

城山壹シニアクラブ喜楽会だより

2026 4月号

令和8年4月1日発行 喜楽会 広報

[お知らせ] 新年度がスタート、今年は三重県誕生150周年、4月18日が誕生日だそうです。三重県知事は、150周年を迎えアルベルト・アインシュタインの名言を引用して県民が、過去から学び、未来に夢と希望を持ち、現在を一生懸命努力して生きれる様に県政を行うと議会で答弁されました。 私たちも素晴らしい名言の様に過ごしましょう。ブルーインパルスが三重県の空を飛び150周年を祝ってくれるそうです。お楽しみに。アインシュタイン名言オリジナル(過去から学び、今日のために生き、未来に対して希望を持つ。大切なことは、何も疑問を持たない状態に陥らないことである。)


続・心が豊かになる活動 (#1~#4) 大人の教養講座(11)


心が豊かになる活動には様々なものがありますが、多くの人にとって効果的であることが知られているいくつかのカテゴリーと具体的な活動を以下に挙げます。

4-4. 自己探求と学習 #4(終)



- ①新しい知識やスキルを身につけることは、成長を感じさせ、未来への希望を育みます。
- ②読書： 小説、哲学書、自己啓発本など、様々なジャンルの本を読むことで、新しい世界観や価値観に触れることができます。
- ③新しい学習： 語学、歴史、プログラミングなど、興味のある分野を学ぶことで、知的好奇心を満たし、自信につながります。
- ④瞑想(マインドフルネス)： 自分の内面と向き合い、心を落ち着かせるための時間を持つことは、ストレスの軽減に非常に効果的です。

これらの活動の中から、ご自身の興味やライフスタイルに合うものを選んで試してみることをお勧めします。重要なのは、義務感ではなく「楽しい」と感じられるかどうかです。

- ① **Happy Birthday**  今月誕生日の方を紹介します。皆さんでお祝いしましょう。

4月生まれ	山元富子	寺園久美子	村井徹夫	
-------	------	-------	------	---

- ② **今月の行事予定** 

毎週金曜日	10:00~11:30	健康体操 	城山1丁目集会所
毎週水曜日		グラウンドゴルフ 	城山3丁合同GG交流会
③ 4月11日(土)	10:00~	月例会	
④ 4月21日(火)	9:30~	令和8年度 第1回シニア連合理事会	
⑤ 4月25日(土)	10:00~	サロンCaf'e (フラダンス&ウクレレ)	
⑥ 4月26日(日)	8:00~	資源ゴミ収集	



令和8年5月 月例会・地域交流活動の開催について

- 地域交流活動

5月09日(土)	10:00~	月例会
5月23日(土)	10:00~	サロンCaf'e
(日時未定)		花壇花植え作業(準備)
 - 城山3丁シニア合同 (日時未定) 城山小学校 世代間交流行事
- ※ 行事日程を変更する場合はお知らせしますのでご理解ご協力の程、お願い申し上げます。

城山壹シニアクラブ喜楽会 活動の記憶

(令和8年3月)

(1)

件名: 城山幼・保育園 ひな祭り会
日時: 3月03日(火)
参加者: 11名 + 城山3丁シニアクラブが参加
活動内容: 園児たちと楽しい「ひな祭り会」



(2)

件名: 第55回東員町シニア連合会グラウンドゴルフ大会
日時: 3月04日(水)
参加者: 3名
活動内容: 喜楽会からは3名が出場、お疲れ様でした。



(3)

件名: 自治会班長会に出席
日時: 3月07日(土)
出席者: 1名
活動内容: ・シニアクラブ3月の活動報告
・シニアクラブ4月の活動予定報告



(4)

件名: 城山1丁目自治会防災訓練に参加
日時: 3月08日(日) 9:00~
参加者: 喜楽会より2名

(5)

件名: 月例会と会計監査
日時: 3月14日(土) 10:00~
出席者: 24名 + 自治会会計
活動内容: 会計監査お疲れ様でした。



(6)

件名: 東員町シニアクラブ連合会理事会
日時: 3月17日(火) 9:30~
出席者: 2名

(7)

件名: 城山小学校卒業証書授与式
日時: 3月18日(水) 9:00~
出席者: 喜楽会より1名

(8)

件名: 城山1丁目自治会 令和8年度総会
日時: 3月22日(日) 10:00~
出席者: 喜楽会より2名

(9)

件名: 城山壹シニアクラブ喜楽会 令和8年度総会
日時: 3月28日(土) 10:00~
出席者: 25名 + 自治会会計
活動内容: 総会を行い、新年度がスタート。
役員手当の改定案が会員より提出され規約改定されました。

