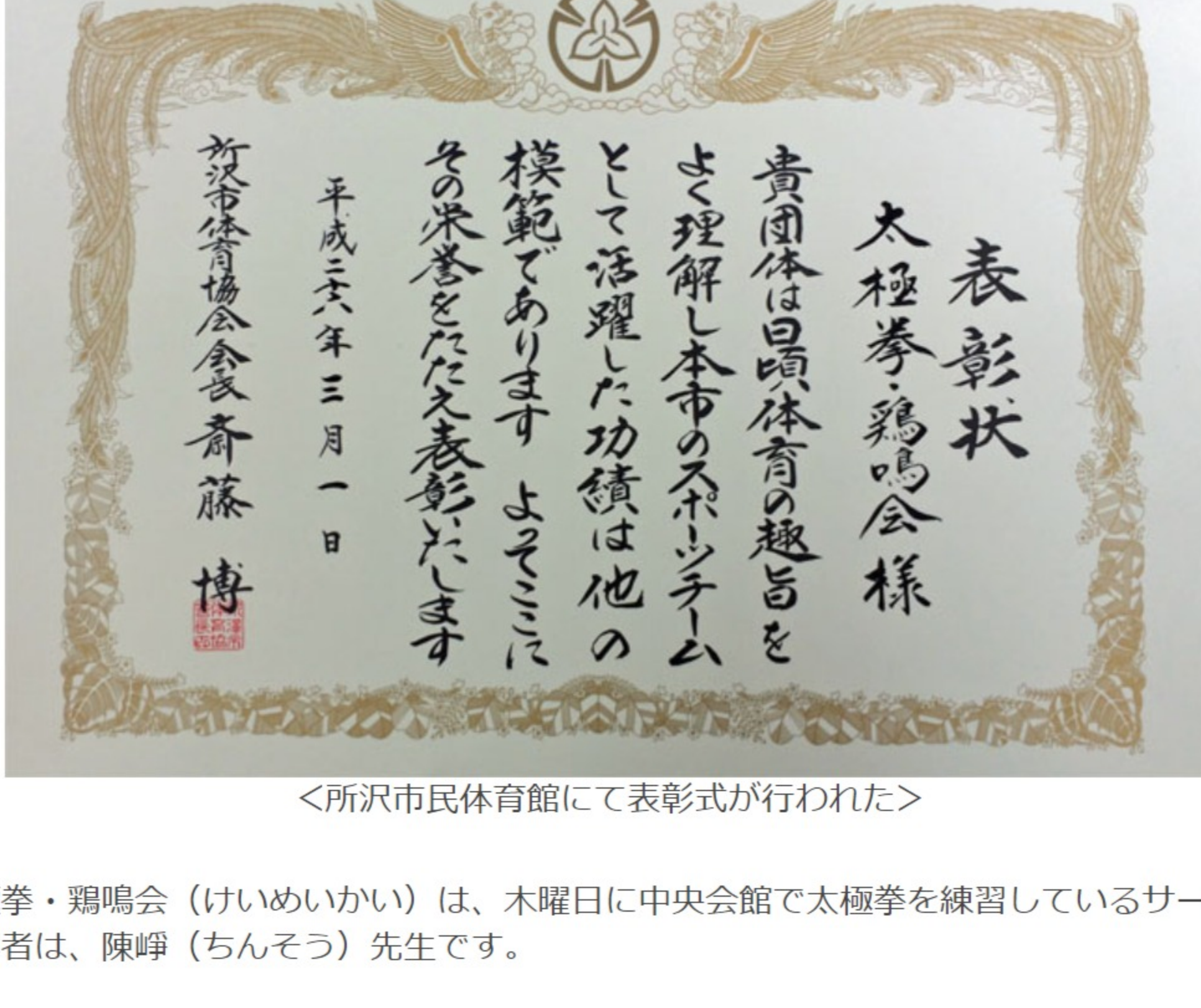


## 3月1日、太極拳・鶏鳴会が所沢市体育協会賞を受賞！



<所沢市民体育館にて表彰式が行われた>

太極拳・鶏鳴会（けいめいかい）は、木曜日に中央会館で太極拳を練習しているサークルです。指導者は、陳崢（ちんそう）先生です。



<ねんりんピックよさこい高知2013に出場>

平成25年3月23日に、さいたま市記念総合体育館で開催された「第26回全国健康福祉祭（ねんりんピック）埼玉県代表選考会」にて簡化24式太極拳で1位になりました。そして、平成25年10月27日に、高知県須崎市スポーツセンターで開催された「ねんりんピックよさこい高知2013」に埼玉県代表として出場しました。これらの活動が評価されて、今回の受賞になりました。

太極拳・鶏鳴会 代表 真造妙子

※鶏鳴会は選手チームですので、生徒募集はしておりません。陳崢先生が指導している松が丘月曜・水曜・金曜は、常時、生徒募集をしています。詳しいことは、真造妙子代表にお問い合わせください。

コメント

## 3.サークル活動：第11回『気楽に歩こう会（東京都薬用植物園）』実施報告

### 東京都薬用植物園を訪ねて、感激！

3月6日（木）、大雪の後、久しぶりの青空。今朝も厳しい寒さの中、『気楽に歩こう会』の参加者16名は、元気に電車を乗り継ぎ西武拝島線の東大和駅に到着。



<東京都薬用植物園での16名の記念撮影（花咲案内人も一緒に）>

駅前の東京都薬用植物園には、温室があり、震える体を温めるべく飛び込んだ。温室の中ではボランティアの**花咲案内人**による絶妙な解説。「バナナは木ではなく草であり年輪もなく毎年収穫は出来ない」とのお話で驚きました。「トウガラシが赤く辛く突き出しているのは、鹿等には食べられず、鳥の目につき易く食べて貰い種をばら撒いてもらうため」と等という植物の特性をお聞きし、カカオ、シダ、トウワタ（唐綿）等の草木と、チャネルの5番を作る植物を紹介され、植物の特性を解り易く解説して頂きました。お聞きしていた私達の心をとらえた素晴らしいひと時でした。



<草のバナナ>



<トウガラシの知恵>



<幹に実がなるカカオ>



<チャネルの5番を作る植物>

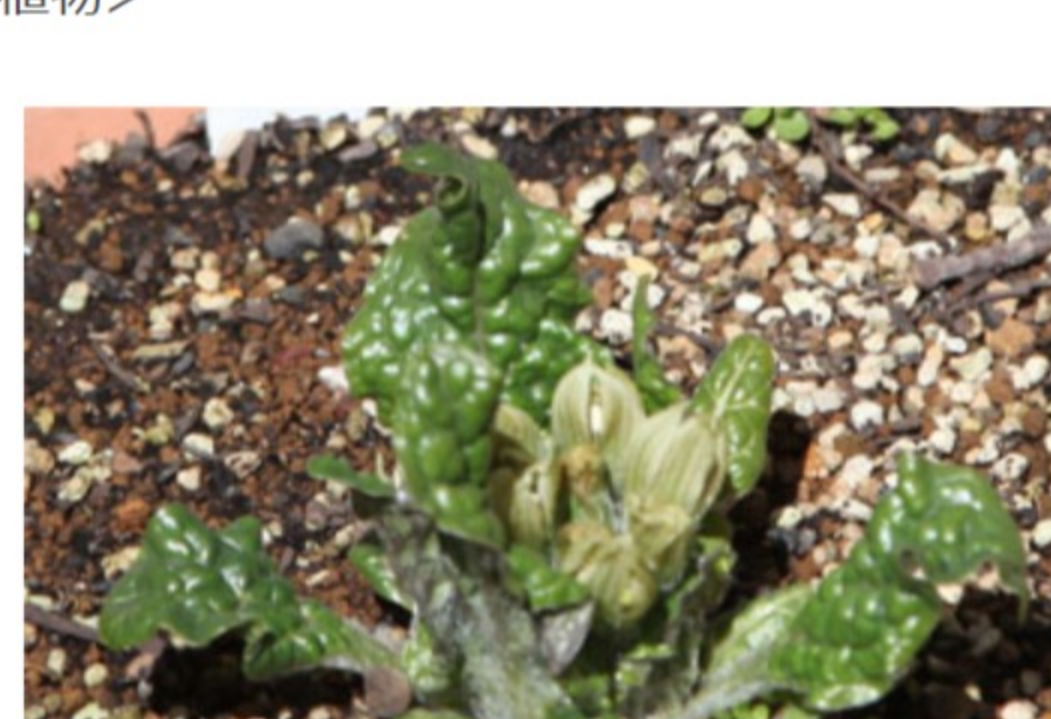
気持ちも体もゆったり出来、温室から屋外へ、こちらでは有毒な植物が一杯。まずは、ミズバショウ、ザゼンソウ、ユズリハ、キョウチクトウ、アジサイ、スズラン、ヒガンバナ等の毒性植物の説明をお聞きし、秩父紅という金色のフクジュソウと伝説の植物マンドレイク（幻覚、幻聴を伴い時には死に至る神経毒が根に含まれる）等を解説いただきました。



<有毒植物>



<金色のフクジュソウ『秩父紅』>



<伝説の植物『マンドレイク』>

薬事資料館では、漢方薬に使われる乾いた薬草等が展示されていました。特に、ケシの花からは、痛み止めのモルヒネが作られる等貴重な草花の説明を受け、感激を重ねた本日のウォーキングに、植物の持つ特性が私たちの生活にいかにか大事なものか、また、こうした植物の絶滅危機についても知り、自然の生態系の中で、人間ととても深いつながりがあることを知りました。ご説明頂いた花咲案内人に感謝して、また一杯花の咲く頃訪問したい旨、話しながら帰路へ向かいました。



<漢方薬に使われる乾いた薬草等が展示>



<ケシの花>

平成26年度も、気ままなサークル活動として、皆様からのご要望をお聞きしながら、次々にウォーキングプランを計画し、ご案内させていただきます。

次回は、3月18日(火)吉野梅郷『梅の香りウォーク』です。3月31日(月)は小金井公園『桜ウォッチング』です。ご参加をお待ちいたしております。

気楽に歩こう会 代表 藤原敏郎

コメント

## 3.サークル活動：デジカメ同好会の“白鳥”撮影会（in川島町）2014年

2月3日（月）、デジカメ同好会で、昨年も行った「白鳥の写真撮影会」を実施しました。場所は、中央会館から車で約50分の距離（約40km）にある川島町の越辺川河川敷です。毎年多くの白鳥が飛来し、この時期は絶好の白鳥撮影ポイントとなるところです。今日の飛来した白鳥は約90羽でした。



<日の出の撮影のために移動>



<撮影仲間1>



<撮影仲間2>

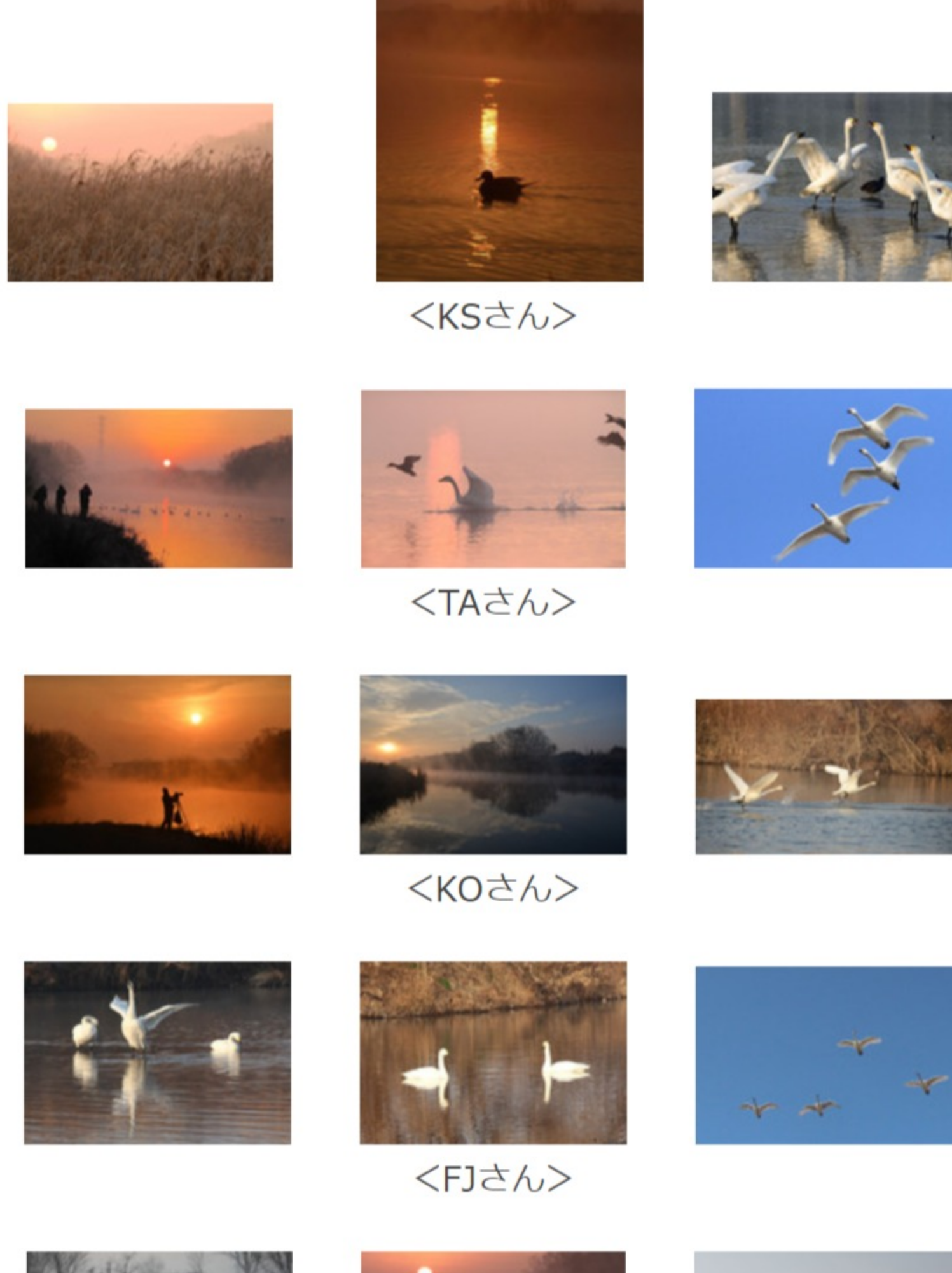


<全軍飛翔を見守ったが・・・>

昨年より1時間早い朝の5時頃、中央会館を出発しました。河川敷についた時、日の出前でゆっくりと撮影の準備ができました。今年も、川霧と日の出で幻想的な写真が撮れます。残念ながら、今年も全軍飛翔は見れませんでしたので、来年も再挑戦したいと思っています。

メンバーが撮影した写真は下記です。それぞれ、趣きのある写真が撮れましたので、ご覧ください。

(※写真はクリックすると拡大します)



<KSさん>

<TAさん>

<KOさん>

<FJさん>

<IWさん>

デジカメ同好会

コメント

## 3.サークル活動：松樹俳句会一月度作品集

一月の松樹俳句会 作品集 方舟選

※画像はクリックすると拡大します。

コメント