

◎ イベント報告

☆6/7 ゆるりヨガ ○○○(長坂町)

ゆるりヨガの魅力は、前半に行うマッサージとストレッチで身体を整えてくれる、「ほぐし」です！これをすると、身体がシャキッと軽くなり気持ち良いのです！その後、ヨガのポーズを楽しみ、最後にただ寝るだけのような「屍のポーズ」は、一番難しいポーズの一つなのよ、と話す橘先生の説明を聴きながら、奥が深いんだなあと感心しつつも、いつの間にか眠りに落ちそうな自分に、素質あり？(笑)身体の硬い男性でも楽しめますよ！



☆7/5 オオムラサキ自然公園散策&ピザパーティー ○○○○○(小淵沢町)

暑さ続きの中、珍しく曇天の散策日和となりました。館内見学、びばりうむでのオオムラサキの乱舞などに館長の富樫さんからの愛ある詳細な解説を頂き、新鮮な驚きが数多くありました。その後、里山や森の遊び場の散策からピザパーティーへと



楽しみは続きました。オオムラサキは、自然環境のバロメーターということでした。北杜の自然環境の豊かさ、それを維持する為に尽力されている方々への思いを新たにした半日でした。

☆7/15 ブルーベリー摘み取り ○○○○○(高根町)

今年の5月に八ヶ岳ふるさと倶楽部に入会させて頂き、今回が私たち夫婦にとって初めてのイベント参加となりました。前夜から続いていた雨が集合時にはピタリと止み、強い陽射しに照らされることもなく心地よく摘み取りさせて頂くことができました。フルーツ狩り自体、人生で初体験でしたが、濃い青紫色のふっくらした実を



選びながら、その場で食べられる幸せや楽しさを体感させて頂きました。平出様、皆様ありがとうございました。

☆「6/8ともしび会①(第41回)」 ○○○(長坂町)

「ヤア久し振り、どうしてた？」コロナ禍でしばらく会えなかった歌友達と、甲信地方の梅雨入りが発表された日の詩遊館での再会でした。

久々にいつもの「ともしび会」でした。盆出さんのリード、福嶋先生のピアノ伴奏で(夏がそこまで)と題して選曲された『夏の思い出』『ピクニック』など、唱歌からなつかしの曲迄、22曲



とリクエスト2曲をたっぷりと歌い切りました。『今日の日 はさようなら』で歌い終わり、次回9月予定の秋の会での再会を期して散会となりました。

☆7/14 笑いヨガ ○○○(大泉町)

梅雨真最中の7月14日は実にいい青空が広がっていた。今日は「笑いヨガ」なるものにカミさんと初参加です。真っ赤なTシャツに「笑」の大プリント、「ガハハ」と笑う講師にチョット見構えてしまったが、適当に踊り、最後に「イイゾイイゾイエーイ



」で大笑いすればOKという、実にイサギよい単純さ。終盤にやった「聖者の行進 お椀だぜ」には皆、大爆笑でしたネ。最初の作り笑いが吹き飛んでしまった1時間15分でした。

☆7/19 歴史探訪—清里開拓の道を歩く— ○○○○○(大泉町)

連日の酷暑が嘘のように薄曇りの涼風の中、私達一行は清里駅を出発しました。講師の大嶋俊壽さんに引率して頂き、清里開拓者の苦難の歴史を歩いて廻るという貴重な体験をすることができました。小河内ダム建設で移転を余儀なくされた県外からの入植者、それを寝食も忘れ私財を投げ、支え続けた安池興男氏の足跡を6キロ・2時間半かけて巡りました。普段は車で見過してしまふ牧場通りの橋に、開拓民の日々の生活が刻まれた銅板レリーフがありました。当時の苦難を知る事ができるもので、一見の価値があります。又、駅から徒歩5分にある森林浴公園も森の中の清流に癒されました。次の歴史探訪も是非期待します。

