

健康づくりグループ活動記録(4月)

【開催日】

令和3年4月7日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 花見
- ・ 去年はできなかったが今年はできたのでよかった



- ・ 活動記録
- ・ 今月から復活することにする
- ・ 会費
- ・ 残りが8千円くらいになったので次回から集める

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ ビワの袋掛け
- ・ 100枚掛けたがまだ実があるので次回掛けて網掛けもする



- ・ ミカンが枯れてきたがどうしたらよいか調べたい
- ・ 草刈り
- ・ 前回伐った柵外の木の片付け

【開催日】

令和3年4月21日（水）

【出席者】岡部、吉井、隅原、
武田、中野

【ミーティング】

- ・ ミカンが枯れる
- ・ 公民館で問い合わせたところ冬の寒さが原因か
- ・ 木の根元に土を盛るのがいいか、次回に調べてくる（隅原）

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ ビワの袋掛け



- ・ ビワの網掛け



- ・ 柵外の片付け



健康づくりグループ活動記録(5月)

【開催日】

令和3年5月12日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 雨天時の対応
 - ・ その日の各自の判断にまかせるが、わからない時は来てみてからどうするか決めてもよい
- ・ ミカンが枯れる件
 - ・ 公民館で聞いてみたが、見てみないとわからないが土が浅いので寒さ暑さでやられるのと、実を多く成らせすぎるのが原因ではないかということだった

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 堆肥に苦土石灰を混ぜて土づくり
- ・ 次回木の根元に入れる



- ・ 草刈り



- ・ ブドウの枝の棚への固定

【開催日】

令和3年5月19日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ ワクチン接種
 - ・ 高齢者へのコロナウイルスワクチンの接種が始まった、各自予約済
- ・ マムシ
 - ・ 敷地内にマムシ(子供)が出た



【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 木の根元に土を入れる
- ・ 草刈り
- ・ タケノコの収穫



健康づくりグループ活動記録(6月)

【開催日】

令和3年6月2日（水）

【出席者】岡部、吉井、隅原、
武田、中野

【ミーティング】

- ・ 会費
 - ・ まだ残高に余裕があるので今月は無しとする
- ・ ビワの収穫
 - ・ 少し早いが雨も降るので今日収穫することにする

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ ビワの収穫



・ タケノコの収穫



【開催日】

令和3年6月16日（水）

- ・ 雨のため中止



健康づくりグループ活動記録(7月)

【開催日】

令和3年7月7日（水）

【出席者】岡部、鹿倉、隅原、
武田、中野

【ミーティング】

- ・ 臨時活動日
- ・ 草刈り、枝打ちが今週だけでは済みそうにないので、次週可能な者は出て活動することにする

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ ブドウの袋掛け



- ・ イラガの幼虫退治



- ・ 草刈り

△▽△▽△▽△▽△

【臨時開催日】

令和3年7月14日（水）

【出席者】岡部、隅原、中野

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 草刈り



△▽△▽△▽△▽△

【開催日】

令和3年7月21日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 学生の実習
- ・ 9月1日の定例会に学生10名の参加要請あり
- ・ 内容は活動を共にして活動の紹介、思い出話、その後健康教育
- ・ 午前中で終わってもらうようお願いする
- ・ 水やり
- ・ 来週から毎週水やりする

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 草刈り
- ・ 水やりの準備



健康づくりグループ活動記録(8月)

【開催日】

令和3年8月4日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 水やり
 - ・ 7月26日(月)に実施(隅原)
 - ・ 以後8月11日(鹿倉)、8月25日(岡部)、9月8日(中野)、で実施する
 - ・ 水は機械室に行って出してもらう
- ・ 学生の実習
 - ・ 9月1日に実施

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 鳥の被害
 - ・ ブドウとミニトマトが鳥につつかれた



- ・ 水やり



- ・ 樹木周りと柵外の草刈り・枝打ち



△▽△▽△▽△▽△

【開催日】

令和3年8月18日（水）

- ・ 雨のため中止
- ・ ただし柿にネット掛けのみ実施



健康づくりグループ活動記録(9月)

【開催日】

令和3年9月1日 (水)

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田

【先生方】水馬先生、松原先生、
古賀先生、榮田先生

【学生】有田、田坂、長見、沖本、
蓮佛、渡部、岩田、川井、下垣、
鳥本

新型コロナによる学生の実習不足を補うための学習として、学生がグループの活動に参加し、活動の体験と質疑応答を通じてグループのPRと学生との情報交換を行った

【挨拶】

- ・ 水馬先生、岡部会長挨拶

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 果樹園案内
- ・ 除草作業



【ミーティング】

- ・ グループ紹介
- ・ 松原先生よりパワーポイントによる

るグループの紹介

- ・ 各メンバーよりグループ参加の動機の紹介
- ・ 学生よりの質問
- ・ グループ継続の秘訣、予算管理、グループ活動の意味、新規会員の勧誘は、これからの活動方針・希望、その他

△▽△▽△▽△▽△

【開催日】

令和3年9月15日 (水)

- ・ 雨のため中止

△▽△▽△▽△▽△

【臨時開催日】

令和3年9月22日 (水)

【出席者】岡部、隅原、武田、
中野

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 草刈り



- ・ ナツメの収穫



- ・ 銀杏拾い
- ・ 場外の枝打ち

健康づくりグループ活動記録(10月)

【開催日】

令和3年10月6日（水）

【出席者】岡部、吉井、隅原、
武田、中野

【ミーティング】

- ・ 学生の実習の報告
- ・ 榮田先生から報告がある
- ・ 水仙の球根
- ・ 五日市の公民館で植えて余った球根をもらったのでフェンス沿いに植える

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 収穫
- ・ 柿、ミニトマト、イチジク、ナツメ
- ・ 銀杏拾い
- ・ 水仙の植付
- ・ 場外の枝打ち



【榮田先生から報告】

- ・ 感謝の言葉があった



【開催日】

令和3年10月20日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 各自の現況報告
- ・ 各メンバーより現況を報告
- ・ 田舎の水害復旧で疲れるというメンバーもあった
- ・ 体調が良くないメンバーもあった

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 収穫
- ・ ミニトマト、イチジク、柿



- ・ 駐車場入口および果樹園入口付近の草刈り
- ・ 実施前



- ・ 実施後



健康づくりグループ活動記録(11月)

【開催日】

令和3年11月10日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田

【ミーティング】

- ・ 市民活動センター避難訓練・大掃除
- ・ 12月9日(木)10時から
- ・ 可能な人は参加ください
- ・ あじなの丘
- ・ 12月の第1回に原稿を持ち寄りページを打つ
- ・ 出来る者は絵か写真を追加する
- ・ 当日は活動センターに集合
- ・ 年末年始
- ・ どちらかの回に講義をお願いする
- ・ 年始1月5日にするかどうか学校と相談する

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 収穫とネット外し
- ・ 柚子、みかん、花梨、ミニトマト、イチジク



【開催日】

令和3年11月17日（水）

【出席者】吉井、隅原、武田、
中野

【ミーティング】

- ・ あじなの丘
- ・ 表紙は隅原氏担当
- ・ 12月1日に原稿を持ち寄る
- ・ 活動センターに集合

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 薬剤散布
- ・ 伊予柑にカイガラムシがついたのでスミチオンを散布



- ・ 草刈り・落葉清掃



健康づくりグループ活動記録(12月)

【開催日】

令和3年12月1日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 小村氏退会
 - ・ 要介護となり活動できなくなったので退会する旨ファックスがあった
- ・ 活動場所確保
 - ・ 学内の活動場所としてヒューマンケアリングセンターを確保いただいた
 - ・ 毎月第1・第3水曜日を予約済
 - ・ フィットネスの器具は廃止されたので他の体操等を紹介していただける
 - ・ 次回からヒューマンケアリングセンターに集まる
- ・ スポーツ保険
 - ・ 保険料が上がっているようだが、申込書が来たら対応を考える
- ・ 会費
 - ・ 残りが3,000円ほどになったのでまた集め始める
- ・ あじなの丘
 - ・ 原稿を集めてページを打った
 - ・ コピーは市民活動センターで岡部、武田が行う
- ・ 新年の予定
 - ・ 新年の予定は大学の都合で決める

【園芸】

- ・ 柚子と花梨の収穫



【開催日】

令和3年12月15日（水）

【出席者】岡部、吉井、隅原、
武田、中野

【ミーティング】

- ・ 新年の予定
 - ・ 1月5日9時に学長先生に挨拶に行く
 - ・ 集合は8時45分にヒューマンケアリングセンターとする
- ・ あじなの丘の製本
 - ・ 市民活動センターの機械で丁合いまでできるので来年は活用することを考える(カラーとモノクロの差は4円)
 - ・ 来年の表紙写真の案があれば写真を撮っておくので提案してほしい



- ・ 会員を増やす策
 - ・ 何らかの策を講じる必要があるが目玉になる活動がないので難しい

【園芸】

- ・ カイガラムシ退治、落葉清掃

【水馬先生との懇談】

- ・ 大学への貢献
 - ・ 草刈り程度のことはできないができることはさせていただきたい
- ・ 新年の予定
 - ・ 9時から学長挨拶・写真撮影の後先生方も都合がつけば新年互礼会に参加いただく
- ・ 健康講座
 - ・ フレイルについて2月16日10時から講義していただく

健康づくりグループ活動記録(1月)

【開催日】

令和4年1月5日 (水)

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【新年の挨拶】

- ・ 学長に御挨拶
 - ・ 学長室にて学長に新年の御挨拶を申し上げた
 - ・ 先生方と記念撮影
- ・ 新年互礼会
 - ・ 水馬先生以下先生方にご参加いただき互礼
 - ・ 岡部代表挨拶：コロナにもかかわらず皆さんの顔が見れたのは嬉しい、今年も元気で過ごしたい
 - ・ 水馬先生御挨拶：健康についての勉強会などを入れながら健康づくりを進めていきたい、体力をつけ感染予防して行こう
 - ・ 各メンバーと先生方から今年の抱負などを紹介

【ミーティング】

- ・ 会計報告
 - ・ 新年度への繰越金は6,631円
 - ・ 2月に会費を2,000円集める

・ 今年の予定

- ・ 5月第1週(4日)は11日に変更
- ・ 雨天時もヒューマンケアリングセンターに集合

【開催日】

令和4年1月19日 (水)

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 大学への問い合わせへの回答
 - ・ フィットネスルームの使用はコロナが収まれば使えるが当面は不可
 - ・ 草刈りは①第一駐車場中央分離帯と②第二駐車場とテニスコート周辺を無理のない範囲で
- ・ 会員の勧誘
 - ・ チラシに書く直近のイベント計画を今後先生と相談していく
- ・ 模造紙
 - ・ 2月2日にアウトラインを決め2月16日に作成する

【園芸】

- ・ 伊予柑の収穫
- ・ 樹木の剪定



健康づくりグループ活動記録(2月)

【開催日】

令和4年2月2日 (水)

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

- ・ 活動場所
 - ・ 広島県に蔓延防止が出されたので期間中は建物内に入れない
 - ・ 2月に予定していた水馬先生の講話は1ヶ月延期され3月2日になる
- ・ 模造紙づくり
 - ・ 3月に行く
 - ・ 遅れるのはやむを得ない
 - ・ 写真は探しておく
- ・ 飯村先生から寒中見舞い
 - ・ 吉井に寒中見舞いが届き「あじなの丘」を作り続けていることが素晴らしいとあったので次号を送ることにする

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【園芸】

- ・ 寒肥施肥
 - ・ 寒肥に灰を混ぜて施肥



- ・ マシン油散布



【開催日】

令和4年2月16日 (水)

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【ミーティング】

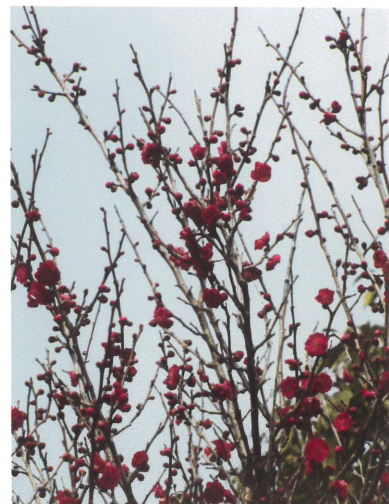
- ・ 蔓延防止延長か
 - ・ 蔓延防止が延長かもしれないが、そうならば模造紙は遅らせる
- ・ 水馬先生講話
 - ・ 次回講話がある
 - ・ できれば9時からとしてもらう
 - ・ 集合は果樹園とする
- ・ 模造紙
 - ・ 差し替えるといいような写真はほとんどない
 - ・ 最悪去年のままだでもやむを得ない

【園芸】

- ・ ビワの木起こし
 - ・ ビワの木が斜めになっているのを起こした



- ・ 柵外の伐採
- ・ 柚子の剪定



紅梅が咲いた

健康づくりグループ活動記録(3月)

【開催日】

令和4年3月2日（水）

【出席者】岡部、鹿倉、隅原、
武田、中野

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【ミーティング】

- ・ 水馬先生講話
 - ・ 蔓延防止が延長されたので次回に延期
- ・ 観音竹とユッカ
 - ・ 処分するので次回持ってくる(隅原)
 - ・ 必要な人は持って帰ってほしい
- ・ 模造紙づくり
 - ・ 次回に行く
- ・ 花見
 - ・ 実施するかどうか次回検討する

【園芸】

- ・ 腐葉土を入れる
 - ・ 腐葉土を木の根元に入れる



【開催日】

令和4年3月16日（水）

【出席者】岡部、吉井、鹿倉、
隅原、武田、中野

【健康講話】

- ・ 水馬先生講話
 - ・ 「フレイルを予防して心はつらつ！」を拝聴
 - ・ フレイルとは高齢者が筋力や活力が低下した段階で、適切な介入によりよい状態に戻ることができる
 - ・ フレイルチェックで元気を把握して運動などで予防（実習）
 - ・ 広報委員の学生さんが大学の広報活動のため同席



【フィットネス】

- ・ ラジオ体操
 - ・ 今回からフィットネスルームがまた使えるようになった



【ミーティング】

- ・ 花見
 - ・ 4月第1回(6日)に実施する