

## 交友会主催行事

お申し込みは電話かメールで事務局まで。  
定員になり次第締め切り、キャンセル待ちとさせていただきます。  
☎ 03-3518-6455 メール office@tokyoto-koyukai.or.jp

### 会員活動報告会(会員だより)

— 『寅さん』と旅と俳句と山頭火  
(弥次喜多へんろ道中記)—

敬愛する「風天の寅」こと渥美清さんが山頭火、お遍路に興味を持っていたことから、学生時代の友人と二人で1200キロ、四国八十八札所を巡る遍路旅に出ることになりました。足掛け5年を掛けて結願した遍路旅は、「心のふる里」を探す旅の様なことでした。この遍路旅の道中記を渥美さんの俳句もまじえ紹介します。

- 1 開催日時 9月5日(月)  
午後3時から
- 2 会場 交友会会議室
- 3 講師 井澤 勇治 氏(元生活文化局長)
- 4 定員 20名
- 5 参加費 無料
- 6 申込締切 8月26日(金)

### 第42回交友会ゴルフ大会

秋空の下で、プレーを楽しみながら会員同士の交流を深めませんか。参加経験のない方も歓迎しますので、ゴルフ仲間でお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。(非会員でも参加可能です。)

- 1 開催日 10月12日(水)
- 2 場所 大宮国際カントリークラブ
- 3 コース・時間 ちどり9:06 しらさぎ9:06
- 4 集合 8時15分までに受付を済ませてください。
- 5 募集人員 8組32名
- 6 経費 プレー代(約12,000円)と昼食は各自負担 参加費2,000円
- 7 パーティ パーティ(表彰式)はありません。賞品・参加賞を受取って帰宅してください。
- 8 申込締切 9月30日(金)までに電話またはメールで申し込んでください。
- 9 その他
  - ①カート付き、キャディなし
  - ②クラブバス(JR指扇駅北口発)  
7:10 7:25 7:40 7:55 8:10
  - ③開催日前日までに組合せ表を送付します。

### いきいき人生講座

「メタボ予防からフレイル予防へのギアチェンジ」  
— “普段の生活へのちょい足し” のポイント—

コロナ後も元気に!!  
加齢により抵抗力が弱まって心身の機能が低下した状態であるフレイルを予防し、外出や旅行、友達との交流を続けたいものです。そのための、無理なくできる日常生活のヒントを伺います。

### 秋の囲碁大会

恒例の秋の囲碁大会を開催します。  
初めての方、級クラスの方もぜひ奮ってご参加ください。3回戦を行い、終了後に表彰式と懇親会を行う予定です。

- 1 日時 9月28日(水)午後1時集合
- 2 場所 交友会会議室
- 3 定員 24名  
Aクラス(三段以上)  
Bクラス(二、三段)  
Cクラス(二段以下)  
( )内は参加者数により変動します。
- 4 参加費 1,000円(当日ご持参ください。)
- 5 申込者には開催日の1週間前頃に案内状を送ります。
- 6 申込締切 9月12日(月)

### まち歩き「東京みなと丸」で行く東京港見学一

新しくなった視察船「東京みなと丸」で東京オリンピック後の新しい東京港見学はいかがでしょうか。

- 1 開催日 10月25日(火)、26日(水)、27日(木)  
いずれかの一日の午前又は午後(申し込みの受付が9月中旬のため現時点では日にちは未定。希望は取りません。)
- 2 集合時間 午前便のときは午前10時、午後便のときは午後1時15分  
乗船日が決まった後に申込者に直接連絡します。(9月中旬ごろ)申込者が多いときは抽選をし、当選者に連絡します。
- 3 集合場所 竹芝小型船船着場(JR浜松町駅南口から徒歩約15分)乗船者に連絡します。
- 4 運行コース 竹芝小型船船着場→レインボーブリッジ→海の森→東京国際クルーズターミナル→竹芝小型船船着場(1時間15分程度)
- 5 募集人員 25名(船の関係で上限があります。)
- 6 参加費 無料
- 7 申込締切 8月31日(水)  
(申込時に乗船名簿が必要なため締め切りを早めにします。)

- 1 開催日時 11月16日(水)  
午後3時から
- 2 会場 交友会会議室
- 3 講師 清野 諭 氏  
(東京都健康長寿医療センター研究所  
社会参加と地域保健研究チーム主任研究員)
- 4 参加費 無料
- 5 定員 20名
- 6 申込締切 11月9日(水)