

健康麻雀部の活動

垂水区
神陵台三樹会

津村 嘉代子

健康麻雀部では、「飲まない・吸わない・賭けない」をモットーに、楽しく和氣あいあいと活動しています。

部員は女性11名、男性6名の17名です。会場はマンションの集会所で、毎月第1・3火曜日の午後11時～12時、2時間ほどゲームを楽しんでいます。

参加者は14～16名、会場の麻雀卓4台はみんなです。

グループ分けは、初心者からベテランまでいますので、不公平感が出ないようにクジで決めます。

毎回、相手が違うので新鮮です。ベテランの人から学ぶことも多く、ベテランの人は、初心者の人に役の作り方や、こうするとあがり易い等を教えてあげています。

リーチを直ぐする人、ポン・チーで鳴いてあがるのが得意な人、役作りを楽しんで黙ってあがる人など、人それぞれ個性があります。

大きな手であがれた時の嬉しさや、ツイている時



和氣あいあいと健康麻雀

の楽しさもありますが、反対に満貫の手でもあがれなかつたり、振り込んだ時の悔しさもあり、麻雀は奥が深く、頭を使い、指の運動にもなり、脳の活性化になります。

夏はこまめに水分を摂り、おしゃべりの中で近況や健康状態を語り合い、安否確認の場にもなっています。私たち健康麻雀部は、高齢者ばかりですが、気持ち若く、これから明るく、元気で楽しく活動してまいります。



姫路市 播磨国総社



新春初詣で三社参り

西区
玉津寿楽会

人見 道雄

1月7日

(火) 晴天に恵まれ、参加者45名でゆつたりと乗車。まず末長会長の新年のご挨拶があり、今年の恵方である西南西方面の姫路市にある大塩天満宮に参拝し、全員で記念撮影をしました。

次は、たつの市の神戸神社に参拝し、おみくじを買い、皆様それぞれの「神だのみ」をされたと思います。

昼食は「ホテルサンシャイン青山」にて、おいしい食事を頂きました。各テーブルの代表者の挨拶を頂き、楽しいひと時を過ごしました。

お土産はヤマサ蒲鉾にて、お酒のつまみにできる品物ばかり(はもチクワ、かまぼこ等)が販売されていました。今夜の酒のアテはこれといいと、レジ袋を両手に持つぐらい買われた方もおられました。

3つ目は、姫路市の播磨国総社に参拝して、今年一年健康で良い年でありますようにとお願いをされたと思います。

今回の三社参りは近場で朝から早目の行程でしたので、帰りも5時過ぎには無事に皆様も家に着かれたと思います。ケガもなく楽しい一日を過ごさせていただき、参加者のご協力にお礼申しあげます。

私たちはKOBEシニアクラブの活動をサポートしています

街のパンやさん
有限会社
パンキン
神戸市北区有野町二丁目 329-11
TEL.(078)987-0528

春 夏 秋 冬
家づくりとは風の流れをふまえながら
株式会社 **鷺尾工務店**
神戸市北区八多町附物880-1 TEL.(078)982-0007

株式会社 **六甲建設**
西宮市北六甲台 1-18-5
TEL.078-903-4299

えぐさ歯科クリニック
診療時間
9:00~13:00
14:30~18:00
完全予約制(急患の方はお申し出ください)
※月曜日の診療は17:30までとなります
神戸市灘区将軍通3-4-22 グランポニール六甲
TEL.078-861-2525

住まいに関する事ならお気軽にご相談下さい!
株式会社 **塗屋**
神戸市北区山田町坂本中ノ瀬 139-1
TEL.078-583-0155
info@nuriya-kobe.jp

ペット供養・動物霊園
曹洞宗 普門山 **永徳寺**
神戸市北区八多町吉尾714
078-982-3615
Instagram LINE WEB SITE
ふもんのさと

従業員募集
イベントアルバイト募集中
株式会社 **角中**
資材センター
神戸市北区八多町附物 855
TEL.090-3274-0664(角中)

鼻炎・花粉症を和らげるツボ
指でツボをしっかりと押さえます。
肺穴 大腸 合谷
※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。
異常を感じたら止めてください。