

令和5年3月の活動実績

3月22日（水）

2月に引き続き、3月も前橋市総合福祉会館（子育て研修室）にてプロ講師による筋トレの実践を行いました。新規入会予定の方も参加される中、今回はボールやゴムテープを利用して、下半身や腹筋の筋力強化を中心に、一時間程指導して頂きました。

筋トレ終了後、引率者の方から4月に予定されている赤城山登山の概略や注意事項についての説明、質疑応答が行われました。赤城山登山の概要は次の通りです。

<日程> 2023年4月26日（水） 9：20～14：00頃
（雨天の場合は5月17日（水）へ延期。前々日までに連絡）

<当日集合場所> 9：20 赤城山 姫百合駐車場集合

<持ち物> スニーカー等運動靴、弁当、飲み物、救急用品（バンドエイド等）、登山用ストック（トレッキングポール）、雨合羽、着替え、非常食、帽子、タオル、手袋（軍手等）、用意可能であればクマよけの鈴など。

令和5年5月の活動実績

5月24日（水）

当日は朝から晴天のもと、グリーンドーム東の駐車場に10名の会員の方々が集合後、市内の散策という事で、まずは臨江閣へと向かいました。臨公閣ではガイドの方から臨公閣について、丁寧に解り易い説明をして頂き、近代の歴史等についてより知識を深める事が出来ました。



臨江閣見学の後、道路を渡って前橋東照宮へ異動し、東照宮内を散策しました。下にある写真は、当日社務所にて頂いた御朱印です。水戸黄門で有名な三つ葉葵が押印されていました。



その後、群馬県庁の地下にあるレストランで昼食をとった後、前橋藩主・酒井家の菩提寺である大珠山是字寺龍海院へ徒歩にて移動し、境内を巡りました。

令和5年7月の活動実績



☆令和5年7月19日（水）わたらせ渓谷鉄道の沿線にある手作り丸太小屋（ログハウス）を訪問。

当日は山体験の一環として、油圧を利用したオリジナル巻き割り機による巻き割り体験や、近くの山の周りを巡った後、手作りウッドデッキの上で肉を焼いたり野菜を焼いたり、皆でバーベキューをしつつ、歓談を楽しみました。

又、食後はコーヒーを頂きながら、オーナーの方からログハウスを作り上げる迄の経験談や、大型船の船長をしていた頃の思い出話を聞かせて頂き、有意義な一日を過ごしました。



令和5年9月の活動実績

9月20日(水)

前橋駅南口へ集合。月夜野ビードロパークに向け、9時37分発の電車に乗り込み前橋駅を出発した。

上越線の無人駅である後閑駅へ到着後、ビードロパークの送迎車に乗り換え、漸く現地へ到着。

ガラス工場や展示場を見学後、レストランにて地ビールで乾杯し、暫く皆で歓談しました。



令和5年10月の活動実績

10月18日(水)

朝9時にグリーンドーム東側にある前橋公園駐車場に集合。当日の天気は晴天。散歩日和。

駐車場の一角にある休憩所にて、当日の概略スケジュールの説明を受ける。その後、敷島公園を目指してウォーキング開始。

普段、なかなか歩く事のない小道通りが多く、新鮮で爽快な気持ちになる。敷島公園に到着後小休止し、再び前橋公園を目指して歩き始める。

到着後、解散となりました。

令和5年11月の活動実績

11月22日（水）

当日は朝10時、サンデンフォレスト駐車場へ各自集合。車3台に分乗してサンデンリテールシステム工場のエントランスへと向かいました。エントランスでは製造本部長や総務部長に直接出迎えてもらい感謝致します。紹介や挨拶、記念撮影の後、総務担当の方に自販機工場を案内して頂きました。工場見学後、自販機ミュージアムへ移動し、自販機の歴史等について説明を受けました。

フォレストの森の中を散策した後、構内にあるコテージで昼食をとり、その後は会計報告や今後の活動案等について打ち合わせを行い、終了後、今井さん指導にて折り紙で飛行機や兜、カラス等折って楽しい一時を過ごしました。



令和5年12月の活動実績

12月20日（水）

午前10時より前橋市総合福祉会館にて、会員11名が集う中で「新蕎麦打ち」を行いました。ラジオ体操を終えた後、最初に関谷会長から蕎麦打ちの手順やポイントについて指導して頂きました。その後3つのグループに分かれ、歓談をしつつ調理実習の一環として蕎麦打ちを楽しみました。出来上がった蕎麦は新蕎麦だけに風味やのど越しが素晴らしく、予め用意して頂いた天ぷらと併せ、皆でゆっくりと味わいました。

