

めざそう！1人で10人の仲間づくり



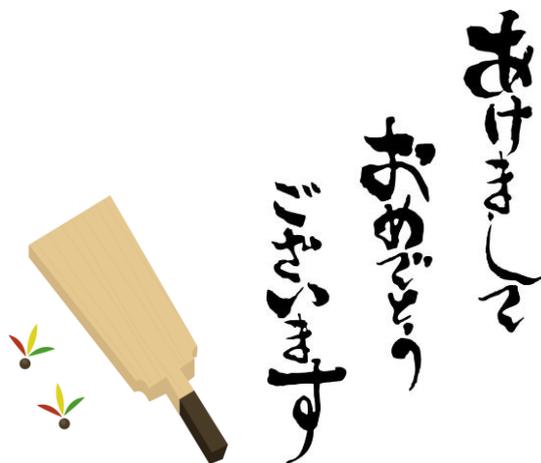
会員同志の交流誌

第17号 (年2回7月・1月発行)

発行日 2017年1月11日
発行者 太極拳を楽しむ「パンダの会」
事務局 鳴門市大津町木津野字内田 7-10
コミュニティはうすTSUDO I内
TEL&FAX (088) 685-6177



瀬戸支部のみなさん
瀬戸公民館



撫養支部のみなさん
キョーエイ鳴門駅前店 4F ホール



板東支部のみなさん
板東公民館



パンダの会

検索

クリック

ホームページ <http://narutopanda.com> を検索して
いただき、「パンダの会」をクリックしていただければ全ページを見えていただくことができます。

目 次

◆新たな年を迎えるにあたり	3
◇太極拳を楽しむパンダ連鳴門市阿波おどりに参加	4
◆第15回鳴門のまつりに参加し太極拳を披露	5
◇親睦を深める「パンダの会」いきいきサークル	6
◆たまちゃん(丁 玉玉さん)の送別会を開催	7
◇2016とくしまねりんピック太極拳交流大会に初参加	8
◆第29回徳島県ボランティア・NPO研究大会に参加	9
◇平成28年度太極拳による介護予防標語	10
◆第8回秋の一日遠足	11-13
◇青島支部からのお便り	14-15

事業及び行事のご案内

■中国語講座がスタートしています

平成29年1月11日 25日, 2月8日 22日, 3月1日 15日
4月5日 12日 19日

■第6回太極拳を楽しむ「パンダの会」新年会の開催

と き 平成29年3月12日(日) 12時から
と ころ みちよ亭(藍住町住吉)

■第15回 鳴門市市民活動交流研修会

と き 平成29年1月28日(土) 午前10時～午後4時
と ころ キョーエイ鳴門駅前店4階多目的ホール

■第21回うずしお福祉フェスティバル

と き 平成29年3月12日(日) 午前11時～午後4時
と ころ うずしお会館2階第一会議室

応援します！ パンダの会！



フジシマスポーツ

板野郡北島町江尻 TEL.088-698-3773

新たな年を迎えるにあたり



太極拳を楽しむ「パンダの会」

会長 太田 晴清

明けましておめでとうございます。

今後とも一層太極拳を楽しむ「パンダの会」を発展させる視点に立って私自身思いを述べてみたいと思います。

まず最初に「組織」とはどういうものなのかについてお話したいと思います。

「組織」には二つの特徴があります。

その一つ目は現状のまま維持しようと思っても時間の経過に伴って力強さを無くして行きます。

例えば、当時 60 歳の方は、10 年過ぎますと 70 歳に 70 歳の方は 80 歳になり、活動出来た人が 10 年位には、いろいろな事情から参加出来ない状況が生まれてきます。構成メンバーが自然に減少するのです。

二つ目は、このことは、あまり気づかれ

ないと思いますが、私自身「組織」は、「生きもの」だと思っております。

組織は常に眠りたがります。特に適度な刺激が無いと眠り込んでしまうんです。

こうなりますと「生きと生きとした姿を組織に見い出せなくなってしまいます。

こうした状態に追い込まないために組織に対しては、常に適度な刺激を与える努力が求められます。

その行動によって組織は生き生きとした姿を取り戻すことが出来るのではないかと考えております。

「パンダの会」は、常に生き生きとした姿を発揮するため会の活動目的と活動内容を明記し常に「三つの活動内容」の充実を図ることによって組織の活性化を図りたいと考えております。

パンダの会の大切な「三つの活動内容」とは、

その一、太極拳を通して、介護予防に努め、高齢者の健康づくりを推進すること

その二、会員相互の親睦を図る事業を積極的に推進すること

その三、「パンダの会」の生みの親である当時青島大学からの留学生であったハオリヤンさんの功績を大切にすると共に、その後青島大学から来られる留学生との交流(国際交流)を積極的に推進することを指します。

本年もみんなで「パンダの会」の発展を目指して頑張りましょう。

初詣に大麻比古神社へ

留学生の魏 亜妮さんと高 彩彩さんと一緒に平成 29 年 1 月 4 日初詣に行って、記念写真を撮りました。

◇ 参加者

後列左から 高 彩彩さん、魏 亜妮さん、
井内 マリ子さん、舛谷 幸子さん
前列左から 市川 登志江さん、
舛谷さんのお孫さん 2 人、
野田 洋子さん



太極拳を楽しむパンダ連 鳴門市阿波おどりに参加

と き 平成 28 年 8 月 11 日
 ところ 鳴門市大道おどり通り
 参加者 28 名



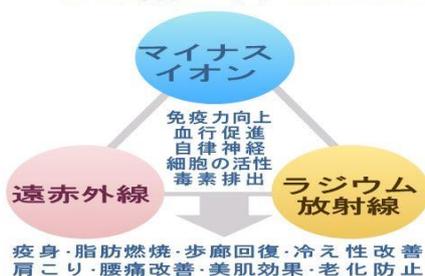
株式会社 サプライズ

訪問介護サービス **ふるさと**

徳島県指定 第3670200819号

〒779-0302
 徳島県鳴門市大麻町大谷字森崎44-10
 Tel & fax : 088-689-2385
 携 帯 : 090-2892-4161
 M a i l : harley.h2@watch.ocn.ne

秋田県の秘湯「玉川温泉」の 岩盤浴(湯の花ドームベット)が、このとくしまにも!
 心と身体にやすらぎのひとときを...



プライベート空間のため

※ 完全予約制

TEL/088-635-8067

《営業時間》

AM:9:00~PM:9:00

温熱療法研究会

徳島市川内町平石住吉 103-1

第15回 鳴門のまつりに参加し太極拳を披露

と き 平成28年10月16日(日)10:00~15:00

主 催 鳴門市自治振興連合会

参加者 25名



前日の午後テントの設営を行いました。
魏さんと高さん 10月15日



太極拳の披露の後、パンダの会のみなさんから高瀬豊子さんの渦潮物語に合わせて、協力出演いたしました。



大 星 美 容 院

鳴門市大津町吉永440-3

電話 686-4077

親睦を深める「パンダの会」いきいきサークル

—— みなさんの参加をお待ちしております。 ——



カラオケクラブこだま

活動日 第1第4土曜日午前10時～12時

参加費 1回300円

活動場所 コミュニティーはうす TSUDO I

サークル長 濱 憲子



「パンダの会」中国語講座

活動日 1月11日(水)・1月25日(水)

2月8日(水)・2月22日(水)

3月1日(水)・3月15日(水)

4月5日(水)・4月12日(水)

4月19日(水) 午後1時～2時

参加費 1回500円/活動場所 サロンパンダ

サークル長 市川 登志江



絵手紙サークル「楽がき会」

活動日 第3月曜日午後1時30分～3時30分

参加費 1回300円

活動場所 キョーエイ鳴門駅前店4階

カルチャールームA

サークル長 井内マリ子



ダンス同好会「夢中」

活動日 第2第4火曜日午後1時30分～3時

活動場所 キョーエイ鳴門駅前店4階

多目的ホール

サークル長 泉 加代子

たまちゃん（丁 玉玉さん）の送別会を開催

青島大学に帰っても元気で
頑張ってください。

と き 平成 28 年 8 月 17 日
と ころ すたみな太郎 松茂店
参加者 19名



2016 とくしまねんりんピック 太極拳交流大会に初参加

と き 平成 28 年 10 月 23 日 (日)
 ところ 徳島市 B & G 海洋センター体育館
 参加者 6 名

刺激の強い太極拳交流大会

皆様の御蔭で「とくしまねんりんピック」に連れていただき有り難うございました。

私達は定位置でいつもの音楽(二十四式簡化太極拳)で演技しましたが、他のチームは「空海の道」「火振り神事」「天草洋に泊す」など、それぞれのメロディーで演技をしていました。

また、体形が縦一列より左右に開く、円形に回転する、東西南北に移動するなどメロディーに合わせた色々な演出には驚きました。

また、太田体操教室は、九十歳の女性が皆んなの先頭で太極拳をしているのに感激しました。弁当もおいしく有意義な一日でした。

橋本 隆夫

第 22 回徳島県健康福祉祭

2016 とくしまねんりんピック 太極拳交流大会に参加して

初めての参加で、いい体験になりました。

演武は、入門・初級部門(7 チーム)と、24 式部門(11 チーム)で特別演武は、全国健康福祉祭、長崎大会に出場した徳島県代表平成阿波たぬきチームの素晴らしい演武もあり、私達「パンダの会」は、24 式部門で出場し、6 人が落ちついてゆっくりとよく揃ってできた様に思いますが、ちょっとだけメダルも期待は、しましたが…及びませんでした。60 才以上の年令で、最高年令賞をもらった人は、九十歳だそうで、健康で太極拳を楽しんでいる姿を見て、私もまた元気をいただき、これからも、太極拳を楽しむ「パンダの会」で、介護予防ボランティアとして、ずっと仲間と共に頑張りたいと思います。

2016. 10. 23 工藤 陽子

リフォーム&増改築

小さなことでも
お気軽にお問い合わせください



システムキッチン



ユニットバス



洗面化粧台



トイレ



耐震改修



太陽光発電

内装

屋根・外まわり

増築・2世帯化

是非一度 キョーエイ 鳴門駅前店3階 **マイクロバブルノード** TVCMで話題/人気商品 **ご体感いただけます**

ショールームへお越しください!

ご相談無料! お見積り無料! プランニング無料!

今日も、明日も、あさっても。このまちで、このうちで。 亀井組

http:// リフォームプラザ亀井.com

0120-144-170

【営業時間】9:30~19:00 【定休日】毎週水曜日

鳴門市撫養町小桑島字前浜39番地 キョーエイ鳴門駅前店3階



リフォームプラザ・亀井

第 29 回徳島県ボランティア・NPO 研究大会に参加

と き 平成 28 年 10 月 23 日 (日)

ところ 徳島市 B & G 海洋センター体育館

参加者 6 名

先週の日曜日、太田会長のおかげで、徳島県ボランティア・NPO 研究大会に参加しました。大変勉強になりました。

日本は地震が多いです。しかも、日本人の防災意識が高いです。地震が起きた時、国だけではありません。地方のボランティアも復旧に大きな力を発揮しました。このような話を聞いて驚きました。日本のボランティアの制度は素晴らしいと思います。

特に、本田さんの報告を聞いて、よく理解出来ました。やはり日本の大学生の生活は豊かです。そして、吉田さんの熊本地震の救援活動についての報告を聞いて、より詳しく知ることが出来ました。

中嶋教授の講演では、東日本大震災のこともよく分かりました。地震は怖いけど、みんなで力を合わせて、これからも頑張りたいと思いました。

この研究大会で、日本の地震対策が詳しく理解出来ました。

2016. 11. 7 魏 亜妃

あの日、わたしたちは午後 12 時半に徳島県立総合福祉センターに着きました。一時から研究大会が始まりました。まずは太田会長がこの大会について説明くださいました。その後、中高生ボランティア表彰式がありました。太田会長は中高生の 4 人を表彰下さいました。次に本田さんから東北と徳島こども学びプロジェクトダッシュ隊という活動を報告しました。彼のボランティア団体は徳島を拠点に被災地支援を行いました。彼が「来てくれる子が笑顔でいてくれるのが一番」という思いを大切にしたいと言いました。わたしも彼たちのように被災地のこどもたちに元気を発信して行きたいです。次に吉田さんの報告でした。彼は熊本地震の救援活動について報告しました。いろいろな地震の写真を見て、わたしは、あの時の被災地の人々の絶望がわかるようになりました。でも、熊本地震の後、避難所や職員不足という問題がありました。被災地の人々のために、みんなに応援することが大切です。もっと多くのボランティアが必要だと思います。

最後に徳島大学名誉教授の中島信氏が多様な担い手の協働が減災社会を可能にするというテーマで講演してくださいました。とても意味深い講演です。被災地の問題や日本の社会、経済システムの欠陥、被災社会を可能にする社会システムを作る課題などについて講演されました。わたしは大変勉強になりました。

わたしはどんな災害に遭っても、笑顔で生きていく勇気を出すことが一番大切だと思います。被災地の人々は早めに震災の影から出ていけるためにも、ボランティアの力が不可欠だと思います。今回の研究大会でわたしは大変勉強になりました。機会があれば、わたしもボランティアになり、被災地の人々に何かをしたいと思いました。

2016. 11. 10 高 彩彩

光ドリーム観光バス株式会社
Hikari Dream Kanko Bas Ind.

貴方のお出かけをサポートします
お気軽にお問い合わせください
TEL 088-699-7133

平成 28 年度太極拳による介護予防標語

募集期間平成 28 年 8 月 1 日～9 月 15 日
応募作品数 47 点、応募者 27 名

《撫養支部の作品》

- ・ 大好きな 太極拳で介護予防
- ・ 太極拳 みんなで楽しく健康づくり
武林 秀子
- ・ 太極拳 うまくなりたくて
朝夕に 手足を伸ばすストレッチ
- ・ リハビリの つもりで励んだ太極拳
十年たてばもうやめれない
橋本 隆夫
- ・ 健康と 笑顔に逢えるパンダの会
久保田 知子
- ・ 友に会う 楽しみありて太極拳
- ・ 足腰も 脳にもいいよ太極拳
山本 好子
- ・ 太極拳での人との出会い
心も体もリフレッシュ
痴呆なんかふっとばそう
- ・ 年と共に 身体のおとろえわが身に
感じ 家族の世話には
ならないようにと
太極拳に力入れ
田口 静代
- ・ 太極拳 パンダの会で元気出る!実感
- ・ 転ばぬ様に足腰きたえる 太極拳
工藤 陽子
- ・ 腰痛も 太極拳ではねのけよ
- ・ 太極拳 日々のはりあいここにあり
香川 勝子
- ・ 太極拳 足腰鍛練 杖不用
前田 義秋
- ・ メロディーに 合わせゆったり
太極拳 筋力アップで健康維持
前田 久子
- ・ 毎日の暮らしの中に太極拳
- ・ 足腰の衰え防ぐ太極拳
田村 ヨシ子
- ・ 老化予防は太極拳と食事から
- ・ おしゃべりと太極拳で 若返り
矢野 美恵子
- ・ 太極拳 健康と友を得て 感謝!感謝!
- ・ 静かに息を整え太極拳 心も体も
リフレッシュ
矢野 秀子
- ・ 太極拳 スーパーばばあを目標に
- ・ 太極拳 身体と頭も活性化
岩田 恵美子
- ・ のぼそうよ 太極パンダで健康寿命
上村 多賀子
- ・ 太極拳頑張っ
介護のお世話に ならないように
赤松 扶美子
- ・ 暑くても太極拳には さあ行こう
- ・ 阿波踊り 黄色いパンダ躍動す!
山村 さとみ

- ・ 太極拳 足腰きたえて 阿波おどり
笑顔広がり
上村 多賀子
- ・ 続けて良かった
楽しい太極拳で日々健康
- ・ ニコニコ笑う 笑顔に福が来たる
林 勝子
- ・ 絵手紙 ダンスに 太極拳で介護なし
山本 種子
- ・ 足腰の 衰え予防に太極拳
- ・ 太極拳で 足腰きたえ元気な日々を
竜田 美千代
- ・ 健康づくりと 生きがいくりの
「パンダの会」で 今日のはじける
笑顔がまぶしいね
- ・ 今年も 太極拳で足腰鍛えて
阿波おどりの花となる
太田 晴清
- ・ 留学生 方言上手 太極拳
福居 修
- ・ 身も心も明るく笑顔で太極拳
- ・ 太極拳 心とからだ 健康に
廣田 ウサコ
- ・ QOL(クオリティーオブ ライフ=生活の
質 貯筋と貯骨で高めよう
- ・ 介護予防 足が主役になりますヨ
出葉 栄

《板東支部の作品》

- ・ 年を重ねても 共に楽しめる
ゆっくり動きの太極拳
- ・ 還暦すぎから始めた太極拳 「ドンジャオ」
今日はどこまで足が上がるかな
津田 あつ子
- ・ 見て真似て 少しは上手くなったかな
太極拳のおかげで元気
- ・ 日に日にと 落ちる筋力ストップ目指し
太極拳とスクワット
小林 信代
- ・ 太極に 集う我らは健康家族
工 壮吉
- ・ ゆっくりと 手先足先まで意識し
動かして 脳と体の
全身運動になる 太極拳
- ・ 今日ゆったりと太極拳で
身も心もリフレッシュ
大西 晴夫
- ・ 太極拳を 八十過ぎてても杖いらす
- ・ 夏の朝 芝の水やり後回し
素足になりて まず太極拳
米山 智恵子

第8回 秋の一日遠足

と き 平成 28 年 11 月 16 日 (水) 晴天
ところ 倉敷美観地区の散策
参加者 56名

太極拳を楽しむ「パンダの会」の今年の秋の遠足は倉敷美観地区の散策でした。

おだやかな小春日和の晴天に恵まれ、車内では、楽しくおしゃべりや歌あり、和やかな雰囲気、これも同一の楽しみ太極拳という絆で結ばれているのだなと感じさせられた。

午前中は三井アウトレットパークで買い物、昼食は和食のバイキングで美味しくいただき、満足したおなかを午後からは美観地区散策でしっかり歩いてエネルギー消費というコース。よく考えてくれてます。

オルゴールミュージゼ館ではいろいろなアンティークオルゴールの音色を聞き心に響きうっとり子守歌となり、美術館では本館、分館、工芸東洋館、児島虎次郎記念館と見どころ満載で全館見学できずももっとも時間が欲しいなと思ひ、展示物の扉風も今回は秋なので紅葉だったが、春、夏、秋、冬と4枚あるというのを聞くと、まず、それも見たいと心を残しながら、駐車場へと急いだ。

街の樹々も紅葉で本当にすばらしい秋の一日遠足でした。最後になりましたが、役員の皆様、企画、準備いろいろとお世話を下さり、ありがとうございました。

瀬戸支部 参加者一同

秋の一日遠足に参加して

旅行大好きな私にとって「パンダ」の遠足は楽しみにしている旅のひとつ、朝早くから心うきうき。7時丁度に霊山寺を出発。15分位でクリーンセンター前に到着。「あれ誰もいない」でも、30分位のバスの中での久しぶりの友達とおしゃべりも楽しいもの。皆そろったので、さあ出発。いつも見慣れた高速道路の景色もバスから見ると紅葉も始まってとてもきれい。アウトレット、何も買わずにコーヒーを飲んだだけ！ランチバイキング好きなものを食べれて満足。大原美術館での久しぶりの本物の絵画、時間を忘れて見ていたらもう集合時間、楽しい時間は早く過ぎてしまうもの。帰りもバスの中で楽しいおしゃべり。きょうは本当に充実した一日、来年も参加しよう。次は何処かな。

板東支部 津田 あつ子

パンダの会、秋の一日遠足に参加して

バス2台で、朝早くから岡山方面へ。瀬戸大橋を渡り、木々の変化を楽しみながらの旅行でした。

アウトレットや食事にオシャベリと盛りだくさん。最後に倉敷を散策しました。

毎年企画をしてくださる役員様には、大変御世話になりました。良い時もあれば、そうでない時もあると思いますが、それも思い出として感謝をしております。

バスの順路については、考える予知があると思ひました。

オルゴールミュージゼの自動演奏は、始めてだったので、とても感動しました。

大原美術館は三十年ぶりだったのでとてもなつかしく、モネの睡蓮を目にやきつけて帰ってまいりました。

天気も景色も最高の旅行日和でした。

夕陽浴び 紅葉ヒラリと 舞い落ちる

板東支部 小林 信代

こんにちは！魏 亜妮です。

今日の遠足、本当に楽しかったです。ありがとうございました。それで、いろいろな感じがあります。以下は私の感想です。

今日はパンダの会のみんなと一緒に遠足に行きました。本当に楽しい旅だけではなく、いろいろ勉強になりました。

朝の7:05に宿舎から出発しました。佐野さんのおかげで、20分だけかかって、集合地に着きました。それで、みんな一緒に倉敷に行きました。三井アウトレットパークに着いて、ずっとほしい化粧品を買いました。楽しかったです。

それで、昼ごはんの時間です。バイキングという経験が初めてでした。すごく美味しかったです。お腹がいっぱいになって、あまり歩けなかったです。

それから、倉敷美観地区に行って、今まで見たことのない美しい紅葉を見ました。ここに住みたいという思いがすぐ出ました。いろいろな写真を撮ったが、なかなか満足しなかったです。それに、日本らしいお店がいろいろありますので、大好きです。もう一度行きたいです。

もちろん、今日は景色をみたことだけではなく、みんながいろいろ助けてくれて、本当に感心しました。みんなは優しく、私は遅れたが、「大丈夫だよ。」と言ってくれました。以後、何事も遅れないように努力します。このことについて、心から謝りたいです。それで、福井先生もお菓子を買ってくれたことや佐野さんが車で私たちを連れて行ったことや太田会長がいろいろ教えてくれたなどのことを通じて、パンダの会のみんなは私の日本の家族だということを感じました。

最後、皆さんが歌を歌うことが上手ですね～

今日、みんなにいろいろご迷惑をかけて、すみませんでした。

2016. 11. 16 撫養支部 魏 亜妮

こんにちは、高 彩彩です。

11月16日の遠足がとても楽しかったです。みんなと一緒に遠足したことができてとても幸せだと思います。

パンダの会に入会して以来、みなさんは自分のこどものように面倒を見て下さいました。今回の遠足も、出発した前にママ(佐野さん)は車で私たちを迎えに来ました。福井先生も美味しいお菓子をたくさん買って下さいました。太田会長も早く出発地でわたしを待って下さいました。ほかの人もいつも笑顔でわたしに声をかけてくれました。みなさんと一緒にいるといつも感動されます。パンダのみなさん、本当にありがとうございました！

朝8時ぐらいに出発しました。途中でみんなカラオケを歌ってバスの中に賑やかになりました。バスでカラオケができることは初めて聞いたので、びっくりしました。この雰囲気に感動されて、わたしも楽しくなりました。10時ぐらいに三井アウトレットパークに到着しました。京都に紅葉を見に行けなくて、ずっと惜しいと思っていましたが、倉敷市の紅葉を見ると京都に行けなくても満足したような感じがしました。ここの紅葉は確かに美しいです。写真が添付してありました。わたしと魏さんはここで化粧品を買いました。楽しかったです。

次に、山の葡萄という店で昼ごはんを食べました。自由で自分の好きなものを選んで食べられました。結局お腹がいっぱいになってしまって、歩けないぐらいになりました。でも、とても美味しかったです。

午後には大原美術館に行きました。まずオルゴールコンサートを聴きました。ここにはいろいろな種類のオルゴールがあります。オルゴールの音がそれぞれ違います。これらのオルゴールを聴くと、心に響きました。さすが「時代を超えて、永遠の音色を奏でる音の工芸品」と言われているとおりでした。30分ほどでこのコンサートが終わりました。それから、大原美術館に行きました。残念ながら、この美術館では

撮影が禁止です。館内で名作がたくさんあります。でも、抽象しすぎて何を表したいかわかりにくいです。ここで中国の竜門石窟の仏像や甲骨文が書いてある骨や虎符などの文化遺産もあります。日本の書道の作品もあります。でも、ひらがなの順番は今のと違います。大変勉強になりました。

午後3時半ぐらいには大原美術館を出ました。館外の景色が言葉で表現できない美しさがあります。今度の遠足はわたしの一緒忘れられない記憶になるに違いがありません。機会があれば、このような活動また参加したいです。どうぞよろしくをお願いします。

2016.11.18 撫養支部 高 彩彩

一日遠足の感想

美観地区は何十年か昔に行ったことがあります、思っていたより全然違って新鮮で再発見できた事が大きな収穫でした。

オルゴール館も初めてで、古い機械から想像もつかない美しい音色流れ感動しました。

改めてこの企画をしてくださった執行部委員の方に感謝いたします。しかし、今後改善してほしい点が少しあります。

昼食のバイキングは落ち着いて食べられません。

又、参加人数が少なかったせいで仕方なかったかもしれませんが、運悪く小型バスに乗って窮屈で足元がスカスカ寒かったです。

もう一点工程の見直し案ですが、私としては今回は瀬戸から板東地区、高速は板野インターから入り、上板のサービスエリアで一号車と二号車が合流すれば、早朝から瀬戸観光をする必要もない分ゆっくり寝られ、楽しい一日が過ごせたのではないかと思います。

板東支部 工 壮吉



みんなで行くなら 貸し切りバスで！

☆ **鳴門観光バス** ☆

〒771-0214 徳島県板野郡松茂町満穂字満穂開拓144-1

TEL:088-678-8865 FAX:088-678-886

E-mail:naruto.kanko@gmail.com



アイネット観光・阿波観光バスもお願いします

青島支部からのお便り

ご無沙汰しております。皆さん、お元気ですか？

あつという間に卒業して2年目になりました。今は中日韓を跨いで通訳の仕事をしてます。頻繁なる国内／海外出張で疲れる時もありますが、異なる言語を使う方々にお互いの意思を伝え、商談をスムーズに進行させることにやりがいを感じています。未だ立派な社会人になったとは言えませんが、合格点は取れると思います。

ホームページに掲載されているパンダの便りを読んでいたら、以前皆さんと一緒に太極拳をしていた光景が脳裏に浮かびました。日本にいる間は本当に大変お世話になりました。

何時もの暖かい一言、優しい笑顔、そしておなかペコペコだった時のお菓子、異国にいながら家の暖かさを感じました。本当に有難う御座いました。

青島はこれから気温がマイナスに下がり、本格的に冬を迎えます。今年の冬は厳冬だと聞きましたが、風邪を引かないようにくれぐれもお気を付けてください。

青島で皆様のご健康とご幸福を祈っております。

2016年11月21日 中国の青島から
金 紅蓮より
2013年度「パンダの会」会員

ご無沙汰しております。皆様はお元気ですか？

お久しぶりです、皆さんは相変わらずお元気ですか？

私は2013年10月～2014年8月に鳴門教育大学へ交換留学していました。郝先生のご紹介で皆様と出会えて、とても充実し楽しい一年間を過ごしました。皆様と一緒に太極拳を勉強したことも神戸の有馬温泉への散策も贅沢なクルーズでランチをしたことも今でもあの時のことを鮮明に覚えています。

わがままな私を容赦してくださって、何もできない私を手伝ってくださって、いつも優しい目線で接してくださって、ありがとうございます。

私は、今山口県の下関市立大学の大学院で勉強しております。専攻は経済・経営です。学業とバイトの両立がなかなか大変ですが、私なりに一生懸命がんばっております。先生方の中で徳島出身の先生がたまたまいらっしゃって、お盆の時期に

里帰りされました。ついて帰りたいなど何度も何度も言いましたが、結局はバイトの都合で行けなかったです。後1年間半くらいしか残っていませんが、ぜひ一度鳴門に帰って、元氣な皆様ともう一度太極拳をしたいです。

皆様との再会を楽しみにしております。

末筆ですが、皆様のご健勝を祈っております。

下関市立大学 路 媛媛
2013年度「パンダの会」会員

パンダの会のみなさん

ご無沙汰しております！お元気ですか？

帰国してから一年がすぎました。私は今北京外国語大学で日本文化について勉強しています。ご存知のとおり、北京の大気汚染はとてもひどいで、毎日マスクをしています。鳴門の美味しい空気を吸いたいなあ～大学院で、「趣味はなんですか」と先生たちに聞かれたら、「太極拳です」といつもこう答えます。

太極拳をしてよかつたと思います。最近によく鳴門で撮った写真を見ます。後輩たちの写真を見たら、とても懐かしくて、帰りたくなるのです。これからも頑張っていきたいと思います。パンダの会の皆様のご健康を心から祈っております。

2016年11月27日
孫 華鈞
2014年度「パンダの会」会員

パンダの会の皆様

本当にお久しぶりです。皆様はきっと相変わらず元氣に太極拳を続けていますよね！

皆さんと別れてもう一年以上になりました。今年は後輩の2人の女の子が行ったと聞きました。日本での生活を楽しくしていると聞いて、また自分がいた時のことを思い出しました。もう一度戻りたいなあをつくづく思っています。

私は今北京の大学で院生として勉強しています。授業はそんなに多くないですが、毎日いろいろなことがあって忙しいです。また、学ばなければならないことがたくさんあるので、ちょっと大変だと思います。でも、自分のためでも、家族のためでも、頑張っていきたいと思います。

皆さんとの再会をお待ちしております！そして、皆様のご健勝を心から祈っております。

2016年12月3日
杜 程程
2014年度「パンダの会」会員

パンダの会のみなさん:

ご無沙汰しております。厳寒の候、皆様にはますますご健勝のことと心からお喜び申し上げます。鳴門にいる間お世話になり、今でも感謝でいっぱいでございます。その後、いかがお過ごしでしょうか。こちらは幸い変わりなく暮らしておりますので、なにとぞご安心してください。寒さはまだまだこれから、くれぐれもお身体を大切にとお祈り申し上げます。これからも相変わらずよろしくご協力のほどお願い申し上げます。

あのな～正式的な挨拶が終わって、普通のたまちゃんに戻らせていただきます。^_^今度の便りはパンダ便りに載せるから、バカなことをばかり言うたらあかん^-^ハオリャン先生やほかの先輩たちも見られるから(^_^)さっきの挨拶は一番久保田先生に見てもらいたいです。たまちゃんは冗談ばかりの子ではありません。ちゃんと勉強しています。ちゃんと鳴門で学んだことをいかして頑張っています。先生、褒めてくれよ(^_^)

たまちゃんは最近何をしてるかみんなはもう知っていると思います。いろいろあつて忙しいですが、学生時代の最後の一年を楽しんでいます。ですから、ほかのことを報告したいと思います。みなさんと最後に太極拳を練習したその日、ちょっと気持ちの高ぶりを抑えられなくなって、泣きすぎて、言いたかったことを言えませんでした。この場を借りまして、言わせていただきます。

まずはたまちゃんのために大きな送別会を開催してくれて、忙しいのに多くな人が参加してくれて、ありがとうございました。「すたみな太郎」には何回も行ったことがありますが、送別会の時は一番楽しかったです。自分も最後だとわかっているから、参加したみなさんといっぱい写真を撮りました。自撮りのほうが多いですが、一生のいい思い出です。

みなさんのおかげで、約一年の留学生活は面白く、華やかになりました。数えきれないほどたくさんいい思い出ができました。楽しいことがいっぱいあったんですが、残念なこともあります。パンダの会の三つの支部と交流できないことはたまちゃんにとって一番残念なことです。いつも水曜日に撫養支部の練習に参加していました。火曜日に授業があるから、板東支部に二回しか行きませんでした。偶然神社で練習している瀬戸支部のみんなに会って、二ヵ月くらい参加させていただきました。瀬戸支部のみんなともっと仲良くなると思ったのに、別れてしまいました。板東支部と瀬戸支部との交流はあまりできなくて、とても残念です。それに、冗談ばかりのたまちゃんはいつもみんなの迷惑をかけまして、何の役も立ちませんでした。中国語講座の時やっ自分もみんなに何かできると思ったのですが、結局はできませんでした。教える経験がないたまちゃんによく講

座の時笑つてしまいました。特に赤松さんはそんな真面目な顔で頑張って発音を練習していたのに、ほんまにすみませんでした。でも、心の中に何度も「笑つたらあかん、我慢、我慢」って自分に言っても我慢できませんでした。たまちゃん先生はいい先生ではありませんが、受講者の4人は真面目な学生で、よく頑張りました。一緒に楽しい時間を過ごして、ありがとうございました。これから中国語の勉強も頑張つてね～、後輩たちはきっとたまちゃんよりいい先生でしょう。

鳴門にいる間、よく福居先生やママからほかの先輩たちのことを聞きました。今たまちゃんも先輩になりましたよね。ちょっと心配です(^_^)みなさんはたまちゃんのことをどう後輩たちに教えていますか。(うるさい?声が大きい?ははは)ちょっとたまちゃんのメンツを立ててやってくださいよ。恥ずかしいから(°▽°)

実はもともと日本語を勉強するつもりはなかったですが、思いがけず大学の専門は日本語になりました。大学に入る前、日本語は何か全然わかりませんでした。でも、日本語を勉強して、鳴門に留学に行つて、パンダの会のみなさんと出会って、本当によかったと思います。家族みたいなみんなは親切にしてくれて、たまちゃんは幸せいっぱいもらいました。シェーシェー!

みなさんと離れてもう四ヵ月になって、ほんまにはやいですね。でも、何ヵ月経つても、何年経つても、鳴門に帰りたい、みなさんに会いに行きたい気持ちはいっさい変わっていません。みなさんと約束したことをちゃんと覚えています。

パンダの会のみなさん、大好きだよ♥

ほな、よいお年を～、来年も元気で無理をしないように太極拳をやつてね～また連絡します。(^^)



2016年12月8日

たまちゃんより

2015年度「パンダの会」会員

「パンダの会」の健康づくり運動に協賛しています。



キヨーエイ鳴門駅前店

買い物袋ないデー実施中

鳴門市撫養町小桑島字前浜2 3 番地

TEL088-685-2105



毎朝採りたての農産物を農家より

生産者直売コーナー



無添加

おいしさ

健康

安心

「未来を担う子供たちのために」



美味安心



すきとく市

1F

おいしい手づくりおそうざい

とくもて

2F

Men's&ladies カジュアル

セットアップ

Set up

2F

婦人礼服

シエリー・エム



4F



うどん・カレー・クレープ



はりま

4F

ヘア-IWASAKIスタジオ

カット	¥ 980
カラー	¥2,600
カラーカット	¥3,580
パーマ	¥3,300

4F

イベントホール

カルチャー教室
アロマセラピー教室
チビッコ広場
展示場 ご利用ください。