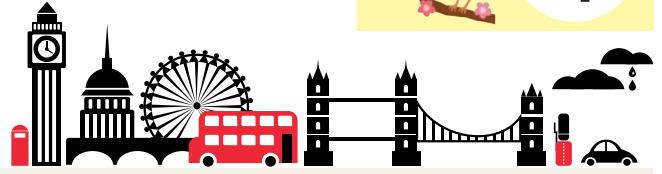


NewsLetter



Japan Association in the UK | 209a Princess Park Manor, Royal Drive, London N11 3FS
Web: <https://japanassociation.org.uk> | E-mail: secretary@japanassociation.org.uk

事務局長: 鈴木ナオミ
英国日本人会ニュースレター第310号 25 April 2024
Registered charity number: 1145493

理事会だより

●4月9日に行われた理事会の抜粋●

◎4月4日、大和ファウンデーションにて桜プロジェクトのイベントが開催された。主催者の佐野桜植樹実行委員長より英国日本人会会員のお手伝いに対し感謝の言葉を頂いた。ウィンター会長からも感謝の意が述べられた

◎「忘れな草プロジェクト」Oxford大学とロンドン大学、SOASで日本語を教えている二人の先生からプロジェクトが非常に貴重な資料であるとの関心を持たれ、これを更に普及、保存する為に協力したい旨のアプローチがあった。また、英国日本人会「わすれな草部」として引き続きプロジェクトは実行し、次

の世代のインタビューに移行する

◎忘年会会場探しなど準備開始

◎永久ビザの電子化について 将来的には必須となる



「忘れな草プロジェクト」
<https://wasurenagusa.org.uk/>

会員部

●今月の会員の動き●

新入会員: 4名 退会: 12名 会員数: 335名・Midland 会員: 11名・SOAS Speech Contest 入賞者: 8名・大学生 Speech Contest 入賞者: 2名・名誉会員 8名 全会員 364名

◎4月1日からご入会の方は次期会員更新時 2024年9月30日までの年会費が半額の £7.5 となります。この機会にまだ会員になっていらっしゃらないお友達、お知り合いをお誘いください。

◎会員特典サービス協賛店リスト (新しい協賛店もあります)

<https://japanassociation.org.uk/ja-会員特典サービス協賛店リスト/>

◎組織 <https://japanassociation.org.uk/> 理事会構成 /

◎会則 <https://japanassociation.org.uk/> 英国日本人会 - 会則 /

◎GDPR Policy <https://japanassociation.org.uk/> 事務局より / ja の gdpr-policy/

◎同じ住所にお住まいのご家族は皆さん会員です (投票権は1票のみ)。ご家族のメールアドレス追加をご希望の方は下記にご連絡ください。Eメール membership@japanassociation.org.uk

墓地管理部

●ヘンドン日本人墓地、恒例春の墓地清掃供養の報告●

春の日本人墓地、清掃供養が13日(土) 11時頃から行われました。当日はお天気に恵まれ、気温も過ごし易く野外での作業に最適な日でした。在英国日本国大使館より、園部領事様もお出掛け頂き、皆さんとともに草取り作業、石碑の磨き、落ち葉集め、等々、其々に励んで頂きました。

12時過ぎに三輪精舎、石井建心福主管の供養が始まり、その後、日本語教会のジョンソン・ユキ氏のお祈りが有りました。供養、お祈り後、建心さまよりのお言葉、とても心に沁み涙ぐんでお聞きしてました。高橋夫妻にはお花をご手配の上、飾っていただき、いつもながらの貢献に感謝申し上げます。遠方

から、又、近辺から其々お越しの皆様のお蔭で春の清掃供養も無事終了致しました。ご参加頂いた皆様、有難う御座いました。感謝致します。

藤田 (J.A. 墓地管理部)



各種イベント参加者へのお願い：

JAのイベント全てに関わる怪我や事故については自己責任において処理をされ、主催者の責任ではないことをご了承ください。

二水会部

●4月二水会の報告●



4月10日午後8時から「生命力豊かな食材や微生物を取り入れ、自力で心身共に健全な暮らしを～」を約50名の方々にご参加いただきまして、中身が濃く、また身体が喜ぶお話を1時間強していただきました。最初に手違いでスクリーンシェアできなかったのですが、彼女の素敵な笑顔をシェアできたことはとても幸運でした。

さて、私達の身体は意外に単純にできていて、身体を自分でコントロールし健康な日々を送るための「7号食酵素玄米チャレンジ」の説明から。数字が減るごとに飽食になることを知りました。1号食は自分の好きなものを好きなだけ食べる。最近の私は1号食ダイエット中です7号食は玄米のみで10日間、11～14日目は+味噌汁。最初は、身体が自然に戻ろうとして、色んな老廃物や不調を出していくために好転反応と言われる症状が出る。例；眠気、寒気、頭痛、腹痛、発熱、吐き気、関節の痛み、皮膚の痒み他。しかし数日後に便通が良くなり、それを乗り越えると、血のコンディション、血流が上って神経が通り、味覚が冴えて、味噌汁の味が大変美味しく心身に沁み渡り、至福感、爽快感が出てくる。実際に私も4年前に体験したときに、感涙しました！

そして2週間のダイエットは無理という方に有用微生物群であるEM1を発酵させて飲む方法をご紹介いただきました。EM1とは日本で作り出された蘇生力と抗酸化能力が高い微生物達のこと。フルーツと砂糖と一緒に発酵させ、それを常飲することで、抗酸化作用、免疫力が高まり、何よりも腸内環境が良くなって、身体によい微生物(菌)が増える=健康になるということ。山野さんも七号食チャレンジを25回され、300

人の方々が共感されている実績からも、手ごたえの強さを感じたのは私だけではなかったのではと思います。そして早速EM1を購入しましたと聴講された方からお礼のメールをいただきました。山野さんの素敵な笑顔に触れパワフルなお話をお聞きしたことで、とても幸せな気分になり、元気な気持ちを頂きましたこと心から感謝いたします。

フィンチ光重（二水会担当）

情報：

<https://www.em-seikatsu.co.jp/>（EM生活）

<https://www.agriton.co.uk/>（英国でEM1購入できるサイト）

<https://www.nagomi-kitchen.com/>（和みキッチンリンク）

★オーガニック玄米（Organic Brown short grain rice）等を買えるお店

<https://www.dolphinfitness.co.uk/en/infinity-foods-organic-short-grain-brown-rice-5-kg/330956>

<https://www.baldwins.co.uk/q>

<https://www.buywholefoodsonline.co.uk/>

山野敦子さんメールアドレス：atsukonagomi8@gmail.com

●5月二水会のお知らせ●

二水会の5月講演は泣く子も笑わせる「寅七」さんの登場です。ご期待くださいませ。

日時：2024年5月8日（水）20時～

演題：「～暗号を紐解き～身近なロンドン散策」

講師：寅七、坂次健司、City公認ガイド

参加費：無料（非会員3ポンド）

会場：オンライン（ZOOM：皆様のご自宅でご参加いただけます）

講演内容：ロンドンを歩いて気が付いた不思議なことをちよつと深く散策。①ヘルメスと弘法大師、杖の不思議 ②消えた川と貧民街、街の不思議 ③右から・左から、行進の不思議等についてお話していただきます。

文集部

●文集部よりお知らせ●

陽がさしながら雨が降っているので、“ああ狐の嫁入り”かと思っていましたら、その雨が雹（ひょう）に変わりました。それで、“ああ今度は豹の嫁入り”かと勝手に名付けました。もう4月も半ばを過ぎましたのに、中々暖かくなりませんが、皆様はお元気で過ごしてでしょうか。

次号秋号の原稿を下記の通り募集いたします。皆様からのエッセイを楽しみにしていますので、奮ってご投稿くださいますように。

『英国春秋』2024年秋号（No.45）

タイトル：フリーまたは特集

「一度、またはもう一度、訪れてみたい場所」

締め切り：2024年9月5日（投稿早目歓迎）

枚数：A4 2～3枚（出来ればワード添付）

送付先：bunshu@japanassociation.org.uk



出 会 い

花冷えの続く卯月の、ある朝早くのお別れとなりました。故林繁子さんとご生前に交流のあったご友人が各地から集まり、温かい雰囲気の中で葬儀が行われました。入院時には林さんと色々とお話をする機会を与えられ、貴重な時間を過ごしました。お見舞いの度に林さんの緊急連絡先であったご友人と報告・連絡を取り合いながら、林さんが希望されていること、また、必要な手続きなどのお手伝いをさせて頂きました。余りお食事を取られなくなっていた時に要望されたほうじ茶を、心を込めて「美味しい」と言って楽しんでいた林さんが、とても印象的でした。林さん、どうぞ、安らかに眠りください。

<ホール美奈子>

お別れを悲しむかのような、寒くて曇り空の中でご葬儀が営まれました。林さんと親しくされていた方が集まり、皆に見送られてとても喜んでいたと思います。病院での通訳やカウンセルとの連携など、JAの福祉部にはお世話になりました。<Y.M>

2つの懇親会のお知らせです。

●東支部による懇親会●

日 時：5月16日（金）

12時30分より14時まで

会 場：Golden Phoenix 金鳳凰

最寄駅：Leicester Square (Northern Line, Piccadilly Line)

Piccadilly Circus (Piccadilly Line, Bakerloo Line)

住 所：37-38 Gerrard Street, London W1D 5QB Tel: 020 7439 9123

申込み締切日：5月14日（火）

会 費：飲茶25ポンド（お茶、サービスチャージ込み）

定員になり次第締め切らせていただきます。また、締切日以降のキャンセルは注文代金を頂きますのでご了承ください。

申し込み先：<https://forms.gle/Cxmz9ss12hBFWKCJ7>

又は、ジョンソン妙子 Tel: 074688 582 202

なお、非会員の方は参加費とは別に3ポンドを頂きますのでご了承ください。お友達をお誘いあわせの上、是非ご参加ください。

●合同懇親会●

昨年ご好評を頂きましたので、今年最初の合同懇親会も週末の土曜日に開催いたします。普段はお仕事や他のコミットメントなどで参加が叶わない方も、この機会に是非ご一緒ください。

日 時：6月15日（土）12時15分より15時

会 場：St Hugh's Bermondsey教会

住 所：Vintry Court, Crosby Row, London SE1 3PT

最寄駅：Borough駅 (Northern Line, 駅から徒歩4分位)

London Bridge駅 (South Eastern Train, Northern Line, Jubilee Line 駅から徒歩分位) Guy's Hospital側

詳細は追ってご連絡致します。皆さまにお会いできます事を福祉部一同心よりお待ちしております。



●編み物クラブ●

日が少し長くなって、気分も明るくなる季節を迎えています。さて、5月の編物クラブは大和ファンデーションの都合により、7日となります。ご迷惑をおかけしますが、宜しく申し上げます。編み物の本は日本語版・英語版とありますので、チャレンジされたい方、習いたい方に最適です。皆人と一緒に食べながら、おしゃべりしながら編み物を楽しみましょう。大和ファンデーションはBaker Streetの駅から歩いて5~10分ぐらいです。皆さんの参加お待ちしております。



日 時：5月7日（火）12時~16時（入退は自由です）

場 所：大和ファンデーション

13-14 Cornwall Terrace, (Outer Circle) NW1 4QP

12:30以降に参加される方は下記まで連絡願います。

連絡先：Tel: 07411 852 815（文野 mcfshailer@gmail.com）

よろしく
お願いします

<新メンバーのご紹介>

中澤春代さん（Ealing 在住）

幸運な事に、私はこれま健康を維持出来てきました。これは自分の力だけでなく、出会った人々の支えのおかげだと思います。その人々に少しでもお役に立ちたいと思っていた時に、福祉部との出会いがありました。微力ながらも、共に歩いていきたいと思っています。数年間に渡り、クリスタルヒーリングやエナジーヒーリングを学んでいます。どうぞ宜しくお願いします。

福祉部連絡先：

一般的なお問い合わせ welfare@japanassociation.org.uk

個人的なお問い合わせ hall@japanassociation.org.uk

●2024年3月紅葉会部例会の報告●



Red and White Plum Blossoms - Wikipedia

2024年3月28日、英国日本人会紅葉会部の3月例会は冷たい雨の中、Farm Street Churchにて35名の会員参加で行われました(13:00-16:00)。気温は11℃、お食事/後片付け(13:00-13:40)の後、今回の講演テーマは「ウエルビーイングな生き方を探る—文化と自己—」(14:00-15:30)。

お迎えした講師の林治子さんは、生涯人間科学での博士号をお持ちです。お話が始まる前には「ウエルビーイング」って一体何?との疑問がありました。お話が進むにつれ、それは身体的・精神的・社会的に「よい状態」を追求していくもので、持続可能な「よりよい生き方の捉え方」でもあることだと分かってきました。林さんは「人間の感情はお天気と同じようなもので、雨や嵐の日があるからこそ、晴れ間が靉々日を作り難く、嬉しくも感じます。悪者扱いされるストレスを人生の友として、ポジティブな出来事もネガティブな出来事も、丸ごと楽しめる心の余裕が大切」と仰います。この何事をも包み込む暖かな包容力を体現されていらっしゃる林さん。その印象は尾形光琳(1658-1716)の「紅梅白梅図屏風」(1715)、金銀を施した美しい二曲一双の屏風。左右の梅の木の間には末広りの川が描かれています。この川のように何事もゆったりと包み込んで穏やかに流れている、なんとという美しさでしょう。(原画の川面は銀箔でしたが、現在は硫化銀に経年変化しています)

お話はさらに老年学 (Gerontology) 分野にも及びました。私た

ち紅葉会会員は如何にして、より魅力的に、健康的に年齢を重ねていったらいいのか、Well-Agingという言葉にも勇気づけられました。紅葉会に参加すること、仲間と活動すること自体の意味を再認識できましたので、ケセラセラという気持ちで、「何をよいと感ずるのか」自身との対話から探り、その「よい状態」に緩やかに辿り着くことにいたしましょう。お話の後では、私たちの中によい指針をいただいた満足感が溢れました。

ちなみに、林治子さんの御主人様は、林肇駐英国日本国大使でいらっしゃいます。講演が始まる前に、「どのような質問でもお受けします。たとえば大使夫人がどんなことに困っているのか?というようなことでも…」とお茶目に気さくに仰ってください、参加者一同たいへん和みました。今回は時間の都合上、その類の質問をお伺いできなかったのが残念でなりません。



●5月の紅葉会例会のご案内は追って一斉メールにてお知らせします。●

いつものように会に並行してBring and Buyも行われました。今回は残念なことに長年ボランティアでお茶当番をして下さっていた竹内みどりさんがご卒業なさるとのことで、会員一同これまでのご努力に心より感謝しております。本当に有難うございました。次回はニコルズ三枝子さん、田村陽子さんがお仕事を引き受けて下さり、これまた会員一同感謝しております。また、さらにお仕事(お茶当番・受付なども含む)を引き継いでくださる方を募っております。みなさまよろしくお願ひ申し上げます。

●今後の自彊術●

日 時: 毎月第一&第三月曜日 10時よりZOOMにて

講 師: 伊藤恵子さん

お問い合わせ: koyokai@japanassociation.org.uk

コーナー新設!

「こんな物探しています」

「こんな物を探しています。どなたかお持ちでしょうか?」
と呼びかけるコーナーを新設いたします。

掲載ご希望の方は・・・

①探しているもの②会報に掲載しても良い連絡先(E-mailまたは電話番号)を記載の上、メールにて会報部 newsletter@japanassociation.org.ukまでご連絡ください。お名前は任意といたします。締め切りは毎月第三水曜日。紙面の都合等によりこちらで文面を変更する場合がありますこと、必ずしも会報に載らないこともあること、また

例えば・・・

「日本の長方形の卵焼き器を探しています」

「日本の野菜の種を探しています」



掲載後は直接連絡を受けることにはなりますが、有償・無償に関わらず、すべて自己責任で行う事をご了承ください。インターネットで殆どの物が手に入る時代ですが、省エネ、リサイクル、あなたのお宅で眠っているものをお探しの方がいるかもしれません。さて、どんな「探しもの」が登場するでしょうか?あなたの「探しもの」お待ちしております!

桜の季節を経て、英国の街並みを彩る藤の花が咲き誇る季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。それでは、ナルク部の4月の活動報告をお届けします。

●ズンバゴールドチェア教室

今月は2日に教室を開催し10名の方々に参加いただきました。来月はインストラクターのオブライエン直子さんのご都合でお休みとさせていただきます、6月にふたたび再開させていただきます。



●ヨガ教室

4月のヨガ教室は、大西先生のご都合で第3火曜日の16日に教室を行い9名の方々に参加いただきました。5月の教室は通常通り第2火曜日14日の10時から開催します。



●マインドフルネスなヨガ教室

3月は26日に13名の方々に参加いただき開催されました。そして4月は23日11時から、5月は28日11時からと予定しています。

●ナルク部例会

今月の例会は、4月10日に久しぶりに対面でウォータールー駅の側のポーランド料理のお店Mamuskaでお昼をご一緒した後、近くのホテルPark Plaza Countyのカフェテリアで行いました。今回はナルク部初代部長の竹中厚子さんが日本から戻られていたので、久しぶりに参加いただき、同様にナルク部設立時に場所の提供などご協力をいただいていた「あべの」のオーナーの中谷エリゼさんと元コーディネータのオブライエン直子さんも合流され、ナルク部同窓会となりました。例会ではまずは近況報告から入り、ナルク部開催の教室と秋に開催の講演会について、また2025年に開催予定の欧州日本ネットワーク (ENJA) の大会の準備等について話し合われました。

●時間預託システムについて

JAの会員の方々はナルク部の時間預託のシステムがご利用になれます。このシステムは、JA会員の方々が気兼ねなくサポートを依頼できるように、JA会員の皆様に付与されているナルク

部時間預託のための10ポイントを利用して、病院の付添、買い物サポート、庭仕事のお手伝い等を受けるというものです。そこで、お怪我で買い物が難しい、病院への通院が一人では不安な際などは、お気軽にナルク部 (nalc@japanassociation.org.uk) までご連絡ください。ご希望いただきましたら、サポートができる会員の方を一斉メールで募り、コーディネートさせていただきます。その際、サポートいただく会員の方の交通費等は実費でお支払いいただきますが、実際にサポートいただいた時間は会員の方保有のポイントから一時間あたり1ポイントをお手伝いいただいた方へお支払いいただくためその他費用は基本的に発生しません。



●JA会員のネットワークを利用したお尋ねごとなど

JA会員のネットワークを利用して、地元の庭師の紹介など、必要な情報を収集するお手伝いなども、一斉メールを通じてナルク部では行っています。お気軽に nalc@japanassociation.org.uk へご連絡ください。



注：ご紹介いただいた業者または個人の方と、ご依頼者の間の連絡や契約については、両者の自己責任において処理いただき、JA及び紹介者の責任ではないことはご了承ください。

ナルク部では、コアとなってお手伝いをいただける方を常に募集しています。会員の方への連絡係やオンライン教室や講演会開催のお手伝いなど、ご興味がありましたら、お気軽にご連絡ください。



先月のブログコーナーでの訂正とお詫び

「エール大学」と記載された部分は「キール大学」でした。修正された会報はHPに記載されています。

https://www.japanassociation.org.uk/wp-content/uploads/2024/04/No309_March.pdf

同好会ガイドライン：

JAの全ての同好会の活動は、会員同士の同好の集まりであり、JAの主催する活動ではありません。それぞれの同好会の主催者が個人として自主的に運営し、参加者も自己責任で参加します。JA会員・非会員に拘わらず参加可能です。JAは何ら同好会の活動に対し、責任を負いません。

スケッチ <ケンジントンパレス> ミニウォークは桜の花見とパレス周辺

イギリス人好みの八重桜の満開も温暖化のせいかな年々早まる傾向にあり、我々の集合日に間に合うか大変心配したが皮肉にも、寒さと雨のおかげで当日までもってくれた満開桜の下で集合写真を撮る事が出来た。以前は7本あったが今は4本、桜は手入れが大変難しい

と聞く。長寿を祈りたい。ケンジントンパレスは、過去にはビクトリア女王、ダイアナ妃、現在はウィリアム王子家族が住み、パトカー付きの車が出入りするのを時々見かける。皆んなで公園を歩きながら、前、横、斜めなどからパレスを描いてみた。



高波三枝子
スタンディング百合子



ビドル恵



グリーブス邦子



ハーティみえ



山本郁子



シェイラ文野



古沢いくこ



山下美保子



竹内みどり

俳句を学ぶ会

4月の句 季語は「仔猫」

陽だまりで伸びする親に子猫じゃれ
じゃれる手が熊手の如き子猫かな
手のひらに乗せて子猫と出る散歩
戯れに恋はすまじと子猫達
手のひらにのせて仔猫の品定め

廣瀬信子
バンダースケイフ日出美
岡部 道
松尾美和子(オハロラン)
ウィンター千津子



仔猫

小藪からミャーと顔出す子猫かな
芝の上子猫居眠り春陽射し
さへづるも子猫まなこを凝らすのみ
子らの顔子猫我が家に涙の目
猫の仔や馴れぬ家での隠れんぼ
この頃はとんと子猫の姿なし

中田浩一郎
藤田幸子
アレン郁子
大河内啓子
川西弘子
キングえつ子

麻雀を楽しむ会



同好会を始めてから早や3カ月が経ちました。毎回初心者を迎えて、皆で楽しく学んでいます。少し慣れ親しんできた参加者の卓では、点棒を使い始めました。一ヶ月に2回開催していますが、途中からの参加でも対応していますので、ご興味がある方はどうぞご連絡下さい。

hall@japanassociation.org.uk

歩く会



5月の「歩く会」は、ツツジの開花時期の関係で残念ながらキャンセルといたします。次回、6月の企画をお楽しみに。担当者:川西弘子

hkawanishi2@icloud.com Tel:07394 658 773

スマホ同好会

iPhoneの廃棄・譲渡・転売に伴う保存されているデータの初期化・消去方法、英国で契約しているiPhoneの日本でのRoaming費用、インターネットバンキング・インターネットショッピングの銀行・カード決済時の本人確認の為のパスコードの入手方法等について情報共有しました。

Online ZOOM
ミーティング予定

第1、第2、第3、第5火曜日の「午後1時から4時」です。
P8のカレンダーをご覧ください。途中参加・退出も自由です。

JA会員・非会員に拘わらず参加可能です。初めての方は松崎美枝子までご連絡下さい。 miekobarraclough@hotmail.com Tel:07903 445 144

今月の豆知識

iPhoneのカメラでテキストを翻訳する

設定 → 一般 → 言語と地域
→ テキスト認識表示をオン

カメラ画面にテキストを表示し右の四角のスクリーンマークをタップ。出てくる項目の中から翻訳をタップ。



フィンチリー テニス同好会



毎週水曜・木曜の11時~13時に練習をしています。

Victoria Park, N3 2EBのコート。路駐可。見学歓迎。和気あいあい楽しいグループです。参加費など詳細はお問合せください。

幹事 オークリー千春: ja.tennis@outlook.com

※ JAクラブ4月の報告と5月のお知らせ ※



JAクラブ第9回を4月4日(木)12時より16時まで開きました。今回は大和ファンデーションで行われた桜植樹実行委員会主催の「花見祭り」と重なり、JAクラブにいらした方々には3時頃から色々とお手伝いをお願いし、ありがとうございました。

次回は5月2日(木)12時から4時までです。この時間帯でしたら出入り自由ですので、お気軽にお立ち寄りください。JAクラブを始めてから先月でちょうど1年になりました。参加人数の数も多かったり少なかったりしましたが、皆さんが気軽にいらして

テーブルを囲んで色々な情報の交換や身体の悩みなどについてお話し、また、バザー等も行い、楽しい1年でした。またこれからも続けていけますよう、皆さまのご協力を大いに期待しております。

*キッチンにはマイクロウェーブ、冷蔵庫、ケトル、コップなども揃っています。また、JA専用の日本茶もあります。

第10回日本館(JAクラブ)案内

日時:5月2日(木) 午後12時~4時 出入り自由

場所:大和ファンデーション

13/14 Cornwall Terrace London NW1 4QP

お問い合わせ:winter@japanassociation.org.uk

Tel: 07957 458 023 (12時半以降は出入り口を開けるため、この番号に電話ください)

佐野元日本人会会長 寄稿文『日英の絆「祭り」と「桜」でさらに強く』

佐野元日本人会会長、現Japan Matsuri代表、桜植樹実行委員会共同委員長が在英日本商工会議所の会報「て〜むず」に寄稿された『日英の絆「祭り」と「桜」で更に強く』を商工会議所の太田事務総長のご配慮により、祭り4運営員会にも掲載させていただけるようにしていただきましたのでご案内いたします。

[こちらからダウンロードしてご覧いただけます。](#)



JA 活動 イベントカレンダー

詳細は各ページをご覧ください。

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
		1	2	3	4	5
			JAクラブ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日
6	7	8	9	10	11	12
自彊術 Early May bank holiday	編み物クラブ	二水会				
13	14	15	16	17		
	ヨガ教室	会報締切り	福祉部懇親会 (東支部)			
20	21	22	23	24		26
自彊術			紅葉会			
27	28	29	30	31		
Spring bank holiday	マインドフルネス なヨガ教室					



テニス同好会:5月1日、2日、8日、9日、15日、16日、22日、23日、29日、30日 スケッチ会:5月8日 麻雀を楽しむ会:5月9日、20日 スマホ同好会:5月7日、14日、21日

*会報は会員のためにあるため非会員への転送はご遠慮ください。一般の方用には会報発行2週間後位にJAのホームページに掲載されます。