

厚生部

4月に新しく厚生部長に任命された、深沢地区寺分楓会の久富貞二です。

厚生部は過去2年間、コロナの影響でカラオケ大会など中止せざるを得ず大変残念でしたが、その中で昨年11月の第22回芸能祭には約100名の参加を頂き、大変、盛会裡に開催できました。

本年度も従来の路線を継承して、下記事業活動計画を予定しています。順次詳細をお知らせしますので、大勢の方のご参加を希望します。(5月に実施したものは省略します)

- ①ダンスパーティー 7月9日(土)及び12月10日(土) きらら深沢
- ②みらいふる鎌倉と横浜市栄区との合同カラオケ大会
8月26日(金) きらら鎌倉
- ③みらいふる鎌倉と逗子市「ズシップ」との合同カラオケ大会
10月14日(金) 逗子さざなみホール
- ④秋季研修旅行(日程未定) 富山県

- ⑤みらいふる鎌倉芸能祭 11月11日(金) きらら鎌倉

現在栄区や逗子市関連団体などとも打合わせを重ねて準備中ですが、本年度は事業予算が従来の半額となつたため、やりくりに苦慮しているのが実状です。

何はともあれ、参加者や出演者と観客との息の合った楽しい催しが実現できるよう努力しますので、会員の皆様の積極的なご参加など、ご協力を切にお願いする次第です。



【厚生部長 久富 貞二】

スポーツ部

今後の展望

今は高齢者の生き方の選択肢も多くなり、現在75歳以上の方が参加されている行事も若さ溢れる活動をされています。スポーツ部としては行事が年間を通して偏らないように考えており、健康・奉仕・友愛を目標に本年度も計画しています。

令和1年度までは予定どおり実施することができましたが、深沢ボウリングセンターの閉鎖で盛り上がっていた行事の一つができませんでした。令和2年度以降、特にグラウンドゴルフ大会も全て中止となりました。会員の方の要望に沿えなくて残念です。その中で歩こう会は継続して活動できました。新林公園の森林の香り、江の島散策コース、オリンピック会場の説明と、冬の江の島の景色の良さは格別でした。本年度は内容も充実し皆様のご期待に沿えるよう計画しています。

日頃、顔を合わせる機会が少ない方も行事に参加されることに意義があります。以下、本年度の行事を簡単にお知らせします。グラウンドゴルフ大会は5月にみんなの鳩サブレースタジアム、6月・10月に栄区との合同グラウンドゴルフ大会、10月は横三プロック老連グラウンドゴルフ大会も行います。歩こう会は5月と11月に行い、そのほか、多くの行事を予定しています。会員募集の一環として友人知人をお誘いください。多くの方の参加をお待ちしています。



【スポーツ部長 寺嶋 幸子】

私たちはみらいふる鎌倉の活動を応援しています

鎌倉市医師会 訪問居宅支援センター
鎌倉市材木座3-5-35
住みなれたご自宅での療養生活をお手伝いします

鎌倉訪問看護ステーション
☎(0467)24-4877

鎌倉居宅介護支援事業所
☎(0467)24-4199

鎌倉ヘルパーステーション
☎(0467)24-8422

県告示救急指定病院(急诊24時間応需体制)

SHONAN MEDICAL HOSPITAL
医療法人 湘和会
湘南記念病院

- 人間ドック ■企業健診
- 鎌倉市市民健診指定
- 訪問診療 ■訪問看護
- 訪問リハビリテーション

☎(0467)32-3456

鎌倉市笛田2-2-60

※湘南深沢駅から徒歩4分

※鎌倉駅からバス15分

国税法人認証会

湘南鎌倉総合病院
SHONAN KAMAKURA GENERAL HOSPITAL

当院で活躍する医師・看護師・リハビリテーション科のスタッフ等によるWeb公開医学講座をご存知ですか? ご自宅から無料で ▶申込みはコチラ ご視聴いただけます。
是非一度ご参加下さい!



鎌倉市岡本1370-1

☎(0467)46-1717(代)

Lサイズ3個で1日分のビタミン

ピーマン

特質栄養素といえば**ビタミンC**!
抗酸化作用があり、シミやしわといった老化防止に役立ちます。ビタミンCは水に溶けやすく熱に弱いのですが、ピーマンの場合果肉が厚いので、加熱調理してもビタミンCの損失がほとんどありません。