

めざそう！1人で10人の仲間づくり



会員同志の交流誌

第25号(年2回7月・1月発行)

発行日 2021年1月20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

ホームページ <http://narutopanda.com>



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



瀬戸支部のみなさん
瀬戸公民館

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ていただくことができます。

目 次

◇太極拳を楽しむ「パンダの会」が誕生するまでの経緯(いきさつ) 2 … 3	
◆留学生とのお別れ会を開催 ……………	4 ～ 5
◇2020年度太極拳による介護予防標語 ……………	6 ～ 7
◆太極拳を楽しむ「パンダの会」で健康な生活を ……………	8
◇日本国憲法が、あなたの命を守ります・・・ ……………	9
◆いきいきサロン参加者の体力測定状況調べ（令和元年度分） ……………	11
◇故吉田武博氏を偲んで ……………	12
◆青島支部からのお便り ……………	14～15

事業及び行事のご案内

■第3回 オレンジカフェ・ハンドメイド合同作品展

目 的	認知症に対する理解と認識を深めていただき、当事者並びに家族の方が地域社会で「ともに生きられる社会づくり」を目指し、地域福祉の向上を図ることを目的に開催いたします。
期 日	2021年2月13日（土）～2月17日（水） 午前10時～午後4時
会 場	キョーエイ鳴門駅前店4階ホール
催事内容	○鳴門市内認知症カフェの活動紹介 ○認知症カフェ利用者の作品展示及び即売 ○「手作り作品体験コーナー」の設置 ○認知症相談（レビー小体型認知症含む）
参加費	無料 但し、「体験コーナー」は、教材費の実費負担をお願いします。
主 催	コミュニティはうすTSUDOI
共 催	鳴門市オレンジカフェ連絡会、太極拳を楽しむ「パンダの会」

大 星 美 容 院

鳴 門 市 大 津 町 吉 永 440-3
電 話 686-4077

太極拳を楽しむ「パンダの会」が誕生するまでの経緯(いきさつ)2



太極拳を楽しむ「パンダの会」

会長 太田 晴清

前号より続く。

間もなく、山本太一氏（故人）から返事が帰ってきました。

留学生の方は、青島大学から大学院生として、鳴門教育大学に留学生の方でハオ・リャンさんという女性の方でした。ハオさんは、大学生時代にクラブ活動で太極拳をされておられたとのことでした。

ここで山本氏とハオさんの出会いについて少しお話しをしましょう。山本氏とハオさんとの出会いは、毎年鳴門市内で市民の手づくりによる障がい者の福祉向上を図る目的で実施をされておりました「うずしお福祉フェスティバル」という啓発事業が「うずしお福祉フェスティバル実行委員会」というボランティア団体の主催によって、鳴門市文化会館の東側の川辺にて開催されておりました。

その会場におきまして山本氏は「動物とのふれあいコーナー」を担当されて参加をしておりました折に、たまたまそのコーナーにハオさん他数名の留学生が立ち寄って下さり、その縁がもとで両社の交流が始まることになります。

人間の縁とは、実の不思議なもので、山本氏は、ボランティア活動の一環として国際交流活動にも参加されておられました。こうした状況から、留学生の方々とは、家族ぐるみで行われるまでになっておりました。

このようないきさつの中から留学生のハオさんに鳴門市民のために「太極拳の指導をお願いしたい」との申し出へとつながって行きました。

私は、出来るかぎり早くハオさんに直接お会い出来るよう山本氏にお願いをいたしました。

間もなく山本氏は、ハオさんと私がお会い出来る期会を設けて下さることになりました。

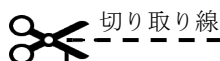
次号に続きます。

「パンダ便り」への広告掲載料（年間）

1口	4,000 円	（縦 5cm×横 17cm）
2口	8,000 円	（縦 10cm×横 17cm）
3口	12,000 円	（縦 15cm×横 17cm）
4口	16,000 円	（縦 20cm×横 17cm）
5口	20,000 円	（縦 25cm×横 17cm）

◎広告の中にURLを入れる場合は、2,000円別途に追加料金が必要です。

お問い合わせは、
太極拳を楽しむ「パンダの会」
事務局 〒772-0031
徳島県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（太田）



切り取り線

応援します： パンダの会：

フジシマスポーツ

徳島県板野郡北島町江尻 TEL088-698-3773

太極拳を楽しむ「パンダの会」の方でこの広告をお見せいただくと

5,000円以上お買い上げの方に **15%OFF** させていただきます。

【有効期間】2021年1月20日（水）～2021年7月21日（水）

太極拳シューズ



0183
ホワイト×シルバー

販売元 アシックス
品名 ウーシュー®WU
価格 ￥12,000+税
素材名 天然皮革製

留学生とのお別れ会を開催



と き 令和2年8月5日（水）12:20～14:30

ところ ふじなか

参加者 14名

まもなくお別れです。

青島大学に帰られてからも元気で頑張ってください。



家庭用・工業用・工業用LPガス
各種ガス器具・住宅設備機器

販売・設計・施工

“信頼をお届けする…”

帝国プロパン株式会社

徳島市川内町沖島 508-8

☎ (088) 665-1991 (代)



2020 年度太極拳による介護予防標語

募集期間 令和 2 年 8 月 3 日（月）～ 9 月 16 日（水）
 応募作品数 32 点
 応募者 20 名

《撫養支部の作品》

- ・ 転ばぬようになったのも 太極拳の
おかげかな
香川 勝子
- ・ 太極拳 ま～るくゆるんで ゆっくりと
・ 知（ち）好（こう）楽（らく）
太極拳をつづけよう
工藤 陽子
- ・ これからも コロナに負けぬ 私たち
・ 太極拳 さらに精進の道なり
長尾 忠幸
- ・ 寝たきりに 成るな させるな太極拳で
・ こころして 三密回避の太極拳
天野 美恵子
- ・ コロナ禍のストレス解消 太極拳
太田 みつる
- ・ 繰り返し繰り返し 体でおぼえる太極拳
勝田 キミヨ
- ・ 太極拳 マスクの中から教え請う
・ マスクして 皆んなで乗り切る太極拳
八木 智江
- ・ かかと落とし 万病予防に 効果あり
八段錦第八段目 「背后七顛百病済」
出葉 栄
- ・ 歳重ね 認知症の不安迷惑掛けぬと
太極拳に奮闘中

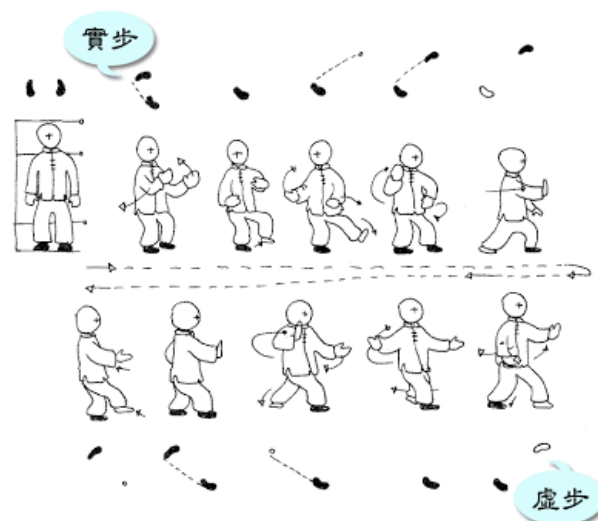
- ・ コロナ禍の中 認知症の不安
太極拳で出会い 楽しい日々を
田口 静代
- ・ 私は高齢者 新型コロナに熱中症予防
在宅にて エアコン利用で 太極拳
矢野 秀子
- ・ 太極拳 今日もまた 手とり足とり
教えてもらい
・ 太極拳で転倒予防 体力維持
北野 美恵子
- ・ 毎日の暮らしにつづけ 太極拳
田村 ヨシ子
- ・ 筋トレ 脳トレ 笑顔トレ
三つを揃えた 太極拳
・ 太極拳 足腰きたえて 元気よく
今の幸せ ありがとう
奥田 照代
- ・ 太極拳 良き友 良き師 良き会長
・ 太極拳「扇」に夢中の 日々美（は）し
竹林 秀子
- ・ 太極拳 転倒予防に いいそうよ
山本 毬子
- ・ 健康維持 全員マスク着用の 太極拳
・ TTP48 と一緒 テレビを見ながらの
太極拳
太田 晴清

《板東支部の作品》

- ・分からずも 体でおぼえ 学びゆく
太極拳も 楽しからずや
正木 和夫
- ・太極拳は頭と身体の体操 介護不用です
・どんな朝でも 笑顔で太極拳をすれば
楽しい1日の始まりです
津田 あつ子
- ・コロナ禍の心配も 感染予防して太極拳
身も心もリラックス
- ・パンダの会
多勢で健康で集えることとして
歓びと感謝
大西 晴夫

《瀬戸支部の作品》

- ・雨雨雨 コロナ菌も流してね
- ・マスクの向こうの口見えず
目と目で笑って
愛 (I・アイ) コンタクト
小林 綾子



指導補助者6名の方に認定証を交付

令和2年12月2日(水)、指導補助者としての認定証が会長より次の方々に授与されました。
 今後は、指導補助者として、簡化24式太極拳の習得向上のため活動を行って下さることになります。

撫養支部	太田 みつる
	圓藤 治子
板東支部	舩谷 幸子
	諸田 ちさ子
瀬戸支部	松岡 益子
	原田 ひろ子



阿北キャンバス

〒771-1507 徳島県阿波市土成町吉田字風呂屋敷29-7
 TEL.088-695-2188 FAX.088-695-2191

めざそう！一人で10人の仲間づくり

太極拳を楽しむ「パンダの会」で健康な生活を

私たち太極拳を楽しむ「パンダの会」は、市民の健康維持のため、平成16年4月28日から今日まで、16年以上にわたって高齢者の健康づくりと合わせて生きがいきり活動を積極的に推進しております。

太極拳を楽しむ「パンダの会」の活動目的

太極拳を通して、会員相互の親睦を図り、介護予防のための健康づくり運動の推進に努めることによって、地域福祉の増進に寄与することを目的とします。

活動の目的を達成するために、次の事業を行います。

1. 太極拳を通して介護予防のための健康づくり
2. 会員相互の親睦を図る事業
3. 国際交流を図る事業

～～太極拳で介護予防と認知症予防を～～

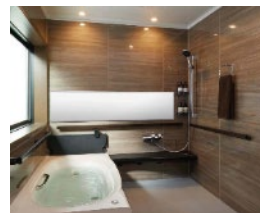
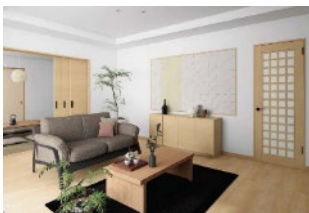
活動内容

支部名	活動場所	活動時間
撫養支部	キョーエイ鳴門駅前店 4階多目的ホール	毎週水曜日 10:30～12:00
板東支部	板東公民館	毎週火曜日 10:30～12:00
瀬戸支部	瀬戸公民館	毎週月曜日 10:00～11:30

会費

1か月 1,000円（毎回水分補給のために、ペットボトルのお茶が配布されます。）

住み慣れた家を、もっと快適にする そんな住まいのリフォームは(株)亀井組に！！！！



※イメージ画像

リフォーム工事・各種メンテナンス工事のご相談は (株)亀井組に、お気軽にお問合せ下さい。



ショールームへ是非
お越し下さい。
お待ちしております。

テクノストラクチャー工法
新築注文住宅受付中！

大きな地震に、
大きな自信を。

Panasonic
Builders
Group
パナソニックビルダーズグループ

ご相談無料

お見積り無料

プランニング無料



リフォームプラザ・電井



0120-144-170

【営業時間】9:30～18:30 【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 3F



日本国憲法が、あなたの命を守ります・・・

福祉のまちづくり支援室 室長 太田 晴清

今年は、新型コロナウイルスの感染拡大によって、日常生活が大きく変わりました。まもなく私たちの生活は、日々不安を感じながらの1年を迎えることになります。

今日も、新型コロナに多くの方が感染し、多くの方が入院をされ、また亡くられる方が後を絶ちません。

生活に行き詰まり、新型コロナと共にいかなければならない時こそ、私たちは、しっかりと生きるための「**不断の努力**」が求められているのではないかと思います。自暴自棄になることなく、周りの人たちと共に手を携えながら、希望をもって生きなければなりません。こんな言葉を聞いたことはありませんか。

「**すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。**」

「**国は、すべての生活部面について社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。**」

そうです。**日本国憲法第25条**です。憲法第25条の**中身**を知っておられますか？

ここで示されている**最低限度の生活**とは、「**生活保護費に示されています基準額**」を指します。

生活保護費は、最低生活費（生活扶助＋住宅扶助）から収入（年金等）を差し引いて計算できます。

尚、国民年金の年金額は満額支給されている方で年額781,700円、1か月では、65,141円です。

ちなみに、私たちが住んでいる地域には、65歳以上の高齢者で一人の生活をされておられる方が多くおられます。こうした方の場合の「**最低生活費**」は、次のようになります。

生活扶助基準① 食糧費、被服費等

第1類	60歳～64歳	30,890円・・・A
	65歳～69歳	30,890円
	70歳以上	27,680円
第2類	1人世帯	34,420円・・・B
	2人世帯	42,340円
通減率	1人世帯	100%
	2人世帯	100%

$(A+B) \times 1\% \times 3 \text{ 分の } 1 = 21,770 \text{ 円} \dots (1)$

生活扶助基準② 光熱水費等

第1類	65歳～74歳	38,950円・・・C
	75歳～	35,160円
第2類	1人世帯	47,040円・・・D
	2人世帯	40,600円
通減率	1人世帯	100%
	2人世帯	88.54%

$(C+D) \times 100\% \times 3 \text{ 分の } 2 = 57,326 \text{ 円} \dots (2)$ 生活扶助 (1)+(2)=79,096円

住宅扶助 単身 29,900円

2人 35,000円

最低生活費は、**生活扶助**(79,096円)+ **住宅扶助**(29,900円)= (108,996円)となります。

尚、**医療扶助**は、**金額公費負担**となります。

ここで私たちは、憲法第12条に、「国民に保証する**自由及び権利**は、**国民の不断の努力**によってこれを保持しなければならない」と明記されていることも忘れてはなりません。

太極拳練習用DVD予約販売中

中日武術太極拳交流協会

一企画・制作・監修一

<https://taijipower.net/>



商 品 名	定価（税別）	内 容
24 式太極拳	5,000 円	張 紹偉 師範解説付 1、全外套演武（正面） 2、動作の詳細解説 3、全外套演武（背面）
32 式太極剣	5,000 円	

※ 太極拳を楽しむ「パンダの会」の会員の方には、定価の15%引き（4,250 円）で商品のお取り扱いを行っております。

太極拳武術・中国武術グッズ販売中（予約制）

〔会員価格（税別）〕

- | | | | |
|----------|---------|------------------|---------|
| ○ 太極拳伸縮剣 | 2,300 円 | ○ 太極拳服上下（サテン光沢有） | 7,900 円 |
| ○ 太極拳扇 | 2,300 円 | ○ 太極拳服上下（サテン光沢無） | 8,400 円 |
| ○ 太極拳房 | 700 円 | ○ 太極拳服上下（コールテン） | 8,900 円 |
| ○ 太極拳扇用袋 | 700 円 | | |

問合せ先

〒772-0031 鳴門市大津町木津野字内田 7 番地 10

コミュニティはうすTSUDOI

☎(088)685-6177

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.

いきいきサロン参加者の体力測定状況調べ(令和元年度分)

性別	年代	握力(右)kg	握力(左)kg	片足立(右)秒	片足立(左)秒	SS-30 回
男性	60 歳代 11 名	41.7	40.4	45.3	57.0	21.0
	70 歳代 73 名	33.7	33.0	37.1	35.4	21.0
	80 歳代 66 名	28.7	28.2	11.2	9.5	19.0
	90 歳代 6 名	29.2	27.6	4.4	4.4	12.5
女性	60 歳代 56 名	24.3	22.7	60.0	60.0	23.5
	70 歳代 321 名	22.7	20.7	42.5	39.2	23.0
	80 歳代 244 名	20.3	18.6	11.0	9.7	17.0
	90 歳代 28 名	16.8	15.4	3.5	3.5	15.5

この表は、鳴門市内のいきいきサロンに参加されておられる方の体力測定における中央値が示されています。

自らの体力測定結果は、中央値を参考指標として活用して下さい。

太極拳を楽しむパンダの会 参加者の体力測定結果

Aさん 70 歳代	18.1 kg	20.6 kg	60.0 秒	60.0 秒	25.0 回
Bさん 70 歳代	21.7 kg	16.9 kg	60.0 秒	51.0 秒	27.0 回
Cさん 70 歳代	23.9 kg	21.4 kg	60.0 秒	60.0 秒	23.0 回
Dさん 70 歳代	22.8 kg	11.9 kg	60.0 秒	38.0 秒	23.0 回
Eさん 80 歳代	18.4 kg	17.2 kg	41.0 秒	5.0 秒	12.0 回
Fさん 80 歳代	21.0 kg	20.0 kg	60.0 秒	60.0 秒	26.0 回
Gさん 80 歳代	26.8 kg	22.0 kg	54.7 秒	54.7 秒	18.0 回

おいしいをデザインする

Dairy Products

YASUTOMI

Since 1963

総合乳製品・外食用食材卸

牛乳、生クリーム、バター、チーズ、
業務用アイスクリーム、ソフトクリーム、原材料・・・

有限会社 安富商店

〒770-8055 徳島市山城町東浜傍示1番地33
TEL(088)625-1775(代)FAX(088)654-9104
URL <http://www.yasutomi-syouten.com/>



故吉田武博氏をしのんで

私は 2021 年 1 月 1 日の夕方、役員をされておられます方からの知らせで、吉田武博氏が御亡くなりになられたことを知りました。

吉田武博氏、私たちの会にとっては、一言では言えないほどの大恩人です。

今日の太極拳を楽しむ「パンダの会」の発展を日々願われ、ご支援してくださいました。

私が初めて協同組合鳴門センター街に勤められておられる吉田氏とお会いしたのは、2009 年の秋でした。今から 11 年前になります。

2008 年 5 月に初代の山本太一会長から会長を引き継ぎ、「パンダの会」の会長としての活動を始めて暫く立ってからの時のことでした。

当時、太極拳を楽しむ「パンダの会」の一支部であります撫養支部の活動は、市内の中心部にある「うずしおふれあい公園」の南側の一角で行っておりました。

寒い日もあり、暑い日もあることは当然の事ではありますが、雨天の場合には、活動場所の変更を余儀なくされることが度々ありました。

会員の皆さん方は、天候に左右されずに常に活動の出来る場所を求めておりました。

こうした時に初めて吉田氏とお会いすることが出来ました。

吉田氏は、物腰の柔らかい方でありました。私は「パンダの会」の皆さん方の気持ちを代弁してお話をさせていただきました。

「会員の皆さん方は、太極拳を通して介護ボランティアとしての活動を日々熱心にされておりますが、天候に左右されずに一年中屋内で活動できる場所を求めております。どうでしょうか？財政的には余裕のある会ではありませんが、活動場所として利用させていただくことは出来ないでしょうか。」と・・・

吉田氏は、私たちの願いをお聞き下さり快諾してくれたのです。

その後は、活動場所をキョーエイ鳴門駅前店 4 F の多目的ホールに変更し、毎週水曜日の午前 10 時 30 分から 12 時までの間、高齢者に対する介護予防活動を行っております。

「パンダの会」の会員一同は、常々感謝の念を持って会場を利用させていただいております。

1 月 3 日の告別式には、行政関係者、商工関係者、文化関係者等、多方面の方々が参列されておられました。吉田武博氏の鳴門市に対する社会貢献度の高さと懐の広さを感じさせられた 1 日でした。

最後に、吉田武博氏のご冥福をお祈りしながら玉鳳院を後にいたしました。

2021 年 1 月 3 日

太極拳を楽しむ「パンダの会」
会 長 太 田 晴 清

徳島初のパッシブハウスを体感してみませんか—

OPEN HOUSE
見学ご予約受付 Start!

PASSIVE HOUSE JAPAN × Q1HOUSE × HEAT20
TSUJIGUMI
有限会社 辻組 Tel.088-668-1326
〒770-8078 徳島市八万町橋本 27-1
http://www.orisuma.com

八万モデルハウス見学の
ご予約も随時受付中!

パンダの会様向け 特典!

ソフトバンク鳴門限定 スマホ新規ご成約で

3,000

相当円還元

※ソフトバンクもしくはワイモバイルでスマホ 新規契約 他社からのお乗り換え

SoftBank Y!mobile

ソフトバンク鳴門
(TEL) 088-679-8672
(所在地) 徳島県鳴門市撫養町斎田東発19-4
※鳴門市役所から南へ300mほど、鳴門警察署近く
(営業時間) 10:00~19:00
(定休日) 第二木曜日 P有

※期間: 2020年7月1日~終了日未定
※店舗: ソフトバンク鳴門のみ有効
※他キャンペーンとの合計還元金額が2万円を超える場合は対象外となります。
※現金還元もしくは本体値引となります。
※ソフトバンクからワイモバイルへの乗り換えは対象外

20-0625-2641

広告を見たとお伝え下さい!



鍼灸・マッサージ・機能訓練
国家資格を有する者が
ご自宅に出張し施術いたします。

▼お気軽にお問合せください
TEL 088-678-5808

「パンダ便り」を見て
お問合せ頂いた方に限り
初回無料+お灸プレゼント♪

家屋解体・遺品整理



レインボークラブ

代表者 門家 真人

〒770-0023 徳島市佐古3番町

TEL088-678-6543

080-1996-5665

徳島の観光はぜひ当社にお任せください!

Hikari Dream

TOKUSHIMA

-予約・お問合わせはこちら-

☎088-699-7133

受付時間 9:00~18:00 (土曜・日曜祝日・年末年始除く)

〒771-0214 徳島県板野郡松茂町満穂字満穂開拓31-3
Fax.088-699-7066

青島支部からのお便り

太極拳を楽しむ「パンダの会」の皆さんへ
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？月日が経つのがはやいで
すね。もうすぐ新しい一年を迎えるところ
です。コロナのせいで三月まではずっと実家
に閉じこもったので、気付かないうちに半年
が過ぎました。そして仕事は2年目に入り、
今年会社に入ったばかりの年下の同僚に「
華鈞姉さん」と呼ばれるようになりました。
しっかりした社会人になるように頑張らな
くちゃいけませんね。コロナが相変わらず
猛威を振るっている中、やはり健康が一番
ですね。是非お身体に気をつけてください。
自分も健康のために太極拳やエアロビク
スダンスなどをしていきます。パンダの会
の皆さんのご健康を心から祈っております。
新しい一年もどうぞよろしくお願い申し上
げます。

2020年12月14日
2014年度「パンダの会」会員
孫 華鈞より

太極拳の皆様へ

師走に入り、街角にもクリスマスの雰囲
気が溢れるこの頃、太極拳の皆様いかが
お過ごしでしょうか。間もなく、また一
年が過ぎることになります。おかげさ
まで大過なく過ごしております。そし
て、院生としての新学期はもう終わり、
冬休みが始まります。元々国慶節は八
日間の休みがありましたけれども、うち
の学校では休まず、ずっと授業をして
いました。だから、今年の冬休みが早
く来しました。

私は、この間充実した生活を送って
いました。院生の生活は学部生と違
うことを知っていますが、そんなに忙
しいとは全然思いませんでした。授
業を受けたり、発表したり、論文を
書いたり、今学期は気楽に過ごした
日が無かったと感じました。幸いな
ことに慣れてきました。

2020年はコロナのために、皆様
にとってはつらい思い出があるかも
しれませんが私は、幸福と感動の
ほうが多かったのではないかと
思っております。来る新たな一
年は、皆様にとっても幸せな
一年になりますよ。遠くから皆

様のご健康とご多幸をお祈りいたします。
よいお年を。

2020年12月24日
2018年度「パンダの会」会員
徐 方冰より

「パンダの会」の皆さんへ

ご無沙汰しております。皆さんは
お元気でしょうか？冬になったので、
風邪を引かないように気をつけて
ください。そして、2020年も
そろそろ終わります。特別の一年
として、この一年はいろんなことが
ありました。

まず、コロナの原因で、予想外
の変化や困難が起こった。予定通り
に日本に行くこともできなくて、
例年と違って、一年間のオンライン
をしています。オンラインでの授業
も勉強に影響しませんが、オン
ラインでの授業より日本に行
って、先生とクラスメートと対
面授業を受けたいです。次に、
元々計画した旅行も、コロナの
せいで断念せざるを得ませんでした。

でも、この一年はとてもいい
思い出がたくさんあります。例
えば、両親と一緒にもっと多
くの時間を過ごすことができ
て、そして、お母さんと一緒
に料理を学びました。暇な時
間を利用して昔から勉強した
いと思っていたウクレレを
勉強して、好きな本をたく
さん読みました。2020年
という年は私たち皆さんにと
ってつらい年かもしれませんが、
これまでにないいい思い出
がたくさんできました。

来年は、コロナが早く過ぎ
去って、みんなが正常な生活
を回復することができることを
望みます。

最後になりますが、皆さんの
健康と幸福を心からお祈り
いたします。皆さんによいお
年を。

2020年12月26日
2017年度「パンダの会」会員
李 俊より

パンダの会の皆さんに、新年あ
けましておめでとうございます！

修士試験は先週の週末にや
っと終わりました。今はルーム
メイトと一緒にゲームをしたり、
あちこちに遊びに行ったり
して、本当に楽しい生活にな
ります。今年中国の春節は20
21年2月12日から、学校
はまだ休みではありません
が、私にとって、実際に何
の用事もないので、もう家
に帰るつもりです。

パンダの会のみなさんと鳴教大の皆さんの
おかげで、安全に帰国できました。帰ったらい
ろいろと用事がありましたが、ちょっと暇に
なったときは、よく鳴門での生活を思い出し
ます。

パンダの会の皆さんと一緒に過ごした時間
は、楽しくて、懐かしかったです。1年の時間
は本当に短いと感じました。パンダの会の皆
さん最近はどうですか、お元気ですか、世界
中でコロナが深刻になっております。

皆さんは絶対にお体を大切にしてください。
昨日、青島はすごく雪が降りました。この前
も何回か降りました。青島はあちこち白くな
って、本当にきれいです。ちょっと校内で写真
を撮りました。添付します。

皆さんに見ていただくと嬉しいです。
これは、私がパンダの会の皆さんに言いたい
言葉です。パンダ会の皆さんはもとより鳴門
での留学生活を支えて下さった方々に、感謝
の気持ちを抱いております。

「鳴門で過ごした日々は、私は大事な宝物に
しています。いつまでも忘れられません。

2021年1月1日
2019年度「パンダの会」会員
高 偉峰より



・迷惑物件を地域の資産に・^A空^Rき家^P利活用プロジェクト

私たちは、鳴門市内の空き家で福祉のまちづくりを考える会です。

メンバー

福祉活動の実践者、一級建築士、家屋解体業者等

活動内容

◎ 空き家を活用した福祉のまちづくりを展開したい方の相談活動

◎ 空き家を福祉のまちづくりに提供したい方の相談活動

◎ 空き家の再生や除却で悩まれておられる方の相談活動

空き家で福祉のまちづくりを考える会 【連絡先】 090-2967-4780 (太田)

鳴門市オレンジカフェ連絡会

各オレンジカフェ（認知症カフェ）では、認知症予防活動として、新聞ちぎり絵、絵手紙、折紙、童謡、カラオケ等の取り組みを行っており、お互いの活動に関する情報交換を行っています。相談活動は下記地域包括支援センターの協力をいただいています。

オレンジカフェの名称	地域包括支援センター	電 話
オレンジカフェ木津野	鳴門市地域包括支援センターひだまり	(088)686-1139
オレンジカフェ小桑島	鳴門市地域包括支援センター緑会	(088)685-1555
オレンジカフェ岡崎	鳴門市地域包括支援センター貴洋会	(088)683-1075

問合せ先：鳴門市オレンジカフェ連絡会

事務局 コミュニティはうす TSUDOI 内

TEL (088) 685-6177

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

『介護のお悩み』があれば、お気軽にお問い合わせ下さい。

ケアマネ・ディサービス・ヘルパー・グループホーム・特養の受け入れ



社会福祉法人 緑樹会

介護老人福祉施設 おおつ苑

鳴門市大津町大代字戎野472番地

電話 088-684-3788

医療法人 真誠会



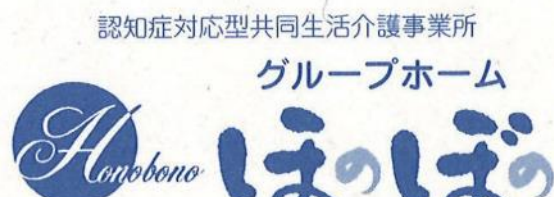
TEL. (088)685-3351
鳴門市大津町矢倉字六ノ越5-9



TEL. (088)686-1133
鳴門市大津町矢倉字四ノ越5番



TEL. (088)685-3605
鳴門市大津町矢倉字四ノ越3番



TEL. (088)686-3113
鳴門市大津町矢倉字五ノ越32-1

T (太極拳を) **T** (楽しむ) **P** (パンダの会で) **48** (しあわせに)

私たちは、平均年齢65歳以上のヤングシニアで構成された施設訪問ボランティアです。介護予防運動のための太極拳のほか、カラオケ、阿波踊り等で、施設利用者の皆さんと楽しい時間を共有しております。

もしも、出演依頼を希望される時は、ぜひ一度私たちにお声をかけてみて下さい。

事務局(090)4780-2967 (太田) まで御連絡下さい。