



6 月 17 日に小学生が植えた、老人憩の家の花壇のペチュニアとマリーゴールドは、この暑さにも負けず、元気に花を咲かせています。

ペチュニアの和名はツクバネアサガオ 南米原産 品種改良が盛んで、さまざまな色・形が作り出されています。

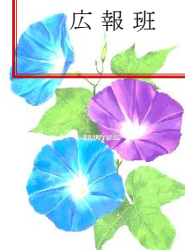
日頃から、花壇の草取り、水やりなど、手入れをいただいている方々に、感謝しお礼申し上げます。

今年の梅雨明けは早かった。梅雨が明ける前から、7 月末まで暑い日が続いています。8 月を迎えますが、まだしばらくは、この暑さは治まりそうにありません。

でも熱中症で緊急搬送、などのニュースも聞きます。皆さんくれぐれも(用心、ご注意ください。この暑さのせいだけでもありませんが、白寿会の各サークル(グラウンドゴルフ・五目お手玉・ダーツ・歌謡倶楽部)は、8 月中の活動を休止します。ただし、おどりのグループ練習は、8 月 5・19 日、予定通り行います。ひよつと踊りは、8 月 25 日練習

下大利シニアクラブ 白寿会 だより

2025 年 8 月
下大利白寿会
広報班



去年の夏はとても暑かった

今年はさらに 暑い 熱い

暑さ対策を十分に 熱中症には気を付けて
8 月 各サークルの活動休止します

せん。
ラジオ、テレビでは熱中症警報が、連日伝えられています。家の中に居

スマートフォン研修会

8月23日(土) 10時~11時半

公民館2階 集会室

講師 小池 区長 他

研修内容 LINE(ライン)の使い方を中心に、関連する初歩的な疑問の解決を目指します。

初歩的な内容の勉強会です。

やる気が少しでもある方、分らない事が分らない方、どなたでも、どうぞご参加ください。

事前の申し込みは、不要です。

大野城市シニアクラブ連合会

講演会「認知症サポーター養成講座」

講座「認知症を学びみんなで考える」

える」

74

白寿会から、江藤、細川、柴田、古賀の4名が聴講しました。

一連の養成講座の基礎編といった内容でした。この養成講座の教材等を、憩の家の書棚に置いておきます。興味のある方は、どうぞご覧ください。

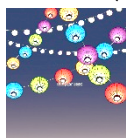
夏祭りを楽しむ会

8月2日(土) 17時30分~20時

下大利区の夏祭り開催に合わせて、老人憩の家を開放します。

祭りに参加の方、見物の方、の準備や休憩の場として、ご利用ください。

夏の夜のひと時の楽しみに、酒肴飲み物お菓子など、用意して待っています。



8 月の古紙回収

8 月 22 日(金) 10時~

8 月は 第5金曜日までありますが、古紙回収は 第4金曜日 22 日です。お間違えの無いようにお願いします。古紙回収の作業では 高齢のメンバーが、暑いなか頑張っております。ご協力のほど よろしくをお願いします。

8月の つどい は休止します

お盆の前後の諸行事と重なる などのため 休止します。次回 9 月 9 日をお楽しみに。



ボールよ 台の上へ乗ってくれ!



7月のつどい ボールを使ってゲームを!

7/8

ボールを頭上に支えながら 体側を伸ばして・・・



ボールはバスケットへ?



高得点をねらって、エイッ



ねらいさだめて ポ〜イツ

これくらい 簡単だよっ〜!?



7月のつどいは、スポーツトレーナーの今井淳一さんを講師に、ボールを使った体操と、ゲームの指導をしていただきました。今井さんは、昨年の6月に続いて2度目の登場でした。
ふわふわの柔らかいボールを使って、ストレッチや、運動機能アップ運動など、普段あまり動かさない筋肉と神経が目覚めましたことで



山口和博 柳田一秀 (敬称略)
猿渡朋子 世利富美子 沖田敬子



7月の誕生会、7月生まれのお祝いの対象となる会員は5名でしたが、この日はめでたく全員出席でした。

4つのグループに分かれて、ボールを投げて得点を競うゲームにも挑戦。
簡単そうに見えても、ボールがなかなか思うところへ届きません。ふわふわボールだから余計に難しかったのでしょうか。
喜んだり、がっかりしたりと、笑い声で賑わいました。

憩の家庭の草取り



7/25

憩の家の庭の草取りをしました。8名の参加がありました。
乾いた固い土に根を張った雑草は手ごわいものです。一時間の作業で前の庭は綺麗になりました。
早朝から、暑いなかお疲れさまでした。ご協力に感謝します。
飲み物の差し入れを頂きました。ありがとうございました。

・後日談 25日の草取りで、手が回らなかった建物の裏の雑草は、後日ある会員の方がきれい取って下さいました。有難うございました。

夏のラジオ体操

7月22日(火)〜25日(金)



毎朝、多くの子供たち、親御さんたち、そして白寿会の方の参加がありました。例年以上に参加者が多かったようです。早起きで元気!!

また8月の終わりに、ラジオ体操会があります。暑さを乗り切ってくださいね。

8月25日(月)〜29日(金)

時間 朝 7時から

場所 老松神社・櫓2号公園

昭和 100 年、敗戦・終戦 80 年の夏 8 月です。



ダーツ

五目お手玉

歌謡倶楽部

グラウンドゴルフ

8月 は活動休止です