健康づくりグループ活動記録（10月）

【開催日】
令和8年10月7日（水）

【出席者】岡部、鹿倉、隅原、武田、中野、金子

【ミーティング】
- メンバーの私的な事故について
  - 家で倒れて硬膜下血腫で意識がなくなっていて緊急手術した
  - 前にベッドから落ちて頭を打ったのが原因らしい、その後2～3か月から半年ぐらいはそうなることがあるとのこと
  - 12月まで休会する
- ミュージックカフェ準備
  - 臨時出店施設開設届を提出した（中野）
  - テーブルに飾る花と観葉植物を準備中（武田、中野）
  - 先生に印刷物のデータを送りますので印刷をお願いします
  - ミュージックカフェのチラシを作った、また、リクエストを促すためのポスターとポップを準備中
  - 前日の準備は16時から、調律は14時から行う
  - 会場内外に貼るものの位置を書いたものを準備する

【健康教育】
- スポーツの秋、食欲の秋で健康に過ごす３つのポイント
  - 毎日10分体を動かす
  - 手軽なストレッチをする（手のひらを内側にして）
  - 運動前後のケアや食事睡眠で心身を整える

【園芸】
- 柿、ナツメ、無花果、カリンの収穫
- 銀杏拾い



- 草刈り

【開催日】
令和8年10月21日（水）

【出席者】岡部、鹿倉、隅原、武田、金子

【ミーティング】
- 学園祭ミュージックカフェ開催の振り返り
  - 売上：コーヒー30杯、ジュース20杯、紅茶17杯
  - 売上高：11,400円、会計報告は後日行う、演奏者の謝礼分は確保できた
  - ミニコンサートのビデオ撮影をCD化(10枚コピー作成)、費用は3,000円
  - ミニコンサート時お客さんが多そうに見えた、ただ学園祭全体では来訪者は少ないように見えた
  - 前回、前々回と比べ、ミニコンサート開始前のお客さんの入りが良くなかったよう
  - ピアノは長い間使用されていなかったので準備が大変だったが、演奏が無事終わりホットした
  - フルートは綺麗な音が出ていて良かった
  - 何人かのお客様がレコードを選ばれ、レコード鑑賞されていた
  - 中野の奥様の気配りあるお手伝いに感謝
  - 準備、開催中、後片付けを通して、学生さんが良く手伝ってくれた、又、丁寧な対応だった
  - 水馬先生からおにぎり、シソの天ぷら、リンゴの差し入れがあり、空腹が満たされ感謝
  - 武田が良く働いてくれ感謝
  - 無事に終了し良かった
  - 演奏者がカーディガンを失くされたとの事だったが車の後席にあったとの事で一件落着

【園芸】
- 銀杏の収穫
  - バケツ2杯+α、風が吹くとぽろぽろ落ちてきて切りがない、処理は武田に依頼(感謝)
- 水撒き用のホースの片づけ
- ゆずの収穫
  - まだ、青いまま、1個/一人