

Health Pleasure
Lifelong Volunteer
Study Work



栗東ふあざ〜ず倶楽部 10年の歩み

発行日 : 2018年4月1日
発行人 : 栗東ふあざ〜ず倶楽部会長 松井昭明
編集責任者: 松下哲男
編集委員 : 武石務 井野内四十三 金澤利美
 清哲夫 西村久
印刷・製本: 昌栄印刷有限公司
問合わせ先: 栗東市ボランティア市民活動センター
 電話 077-553-0056



栗東ふあざ〜ず倶楽部 10年の歩み



健康で 楽しく
学び 社会貢献

栗東ふあざ～ず倶楽部 会則

第1章 総則

- (名称)
第1条 この会は、～栗東ふあざ～ず倶楽部～（以下「会」という）と称する。
- (事務所)
第2条 この会は、事務所を栗東市安養寺190番地に置く。
- (目的)
第3条 この会は、定年等により退職した者が集う倶楽部活動を通じて、“楽しく、生きがいのある人生”を具現化することにより、豊かな地域社会づくりに参加することにある。
- (事業)
第4条 この会は、第3条の目的を達成するため次の事業を行う。
(1) 地域における体育、文化に関する事業
(2) 地域におけるボランティアに関する事業
(3) その他、本会の目的を達成するために必要な事業

第2章 会員

- (会員)
第5条 この会は、この会の目的に賛同するもので構成し、別途定める会費を納入するものとする。
- (入会ならびに退会)
第6条 入会、退会は以下による。
(1) 入会希望者は、所定の入会届けを提出し、運営委員会の議を経て会員となる。
(2) 退会を希望する者は、所定の退会届を提出する。
(3) 会費を1年以上滞納した場合、およびこの会則に基づき運営委員会の議を経た場合は、除籍をすることができる。

第3章 会計

- (会計)
第7条 この会の会計は、次の掲げるものをもって賄う。
(1) 会費
(2) 参加費
(3) 事業に伴う収入
(4) 寄付金
(5) 助成金
(6) その他の収入
- (会計年度)
第8条 この会の会計年度は、4月1日から翌年の3月31日に終る。
- (予算および決算)
第9条 この会の収支予算は、運営委員会の議決により定め、収支決算は年度終了後監事の監査を経て総会の承認を得なければならない。
- (拠出金品の不返還)
第10条 既納の会費、およびその他の拠出金品は返還しない。

第4章 役員等

- (役員)
第11条 この会は次の役員をおく。
(1) 会長 1名
(2) 副会長 若干名
(3) 事務局長 1名
(4) 運営委員（会長、副会長、事務局長を含む） 10人以上 14人以内
(5) 監事 2名
- (役員の選任)
第12条 この会の役員は、総会において選出する。
- (役員の職務)
第13条 この会の役員の職務は次の通りとする。
(1) 会長は、この会を代表し、会務を統括する。
(2) 副会長は、会長を補佐し、会長に事故あるとき、または会長が欠席のときは、その職務を代行する。
(3) 運営委員は、運営委員会を構成し、会務の執行を決定する。
(4) 事務局長は、この会の事務を統括して処理する。
(5) 監事は、会の財産および帳簿を監査し、総会に報告する。
- (役員の任期)
第14条 役員の任期は、次の通りとする。
(1) 変員の任期は、2年とする。
(2) 補欠のため、または増員によって就任した役員の任期は、それぞれの前任者または現任者の任期の残存期間とする。
(3) 変員は再任されることが出来る。

- (解任)
第15条 役員が次の各号に該当するに至ったときは、総会の議決により、これを解任することができる。
(1) 心身の不調のため、職務の遂行に耐えないと認めたとき。
(2) 職務上の義務違反、その他役員としてふさわしくない行為があったとき。

第5章 会議

- (会議の種類)
第16条 この会の会議は、総会および運営委員会とし、総会は通常総会と臨時総会の2種とする。
- (構成)
第17条 総会は会員をもって、運営委員会は運営委員をもって構成する。
- (機能)
第18条 総会は、次の事項について議決を行う。
(1) 事業計画
(2) 予算
(3) 事業報告
(4) 決算報告
(5) 会則の変更
(6) その他重要事項
2. 運営委員会は、この会則に規定するもののほか、この会の運営に関し、重要な事項の議決を行う。

- (開催)
第19条 通常総会は、毎年1回年度当初に開催する。
2. 臨時総会は、運営委員会が必要と認めたときに開催する。
3. 運営委員会は、会長が必要に応じて開催する。
- (召集ならびに定足数)
第20条 会議は会長が招集し、総会にあっては会員の過半数の、運営委員会にあっては運営委員の3分の2以上の出席がなければならない。
2. 総会を招集するときは、会議の日時、場所、目的および審議事項を事前に連絡する。
3. 総会の議長は出席者の互選により選任し、運営委員会の議長は会長がこれに当たる。
- (議決)
第21条 会議の議決は、出席者の過半数をもって決する。議長は議決に加わる権利を有しないが、可否同数のときは議長の決するところによる。

- (書面表決)
第22条 総会においてやむを得ない理由のため、出席することができない会員は、あらかじめ委任状をもって表決することができる。

- (議事録)
第23条 会議の議事については議事録を作成し、3年間保管しなければならない。
- (会則の変更)
第24条 この会則は、総会において出席者の3分の2以上の同意をもって変更できる。

附則 (抜粋)

1. この会則は、平成20年6月21日より施行する。
5. この会則の第7条(1)の会費については、年額1人2,000円とする。
- 改定履歴 初版 平成20年 6月21日 設立
第2版 平成20年10月25日 運営委員の変更
第3版 平成21年 6月27日 第7条の変更(参加費の追加)
第4版 平成22年 6月26日 運営委員の改定
第5版 平成24年 6月23日 運営委員の改定
第6版 平成26年 6月28日 第11条の変更(運営委員の増員と役員の変更)

目次

巻頭言/会長挨拶	1
1. 発足の経緯	2
2. 沿革	2
3. 活動の理念	3
4. 組織	4
5. 運営(活動の概要)	5
6. 各年活動統計	6
7. 各年度別活動	7
8. 寄稿文/活動に寄せて	27
芸能一座の活動紹介	32
9. 情報の共有化	37
10. 継続活動一覧	38
11. ウォーキング一覧	39
12. 男の料理教室一覧	41
13. 研修と講座一覧	43
14. 折々の顔	44
15. 折々の記	47
16. 同好会活動	50
17. 記念事業分科会	51
18. エールと会員メッセージ	52
19. 運営を支えた人と在籍会員	63

栗東ふあざ～ず倶楽部 10周年を迎えて

会長 松井 昭 明

栗東市は、国道1号線、国道8号線、名神高速道路、JR栗東駅、手原駅があり交通の要所として発展しました。昭和38年の名神高速道路開通後には、日本中央競馬会栗東トレーニングセンターをはじめ多数の企業が進出してきました。一方、大都市に近いことから、通勤圏としても住宅開発が急速に進み、昭和40年の人口1万6千人が昭和50年には3万2千人と2倍に急増しました。



また、平成3年に栗東駅が新設されたことなどにより、現在の人口は約6万9千人となりました。

このような変化の中で、地域に無縁だった団塊の世代も、いつしか栗東市民となり、やがて定年退職期を迎えました。そして平成20年に栗東地域での仲間づくりや地域貢献などを通じて「楽しく生き甲斐のある人生にする」目的で“栗東ふあざ～ず倶楽部”を誕生させ、ここに設立10周年の節目を迎えることが出来ました。

近年、少子高齢化時代到来が社会問題となってきた中であって、私たちは「健康で・楽しく・学び・社会貢献」をモットーに、自らの経験や知識、技能を活かし、先ず健康で楽しく活動する、互いに学び合い、社会貢献をすることを目指して、スポーツ、交流会、研修講座、ボランティア活動を全会員で積極的に取り組んでまいりました。

その結果、活動も定着し現在では設立当初に比べ、会員数は2倍の42人に、年間活動延人数は2.4倍の1,460人と大きく成長してまいりました。

これは、ひとえに会員皆様方の地道な創意や努力の積み重ねと、社会福祉協議会をはじめ栗東市ならびに関係機関のご支援の賜物と深く感謝を申し上げます。

日本の男性の平均寿命は81才で世界一になりましたが、健康寿命は71才です。

今後は高齢者自身が健康づくりや介護予防に努めるとともに、閉じこもらず、仲間をつくり、そして仲間と楽しく社会参加や生き甲斐づくりを実践し、いつまでも元気で生活ができるよう、健康寿命の延伸を図ることがますます重要となってまいりました。

当倶楽部といたしましても10周年をひとつの区切りとして、これからも健康を第一に、閉じこもらず、仲間の絆、地域とご縁を大切にしながら、「仲間を増やし」、「楽しく生涯活動が出来る」ような倶楽部を目指し努力してまいります。

今後とも皆様方のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

1. 発足の経緯

戦後60年、高度経済成長を支えた団塊世代の定年退職が始まる。そしてこれからの家庭生活8万時間をどう過ごしたらよいか。

- ・「地域で仲間づくりをしたいが付き合いが無い」
- ・「第二の人生を社会の一員として地域社会に貢献したいが、どうしたら良いか分らない」
- ・「やりたいことを見つけないがきっかけが無い」



11年前の平成19年3月に開催された滋賀県社会福祉協議会主催の「お帰りのなさいお父さん」という「退職シニア地域デビュー」フォーラムに、勇気を以て参加された先輩諸兄6人が、栗東市内にも退職シニアのための「居場所」を作ろうと奮起され、9月から数回の検討会が開かれました。

そしてその年の年末までに新規入会者も募り、初会合を開催する段取りとなりました。

2. 沿革

第1回総会に向けての準備（平成19年12月～平成20年6月）

平成19年12月、栗東市ボランティアセンターに於いて準備をされた先輩諸兄と新規入会希望者を含めた約20名により、仮称『おやじのたまり場』初会合が開催されました。自己紹介に続き、会の名称、所在地、運営方法、会則、行事の希望などが討議されました。

平成20年6月までの総会準備や活動（研修会・体験学習・料理教室・ウオーキング・ボランティア活動など）は、以降の事業の円滑な運営のための原型となりました。

なお、4月には活動の拠点をボランティアセンターから、なごやかセンターに移しました。

栗東ふあざ～ず倶楽部の誕生（平成20年6月）

なごやかセンターにおいて、第1回設立総会を開催し、会則を定めると共に名称を『栗東ふあざ～ず倶楽部』と命名し、所在地を「栗東市社会福祉協議会」内として、20名の会員で正式に発足しました。

発足後、広報月刊誌「RFC便り」や会員相互の口コミなどにより、新入会員の募集を行い、若干の増減はありましたが約20名強で推移しました。



その後、会員は団塊の世代が定年退職の時期を迎える頃から急増し、発足から6年を経過した平成25年度末には、会員数は発足時の2倍以上の44名となり、それ以降は、若干の出入りを繰り返しながら40～43名で推移しています。

会員の平均年齢は発足時の64歳から10年後の平成30年3月現在で73歳となりました。

なお、当倶楽部は、栗東市社会福祉協議会の正式な団体であり、栗東市で活動している男性シニアグループは、『栗東ふぁざ～ず倶楽部』のみなのです。

3. 活動の理念

『栗東ふぁざ～ず倶楽部』に所属する会員は、基本的には企業などを定年退職したメンバーで構成されています。その多くは団塊の世代です。会員は、在職中に修得した知識・技能・技術など高度なスキルと豊富な経験を有しています。しかも、在職中は企業の複雑な規則・規律・組織などに拘束され、責任感や人間関係においても習熟しています。だから新たに『栗東ふぁざ～ず倶楽部』で云々するまでもないのです。

個々の行動においても、決して背伸びする必要もなく、ご自身の出来る範囲で、個々の目的に向かって、自由に行動すれば良いのです。

従って、活動の基本理念は、単純・明確！

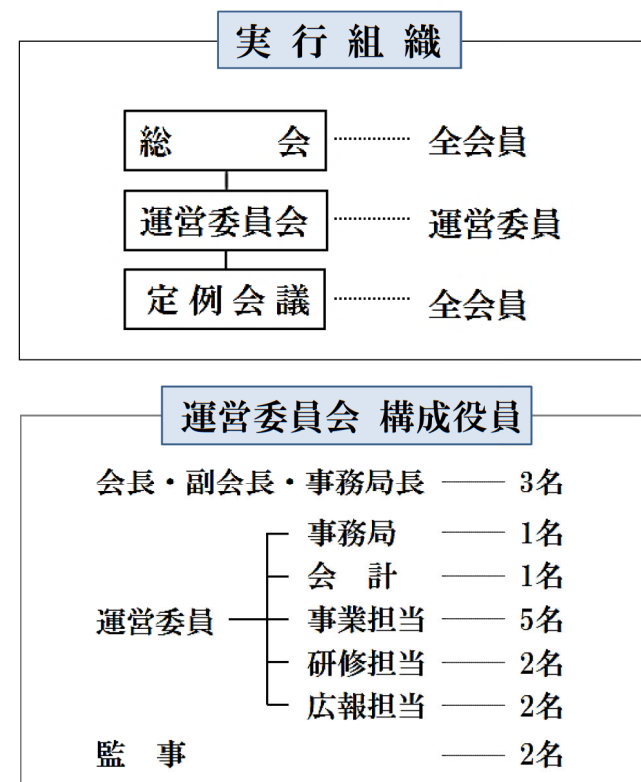
“健康で” “楽しく” “学び” そして “地域社会に貢献”

する事で ‘生きがいを作る’ ことなのです。



4. 組織

『栗東ふぁざ～ず倶楽部』の会員は善良な良識を持ち合わせています。そのため組織も単純明解にしています。



《定例会議》

名 称	対象者	内 容	頻 度
年次総会	会員	過年度の活動結果報告と決算承認 本年度の活動計画と予算案の承認	毎年 5月 定例会議 に合わせ実施
運営委員会	運営委員	年間、月間活動計画、予算案の策定 他	毎月 第 2月曜日
定例会議	会員	活動結果と予定報告、活動案の承認、要望	毎月 第 4土曜日

5. 運 営 (活動の概要)

『栗東ふぁざ〜ず倶楽部』の基本的な運営形態は、会員相互の話し合いによる“わいわい、がやがや”を基本にしています。

年初に年間活動計画を定め、それに則って運営委員会で具体的な企画を立案し実施しています。

運営資金は、「年会費」「参加費」「助成金」「事業収入」などで補っており、会数が40数名の直近5年間の支出平均額は、約220千円/年となっています。

研修活動		・料理教室、健康講座、環境・歴史・文化講座、市出前講座、館外研修 会員発表会等
事業活動	各種スポーツ	・ウォーキング、グラウンドゴルフ、スローイングビンゴ、ボウリング等 ・各種外部団体主催のスポーツ大会参加
	地域貢献ボランティア	・栗東市社会福祉協議会 老人福祉センター「やすらぎの家」 ・喫茶コーナー手伝い、紙芝居等芸能公演、映写会、イベント手伝い等 ・地域サロン、敬老会などへの出前芸能公演等
		・金勝寺遊歩道普請、泣き地蔵への進入道整備事業とメンテナンス
		・赤い羽根共同募金活動、済生会病院災害訓練、東海道ほっこり祭りイベント ・なごやかボランティア祭り喫茶コーナー、栗東市災害ボランティア訓練
	交流会	・夏季交流会(宿泊) - - パーベキュー、グラウンドゴルフ、ウォーキング ・冬季交流会(日帰) - グラウンドゴルフ

《同好会活動》

- ・趣味等同じくする仲間と同好会を結成し活動しています。

現在、「ゴルフ同好会」、「山歩の会」、「四季の会」、「園芸を愛する会」があります。

《情報の共有化》

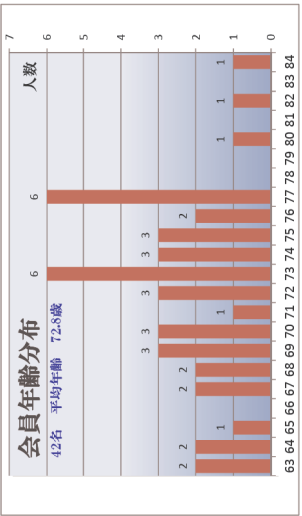
- ・会議のAGENDAや議事録等を全対象者に都度送付しています。(by Eメール、FAX、郵送)
- ・毎月「栗東ふぁざ〜ず倶楽部便り」を発行して、当月の活動状況と次月及び翌々月の活動計画を案内しています。
- ・会員が活動写真等の閲覧が出来るよう実施しています。(月々 - by Eメール、年間 - DVD)

《栗東市ボランティア活動登録状況》

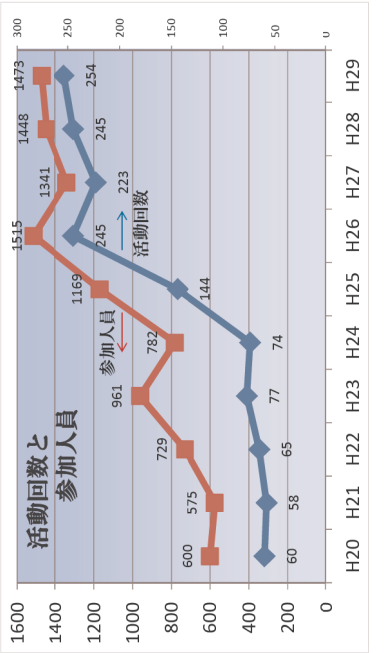
- ・栗東市ボランティア活動団体登録
- ・栗東市災害ボランティア登録
- ・栗東市いきいき活動ポイント登録

6. 各年活動統計と会員年齢構成

活動		年度	平成19年 4か月間	1年目 20年度	2 21年度	3 22年度	4 23年度	5 24年度	6 25年度	7 26年度	8 27年度	9 28年度	10 29年度
運営委員会	回数			14	12	12	12	12	12	12	12	12	12
	参加人員	— 発足会	(107)	(91)	(92)	(92)	(90)	(87)	(121)	(125)	(131)	(125)	
定例会議	回数		1	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
	参加人員		(19)	(161)	(146)	(175)	(161)	(188)	(252)	(305)	(294)	(274)	(293)
研修活動	回数		3	11	11	14	13	15	14	15	12	15	22
	参加人員		(41)	(143)	(148)	(199)	(152)	(195)	(252)	(289)	(223)	(265)	(295)
事業活動	各種		3	13	13	16	20	17	15	15	15	14	13
	スポーツ		(26)	(111)	(131)	(196)	(202)	(177)	(192)	(196)	(182)	(159)	(149)
	ボランティア		6	6	8	9	19	16	89	189	170	190	193
	交流会		(39)	(40)	(31)	(43)	(130)	(101)	(350)	(560)	(477)	(581)	(562)
合計	回数		1	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2
	参加人員		(13)	(38)	(28)	(24)	(16)	(31)	(36)	(44)	(40)	(38)	(35)
平均活動数	回数		14	60	58	65	77	74	144	245	223	245	254
	参加人員		(138)	(600)	(575)	(729)	(961)	(782)	(1169)	(1515)	(1341)	(1448)	(1473)
平均活動数		回/月	3.5	5.0	4.8	5.4	6.4	6.2	12.0	20.4	18.6	20.4	21.2



発足時(20年)の20名 平均年齢 63.7才(54~72才)
10年後(30年3月31日)の42名 平均年齢 72.8才(63~84才)



7. 各年度別活動

平成20年度(平成19年含む)事業

1年目 2008

活動内容		実施日	実施場所	参加者数
運営委員会	H19.9 設立検討(準備)初代会	14回	なごやかセンター	107
例会 (総会含む)			なごやかセンター	161
発足会	H19.12 栗東ふあぎ〜ず倶楽部発足	6/21	なごやかセンター	19
事業	ウォーキング	下見体験	栗東地区	6
		旧東海道、安養寺、文化財センター	栗東市内	11
		新緑の太神山にチャレンジ	湖南アルプス	6
		栗東八景を歩く	辻、旧東海道	6
		金勝寺・竜王山・ほか	金勝山周辺	6
		狛坂磨崖仏を訪ねて	湖南アルプス	6
		栗東の古墳めぐり	柿山古墳ほか	12
	スポーツ	スリータッチボール講座	栗東市役所	8
		練習・栗東大会		13
		グラウンドゴルフ	野洲川河川敷	10
		サイクリング	琵琶湖湖岸	12
	料理教室	蕎麦打ち教室	東坂教室	9
		男の料理教室 No1	なごやかセンター	10
		No2		10
		No3		12
業	ボランティア	蕎麦刈り収穫祭	東坂地区	10
		ボラセン駐車場白線引き	ボラセン	8
		蕎麦選別/山羊柵伐採	東坂地区	4
		桃源郷里山保全体験	井上地区	9
		牧場作り、椎茸菌打込み	東坂地区	8
		道の整備	金勝寺周辺	31
		県ガイド交流大会支援	さくら・市内各所	9
	交流会	交流忘年会	森遊館	13
		東坂地区と交流	東坂地区	6
		会員交流対話集会	なごやかセンター	12
		草津ボランティア交流会参加	草津サンホール	3
		会員交流会	あたか飯店	17
	(小計)	33回		267名
研	歴史探索	近江の道、栗東の道	なごやかセンター	14
		栗東八景	なごやかセンター	14
		金勝寺文化園		13
		埋蔵物栗東の歴史		13
		栗東の歴史		16
	室内体操	ストレッチ		15
	環境セミナー	栗東市の環境、エコドライブ		13
	救急救命	AEDの使い方など	ボラセン	12
	介護	車椅子の扱い方		6
		痴呆症健康講座		16
	裁判員制度	制度の説明会		15
	自転車	自転車の正しい乗り方		14
	議会傍聴	栗東市議会傍聴	栗東市役所	6
	市長と対話	市長のこころにちはトーク	なごやかセンター	17
	(小計)	14回		184名
総合計		74回		738名

平成20年度(平成19年含む)

2007~2008 ①

平成19年9月29日 第1回設立準備会合開催

平成20年6月21日 設立総会開催

なごやかセンターにおいて、会員15名の出席のもと、設立総会を開催し、会の名称を「栗東ふあぎ〜ず倶楽部」とし、「規約」などを決定した。なおその後市長を交え発足会が行われた。

金勝寺「震岩」への道整備

H20/11~H21/2月に5日間 延べ31名で金勝寺から「震岩」へ通じる階段50段を整備した。

帽子とバンダナを揃えた



第1回 男の料理教室



ノバ打ち体験



震岩



スリータッチボール大会



サイクリング



金勝ウォーキング



交流忘年



市長のこころにちはトーク

研修 認知

平成20年 国内の十大出来事

1. 中国ギョーザで中毒、中国産食品のトラブル相次ぐ
2. 福田首相が突然の退陣表明、後継は麻生首相
3. ノーベル物理学賞に南部、小林、益川氏、化学賞に下村氏
4. 北京五輪で日本は「金」19個、競泳北島選手ら連覇
5. 東京・秋葉原で無差別7人殺害
6. 後期高齢者医療制度スタート、保険料年金天引きに批判
7. 元厚生次官宅襲撃事件で3人死傷、出頭の無職男を逮捕
8. 東京株、バブル後最安値を記録
9. 岩手・宮城で震度6強、13人死亡
10. 洞爺湖サミット、温室効果ガス排出量半減の長期目標

2008年 海外の十大出来事

1. 米大統領選でオバマ氏勝利、米史上初の黒人大統領誕生
2. 中国・四川大地震発生、被災者1000万人超の大災害
3. 米証券大手リーマン破綻、米国発の金融危機が世界波及
4. 北京で五輪開催
5. NY原油、世界最高値147ドルを記録
6. ミャンマーでサイクロン被害、死者・行方不明者13万人超
7. インドの商都ムンバイで同時テロ、邦人1人含む195人死亡
8. チベットで大規模暴動
9. 北京五輪の聖火リレー、世界各地で混乱
10. インドネシアで鳥インフルエンザの死者100人超

平成21年度事業 2年目

2009

活 動 内 容			実施日	実施場所	参加者数
運営委員会			12回	なごやかセンター	91
例 会 (総会含む)			5月例会 新型コロナウイルスが流行のため中止	なごやかセンター	146
事業	ウォーキング	表参道からの金勝寺	4/19	金勝山	7
		安土織山方面連山歩き	12/6	猪子山～織山	6
		安土城下街を歩く	1/24	安土城址と城下町	9
	スポーツ	グラウンドゴルフ No1	6/7	野洲川河川敷	10
		〃 No2	11/8	〃	5
		ユニカル	7/12	市民体育館	10
		スリータッチボール	2/12	〃	9
		〃 栗東大会	2/21	〃	9
	料理教室	餅つき No1	5/11	シルバー人材センター	12
		〃 No2	3/27	観音寺地区	22
		男の料理教室 No4	9/19	なごやかセンター	10
	〃	〃 No5	1/6	〃	13
		つるし柿作り	10/24	〃	9
交流会	会員交流会	6/3, 11/28	吉太夫、森遊館	28	
ボランティア	共同募金	10/1	市内各地	5	
	目川ほっこり祭り	10/25	目川地区	9	
	老人クラブ連合会 ウォーキング	12/15	下戸山地区	5	
栗東市 災害ボランティア	養成講座参加 No1～4	7/26～9/26	なごやかセンター他		
	団体登録実施	10/末	栗東市	12	
(小計)			23回		190名
研修	歴史探索	拓本から見た栗東の歴史	10/24	なごやかセンター	14
		安土の歴史	1/23	〃	11
	健康講座	認知症	9/19	〃	10
		ストレッチ体操	2/20	〃	11
	食の安全	家庭菜園 夏野菜	4/25	〃	12
		食品包装について	7/25	〃	13
		家庭菜園 秋野菜	8/29	〃	15
	特技・趣味	紙芝居	7/25	〃	12
		竹細工	12/15	〃	12
		南京玉すだれ、手品	3/27	観音寺地区	23
市出前講座	栗東市の財政状況	6/27	なごやかセンター	15	
(小計)			11回		148名

平成21年度

2009 ②

Topics

「栗東市災害ボランティア養成講座」
団体登録メンバーに15名登録
以降栗東市の災害訓練に参加

「東海道ほっこり祭り」ボランティア
「昔あそび」を担当し以降毎年参加



ボランティア養成講座



グラウンドゴルフ



ほっこり祭り



安土ウォーキング



里山餅つき大会



男の料理教室



つるし柿作り



芸能披露



竹細工



ユニカル

平成21年 国内の十大出来事

1. 衆院選で民主圧勝、政権交代で鳩山内閣発足
2. 日本でも新型インフルエンザ流行
3. 「裁判員制度」スタート
4. 日本がWBC連覇
5. 酒井法子容疑者、覚せい剤所持で逮捕
6. 天皇陛下即位20年
7. 高速道「上限1000円」スタート
8. イチロー選手が大リーグ初9年連続200安打
9. 巨人が7年ぶり21度目の日本一
10. 「足利事件」菅家さん釈放、DNA鑑定に誤り

2009年 海外の十大出来事

1. 新型インフルエンザ大流行、世界で死者相次ぐ
2. オバマ大統領が就任
3. マイケル・ジャクソンさん急死
4. 米GM、クライスラーが相次ぎ破綻
5. ノーベル平和賞にオバマ大統領
6. 北朝鮮が弾道ミサイル発射
7. 韓国で射撃場火災、日本人客10人死亡
8. 中国新疆ウイグル自治区で暴動
9. 南太平洋、スマトラで地震相次ぐ
10. 世界陸上、ボルト選手が3冠

平成22年度事業 3年目

2010

活動内容		実施日	実施場所	参加者数
運営委員会		12回	なごやかセンター	92
例会	(総会含む)	12回	なごやかセンター	175
事業	ウォーキング	No 9 歴史の街「坂本散策」	5/16 西教寺、日吉大社他	14
		No10 歴史の街「彦根散策」	10/18 龍潭寺、佐和山城跡他	12
	スポーツ	グラウンドゴルフ No1	8/23 矢橋帰帆島	14
		〃 No2	12/5 野洲川河川公園	9
		〃 No3	12/5 金勝の里グラウンドゴルフ場	16
	ユニカル・スローイングビンゴ		7/2 市民体育館	11
	栗東ニューススポーツ大会		9/11 〃	4
	ジャパンスローイングビンゴ大会		10/31 JRATレセン体育館	9
	卓球		11/18 市民体育館	9
	スリータッチボール		12/7 〃	6
	栗東市 〃 大会		12/12 〃	9+1
	公式輪投げ・デスコ		2/16 〃	10
	料理教室	よもぎ採集	3/19 岡地区	12
		餅つき No3	3/26 歴史民俗博物館	14+20
		男の料理教室 No6	6/14 なごやかセンター	12
		〃 No7	1/22 〃	14
業	交流会	会員交流会	12/5 金勝 森遊館	17
		滋賀県退職シニア交流会	3/9 余呉町	7
	ボランティア	共同募金	10/1 市内各地	5
		目川ほっこり祭り	10/24 目川地区	8
		老人クラブ連合会 ウォーキング	5/20 葉山東地区	6
		〃 〃	9/30 金勝荒張地区	6
		〃 ニューススポーツ大会	7/16 市民体育館	3
	栗東市	養成講座参加 No1~4	7/25~9/18 なごやかセンター他	
	災害ボランティア	団体登録実施	計 4日 栗東市	15
	(小計)		27回	263名
研修	歴史講座	「山の動く会」の紙芝居等	10/23 なごやかセンター	14
		「大宮神社の古太刀」の話	1/22 〃	14
	健康講座	蘇生術(AED)	8/4 済生会病院	11
		認知症	10/15 〃	12
		メタボ対策	11/13 〃	8
		「なでしこ調理実習」	3/3 〃	8
	市出前講座	介護保険について	2/26 なごやかセンター	12
	特技・趣味	紙芝居・マジック・アコーディオン	3/26 歴史民俗博物館	13+20
	環境	廃油利用キャンドル作り	4/24 なごやかセンター	17
		環境「水」浄化施設見学	8/23 湖南中部浄化センター	15
修	その他	ロープの結び方	5/22 なごやかセンター	15
		写真の撮り方 No1	9/25 〃	14
		栗東トレーニングセンター見学	11/26 JRATレセン	11
		繊維について	12/18 なごやかセンター	15
	(小計)		14回	199名
総合計		65回		729名

平成22年度

2010 ③

Topics

「ジャパンスローイングビンゴ大会」
以降毎年参加



Jスローイングビンゴ大会

「第1回ふれあいニューススポーツ大会」
以降毎年参加



ディスク



公式輪投げ



卓球大会



旧中島小学校



キャンドル作り



坂本ウォーキング



浄化センター見学



トレセン見学



退職シニア交流会 in余呉



災害ボランティア訓練

平成22年 国内の十大出来事

1. 尖閣諸島沖で中国漁船と衝突、撮影ビデオ流出
2. ノーベル化学賞に鈴木氏・根岸氏
3. 宮崎で「口蹄疫」発生
4. 気象庁発表 113年間で最も暑い夏
5. 鳩山首相退陣、後継に菅副総理・財務相
6. 小惑星探査機「はやぶさ」帰還
7. 参院選で民主党大敗
8. 野球賭博関与で琴光喜ら解雇
9. 郵便不正事件の押収証拠改ざん、村木元局長の無罪確定
10. サッカーW杯、日本は決勝T進出



寅

2010年 海外の十大出来事

1. チリ鉱山落盤事故、「33人奇跡の救出」
2. 北朝鮮が韓国を砲撃
3. 上海万博開幕
4. ハイチ大地震、死者23万人
5. メキシコ湾で原油流出、史上最大の海洋汚染事故
6. 北朝鮮、金正恩氏が後継に確定
7. ノーベル平和賞に中国民主活動家の劉氏
8. 北の魚雷攻撃で韓国哨戒艦沈没
9. ミャンマーで20年振り総選挙、スー・チーさん解放

平成23年度事業 4年目

2011

活 動 内 容		実施日	実施場所	参加者数	
運営委員会		12回	なごやかセンター	92	
例 会 (総会含む)		12回	なごやかセンター	161	
事業	ウォーキング	No1 歴史探歩「小谷城跡」	4/18 実宰院、小谷城跡など	11	
		No12 歴史探歩「柏原の宿」	6/4 柏原宿	7	
		No13 歴史探歩「伏見」	10/5 寺田屋、伏見酒蔵など	12	
		No14 ウォーキング	11/23 希望ヶ丘文化公園	8	
	スポーツ	グラウンドゴルフ No4	5/15 野洲川河川敷	11	
		〃 No5	8/11 〃	8	
		〃 No6	10/27 〃	9	
		〃 No7	12/4 金勝の里グラウンドゴルフ場	16	
		ニュースポーツ	7/13 市民体育館	6	
		栗東市ニュースポーツ大会	7/31 〃	9	
		スローイングビンゴ	9/22 〃	8	
		ジャパンスローイングビンゴ大会	9/25 〃	7	
		スリータッチボール	12/7 〃	8	
		栗東市 〃 大会	12/11 〃	10	
		ボウリング	2/19 栗東ボウリングジム	13	
	料理教室	男の料理教室 No 8	4/23 なごやかセンター	13	
		〃 No 9	8/27 〃	10	
		〃 No10	11/26 〃	9	
		〃 No 11	2/25 〃	12	
	餅つき No4	3/24 歴史民俗博物館	15+2		
交流会	会員交流会	12/4 森遊館	16		
ボランティア	紙芝居・手品他	4/16, 5/21, 6/18, 7/16, 8/20, 9/17, 10/15, 11/19, 3/17	3回 歴史民俗博物館	20+65	
		共同募金	3回 〃	18+73	
		目川ほっこり祭り	10/1 市内各地	19+68	
		老人クラブ連合会ウォーキング	10/23 目川地区	4	
		〃	5/20 大宝、大宝西地区	6	
		老人ク連ニュースポーツ大会	9/30 岡地区	7	
		防災訓練患者ボランティア	7/16 市民体育館	4	
		〃	9/5 済生会病院	3	
		〃	9/5 済生会病院	9	
		災害ボランティア	養成講座参加 No1～4	2/25-3/24 なごやかセンター他	40
		団体3名追加登録実施(登録計18名)	4回		
	(小計)	40回		566名	
研修	歴史講座	「仏教、人・物の考え方」	6/25 なごやかセンター	19	
		「仏教について」	1/28 〃	14	
	健康講座	ケア体操	5/28 〃	15	
		放射能について	6/3 済生会病院	10	
		うつ病とストレスについて	9/20 〃	10	
		糖尿病について	11/5 〃	6	
		免疫力をつける「調理実習」	2/23 〃	6	
	特技・趣味	老人ク連手作り作品展	1/25 なごやかセンター	9	
		ハモニカ、よし笛	3/24 歴史民俗博物館	13	
	その他	サントリー工場見学	7/6 山崎ウイスキー、京都ビール	13	
		写真の撮り方 No2	7/23 なごやかセンター	15	
		知的財産について	9/24 〃	9	
		地域おこし実践事例発表	12/17 〃	13	
(小計)	13回		152名		
総 合 計		77回		961名	

平成23年度

2011 ④

Topics

歴史民俗博物館講座「かまどめしを炊こう!!」
旧中島家で1回/月 開催される講座で紙芝居
よし笛などの芸能を4月以降合計25回開催
した。



平成23年 国内の十大出来事

1. 東日本大震災、死者・不明者約2万人
2. サッカー「なでしこジャパン」世界一
3. 福島第一原発事故で深刻な被害
4. 大相撲で八百長発覚、春場所を中止に
5. 新首相に野田佳彦氏
6. スカイツリー「世界一」634メートルに到達
7. 大型台風上陸相次ぎ記録的被害
8. 大阪ダブル選、「都構想」で共闘の橋下氏が大阪市長、松井氏が府知事に初当選
9. テレビ放送が地デジに移行
10. 節電の夏、37年振り電力使用制限令



2011年 海外の十大出来事

1. タイで洪水被害、日系企業も大打撃
2. アルカイダ指導者ウサマ・ビン・ラ덴殺害
3. チュニジアで長期独裁政権が崩壊、エジプト、リビアにも「アラブの春」
4. ニューギランド地震で日本人28人を含む180人以上死亡
5. ユーロ危機深刻化、欧州各国へ波及
6. 中国高速鉄道で追突時、40人死亡
7. 米アップル社のスティーブ・ジョブズ会長が死去
8. 世界人口が70億人突破
9. 中国が日本を抜き世界第二の経済大国に
10. 英ウィリアム王子が結婚



平成24年度事業 5年目

2012

活 動 内 容		実施日	実施場所	参加者数	
運営委員会		12回	なごやかセンター	90	
例 会 (総会含む)		12回	なごやかセンター他	188	
事	ボランティア	紙芝居・手品他			
		4/14, 5/19, 6/16 ,	3回	歴史民俗博物館 旧中島家	17
		7/14, 8/18, 9/15,	3回	〃	18
		10/20, 11/17, 3/16	3回	〃	20
		畑作りボランティア	7/10	〃	6
		老人クラブ連合会ウォーキング	9/10	琵琶湖カントリー	9
		共同募金	10/1	スター安養寺店・辻店	2
		老人ク速ニューススポーツ大会	10/17	市民体育館	2
		防災訓練被災者ボランティア	10/20	済生会病院	6
		目川ほっこり祭り	10/28	目川地区	9
	市防災訓練(災害ボランティアセンター運営訓練)	9/1	大宝西小学校グラウンド	12	
ウオーキング	No15 歴史散歩「古戦場」	5/20	賤ヶ岳・余呉湖	11	
	N.16 ウオーキング「山のお花畑」	7/22	伊吹山	9	
	No17 歴史散歩「紅葉の坂本」	11/29	園城寺、日吉大社、西教寺	9	
各種スポーツ	グラウンドゴルフ No 8	4/15	野洲川運動公園	11	
	〃 No 9	6/17	〃	14	
	〃 No10	8/19	〃 (松林コース)	12	
	〃 No11	9/8	希望が丘公園 GG場	14	
	〃 No12	10/21	野洲川川田 GG場	10	
	〃 No13	12/9	金勝の里 GG場	12	
	ニューススポーツ	7/25	市民体育館	9	
	栗東市ニューススポーツ大会	7/29	〃	9	
	スローイングビンゴ	11/8	〃	8	
	ジャパンスローイングビンゴ大会	11/11	〃	9	
	卓球大会	1/20	〃	4	
	ボウリング	2/15	栗東ボウリングジム	20	
	スリータッチボール	2/20	市民体育館	7	
	栗東市スリータッチボール大会	2/24	〃	9	
交流会	会員交流会	9/8-9	希望が丘花緑公園	14	
	〃	12/9	森遊館	17	
(小計)		35回		309名	
研	歴史講座	「仏教伝来から法然まで」	4/21	小槻大社	15
		「仏像の見方について」	8/25	歴史民俗博物館	16
	健康講座	生活習慣病「糖尿病」について	11/10	済生会病院	4
	ボランティア講座	災害ボランティアについて	10/27	なごやかセンター	12
		福島のボランティア体験	12/22	〃	17
		ボランティア・市民活動いきいきサポート講座	1/10	〃	7
	その他講座	「エコライフ」の進め方	6/23	歴史民俗博物館	19
		近江の焼き物	9/29	なごやかセンター	15
		電気について	2/23	〃	19
		俳句について	3/23	〃	16
修	料理教室	男の料理教室 No12	5/25	治田東コミセン	9
		〃 No13	7/28	〃	11
		〃 No14	11/26	なごやかセンター	10
		〃 No15	1/26	治田東コミセン	11
		餅つき No4	3/23	歴史民俗博物館	14
(小計)		15回		195名	
総合計		74回		782名	

平成24年度

2012 ⑤

Topics

近江富士花緑公園「ふるさと館」1泊交流会
今年度より、BBQ、ウオーキングを兼ねて
て夏季宿泊交流会を実施した。



夏季交流会



伊吹山ウオーキング



賤ヶ岳ウオーキング



東海道ほっこり祭り



スローイングビンゴ大会



旧中島家 餅つき



グラウンドゴルフ



栗東市災害訓練



ニューススポーツ大会



夏季交流会

平成24年 国内の十大出来事

1. ノーベル生理学・医学賞に山中教授
2. 東京スカイツリー開業
3. ロンドン五輪、史上最多のメダル38個
4. 政権問う師走の衆院総選挙で自民党圧勝
5. 尖閣国有化で日中関係悪化
6. 金冠日食、932年ぶり広範囲観測
7. 中央道トンネルで崩落、9人死亡
8. 巨人が3年ぶり22度目の日本一
9. 地下鉄サリン事件で特別手配の菊池容疑者ら逮捕
オウム捜査終結へ
10. 兵庫県尼崎市のドラム缶遺体事件、連続遺体遺棄・
行方不明事件に発展



辰

2012年 海外の十大出来事

1. 米大統領選でオバマ氏が再選
2. 中国共産党総書記に習近平氏
3. 金正恩氏が朝鮮労働党第一書記に
4. 英エリザベス女王の即位60年で祝賀行事
5. ミャンマー議会補選でスー・チー氏当選
6. 露大統領にプーチン氏が当選
7. 大型ハリケーン「サンディ」、米で死者100人以上
8. シリア内戦が泥沼化
9. NASA無人探査機が火星に着陸
10. スペインがユーロ圏に金融支援要請、欧州の財政・金融危機

平成25年度事業 6年目

2013

活動内容		実施日	実施場所	参加者数
運営委員会		12回	なごやかセンター	87
例会 (総会含む)		12回	なごやかセンター他	252
事業	ボランティア	金勝寺遊歩道整備事業 6月～12月	金勝寺周辺	105
	喫茶ボランティア	11月～3月	やすらぎの家	128
	ボランティア祭り支援	3/7-8	なごやかセンター	24
	紙芝居・手品他	4月～11月	県民民俗博物館 旧中島家	46
	餅つき大会ボランティア	1/5	〃	21
	老人クラブ連合会ウォーキング先導	6/5	十里地区	7
	〃	9/12	治田東地区	7
	共同募金	10/1	フレンドマート、アヤハディオ	4
	防災訓練被災者ボランティア	10/27	済生会病院	8
	ウォーキング	No17 ウォーキング「新緑の古都」	南禅寺、哲学の道、銀閣寺	11
		No18 ウォーキング「洛北の山里」	鞍馬寺、貴船神社	7
		No19 ウォーキング「湖南二山」	長寿寺、常楽寺	11
	各種スポーツ	グラウンドゴルフ No14	栗東野洲川運動公園	19
		〃 No15	野洲川守山川田 GG場	10
		〃 No16	希望が丘公園 GG場	16
業		〃 No17	野洲川守山川田 GG場	16
		〃 No18	金勝の里 GG場	20
	ニュースポーツ	7/25	市民体育館	9
	栗東市ふれあいスポーツ大会	7/28	〃	9
	スローイングビンゴ	9/13	〃	9
	〃 ジャパン大会	9/29	〃	10
	〃	1/15	〃	12
	〃	3/11	〃	11
	ボウリング	2/12	栗東ボウリングジム	22
	交流会	会員交流会	希望が丘花緑公園	16
研修		〃	森遊館	20
	(小計)	106回		578名
	歴史講座	「金勝寺の歴史」	なごやかセンター	24
	健康講座	笑いヨガ、水素水の話	なごやかセンター	15
		健康塾「加齢に伴う聞こえ」	済生会病院	8
		「一人で家に死なない為に」	なごやかセンター	22
		太極拳	〃	24
	館外研修	環境センター	栗東市環境センター	18
		紙幣印刷局他	国立印刷局、キリンビール	17
	その他講座	街道を歩く	なごやかセンター	20
		百名山登山	〃	21
		滋賀の祭り	やすらぎの家	25
	料理教室	男の料理教室 No16	治田東コミセン	11
		〃 No17	〃	13
		〃 No18	〃	13
		〃 No19	〃	21
	(小計)	14回		252名
総合計		144回		1,169名

総合計

144回

1,169名

平成25年度

2013 ⑥

Topics

老人福祉センター「やすらぎの家」

喫茶コーナー 4日/週 開始



やすらぎの家 喫茶

金勝寺 第2次遊歩道作り

6～12月に10回に渡り実施



金勝寺道作り



湖南二山ウォーキング



市老連ふれあいウォーク先導



ボランティア祭り
コーヒーコーナー



環境センター見学



笑いヨガ



彦根国立印刷局見学



五百井神社
ウォーキング

平成25年 国内の十大出来事

1. 2020年夏季五輪・パラリンピックの開催地が東京に決定
2. 富士山が世界文化遺産に決定
3. 参院選で自民、公明両党が過半数獲得、ねじれ解消
4. 楽天が初の日本一
5. 長嶋茂雄氏と松井秀喜氏に国民栄誉賞
6. 伊豆大島で土石流災害、死者35人
7. 消費税8%への引き上げ決定
8. 楽天の田中投手が連勝の新記録
9. 安倍首相TPP交渉参加を表明
10. ホテルなどで食材偽装の発覚相次ぐ



巳

2013年 海外の十大出来事

1. 猛烈な台風がフィリピン直撃、死者行方不明約8000人
2. 英王子の妻キャサリン妃が男児出産
3. 露に隕石落下、1200人以上負傷
4. 中国共産党の習近平総書記を国家主席に選出
5. 中国で大気汚染による濃霧が過去50年で最多と判明
6. ローマ法王に初の南米出身枢機卿
7. サッチャー元英首相が死去
8. 米英紙報道で米当局の通信監視が発覚
9. オバマ大統領2期目のスタート
10. 米ボストンマラソンのテロで3人死亡

→ 五百井神社は、
撮影の3日後、台風18号の被害で壊滅した。

平成26年度事業 7年目

2014

活 動 内 容			実施日	実施場所	参加者数	
運営委員会			12回	なごやかセンター	121	
例 会 (総会含む)			12回	なごやかセンター他	305	
事業	ボランティア	泣き地藏進入道整備事業 4月～5月	3回	泣き地藏への道作り	25	
		金勝寺・泣き地藏遊歩メンテ 7,5月	2回	金勝寺、一ノ瀬林道付近	25	
		喫茶ボランティア 12～18回/月	170回	やすらぎの家	342	
		遊芸公演ボランティア 8月～	8回	やすらぎ芸能公演開始	24	
		なごやか祭り喫茶ボランティア	10/10-11	なごやかセンター	11	
		老人クラブ連合会ウォーキング先導	6/30	ジャパンエースゴルフ場	11	
		共同募金	10/30	辻、出庭地区	11	
		東海道ほっこり祭ボランティア	10/1	フレンドマート安養寺・小柿	5	
		防災訓練被災者ボランティア	10/26	目川・岡地区	15	
			10/18	済生会病院	11	
	ウォーキング	No.20 ウォーキング「鴨川桜ウォーク」	4/9	鴨川、半井の道、上賀茂神社	14	
		No.21 ウォーキング「湖西の山村」	7/16	堅田～和邇 山村社寺巡り	10	
		No.22 ウォーキング「津、関宿」	11/27	津市石山観音、関宿	11	
	業	各種スポーツ	グラウンドゴルフ No16	4/16	栗東野洲川運動公園	16
			” No17	6/11	野洲川守山川田 GG場	16
			” No18	9/6	希望が丘公園 GG場	22
			” No19	10/8	野洲川守山川田 GG場	14
” No20			12/7	金勝の里 GG場	20	
ニュースポーツ			7/24	市民体育館	9	
栗東市ふれあいスポーツ大会			7/27	”	9	
スローイングビンゴ			9/17	”	12	
” ジャパン大会			9/28	”	10	
”			1/21	”	8	
”			3/18	”	9	
ボウリング			2/12	栗東ボウリングジム	16	
交流会	会員交流会	9/6-7	希望が丘花緑公園	22		
	”	12/7	森遊館	22		
(小計)			206回		800名	
研	健康講座	健康塾「尿検査基礎知識」	5/31	済生会病院	6	
		” 「熱中症予防」	7/5	”	11	
		” 「転ばぬ先の知恵」	9/13	”	13	
		” 「感染症予防」	11/22	”	14	
	館外研修	滋賀県企業庁 吉川浄水場研修	4/16	野洲市吉川浄水場(水道用)	18	
	その他講座	市長トーク	6/28	なごやかセンター	28	
		里山元気会について	8/23	”	30	
		地球温暖化の自然界への影響	11/22	”	20	
		福島県での「菜の花プロジェクト」第2	12/20	”	27	
		冬の身近な節電の進め方	1/24	”	24	
		暮らしE講座「悪質商法について」	3/28	”	26	
修	料理教室	男の料理教室 No20	5/24	治田東コミセン	15	
		” No21	7/26	”	23	
		” No22	11/8	水口 里山元気村	15	
		” No23	2/28	治田東コミセン	19	
(小計)			15回		289名	
総合計			245回		1,515名	

平成26年度

2014 ⑦

Topics

芸能一座公演

老人福祉センター「やすらぎの家」にて1回/月継続実施



芸能一座公演

泣き地蔵への道作り

3回 延べ40名で整備
以後2～3回/年メンテナンス実施



市長と市民の対話



料理教室 蕎麦打ち



吉川浄水場見学



ボランティア祭り
コーヒークーオ



天山登山



鴨川桜ウォーキング

平成26年 国内の十大出来事

1. 御嶽山噴火で死者57人、行方不明者6人
2. 消費税8%スタート
3. ノーベル物理学賞に青色LEDを発明した中村修二氏ら3氏
4. 全米テニスで錦織圭が準優勝
5. 「アベノミクス」の評価を問う衆院選 与党大勝
6. 広島市北部の土砂災害で74人が死亡
7. STAP細胞論文に改ざんなど不正
8. ソチ五輪で日本は金1、銀4、銅3
9. 世界文化遺産に「富岡製紙場」
10. 高倉健さん死去

2014年 海外の十大出来事

1. エボラ出血熱でWHOが、緊急事態宣言
2. 韓国で旅客船「セウォル号」が沈没
3. ノーベル平和賞にパキスタンのマララさん
4. ウクライナでマレーシア航空機が墜落され298人死亡
5. ロシアが「クリミア共和国」を国家承認編入ウクライナ危機深刻化
6. 勢力を拡大する「イスラム国」に米軍がイラクで空爆開始
7. 米中間選挙でオバマ政権と民主党が大敗
8. 北京行きマレーシア航空機消息を絶つ
9. 香港で行政官選挙の民主化求めるデモ
10. 英北部スコットランドが住民投票で英残留を決定

Topics

同好会発足

ゴルフ同好会



山歩の会



己高山

伊吹山



芸能一座出前公演 大宝西小学校



研修 南比良百間堤



廿九丁石への道整備



ボウリング大会



花火大会雑踏警備



研修 電力自由化

平成27年 国内の十大出来事

1. ノーベル生理学・医学賞に大村智氏
物理学賞に梶田隆章氏
2. ラグビーW杯、日本は3勝の歴史的快挙
3. 「イスラム国」が日本人2人を拘束、殺害映像を公開
4. マイナンバー制度がスタート
5. 関東・東北豪雨、茨城などで8人死亡
6. 安全保障関連法が成立
7. 北陸新幹線、長野・金沢間が開業
8. 横浜市でマンション傾斜、基礎工事のデータ改ざん
9. TPP、日米など12か国で大筋合意
10. 東京五輪エンブレムを撤回、再公募



未

2015年 海外の十大出来事

1. パリで同時多発テロ、130人死亡「イスラム国」の犯行
2. ネパールで大地震、約9000人死亡
3. 米国とキューバが54年ぶり国交回復
4. 欧州でシリアからの難民が急増
5. ミャンマー総選挙でNLDが圧勝
6. 独フォルクスワーゲンが排ガス規制不正
7. 英国のウィリアム王子に長女誕生
8. 国際サッカー連盟(FIFA)で汚職疑惑
9. フランスの新聞社で銃撃テロ
10. ギリシャ総選挙で「反緊縮」政権が発足
ユーロ危機が深刻化

活 動 内 容			実施日	実施場所	参加者数
運営委員会			12回	なごやかセンター	125
例 会 (総会含む)			12回	なごやかセンター他	294
事	ボランティア	泣き地藏・29丁石進入道と金勝寺遊歩道整備事業	3回	日産リーフの森・道々林道付近、金勝寺	36
		喫茶ボランティア 7～15回/月	149回	やすらぎの家	297
		遊芸公演ボランティア 1回/月	12回	〃	86
		栗東市夏祭り花火大会雑踏警備	7/25	野洲川堤防出庭地区	10
		なごやか祭り喫茶ボランティア	10/10	なごやかセンター	16
		共同募金ボランティア (10/1、11/15)	2回	フレンドマート栗東、アハ栗東、ゆうあいの家	12
		東海道ほっこり祭ボランティア	10/25	目川・岡地区	12
		災害訓練被災者ボランティア	10/31	済生会病院	8
	ウォーキング	No23 ウォーキング「旧東海道ウォーク」	4/16	石部宿～草津追分	16
		No24 ウォーキング「金勝アルプス」	11/29	オランダ堰堤、狛坂磨崖仏、竜王山	6
No25 ウォーキング「湖東八日市・蒲生」		1/14	太郎坊さん他寺社初詣巡り	9	
業	各種スポーツ	グラウンドゴルフ No21	4/8	野洲川守山川田 GG場	14
		〃 No22	6/10	〃	13
		〃 No23	9/5	希望が丘公園 GG場	18
		〃 No24	10/14	野洲川守山川田 GG場	14
		〃 No25	12/6	金勝の里 GG場	25
		RFCふれあいスポーツ大会	7/2	市民体育館	9
		栗東市ふれあいスポーツ大会	7/26	〃	10
		スローイングビンゴ	9/18	〃	10
		〃 ジャパン大会	9/27	〃	10
		〃	1/29	〃	7
	〃	3/18	〃	7	
	ボウリング	2/24	栗東ボウリングジム	14	
	交流会	会員交流会	9/5-6	希望が丘花緑公園	17
		〃	12/6	森遊館	23
(小計)			187回		699名
研 <					

同好会発足

平成28年度事業 9年目

2016

平成28年度

2016 ⑨

活動内容		実施日	実施場所	参加者数
運営委員会		12回	なごやかセンター	131名
例会 (総会含む)		12回	なごやかセンター他	274名
事業	ボランティア	泣き地蔵進歩道と金勝寺遊歩道整備事業 (BBC取材含む) 5/16, 5/22, 7/4, 9/16	4回 日産リーフの森付近、金勝寺	64
	喫茶ボランティア	12~15回/月	159回 やすらぎの家	318
	芸能公演・映写ボランティア	1~2回/月	18回 出蔵芸能公演開始	126
	芸能公演ボランティア	5/13, 12/13, 1/15	3回 和中散本舗付近	21
	あかりの演出ボランティア		5/28 和中散本舗付近	6
	なごやか祭り喫茶ボランティア		10/8 なごやかセンター	19
	共同募金ボランティア	10/1, 11/13	2回 アルブラ栗東、ゆうあいの家	6
	東海道ほっこり祭ボランティア		10/23 目川地区 専光寺境内	12
	災害訓練被災者ボランティア		11/5 済生会病院	9
	ウォーキング	No.26 ウォーキング「京都桜ウォーク」	4/6 鴨川沿い上賀茂神社へ	8
業		No.27 ウォーキング「宇治ウォーク」	11/11 世界遺産のまち宇治へ	9
		No.28 ウォーキング「日野ウォーク」	2/17 日野町雛人形巡り	11
	各種スポーツ	グラウンドゴルフ No.26	4/13 野洲川守山川田 GG場	12
		" No.27	6/8 "	9
		" No.28	9/3 希望が丘公園 GG場	17
		" No.29	10/12 野洲川守山川田 GG場	13
		" No.30	12/4 金勝の里 GG場	19
	RFCふれあいスポーツ大会	7/7	市民体育館	7
	栗東市ふれあいスポーツ大会	7/24	"	9
	スローイングビンゴ	9/14	"	10
業		" ジャパン大会	9/21	11
		"	3/15	12
	ボウリング	1/25	栗東ボウリングジム	12
	交流会	会員交流会	9/3~4	17
		"	12/6 森遊館	21
		(小計)	206回	778名
研	健康講座	健康塾「ガンの痛みについて」	5/21 済生会病院	10
		" 「脳梗塞を知ろう」	6/18 "	16
		" 「転倒予防のコツ伝授」	10/15 "	11
		" 「心臓病予防運動法」	11/19 "	11
	館外研修	講演「地震にそなえて」、施設見学	4/19 滋賀県危機管理センター	15
	その他講座	市出前講座「マイナンバーについて」	5/28 治田東コミセン	25
		「サンヤレ踊りの復興」	9/24 "	22
		「桃源郷プロジェクトについて」	10/22 なごやかセンター	25
		公演「私と紙芝居」	12/24 プロ級紙芝居公演	26
		「近江八幡おやじ連を知る」	1/28 "	18
修		「百名山」	3/25 やすらぎの家	24
	料理教室	男の料理教室 No.28	5/28 治田東コミセン	13
		" No.29	7/23 なごやかセンター	17
		" No.30	11/18 水口 里山元気村	14
		" No.31 ハンガリー料理	2/25 治田東コミセン	18
		計	15回	265名
総計		245回		1,448名



泣き地蔵
BBC放送取材



泣き地蔵メンテナンス



やすらぎの家喫茶



研修 滋賀県危機管理センター



料理教室 ハンガリー料理



里山料理教室



芸能一座出前公演 中沢サロン



済生会病院
災害訓練ボランティア



研修 マイナンバー制度



ウォーキング 日野雛祭り



紙芝居模範公演

平成28年 国内の十大出来事

1. 熊本地震、死者50人
2. 東京都知事に小池百合子氏
3. リオ五輪、史上最多のメダル41個
4. 天皇陛下、退位のご意向を示唆
5. オバマ大統領が広島訪問
6. ノーベル生理学・医学賞に大隅良典氏
7. 北海道新幹線が開業
8. 相模原市の障害者施設で19人刺殺
9. 18歳選挙権施行
10. 「ポケモンGO」日本で配信開始



2016年 海外の十大出来事

1. 米大統領選でトランプ氏勝利
2. 英国民投票で「EU離脱」過半数
3. 韓国朴大統領、友人女性の国政介入疑惑で窮地に
4. ノーベル平和賞にボブ・ディラン氏
5. 「パナマ文書」公開で各国に波紋
6. オバマ大統領がキューバ訪問
7. 北朝鮮が初の「水爆実験」実施発表
8. ロシア 国主導でのドーピング認定
9. ミャンマー新政権発足、スーチー氏は事実上トップの国家顧問に就任
10. キューバのカストロ前議長死亡

片亀様をお招きして、紙芝居の公演をして頂きました。→これを機に、芸能一座員の話術が向上しました。

内 容		実施日	実施場所	参加者	
運営委員会		1回/月	なごやかセンター	125	
例 会 (総会含む)		1回/月	なごやかセンター他	293	
事業	ボランティア	泣き地蔵進入道と金勝寺遊歩道整備事業 5/1, 7/6, 9/4	3回	日産リーフの森付近、金勝寺	47
	喫茶ボランティア	12～15回/月	161回	やすらぎの家	323
	芸能公演ボランティア	1回/月	12回	〃	85
	映写会ボランティア		5回	〃	31
	芸能公演ボランティア		8回	荒張、葉山2、出庭、岡、小野、JA、介護者の会	44
	災害訓練被災者ボランティア		9/16	済生会病院	5
	共同募金ボランティア		10/1	田舎の元氣や、平和堂	2
	なごやか祭り喫茶ボランティア		10/7	なごやかセンター	13
	栗東秋祭り		11/11	日産リーフの森	12
	ウォーキング	No.29 ウォーキング「堅田ウオーク」	8/21	堅田「湖族の里」	10
		No.30 ウォーキング「安土ウオーク」	11/27	教林坊から石馬寺	10
		No.31 ウォーキング「観梅ウオーク」	3/19	叶匠寿庵	14
	各種スポーツ	グラウンドゴルフ No.31	4/12	野洲川守山川川 GG場	8
		〃 No.32	6/14	〃	7
	業		〃 No.33	9/2	栗東野洲川 GG場
		〃 No.34	11/1	野洲川守山川川 GG場	13
		〃 No.35	12/16	金勝の里 GG場	20
		栗東市ふれあいスポーツ大会	7/23	市民体育館	8
		JAPAN スローイングビンゴ	9/23	〃	12
		RFCスローイングビンゴ No.12	9/15	〃	10
		〃 No.13	3/21	〃	12
		ボウリング	1/24	栗東ボウリングジム	12
交流会		夏季会員交流会	9/2-3	希望が丘花緑公園	14
		冬季会員交流会	12/16	森遊館	21
(小計)		208回		746 名	
研修	健康講座	「脳卒中について」4/1、子宮頸がん5/13	2回	済生会病院	10
		「うつについて」5/20、「がんのリハビリ」7/1	2回	〃	10
		「脳卒中診断治療予防」12/2、「心疾患」12/16	2回	〃	13
		「消化器がん治療」1/13、「ロボット支援手術」2/3	2回	〃	9
		「消化器がん治療2」2/10、「認知症予防」3/17	2回	〃	17
	館外研修	「滋賀県平和祈念館」見学	7/27	東近江市	16
		「アケア琵琶」見学	3/19	南郷洗い堰	14
	その他講座	市出前講座「栗東の縄文時代から弥生時代」	5/27	治田東コミセン	30
		「地球温暖化の適応策を皆で考えよ」	9/30	〃	24
		「やすらぎの家の概要説明」	10/28	なごやかセンター	21
		「鹿児島について」	12/23	〃	26
		「ケア体操」	1/27	〃	27
		「地域防災講演会」	3/9	〃	7
		「再生可能エネルギーについて」	3/24	やすらぎの家	26
	料理教室	男の料理教室 No.32	5/27	治田東コミセン	16
	男の料理教室 No.33	7/22	なごやかセンター	14	
	男の料理教室 No.34	11/24	水口 里山元氣村	11	
	男の料理教室 No.35 ペルー料理	2/24	治田東コミセン	18	
(小計)		22回		309 名	
総合計		254回	(月平均21.08回、1回 5.8人)	1473名	



芸能一座の出前公演依頼が増えてきました。

平成29年 国内の十大出来事

1. 14歳棋士、藤井4段が29連勝の新記録
2. 天皇退位特例法が成立。2019年4月末退位、5月改元へ
3. 横綱日馬富士が暴行問題で引退
4. 秋篠宮眞子さま婚約内定
5. 衆議院選で自民圧勝。突然の解散で民進分裂、立憲民主が野党第1党に
6. 陸上100m桐生、日本人初の9秒台
7. 神奈川・座間のアパートで切断9遺体
8. 上野動物園でパンダ誕生
9. 「森友」「加計」問題などで内閣支持率急落
10. 稀勢の里が第72代横綱に

2017年 海外の十大出来事

1. トランプ米大統領が就任
2. 北朝鮮が6回目の核実験。弾道ミサイルも相次ぎ発射
3. 金正男氏、マレーシアの空港で殺害
4. ノーベル文学賞にカズオ・イシグロ氏
5. 韓国・朴大統領の罷免決定
6. 仏大統領にマクロン氏。最年少39歳
7. 英政府がEU離脱を正式通知
8. ミラズベガスで銃乱射、58人死亡
9. トランプ氏が「パリ協定」離脱表明
10. メキシコ地震、死者369人

8. 活動に寄せて/寄稿文

「金勝寺の遊歩道（六根清浄散策づくりに）」について

栗 東ふあぎ～ず倶楽部の結成十周年、お祝い申し上げます。この十年間順調な発展を遂げられ、「仲間づくり」と「地域貢献」の理念に基づいて、多種多様な活動を続けてこれ、現在では、多くの会員を擁し、確固たる基盤を築いておりますことに深く敬意を表するものであります。

平成二十五年三月に「琵琶湖森林づくり県民税（県民参加里山づくり事業）」と「フォーラム栗東」の「ふるさとりっとう応援寄付金」を活用して、金勝寺公衆便所新築及び周辺整備事業が実施されました。

この周辺整備事業の一環として、同年十二月に、貴倶楽部活動として、新築便所の東側の金勝寺南谷坊舎旧蹟にある「東海道名所図絵（浮世絵）」に描かれている「金勝寺震岩（ゆるぎいし）」や樹齢八百年の大杉、室町時代に近江の浄土教団の中心寺院「阿弥陀寺」開基の隆堯（りゅうぎょう）法印供養塔などを巡る遊歩道を整備していただきました。

そして、この遊歩道を仏教用語の「六根清浄散策路」と命名させていただきました。

金勝寺住職 勝山圓昭



樹木の根が、下界の養分を吸収して枝葉を成長させる力を持っているように、人間は六つの感覚器官（眼・耳・鼻・舌・身・意）の六根を通じて下界の対象をとらえ、経験を積み重ね、人格を形成して成長していきます。

したがって六根は、人間生活を基礎づけるものです。

人間は、日常生活を限りなく清らかに過ごすことは、はなはだ困難です。

どうしても、いやなことを聞いたり、考えたりもしてしまいます。これを積み重ねていると、次第に六根に汚れが溜まってくるのを避けられません。

六根が汚れに染まると、なかなか落としにくくなるので、清めることが「六根清浄」の意味です。

貴倶楽部の会員の方々の持つておられる可能性を、なお一層実現され活躍されることにより、栗東ふあぎ～ず倶楽部のますますのご繁栄と会員皆様のご健勝とご多幸をお祈りいたします。

「金勝寺道作り」ボランティア活動

第1次 震岩への遊歩道作り

2008.11～2009.2にかけて、全5日 延べ31名
2か所 43段の階段と道の普請

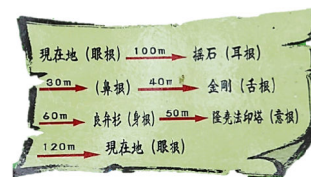


第2次 良弁杉と隆堯法印供養塔を巡る周回遊歩道作り

2013.6～2013.12にかけて、全9日 延べ101名
18か所 112段の階段と6か所の橋と道の普請

その後のメンテナンス

毎年2～3回/年 春・秋の季節臨時バス運行に先立ち階段の更新 道の手入れなどを実施 これまで11回実施



六根清浄散策路



東海道名所図會 卷二より

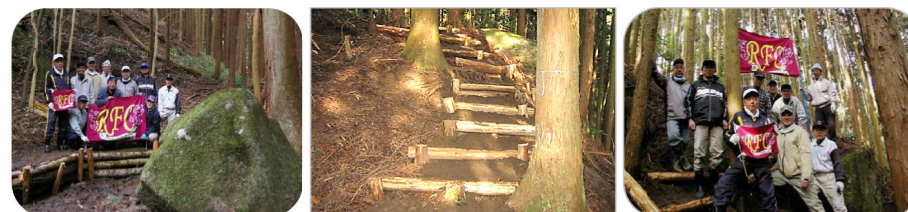


第1次「震岩」への遊歩道作り

良弁杉の上の道を通って、震岩に通じる階段を作りました。
これによって、震岩を周回する散策路が出来あがりました。



完成



第2次「良弁杉」と「隆堯法印供養塔」 を巡る周回遊歩道整備

第1次の遊歩道整備と併せて、震岩 ⇄ 良弁杉 ⇄ 供養塔
⇄ 駐車場を巡る 400mの「六根清浄散策路」が完成しました。

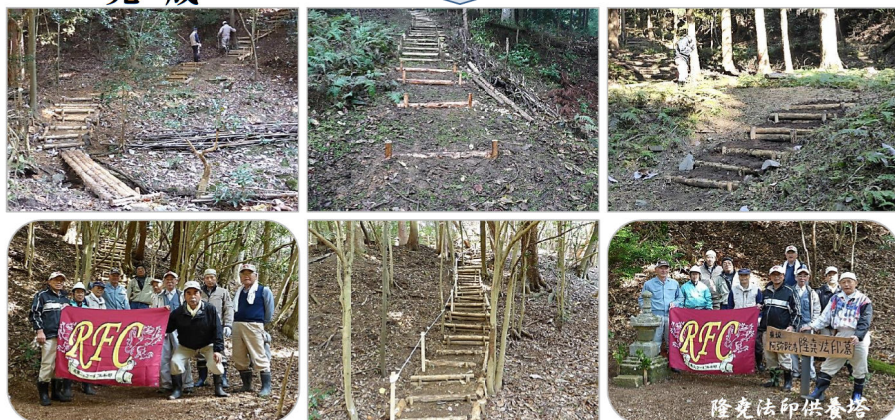
整備前



整備中



完成



栗東ふあざ〜ず倶楽部創立十周年に寄せて

栗東市社会福祉協議会 老人福祉センター やすらぎの家所長 清 優子

この度は、ふあざ〜ず倶楽部創立十周年を迎えられたことを心よりお祝い申し上げます。

私共、やすらぎの家とふあざ〜ずさんとのご縁は、今から約五年前に始まりました。当初、やすらぎの家に立ち上げた、喫茶コーナーのお手伝いをお願い致したく、あつかましくも皆様が集まっておられる例会におじゃまさせて頂きました。

その結果、一日にお二人ずつのお手伝いに来て下さる事となり、職員一同、本当に感謝致しております。はじめは戸惑っておられたご利用の方々も、今ではふあざ〜ずさんの姿が見えないと「あれ、今日は赤いエプロンのおじさんは？」と淋しがられるほどです。また、この喫茶のご縁から、運動会や祭り等も積極的にお手伝いして下さい、今のやすらぎの家

にとって、ふあざ〜ずさんは、なくてはならない存在となりました。また、二年程前から、個々の持つおられる特技を生かした紙芝居や音楽、映画、庭の手入れ等の幅広い活躍の場を提供して下さいしています。

ご利用の方を楽しませようと、常に新しい物にとり組み、努力しておられる姿に、我々職員は頭の下がる思いでいつも拝見しております。今ではすっかり顔なじみになられたご利用の方々は、ふあざ〜ずさんの紙芝居、音楽、映画、そして赤いエプロン姿を、いつも待っておられます。どうか今後も末長いおつき合いをよろしくお願い致します。

末筆ながら、栗東ふあざ〜ず倶楽部さんの一層のご活躍を祈念致しまして、お祝いの言葉とさせて頂きます。

「やすらぎの家」でのボランティア活動

1. 喫茶コーナー

平成 25 年 11 月より、メンバー 2 名交代で、
・ 4 日/週 12～14 時の間 喫茶コーナーを担当

2. 芸能一座公演

平成 26 年 8 月より、芸能一座を結成し
・ 1 回/月 10:30～11:30 の間 遊芸を披露

3. 映写会

平成 28 年 4 月より、映写会を
・ 1 回/2 ヶ月 10:30～11:30 の間 実施

4. 各種イベント支援

5. 庭の手入れ(同好会)

平成 29 年 6 月より、庭の手入れを 6～7 回/年 10 時～実施



喫茶コーナー

4日/週 昼から2時間 コーヒー等の飲料、アイスクリームの提供
のお手伝いと皆さんの話し相手をしています。



公演会 (遊芸披露、映写会)

1日/月 昼前の1時間 会員の特技を生かし、電子紙芝居、ギター、ハモニカ、よし笛、ウクレレの演奏やマジックの披露と映写会をしています。



イベント支援

やすらぎの家が開催する桜祭り、運動会
などのイベントのお手伝いをしています。



庭の手入れ

園芸を愛する会(同好会)が、庭や垣根等
の手入れをしています。



ここで「芸能一座」の紹介

現在の「芸能一座」は、2011年4月から「宿かり」で始めた紙芝居が前身
となっています。

当時、歴史民俗博物館主催の旧中島家で開催されていた「かまど飯を炊こう」イベントの後に15分程度行っていました。

そして、2014年8月に会場を『やすらぎの家』に移し、内容も一新し今日の「芸能一座」として再出発したのです。

一座は、紙芝居に加えてギター、ハモニカ、ウクレレ、よし笛、マジックなどの会員の特技を加えることで、視聴されている全員の歌声を誘いバラエティに富んだ演し物となりました。

やすらぎの家での1回/月の定期公演を中心にして、口コミの評判で地域サロン、老人会などからの公演依頼も引き受けるようになりました。

出前公演は、色々な地域のことを知るきっかけとなり、当倶楽部を外部に発信する良い機会で座員一同の励みとなっています。

前身の「かまど飯炊き」紙芝居 於：旧中島家



初期の「芸能一座」公演 於：やすらぎ家



当初、座敷大広間で公演しましたが、紙芝居の画面が遠くて良くみえないことから、紙芝居の雰囲気壊さない様に工夫しながら「電子紙芝居」化して、プロジェクターで拡大し遠くからでも見えるように改善しました。

現在の公演 於：やすらぎの家



合唱も歌詞をプロジェクターで拡大して、画面を見て歌えるようにしました。

「電子紙芝居」の紹介

レイカディア大学出身の会員が制作したオリジナル紙芝居、市販の紙芝居、ネット上の電子絵本を編集したものなど、合計90話を「電子紙芝居」にしています。なお、電子化に際しては著作権者から二次使用の許可を頂いています。

オリジナル及び市販の紙芝居 46話



電子絵本を編集した紙芝居 44話



「電子紙芝居」のジャンルは、昔話、民話、童話、股旅物、落語など多岐にわたっています。出前公演の要望に応じて対応可能です。

『栗東ふあざ〜ず倶楽部』

10周年おめでとうございます。

総合スポーツ応援団 ビッグ・スポーツ 中野忠司

もう10年になるんですね。ビッグ・スポーツに金澤さんにお越しいただいた時から、お付き合いが始まりました。ニュースポーツへの取り組みに賛同いただき、「スローイングビンゴ」、「スリータッチボール」など大会に参加いただき、倶楽部の活動の一端に揭げていただきました。

私は、皆さんが気持ちはまだまだ元気な若者なのに、何故か身体が着いて行っていない様子を皆で笑顔で讃えているようすが大好きです。

私にとっては、倶楽部の活動の一端しか見られていないのかも知れませんが、倶楽部の地域貢献の活動をいろんな冊子、紙面で見ると皆さまの頑張りに拍手をおくっています。

最近では、メンバーの皆様の顔ぶれが一層広く大きくなったように感じています。同じ思いの皆さんが集い、地域貢献、セカンドライフのやりがいに取り組んでおられるのを見るにつけ羨ましく思っています。

「ニュースポーツ」や健康志向への取り組みについては、積極的にお手伝いしたいと思っています。何なりとお声掛けください。

今後も『栗東ふあざ〜ず倶楽部』の応援団として支援させていただきます。『栗東ふあざ〜ず倶楽部』の益々のご活躍をご祈念いたします。

最後になりますが、私もリタイアした後は、是非一緒に来ますように…。



中野様には、立ち上げ初期の頃に ニュースポーツ「ユニカール」、「スリータッチ」などの紹介と競技指導をお願いし、会員の親睦を深めることに協力して頂きました。又、「栗東ふあざ〜ず倶楽部」のシンボル帽子の製作でもお世話になりました。その後も、栗東市スポーツ指導員として活躍されているなかで、当倶楽部の市主催のスポーツ大会出場のための情報提供をして頂くなど長くお世話になっています。



ユニカール



スリータッチボール





「泣き地蔵」への道づくりについて

栗東市役所 商工観光課

主 要地方道栗東信楽線（県道 12 号）を栗東側から信楽方面へ上り、金勝山県民の森（第 26 回全国植樹祭会場跡地、愛称：滋賀日産リーフの森）手前の一ノ瀬林道脇の山の中にひっそりとたたずむ「泣き地蔵」。江戸末期、このあたりが道中の難所であり、泣きながら金勝寺に参拝したというのが名前の謂われて、僧侶が通行人の安全祈願のために刻んだ石仏と伝えられています。

林道から泣き地蔵へと通じる道は、以前旧道が交差していたそうですが、近年は草や笹が生い茂り、非常にわかりにくい状態となっていました。

この泣き地蔵にスポットをあて、その存在を多くの人に知ってもらいたいとの思いから、栗東ふあざ〜ず倶楽部様による「泣き

地蔵」への道づくり」がスタートしました。

入念な下見や打ち合わせを経て、平成 26 年 4～6 月にかけて、草の刈り取りをはじめ、間伐材の皮剥ぎから杭に加工して階段を設置するなどの作業を進められた結果、緩やかな旧ルート及び階段を利用した近道ルートの 2 ルートが整備されました。また、引き続きメンテナンス（草刈り）を行っていただいていることにより、立ち寄りやすい状態が保たれています。

現在、泣き地蔵前には栗東市観光物産協会事業として運行している「こんぜめぐりちゃんバス」の停留所を設置しており、まちの地域資源として、年間を通じ、金勝山登山や参拝、観光で訪れる方に広く親しまれています。

栗東市の文化財「泣き地蔵」が埋もれた状態にあることを知り、当倶楽部から栗東市に「泣き地蔵」へアクセスできる道作りを提案し、林道の駐車場付近から崖を下る階段を普請しました。

「泣き地蔵」への道作りボランティア活動

1. 栗東市役所商工観光課と 3 回の打合せと現地下見

2. 「泣き地蔵」へのアクセス道の新設と整備

2014 年 4～5 月にかけて、全 3 日 延べ 40 名

- 1) 林道駐車場付近から崖下へ下りる階段 25 段を普請
- 2) 旧進入道と、崖下広場から地蔵に至る道の復旧整備

その後のメンテナンス

毎年 2～3 回/年 春・秋の季節臨時バス運行に先立ち、道の除草、階段の手入れなどを実施 過去 11 回実施



高さ2.8m、幅4.4mの花崗岩に阿弥陀・釈迦・薬師の3体の如来像が厚彫りされた磨崖仏です。

元治二 丑年 建立之

真海 性隋

と彫刻されています。

注）元治二年は、明治になる3年前の1865年の江戸終末期

最初の状態



作業状態



完成しました。

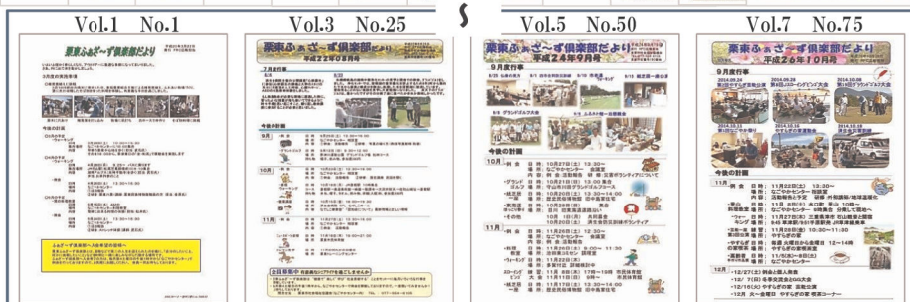


9. 情報の共有化 (広報紙などの発行)

平成20年 (2008) Vol.1/No.1~5



平成21年 (2009) Vol.2/No.6~17



Vol.9 No.100



- ・毎月「栗東ふぁざ〜ず倶楽部便り」を発行して、当月の活動状況と次月と翌々月の活動計画を案内しています。
- ・毎年「20**年の活動」をDVDで発行・配布し、その年の例会、運営会議の議事録、倶楽部便り、行事のスナップ写真などを総合的に閲覧できるようにしています。

平成29~30年 (2017~2018) Vol.10~11/No.89~110



10. 継続実施している活動 (スポットは含まない)

		活動・行事名	開始年月	頻度	実施回数
自主企画	継続	ウォーキング	2008.04	3~4回/年	33
		グラウンドゴルフ大会	2008.12	3~4	35
		rfcスローイングビンゴ大会	2013.09	2~3	13
		男の料理教室	2008.05	3~4	35
		rfcニュースポーツ	2010.02	1	7
		ボウリング大会	2011.02	1	7
		夏季交流会 (1泊)	2012.09	1	6
		冬季交流会	2008.12	1	10
	過去	餅つき大会	2009.05	1	5
		卓球大会	2010.01	1	2
他企画 参加	継続	ジャパンスローイングビンゴ大会	2010.10	1	8
		ふれあいニュースポーツ大会	2010.09	1	8
		済生会病院健康講座	2010.08	適時	29
	過去	スリータッチボール大会	2009.02	1	4
ボラン ティア	継続	金勝寺遊歩道整備 & メンテ	2008.11	3回/年	26
		泣き地蔵道整備 & メンテ	2014.05	3回/年	14
		やすらぎの家 芸能公演	2014.08	1回/月	44
		やすらぎの家 映画会	2016.04	0.5回/月	12
		やすらぎの家 喫茶	2013.11	4日/週	704
		出前芸能公演	2016.01	適時	12
		東海道ほっこり祭り	2009.10	1	9
		社協福祉大会、ボランティアなごやか祭り	2013.03	1	5
		済生会病院災害ボランティア	2011.09	1	7
		赤い羽根共同募金	2009.10	1	9
		市老人連合会ウォーキング先導	2011.05	適時	
		栗東市災害ボランティア		適時	
同好会	継続	歴民かまど飯炊き紙芝居	2011.04	1回/月	25
		ゴルフ同好会	2016.08		8
		山歩の会	2015.04	10回/年	23
		四季の会	2017.08	4回/年	6
		園芸を愛する会	2017.06	適時	4

※頻度1は1回/年

11. ウォーキング一覽

第1回 平成20年(2008).4～第33回 平成30(2018).3

第1回	2008.4.28 太神山 	2009.12.6 北向き観音、叡山 	2011.10.5 伏見酒蔵、寺田や 
	2008.06.01 新善光寺、日向山他 	2010.1.24 安土、浄厳院、安土城 	2011.11.23 希望が丘紅葉狩り 
	2008.9.14 竜王山、金勝寺 	2010.5.16 湖西(西教寺、日吉大社) 	2012.5.20 賤ヶ岳、余呉湖 
	2008.11.29 狛坂磨崖仏 	2010.10.18 彦根、佐和山 	2012.7.22 伊吹山 
	2009.3.15 栗東市の古墳巡り 	2011.4.18 小谷城址 	2012.11.29 湖西(三井寺、日吉大社) 
	2009.4.19 小屋谷観音、こんぜの里 	2011.6.4 柏原宿、徳源院 	2013.5.16 京都(南禅寺、平安神宮) 

2013.7.26 鞍馬、貴船 	2015.4.16 石部宿から草津宿を歩く 	2017.8.21 堅田湖族の郷巡り 
2013.10.24 多賀大社、麒麟ビール 	2015.11.29 金勝山(狛坂磨崖仏、馬頭観音) 	2017.11.27 教林坊、石馬寺 紅葉 
2013.11.29 湖南二山(常楽寺、長寿寺) 	2016.1.14 東近江の寺社巡り 	2018.3.19 寿長生の郷、アクア琵琶 
2014.4.9 京都鴨川沿い花見 	2016.4.6 京都鴨川沿い花見 	市老連ウォーキング引率 ボランティア 
2014.7.16 湖西の山村神社巡り 	2016.11.11 宇治巡り、平等院 	小槻大社 
2014.11.27 閑谷、石山観音 	2017.2.17 日野雛祭り 	大宝神社 
		芦原観音寺 
		琵琶湖CC 
		五百井神社 
		他

12. 男の料理教室 調理一覧

第1回 平成20年(2008).5～第35回 平成30年(2018).2

第1回		・鶏のチーズ焼きあんかけ ・切り干しサラダ ・減塩味噌汁 講師 栗東市健康増進課
2		・煎り大豆/さつま芋ご飯 ・ぶり照焼/豚しゃぶしゃぶ ・秋茄子のごま3杯酢 ・栗蒸し羊羹 講師 掛谷壽香先生
3		・芋煮/しめ鯖の焼き付け ・雲丹入り卵焼き ・切り干し大根はり煮 ・蒸しカステラ 講師 掛谷壽香先生
4		・秋刀魚寿司 ・茎芋の油揚げの煮物 ・簡単な酒肴 講師 掛谷壽香先生
5		・ビタミン餃子 ・ブロッコリーのおかか和え ・トマトのふわたまスープ 講師 栗東市健康増進課 西出先生
6		・豚しゃぶと胡瓜の大蒜ソース ・トマトのナムル ・味噌汁 など 第6回より大川会員が講師を務める ↓
7		・串カツ ・茹でキャベツ ・牛乳野菜スープ ・吸い物
8		・親子どんぶり ・ササエドウトマトのサラダ ・かき玉汁 ・豆腐みたらし団子
9		・酢豚 ・トマトとレタスのスープ ・牛乳寒天のデザート
10		・ハンバーグ ・だいがく芋 ・粕汁
11		・白菜とクリームスパゲティ ・明太子スパゲティ ・いちごのフルーチェ
12		・八宝菜 ・餃子
13		・冷やし中華 ・杏仁豆腐
14		・栗ご飯、味噌汁 ・きんぴら牛蒡 ・茶わん蒸し、芋きんづば
15		・炊込みご飯 ・ぶり照焼、鳥から揚げ ・けんちん汁、茶わん蒸し
16		・焼き飯 ・キノコのすまし汁 ・トマトとパイナップルデザート
17		・巻き寿司 ・いなり寿司 ・すまし汁、桃
18		・肉じゃが ・鶏肉、こんにゃく、しめじのピリ辛炒め

19		・八宝菜 ・焼き餃子 ・茶わん蒸し
20		・ひすい豆ご飯 ・野菜のてんぷら ・味噌汁
21		・ソバ打ち →天ぷらそば 第1回里山教室
22		・芋煮 ・ピザ、竹パン 里山教室
23		・カレーライス ・クリームシチュー
24		・チラン寿司 ・茶わん蒸し
25		・冷麺 ・焼き餃子
26		・第2回里山教室 ・米粉のパン、ピザ ・豚汁風芋煮 里山教室
27		・ケチャップオムライス ・とろりんコーンすーぶ
28		・巻き寿司 ・いなり寿司 ・みたらし団子
29		・夏野菜のトマトソースパスタ ・にら餃子 第29回より中沢会員が講師を務める ↓
30		・第3回里山教室 ・じゃが芋ピザ ・豚汁風芋煮 ・焼き芋 里山教室
31		・ハンガリー料理 ・グヤーシュスープ ・じゃが芋の重ね焼き ・ココナツボール ・きゅうりサラダ ハンガリー料理
32		・キャベツと鶏肉のマヨポン炒め ・じゃが芋・ベーコンのコンソメスープ ・生わかめともやしのサラダ
33		・豚コマスタミナ丼 ・野菜と春雨の中華スープ ・海藻ねばねばサラダ
34		・第4回里山教室 ・じゃが芋ピザ ・豚汁風芋煮
35		・ペルー料理 ・アヒ・デ・ガジーナ(ペルーカレー) ・ソパ・ミヌータ(野菜とパスタのスープ) ペルーの家庭料理

その他
済生会病院
健康料理教室 2回



13. 研修・講座 第1回(2008.05)～第34回(2018.02)

研修・講座

平成19～20年度 (2007～2008)			12回
実施日	内 容	実施者 講師	
2008.01.26	救急救命講習	湖南消防署	
2008.02.23	裁判官制度説明会	大津地裁官吏官	
2008.04.26	東東八景	藤本 松岡孝義	
2008.07.13	スリーマッパ紹介・練習	ビッグスボーイ山野様	
2008.07.09	環境セミナー 東東市の身近な環境	東東市出前講座	
2008.12.06	信託ボランティア交流会	信託ボランティア連絡協議会	
2008.12.10	東東市議会傍聴	初日 個人質問傍聴	
2008.12.20	南東地区について	南東地区について	
2009.01.24	東東の歴史 地蔵物	東東文化財調査委員会 近藤様	
2009.02.21	市長のこころにちほトーク	国松市長他との対話	
2009.02.27	滋賀県ボランティア交流・東東大会		
2009.03.28	東東の歴史 遺跡から時代を学ぶ		
平成21年度 (2009)			3回
2009.06.27	東東市の財政状況	東東市出前講座	
2009.09.19	認知症について	掛谷 管理栄養士	
2009.10.21	拓本から見た東東の歴史	渡江様	
平成22年度 (2010)			11回
2010.07.25	災害ボランティア養成講座	N O 1～4の4回	
2010.08.04	東東市 AEDの扱い方	済生会病院 健康講座	
2010.08.23	成城センター見学	成城センター見学	
2010.09.25	空気の取り方 その1	済生会病院 健康講座	
2010.10.15	認知症について	済生会病院 健康講座	
2010.10.23	大規模災害など	山の動く会	
2010.11.13	メタボ対策について	済生会病院 健康講座	
2010.11.26	東東・トレーニングセンター見学	トレーニングセンター	
2011.02.28	本業傍聴について	東東市出前講座	
2011.03.03	管理栄養	済生会病院 健康講座	
2011.03.09	退職シニア交流会	余社にて	
平成23年度 (2011)			9回
2011.06.03	放射線について	済生会病院 健康講座	
2011.06.25	仏教 人・物の考え方	常光寺住職 水尾様	
2011.07.06	サントリー工場見学	山崎と京都工場	
2011.07.23	空気の取り方 その2	済生会病院 健康講座	
2011.09.20	スリムとつづり	済生会病院 健康講座	
2011.11.05	無敵戦について	済生会病院 健康講座	
2012.01.28	仏教について	宝善寺住職 松内様	
2012.02.23	管理栄養 免状力を付ける	済生会病院 健康講座	
2012.02.25	災害ボランティア養成講座	N O 1～4の4回	
平成24年度 (2012)			6回
2012.04.21	仏教伝承から法然まで	小瀬大社宮司 宇野様	
2012.06.23	エコライフの進め方	地産地消推進センター	
2012.11.10	仏教の見方	地産地消推進センター 花々様	
2012.11.10	無敵戦について	済生会病院 健康講座	
2012.10.27	災害ボランティアについて	東東市社会福祉協議会	
2013.01.20	ボランティア市民活動サポート講座	東東市社会福祉協議会	
平成25年度 (2013)			8回
2013.05.25	笑いヨガ	西村様他5名	
2013.06.29	金剛寺の歴史	金剛寺住職 駒山様	
2013.06.23	東東市環境センター見学	東東市環境センター	
2013.10.05	加齢に伴う前こま	済生会病院 健康講座	
2013.10.24	国分町見学	国分町見学	
2013.10.24	キリンビール	多賀工場	
2013.10.26	一人で家で死なないために	きつきクリニック 本郷院長	
2014.01.25	太極拳	近藤洋子様	
平成26年度 (2014)			9回
2014.04.16	野洲古川治水場見学		
2014.05.31	尿検査基礎知識	済生会病院 健康講座	
2014.06.28	野村市長こころにちほトーク		
2014.07.05	熱中症予防	済生会病院 健康講座	
2014.09.13	軽便の知恵	済生会病院 健康講座	
2014.11.22	地球温暖化防止活動推進 C 上佐様	済生会病院 健康講座	
2015.01.24	冬の身近な節電の進め方	地球温暖化防止活動推進 C アニコ様	
2015.03.28	避難所法について	消費生活センター 小林とも子様	
平成27年度 (2015)			5回
2015.04.22	山田良 命の水を訪ねて	地産地消推進センター 小林様	
2015.06.27	環境に優しい行動	東東市 環境政策課 小林様	
2015.10.03	脳卒中	済生会病院 健康講座	
2016.01.23	認知症について	公益財団法人東東市会 垣江様	
2016.03.11	もしもに備える地域防災・減災講座	受講報告 松井会員	
平成28年度 (2016)			8回
2016.04.19	滋賀県危機管理センター見学	滋賀県危機管理センター	
2016.05.11	ガンの痛み	済生会病院 健康講座	
2016.05.28	マイナンバー制度	東東市総務課	
2016.06.18	無敵戦	済生会病院 健康講座	
2016.10.15	転倒予防のコツ伝授	済生会病院 健康講座	
2016.11.19	心臓病予防運動法	済生会病院 健康講座	
2016.12.24	私と紙芝居 公演	埼玉県 片岡敬助様	
2017.01.28	近江八幡市おやじ会の紹介	おやじ連入江吉空様	
平成29年度 (2017)			16回
全10回	済生会病院 健康講座	済生会病院 健康講座	
4/1～3/17			
2017.05.27	東東の縄文時代から弥生時代	東東市出前講座 松村浩様	
2017.07.27	滋賀県平和祈念館見学	東東市出前講座	
2017.10.26	なやまの家運営協議会説明	なやまの家 武田様	
2018.03.09	地域防災講座	講師 後藤市功様	
2018.03.19	アフラ症見学	済生会病院 健康講座	
2018.03.24	再生可能エネルギーについて	講師 土佐洋志様	

会員発表

実施日	内 容	実施会員	7回
2008.03.22	近江の道・歴史の道	武石	
2008.05.24	ストレッチャ体験	武石	
2008.07.19	エコドライブ	小山	
2008.08.23	車椅子の扱い方	森下	
2008.09.27	楽しい自転車・乗り方	江崎	
2008.10.26	会員の自己紹介	南会出前者 12名	
2009.01.23	安土の歴史	武石	
			3回
2009.04.25	家庭菜園 夏野菜	西村正・森下	
2009.07.25	食品包装について	松下	
2009.08.29	家庭菜園 秋野菜	西村正・森下	
			5回
2010.04.24	廊下でキャンドル作り	西村正	
2010.05.20	ケア体操	松本	
2010.05.22	ローラの結び方	田中平	
2010.12.18	鎌倉について	西村正	
2011.01.22	大塚神社の古太刀	西村正	
			3回
2011.05.28	ケア体操	松本	
2011.09.24	知的財産権	松下	
2011.12.17	地蔵めぐり実地事例	井野内	
			4回
2012.09.29	近江の焼き物	園田	
2012.12.22	福島震災 菜の花 P J 1	中沢	
2013.02.23	能力(余裕)について	松下	
2013.05.23	俳句について	西村正	
			4回
2013.05.25	本素水の源	平田	
2013.08.24	近江の街道歩き	松本	
2013.12.31	百名山登頂記	武石	
2014.03.22	近江の祭り	西村久	
			2回
2014.08.23	里山元気にについて	井上	
2014.12.20	福島震災 菜の花 P J 2	中沢	
			3回
2015.08.25	高野神社由来とおこない行事	柴林 西村久	
2015.12.19	インドネシアについて	園田	
2016.03.26	電力自由化について	松下	
			3回
2016.09.24	サンヤレ祭りの復興	西村久	
2016.10.22	桃源郷プロジェクト	平田	
2017.03.25	百名山紹介	武石	
			3回
2017.09.30	地球温暖化の適応策を皆で考えよう	井上	
2017.12.23	鹿児島について 郷土紹介	松井	
2018.01.27	ケア体操の紹介	松本	

14. 折々の顔

ウォーキング



2017.02 日野雛祭り



2016.01 東近江の社寺巡り 太郎坊宮



2013.11 湖南二山紅葉祭り 常楽寺



2014.04 京都鴨川花見 祇園白川



2013.05 新緑 京都 南禅寺 水路閣



2013.07 鞍馬・貴船 鞍馬寺



2011.04 小谷城跡 姉川古戦場



2010.10 彦根 佐和山城址

グラウンドゴルフ大会



2015.06 野洲川GGコース



2016.12 こんせの里GGコース



2016.09 希望が丘GGコース



2013.11 川田GGコース

男の料理教室



2016.07 男の料理教室 なごやかセンター



2017.02 男の料理教室 葉山東コメセン



2014.11 男の料理教室
甲賀 第1回里山教室



2015.11 男の料理教室
甲賀 第2回里山教室

その他の活動

金勝寺遊歩道作り



2017.09 金勝寺メンテナンス

泣き地藏道作り



2017.07 泣き地藏メンテナンス

ボウリング大会



2017.01 ボウリング大会

rfcスローイングビンゴ大会



2017.09 rfcスローイングビンゴ大会

館外研修 危機管理センター見学



2016.04 滋賀県危機管理センター見学

館外研修 吉川浄水場見学



2014.04 吉川浄水場見学

冬季 交流会



2016.12 冬季交流忘年会

市長のこんにちはわトーク



2014.06 市長のこんにちはわトーク

15. 折々の記

新聞、広報などに掲載された倶楽部に関する記事の一部を紹介します。

平成20(2008)年



京都新聞

広報 りっとう ネット記事



広報 栗東ふくし

平成21(2009)年



読売新聞 しが県民情報



1月 京都新聞



2月 広報りっとう



4月 広報りっとう

平成23(2011)年



G-NETしが 冬号

平成25(2013)年



きらめき



5月 京都新聞

平成24(2012)年



Yummeken秋 滋賀県建設業協会

平成26(2014)年



中日新聞



6月 広報りっとう

平成27(2015)年



7月 広報りっとう

平成28(2016)年

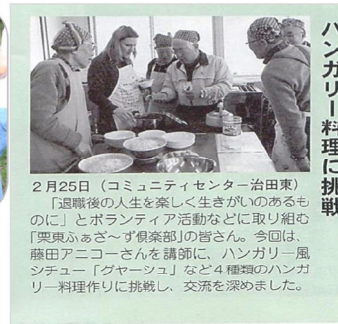


8月 広報りっとう フォトニュース

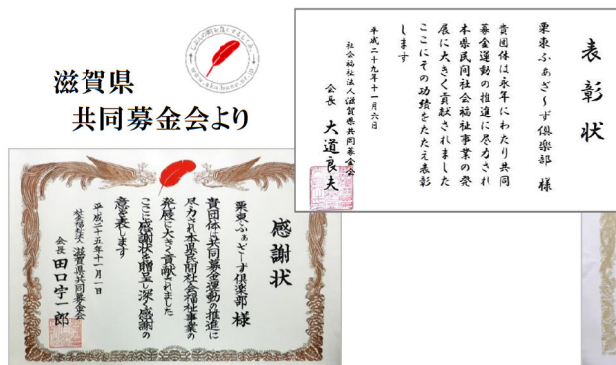
平成29(2017)年



H28.5 BBC放送 泣き地蔵紹介取材



4月 広報りっとう



ジャパンスローイングペング協会より

16. 「同好会」活動の紹介

年月の経過とともに、年齢構成の変化、会員のニーズの多様化、関係先の要望などにより、趣味趣向の合う同好の士が集える小集団活動として「同好会」活動を始めました。

ゴルフ同好会

2016.08〜



山歩の会

2015.04〜



四季の会

2016.06〜



園芸を愛する会

2017.06〜



17. 記念事業 分科会

過去10年の「来し方」を見据え、これからの「行く末」を分科会で検討し今後の活動に生かしていきます。

記念行事



- ・ 記念セレモニー開催
H30年5月総会時
- ・ 一泊親睦旅行実施
- ・ 記念植樹

会員勧誘



- ・ 倶楽部の有効な情報
発信手段・方法の検討
記念誌の利用
発信の対象を特定

記念誌編纂



- ・ 記念誌(歩み)の発行
H30年5月セレモニー時
- ・ 外部への情報発信
手段に利用

活動活性化



- ・ 活動内容の見直し
体力に合った企画
同好会 活動化

18. 暖かいエールと会員メッセージ

栗東市役所 長寿福祉課様より、
エールを頂きました

シニアパワーを活かす先駆的な取り組みに感謝！

栗東市役所 長寿福祉課

栗東市は、高齢化率が低く、現時点では若い町ですが、今後湖南圏域の他市同様、ものすごいスピードで高率となっていくと思います。

「栗東ふぁざ～ず倶楽部」がシニアパワーを活かす取り組みを先駆的に実践されて10年。これからの栗東に必要な活動をいち早く取り組まれていることに改めて先を見通す眼力の凄さに驚嘆するとともに、感謝申し上げます。

今後も男性シニアが活躍できる取り組みの牽引役を担っていただけるものと確信しています。

栗東市がさらに元気になる鍵を握っているのが「栗東ふぁざ～ず倶楽部」です。シニアのお手本となる活動を様々な団体と共に実践して、栗東旋風を巻き起こし、市民主体の活動を盛り立てて下さい。

クリエイティブ&ポテンシャル

西村 正男



設 立十周年おめでとうございます。十年ひと昔と言いますが、時代の流れが早く、激しく変化する現代において、定年後の十年をどのように過ごすか？私は、そのヒントをレイカディア大学に求め、『栗東でも実現したい！』そんな思いから、ボラセンを訪ねた。

しかし、栗東には既存の活動グループはなく、代わりに県・社協フォーラムに参加。そしてその瞬間、栗東地域で数人の同志ができました。それから、関係機関・ご担当の協力ご支援を頂きながら、5人でゼロからの検討会を数回行い、新しい“おやじの

溜り場”栗東バージョンが誕生しました。

還暦を過ぎた同志の口コミで、新たな市民を募り、皆でワイワイ話し合いながら、やっと形になってきた。そして、会員一人ひとりの創意が膨らんで大きくなって行く、まさにクリエイティブ&ポテンシャルな、“ふぁざ～ず倶楽部”に育ちました。素晴らしいと思います。

この短期間の間に多くの人の助けや協力ご支援をいただいた事を忘れてはいけません。そして、「ありがとう十周年！」

私の俳句を添付します。

『桜(はな)の郷 裾野広きや 三上山』(人材がいっぱい居る事を伝えたい)

RFC10周年によせて

井野内 四十三



定年になりどうしたものかと思ってる時に栗東市でおやじのたまり場、おやじ云々の話があり、どんな事に聞きに行き現在に至る。RFCの良い所は、たんなる遊びだけでなくボランティアと言う奉仕活動がある事である。レフ・トルストイは言う“人生の唯一の意義は人の為に生きること”である。

RFCで殊に印象に残るのは、金勝寺遊歩道整備、泣き地蔵歩道整備、それに旧

中島邸での紙芝居から始まった、遊芸披露、やすらぎの家でのRFC芸能一座、出前芸能一座である。これからも三方ヨシの心を忘れず活動できることを願っている。

RFCで得た知見を地域で生かしていきたい。取り敢えず登校時のスクールガード&あいさつ運動、放課後子ども広場、集会所でのサロン&100歳体操、第10回となる作品展である。



「栗東ふあざ〜ず倶楽部」に感謝

川瀬 幸雄

私は、レイカディア大学(滋賀県立老人大学)在学中に、授業で紙芝居(なかよしのうさぎとかめ)を作成し仕上げました。そして、安土町の幼稚園で初公演し、園児に喜ばれ、先生から褒められて、喜びを感じ、もっとあっちこちで公演したくなり、先生の一人が中心の紙芝居公演会”ぴょんた”に入会し、各種施設で公演しました。

そんな時に、「栗東ふあざ〜ず倶楽部」(RFC)でも活動されていると聞き、入会さ

せていただいたのがきっかけでした。私にも喜んでいただける機会があるんだと感じました。

体調面で十分な活動は出来ませんが、金勝寺や泣き地蔵の歩道の手入れを含め参加できる行事には、喜び、楽しみを感じ、今や6年目となりました。

RFCの体験から、今や、笑いヨガ倶楽部や脳トレを行うなごやかサークルにも加入し、活動の幅を広げており、感謝しております。

第二の人生・RFC

中谷 智計

ふと気が付くと67歳になっていました。RFCに入会した年です。中国赴任や大阪通勤など過酷なサラリーマン生活に終止符を打ち、ほっとすると同時にこれから何をしたら良いかわからずにぶらぶらしていた時、RFC会員のNさんから、『男の料理教室に行きませんか』と、お誘いを受けたのが入会のきっかけでした。参加してみても、料理なんかしたことのない親父達が、ワイワイガヤガヤしながら包丁を使っている光景に、すぐなじめました。

入会して、グランドゴルフの楽しみを味わ

い、ハイキングで歩く爽やかさに出会い、金勝寺の山道整備でボランティアに汗を流すなどいろいろな経験をさせて頂きました。

この会の良さは、様々な事業、行事に対し決して強制されることはなく、会員の意思を尊重していく姿勢にあると思います。

しかし参加する事にこそ意義があると考え、これからも積極的に参加して、老いを少しでも後ろに追いやって頑張りたいと思っています。



RFCと共に10年

松下 哲男

リタイアして栗東に移り住み早10年が過ぎました。周りに知人はなく、さてこれから地域デビューをどうしようかと悩んでいる時に、ネットでRFCの事を知り会合を見学して入会を決めました。

どうした訳か暫くたったある日突然運営会議に呼ばれて、運営委員を拝命し広報を担当するようになりました。

それ以来、倶楽部の活動状況を会員に紹介しようと出来る限り活動に参加して、従軍カメラマンのようにスナップ写真を撮りまくり、この撮り貯めた数万枚の写真が記念誌発行に、大いに役立ちました。

活動の記録を残したい思いが、億劫な時でも外に出る動機づけになっており、皆さまに都度スナップ写真をお届けするために

パソコンに向かうことは、ボケ防止に役立っているのではないのでしょうか。

又折角日本一の琵琶湖の近くに来たからには、歩けるうちに琵琶湖一周を計画し、完歩したあとは近江の主要旧街道9道も、街道沿いの歴史を楽しみながら歩きました。あと難題の2街道残っていますが、これも最後にそろそろ挑戦するかと計画しています。

RFCで出会えた仲間、同好の士との交流は大きな財産となっています。



RFCの十年に



お邪魔虫で、“生き甲斐”を得ています

中沢 榮助

RFCが発足して丁度2年目に、紹介を受け入会させて頂きました。68歳でした。

小生は好奇心が強い御蔭で、また生来の”お邪魔虫”を発揮して！?.....直ちに何の抵抗もなく仲間入りさせて頂きました。永年のサラリーマンを卒業し、その後のアルバイトを経てから...先輩から70歳以降は『暇を作ってはだめだよ！人との交流も大事で、その上何かに打ち込むものが無いとボケルよ』...と驚かされていました。そんな思いの時に本当にチャンスでした。

RFC4つの理念=健康・楽しみ・学び・社会貢献...まさしく小生にとってこの上ない色々体験ができる”場所”>でした。仲間に恵まれ”生き甲斐”を得られたことは本当に幸せで感謝です。年を重ね”行動範囲”が狭くなり、ダンダン体力も記憶力も

衰え、その上「手帳」に行動予定が埋まらない日があります。予定が無い日”グロツと横になり”テレビばかりを見て、家内から叱られながらウダウダと過ごす日があります”...『暇を作り過ぎてはいけない』...と自覚はしているのですが.....

何をするにしても”健康維持・体力”が大切です...そんな思いで今年四月から、社協の「2回/週の筋トレ」に通い始めました！お陰で畑仕事も”疲れや筋肉痛もなく”生活できています。今後も積極的に”生来のお邪魔虫”を発揮して皆さんに迷惑をお掛けするかもわかりませんが、色々な事業に参加したいと思っています...今後共、よろしくお付き合いを...お願いいたします。

いつまでも、歳より若く見られる”元氣爺さん”でいたいと考えています。

俳句と私 太田 晏利



縁 あってレイカディア大学での句友との出会いが、この未知の世界へ飛び込むきっかけとなりました。文才に欠ける私であることを承知の上で友の誘いに気軽に応じたものの、十七文字の約束事や技法など知る由もなく、後悔の日々でした。句会、結社には投句のメ切りがあり否応なく、毎月十句近くつくり提出する必要があったため、歳時記、辞書をくりながら稚拙な句を臆面もなく提出していました。苦戦する私にある先輩が、俳句の素材は周囲をとりまく人の営みや自然、

季節の変化等に目をやれば無数にあるとアドバイスされ最近やっと自分なりに自然の情景や暮らしの中に新しい発見を意識するように努めています。

五七五の十七文字の奥深さは永遠のテーマとなりましたが、ぼちぼちと下手な横好きといきますか、「ふぁぎ～ず倶楽部」の皆さんとのご縁は句友との出会いと無縁ではありません。これからの余生を心豊かに、感謝の気持ちを忘れずに……………

「ふぁぎ～ず倶楽部」に入部して、本当に良かった！

深尾 作治



平 成27年2月に、当時私が在籍していたレイカディア大学での授業の中で、地域のボランティア活動を体験し、その報告を出すというものがありません。そこで訪問した栗東市社会福祉協議会より当倶楽部の紹介を受け、①やすらぎ喫茶、②金勝山の遊歩道整備他を体験しました。その内容はまさに大学で勉強したことの実践の場でした。大学卒業の半年前に「ふぁぎ～ず倶楽部」に入部を

申し込み、最年少部員となりました。当部の方針である「各種研修、行事の企画・参加、ボランティア活動を通じてお互いの心意気と能力を発揮して、シニアの皆様の生きがいのある人生を創出することを目的に活動して行く「健康で、楽しく、学び、社会貢献」を合言葉に、年齢や経験に関係なく、興味のあることだけでもいいからやっていけることが、何よりの魅力です。

地域に根ざして

西村 久



レイカディア大学で地域貢献を勧められRFCに入会しました。入って感じたのは「ウエルカム」で「参加自由」な倶楽部と言うことです。

主に「やすらぎの家」で活動しますが「ボランティアをさせて頂く」と言うことを教えられたことが私にとって大きな収穫

になりました。そしてレイカディア大学で大嫌いだっただ紙芝居なのに自作紙芝居「若返りクリーム」を制作し、やすらぎの家で演ずるに至りました。

これからも健康で皆さんとともにRFC活動が続けられたら幸せです。

RFC入会と”願い”の達成——遠くの友より近くの供—— 武石 務



倶 楽部への入会は、レイ大に入学した年末に、先輩との交流会が行われた会合でした。近々「親父の倶楽部」が発足するから……。県内には在職中の知り合いがいる程度でした。だから会社を離れて、同世代の”話し相手”も、趣味を共有する”友”もなく、全く孤立状態でした。何を行う「親父の倶楽部」かも知らず、会合に参加したのがそのきっかけでした。

レイ大でも、地域の歴史や文化財など

に興味があり、『道標』『揺るぎ巖』『泣き地蔵』なども調べていました。しかし、それらが何処にあるのか？ 実際に見学できるのか？ 疑問でした。もし倶楽部のなかに興味のある人がいれば……幸いにも、直ちに運営委員の役割を受け、会員の賛同と協力が得られ、友もでき、さらに自らの”願い”を成就できた時の達成感は最高でした。

ありがとう ふぁぎ～ず！ さん

人との出会いで生涯現役

金澤 利美



私 は、商社会社に勤務し、出張が多く、会社人間で隣近所の事は女房まかせて全く解らずでした。定年退職したら、どう生きていったら良いかと思ひ、囑託中に何とかしないと、と考えなごやかセンターに足を運び相談したら、おやじ倶楽部を立ち上げている情報を得、即参加することにしました。

メンバーは初めて出会った人ばかり14名で、最初は「ギクシャック」しましたが、さすが皆さん、人生経験豊富で、なんと

かまとまり、私自身も微力ながら、地域社会に貢献し、”楽しく生きがいのある人生”を送っています。

又、シルバー人材センターの派遣で、「めぐりちゃんバス」の添乗員で、バスガイドをして「金勝山ハイキング」の山ガールや山おっちゃん、おばちゃん達と出会い皆さんに元気をもらっています。

RFCを今後より良い倶楽部にするには、常々新しい風を入れるため、会員増強が必要と思います。

「感謝」

毛利 征夫

何 の趣味も持たない私が現役を退いた後に、これからどういう人生を送ればいいのか、実際何も浮かばなかった。栗東ではこれといった友達もいないし、今日何して過ごそうかと、悩んだ日もありました。

そんな時にふぁぎ～ず倶楽部を知って、私には今まであまり経験したことない多

くの人達との出会いと楽しい会話など、まるで学生時代の仲間というようなそんな風に感じるのです。

これからも体力、気力の許すかぎり続けていきたいと思っています。

よろしく願ひします。



RFC10周年に寄せて

松本 六雄

栗 東にも「おやじのたまり場」を作ると
いう話を聞き、私は即入会しました。
その一年半後、事務局長という重責を
いただき約9年、自分自身の行事も含めて
ではありますが、毎日大変忙しく過ごさ
せていただいております。(今日行く所があ
る)教育と教養(今日用がある)をいただ
いてるところです。

RFCがすばらしいのは、①楽しく、②学
び、③健康で、④社会に貢献するという4
つの理念に基づいて活動しているところで

す。

いい仲間恵まれ、私の得意分野の各
種スポーツ大会では大いに楽しませて
いただき、さらに良いのはRFCのボラン
ティア活動に参加することで、こんな自分
でも少しは社会の役に立っていると実感
できることで、私の生きがいにもなっ
ております。

今後はもう少し若手の人にも入会
いただき、RFCが更に発展することを願
っております。

RFC10周年に寄せて

片岡 幹亘

ふ あざ〜ず倶楽部を知ったのは、レイ
カディア大学地域文化学科のカリ
キュラム「紙芝居を作って外部施設で上
演する」という授業があった。どの様に
すれば良いかを考えているとき、栗東歴史
民俗博物館に併設されている古民家で、
子供たちを相手に紙芝居の公演をして
いる団体があるとの情報を入手した。クラ
スのメンバーと見学に行き「栗東ふあ
ざ〜ず倶楽部」の活動内容を聞いて、す
ごく魅力を感じ学校を卒業したら入会と
決意した。

メンバーになっていろいろなボラン
ティア活動に参加したり、研修会やス
ポーツ・懇親会等で多くの仲間が
出来た。また、ボランティア活動で
今まで接点のなかった人々との
出会いも新たにでき、地域での活
動仲間やレイカディア大学の仲
間に加え新しい世界が広がった。

当倶楽部に参加して、このように
生き甲斐のある充実した人生を送
れる機会を与えてもらったことに感謝
している。

RFC10周年に寄せて

清 哲夫

設 立10周年との事ですが、私は参
加してはや4年目に入り有意義に活
動に参加させてもらっています。今
後もできる限り活動に参加してい
きたいと思っています。今日この頃
です。

さて、参加の動機ですが妻からの紹
介で知り、活動内容に料理教室があ
るので参加する事にしました。(定年
した企業のOB会には無いので)特
に魚の三枚おろしを習得したいと思
っていましたが(?)

いろいろ教えてもらって参加して
良かったと思っています。”健康で”
”楽しく” ”学び” ”地域社会に
貢献” する事で’生きがいを作る’
の活動理念に共感し今後もおおい
に参加していきたいと思っています。

特に各種スポーツ、料理教室、ボ
ランティア、館外研修等には出来
る限り参加し、自己研鑽に励んで
いきたいと思っています。

紙芝居



栗東ふあざ〜ず倶楽部 10 周年に想う

柴林 功

栗 東ふあざ〜ず倶楽部 10 周年を迎
え、誠におめでとうございます。

RFCに入会しまして最初感じたこと
は、諸先輩や同輩の方々が常に明るく
前向きに、生活意欲豊かな団体だと強
く感じたことでした。同じ市民ながら、
どなたとも見知らぬ間柄で、優しく接
してもらえた事等今も深く印象に残っ
ています。ただ昨今は、会員数も40
数名の多数となり、顔と名前が一致し
ないと思います。

RFC主事業として、毎月の定例会議
をは

じめ八大事業の推進を考えると、多大
なエネルギーと努力の賜物と尊敬を致
すところ
です。

そう〜恵まれた中でフツと思うこと
は、今自分は何を何の為にやろうとし
ているのか?、又、誰の為に遣ろう(老)
としているのか?、見失うことが多々
あり、その都度皆さんの事を思いつ
つ自分に問いかける毎日です。

これからも、皆さまの良きご指導に
寄り添い、頑張りたく思います。

RFCに参加させてもらって思う事

寺澤 孝之

昨 年末に入会させていただいてま
だ一年足らずで、他の活動と重なるこ
とが多いため行事への参加が少ないの
が実態です。

定年後、地域への活動に躊躇しが
ちな男性族の仲間づくりと、社会へ
の積極的なお手伝いを目的に立ち上
げられて、10年間続けてこられた諸
先輩方々のパワー実績に心から拍手
を送りたいと思います。

単発的な活動は何とかできて、そ
れを長期に続ける事は並大抵のこと
では無かつ

たはずで、グループを引っ張る機関車
と、後押しする集団のエネルギー繋
がり、10年続いてさらに次につなげ
る原動力になっています。と言っ
ても活動を続けるには、今行ってい
る活動の見直しが必要で今後も、
色々な経験を持ち、時間を提供でき
、何かやりたいなあ、と考えている
仲間と一緒に取り組める基地づく
り、止まり木になっていければ、
RFCの活動が続くと思っています。

「栗東ふあざ〜ず倶楽部」に参加して

原田 上

RFCとの出会い、私がレイカディア
に入学したころには先輩たちの活動
が既に始まっていた。大学の必須で、
地域でボランティア活動を体験する
ことでした。私は栗東歴史博物館の
市民学芸員さんのお手伝いをするこ
とにしました。

市内及び県内の小学生が見学に
来た時に、案内等のお手伝いをし
ました。そのころ、RFCのメンバー
は博物館の古民家住宅で、休日に行
われる「親子かまど体験」の時に、
「紙芝居」の実演を行っていました。
活動風景を何度か見学した時入会
を

勧められていたので、卒業して入会
することになり現在に至っています。

現在では、博物館からやすらぎの
家に舞台を移し、「公演会」と称して
毎月1回メニューをこなしています。
「紙芝居」プラス、「ハモニカ」「よ
し笛」「ギター弾き語り」「ウクレ
レ」「手品」も行っています。最近
は、自治会等のサロンにも「出前公
演」を行っています。

今年で設立10周年を迎えた。「RFC」
会員みんなで協力しこれからも地道
な活動を続けていきたいと思ってい
ます。



「山歩の会」奮闘記から

中森 昭夫

平成 29 年 10 月 4 日(水)晴 「御池岳」 参加者 5 名



鞍掛トンネルの三重県側駐車場を出発。鉄の小橋を渡るなり急登、雨の後で滑りやすい足元に気遣いながらつつら折りを上る。15 分ほどで鞍掛峠。左折して尾根道に行く。急登を登りきると一つ目のピーク、このあたりから展望が開け振り返ると伊吹山や福井と岐阜県境の山々が見え、足もとの白や黄色紫色の花に癒される。

なだらかな稜線がしばらく続く、鈴北岳の急登を登りきると 360 度の展望が開け琵琶湖や御嶽、乗鞍、能郷白山等遠望。休憩後、白い石灰岩が点在する日本庭園を散策。最後の急登を上ると鈴鹿山脈の最高峰丸山(1247m)に着く。先客数組あり、あまり展望は良くない。

少し足を延ばしボタンプチへ足下は断崖絶壁、空は澄み鈴鹿の山々一望。眼下に伊勢湾、琵琶湖等の絶景が広がる。これまでの疲れが吹っ飛ぶ。ここで昼食、ストープで湯を沸かし温かいコーヒーを飲む、山頂で飲むコーヒーは実に旨いなあ。

「私の元気の素」

井上 博之



高野在住77歳、完全リタイアして早や15年、定年退職後は、スポーツジムなどで体力づくりもあるが、私は心身とも健康で過ごせるように！モットウを次のようにした。

- ① 大いに身体を動かし、頭も少しは使うこと。
- ② 家に閉じこもらず、外に出て地域社会で何かを行うこと。

先ず、環境NPOと温暖化防止活動グループの環境保全活動に参加、続いてレイカディア大学(園芸 26 期)に挑戦し、卒

40 分ほど休憩して帰路につく。

再び丸山から鈴北岳との出会いまで戻り裏白が絡む道に行く。山腹をゆっくり下る。ところどころ岩や石の道があり足下が悪く何度かしりもちつき苦しい。1時間ほどでカタクリ峠に着いたが、目印テープが多くて少し迷うがTさんのアドバイスでコグルミ谷へ、石また石の道を下る。振り返ると石の道がまるで滝か川の流れのように白く浮き出て見える。20 分ほどで国道 306 号線に出た。全員怪我なく無事、お疲れ様。Tさん今回大変お世話になりました。

これまで山へは独りで行くことが多く不安なことも多かったが、「さんぽの会」に入会して仲間とにぎやかに山行する楽しさもわかりました。これからもよろしく。

最後になりましたが RFC 創立 10 周年という節目にあたり、RFC と共に本会も先の 10 年を目指し、会員間の交流を深め益々発展充実し生き甲斐の場となることを祈念します。

業仲間は緑化公園のボランティア(160 回余り)を提供している。

5年程度前に栗東市民として地域でなんか出来ないかと思い、「栗東ふあぎ〜ず倶楽部」に入会した。メンバーはレイカと同様、意志の高い人たちがばかりで頼もしく、行事には出来るだけ参加し、皆さんと交わる様に心がけた。

これからも元気で付き合い合える日が長く続けばと思います。併せて趣味の家庭菜園、木工、竹細工など交流が広がればいいですね。

スキー：生涯現役をめざして

鈴木 信雄



スキーは鈴木青春そのもと自負している。それは、中学卒業と共に始まった。2年目の少し滑れるようになった頃の骨折、さんざん学校をさぼり絶好のコンデションの早朝スキー、5年目のスキー検定1級取得等社会人となり、新潟から大阪への転勤でスキーとは縁切れとなるも、3年後に草津へ転勤、雪に近くなり復帰を果たす。

しかし、30歳以降は業務に専念スキーは下火、60近くで子会社に転勤で再び大阪へ、ここでまた火が付き年に数回北海道へ、パウダースノーを知る。裏作でチャリンコに親しんだのもこの頃であり、3年かけて四国八十八か所を巡る。

65で現役を卒業、体力維持を図りスキ

ー遠征費捻出の為、平和堂 FM 栗東に派遣、直後にRFCに入会、現在に至る。

2年前には『脊柱管狭窄症』を発症し、右足の歩行に難儀するもこれを克服、ほっと一息と思えば一月前から『足底腱膜炎』を左かかるとに発症し、現在治療中である。今年こそ体幹アップを図り、よりシャープな滑りを目指そうとしていたものの、またぞろ停滞か？

次から次へと障害が発症して来るものだ、事ほど左様に現状維持のまま調子よく、歳を重ねる事は難しいものと悟る今日この頃である。

障害を受け入れ、これと対処共存しながら、あくまでもスキー：生涯現役を目指すと思う。

『想えば……』

村田 裕

戦後間もなくの小学校、脱脂粉乳の給食とさつま芋のおやつ、時々カバヤのキャラメルまれに森永、明治。布製のグローブで三角ベースに夢中でした。大学生活は安保闘争の真ただ中で休講が多く、近くの雀荘が満員でした。

新入社員教育は、東京オリンピックの選手宿舎で一週間、初任給は三万円。池田内閣、高度経済成長の月給二倍論で飲む酒もトリスからサントリーの角になり、植木等が歌う「スーダラ節」のサラリーマン生活を謳歌しました。

退職後しばらく抜け殻状態が続き、

ようやく地域の自治活動や、同窓会に参加して、新しい人との交流が始まりました。栗東ふあぎ〜ず倶楽部にも入会して四年、同世代の人々と好きな時に、好きな行事に参加できるこの倶楽部が、退職シニア皆様と共に十周年を迎え、益々発展することを期待しています。

喜寿を迎えて今は、アンパンマンとトーマスのパズルで遊ぶ、孫が最高の癒しです。成長して相手にされなくなれば、ソニーロボット犬『アイボ』を相手にして、人生二度目の東京オリンピックと、大阪万博が見られればと思っています。



「私にとってのRFC」

園田 宗市

今から丁度8年前60歳になった時、長年勤めた会社を退職しました。その時思ったのは「これからはテレビの番をしてはいけな」「何かをせねば」でした。その時家内から「草津にレイカディア大学と言う老人大学があるよ」と聞き、早速入学しました。

レイカディア大学に入ると、「何かボランティアをしなければならない」と言う事になり、栗東市の社会福祉協議会に、「栗東で何かボランティアの出来る所はないか」と聞くと、栗東ふぁざ～ず倶楽部を教えてもらいました。

早速RFCの門をたたき、即入会。

このRFCは私にとってピッタリのおやじの会でした。「社会貢献」・「学習」・「健康」・「遊び」と私が求めていた退職後を生きて行く素晴らしい場所を見つけ出した感じでした。

金勝寺参道作り、やすらぎの家喫茶コーナー、各所見学会、メンバー方々の得意分野の講義、料理教室、ウォーキングやグラウンドゴルフ等々種々のスポーツ参画、メンバーとの飲み会等々素晴らしい日々を過ごしています。

このRFCは体が続く限り、RFCの一員として活動して行きます。



RFC 入会のひょんなきっかけ

藤縄 逸朗

僕は栗東市の貸農園を近所で借りている。ある日、水遣りの時、柄杓が無かったので隣の畑にあった柄杓で川から水を汲んでいたら柄が「ぼきっ」と、ひびが入ってしまった。そのまま元に有った場所に返して帰った。隣の人の顔は知っていたが話はしたことは無かった。何か声が大きくて怖そうな人だった。会うのが嫌で数日畑には行かなかったが何日も水遣りをしない訳にはいかない。仕方なく行って見るとあのおじさんが作業をしている。

目と目があった。今更引き返せない、それとなく柄杓を見ると針金を巻いてしっかりと補強してある。僕は恐る恐る「すみません、その柄杓を折った犯人は私で

す。弁償させて下さい」と言うのと「いやあーいいですよ。寿命でしょう。グワッハッハッ」と豪快に笑って済まされた。

「ところでお宅は普段何をされてますか」と聞かれたので「いやー毎日が退屈で、昼間から酒を飲んでます。今日も帰ってビールでも飲みます」と言うのと「そりゃーいかん。昼間から酒を飲んだらいかんです。私が行っている所に今度一緒に行きましょう」

それが RFC に入ったきっかけでした。

3年前の春のことでした。隣の畑の人は RFC の先輩の K さんでした。K さん、僕をアル中、予備軍から救って下さって有難う御座いました。

「第二の人生 RFCに生きがいをも！」

中嶋 三好

RFCに入会して早くも10年の年月が過ぎました。入会は、平成19年7月にレイカディア大学の同窓会で勧誘を受けたのがきっかけでした。

以来、会合や各種活動にはできる限り参加させていただき、充実した人生を送ることが出来、倶楽部運営担当の方々の努力に感謝致しております。

私のこれまでの経験で、健康で長生きするには人との出会い、交流の場を持つことが不可欠のことと実感しています。

家に籠ることなく旺盛な好奇心を持ち「日頃出かける所」と「用事を作る」ことが肝要であり、そのことが人と人の交流につながり、語り、笑い、励まし合うことで感謝と感動、生きがいを感じる毎日が生まれるものと確信しています。今後も、RFCを通じて多くの仲間との交流を続け、そして2020年の東京オリンピックも元気に見たいと思っています。



直近に入会された方の入会のきっかけ

奥村 猛

以前よりRFC会員のN氏よりお誘いを受けていましたが、民生委員や自治会の老人会役員等で、結構忙しくしていましたのでお断りしていました。しかし昨年9月末に23年間営んでいた商売から手を引いたことから、少し時間に余裕が出

来たこともあり入会させていただくことになりました。

全くの能無し、芸無しですが、少しでも世の中のお役に立てれば・・・と思っています。足手まといになると思いますが、宜しくお願い致します。

木村 和由

昨年10月にレイカディア大学「びわこ環境学科」に入学したのがキッカケでした。副学科長として1期先輩との11月役員懇親会の席上、同じ学科の副学長のTさんから栗東市在住と言うことで勧誘を受けて早速翌日の例会を見学させて頂きました。熱気と情熱に溢れる2時間に亘る

会議内容に感動して、12月に入会手続きを取りました。付け加えれば、レイカディア大学は同じ町内のKさんに勧めて頂きました。後でKさんもRFCの会員であったことを知り、人のご縁とは？と改めて感じた出来事でした。

お二人に感謝申し上げます。

松江 由多加

私は、一昨年3月末にサラリーマン生活を卒業しました。典型的な会社人間で家事や地域のことは全て妻任せだったので、これから毎日「何をしようか？」と正直困ってしまいました。そんな時、市役所より栗東100歳大学の案内を頂き、2期生として入学し健康・生きがいづくり等

について学びました。

その中で栗東ふぁざ～ず倶楽部の紹介が有り、その活動に興味を持ちました。現在まだレイカディア大学で学ぶ身ですが、今後楽しい生きがいある人生を送ると共に、少しでも地域貢献活動に参加したいと考えております。

19. 運営を支えた人と在籍会員

平成 西暦	20年度 2008	21 2009	22 2010	23 2011	24 2012	25 2013	26 2014	27 2015	28 2016	29 2017
会 長	西村 正男								松井 昭明	
副会長	松井 昭明								園田 宗市	
事務局長	柏本 義明 →江副百合昭	松本 六雄								
会計	(江副百合昭)	(松井 昭明)							中谷 智計	
同上							野村 隆次			
運営委員(事務局)	鈴木喜美子									
同上							井上 博之			
運営委員(事業)	武石 務				園田 宗市				柴林 功	
同上	金澤 利美				中谷 智計				村田 裕	
同上			大川 光雄						片岡 幹亘	
同上			中沢 榮助							
同上							井野内四十三			
同上									原田 上	
同上									井上 博之	
運営委員(広報)	松本 六雄	松下 哲男								
同上	森下 昇						柴林 功		西村 久	
監事	井野内四十三						金澤 利美			
同上	中嶋 三好									

H30.3.31 現在の在籍会員 42名 五十音順

浅野 夏夫	鈴木 喜美子	中森 昭夫
池田 和康	鈴木 信雄	西村 久
石川 光美	清 哲夫	西村 正男
井上 博之	園田 宗市	野村 隆次
井野内四十三	高瀬 克己	原田 上
大川 光雄	武石 務	深尾 作治
太田 晏利	竹村 義雄	藤縄 逸朗
奥村 猛	田中 平一郎	松井 昭明
片岡 幹亘	谷崎 治夫	松江 由多加
金澤 利美	寺澤 孝之	松下 哲男
川瀬 幸雄	内藤 貞男	松本 六雄
木村 和由	中沢 榮助	村田 裕
倉瀬 和文	中嶋 三好	毛利 征夫
柴林 功	中谷 智計	安原 進吾

上記在籍会員と過去に在籍した会員の合計は、58名です。



編集後記

今日、一日何もする事もなかったら、きっと朝寝、朝酒・・・になるだろうと思う。
平日は六時前の起床、否応なしに一日の活動が始まる。おそらく、朝の学童通学補導活動が無ければ、もっと寝ているだろう。

約二十年振りに、十周年記念誌の校正作業を行った。一文字一句、時には辞書を手元にしなが。しかし、前と違うのは、納期に余裕のある事である。文面の意図するところも入念に看る。そして、その時の情景を思い出し自分なりの回想を加える。10年は数ページに収まった。そして、これからの十年はどんな記載で後世に残せるだろうか。想像を膨らませているといつの間にかうとうとと眠くなる。

これからも、自分の日課にRFCの月課を交えて、適度なゆとりと緊張を自ら課して、次の10年を迎えたいものである。

最後に、この十年誌を目にされて、RFCの活動に共感頂き、問い合わせや入会希望頂ければ、編集員のこの上ない喜びとするところです。