



【年を重ねる】

『年を重ねる』ということは

決して『衰え』ではない

年を重ねるといふ不思議な感覚

いつの間にか周りが柔らかく見えてくる

自分にも、相手にも、

完璧を求めなくなる

ありのままでもいいのだと

そして

自分も相手も許せるようになる

今思えば、若い頃は

理由もなく焦っていたように思う

今はゆつくりとした時間の中で、

心が静かに落ち着いていくのが分かる

自分や相手の欠点が薄れて見え

笑って過ごせるようになる

人間関係も、無理して笑う必要もなく

無理して誰かに合わせこともなくなる

大切な人と静かに過ごす時間が

何よりも大事だということに気付く

何気ない感謝の言葉が

心を満たしてくれる

過去にとらわれず、未来に怯えず

『今を楽しく過ごす』

今まで十分頑張った

もう無理しなくていい

ありのままの自分でいい

『歳を重ねる』ということなのだと思ふ

そして『歳を重ねる』とは

『いくつになっても成長し続けること』

人生はこれから!!

そう思える自然に笑顔になれる

だから、今を精一杯楽しもう

あなたの笑顔で

周囲も笑顔になるのだから…

あなたの今日

そして明日が

笑顔でありますように!!
(副理事長 角山 美知子)

【今月のミニギャラリー】 (展示期間: 4/21 ~ 5/16)

今回のミニギャラリーは西習志野にお住いの島田隆之様制作による「写真」展です。

島田様のコメント:

【谷津干潟公園に鳥を見に行つたのを、きっかけに鳥の可愛い姿や逞しさに魅せられ、東京湾野鳥公園や葛西臨海公園に休みの度に行くようになりました。一年を通して山や公園を歩いていると季節ごとに違った鳥に会え季節の移り変わりも肌で感じて癒されます。最近では自然界に暮らす動物にも興味があり、北海道まで行く事が多くなりました。

今回はその北海道で撮った写真です。皆様に見て頂ける機会を与えて頂き嬉しく思います。

(島田隆之)



【ご報告・お願い並びにご連絡】

I [令和6年度総会のご案内]

令和6年度総会を以下の通り開催いたしました。

日時: 令和7年4月18日(金)PM4~

場所: サロン内

議案: 総会議案書は総会(4/18)で審議終了後、承認された内容を会員の皆様方に送付いたします。

II [令和7年度会費納入のお願い]

会員の皆様方には「たより3月号」に同封して会費納入のお願いをしています。今現在61名の方々に御協力を頂いておりますが未納の方はよろしくお願い申し上げます。また不要な切手の供出も合わせてお願いいたします。

※ミャンマーで3/28発生した大地震により死者・行方不明者が多数発生しました。そこで、新年からカウンターにセッティングした募金箱を年度末に開封したところ¥29,391ありました。その内¥10,000をミャンマーに「募金」として提供いたしました。支援して頂いた方々に感謝感謝です。

五
月
予
定
表

サークル	日 時	費用=利用料 200 円/日+(参加費又は材料費)
歌声サロン	5(月), 21 (水) 13:30~	三田村・架谷先生指導による(参加費 100 円)
マクラメ教室	7, 21(水) 10:30~	蓮村先生指導による(材料費実費)
編み物教室	20(火) 10:00~	度会スタッフ指導による(材料費実費)
パッチワークサークル	14(水) 10:00~	岩本先生指導による(材料費実費)
布草履教室	13, 27(火) 10:00~	坂本先生指導による(材料費実費)
スマホ教室	7, 14(水) 10:00~	三田村・新保先生指導による(参加費 100 円)
折り紙教室	21(水) 10:00~	大下・関谷先生指導による(材料費実費)
ソフト粘土教室	19(月) 13:30~	大沼先生指導による(材料費実費)
詩吟サークル	12(月) 13:30~	岩成先生指導による(参加費 100 円)
健康塾	18(月) 10:30~	荒木先生指導による(参加費 100 円)
洋裁教室	7, 14, 28(水) 13:30~	堤スタッフ指導による(材料費実費)
シニア英会話教室	3, 17(土) 10:30~	新保先生指導による(費用 300 円)
消しゴムはんこサークル	17(土) 13:30~	(費用 300 円)
PC 教室: 毎週木曜日(10:00~) 三田村・朝山先生等の指導による(参加費 100 円)		
生き活き麻雀教室: 毎週金曜日(9:30~12:30)(費用 400 円/回)、ラジオ体操毎日 2 回(11:00&15:00)		