

健康づくりグループ活動記録（11月）

【開催日】

令和7年11月5日（水）

【出席者】岡部、鹿倉、隅原、
武田、中野、金子

【ミーティング】

- ・ 見学者
 - ・ 松原さん
 - ・ 阿品台2丁目在住、水馬先生と旧知
- ・ 学園祭の感想等
 - ・ 学生さんの応援が助かった（特に力仕事）、水馬先生にもいろいろとお世話になりありがたかった
 - ・ 吹き抜けでの演奏は音が良かった
 - ・ 会場が広くてお客さんもゆったりして聞きやすかっただろう、ただしちょっと広すぎた感もある
 - ・ 広いソファースペースがあってもよい
 - ・ 学園祭そのもののお客さんの入りが悪かった
 - ・ レコードをかけているのが外から見えないので、レコードをかける意味があるのか疑問、また外から中が見えないので入る気にならない
 - ・ ミニコンサートの宣伝が足りなかった、写真入りのポスターを貼るとか放送をしてもらうとかの工夫が無かったし、場所もわかりにくい
- ・ 学園祭の収支報告
 - ・ コーヒー、紅茶、ジュースの売上と、会費18,000円を合わせて収入が29,200円、支出は14,006円、差引き15,194円（詳細別紙）
- ・ あじなの丘
 - ・ 原稿を12月3日までに提出のこと
- ・ あいプラザまつり
 - ・ 11月3日にあった
 - ・ 先生から今年も参加する、グループの勧誘チラシを準備するというメールがあったのでポスター数枚を持参して会場に貼り出した

【園芸】

- ・ 銀杏の処理
- ・ 柚子、カリンの収穫
- ・ 草刈り

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操

【開催日】

令和7年11月19日（水）

【出席者】岡部、隅原、武田、
中野、金子、松原

【ミーティング】

- ・ 松原さん入会
- ・ ガラコンサートの紹介
 - ・ ミニコンサートに出演いただいたヴィオラの園部真秀氏と、出ていただけなかったがチェロの向井真帆氏も出演される
- ・ あじなの丘
 - ・ 12月3日までに提出のこと
 - ・ 表紙写真は松原さんをお願いする
- ・ 廿日市女子野球フェスティバル
 - ・ 11月29,30日に佐伯運動公園で行われる、日赤が健康ブースを出す
- ・ 熊の出没
 - ・ 学生は鈴を持っている
 - ・ 原で熊出没情報あり

【健康情報】

- ・ 肌の乾燥対策
 - ・ ビタミンとタンパク質を摂る
 - ・ 入浴はぬるめの温度で、石鹸の使用は最小限にしてゴシゴシこすらない
 - ・ リップクリームは縦に塗る
 - ・ 水分をしっかり摂る

【園芸】

- ・ 柚子、カリン、蜜柑の収穫



- ・ 草刈り
- ・ 玉葱の植え付け

【フィットネス】

- ・ ラジオ体操
- ・ はつはつ！体操