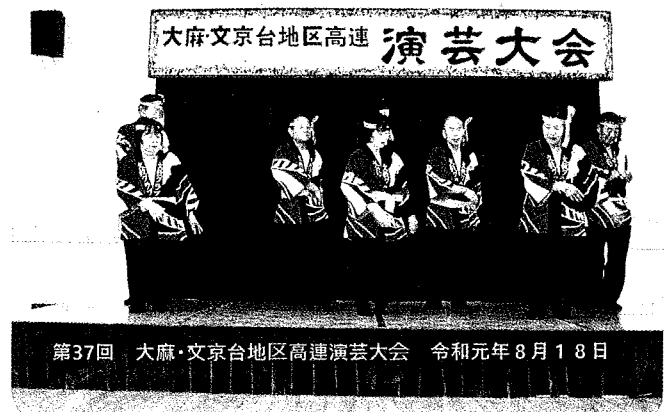
大麻・文京台地区研修旅行 森のゆ花神楽 令和元年6月7日



パークゴルフ大会開会式



カラオケ&ダンスの会



第37回 大麻・文京台地区高連演芸大会 令和元年8月18日

単位クラブ会員の皆さんの声をお届けします

「私の健康法・趣味活動」をテーマに会員の声を寄せていただきました。

『私の健康法・趣味活動について』 いずみ野クラブ 地 口 春 雄

私の健康法は体と脳に適当な刺激を与えるものと思っている、それも無理なく継続することである。具体的には高齢者クラブの活動の延長として行っている、各種のサークル活動等を利用している。

○夏期間だけ例会として行っている「グリーンボール」遊びに参加

○室内で一年中毎週行っている「転ばない体作り体操」Eリズム体操やフマネットであるが、私は殆ど参加していないが極力参加しようと思っている。

○気ままに行っている「パークゴルフ」遊び。

○個人的な運動であるが一年中室内で行うことの出来る「ラジオ体操」である、寝過ごしてしまったり億劫になり休むこともあるが結構続いている。

○行事や遊びがなかったときは8,000歩を目指して歩くことにしている。

以上は、体に対する刺激であるが、脳に与える刺激といえば、やはり。

○「読書」をする。

○一日一回は「パソコン」に向かいキーをたたく。

○「日記」を書き続けることである、書き始めて三十年以上になるが私の自慢のできる一つである、二～三日書き忘れると思ひ出すのには大変な労力を使うものである。

○「カラオケ」に参加殆ど飲み会ですが、歌なんて私にはとてもとても思っていたが、発声することは健康管理に有効であるらしい。

継続は力なりではないが、自信に繋がる何かが湧いてくるものである。

少し趣味に触れることにするが、私の趣味は日曜大工と庭いじり、そして猫の額ほどの家庭菜園ということになる。日曜大工は作っては壊しなので、あまり、ガラクタはたまっていない、得意は木の剪定である、キャラ木五～六本程いじりくり回しては悦にはいっているが、最近、庭木は冬囲いが大変なので縮小して菜園の場所に切り替えている。僅かながらの収穫ではあるが自給自足に満足している。菜園の管理がこれからの課題となりそう。

『スロージョギング・サロン』 しらかば親和会 田 中 洋 子

私たちのクラブが取り組んでいる健康活動は年間を通して多数あります。その中の一つにスロージョギング・サロンがあります。平成24年4月よりスロージョギングとして発足し、ジョギングよりも少し遅く歩く事を30分位実施しています。冬は道路の関係で外に出ることは難しく、サロンも付随してスロージョギング・サロンとして毎週火曜日午前中に実施しています。会員数は25名位ですが、年齢や健康状態に差がありますので、歩く速度や距離は個人で決めています。大体30分位歩きますが、その後センターの和室で、お茶、お菓子を飲食しながら、友愛と知識の共有をしており、有意義な時間を過ごしております、60代から90代までの会員がおりますが、日々頑張っている姿に力を与えられています。



『私の健康法・趣味活動について』 上江別きららクラブ 藤 井 修

若い頃から、どちらかと言えば不規則な生活をしてきた私が、今、健康について記すには何故か荷が重い感じがします。しかも、現在健康を意識して行っていることは特にありませんが、日頃の生活を振り返ってみていくつか継続してきたことがあります。

その一つは、朝起きたら必ずコップ一杯の『水』を飲んでいること。その切っ掛けは、今から40年ほど前に知人から聞いて何故か今でも続いています

その二つは、毎日朝食の時『養命酒』を飲んでいること。昭和46年2月私は腰の冷えからか？坐骨神経痛で二月ほど入院しました。退院後心配した母から胃腸や冷え症には効果があると勧められたのが飲み始めの切っ掛けです。

その三つは、毎日『ヤクルト』を一本飲んでいること。切っ掛けは、今から61年程前就職先の職場に毎日来ているヤクルトのおばさんから勧められて飲みはじめ、以来、勤務場所が変わっても私の机の上には必ずヤクルトが届きました。退職後も忘れないで毎日飲んでいます。

ほかには、無意識のうちに食べ物はよく噛んで食べています。私は歯応えのあるものが好みで人の倍以上は時間をかけて噛んでいると思います。また、運動面では、春から秋にかけて週1回のパークゴルフぐらいで、これが健康に良いのかもしれない。

次に、趣味については、若い頃はいろいろありましたが、退職後は、育ちが農家で私自身4年間農業をしていたせいか敷地内で野菜栽培を行っているぐらいのものです。面積10坪足らずの耕作地に大根、トマト、キュウリ、ジャガイモ、トウモロコシなど、10数種類の品種を二毛作栽培しています。耕作面積が少ないため、連作にならないよう雪深い今からどこに何の種を蒔こうかあれこれ考えています。



『私の健康について』 大麻ひまわりクラブ 山 崎 良 次

私は、健康について日常生活に於いてあまり意識は、していませんでしたが、振り返ると、毎日の生活を、ある程度一定のリズムで過ごしている感じがします。

起床時間、就寝時間等々ですが、それが少し崩れると多少行動が鈍ることがあり黄信号かなと感じ行動（運転等）セーブを掛ける事が出来ます。身体が一定のリズムに馴れている為少しの変化にも気づけるかと考えます。肉体的については、年齢を重ねる事によって脚力の低下が感じられます。普通に歩く時も膝が少しあがっていない事に気づく事があり意識して膝をあげるよう心掛けています。お医者様にお話を聞くと年齢を重ねると筋力の低下がある為、膝が挙がりずらくなる事でした。ウォーキングを推奨され又さらに意識、集中して行うようお願いされました。意識、集中しないと意味がないとの事、心掛けています。こころの健康？内面的な健康？と言うか！私は、大麻ひまわりクラブに加入させて頂き一年が過ぎようとしています。沢山のクラブの皆様との交流があり、多種の行事に参加させて頂き会話する事の楽しさを感じています。もっともっと沢山の皆様との交流を望み楽しみにしています。この楽しさを沢山の皆様に広げたいと思います。

健康に留意します。



『川柳に魅せられて』 一番町新生クラブ 平 田 暢 夫

退職した翌年に江別川柳会に入会しました。以来10年余り、作句を続けております。毎月1回の句会があり、集句約450句から150句余りの佳句が選ばれて披講されます。後日、その中の10句余りが北海道新聞の江別版に毎週掲載されています。

私の句はさっぱり選ばれず不作を恥じていますが、終生の趣味として川柳を楽しみ続けたいと思っています。「卑俗な駄洒落」などの酷な見方もありますが、格式に捉われず自由闊達に詠ずる「文学」であり、自然を主な対象とする俳句に対して人間を主な対象とする短詩であると川柳講座の藤谷怠民愚先生に教わっています。江戸の古川柳この方、正統派の川柳には人情や人間味が脈々と受け継がれ、庶民性にも富んでいて親しみがあ、鋭い人間観や風刺もあって、啓発され魅了されています。

思いつくままに例句を少し示します。

寝ていても団扇の動く親心・・・古川柳

人間を掴めば風が手に残り・・・田中五呂八（北海道の川柳作家の遺作）

旧姓で呼ぶと振り向くキタキツネ・・・浪越靖政（野幌、札幌川柳社副主幹）

削って削って人間まるくなる・・・前田美穂（江別、令和元年江別文化祭市長賞）

陽だまりに老いた盧生の夢枕・・・平田暢夫（自作）

作品はもとより、句会に集まる人たちにも親しみと魅力を強く感じています。小学生が一人いますが、60歳以上の方が殆どです。出身地も経歴も様々ですが、人間味豊かな方ばかりで、いつも和気藹々です。思いきって入会し、引き籠りの余生とならなくてよかったなと痛感しています。 人情の機微に魅せられ川柳へ・・・（暢夫）

『歩く努力を続けて・・・』 文教クラブ 早 瀬 正 信

私は、40代後半から歩くことを中心に体を鍛える努力をしてきました。私の職場はビルの11階でしたが、エレベーターは使用せずに1日2～3回上り下りし、腹筋200回、腕立て伏せ100回を目標としていました。また、仕事帰りは新札幌から我が家まで（1時間40分位）歩いたりもしていました。そのおかげか滅多に風邪もひかず、現在に至るまで病気知らずで過ごしております。文教クラブに入会してからはパークゴルフを知り、その楽しさに魅了されて興じておりますが、一日に1万4千歩くらいは歩くでしょうか。冬場は散歩で一万歩以上歩くことを目標としており、また室内パーク・ユニカールなどで仲間とワイワイ楽しんでおります。もちろん水分補給はまめにしておりますが、仲間と共に過ごすこともまた免疫力アップになっているかもしれません。先日新聞報道で「1日に8千歩を歩くことが病気予防となっている」との記事がありました。それを見て、クラブの皆さんに呼び掛けてみんなで健康寿命を延ばしたいものと思い、毎月発行のクラブ便りに記載して頂けるようにしました。他にも麻雀を楽しんだり、とにかく人生を楽しむことが重要だと考え、仲間と一緒に楽しいことを見つけ、笑い第一・健康第一でこれからも楽しく頑張ろうと思います。



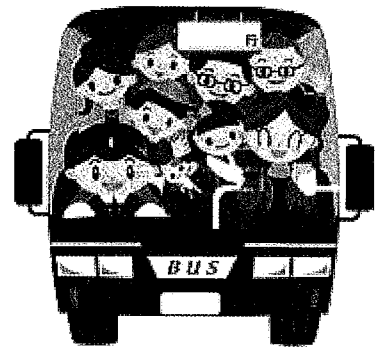
『令和元年 旅の思い出』 上江別中原長生クラブ 河 野 桂 子

5月20日、江別B地区高連の一泊旅行に参加、行く先は、雨竜郡秩父別温泉“ちっぷ・ゆう&ゆ”へ総勢32名大型バスで出発です。最初の見学は新十津川の「金滴酒造」で下車、明治23年頃より奈良県十津川村から北海道へ、2,500人ほどが移り住み、ピンネシリ山麓近くを流れる、砂金沢川の水を飲み、金の滴る川の水で、おいしいお酒を造ろうと、明治39年「金滴酒造」が生まれ、北海道の酒造業界初の歴史をもつと説明にありました。建物の一部分は当時のまま現存し、大切に使われている様を、この目で見て感銘を受け、当社の大吟醸酒粕を買い求めバスに乗りました。

昼食は、バスの中で済ませ、次の見学は美術館へ、こんな人里少ない所に“？”と思っていたと善性寺というお寺の駐車場にバスは止まりました。ここでしか見ることの出来ない原爆原図を見ることができると中に案内されました。その図は興味津々、反戦と鎮魂を描いた原爆の図などで有名な画家の丸木位理・俊夫妻の作品を展示する施設で俊夫人の生家である善性寺の一室にありました。そこには丸木夫妻が秩父別町に訪れて制作した高さ1.8m幅3.6mの屏風画「原爆の図1992」で被爆直後の惨状が生々しく描かれており、平和の大切さを作品全体からすごい迫力で伝わってきます。その他本堂、廊下にも多くの作品が見られました。廊下の奥には寺の釣鐘楼にあつた12枚の干支の彫刻も展示されていて、保存状態も良く見応えのあるものでした。

この様なすばらしい企画に参加出来、感激と感謝です。16時過ぎ温泉に着き、食事と温泉を楽しみました。次の日10:00ホテル出発、11:00深川で廃校となった旧学校にて、畳20畳の油絵、その他数えきれない、また素晴らしい絵を見学し、途中道の駅により15:00頃江別に無事帰りました。

年々、年を重ねると旅行会社が企画するツアーに参加するのはめんどろになっていきます。今は、江高連、江別B地区高連、我が上江別中原長生クラブの行事や旅の企画に参加できて、好奇心をかきたて、出かけることに楽しみを満たしています。



『私の健康法・趣味活動』 しらかば親和会 浦 島 昭 三

私の健康法としては、これと言う特別なことはしていません。食事を美味しく、よく咀嚼することを心掛け、味わいながらいただいています。

夏の楽しみは、ワラビ採りがあり、その季節が待ち遠しいです。草を掻き分け、笹を掻き分けてワラビを見つけて歩き、周囲の景色を鑑賞しながら自然の中に身を置く心地良さはとてもいいものです。また、65歳から本格的に始めたゴルフを今は、点数をちょっとだけ気にしながら、楽しさをモットーにして、年7・8回南幌ゴルフ場で楽しんでいます。冬は除雪に精を出し、また、江別シニアスキー愛好会に夫婦で入会しシーズン7回・町内会主催スキー1回・他の会にも入り、かれこれ11回くらいゲレンデスキーを楽しんでいます。

趣味としては、つれづれなるままに気兼ねなく詠む短歌作りがあります。その他、78歳から挑戦した「ハガキ絵」を描くことです。現在84枚描き、百枚を目指して、元気・やる気・根気で頑張っているところです。

声を出す指を動かす脳によし 人に尽くすは心によしと
滑降の格好つけて右左 風切り滑り心地よきかな

<令和元年度 江高連行事スナップ>



定期総会で功労者表彰を受ける皆さん



女性の集い「プアナニ・サークル」と一緒にフラダンス



第47回大運動会 ボール送り



第7回パークゴルフ大会



健康優良者表彰を受ける皆さん



第47回演芸大会 大森西町健睦クラブのコーラス



会員作品展示交流会で作品を鑑賞する三好市長



新年交礼会 女性部友愛部員と有志の皆さん