

Living Life Club とは『いきいきとした 楽しいクラブ』です



社会行事：・子どもの日・端午の節句 5日(木)  
 ・母の日 8日(日)・愛鳥週間 10日～16日

現在の会員数	合計	男	女
当 月	94	44	50
前 月	94	44	50
増 減	0	0	0

=季節の風物詩=



★八十八夜 (今年は 2 日) は季節の移りかわりの目安ひとつです。立夏 (毎年 5 月 6 日ごろ) を控えた春から夏への境目で、この頃から気候も安定してきます。不意に訪れる遅霜も降りなくなるため「八十八夜の別れ霜」といわれ、八十八を組み合わせると「米」という字になることから、様々な農作業の目安にされてきました。

エル・エル俳句

おちこちに 瑠璃色光る いぬふぐり (益之助)  
 新茶汲むや 夫(つま)の好物 豆大福 (たたえ)  
 終バスの 窓に夜桜 見事なり (すだち)

5月	日	曜	時間	場所
役員会	17	火	10:30～	第1集会所
グラウンドゴルフ	毎週	月水木	8:15～	第1公園
スポーツ吹矢	6 20 27	金 金 金	13:00～	第1洋室
清掃	1	日	7:00～	第1公園

活動中止 (月例会・カラオケ・民謡・ボッチャ)

=脳卒中の治療は一刻を争う=

暑い時期にも多い脳卒中です。脱水による体内の水分不足に注意しましょう。



脳卒中は前触れもなく突然起こるのが特徴です。顔がゆがむ、顔の片側が下がったり、腕や足に力が入らない、言葉がもつれたり、理解できない、まれに半身麻痺や言語障害の症状が一時的に出ても短時間のうちに消失する事もあります。又片方の目が見えない、視野が欠ける、激しい頭痛がすることもあります。大事にならないよう日頃より高血圧、糖尿病、不整脈、コレステロール、塩分、脂肪の取りすぎ、たばこ、アルコール等に注意し定期検診を受けましょう。脳卒中は限られた時間内に治療を受ければ命は助かるという事です。時間内とは4時間30分位が目安です。異常に気付いたら直ぐに 119 または病院へ (18-404 岸田)

4月 例会中止  
 \*4月誕生者(4名)に祝い品お届け  
 \*5月19日 例会(総会)中止  
 ★今年の総会もコロナウイルス感染防止のため、開催を中止し、委任状をもって議決することにいたしました。  
委任状は担当役員までお届け願います。

5月生まれの方々 (敬称略)

小川 隆子(傘寿)  
 早川 俊之(傘寿)  
 桑原 静夫(喜寿)  
 橋本 豊 馬場 薫  
 石井 信行

≪会員投稿≫ 三浦康子著「暮らしの歳時記ガイド」より

「夏も近づく八十八夜……」という歌詞で始まる文部省唱歌『茶摘み』の影響で、八十八夜といえば新茶のイメージがあります。八十八夜は茶摘みを行う目安でもあったため、季節の話題として茶摘みをする様子がニュースになるわけです。

とはいえ、実際の茶摘みの時期は産地によって違いますし、品種改良が進んで早期化傾向にありますが、緋にたすきがけの茶摘み衣装を着て茶摘みをする様子は季節の風物詩であり、産地の PR としても大切です。昔から、八十八夜に摘んだお茶を飲むと長生きするとされています。今はまさに新茶の季節。

新茶はテアニンという旨味成分をたっぷり含み、リラックスさせたり、集中力を高めたりする効果があるといわれています。風味も抜群ですから、旬の味をぜひ堪能してください。

柏餅や粽(ちまき)と一緒にぜひどうぞ。柏餅や粽を食べる理由を知るとさらに美味しいですよ。

(13-1001 中川 純一)

