

第10回 ブリスベン「わははの会」

**2019年11月12日（第2火曜日）
10.00am－12.00pm**

**場所：Indooroopilly Activity Hub
(Indooroopilly Senior Citizen's Clubと言う名称で知られています)**

黙とう

この度の度重なる台風では、100名以上の方がお亡くなりになりました。
まだ行方不明の方もおられます。

皆さんの中にも、この甚大な被害をもたらした台風の被害に遭われた
ご家族、ご親戚、またご友人がいらっしゃるかもしれません。

ここに心よりご冥福をお祈りいたします。

確認事項

みゆきさんが毎月、皆さんの笑顔を写真に収めて下さっています。

撮影したお写真を将来、「わははの会」のホームページに掲載したいと思っています。

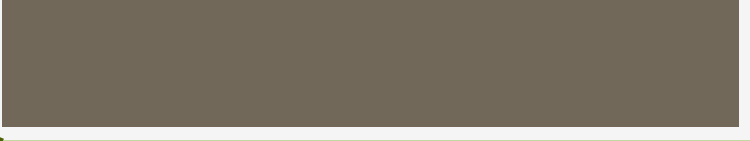
もし、「NO」であれば、
今、手を挙げて教えて下さい。

「わははの会」 私たちが所属する母体について

- 団体の名前:
(新) Indooroopilly Activity Hub Inc. (IAH)
(旧) Senior Citizen's Club Inc.
- 会費：1年 10ドル
- 会員のメリット：
 - IAHの様々な催しに低額、または無料で参加が可能です。
 - Public Liability（対人対物賠償責任）が適応される場合があります。

今日のプログラム

- 10:00 – 10:20 受付・モーニングティ
- 10:20 – 10:30 新しく参加された方の自己紹介
- 10:30 – 10:40 軽いストレッチ
- 10:40 – 10:50 「お隣さんと繋がろう」
- 10:50 – 11:00 お知らせいろいろ
- 11:00 – 11:10 今月の歌 2 曲
- 11:10 – 11:20 11月のお誕生日、おめでとうございます
- 11:20 – 11:50 ちょっと為になる話：
「4EB 発声練習」
- 12:00 – 13:00 本の貸し出し、みんなでお花見会食

お茶を飲みながら。。。 

新しく参加された方の自己紹介

1. お名前
2. 日本の出身地
3. オーストラリアにどれくらい長く住んでいらっしゃいますか？
4. **お誕生月**はいつですか？
5. 趣味
6. ご家族

など無理のない範囲で教えて下さい。

Yanai, Morizo

- ▶ 1910年ニューカレドニアにニッケル鉱山夫として渡る
- ▶ ベトナム人女性と結婚
- ▶ 1941年12月8日 太平洋戦争勃発により、敵国人として逮捕される。
* フランス領土のニューカレドニアは連合軍の取り決めでニューカレドニア在住の日本人はオーストラリアへ送られた。
- ▶ 家族をのこし、オーストラリアのラブデー収容所（南オーストラリア）に送られる。
- ▶ 戦後、日本へ強制送還され、家族と離れ離れになるが、1950年、ニューカレドニアに帰還成功。

House Keeping



キッチン： 飲み物、食べ物でカップやお皿を使った後は
テーブルにお返し下さい。

トイレ： ホールを出て左にあります。

マナー： 一人一人の意見を尊重し、誰かが話して
いる時には耳を傾け、静かに聞きましょう。

携帯電話： できればマナーモードに設定ください。

「わははの会」は

みんなで

「話す、笑う、動く、歌う、踊る、
学ぶ、気持ちよくなる、食べる」会

日本語で話す、シルバー川柳を詠んで笑う

踊って体を動かす、歌を歌う、

専門家のお話を聞いて学ぶ、

マッサージで気持ちよくなる、

お菓子を食べてお茶を飲む

「わははの会」は 集会所 (憩いの場)であり、

- 物の売り買いや、押売りはNO。
- 宗教団体でも
- 政治団体でもありません。



みんなで

ストレッチ

麻子さん

(ヨガのインストラクター)



「お隣さんと繋がろう」

- 1) シニアの方とボランティアがペアを組みます。
- 2) 最初に簡単に自己紹介をした後、
- 3) 話をしながら、配布されたA4の用紙に、
まず二人の名前を書いて、
- 4) 会話を通して見つけた「お互いの共通点」を
書き出してください。制限時間は5分間です。
「よーいどん！」

例) 出身地が同じ
趣味が同じ
共通の友人がいる など



「バースセラピー」



バース セラピスト：きしよさん

今日 体験してみたい方は

きしよさん まで

「光輝セラピー」



光輝セラピスト：宏さん、あきさん

今日 体験してみたい方は

宏さん まで

ご存知でしょうか？

65歳以上のシニアの
皆さんはこの10月から

「バス」と「フェリー」は
オフピークの時間のみ、無料です。

オフピークの時間は 8.30am–3.30pm、
7pm–6am（翌日）、週末はいつでも。



お知らせ 1.

11月16日 (土曜日)

QLD 補習校 祭り

時間：12時半から 3 時まで

場所：Indooroopilly State High School

111 Ward St, Indooroopilly QLD 4068

参加費：無料



「わははの会」のボランティアによるお菓子や、クラフトを販売予定。
多くの方に「わははの会」を知っていただくことが目的です。
集まった収益金は「わははの会」の催し物の費用に充当予定。

お知らせ 2. 11月26日 (火曜日) CURA Gold Coast でシニアの忘年会



時間：10時から2時まで

場所：1 Dominions Road Ashmore

お弁当代：\$10

参加してみたい方、彩子さんまで。

(注意) 当日の申し込みはお弁当の
予約の関係で受け付けることができません。



お知らせ 3. 11月28日 (木曜日) 詩人の伊藤比呂美さんを招いて

時間：6時から7時半まで詩の朗読とお話
7時半から1時間ほど懇談会

場所：Forgan Smith Bldg (#1) Room E302
UQ St Lucia Campus

軽食と飲み物：無料 (ただし登録が必要)

<https://languages-cultures.uq.edu.au/event/session/5343>



お知らせ 4 . 11月29日 (金曜日)

Karuna Hospice

クリスマス マーケット

時間： 1 時から 8 時

場所： 27 Cartwright Street, Windsor

入場料： 無料

駐車場： Flynn Oval at the end of Cartwright Street



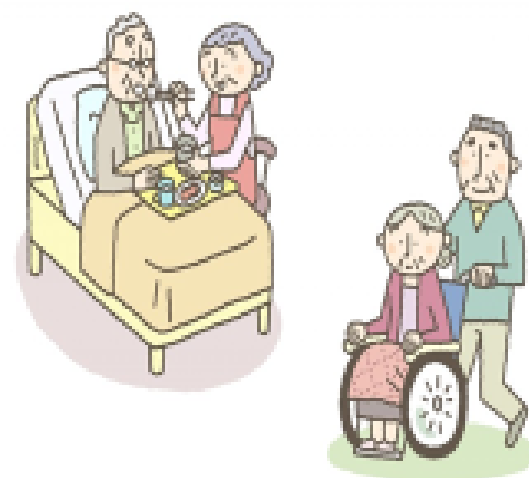
お知らせ 5. My Health for Life ECCQ (Ethnic Community Council QLD) による 無料「health check」と予防セッション

- 時： 12月と1月の「わははの会」
- 場所： IAH
- 対象者： 55歳以上の希望者
- 目的： type 2 diabetes、high blood pressure、heart disease、Strokeなどの生活習慣病のリスクがあるかを質問票で調べます。
- アクション： 結果にリスクが高いと出た人には希望に応じて、合計6回の個人、またはグループセッションを行って、生活習慣病予防対策を行っていただきます。

お知らせ 7:「オヤノコト」談話室

介護が必要な親を日本に残している ボランティアの皆さんをサポートするグループ

- グループ代表：佐々木みゆきさんと弘美さん
- サポート内容：日本の介護システムの説明、
体験から学んだこと、私たちの
心のケア
- 場所：Café in Indooroopilly Shopping
Center
- 時間：「わははの会」終了後1:30分くらいから



ピアノの伴奏

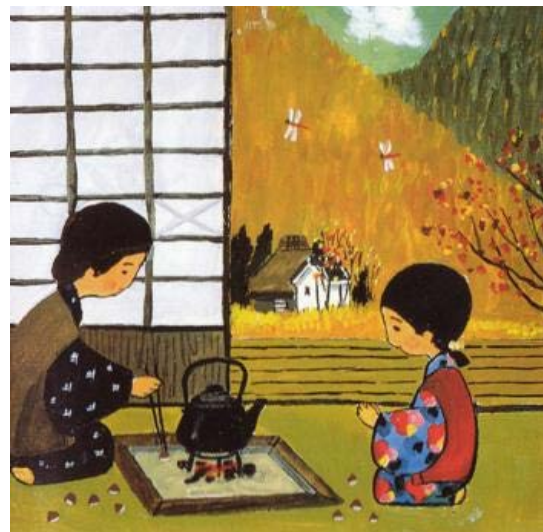
ももさん

今月の唄 2曲

里の秋
赤とんぼ

みんなで一緒に
歌いましょう

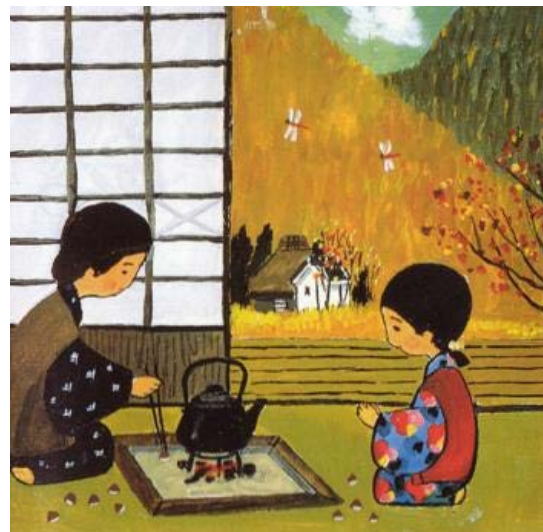
「里の秋」



1. 静かな 静かな 里の秋
おせどに木の実の 落ちる夜は
あー 母さんと ただ二人
栗の実 煮てます 囲炉裏端

みんなで一緒に
歌いましょう

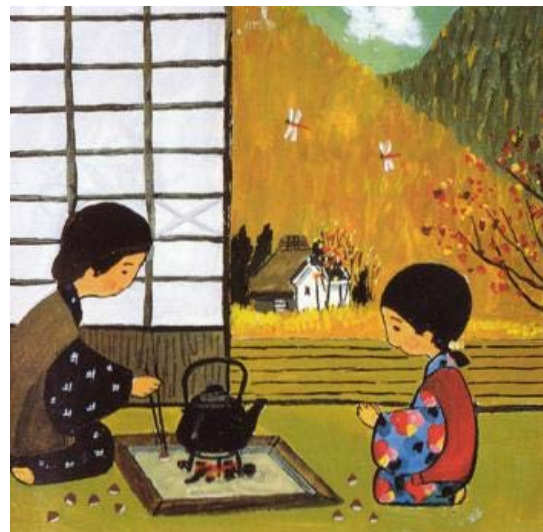
「里の秋」



2. 明るい 明るい 星の空
泣き泣き 夜ガモの 渡る夜は
あー 父さんの あの笑顔
栗の実 食べては 思い出す

みんなで一緒に
歌いましょう

「里の秋」



3. さよなら さよなら 椰子の島
お船に揺られて 帰られる
あー 父さんよ ご無事でと
今夜も 母さんと 祈ります

「赤とんぼ」



1. 夕焼け小焼けの 赤とんぼ
負われてみたのは いつの日か
2. 山の畑の 桑の実を
小籠に摘んだは まぼろしか

「赤とんぼ」



3. 十五で姐やは 嫁に行き
お里の便りも 絶え果てた
4. 夕焼け小焼けの 赤とんぼ
止っているよ 竿の先

♪ *Happy Birthday to you*

♪ *Happy Birthday to you*

♪ *Happy Birthday*

DEAR

(シニアの)

- 森たか子さん

(ボランティアの)

- 小林明日香さん、
- ヒンツ容子さん、
- スミスよしかさん

♪ *Happy Birthday to YOU*

今月の私

11月が誕生月の方



誕生月の参加者の話を聴きましょう。

- 私の大切にしていること、大切な人
- お国自慢
- ブリスベンに来た理由
- 将来の夢やこれからの計画
- 思い出に残る出来事や体験
- これまで生きてきて学んだこと
- 楽しかったこと、苦しかったこと
- 趣味について、または特技の披露
- 作品や写真の紹介
- 気になっている事や調べて面白かった事 など

11月の「ちょっと為になる話」

4 EB 発声練習

プレゼンター： 4 EBラジオキャスター 菅野さん

12月の「ちょっと為になる話」

一年のすす払い

プレゼンター：哲雄（てつゆう）上人先生
（浄土宗阿弥陀寺）

Jodoshu Buddhist Community of Australia in Ashgrove

2020年 1月の「ちょっと為になる話」

バイオリンとピアノの演奏

新しい年を迎えるにあたり

演奏者：LYNCH family

本の寄付・貸し出し



図書係のみゆきさんが
皆さんの「読後の感想」をお伺いしておりますので、
フィードバックお願いします。

日本語の本の寄付も常時受け付けております。
ありがとうございます。

本は1ヶ月の貸し出しです。

今日もご参加いただき、ありがとうございました。



次回のわははの会は
12月10日（火曜日）
10時スタート

皆さんとまたお会いできる
ことを楽しみにしてい
ます。
ボランティア一同

マイケル(まいける)はあなたの国(くに)の議員(ぎいん)であり、州議会(しゅうぎかい)でのマイワ(まいわ)ール(る)の代弁者(だいべんしゃ)のです。あなたのために働(はたら)くことはマイケル(まいける)の仕事(しごと)です。マイケル(まいける)と彼(かれ)のチ(ち)ームは、政府部門、住宅、交通や開発などの地元の問題、またはコミュニティのイニシアチブサポートを支援することができます。翻訳者も手配できます。



Michael Berkman

Greens MP for Maiwar ▲

Get in touch with Michael

Email: maiwar@parliament.qld.gov.au

Phone: (07) 3737 4100

Office: Suite 1, 49 Station Road,

Indooroopilly QLD 4068

Authorised by Michael Berkman, 1/49 Station Rd Indooroopilly 4068

