



空家を活用した

健康づくりと学びの場

柏の葉

# プチカルだより 第6号

発行：プチカル柏の葉 柏市柏の葉1-8-21 ☎04-7100-8439 (2015年12月)

## 「第七回プチカル麻雀大会」

優勝は信澤正一さん、準優勝・西田武志さん

今年最後の締めとなる第7回プチカル麻雀大会が、十一月二十八日(土)開催されました。普段のフリー麻雀時にはない緊張感の中、最初から好調だった信澤正一さんが、逃げ切り優勝しました。前回同様に参加者は二〇名(うち女性六名)。信澤さんは、第五回大会(午前の部)でも優勝を飾っています。信澤さんに優勝のご常連の感想を伺うと「ついていただけです。牌に恵まれました。認知症予防のためにも続けますよ」とのお言葉をいただきました。

準優勝は西田武志さん、女性のトップは千葉功江さん、五位でした。次回は二月末の土曜日に開催の予定です。日頃の成果をお試しになりたい方のご参加(特に女性)

をお待ちしています。



→賞状を手にする信澤さん



↑大会風景。いざ勝負の時!!

### 〈お知らせ〉

- 「これから始める健康麻雀教室」1 月期参加者募集:月曜午前 1/25~、火曜午後 1/26~、金曜午前 1/29~。全5回、1回500円テキスト代500円。
- フリー麻雀は予約制。3時間1000円。水曜日は女性半額。月~金まで。土曜はグループのみ。
- パソコン:初心者お困り相談(水曜14~16時)。ほかの曜日、時間も応相談。1回1000円。
- 手頃なお値段で地域のお役に立ちます。生活支援グループ「えんがわ」・植え木の剪定「ガーデンサポート」へのご連絡は☎04-7100-2839まで。

### 「ブックトークカフェ」に本好きが集合!

プチカルでは不定期ながら「ブックトークカフェ」を開催しています。11月末には6名(うち女性2名)の方が参加し、お茶とお菓子を楽しみながら持参した本を紹介し合いました。小説や児童書はじめ日本の近代化やダイバーシティに関する書など、幅広い話題に花が咲きました。初対面の方とも本を媒介すると不思議とすぐに打ち解け...そして「本は人なり」なのです。思い入れの本についてお話しを伺っていると、その方の人生観や生き様が感じられ、とても貴重な時間となりました。



# 12月の予定

※フリー麻雀クラブは平日の午前午後、毎日開催しています

月	火	水	木	金	週末予定
	<b>1</b> ◎健康麻雀教室	<b>2</b> ◎PCクラブ 優遊会 麻雀レディースデー	<b>3</b> ◎脳トレ料理実習 ■健康麻雀教室	<b>4</b>	
<b>7</b>	<b>8</b> ◎健康麻雀教室	<b>9</b> ◎PCクラブ 優遊会 麻雀レディースデー	<b>10</b> ■健康麻雀教室	<b>11</b>	<b>13</b> ◎和の行事食
<b>14</b>	<b>15</b> ◎健康麻雀教室	<b>16</b> ◎PCクラブ 優遊会 麻雀レディースデー	<b>17</b> ■健康麻雀教室	<b>18</b>	<b>19</b> ◎ブックトーク カフェ ■フリー麻雀
<b>21</b>	<b>22</b> ◎健康麻雀教室	<b>23</b> <b>休</b>	<b>24</b> ■健康麻雀教室	<b>25</b>	
<b>28</b> <b>休</b>	<b>29</b> <b>休</b>	<b>30</b> <b>休</b>	フリー麻雀クラブ： 水曜日はレディース デーで女性のみ半額 で利用できます	フリー麻雀クラブ：土 曜はグループ利用の み	<b>日にち</b> ◎→午前の予定 ■→午後の予定

※予定は変更することがあります。お申込み者にはご連絡いたしますが、見学等の場合はご確認ください

【プチカル柏の葉は、本年11月よりセカンドライフファクトリーの事業部となりました】

●プチカル柏の葉● メール：info@pc-kashiwa.com、HP：http://pc-kashiwa.com、  
https://www.facebook.com/PC.Kashiwanoha

●社団法人セカンドライフファクトリー●（SLF）

HP：http://www.secondlifefactory.org/ ☎04-7100-8023 F A X04-7100-0158

【あれやこれや】.....

師走。この一年を締めくくる「流行語大賞」や「今年の漢字」が話題になっていますね。皆様にとってはどんな一年でしたか？

このところNHKのTVで認知症に関する特集番組が放映されました。それだけ深刻な社会問題に。高速道路の逆走事故の七割が六五歳以上の運転によるもので、そのうち四割が認知症が疑われるのだとか。認知症といっても症状は様々。高齢者に限らず若年性もあり、いつ誰が発症しないとも限りません。そんな中、わずかな希望として、軽度の認知症（MCI、認知症予備軍）ならば治癒する可能性があるとのこと。どんな病も早期発見は大切です。

プチカルでは、麻雀・料理・パソコン・ストレッチなどをコミュニケーションしながら楽しく行うことで、少しでも認知症予防ができるのではと、高齢者の憩いの場を立ち上げ、今月で3年目に突入しました。

先月から正式にSLFの傘下に入り、活動を継続していくことになりました。皆様のご協力とご支援の賜物とこの場を借りて心から感謝申し上げます。

どうか二〇一六年が皆様にとって良い年でありますように！

(Y)