

## 2026年 各サークル今年のメッセージ

(長い文章は一部カットしてあります広報笠谷)

・ 歩こう会	健康第一まずは歩きましょう。また街角新発見、自然に親しむ機会を仲間と共有して活動致しましょう。参加をお待ちしています。
・ 絵手紙同好会	絵手紙にこだわらず、絵を描くことが好きな仲間が集い、毎月1回楽しくそれぞれ描きたいと思う絵を描いております。毎月の通信に作品を掲載させて頂いております。
・ お酒とグルメの会	2ヵ月に1度、年金支給月に開催しています。おいしいお酒と食事で皆で語り合いながら楽しい時間を共有して親睦を深めています。ぜひ参加をお待ちしております。
・ 男の料理教室	月1回、初心者大歓迎の「男の料理教室」。認知症予防とお一人様になった時に備えると共に奥様にも喜ばれること間違いなしですよ!!
・ 音読を楽しむ会	2025年、2024年のシーズネット祭りに、音読を楽しむ会の有志による群読をしました。昨年は一寸法師、皆で楽しんで読みました。今年も元気で舞台に立てると良いなと思います。
・ 片づけ倶楽部	2024年に誕生し毎月1回研修室で開催。片づけから終活までシニアライフのお悩みを持ち寄り知恵と笑いで解決させています。「片づけいつやるの?」「今でしょ!」を合言葉に一緒に整えましょう!
・ 歌謡サークル	今年の目標に、三か月に一曲今までと違った歌手の歌を皆様に披露してはどうでしょうか、演歌、ポップス系、ジャズ、又昭和30~40年代の流行歌、懐かしさと心に染みる歌に拍手喝采。
・ グラウンド・ゴルフ 倶楽部	グラウンドの雑草との闘いをなかなか抜け出せないことに苛立ちながらも心地好い疲れ。今年もスコアを気にせず認められているローカル・ルールを駆使して楽しもう。
・ 健康麻雀サークル	今のマージャンサークルの現在地に満足することなく、持続可能なサークルを目指し会員の皆様のそれぞれの想いに応えられるよう人と人との繋がりを大事にし日々鋭気努力したいと思います。
・ 五行歌の会	段々と記憶が曖昧になるお年頃、お助けはメモ習慣。暮らしの中、歌の種はそこかしこ。心が動いたら、紙とペン。種を膨らませ、五行の詩歌に育てましょう。
・ ゴルフを楽しむ会	2026年度の活動につきましては、5月から10月まで月1回、ダイナスティGCにて実施します。ダブルペリア&青空天井にて順位決定いたします。昨年グロス110台の強者が優勝(笑)
・ シーズネット絵本の会	2025年9月に立ち上げた絵本の会・10月で予定していた人数も集まり、順調に進んでいます。図書館に行って絵本を借りてきたり、皆さんの笑顔に支えられて楽しい時間を過しています。
・ シーズネット合唱団	異なる声や個性の集まりが、協調しあうことで生まれるこの「調和」こそ「ハーモニー」。一人では心細くとも大勢で歌えば大丈夫!!一緒に楽しみましょう!
・ ステップ&カラオケ	皆様とご一緒に楽しみながら歌う踊る。脳の活性化・筋力低下防止などを目指して今の生き方・幸福寿命を今年はさらにみんなで伸ばして生きましょう!
・ ステップ&ステップ	体を動かす事が好きな仲間が集い、昭和のポピュラー曲に合わせて、楽しくステップを踏んでいます。ステップの合間にオシャベリもあり、和気あいあいとやっています。
・ スマホを楽しむ会	スマホを楽しむ会は「スマホを便利で楽しく」、スマホに変えたけど使い方が良くわからない方も一緒に「チャッピー(ChatGPT)」等を使ってみませんか、楽しいですよ!
・ 楽しいお花	楽しいお花サークルでは、毎月第1木曜日午前10時30分から生花でお花の香りや色彩等に癒されながら楽しく生けています。お花は「心の栄養」にもなりますのでご参加お待ちしております。
・ 楽しいリコーダ入門	昨年11月にはピアノとリコーダーのコラボで「小さな音楽の贈物」を発表しました。今年も楽しく練習に取り組み、リコーダーを通じてできる挑戦をしていきたいと思ひます。
・ PHP友の会	シニアのお喋り会です。PHP誌の読後感想、更にはサブテーマ「終活・健康・悩み事・時事問題」にも言及し楽しくお喋り満開としたい。
・ 百聞会	さざ波の寄せては返す波打際にたたずみ、真夏の海をゆっくり眺めたい。又昭和初期まで、金の採掘で繁栄したという手稲山のふもとに当時を偲ぶ資料館が有り、見学に足を運びたい。
・ 福祉タクシーで行く 旅の会	一人旅では不安を抱えるご高齢者や車イス利用の方を対象とした「外出支援のサークル」ですがコロナ禍の影響で実施出来ませんでした。旅の楽しみとは悩み考える事かも…今年は提案したい。
・ ボウリング	1年目は「久しぶりにボウリングをやってみた」という感じでしたが、2年目を迎える今年はメンバー同士の交流を深めつつスコアアップも目指したい。毎月1回2ゲーム、ストライク取りましょう
・ モルック	去年の初夏に誕生したホヤホヤのサークルです。今大人気のフィンランド生まれのモルックで、頭と体を少しずつ使って楽しみませんか。今年は夢を広げて大会参加も考えています。
・ 旅行サークル	今年最初の「遠足旅」は77回目を迎えます。「わくわくする未来に人は集まるのでは無く、ワクワクする未来を語り合う所に人は集まるのです。一人一人がそこで出来ることをみつけませんか?」
・ わくわく同好会	今年もおしゃべりを楽しみながらランチを頂く「目指せ1万歩、わくわく楽しい企画」提案します。
・ 朗読会「野いちご」	三人で朗読をしているグループです。読み方は三人三様ですが、楽しい物語は楽しく、悲しい本はそれらしく、怖い話は背すじがぞっとするように・・・と、読めればいいなと思って朗読しています。

### 新入会員説明会(オリエンテーション)

1月30日(金) シーズネット研修室にて、2025年10月~12月迄入会した新入会員に対して説明会を実施致しますので、該当者は必ず参加をお願いします。13:30分~15:30分を予定しています。

内容は、①理念・心得 ②今後の活動等 ③通信の読み質問等々 既存の会員参加者は事務局迄TEL