

いきいきシニアライフを
応援します!

JASS ネット

2022年 秋

10・11・12月 イベント掲載

関 東 版



※QRコードから詳細をご覧ください

趣味と仲間作りのサークル活動

・絵画・俳句・写経・カラオケ・歴史教室・自分誌作り
・クラシック音楽鑑賞・太極拳・写真・麻雀・海釣り

他 18 のサークルが定期的に開催されています。

オンライン・関東・中部・関西
全534 イベント満載!

【もっと知りたい】あなたへ
～JASS大学スタート!～

[1007] 村木世界歴史講座

[1059] 気軽に生きがい創造と社会貢献

[3003] 琉球・沖縄と李氏朝鮮・韓国の驚く共通点

[3704] オンライン日本史2千年(22):室町3/足利義教

[3012] 最新の生命科学から考える「死ぬ」ことの意味

[3709] 日本のお城とその歴史～現存12天守と100名城

[3701] オンライン宇宙講座:銀河系について

[3703] 脳活『ナンプレ初級』レベルアップ講座4

[3018] 司馬遼太郎街道をゆく【甲州街道八王子編】

[1058] シニアの楽しい英会話

※P.6～P.11をご覧ください。

※抽選締切 8月28日(日)

※抽 選 日 9月1日(木)

※結果発送 9月2日(金)

以後随時受付。詳細は P.1 へ。

<http://second-life.or.jp/>

◆秋号の抽選締切は、はがきとFAXは8月28日（日）到着分、ホームページからは8月28日（日）発信分です。

抽選日にいったん集計して、定員をオーバーしたイベントについては9月1日（木）に抽選を行い参加者を決定します。結果は「申込受付結果票」で9月2日（金）に発送します。

◆「申込受付結果票」の注意事項欄を必ずご覧ください。

イベントの開催日時や集合場所など変更されることがあり、変更情報は「申込受付結果票」の注意事項欄に記載しております。

◆抽選後も定員に空きのあるイベントのお申し込みは、随時受け付けています。

空き状況はJASS ホームページ「イベント申込状況」または事務局へ電話でご確認ください。お申し込みは巻末のはがき、FAXで、またはホームページからお願いします。

【キャンセル受付の締め切り時刻が変更されました。詳細は88ページをご参照ください】

※電話での申し込みは受け付けておりません。

※参加費は原則として事前振込です。若干、当日集金のイベントもあります。

参加費の内訳は、集合から解散までにかかる費用ですが、一部当日の自己負担もあります。詳しくは各イベント案内をご覧ください。

※サークルの継続は申込不要です。1か月前に継続の案内を送付しますので参加費をお振り込みください。

※ JASS のホームページを是非ご活用ください（JASSで検索してください）。

<http://second-life.or.jp/>

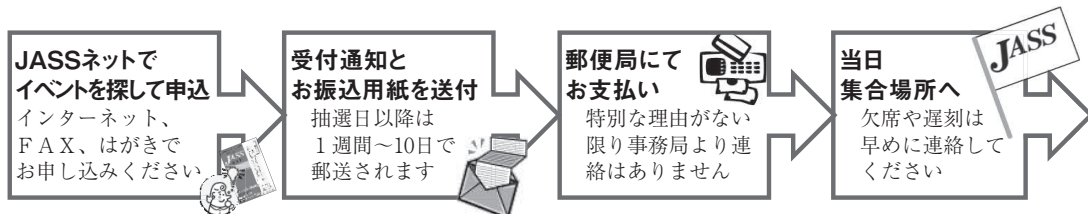
トップ画面のイメージは87ページをご確認ください。

- ①ホームページからイベントの申し込みができます。
- ②参加可能イベント（空き状況）を確認できます。
- ③豊富な写真でイベント活動やサークル活動を紹介しています。
- ④その他 JASS に関する種々の情報を開示しています。

JASS のイベント・サークル活動は同好者の任意の集いです。活動中の不測の事故については責任を負いかねますのでご承知おき願います。

JASS イベントの参加方法と会員加入方法

ご参加方法は、下記のとおりです。ご夫妻それぞれご利用できます。



JASS ネット各号に抽選日を設けております。一旦、お申し込みを締め切り、人気のあるイベントは抽選をいたします。以降は、先着順にお申し込みを承っております。ぜひご利用ください。

下記会員企業にご所属の方 すぐにイベントやサークルにお申し込みいただけます。

イベントやサークルの詳細が掲載された季刊誌「JASS ネット」の入手方法は、企業様により異なります。お問い合わせください。

会 員 企 業 一 覧 (敬称略)

旭化成	こくみん共済	セントラル硝子	日立化成	横河グループ
アステラス製薬	小林製薬	ソーシャルサービス	日立建機	
あすさ監査法人	参天製薬	第一三共	ファミリーネットジャパン	
AIG保険	JSR	ダイヘン	富士通	
エーザイ	塩野義製薬	宝ホールディングス	富士フイルム	
江崎グリコ	シャープ	東京ガス	HOYA	
NTT	JALUX	東京経営者協会	三井住友海上	
大阪ガス	商工中金	東京電力	三井住友銀行	
外国運輸金融	ソバ「サービス」振興会	東レ	三井住友信託銀行	
KYB	日本製鉄	トヨタ自動車	三菱商事	
関西ペイント	住友商事	日本触媒	三菱電機	
コープこうべ	積水化学	日本精工	村田製作所	
こくゆう会	世田谷区互助会	阪急電鉄	UA センセンIKI-IKI ライフクラブ	

上記企業以外の皆様は JASS友の会 へご加入ください。

個人会員資格のJASS友の会(年会費5,000円)へご加入ください。JASS ネットをご自宅にお送りします。ご加入いただきますと、会員企業ご所属の方と同様にご利用いただけます。

加入のお申し込み、お問合せは、FAXまたはお電話で承っております。

FAXは下記用紙をご利用ください。

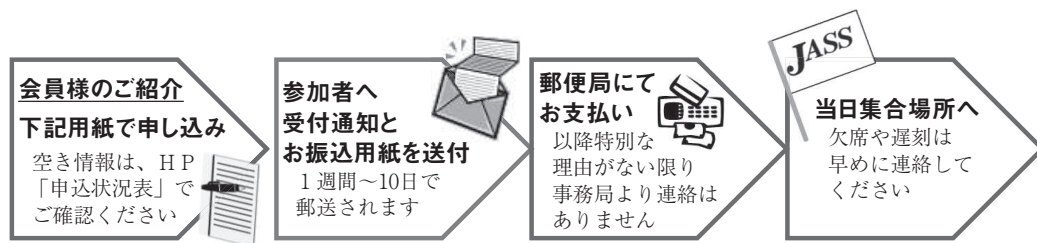
(申込日 年 月 日)

フリガナ お名前	男 女	連絡先 電話番号	-
ご住所	〒 -		
出身企業 ／団体	上記に記載 ☐ あり ☐ なし ☐ なしの場合は記入	ご紹介 者様	
お問合せ の内容			

記入事項は全て必須事項です。誤記、未記載防止のため、ご請求のご本人がご記入ください。

JASS 事務局 (電話 03-3512-3580 FAX 03-3512-3585) まで

ビジター制度スタート！ どなたでも参加できるようになりました



- 会員様のご紹介がある方は、ご記入ください。
- 抽選後に空きのあるイベントに先着順でお申し込みを承ります。
申込状況は、ホームページに掲載されております。
- お申し込みは、ビジター制度をご利用のご本人様が下記専用申込用紙に記入してください。
FAXまたは郵送でお願いいたします。お電話やインターネットでのお申し込みは承っておりません。
- 料金はイベント毎、イベント参加費＋ビジター料金 1,000 円です。
- キャンセルされてもビジター料金のご返金はありません（中止の際はご返金いたします）。
なお、参加費の返金については、会員様と同じです。JASS ネット巻末をご参照ください。
- キャンセル振替の制度はご利用できません。

ビジター制度によるイベント参加申込用紙 (申込日 年 月 日)

JASS 会員様（ご紹介者様）	
フリガナ	ご登録電話番号
氏名	— —

記入事項は全て必須事項です。誤記・未記載防止のため、ビジター制度ご利用のご本人がご記入ください。

ビジター制度ご利用者様		イベント参加経験		あり	なし
フリガナ				生年月日	
お名前	男 女	S H	年 月 日		
ご住所	〒 —				
登録する電話番号	— —	出身企業／団体			
FAX	電話番号と同じ	携帯番号			
なし	— —	なし	— —		
お申し込み号に○をつけ、下枠に参加希望イベント番号を、一枠に1番号ずつご記入ください					
春号（4～6月）		夏号（7～9月）		秋号（10～12月）	
冬号（1～3月）					

お申し込みいただいた方に、JASSのご案内をお送りすることがあります。ご了承ください。

用紙が足りない場合は、こちらをコピーしてご利用ください。

送付先・お問合せは、JASS事務局(電話 03-3512-3580 FAX 03-3512-3585)まで



「JASS 大学」を開設します



一般社団法人日本セカンドライフ協会会長 蟹沢俊行

JASS は一昨年の令和 2 年 4 月に設立 30 周年を迎えました。そして、それは、わが国において超高齢社会（「人生 100 年時代」）の到来という大きな社会情勢のうねりの中で迎えることとなりました。

JASS が今後 30 年を見通して、さらに発展していくためには、今やこの「人生 100 年時代」に的確に対応しうる活動の展開が強く求められるとともに、この活動を中核にして体系化することを通じて、事業全体を再構築することが必要となっております。

超高齢社会（「人生 100 年時代」）の到来は、私たち高齢者の定年退職後の「第二の人生」のあり方に大きなインパクトを与えております。すなわち「人生 100 年時代」により「定年退職後の第二の人生」を過ごす期間が、「社会人としての第一の人生」とほぼ同じ期間（約 40 年）に延長されることとなります。

私たちは社会人となる前に、約 20 年にわたって主として学校という機関で社会人になるための知識、技術、技能を学び、その後社会人になって会社に貢献し、またそれにより報酬を得て「第一の人生」の生活を営んできました。

「人生 100 年時代における延長された第二の人生」においては、私たちはこれまで同様個々人として、健康で充実した活力のある生活を送るとともに、積極的な社会参画が求められますが、それを長い生涯にわたって充実し、かつ高めていくためには、これら「生きがいの活動」とともに、これまで以上に「生きがいのための学び」を高めていく必要があります。

これまで JASS は多くの企業・団体を結集して、定年退職者のための生きがいづくりに向けた支援、社会参加促進のための活動を展開してまいりました。そして、超高齢社会（「人生 100 年時代」）の中で引き続きそのミッションを一層果たして行くとともに、総合的な生涯学習としての機能、すなわち「学びの場」を充実する必要があります。

そういう今日的課題と要請に向き合っていこうというのが、まさに「JASS 大学」開設の趣旨と意義です。

「JASS 大学」は当面、JASS の活動メニューの一部として位置付けていきます。そしてこれまでのイベント・サークルの中で「学び」の要素のあるものを集約し、それらを一層魅力ある企画にしていくとともに、新たなリカレント（学び直し）的な活動を加えて体系的なプログラム（講座の構成）として組み立てていきます。そして、さらに会員の皆様のニーズに応える中から、「学びの楽しみ」が醸成されるようプログラムの充実に努めていくつもりです。

是非、多くの会員の皆様の参加をお願いします。

JASS 大学イベント

《オンライン》

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
社会・経済	1057	10月4日他	火	シニアの経済・金融・投資学	坪野谷雅之
社会・経済	3004	10月8日	土	実態を知り考える：技能実習制度を紐解く	桑田和幸
社会・経済	1059	10月18日他	火	気軽に生きがい創造と社会貢献	坪野谷雅之
歴史・地理・文化	3002	10月4日	火	干支占いと面白雑学講座	大橋宏行
歴史・地理・文化	3003	10月7日	金	琉球・沖縄と李氏朝鮮・韓国の驚く共通点	大橋宏行
歴史・地理・文化	3007	10月13日	木	韓国新政権との付き合い方～違うことを前提に	村上正
歴史・地理・文化	3704	10月20日	木	ワライン日本史2千年(22)：室町3/足利義教	藤村治雄
歴史・地理・文化	3008	10月29日	土	ブラビダの国コスタリカ！（幸せを考える）	桑田和幸
歴史・地理・文化	3010	11月4日	金	日韓共同研究・近代史編・韓国学者反日の世界	大橋宏行
歴史・地理・文化	3012	11月10日	木	最新の生命科学から考える「死ぬ」ことの意味	村上正
歴史・地理・文化	3708	11月17日	木	ワライン日本史2千年(23)：室町4/足利義政	藤村治雄
歴史・地理・文化	3709	11月20日	日	日本のお城とその歴史～現存12天守と100名城	小林博也
歴史・地理・文化	3015	11月29日	火	日韓共同歴史研究・古代史・謎の4～6世紀	大橋宏行
歴史・地理・文化	3711	12月6日	火	知っているようで知らない台湾・その考え方	小林博也
歴史・地理・文化	3017	12月10日	土	健康寿命研究の最前線	村上正
歴史・地理・文化	3714	12月15日	木	ワライン日本史2千年(24)：室町5/下剋上	藤村治雄
歴史・地理・文化	3022	12月19日	月	小笠原諸島何故日本・北海道はいつから日本	大橋宏行
歴史・地理・文化	3023	12月23日	金	似て非なる国・韓国を知る・駐在体験	大橋宏行
自然・環境・自然科学	3701	10月5日	水	ワライン宇宙講座：銀河系について	藤村治雄
自然・環境・自然科学	3712	12月7日	水	ワライン宇宙講座：隕石の話	藤村治雄
趣味・健康・暮らし(体験)	3703	10月16日	日	脳活『ナンプレ初級』レベルアップ講座4	笹山明彦
趣味・健康・暮らし(体験)	3705	10月23日	日	脳活ちょいムズ『ナンプレ中級講座』5	笹山明彦
趣味・健康・暮らし(体験)	3707	11月13日	日	脳活ナンプレ：上級ムズムズ講座3	笹山明彦
趣味・健康・暮らし(体験)	3018	12月10日	土	司馬遼太郎街道をゆく【甲州街道八王子編】	森洋人
趣味・健康・暮らし(体験)	3713	12月11日	日	脳活『ナンプレ初級』レベルアップ講座5	笹山明彦
趣味・健康・暮らし(体験)	3715	12月18日	日	脳活ちょいムズ『ナンプレ中級講座』6	笹山明彦
食文化(グルメ)	3016	12月4日	日	八王子ラーメン紀行	森洋人
キャリア・資格	1058	10月6日他	木	シニアの楽しい英会話	坪野谷雅之

※詳細は、各イベント・サークルの掲載ページをご覧ください。
イベント名、サークル名欄のが JASS 大学のロゴマークです。

JASS 大学イベント（地区別）

《関東》

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
文学・文芸	38	10月12日	水	ギリシャ神話朗読会	松原和雄
文学・文芸	75	10月20日	木	「キツネ物語」朗読会	松原和雄
文学・文芸	84	10月23日	日	ソビエト名作映画「アンナ・カレーニナ」後編	松原和雄
文学・文芸	172	11月17日	木	ギリシャ神話・オウィディウスの変身物語	松原和雄
文学・文芸	249	12月14日	水	ギリシャ神話朗読会	松原和雄
芸術（観劇・鑑賞）	150	11月14日	月	「1日丸ごとイベントデー」個別もあるよ！	高橋正幸
芸術（観劇・鑑賞）	154	11月14日	月	「万葉ライブコンサート」演奏会とランチ	高橋正幸
芸術（観劇・鑑賞）	238	12月10日	土	ロシア民俗音楽バラライカ演奏会	松原和雄
芸術（観劇・鑑賞）	264	12月18日	日	ソビエト名作映画上映会「イワン雷帝」	松原和雄
社会・経済	134	11月8日	火	他人事でないウクライナ危機・中国はどう動く	大橋宏行
社会・経済	135	11月8日	火	知って講座：公的介護保険の活用方法とは？	北健二
歴史・地理・文化	3	10月1日	土	「京都」ユネスコ世界遺産紹介1	松原和雄
歴史・地理・文化	6	10月3日	月	「安心・安全社会」日本の歴史的背景	村上正
歴史・地理・文化	10	10月4日	火	小林先生と歩く「畠山重忠の居城菅谷城」	水越征雄
歴史・地理・文化	25	10月8日	土	奈良ツアー：薬師寺・唐招提寺・平城京跡	長谷川健郎
歴史・地理・文化	47	10月14日	金	歴史散策：小手指ヶ原古戦場から狭山コース	伊藤照男
歴史・地理・文化	57	10月15日	土	「古代」神々が集う都テオティワカン	松原和雄
歴史・地理・文化	66	10月19日	水	幕末秘話・独船来航・人間模様	大橋宏行
歴史・地理・文化	1007	10月19日他	水	村木世界歴史講座	水越征雄
歴史・地理・文化	71	10月20日	木	江戸百景 広重版画と現代視点	伊藤照男
歴史・地理・文化	81	10月21日	金	21世紀の日本の防衛を考える	村上正
歴史・地理・文化	94	10月27日	木	東京深川・松尾芭蕉と清澄公園を探访	伊藤照男
歴史・地理・文化	107	10月29日	土	皇居東御苑ツアー：江戸城史跡もご案内	長谷川健郎
歴史・地理・文化	114	11月1日	火	古事記が教えてくれる原日本人	村上正
歴史・地理・文化	127	11月7日	月	小林先生と歩く「鎌倉の名利円覚寺」	水越征雄
歴史・地理・文化	147	11月13日	日	鹿児島ツアー：指宿温泉・知覧特攻平和会館	長谷川健郎
歴史・地理・文化	186	11月22日	火	航海秘話マゼランの正体反乱と処刑	大橋宏行
歴史・地理・文化	192	11月24日	木	世界平和への道ーダライ・ラマが目指すもの	村上正
歴史・地理・文化	199	11月25日	金	「古代の謎を探る」極楽浄土を求めて	松原和雄
歴史・地理・文化	201	11月26日	土	米田先生と鶴見川ウォーキング海を目指して	水越征雄
歴史・地理・文化	203	11月26日	土	皇居東御苑ツアー：江戸城史跡もご案内	長谷川健郎
歴史・地理・文化	214	12月2日	金	晩秋の紅葉等々力渓谷散策と五島美術館西行展	伊藤照男
歴史・地理・文化	217	12月2日	金	【建物遺産】上野公園黒田記念館・帝国図書館	森洋人
歴史・地理・文化	219	12月5日	月	小林先生と歩く「神楽坂の史跡と路地歩き」	水越征雄
歴史・地理・文化	226	12月6日	火	江戸時代の庶民ののどかで平和な生活に還る	村上正

※詳細は、各イベント・サークルの掲載ページをご覧ください。

イベント名、サークル名欄の「J」が JASS 大学のロゴマークです。

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
歴史・地理・文化	228	12月 7日	水	鎖国の正体「家康・家光」の正しい選択	大橋宏行
歴史・地理・文化	234	12月 9日	金	日韓共同歴史研究・古代史・謎の4～6世紀	大橋宏行
歴史・地理・文化	255	12月15日	木	インドに学ばうしたたかで柔軟な思考ー	村上正
歴史・地理・文化	263	12月17日	土	「古代」戦国の覇者・秦の成立と国づくりとは	松原和雄
歴史・地理・文化	283	12月24日	土	米田先生と鶴見川ウォーキング大黒ふ頭	水越征雄
歴史・地理・文化	284	12月24日	土	皇居東御苑ツアー：江戸城史跡もご案内	長谷川健郎
自然・環境・自然科学	43	10月13日	木	JASS 初：見学「ミツトヨ測定博物館」	北健二
自然・環境・自然科学	100	10月28日	金	<新企画>川崎市7区巡り1川崎区を再発見！	北健二
自然・環境・自然科学	116	11月 2日	水	おもしろ植物講義と「おつな寿司」の昼食	高柳由紀子
自然・環境・自然科学	138	11月 9日	水	身近な虫たちの驚異の世界（10）	松原和雄
自然・環境・自然科学	149	11月13日	日	かわいい小鳥をもっと知ろう（秋）	松原和雄
自然・環境・自然科学	155	11月14日	月	植物は時間を知っている	松原和雄
自然・環境・自然科学	182	11月19日	土	最新地質時代・人新世の地平線を眺める	松原和雄
自然・環境・自然科学	206	11月29日	火	<新企画>川崎市7区巡り2高津区を再発見！	北健二
趣味・健康・暮らし（体験）	4	10月 2日	日	フォークソング歌声喫茶	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	7	10月 3日	月	若林一声の笑いのネタを持ちなさい	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	13	10月 4日	火	楽しいウクレレ教室	水越征雄
趣味・健康・暮らし（体験）	14	10月 4日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし（体験）	17	10月 5日	水	JASS うたおう会 10月「あざみの歌♪」	村上正
趣味・健康・暮らし（体験）	18	10月 5日	水	面白セミナー「血液型で病名が判る！？」	北健二
趣味・健康・暮らし（体験）	33	10月11日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし（体験）	41	10月13日	木	「趣味講座」篠笛（横笛）体験教室	高橋正幸
趣味・健康・暮らし（体験）	58	10月16日	日	ふれあいフォークダンス	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	67	10月19日	水	わかりやすい透明水彩入門（人物画1）	奥谷幸裕
趣味・健康・暮らし（体験）	109	10月31日	月	けん玉で遊ぼう！	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	112	11月 1日	火	楽しいウクレレ教室	水越征雄
趣味・健康・暮らし（体験）	113	11月 1日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし（体験）	117	11月 2日	水	JASS うたおう会 11月「希望♪」	村上正
趣味・健康・暮らし（体験）	132	11月 8日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし（体験）	140	11月10日	木	「趣味講座」篠笛（横笛）体験教室	高橋正幸
趣味・健康・暮らし（体験）	163	11月16日	水	わかりやすい透明水彩入門（人物画2）	奥谷幸裕
趣味・健康・暮らし（体験）	183	11月20日	日	ロシアの歌をロシア語で歌おう！	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	222	12月 5日	月	ふれあいレクリエーションゲーム	松原和雄
趣味・健康・暮らし（体験）	224	12月 6日	火	楽しいウクレレ教室	水越征雄
趣味・健康・暮らし（体験）	225	12月 6日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし（体験）	229	12月 7日	水	JASS うたおう会 12月「ブランデーグラス♪」	村上正
趣味・健康・暮らし（体験）	232	12月 8日	木	「趣味講座」篠笛（横笛）体験教室	高橋正幸
趣味・健康・暮らし（体験）	241	12月12日	月	牧のぼるの時事漫談	松原和雄

※詳細は、各イベント・サークルの掲載ページをご覧ください。

イベント名、サークル名欄の「J」が JASS 大学のロゴマークです。

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
趣味・健康・暮らし(体験)	246	12月13日	火	相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を	長谷川健郎
趣味・健康・暮らし(体験)	261	12月16日	金	絵で観るおとぎ草紙の世界	松原和雄
趣味・健康・暮らし(体験)	274	12月21日	水	わかりやすい透明水彩入門(人物画3)	奥谷幸裕
趣味・健康・暮らし(体験)	275	12月21日	水	美術の話「もね、ルノワール」印象派の巨匠達	奥谷幸裕

JASS 大学イベント（地区別）

《中部》

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
芸術（観劇・鑑賞）	615	10月31日	月	ランチ&名曲コンサート（弦楽四重奏）	伊島吉哲
芸術（観劇・鑑賞）	618	11月7日	月	ランチ&名曲コンサート（ティンティン）	伊島吉哲
芸術（観劇・鑑賞）	623	11月21日	月	蓄音機で学ぶ昭和の音楽史（第4回）	鈴木順
芸術（観劇・鑑賞）	627	11月30日	水	ランチ&名曲コンサート（マリンバ等）	伊島吉哲
芸術（観劇・鑑賞）	628	12月3日	土	年忘れ笑いの殿堂大須演芸場と日本料理	鈴木順
芸術（観劇・鑑賞）	638	12月22日	木	ランチ&名曲コンサート（トランペット）	伊島吉哲
歴史・地理・文化	604	10月9日	日	秋の高山祭りと町並み観光	鈴木順
歴史・地理・文化	608	10月17日	月	美濃路街道歩き3（清洲宿～国府宮神社）	鈴木順
歴史・地理・文化	609	10月19日	水	史跡散策（守山区）市老連共催	渡邊春樹
歴史・地理・文化	619	11月10日	木	史跡散策（緑区）市老連共済	渡邊春樹
歴史・地理・文化	629	12月4日	日	錦秋の徳川園と徳源寺（宝泉寺）釈迦涅槃像	鈴木順
歴史・地理・文化	632	12月12日	月	美濃路街道歩き4（国府宮神社～起宿）	鈴木順
歴史・地理・文化	633	12月13日	火	史跡散策（緑区）市老連共催	渡邊春樹
趣味・健康・暮らし(体験)	641	10月14日	金	シニアボウリングを楽しみましょう	渡邊春樹
趣味・健康・暮らし(体験)	1120	10月18日他	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	650	10月18日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	1116	10月18日他	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	644	10月18日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	651	10月25日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	645	10月25日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	652	11月8日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	646	11月8日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	642	11月11日	金	シニアボウリングを楽しみましょう	渡邊春樹
趣味・健康・暮らし(体験)	653	11月22日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	647	11月22日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	643	12月9日	金	シニアボウリングを楽しみましょう	渡邊春樹
趣味・健康・暮らし(体験)	654	12月13日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫

※詳細は、各イベント・サークルの掲載ページをご覧ください。

イベント名、サークル名欄の「J」が JASS 大学のロゴマークです。

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
趣味・健康・暮らし(体験)	648	12月13日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	655	12月27日	火	椅子を使ったヨガ	佐藤信夫
趣味・健康・暮らし(体験)	649	12月27日	火	ふれあい健康太極拳	佐藤信夫
食文化(グルメ)	603	10月5日	水	世界のワインと食事を楽しむ会	渡邊春樹
食文化(グルメ)	637	12月20日	火	世界のワインと食事を楽しむ会	渡邊春樹

JASS 大学イベント（地区別）

《関西》

ジャンル名	イベント サークル No.	開催日	曜日	イベント名	企画者
社会・経済	759	11月11日	金	やさしい経済教室 / 経済とはそもそも何か	山内祥資
社会・経済	822	12月19日	月	ズブの素人の株式投資勉強会	山内祥資
歴史・地理・文化	707	10月6日	木	日本史2千年(22)「室町3/足利義教」	藤村治雄
歴史・地理・文化	747	11月3日	木	日本史2千年(23)「室町4/足利義政」	藤村治雄
歴史・地理・文化	792	12月1日	木	日本史2千年(24)「室町5/下剋上」	藤村治雄
趣味・健康・暮らし(体験)	753	11月8日	火	奈良公園と金魚の町の写真撮影会と講評会	荒木郁子
食文化(グルメ)	719	10月13日	木	京の老舗の歴史と味を愉しむ：中村楼	藤村治雄
食文化(グルメ)	786	11月25日	金	少人数の料理教室「洋風クリスマス料理」	荒木郁子
食文化(グルメ)	802	12月9日	金	京の老舗の歴史と味を愉しむ：開晴亭	藤村治雄

※詳細は、各イベント・サークルの掲載ページをご覧ください。
イベント名、サークル名欄のが JASS 大学のロゴマークです。



絶賛開催中！【オンライン・イベント】のお知らせ

ご自宅等お好きなところで、皆様に安心して楽しんで頂ける
「オンライン・イベント」を開催中！是非、ご参加ください。

オンライン・イベントの内容

講演会、コンサート、落語会、ヨガ、旅紀行、仮想街歩きやお買い物（品物はご自宅に配達）、飲み会、カラオケ、もちろん親しい方々とのお話も。楽しい企画が一杯です。詳しくは、P13 からのオンライン・イベントをご覧ください。
今後、より一層内容を豊富にし、JASSホームページでのご案内も予定しています。

オンライン・イベントに参加するには

パソコン・タブレット・スマートフォンなど、インターネットに接続できる機器、メールアドレスが必要です。

（タブレット、スマートフォンは Wi-Fi が使えない場合、通信が遅くなりデータ容量が大きく通信料が高くなるのでご注意ください）

ご確認ください

ご自宅のパソコンにカメラが備え付けられているかご確認ください。

（ご自身の姿を世話人、講師や他の参加者に公開できます）

カメラが無い場合でも、ご自身の姿を映せないだけで資料や講師、他の参加者の姿等は見ることはできます。

オンライン・イベント参加方法

- ① JASS ホームページからお申し込みください。
- ② 抽選日以降に世話人からメールアドレス確認の連絡を差し上げます。
- ③ お送りした振込票で参加費をお振込みいただきます。
- ④ お振込み確認後、教えていただいたメールアドレス宛に世話人からオンライン・イベントの参加方法と URL、当日の資料等を送信いたします。
- ⑤ オンライン・イベント当日、世話人から送られてきたメールに記載されている URL をクリックしてください。

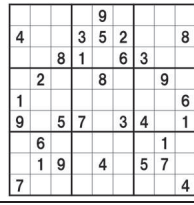
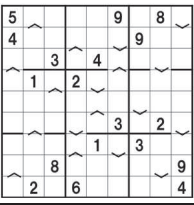
話題のビデオ会議ツール『Zoom』を利用します

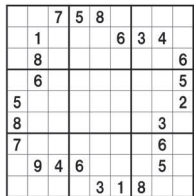
TV でコメンテーター等が自宅のパソコン等を通じて番組に参加する姿をよく見かけます。「Zoom」というサービスを利用すれば、TV 番組と同じ事ができます。また、操作は簡単で皆様の利用料はかかりません。

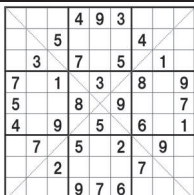
《オンライン》

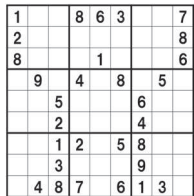
イベント情報

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
3001	「LINE」で開催！ 皆で考える子供 のクイズ！ 10月3日(月) 10:00集合～12:00	QRコードやメール でご案内。(アプリ のLINE未利用者希 望で事前講習) ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 【LINEアプリ利用者なら参加で きます】LINEミーティングは簡単 にできます！小学生が日頃やって いるゲームではなくクイズをやっ てみましょう。意外と楽しいです。 定：10名 参：1100円
3002	千支占いと 面白雑学講座  10月4日(火) 10:00集合～11:30	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	JASS運営委員の珍助こと成田氏による、参加者の皆さんの千支占いの口上を聞いて楽しむ。引き続き、面白雑学講座第三弾を開催。多数の講演・講師の情報、多岐にわたる面白情報を講演。講師は運営委員の大橋。 定：10名 参：1500円
3701	オンライン宇宙講座： 銀河系について  10月5日(水) 10:00集合～12:00	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	我々は天の川銀河（銀河系）の中に住んでいます。この銀河系の構造についての講座です。円盤構造、渦巻構造、回転、星の分布、銀河中心核、ハロー、ダークマター等。他の銀河系の話も。講師：元JAXA宇宙科学研究所教授藤原顕氏。 定：15名 参：1600円
3702	楽しく一緒に タイヨガ (ルーサー・ダットン)を 10月 6日(木) 10月20日(木) 15:30集合～16:15	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	インドヨガより難しいポーズの少ないタイヨガで鈍った体もリフレッシュ。皆で楽しく、痛・気持ち良いところまで。Zoomは事前に徹底指導。パソコンやスマホをお持ちの方は、安心してご参加ください。指導：タイヨガイストラクターの爽やか田川文子さん。 定：10名 参：2000円
3003	琉球・沖縄と 李氏朝鮮・韓国 の驚く共通点  10月7日(金) 10:00集合～11:30	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	中国の冊封国であった琉球王朝と李氏朝鮮は共通点があっても不思議ではないが、その後の沖縄県・韓国も驚くほどの共通点が見られる。冊封国からの解放・併合時の問題点、文化力・被害者意識の歴史感等、多数の共通項を講演。講師は元韓国現地会社勤務の大橋宏行。 定：10名 参：1500円
3004	実態を知り考 える：技能実習 制度を紐解く  10月8日(土) 10:00集合～12:00	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎080-6565-1948 企：桑田和幸	少子高齢化で人手不足の難問を抱える日本への切り札として来日する技能実習生の実態を知り一緒に考えます。その制度の問題点を解き明かし提言を併せ語る講師はカンボジアの語学トレセンの経営にも出向き日本での受け入れの実情をつぶさに知る木場貞成氏。意見交流あり。 定：15名 参：1000円
3005	オンラインミニ講座 「詩のひろば」 10月12日(水) 10:00集合～10:30	Zoomで開催(パソ コン・スマホ・タブ レットで参加) 参加方法は後 日メールで連絡 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 Zoomを使った聴講講座◎国内外の古典～現代まで、さまざまな視点のさまざまな『詩』を毎月数篇とりあげて、30分間のんびり楽しむ【詩を聴くだけ】のミニ講座。 定：20名 参：500円

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
3006 Zoomやってみない会？（Zoom初心者講座） 10月12日（水） 11:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	大分以前の生活に戻って来ましたが将来また自粛せざるを得ない時が訪れたり、中々会えない親戚や知人の顔を見て会話したり、JASSのオンラインイベントに参加するにはZoomが使えるにこした事はありません。初めての方、忘れた方、久しぶりの方向けのZoom初心者講座です。 定：5名 参：500円
3007 韓国新政権との付き合い方～違うことを前提に 10月13日（木） 10:00集合～11:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-7636-1274 企：村上正	 熱血世界談 歴史認識を両国間で一致させようとするのは無駄。何故なら、歴史的背景が違えば、世界を認識する仕方も異なるから。考えるべきはお互いを傷つけ合わない思考。 定：15名 参：1000円
3703 脳活『ナンプレ初級』レベルアップ講座4 10月16日（日） 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3279-5919 企：笹山明彦	 初級コースでも多種多様なナンプレをご紹介します。頭の切り替えで脳活に最適です。解き方のツボを覚えましょう。参加者には事前に問題を送信。 定：8名 参：1300円
3704 オンライン日本史2千年(22)：室町3 / 足利義教 10月20日（木） 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	足利第6代將軍は義満の子の中から籤引きで選ばれた。僧侶から還俗し、帝王教育・近臣団がない中で万人恐怖の政治を進めるが、最後は家臣に暗殺される。 講師：今井敏昭氏（京都産業大学日本文化研究所・上席特別客員研究員） 定：18名 参：1600円
3705 脳活ちょいムズ『ナンプレ中級講座』5 10月23日（日） 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3279-5919 企：笹山明彦	 皆さんのレベルアップのために、「ちょいムズ」も解いていきます。又、難問にも挑戦し、解法のテクニックも披露。参加者には事前に問題を送信します。 定：8名 参：1300円
3008 プラビダの国 コスタリカ！（幸せを考える） 10月29日（土） 13:00集合～15:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-6565-1948 企：桑田和幸	中米の幸せの国コスタリカを学び知ることの出来る貴重な機会です。軍隊を持たない国です。ビデオ紹介を通して自然の豊かさと心の奥深さの紹介あり。講師はJICAシニアとして赴任体験を持つ松村繁満氏。 定：15名 参：1000円
3009 「LINE」で開催！皆で考える子供のクイズ！ 11月1日（火） 10:00集合～12:00	QRコードやメールでご案内。（アプリのLINE未利用者希望で事前講習） ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 【LINEアプリ利用者なら参加できます】LINEミーティングは簡単にできます！小学生が日頃やっているゲームではなくクイズをやってみましょう。意外と楽しいです。 定：10名 参：1100円
3706 楽しく一緒にタイヨガ（ルーザットン）を 11月3日（木） 11月17日（木） 15:30集合～16:15	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	インドヨガより難しいポーズの少ないタイヨガで鈍った体もリフレッシュ。皆で楽しく、痛・気持ち良いところまで。Zoomは事前に徹底指導。パソコンやスマホをお持ちの方は、安心してご参加ください。指導：タイヨガインストラクターの爽やか田川文子さん。 定：10名 参：2000円

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
3010 日韓共同研究・近代史編・韓国学者反日の世界  11月4日(金) 10:00集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	政府主導で行われた日韓共同歴史研究の報告書とは？今回は近代編。特に日韓併合に関する韓国学者との議論に反日の世界を感じる。韓国人学者の意見と日本人学者・外国人学者の意見の相違を分析。講師は元韓国現地会社勤務の大橋宏行。 定：10名 参：1500円
3011 オンラインミニ講座「詩のひろば」 11月9日(水) 10:00集合～10:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 Zoomを使った聴講講座◎国内外の古典～現代まで、さまざまな視点のさまざまな『詩』を毎月数篇とりあげて、30分間のんびり楽しむ【詩を聴くだけ】のミニ講座。 定：20名 参：500円
3012 最新の生命科学から考える「死ぬ」ことの意味  11月10日(木) 10:00集合～11:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-7636-1274 企：村上正	 最新の生命科学の研究成果と仏教の「悟り」との驚くべき一致とは？善く死ぬとはどういう事なのか。長生きなど目標にしない、真に人間らしい生き方を探る。 定：15名 参：1000円
3013 Zoomやってみない会？（Zoom初心者講座） 11月11日(金) 11:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	大分以前の生活に戻って来ましたが将来また自粛せざるを得ない時が訪れたり、中々会えない親戚や知人の顔を見て会話したり、JASSのオンラインイベントに参加するにはZoomが使えるにこした事はありません。初めての方、忘れた方、久しぶりの方向けのZoom初心者講座です。 定：5名 参：500円
3707 脳活ナンプレ：上級ムズムズ講座3  11月13日(日) 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3279-5919 企：笹山明彦	 中級レベルでは物足りない方。どちらかの数字を代入しちゃうというのは厳禁です。参加者には事前に問題と解答を送信。 定：8名 参：1400円
3708 オンライン日本史2千年(23)：室町4 / 足利義政  11月17日(木) 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	家督相続・権力拡大・主導権争い、各々の思惑のもと、東西2軍に分かれ11年間続いた応仁の乱の時代。両軍の大將の死で各軍は京都から地元へ帰り、オラが国造りへ。講師：今井敏昭氏（京都産業大学日本文化研究所・上席特別客員研究員） 定：18名 参：1600円
3709 日本のお城とその歴史～現存12天守と100名城  11月20日(日) 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-5010-2607 企：小林博也	お城は日本が誇る文化遺産であり地域のシンボルです。たびたび有名な歴史の舞台にもなってきました。現在も残っている12天守（国宝・重文）や100名城・続100名城の歴史・形状、その楽しみ方についてわかりやすく解説します。講師：新谷和之氏（近畿大学文芸学部・准教授） 定：15名 参：1700円
3014 秋の写真・自由作品Zoomで発表しませんか？ 11月22日(火) 10:00集合～11:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	この秋に撮った写真をZoomで発表しませんか。また、関東瓦版にも載せます。自分の写真を大勢の方に見せるのも大変楽しいものです。 定：5名 参：1000円

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
[3015] 日韓共同歴史研究・古代史・謎の4～6世紀  11月29日(火) 10:00集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	日韓共同歴史研究で、謎の4～6世紀の日韓学者の相違点に関し、他の日韓の研究者の意見も合わせて分析する。韓国人の誤った古代歴史認識・最近発見された半島南部の前方後円墳及び国内統一時期を分析。講師は韓国駐在経験のある運営委員の大橋。 定：10名 参：1500円
[3710] 楽しく一緒にタイヨガ（ルーシーダットン）を 12月1日(木) 12月15日(木) 15:30集合～16:15	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	インドヨガより難しいポーズの少ないタイヨガで鈍った体もリフレッシュ。皆で楽しく、痛・気持ち良いところまで。Zoomは事前に徹底指導。パソコンやスマホをお持ちの方は、安心してご参加ください。指導：タイヨガインストラクターの爽やか田川文子さん。 定：10名 参：2000円
[3016] 八王子ラーメン紀行  12月4日(日) 10:30集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 八王子は今やラーメンの激戦地。八王子ラーメンの発祥の地でもあります。私が訪れたラーメン店を写真でご案内します。 定：5名 参：900円
[3711] 知っているようで知らない台湾・その考え方  12月6日(火) 10:30集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-5010-2607 企：小林博也	親日国である台湾。韓国ともよく比較されます。日本人が知っているようで知らない台湾の文化・風習・考え方、台湾人は本当のところは日本をどう見ているのか等について、台湾に長く在住し、ビジネス経験も長い講師が解説します。講師：松田立人氏(元日本触媒) 定：15名 参：1700円
[3712] オンライン宇宙講座：隕石の話  12月7日(水) 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	隕石は宇宙の知識を得るのに重要な試料となってきた。これらの成果はサンプルリターンミッションで持ち帰られる試料と比較検討され、重要な意味を持つ。隕石の種類、組織の特徴、隕石の母天体の大きさの推定など紹介する。講師：元JAXA宇宙科学研究所教授 藤原(アキラ)氏。 定：15名 参：1600円
[3017] 健康寿命研究の最前線  12月10日(土) 10:00集合～11:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-7636-1274 企：村上正	 寿命は延ばせないか健康寿命は延ばせる。健康寿命を延ばす研究はここまで進んでいるというご紹介。そして、そこから免疫力を高める生き方のヒントを学ぶ。 定：15名 参：1000円
[3018] 司馬遼太郎街道をゆく【甲州街道八王子編】  12月10日(土) 10:30集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 昭和45年、司馬氏は八王子を訪ねています。街道をゆくシリーズの栄えある第1巻に登場。彼が訪れた場所を写真付きでご案内します。第1巻を予め読んでください。 定：5名 参：900円
[3713] 脳活『ナンプレ初級』レベルアップ講座5  12月11日(日) 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3279-5919 企：笹山明彦	 初級コースでも多種多様なナンプレをご紹介。解けるとハマります。アタマの切り替えに最適。参加者には事前に問題と解答を送信。 定：8名 参：1300円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
3019	Zoomやってみない会？（Zoom初心者講座） 12月12日（月） 11:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	大分以前の生活に戻って来ましたが将来また自粛せざるを得ない時が訪れたり、中々会えない親戚や知人の顔を見て会話したり、JASSのオンラインイベントに参加するにはZoomが使えるにこした事はありません。初めての方、忘れた方、久しぶりの方向けのZoom初心者講座です。 定：5名 参：500円
3020	秋の写真・自由作品Zoomで発表しませんか？ 12月13日（火） 10:00集合～11:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	この秋に撮った写真をZoomで発表しませんか。また、関東瓦版に載せます。自分の写真を大勢の方に見せるのも楽しいものです。 定：5名 参：1000円
3021	オンラインミニ講座「詩のひろば」 12月14日（水） 10:00集合～10:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 Zoomを使った聴講講座◎国内外の古典～現代まで、さまざまな視点のさまざまな『詩』を毎月数篇とりあげて、30分間のんびり楽しむ【詩を聴くだけ】のミニ講座。 定：20名 参：500円
3714	ワライン日本史2千年(24)：室町5 / 下剋上 12月15日（木） 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎080-1463-3072 企：藤村治雄	応仁の乱後は全国政府としての幕府体制はなくなる。足利将軍は細川による廃立が続き近江へ再三逃げる。また各地で守護代が守護に取って代わる。 講師：今井敏昭氏（京都産業大学日本文化研究所・上席特別客員研究員） 定：18名 参：1600円
3715	脳活ちょいムズ『ナンプレ中級講座』6 12月18日（日） 10:00集合～12:00	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-3279-5919 企：笹山明彦	 「ちょいムズ」も解いていきます。標準的なナンプレ以外に様々な問題も解いていきます。参加者には事前に問題を送信します。 定：8名 参：1300円
3022	小笠原諸島何故日本・北海道はいつから日本 12月19日（月） 10:00集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	幕末当時、既に外国人が住み、英国が領有宣言した小笠原諸島が、何故、日本領土になったのか？北海道はいつから日本人が住み、いつから日本か？北方4島は日本固有の領土か？樺太の領土権は？講師は運営委員で韓国関連の講演多数の大橋宏行。 定：10名 参：1500円
3023	似て非なる国・韓国を知る・駐在体験 12月23日（金） 10:00集合～11:30	Zoomで開催（パソコン・スマホ・タブレットで参加）参加方法は後日メールで連絡 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	朝鮮半島の地域的特徴・歴史的過程・日韓の分岐点・韓国文化とは？日本人の思想・韓国人の思想・韓国人の思考態度・日韓の大きな温度差・日本の魅力/韓国の魅力等を講演。合わせて韓国を知るための基礎データを解説。講師は現地会社駐在経験のある大橋。 定：10名 参：1500円
3024	本邦初？全員60歳以上のオンライン大忘年会 12月26日（月） 18:00集合～19:30	自宅PC・スマホで参加（前日に当方から電話で参加環境を確認・接続指導） ☎080-1126-1173 企：藪中博文	【動員目標ドーンと30人！Zoomを利用して本邦初？全員60歳以上のオンライン大忘年会を举行】お好きな酒とつまみと蘊蓄？をすべて自前で調達してPC・スマホ前に大集合。全員の背景を共通の居酒屋写真にして、プライバシー保護にも最大限配慮。今年の憂さを晴らしましょう。 定：30名 参：900円

《関東地区》

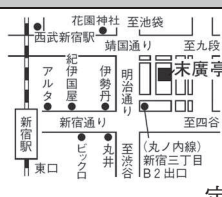
※登山・ゴルフ情報はP54～55にあります。サークル情報は、P58です。

イベント情報

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
1	今日でわかる！ 終活・生前対策 の全体像 10月1日(土) 12:50集合～14:30	自由が丘住区センター 会議室（目黒区自由が丘1-24-12、自由が丘駅徒歩4分） ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	 終活・生前対策・相続のお話は十人十色！各ご家庭で最適な方法は異なります。司法書士・行政書士が全体像を分かりやすく説明。無料相談も承ります(要予約)。 定：15名 参：1500円(当日)
2	座・高円寺 『星の王子さま』 10月1日(土) 14:00集合～16:00	座・高円寺 （JR中央・総武線高円寺駅北口徒歩5分） ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 世界中で愛されているサン＝テグジュペリの名作。かつて子どもだった大人のみなさん、是非どうぞ。(チケット事前郵送・配送手数料込)★8/31申込締切・申込時から取消不可 定：20名 参：3000円 入含
3	「京都」ユネスコ 世界遺産紹介1 10月1日(土) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 京都にはユネスコ世界遺産として17か所の寺院・神社・お城が登録済。スクリーン上で東海大学観光科の横山玲子先生にご案内をお願いします。 定：10名 参：2000円(当日)
4	フォークソング 歌声喫茶 10月2日(日) 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 バラが咲いた、白いブランコ、岬めぐり、なごり雪などのフォークソングの名曲を郷NAKAGAWAさんと歌ったり、聞いたりして青春を取り戻しましょう。 定：10名 参：2000円(当日)
5	珍助の古民家探訪 かながわ町並み100選散策 10月3日(月) 12:45集合～15:30	小田急小田原線「本厚木駅」中央改札口 ☎080-2035-1201 企：成田和男	かながわのまちなみ100選の旧街道沿いにある古民家山十郎は矢内匠家(江戸城普請も手掛けた宮大工)が明治16年に建てた愛川町所有の国の有形文化財。町並みで特別にお勧めが歩いて5分のところにある龍福寺。“愛川町山十郎”で検索すると愛川町ホームページに詳細掲載。 定：4名 参：1500円
6	「安心・安全社会」日本の歴史的背景 10月3日(月) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 大陸世界では常に外敵からの侵略の危険があるため、都市を高い城壁で囲わなければならなかった。日本の都市は城壁を必要としなかった。何故なら・・・ 定：25名 参：2000円
7	若林一声の 笑いのネタを 持ちなさい 10月3日(月) 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 「日本人が長生きなのは風呂好きだから。これをふろう長寿といいます」。国際化の時代、相手や周囲にあなた独自のユーモアを伝えましょう。 定：10名 参：2000円(当日)

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
8	日光街道 杉戸宿 10月4日(火) 10:00集合～12:00	東武スカイツリーライン 「東武動物公園駅」 改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	日光街道5番目の宿場。香取山東福寺→高札場（復元）→近津神社→杉戸キリスト教会→明治天皇御小休趾碑→本陣跡→杉戸不動尊宝性院→「うなぎ割烹・高橋屋」前で解散。歩3km 定：11名 参：1200円(当日)
9	背骨の歪みを整えて諦めていた 痛みを改善！ 10月4日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場 (府中市是政4-2-1 是政駅徒歩4分 ☎042-201-5200) ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長タオル持参。 定：10名 参：2000円(当日)
10	小林先生と歩く 「畠山重忠の居城菅谷城」 J 10月4日(火) 10:30集合～13:00	東武東上線 「武蔵嵐山駅」 改札 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 「鎌倉殿の13人」に登場した畠山重忠の本拠地の城跡を訪ねます。全国でも珍しい鎌倉時代の武将の館跡で、土塁や堀が現存します。当日連絡先☎090-8689-3211 定：20名 参：2500円(当日)
11	寿司の名店！ 「日本橋 吉野 鮓本店」 10月4日(火) 11:00集合～13:30	吉野鮓本店 (中央区日本橋3-8-11、日本橋高島屋裏通り) ☎090-4671-7076 企：田林義介	1879年（明治12年）日本橋に魚河岸があったころ、屋台からスタート。「トロ」という名の発祥の店として有名。リーズナブルなお店として、必ず家族や友人を連れて行きたくなる店。すでに2回実施。座席が落ち着き話が弾むと好評。 定：15名 参：8000円(当日) 食含
12	世界を食べよう！レバノン料理 10月4日(火) 11:00集合～14:00	JR山手線・京浜東北線「浜松町駅」 北口改札（世界貿易センター方面） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	 「ビブロスレバニーズレストラン」オーナーシェフはレバノン人のナジー・アメタ氏。中東料理の中でも最も洗練された料理といわれているレバノン料理をご一緒に。 定：10名 参：5000円 食含
13	楽しいウクレレ教室 J 10月4日(火) 10月18日(火) 13:00集合～14:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	小さな可愛い4絃の楽器・ウクレレを気楽に弾いてみませんか。楽譜が読めなくても、楽器が初めてでも、音楽を愛するハートがあれば大丈夫。プロの先生が教えます。（参加費は2回分） 定：12名 参：5000円
14	相続セミナー： 家族が困らない 相続事前対策を J 10月4日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館(上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
15	戦国史講座「徳川家康の時代」 10月4日(火) 10:00集合～12:00	東京ボランティア市民活動センター (JR飯田橋駅西口セントラルプラザ10F) ☎090-5198-8242 企：新津竜一	来年度のNHK大河ドラマは、徳川家康が予定されています。JASS今回の戦国史講座は、「徳川家康の時代」の1回目として、松平一族の部族間同盟を軸に、戦国の軍事社会について考えます。講師：藤井尚夫氏（歴史研究家） 定：15名 参：1800円(当日)

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
16	観能 武田宗和の能と 野村萬斎の狂言 10月5日(水) 12:00集合～16:00	国立能楽堂 正面入口 (JASS受付) P56の地図参照 ☎090-1799-9805 企：榊原満彦	国立能楽堂の定例公演。観世流武田宗和の能「雨月」、 和泉流野村萬斎の狂言「鎧腹巻」を楽しむ。 正面座席指定席、弁当付。 ★申込時から取消不可、申し込み8月15日まで 定：10名 参：7000円 食入含
17	JASSうたおう会 10月 「あざみの歌♪」 10月5日(水) 14:00集合～16:00	カトリック松原教 会 P57の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 暑い夏から涼しい季節を迎え、大 きな声で青春を唄いましょう。20 曲以上歌います。ピアノ：米田恵 子。指導：筒井博史。 定：25名 参：2000円
18	面白ゼミナール 「血液型で病名 が判る!？」 10月5日(水) 14:00集合～16:00	三州郷土館2F P57の地図参照 ☎090-4626-4590 企：北健二	身近なのに意外と知らない!これからは常識??血液型 の歴史と血液型別かかりやすい病気、そのリスクへの備 えや身体に合う相性の良い食べ物などを色々と話して貰 います。講師は幅広いうちくと資格を沢山お持ちで多 忙な生活アドバイザーの福田行伸氏です。 定：20名 参：2500円(当日)
19	静嘉堂創設130 周年新美術館開 館記念展 10月6日(木) 10:00集合～14:00	メトロ千代田線 「二重橋前〈丸の 内〉駅」 1番出口下 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	当美術館は日比谷の明治生命館内に移転。1年5ヶ月ぶ りに再開です。明治生命館は国の重要文化財、マッカー サーの接收使用で有名。今回のテーマは「響きあう名宝 —曜変・琳派のかかやき—」。静嘉堂を代表する名宝が 並びます。食事は「楠公レストハウス」を予定。 定：10名 参：6200円(当日) 食入含
20	【建物遺産】 がんこ武蔵野立 川屋敷 10月6日(木) 10:30集合～14:30	JR中央線 「立川駅」 東改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 立川駅北口にできた複合施設のグ リーンスプリングスを見て、その 昔この村の名主の家だった屋敷を 改造して作ったお店「がんこ武蔵 野立川屋敷」でランチ。歩2km強 定：10名 参：5000円 食含
21	坂本冬美特別公 演 中村雅俊特 別出演 10月6日(木) 16:00集合～20:00	明治座(メロ日比谷 線・都営浅草線人 形町駅、都営新宿 線浜町駅下車) ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	 夢の競演が明治座にて実現!魅力 あふれるお芝居とショーで。第1 部「いくじなし」、第2部「坂本 冬美オンステージ2022 艶歌の桜 道 スペシャルゲスト中村雅俊」 定：10名 参：13500円 食入含
22	日本三大弁財天 江島神社参拝と 漁師町昼食 10月7日(金) 10:00集合～15:00	江ノ島電鉄 「江ノ島駅」 改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	人気の江の島。日本三大弁財天の1つ、江島神社(辺津 宮、中津宮、奥津宮)に参拝。辺津宮は芸能、中津宮は 商人、奥津宮は海を守る神様と崇められている。歩5km 交各自 定：10名 参：6500円(当日) 食拝含
23	浅草を楽しむ 「笑いの殿堂浅 草東洋館」 10月7日(金) 11:20集合～16:30	浅草東洋館前(メロ 銀座線田原町駅5 分、つくばEX浅草 駅A1出口すぐ) ☎090-9734-1104 企：関下昇	 漫才・コント・手品など多彩な芸 人たち20組以上が出演、4時間半 を過ごします。弁当を食べながら 昭和の雰囲気一杯の東洋館でゆっ くり過ごしましょう。 定：10名 参：4400円 食入含

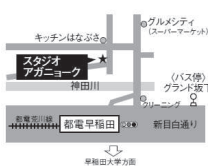
NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
24	笑うことで楽しい時を！寄席 ＜末廣亭＞満喫 10月7日(金) 11:45集合～16:30	末廣亭 (地下鉄新宿三丁目駅下車3分) ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 三大欲といえど食欲・混浴？>1番は＜笑欲＞秋深き隣と笑い気分爽快！【ご注意】新型コロナウイルス感染症対策で館内での食事不可。昼食後集合(昼食可時連絡、参加費変更)。 定：20名 参：2900円(当日) 入含
25	奈良ツアー： 薬師寺・唐招提寺・平城京跡 10月8日(土) ～10月9日(日) 1泊2日 9:20集合～18:00	JR「東京駅」東海道新幹線18番ホームのぞみ85号指定号車入口前 ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	10月8日の天武忌は、持統天皇の病氣平癒を祈念して薬師寺を参詣した天武天皇の1300年続く法要。小倉遊亀のコミカルな天武・持統天皇の絵像は見もの。唐招提寺は鑑真創建、東山魁夷の壮大な障壁画は必見。宿泊は「かんぽの宿奈良」。2日目は平城京跡・東大寺大仏殿。 定：7名 参：81000円 食交入拝含
26	熱海でヨット体験セーリングとランチ 10月8日(土) 10:00集合～15:00	熱海市 スパ・マリナーナ熱海 第1棧橋 クルーズーヨット＜光風＞ ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 ヨットで熱海沖のセーリングを体験。ランチはカフェレストラン「ナギサ」で。充実した秋の1日です。スニーカー・防寒着着用。(荒天時中止・前日連絡) 定：5名 参：6000円(当日) 食含
27	【JR全線完乗22】初秋の山陰本線旅 10月9日(日) ～10月11日(火) 2泊3日 7:45集合～20:45	JR「東京駅」丸の内南口改札 ☎090-4439-7159 企：守屋俊彦	JR全線完乗シリーズ第22弾。日本の長大ローカル線「山陰本線」。日本海に沿って走り抜け、餘部鉄橋をはじめ見どころ満載の旅。観光列車も楽しむ。行程中ほぼ列車内の予定です。ご了承の上お申し込みを。1人1部屋。昼食弁当、バス等費用は各自現地払い。 定：6名 参：49800円 食交入含
28	双十節と「状元樓本店」のJASS特別祝宴料理 10月10日(月) 12:30集合～14:30	「状元樓本店」(善隣門から中華街大通りを朝陽門方向に進み150m先右) ☎090-8315-6688 企：中野司	 「双十節」は、孫文の国民党が1911年10月10日に清朝政府を倒した建国記念日。創業1955年の状元樓の上海特別料理を、フランス租界時代のモダン雰囲気です。 横浜中華街 定：19名 参：6500円 食含
29	麻雀老化防止(右脳と指運動) 10月11日(火) 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新橋店(港区新橋1-17-8、TKK新橋ビル4階) ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者(男女を問わず)もベテランも仲良く楽しみましょう。 麻雀クリスタル新橋店 ☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含
30	香りを楽しむ手づくりお香教室 10月11日(火) 10:15集合～12:15	ラスカ文化教室(JR平塚駅直結、ラスカ平塚6階) ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 ご自分だけのオリジナルを 手づくりお香教室 平安時代より受け継がれる癒しのお香。白檀、丁香などの天然香材をブレンドし自分だけのオリジナルお香を作ります。今回は「匂い袋・文香」づくりです。教材費含。 定：6名 参：3500円(当日)
31	10月歌舞伎公演 10月11日(火) 12:00集合～15:00	国立劇場大劇場 P56の地図参照 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 10月歌舞伎公演 演目未定のため決まり次第お知らせ。感染防止対策万全で観劇いただけます。【一等席/食事付】(チケット事前郵送・配送手数料込)★9/6申込締切・申込時から取消不可 定：20名 参：14000円 食入含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
32 坂井洋一氏による日本古代史の流れ1回目 10月11日(火) 12:30集合～15:00	絶品小籠包 満月 廬本店（新宿三丁目駅出口C3歩1分、末廣亭斜め前） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	言語学者であり音楽家である坂井洋一氏による日本古代史の流れ。坂井氏による音楽と言葉で当時を説明します。更に上皇上皇后様もお聞きになった「あわの歌」も披露します。日本古来のホツマツタエとホツマ文字についても説明します。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
33 相続セミナー：  家族が困らない相続事前対策を 10月11日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館（上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分） ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 遺言書・遺留分・贈与・財産評価・生命保険、お気軽にご相談ください。 遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
34 坂本冬美特別公演 中村雅俊特別出演 10月11日(火) 16:00集合～20:00	明治座（メロ日比谷線・都営浅草線人形町駅、都営新宿線浜町駅下車） ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	 夢の競演が明治座にて実現！魅力あふれるお芝居とショーで。第1部「いくじなし」、第2部「坂本冬美オンステージ2022 艶歌の桜道 スペシャルゲスト中村雅俊」 定：10名 参：13500円 食入含
35 【オシャレ塾】似合う色を探すパーソナルカラー 10月12日(水) 10:00集合～12:00	アーツ千代田3331（メトロ銀座線末広町駅4番出口徒歩2分） ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 パーソナルカラー診断とスカーフアレンジメント。巻き方ひとつでコーディネートの印象が変わります。似合う色でさりげない大人のオシャレを楽しみませんか。 定：5名 参：3500円(当日)
36 佐藤伊智郎氏と巡る銀座画廊とランチ 10月12日(水) 10:45集合～15:00	JR「有楽町駅」銀座口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	東北大地震時に風前の灯だった銀座画廊を救った彫刻家佐藤伊智郎氏が、様々な画廊と交渉してくれますし、ご自身で説明をしてくれます。勿論、画廊の方も自分の画廊の良さを説明してくれます。同じ趣旨の画廊は回りません。 定：10名 参：5500円(当日) 食含
37 NHKでおなじみの秋元さくらさんのフレンチ 10月12日(水) 11:20集合～14:00	地下鉄「日比谷駅」出口A11（東京ミッドタウン日比谷方面） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	元CA（キャビンアテンダント）の秋元さくらさんがオーナーシェフを務める「モルソー」で、フランスの上等なコース仕立ての家庭料理を味わいます。 定：10名 参：9000円(当日) 食含
38 ギリシャ神話朗読会  10月12日(水) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 岩波少年文庫のギリシャ神話、平易でロマンチックな文章を専門家の朗読で楽しみましょう。西洋美術などに多大な影響を与えた神話の全体が分かります。 定：10名 参：2000円(当日)
39 大磯散策とイタリアンレストランでランチ 10月13日(木) 10:00集合～15:00	JR東海道本線「大磯駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 湘南大磯、旧吉田茂邸を見学。散策後、井上蒲鉾店や和菓子の新杵などで買い物。ランチはど'ツァ&イタリアン大磯迎賓館で。3名以上で開催。歩2km バス代別 定：15名 参：6500円(当日) 食入含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
40 【横浜散策】時代絵巻の獅子舞プロの案内 10月13日(木) 10:00集合～12:00	横浜市営地下鉄ブルーライン 「あざみ野駅」改札口 ☎090-8315-6688 企：中野司	 驚神社～荏田宿常夜灯～真福寺～剣神社～センター南駅。講師は横浜市ボランティアガイド協会理事 斉藤秋造氏。歩約4.5km 定：10名 参：2000円
41 「趣味講座」篠笛(横笛)体験教室 10月13日(木) 10:30集合～12:00	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 今からでも！趣味の1つに「指を使う」「音符を見る」でボケ防止に最適。練習曲は歌謡曲やポップスなど馴染みの曲。＜初心者歓迎！初めての方用専用笛用意＞ 定：7名 参：1500円(当日)
42 キリンビール 横浜工場見学 10月13日(木) 10:35集合～12:30	京急本線「生麦駅」改札口 (普通のみ停車) ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	キリンビール横浜工場は、セミナー方式で工場見学60分。その後食堂で一番搾りのビールを飲んだ後、更に3種類の一番搾りの飲み比べを楽しめます。ビール好きにはたまらないイベント企画です。 定：9名 参：2000円
43 JASS初：見学「ミットヨ測定博物館」 10月13日(木) 11:00集合～14:00	東急田園都市線「溝の口駅」正面改札口 (JASS旗目印) ☎090-4626-4590 企：北健二	産業の発展を支えた精密測定機器に特化した世界でも有名な企業です。沼田記念館・測定機器館では創業88年の歴史と世界の長さ測定機器のルーツと変遷を知ります。博物館は経産省より「近代化産業遺産群」に認定されています。ランチは、かながわサイエンスパークで各自。 定：15名 参：2000円(当日)
44 シニア世代のためのメイク教室 10月13日(木) 11:00集合～12:30	JR埼京線「板橋駅」改札 ☎080-3356-0419 企：執行雪江	老化したお肌の正しいスキンケアの方法、石油製品ではない(オイルフリー)化粧品の選び方、体験メイクのご用意も有ります。講師：太田真知子先生 定：5名 参：1900円
45 西九州新幹線と観光列車旅&フェリーの旅！ 10月13日(木)～10月16日(日) 3泊4日 21:50集合～21:00	京急本線「品川駅」京急高輪口改札 ☎090-4439-7159 企：守屋俊彦	東京九州フェリー&九州の観光列車満喫旅へご案内。NARISAWAのコース料理を堪能する「或る列車」や「36+3」など魅力ある列車を堪能し、開業したばかりの西九州新幹線＝長崎新幹線に乗り。船と列車を利用したゆとりの贅沢旅。昼食各自&現地バス・地下鉄等各自払い。 定：6名 参：199900円 食交入含
46 鎌倉長谷・手毬で和菓子作り体験とランチ 10月14日(金) 9:30集合～15:00	江ノ島電鉄「長谷駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 鎌倉創作和菓子手毬。季節に合わせた和菓子作り体験教室です。ランチは人気のカフェ「坂の下」で。食後は長谷寺など自由散策をお楽しみください。3名以上で開催。 定：10名 参：6500円(当日) 食含
47 歴史散策：小手指ヶ原古戦場から狭山コース 10月14日(金) 10:00集合～15:00	西武池袋線「小手指駅」改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	新田義貞の鎌倉攻めの古戦場と史跡を訪ね、茶畑が広がるのどかな風景を歩き、狭山湖湖畔の美しい景観を望む。昼食は「四季の味 割烹 狭山」の釜めしで懇談。 歩7km 定：10名 参：6500円(当日) 食含

(NO.)	イベント名・日時	集合(開催)場所	内 容
48	大人気の「地下神殿」見学会と 割烹魚元で会食 10月14日(金) 10:00集合～14:00	東武アーバンパークライン 「南桜井駅」 改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	首都圏外郭放水路。テレビでは「地下神殿」と言われ映画のロケにも登場。埼玉県春日部市の上金崎地から小湊にかけての延長約6.3km、国道16号直下約50mの地点にあります。「調圧水槽」見学会(参加料金含)。割烹魚元のバスで送迎後、会食。 定：20名 参：4500円(当日) 食含
49	旧古河庭園の秋 バラとハンバー グ研究所ランチ 10月14日(金) 10:30集合～15:00	JR山手線 「駒込駅」 東口改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 84種類の秋バラが見頃の旧古河庭園を散策します。お昼はユニークな店名の「ハンバーグ研究所」で国産肉100%のおいしいハンバーグをいただきます。歩2km 定：10名 参：4600円 食入含
50	富士通レディース2022トーナメント観戦 10月14日(金) 11:00集合～15:00	JR外房線 「土気駅」南口 無料ギャラリーバス発着所(特設) ☎080-1126-1173 企：藪中博文	【女子プロゴルフ秋の陣・関東三番勝負(第1戦)】富士通レディース2022トーナメントの観戦です。ギャラリープラザが充実しており、グルメやゴルフ用品の買い物も楽しみです。入場券は大会記念品付。雨具必携。簡易チェアあれば便利。飲食は各自。 定：10名 参：5700円 入含
51	東京旧35区境界 探訪8 墨田区／ 本所区&向島区 10月14日(金) 12:28集合～15:00	東武伊勢崎線(スカイツリーライン)「曳舟駅」(半蔵門線乗入れ) 改札 ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	1932年東京市35区が成立。戦後統合が行われ1947年東京都の23特別区が誕生した。今回は本所区向島区の境界を北西から南東に探訪。首都高向島入口から十間橋まで戦前の地図と対比しつつ歩く。「押上駅」解散。歩3.0km 定：20名 参：1600円
52	水墨画を楽しむ 教室 全3回 10月14日(金) 11月11日(金) 12月 9日(金) 13:00集合～16:30	東京ボランティア市民活動センター (JR飯田橋駅西口セントラルプラザ 10F) ☎090-9734-1104 企：関下昇	 曜日・時間変更。じっくり時間をかけて水墨画を学びます。講師：張曉文。参加費は3回分。会場の都合により日程変更する場合は都度連絡します。 定：5名 参：11400円
53	NP0法人万華鏡 セラピー協会 認知症防止方法 10月14日(金) 13:00集合～15:00	JR中央・総武線 「飯田橋駅」 東口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	NP0法人万華鏡セラピー協会島崎会長による、万華鏡を見ながらの認知症防止方法の説明とランチ。 定：20名 参：5500円(当日) 食含
54	風の吊り橋と 秦野戸川公園祭 を訪ねて 10月15日(土) 10:00集合～14:00	小田急小田原線 「渋沢駅」 改札口 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	秦野戸川公園は、広さ36ha余。丹沢の山に囲まれ、ランドマーク「風の吊り橋」が架かる水無川が流れます。茶室や自然観察の森もあり、祭の当日は和太鼓の演奏やキッズダンスなどの外、模擬店も並びます。茶室での休憩のほか、食事は「レストランタカノ」を予定。交別 定：10名 参：5000円(当日) 食含
55	日光街道ウォーク 谷塚から 10月15日(土) 10:00集合～13:00	東武スカイツリーライン 「谷塚駅」 改札 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	谷塚の次の宿場・草加宿では、松尾芭蕉と曾良の像や奥の細道の壁画が往時を偲ばせてくれます。虚子や秋櫻子の句碑もあり。日本の道100選に指定された趣のある道を歩きます。JR武蔵野線南越谷駅で解散。歩約8km。小雨決行。雨具、飲み物をご持参ください。 定：20名 参：2300円(当日)

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
56	山種美術館 没後80年記念 竹内栖鳳1回目 10月15日(土) 11:00集合～13:00	山種美術館（恵比寿駅から都バス日赤医療センター前行、広尾高校前下車） ☎080-3356-0419 企：執行雪江	 円山・四条派の伝統を引き継ぎながら、独自の画風を確立した竹内栖鳳。重要文化財「班猫」等。 定：5名 参：3900円 食入含
57	「古代」 J 神々が集う都 テオティワカン 10月15日(土) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 太陽のピラミッド、月のピラミッド、死者の大通り。その規模は古代のローマにも匹敵するという。後にやって来たアステカ人は「神々の都」と呼んで崇拝した。 定：10名 参：2000円(当日)
58	ふれあい J フォークダンス 10月16日(日) 9:00集合～10:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 オクラホマ・ミキサー、その他、ポピュラーな曲をその場で覚えて、無理のないスタンスで楽しく踊りましょう。後半はお茶会で交流を。 定：10名 参：2000円(当日)
59	芸術家佐藤伊智郎氏の新感覚川越観光とランチ 10月17日(月) 10:30集合～15:30	東武東上線・JR川越線「川越駅」川越駅観光案内所前（東武線改札口横） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	芸術家で川越出身の佐藤伊智郎氏による新感覚のユニークな川越観光と美味しいランチを堪能。 定：10名 参：5800円 食含
60	海釣り会 鰯と真鯛とウィリー五目釣り 10月18日(火) 7:10集合～14:00	京急本線「金沢八景駅」地上改札口（車の方は横浜金沢漁港三春丸） ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	イベントの海釣り会、今回はウィリー釣りです（アミコマセ撒いてアジ主体の真鯛との五目釣り）。女性当日2000円払い戻し優遇。昼食持参、詳細後送。 定：11名 参：10200円(当日) 入含
61	背骨の歪みを整えて諦めていた痛みを改善！ 10月18日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場（府中市是政4-2-1 是政駅徒歩4分） ☎042-201-5200 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長タオル持参。 定：10名 参：2000円(当日)
62	JASS初：東京初のワイン醸造所でランチ 10月18日(火) 11:00集合～14:00	西武池袋線「大泉学園駅」改札口 ☎090-4626-4590 企：北健二	東京のブドウで東京で造る都産都消ワインを初めて訪問見学します。ブドウの主な産地は練馬区・清瀬市・西東京市・立川市・小平市・国分寺市・国立市・八王子市・東村山市など。他の産地として余市・高畠・安曇野です。爽秋のひと時をグラス片手に楽しみませんか？★10/27に同イベントあり 定：5名 参：6500円(当日) 食含
63	山の上ホテルでこれぞ天ぷら！を堪能 10月18日(火) 11:20集合～14:00	JR中央線快速「御茶ノ水駅」御茶ノ水橋口改札 ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	天ぷらといえば山の上ホテルのここ。矢島料理長の、江戸前の胡麻油でからりと揚げの見事な手さばきを目の前で見るができます。予約困難なカウンター席を確保。10月の旬のネタを味わいましょう。 定：7名 参：15000円(当日) 食含

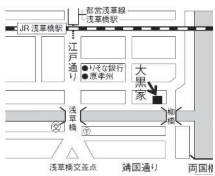
NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
64	うたごえ喫茶 ともしびで 唄おう！ 10月18日(火) 14:10集合～15:45	都電荒川線 「早稲田駅」(JASS 旗目印、スタジオが ニューヨークまでご案内) ☎090-1799-9805 企：榊原満彦	 心に残る懐かしい歌、青春時代の 歌、今話題の歌をあなたのリクエ ストとピアノの生伴奏で皆で元氣 に唄いましょう。全20曲前後。 1ドリンク付き。最少催行7名。 定：15名 参：2200円 入含
65	アートおりがみ 講座 10月19日(水) 10:00集合～12:00	健康生きがい開発 財団 会議室 (メトロ丸ノ内線 茗荷谷駅歩5分) ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 指先を使って脳も心もイキイキ活 性化！毎回さまざまなアプローチ で“旬な”折り紙を楽しむ講座。 初心者からどうぞ！ (持ち物：ハサミ、のり) 定：10名 参：2200円
66	幕末秘話・独船 来航・人間模様 10月19日(水) 10:30集合～12:30	公益社明大前会館 P56の地図参照 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	幕末、陸軍は仏式から独式へ。医学は蘭学から独医学 へ。ドイツの日本に与えた影響は大。プロシャ船グレタ 号来航、ドイツあれこれ等を講演。講師は農林水産省漁 業取締船に10年乗船した中村孝氏。 定：25名 参：2500円
67	わかりやすい 透明水彩入門 (人物画1) 10月19日(水) 11:00集合～13:00	ロイヤルアートスクール (銀座8-4-9奥山ビ ル2F、リクルートGINZA8 ビル隣、ローソンの上) ☎080-7851-0968 企：奥谷幸裕	絵が苦手な人も大丈夫。今期は人物画の基本技術。水彩 で人物を描く上で必要な鉛筆によるスケッチ技術、人物 の肌や髪の毛の彩色に欠かせない伝統的な混色技術と タッチを、講師のデモンストレーションを通じて学ぶ1 回目。手ぶらで参加OK。講師は斎藤裕之先生。 定：18名 参：3000円
68	現役添乗員が語 る日本の防衛力 と世界情勢 10月19日(水) 12:30集合～15:00	四谷警察署 追分交番前 (地下鉄新宿三丁 目駅B2出口地上) ☎080-4613-7757 企：北村龍児	現役添乗員が語る、訪問した欧米の防衛産業から見る日 本の防衛力及び現在の世界情勢。ランチ付き。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
69	国立歴史民俗博 物館を見学 10月19日(水) 13:30集合～16:30	京成本線 「京成佐倉駅」 改札口 ☎090-9734-1104 企：関下昇	場所は家康の家臣土井利勝が築城した佐倉城の城跡。明 治には陸軍佐倉連隊駐屯地、戦後城址公園。その一面に 設置された博物館で内部は広大。1:先史・古代 2:中世 3:近世 4:民俗 5:近代 6:現代。外部の公園一部も案内 します。天守閣跡、正睦・ハリス像、正岡子規の碑など。 定：10名 参：2000円 交入含
70	イラン大使館訪 問参事官講話と イラン料理 10月20日(木) 9:30集合～14:00	メトロ南北線 「白金高輪駅」 4番出口地上 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	未知の国イランの大使館を訪問してイラン国内の映像を 見て参事官との質疑応答後、東中野に移動してイラン家 庭料理を堪能。 定：20名 参：5500円(当日) 食含
71	江戸百景 広重 版画と現代視点 10月20日(木) 10:00集合～14:00	メトロ銀座線 「虎ノ門駅」 出口2a地上 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	浮世絵師・広重が描いた版画図を元に、現在の同じ視点 から見た景色と比較しながらの散策。港区編。虎ノ門金 刀比羅宮、愛宕神社下、愛宕神社、増上寺塔赤羽等。 昼・中華。歩5km 定：10名 参：6000円(当日) 食含

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
72	熱海で香りを楽 しむ手づくりお 香教室 10月20日(木) 10:00集合～12:00	熱海マリンスクエ アcafé（熱海市渚 町7-5、エムズ熱海 ビル1階） ☎090-1423-5007 企：相馬敬	ご自分だけのオリジナルを  手づくり お香教室 平安時代より受け継がれる癒しの 香り。白檀、丁子などの天然香材 をブレンドし自分だけのオリジナ ルお香を作ります。今回は「匂い 袋・文香」づくりです。教材費含。 定：6名 参：3500円(当日)
73	横浜散歩と 水信 フルーツ パーラー 10月20日(木) 10:30集合～15:00	JR根岸線 「桜木町駅」 新南口改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	【東京百年食堂】  横浜水信 フルーツパーラー 秋も深まりつつある横浜で浜風に 吹かれながら海岸沿いを散歩しま す。お昼は創業百年の水信で、軽 いフルーツサンドと季節のフルー ツをいただきます。歩2km 定：15名 参：6700円 食含
74	アンテナショッ プ巡り 日本橋 10月20日(木) 10:30集合～13:00	JR「神田駅」 南口 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	神田駅を出て福島、三重、新潟、富山各県のショッ プを巡り、湖国滋賀のお店でランチを楽しみます。続いて長 崎、山口、山梨各県のショッ プを巡り、JR東京駅八重洲 口で解散。小雨決行。マイバッグ持参。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
75	「キツネ物語」 朗読会 10月20日(木) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビ ズ）としま産業振 興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 フランス中世の野や森にキツネ様 が大活躍！擬人化された動物たち を通じて、ヨーロッパ中世の人々 の暮らしや心情が甦ります。ルナ ールの寓話を専門家の朗読で。 定：10名 参：2000円(当日)
76	にほんの里100 選：三富新田と けやき街道散策 10月21日(金) 10:20集合～15:00	東武東上線 「鶴瀬駅」 改札口 (10:30バス乗車) ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	柳沢吉保が開村した三富(サトメ)新田、開拓時の雰囲気 を残す古刹とけやき街道（別称いも街道）を歩く。川越 いもの主産地。この時期この地でしか手にはいらない稀 少種「紅赤」のほか、いろんな種類が入手できます。食 事は「手打ちそばうどん富」を予定。歩3km 交別 定：10名 参：4500円(当日) 食含
77	宇宙ミュージア ム見学とがっつ りアメリカン 10月21日(金) 11:00集合～14:30	メトロ丸ノ内線 「後楽園駅」 2番出口 ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	国際宇宙ステーション（ISS）から見た地球の実写をシ アター宙（そら）で観るのは感動的です。宇宙ミュージ アム見学後は、「パパ・ガンブ・シュリンプ」でアメリ カンスタイルのシュリンプ料理をがっつり頂きます。 定：10名 参：7000円 食入含
78	広重浮世絵散歩 4富士・不二三 十六景+北斎Ⅱ 10月21日(金) 12:28集合～15:15	メトロ副都心線 「雑司が谷駅」 1番エレベーター 地上出口(池袋方) ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	広重の「富士三十六景」「不二三十六景」に北斎「富嶽三十六 景」を加え江戸の富士40景を数回で訪ねる。2回目は 雑司ヶ谷と弦巻川の富士に始まり、牛天神上水懸樋駿河台 からの眺望など6景を現地で鑑賞。途中バス1都電1交別 歩3.6km（案内は東京ディズニーランド国際浮世絵学会員） 定：15名 参：1600円
79	崎陽軒横浜工場 見学 10月21日(金) 13:15集合～15:30	JR横浜線 「新横浜駅」 横浜線北口改札口 (新幹線側) ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	崎陽軒「シウマイ工場」見学。「シウマイ」に加えて 「弁当製造ライン」も見学。駅弁の歴史からシウマイ弁 当の秘密を学ぶ。試食時間含む。お土産代含む。交通費 バス代各自 定：15名 参：2500円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
80	喫茶店で聴く 懐かしの映画音 楽鑑賞会 10月21日(金) 13:30集合～15:30	喫茶店カフェブ ナ（地下鉄六本木 駅2番出口徒歩2 分）地図送付 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	懐かしの映画音楽を珈琲の名店カフェブナのご主人の 名解説で楽しむ午後のひと時を。44年間ネルドリップに 拘り続ける深煎り珈琲もお楽しみ。 定：20名 参：1600円(当日)
81	21世紀の日本の 防衛を考える 10月21日(金) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	中華思想が復活した中国を念頭に、 集団的自衛権の見直しやサイバー 攻撃への対応、国際協力の重要性、 自衛力の強化・憲法改正の必要性 などを総合的に考える。 定：25名 参：2000円
82	高尾山での仙骨 調整体操と薬王 院の精進料理 10月23日(日) 8:00集合～15:00	京王高尾線 「高尾山口駅」 改札口 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	仙骨コンディショニング認定スペシャリストが、高尾山 薬王院で仙骨の歪みを整えて、腰痛・肩凝り・膝の痛み など身体の不調を改善！どなたでも出来る簡単な運動で す。この機会に是非ご参加ください。 定：20名 参：7000円(当日) 食含
83	鎌倉散策名店で 食事民家でライ ブクラリネット 10月23日(日) 12:00集合～15:30	JR横須賀線 「北鎌倉駅」 西口改札口 ☎090-2625-2443 企：榎卓	秋の鎌倉「亀ヶ谷切通し」を散策。TV番組「じゅん散歩」で 紹介された鎌倉の隠れたカレーの名店で食事。企画者自 宅でライブ（女性クラリネットとピアノ演奏、毎回新し い出し物、今回のプログラムも当日のお楽しみ）。ライ ブはお茶菓子付、自家製チーズケーキをお出しします。 定：20名 参：4000円 食入含
84	ソビエト名作映 画「アンナ・カ レーニナ」後編 10月23日(日) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビ ズ）としま産業振 興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	虚飾に満ちた都会の貴族社会で死 に追いやられるアンナと、農村で 実直に生きて信仰に目覚め、幸せ をつかむリョーピン。トルストイ 文学の長編映画。 定：10名 参：2000円(当日)
85	羽世保スイング ボーイズ 10月23日(日) 17:00集合～21:00	明治座(メロ日比谷 線・都営浅草線人 形町駅、都営新宿 線浜町駅下車) ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	和太鼓、タップ、JAZZ新感覚舞台。 個性豊かな出演陣が舞台で“刻む” パワフルな感動を。出演：博多華 丸、南沢奈央、大空ゆうひ、長谷 川初範、他。 定：10名 参：12500円 食入含
86	大山街道ウォー ク 赤坂御門か ら 10月24日(月) 10:00集合～13:00	メトロ南北線 「永田町駅」 出口9a ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	大山阿夫利神社に参拝する大山街道の江戸の起点は赤坂 御門。そこから弁慶橋の横を通り豊川稲荷東京別院に参 拝し、牛鳴き坂から高橋は清翁記念公園で休憩（おやつ はとらや本店の〇〇）。梅窓院、善光寺を経て渋谷で解 散。小雨決行。雨具・お茶持参。歩約5km 定：30名 参：2100円(当日)
87	「大草原」で食す JASS特別の中華 フレンチ料理 10月24日(月) 12:30集合～14:00	「薬膳火鍋 大草 原」（中華街玄武 門と善隣門の間、 金香楼の4階） ☎090-6318-0374 企：中山賢治	「大草原」は中華街でも珍しい中華フレンチ料理を提供 するお店。今回はJASS特別企画の中華フレンチのコース 料理を頂きます。 定：10名 参：6500円(当日) 食含

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
88	散らさない「ちらし寿司」を赤坂で 10月25日(火) 10:30集合～13:30	メトロ丸ノ内線・銀座線「赤坂見附駅」出口A地上（エスカレーター） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	4月オープンした赤坂・浄土寺にある「すし いわお」。ミシュラン1つ星の寿司店出身のオーナーが、散らさないちらし寿司「チラシラズ」を提供。まるで宝石箱のよう。食事前に赤坂を散策。歩1.5km 定：7名 参：9000円 食含
89	麻雀老化防止（右脳と指運動） 10月25日(火) 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新橋店（港区新橋1-17-8、TKK新橋ビル4階） ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者(男女を問わず)もベテランも仲良く楽しみましょう。 麻雀クリスタル新橋店☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含
90	スウェーデン大使館訪問、元大使の講演と演奏 10月25日(火) 14:00集合～16:30	メトロ日比谷線「神谷町駅」出口4a地上 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	スウェーデン大使館からの説明後、「社会福祉国家の実像」「元スウェーデン大使の見たこと・考えたこと」及び駐在時、上皇陛下がスウェーデンを訪問された時のエピソード等を講演。また講師得意のバグパイプの説明・演奏も披露。講師は大塚清一郎氏。 定：30名 参：3000円
91	【武蔵野散歩】 昭和記念公園 コスモスの丘 10月26日(水) 10:30集合～15:00	JR青梅線「西立川駅」改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 この時期、丘や原っぱはコスモスがきれい。台風でも倒れないように丈の短いものが植えられています。そのほか秋の草を楽しみましょう。食事は各自。抹茶付き。 定：10名 参：2300円 入含
92	「駅ナカ」を遊ぶ！ 10月26日(水) 11:00集合～14:00	JR「上野駅」中央改札口（JASS旗目印） ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 【駅ナカで遊ぶ】JRとメトロの駅内は、まるで小さな「ショッピングセンター」。土産品はもちろん書店、カフェ、雑貨品やATM、奥様に必要な惣菜店も！1回目は上野駅。食事各自 定：8名 参：1700円(当日)
93	<世界の美味しい>へ！モルドバ料理IN TOKYO 10月26日(水) 16:55集合～19:00	JR常磐線「亀有駅」改札口 ☎090-4439-7159 企：守屋俊彦	モルドバは東欧に位置する旧ソ連の構成国。多彩な地形に恵まれ、国内には森林、岩山、ブドウ畑などが広がっている。赤ワインで知られるニストレアナや、世界有数のワインセラーが集まるコドルは、ワインの生産地として知られている。そんなモルドバ料理を楽しもう!! 定：10名 参：7900円 食含
94	東京深川・松尾芭蕉と清澄公園を探访 10月27日(木) 10:00集合～14:30	都営大江戸線・新宿線「森下駅」A7出口地上 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	奥の細道 ゆかりの場所と、紀伊国屋文左衛門の屋敷跡の清澄庭園を巡ります。 定：10名 参：6500円(当日) 食入含
95	【半日散歩】 銀座八丁そぞろ歩きと名店巡り 10月27日(木) 10:00集合～12:30	メトロ銀座線「京橋駅」3番出口エスカレータ下 ☎090-1846-4326 企：鎌田政良	 銀座一丁目から八丁目を歩きます。真っ直ぐでたった1kmの道のりを今回は右へ左へ上へ下へと歩きます。名店でのお買い物もお楽しみ。ゴールは新橋駅。歩4km 定：15名 参：1600円

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
96 JASS初： 東京初のワイン 醸造所でランチ 10月27日(木) 11:00集合～14:00	西武池袋線 「大泉学園駅」 改札口 ☎090-4626-4590 企：北健二	東京のブドウで東京で造る都産都消ワインを初めて訪問 見学します。ブドウの主な産地は練馬区・清瀬市・西東 京市・立川市・小平市・国分寺市・国立市・八王子市・ 東村山市など。他の産地として余市・高島・安曇野です。 爽秋のひと時をグラス片手に楽しみませんか？ 定：5名 参：6500円(当日) 食含
97 羽世保スイング ボーイズ 10月27日(木) 17:00集合～21:00	明治座(メロ日比谷 線・都営浅草線人 形町駅、都営新宿 線浜町駅下車) ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	 和太鼓、タップ、JAZZ新感覚舞台。 個性豊かな出演陣が舞台上で“刻む” パワフルな感動を。出演：博多華 丸、南沢奈央、大空ゆうひ、長谷 川初範、他。 定：10名 参：12500円 食入含
98 仙骨コンディショ ン体操で身体の不 調改善 10月28日(金) 9:50集合～11:30	八王子クリエイト ホール（JR八王子 駅徒歩3分）☎042- 648-2231 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	仙骨の歪みを整えて腰痛・肩凝り・膝の痛み等様々な身 体の不調を改善する為のプログラム。1 固くなった関節 をゆるめる体操 2 正しい位置に整える矯正 3 歪まない ように支える筋肉をつける筋トレ の3つの簡単な運動 で今迄良くならなかった不調解決を目指しましょう！ 定：20名 参：2000円(当日)
99 極上の江戸歩き 14中山道を歩く ～神田・本郷編 10月28日(金) 10:00集合～15:30	メトロ銀座線・東 西線、都営浅草線 「日本橋駅」 A6出口地下 ☎090-5198-8242 企：新津竜一	「街道を歩く」第2弾、中山道を数回に分けて板橋宿ま で散策。日本橋から玄武館跡や柳森神社等を巡り神田神 社に参拝。湯島聖堂からニコライ堂。さらに東京都水道 歴史館、本郷三丁目駅に至ります。歩約5km。講師：立 田忍氏（江戸文化歴史検定1級・江戸文化研究家） 定：20名 参：3900円(当日) 食含
100 <新企画>川崎 市7区巡り1川 崎区を再発見！ 10月28日(金) 10:30集合～14:00	京急本線 「八丁畷駅」 西口改札口 ☎090-4626-4590 企：北健二	坂本九の生まれた川崎は東海道で江戸から2番目の川崎 宿。近年変貌を遂げている。新設の川崎水族館、川崎新 市庁舎(2023年3月完成予定)、東海道かわさき宿交流館 では往時の宿場を体験。ご案内はJASS特任ガイドの久野 氏。ランチはアゼリア地下街で各自。小雨決行。歩4.5km 定：15名 参：2500円(当日)
101 鰻！食べ歩き： 「伊勢定」東急 百貨店渋谷本店 10月28日(金) 11:00集合～13:10	東急百貨店渋谷・ 本店8階「伊勢定」 (道玄坂2-24-1、 渋谷駅徒歩8分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 冬号で好評だった、鰻！食べ歩き シリーズの再開、椅子席。日本橋 が本店の渋谷東急百貨店内支店。 JASS会員の皆様でお喋りしながら 鰻を堪能しましょう！ 定：7名 参：8800円(当日) 食含
102 藤沢周平の江戸 を歩く「驟り雨」 5 10月28日(金) 12:28集合～15:00	メロ東西線・都営大 江戸線「門前仲町 駅」5番地上出口 (三菱UFJ銀前) ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	藤沢作品の登場人物の動きを江戸東京重ね地図から追体 験するシリーズ。「泣かない女」銚職人道蔵、親方の娘と 東仲町で密会。伊勢崎町自宅に帰り女房おオに別れ話。 家を出たおオの価値に気付く雨中探しに走り出す。仙台 藩蔵屋敷の脇で追いつき。「清澄白河駅」解散歩4.3km 定：15名 参：1600円
103 鎌倉山 扇湖山荘庭園を 訪ねて 10月29日(土) 10:00集合～14:00	JR横須賀線 「鎌倉駅」 東口改札口 (10:05バス乗車) ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	わかもと製菓の長尾欽彌が別荘を構えたのは昭和9年。 敷地は14000坪、飛騨高山から移築した民家や宮家の茶 室などが点在、作庭は七代目小川治兵衛。相模湾が扇の 形の湖に見えることから「扇湖山荘」と名付けられました。 食事は長谷の「レストラン ワタベ」を予定。交別 定：11名 参：5200円(当日) 食含

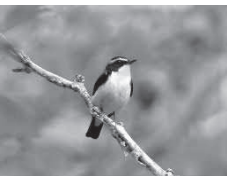
NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
104	国宝運慶仏拝観と葉山日影茶屋ランチ 10月29日(土) 10:30集合～15:00	京急逗子線 「逗子・葉山駅」 南口改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 鎌倉殿の家臣の和田義盛が願主で運慶仏が五体安置されている浄楽寺に参詣。そのあとバスで日影茶屋へ行き昼食を。江戸初期創業の名店です。 定：10名 参：8900円 食拝含
105	蕎麦好倶楽部2 西麻布 「蕎麦おさめ」へ 10月29日(土) 10:40集合～13:30	メトロ日比谷線 「広尾駅」 4番出口(EV、エスカレーター) ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	蕎麦好きの皆様へ。ミシュラン星つき、2022年蕎麦の100名店にランクインした、西麻布の「蕎麦おさめ」へ。ランチは土曜のみ。蕎麦、甘味を含め8品の豪華なコースを頂きます。行きは広尾駅からタクシー分乗。 定：7名 参：12000円(当日) 食交含
106	柳橋大黒家でお座敷天ぷら 10月29日(土) 11:30集合～13:00	柳橋大黒家 (台東区柳橋1-2-1 浅草橋駅徒歩5分) ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 江戸情緒の残る柳橋に店を構えて74年。貸し切りでお座敷天ぷらに舌鼓を。食後は、隣のお座敷でデザートも。 定：11名 参：6000円(当日)
107	皇居東御苑ツアー：江戸城史跡もご案内  10月29日(土) 14:00集合～18:30	皇居東御苑「大手門」内(メトロ・都営大手町駅C13a・C13b出口3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 皇居東御苑は皇居付属庭園で江戸城史跡です。宮内庁菊葉協会委嘱ガイド12年の長谷川健郎が案内します。夕食は「赤坂飯店」パレスサイドビル店の中華料理、好評です。 定：7名 参：5000円(当日) 食含
108	大宮盆栽美術館 盆栽村 料亭ほてい家 10月31日(月) 10:00集合～15:00	東武アーバンパークライン 「大宮公園駅」 改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	人気の大宮盆栽美術館鑑賞と盆栽村見学会。芙蓉園→藤樹園→清香園→大宮盆栽美術館→岩槻に移動→遷喬館→料亭ほてい家→鈴木酒造酒蔵資料館。歩3km 交各自 定：11名 参：4000円(当日) 食入含
109	けん玉で遊ぼう！  10月31日(月) 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 初心者歓迎。NHKテレビ「きょうの健康」にも出演の吉本秀一さんの指導で、あなたもけん玉を楽しみませんか？お孫さん連れも可。 定：10名 参：2000円(当日)
110	秦野散策：波多野城趾と実朝首塚 11月1日(火) 10:00集合～14:00	小田急小田原線 「秦野駅」 改札口 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	源実朝は甥の公暁によって殺され、その首は公暁を討ち取った三浦氏の家来、武常晴(つねはる)らによって秦野の地に持ちこまれ、波多野忠綱に供養を願い出て手厚く葬られたと言う。史跡と田園を歩く。食事はそば処「東雲(しのめ)」の予定。交別 定：10名 参：4000円(当日) 食含
111	背骨の歪みを整えて諦めていた痛みを改善！ 11月1日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場 (府中市是政4-2-1 是政駅徒歩4分 ☎042-201-5200) ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長刃持参。 定：10名 参：2000円(当日)

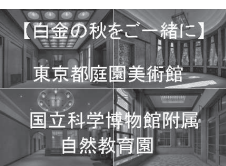
NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
112 楽しいウクレレ教室  11月 1日(火) 11月15日(火) 13:00集合～14:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	小さな可愛い4絃の楽器・ウクレレを気楽に弾いてみませんか。楽譜が読めなくても、楽器が初めてでも、音楽を愛するハートがあれば大丈夫。プロの先生が教えます。（参加費は2回分） 定：12名 参：5000円
113 相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を  11月1日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館(上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 遺言書・遺留分・贈与 財産評価・生命保険 お気軽にご相談ください。 遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
114 古事記が教えてくれる原日本人  11月1日(火) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 平井光之の熱血歴史塾 古事記のいくつかの物語を取り上げて現代日本人が普段意識していない自身の考え方の原点を知る。また、中国人と日本人の感性の違いについて浮き彫りにする。 定：25名 参：2000円
115 ガイド案内 大師橋と多摩川ブリッジ散策 11月2日(水) 10:30集合～14:00	京急空港線 「大鳥居駅」西口改札口(品川寄り、急行・普通停車) ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	大鳥居駅から羽田神社・大師橋を通り、最近開業したキングスカイフロントへ。次に多摩川スカイブリッジを通り、羽田空港のターミナルでランチ。案内は大田・品川まちめぐりガイドの会。イヤホン使用で説明が良く聞こえ3密防止。歩約5km 定：15名 参：3700円 食含
116 おもしろ植物講義と「おつな寿司」の昼食  11月2日(水) 10:30集合～14:00	メトロ日比谷線 「六本木駅」西麻布方面改札(1a～1c方面) ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	佐々木先生シリーズ4。「ナンテンは薬草になる？」「悲しい話のママコノシリヌグイ」「アメリカセンダングサは香木の梅檀(せんだん)と似てる？」など、秋の野草の名前の由来をご紹介します。ランチは「おつな寿司」。特徴あるおいなりさんのお土産付。 定：12名 参：6500円(当日) 食含
117 JASSうたおう会 11月「希望♪」  11月2日(水) 14:00集合～16:00	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 うたおう会 私たちの若い頃に唄った懐かしい歌。童謡、歌謡曲等を、ピアノに合わせて歌います。ピアノ：米田恵子。指導：筒井博史。 定：25名 参：2000円
118 11月3日明治節 明治神宮と絵画館 11月3日(木) 10:30集合～15:00	JR山手線 「原宿駅」表参道改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 11月3日 明治節 明治神宮参拝 聖徳記念絵画館拝観 明治神宮は明治天皇の遺徳を偲び大正9年に造営。百年たっても見事な森になる。北参道を通して絵画館へ。明治の出来事を描いた絵画を鑑賞。お昼はおそば。歩3km 定：10名 参：4000円 食入含
119 鎌倉長谷・手毬で和菓子作り体験とランチ 11月4日(金) 9:30集合～15:00	江ノ島電鉄 「長谷駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 鎌倉手毬 和菓子作り体験 鎌倉創作和菓子手毬。季節に合わせた和菓子作り体験教室です。ランチは人気のカフェ「坂の下」で。食後は長谷寺など自由散策をお楽しみください。3名以上で開催。 定：10名 参：6500円(当日) 食含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
120 多摩丘陵 歴史古道を歩く 11月4日(金) 10:00集合～15:00	小田急多摩線 「唐木田駅」 改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	「美しい日本の歩きたくなるみち500選」に選ばれた古道を歩く。官軍新田義貞が鎌倉幕府と戦った古戦場などを散策。昼は京王プラザホテル多摩「樹林」。歩8km 定：10名 参：6000円(当日) 食含
121 紅葉の天覧山、 能仁寺、飯能河 原、清河園 11月4日(金) 10:00集合～15:00	西武池袋線 「飯能駅」 改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	ハイキングコース天覧山→観音寺→能仁寺（日本庭園100選の庭園見学）→飯能河原散策。当日は天覧山コース3km、楽な能仁寺コース2km、どちらかを選択できます。ランチは清河園。 定：12名 参：4700円(当日) 食拝含
122 掘出し物一杯！ 益子陶器市とSL もおか号の旅 11月5日(土) 7:45集合～19:00	JR「東京駅」 丸の内南口改札 (JASS旗目印) ☎080-1126-1173 企：藪中博文	【焼き物好きのパラダイス益子陶器市にSLに乗って】民藝運動で柳宗悦や浜田庄司がその「用の美」を絶賛した焼き物を求めて、益子陶器市へSLもおか号に乗って旅をします。ランチは、窯元直営のレストランで、益子焼の逸品に盛られた料理をいただきます。 定：10名 参：11300円 食交含
123 鎌倉殿13人末裔 小野田氏の店で 食事、講話、散策 11月5日(土) 10:45集合～15:00	JR横須賀線 「北鎌倉駅」 西口改札口 ☎090-2625-2443 企：榎卓	北鎌倉駅から散策後、鎌倉殿の13人の末裔の小野田氏の店（伊左衛門カフェ、小野田家の世襲の名前）で当主の小野田康成氏より講話を聞いて食事。食事後小野田氏の案内で近所の台峰を散策、小野田氏の先祖の話聞く。散策は小野田氏の史跡巡り（江戸時代以降を中心に）。 定：18名 参：4000円 食入含
124 岩井邦子ガイド ◇江戸の伊勢参 りと増上寺参詣 11月5日(土) 12:28集合～15:45	JR山手線・京浜東 北線 「浜松町駅」 北口改札 ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	江戸の「お伊勢さん」と人気の芝神明は盛り場としても有名だった。増上寺は徳川将軍家の菩提寺で、広大な寺地には120の堂宇が並んだ。重文の三解脱門など建物と寺の歴史を案内。将軍家墓所と宝物展示室に入館(1000円込)。「御成門駅」解散。歩3km★11月6日に同イベントあり 定：15名 参：2800円 入含
125 日本スリーデー マーチ最終日都 幾川ルート20km 11月6日(日) 7:30集合～16:30	東武東上線 「東松山駅」 改札口 (JASS旗目印) ☎080-1126-1173 企：藪中博文	【上級：都幾川・千年谷公園ルート20kmコース】健脚向けです。岩殿観音参詣や東京電機大学の学祭にも参加します。完歩後は、東松山名物ヤキトンでのビールがたまりません。最終日の、世界中からの参加者による市内行進は感動的です。湯呑み携行要。弁当・飲み物各自。 定：10名 参：2600円 入含
126 岩井邦子ガイド ◇江戸の伊勢参 りと増上寺参詣 11月6日(日) 12:28集合～15:45	JR山手線・京浜東 北線 「浜松町駅」 北口改札 ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	江戸の「お伊勢さん」と人気の芝神明は盛り場としても有名だった。増上寺は徳川将軍家の菩提寺で、広大な寺地には120の堂宇が並んだ。重文の三解脱門など建物と寺の歴史を案内。将軍家墓所と宝物展示室に入館(1000円込)。「御成門駅」解散。歩3km 11月5日にも実施。 定：15名 参：2800円 入含
127 小林先生と歩く 「鎌倉の名刹円 覚寺」 11月7日(月) 10:30集合～13:00	JR横須賀線 「鎌倉駅」 西口改札 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 鎌倉幕府の執権北条時宗が開いた古刹円覚寺は、国宝の舍利殿や梵鐘、文化財建築の堂宇や仏像など数多くの見どころがあります。当日連絡先☎090-8689-3211 定：20名 参：2500円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
128	赤プリクラシックハウス会食と赤坂迎賓館見学 11月7日(月) 11:00集合～16:00	メトロ銀座線・丸ノ内線「赤坂見附駅」赤坂見附方面改札(出口10方面) ☎090-4671-7076 企：田林義介	赤坂プリンスホテルクラシックハウスは90余年の歴史を誇る有形文化財で、2016年に新装開業した。緑に囲まれた空間でフレンチのコースを賞味後、迎賓館赤坂離宮本館・主庭園見学。意外に行かれていない方が多い。参観料金1500円は当日徴収。歩1.5km 定：20名 参：6000円(当日) 食含
129	香りを楽しむ手づくりお香教室 11月8日(火) 10:15集合～12:15	ラスカ文化教室（JR平塚駅直結、ラスカ平塚6階） ☎090-1423-5007 企：相馬敬	ご自分だけのオリジナルを  手づくりお香教室 平安時代より受け継がれる癒しのお香。沈香、白檀、龍脳などの天然香材をブレンドし、自分だけのオリジナルお香を作ります。今回は「練香・薫物」づくりです。教材費含 定：6名 参：3500円(当日)
130	銀座老舗料亭『金田中庵』霜月の昼会席 11月8日(火) 11:30集合～14:00	金田中庵(並木通り資生堂ビル向かい、銀座7-6-16銀座金田中ビル2階) ☎090-8983-0898 企：山本保	 銀座の老舗料亭「金田中庵」。目の前で板さんが旬の食材を調理する姿を見ながら、通好みの繊細な出汁を活かした霜月の昼会席(鯛茶づけ付き)を堪能しましょう！ 定：10名 参：6000円 食含
131	11月歌舞伎公演 11月8日(火) 12:00集合～15:00	国立劇場大劇場 P56の地図参照 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 11月歌舞伎公演 演目未定のため決まり次第お知らせ。感染防止対策万全で観劇いただけます。【一等席/食事付】(チケット事前郵送・配送手数料込)★9/6申込締切・申込時から取消不可 定：20名 参：14000円
132	相続セミナー： J 家族が困らない 相続事前対策を 11月8日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館(上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 相続 遺言書・遺留分・贈与・財産評価・生命保険、お気軽にご相談ください。 遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
133	麻雀老化防止（右脳と指運動） 11月8日(火) 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新橋店（港区新橋1-17-8、TKK新橋ビル4階） ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者(男女を問わず)もベテランも仲良く楽しみましょう。 麻雀クリスタル新橋店☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含
134	他人事でないウクライナ危機・中国はどう動く J 11月8日(火) 13:30集合～15:30	参議院議員会館 1階ロビー（メトロ永田町駅1番出口から200m） ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	今年は、ロシアのウクライナ侵攻が勃発。地域覇権を目指す中国の「ハイブリッド戦争」とは？実は日本は安全保障上きわめて脆弱な国。日本の安全保障のあり方を講演。講師は、元航空自衛隊支援団・空将の永岩俊道氏。 定：30名 参：2500円
135	知っ得講座： J 公的介護保険の活用方法とは？ 11月8日(火) 14:00集合～16:00	三州郷土館2F P57の地図参照 ☎090-4626-4590 企：北健二	「公的介護保険って制度が複雑すぎてよく分からない」や「この保険はどんな時にどの様に使うの？」といった疑問に対して、ケアマネジャーの視点で分かりやすく説明します。いざという時に備えて理解を深めておけば安心です。講師は介護業界に詳しい中山国土様です。 定：20名 参：2500円(当日)

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
136 ヴァイオリンの調べと極上フレンチ 11月9日(水) 10:30集合～14:00	東京芸術劇場（池袋） 参加者に詳細郵送 ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	NHK交響楽団のコンサートマスターを務めたヴァイオリニスト堺正文氏の演奏を鑑賞。昼食はメトロポリタンホテル最上階「キュージーン エスト」で、優雅にフレンチを。 ★9月1日より取消不可 定：7名 参：11000円 食入含
137 【オシャレ塾】小物で楽しむコサージュ作り 11月9日(水) 10:00集合～12:00	アーツ千代田3331（メトロ銀座線末広町駅4番出口徒歩2分） ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 生花と見間違えるほど美しいアーティフィシャルフラワー（造花）を使ったコサージュは、様々な場面で使える万能なオシャレアイテムになること間違いなしです。 定：5名 参：4500円(当日)
138 身近な虫たちの驚異の世界（10）  11月9日(水) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イ케ビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 昆虫は地球上で最も繁栄している史上最強の生物とも言われる。実はあなたの身の回りに知られざる驚異の世界が広がっている。昆虫たちの生態の知的冒険の博物誌。 定：10名 参：2000円(当日)
139 大岡越前の生涯を歩く（赤坂から芝大門まで） 11月10日(木) 10:00集合～15:00	メトロ銀座線・南北線「溜池山王駅」出口7地上 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	大岡越前守忠相が豊川稲荷から吒呎尼天（だきにてん）を勧請し、屋敷稲荷として自邸で祀ったのを由来とする豊川稲荷東京別院、大岡が裁いた白子屋お熊の墓がある常照院など巡ります。その他、日枝神社、芝大神宮も立ち寄る。昼は中華予定。歩5km 定：10名 参：7300円 食含
140 「趣味講座」篠笛（横笛）体験教室 11月10日(木) 10:30集合～12:00	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 今からでも！趣味の1つに「指を使う」「音符を見る」でボケ防止に最適！練習曲は歌謡曲やポップスなど馴染みの曲。＜初心者歓迎！初めての方専用笛用意＞ 定：7名 参：1500円(当日)
141 歌妖曲～中川大志之丞変化～ 11月10日(木) 17:30集合～21:30	明治座（メロ日比谷線・都営浅草線人形町駅、都営新宿線浜町駅下車） ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	中川大志が昭和歌謡版リチャード三世で初座長に臨む！出演：中川大志、松井玲奈、福本雄樹、浅利陽介、中村中、山内圭哉、池田成志、ほか。 定：10名 参：13500円 食入含
142 熱海来宮神社参拝・温泉街散策・ランチと遊覧船 11月11日(金) 10:15集合～15:00	JR伊東線「来宮駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 熱海温泉街散歩 ナギサ洋食ランチ （遊覧船で海から熱海） 来宮神社参拝。熱海温泉街散策。1947年創業カフェレストラン「ナギサ」でランチ。食後は遊覧船で海から熱海の街を望む充実の1日です（荒天時遊覧船中止、乗船代含）。3名以上で開催。 定：15名 参：4500円(当日) 食入含
143 【百年食堂】湯島天神菊祭りと天庄 11月11日(金) 10:30集合～14:30	JR中央・総武線、中央線快速「御茶ノ水駅」聖橋口改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 【東京百年食堂】 冬の訪れの前の最後の華やぎの菊を見に行きましょう。湯島の天神さんは都内屈指の菊祭りです。お昼は明治42年創業の天庄でおいしい天婦羅です。歩2km弱 定：10名 参：7400円 食含

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
144	東京旧35区境界 探訪9江東区／ 深川区&城東区 11月11日(金) 12:28集合～15:00	メトロ東西線「東陽町駅」1番エレベーター地上出口（門前仲町方） ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	1932年東京市35区が成立。戦後統合が行われ1947年東京都の23特別区が誕生した。江東区を形成した深川区と城東区の区境を探索。東陽町駅から汐浜運河。砂町境を北上、横十間川親水公園から河畔遊歩道を経て堅川（首都高速7号線）まで水辺散歩。「錦糸町駅」解散。歩4.7km 定：20名 参：1600円
145	日光街道ウォーク 越ヶ谷から 11月12日(土) 10:00集合～13:00	JR武蔵野線「南越谷駅」北口 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	越ヶ谷宿の本陣、脇本陣の跡を眺め、香取神社、大林寺を参拝して、東武スカイツリーラインせんげん台駅で解散。歩約7km。小雨決行。雨具、飲み物をご持参ください。 定：20名 参：2300円(当日)
146	山種美術館 没後80年記念 竹内栖鳳2回目 11月12日(土) 11:00集合～13:00	山種美術館（恵比寿駅から都バス日赤医療センター前行、広尾高校前下車） ☎080-3356-0419 企：執行雪江	 円山・四条派の伝統を引き継ぎながら、独自の画風を確立した竹内栖鳳。重要文化財「班猫」等。 定：5名 参：3900円 食入含
147	鹿児島ツアー： 指宿温泉・知覧 特攻平和会館 11月13日(日) ～11月14日(月) 1泊2日 9:00集合～18:00	羽田空港 第1ターミナル JAL645便鹿児島行 出発カウンター前 ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	知覧特攻平和会館では、隊員千人の遺影、数千点の遺言手紙をたっぷり見学します。武家屋敷・山川港も見学。宿泊は砂風呂の「指宿白水館」、付属の「薩摩伝承館」の美術品は見ものです。移動はJR特急「指宿のたまて箱」。2日目は大久保・西郷生い立ちの地・島津別邸「仙巖園」。 定：7名 参：182000円 食交入拝含
148	ローカル線グルメリバイ バル～大洗あん こう祭り 11月13日(日) 10:00集合～19:10	JR「上野駅」 中央改札出てみどりの窓口・翼の像付近 ☎090-4439-7159 企：守屋俊彦	ローカル線グルメリバイバル。大人気のあんこう祭り開催の大洗へ！あんこう吊るし切りのパフォーマンスをはじめ、町内がお祭り騒ぎ。ひたちなか海浜鉄道や鹿島臨海鉄道も堪能。 定：10名 参：17200円 食交含
149	かわいい小鳥を もっと知ろう (秋) 11月13日(日) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 身近ではあっても実はよく知らない野鳥の暮らし。与えられた環境の中でけなげに生きています。スクリーンを見ながら日本野鳥の会埼玉の講師の方に解説を。 定：10名 参：2000円(当日)
150	「1日丸ごとイ ベントデー」 個別もあるよ！ 11月14日(月) 11:00集合～16:00	地下鉄 「青山一丁目駅」 出口4 (赤坂郵便局前) ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	どうせ出かけるなら1日を有意義に！JASSイベントで楽しく過ごしましょう。知らないを知って！美味しいランチもいただき午後のひと時「アフタヌーンコンサート」でゆっくりと。まとめてコースです。「散歩とランチコース」や「ランチとコンサート」もあります。共同企画 定：10名 参：7800円(当日) 食含
151	「青山通りをお 散歩」特製松花 堂弁当でランチ 11月14日(月) 11:00集合～14:00	地下鉄 「青山一丁目駅」 出口4 (赤坂郵便局前) ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	青山通りをのんびりと。伝統工芸青山スクエアではお買い物もOK。カナダ大使館前→高橋是清翁記念公園→草月会館→ドイツ文化会館→カンボジア大使館前。終点のホテルアジア会館では特製松花堂弁当をご一緒に（一般客の後での食事です）。共同企画～高柳、北村、高橋 定：10名 参：6000円(当日) 食含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
152 「重慶飯店本館」 のJASS特別料理 秋メニュー 11月14日(月) 12:30集合～14:00	重慶飯店本館（横 浜中華街パーキン グ向かい金と赤の 7階建てビル） ☎090-6318-0374 企：中山賢治	四川料理の老舗、2018年10月にグランドオープンした 「重慶飯店本館」の5階宴会場をゆったりと利用。中国 内陸部の激しい気候風土から生まれた様々な香辛料を豊 富に使った本格四川料理を味わい中国四川省の秋を感じ ましょう。 定：20名 参：6800円(当日) 食含
453 坂井洋一氏によ る日本古代史の 流れ2回目 中止	NO.240で開催 企：北村龍児	言語学者及び音楽家坂井洋一氏による時代背景を音楽を 交えて説明するセミナー。更に上皇后様もお聞きに なったあわの歌も説明します。日本古来のホツマツタエ やホツマ文字も説明する独特なセミナーです。
154 「万葉ライブコンサ ート」 [J] 演奏会とランチ 11月14日(月) 13:30集合～16:00	ホテルアジア会館 (地下鉄青山一丁 目駅から徒歩5分) 地図送付します ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	青山アジア会館「松花堂弁当」をゆっくりとお楽しみい ただき引続き会館内「ライブコンサート」で悠久のひと 時を過ごします。＜万葉集＞の美しい詩歌より「古代史 研究家坂井洋一氏」と「ヴァイオリン演奏者柏原悠氏」 が素敵なメロディで皆様を魅了します。共同企画 定：12名 参：7600円(当日) 食含
155 植物は時間を 知っている [J] 11月14日(月) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビ ズ）としま産業振 興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 ちなみにハエトリグサはハエなど の2回の刺激がないと葉が閉じま せん。それも20秒以上間隔をあけ るとダメなのです。どうやって時 間を計っているのでしょうか？ 定：10名 参：2000円(当日)
156 背骨の歪みを整 えて諦めていた 痛みを改善！ 11月15日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場 (府中市是政4-2-1 是政駅徒歩4分 ☎042-201-5200) ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体 を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、 坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症 等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨 折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長タオル持参。 定：10名 参：2000円(当日)
157 白金の秋をご一 緒に！庭園と美 術館と伊ランチ 11月15日(火) 10:30集合～15:00	JR山手線 「目黒駅」 中央改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 【白金の秋を一緒に】 東京都庭園美術館 国立科学博物館附属 自然教育園 旧皇族朝香宮が昭和8年に建てた アールデコ調邸宅が美術館に。庭 園も堪能します。隣の自然教育園 は白金台に6万坪の深い森になっ ています。お昼は伊料理。歩2km 定：10名 参：6600円 食入含
158 佐藤伊智郎氏が 選ぶ画廊巡りと ランチ 11月15日(火) 10:45集合～15:30	JR「有楽町駅」 銀座口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	画廊との折衝は全て佐藤氏が直接行い、同じコンセプト の画廊は選びません。彼が説明したり画廊の職員が説明 します。ランチはリーズナブルで美味しいと評判のお店 を選択。 定：10名 参：5500円 食含
159 参議院議員会館 で昼食後、国立 演芸場で寄席 11月15日(火) 11:15集合～15:30	参議院議員会館 1階ロビー（メト ロ永田町駅1番出 口から200m） ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	参議院会館で各自、自由昼食後、国立演芸場で寄席。 「笑って長生き」「笑いと免疫・自然治癒力」に期待し ましょう。前座は12時45分開始。参議院議員会館から国 立演芸場までの移動は、徒歩5分。 定：10名 参：3000円 入含

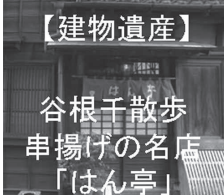
NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
160 国立演芸場寄席 11月15日(火) 12:20集合～15:30	国立演芸場 (メトロ永田町駅 4番出口歩5分) P56の地図参照 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	「笑いと免疫・自然治癒力」「笑って長生き」等笑いの効用に関する本は多い。寄席を楽しみましょう。新型コロナウイルス感染症対策でロビーでの食事は禁止。12時45分から前座開始です 定：10名 参：3000円 入含
161 美と健康： ファンケル銀座 スクエア店見学 11月16日(水) 10:00集合～13:30	ファンケル銀座スクエアビル1F (ビルは銀座4丁目交差点すぐ) ☎090-4626-4590 企：北健二	健康食品でお馴染みのファンケルの旗艦店へ行きませんか？開店前でお客さんのいない時間帯に血管年齢・野菜不足チェックなど楽しみながら出来る体験が盛り沢山です。身体に良い評判のランチは地下で頂きます。 定：10名 参：4000円(当日) 食含
162 アートおりがみ 講座 11月16日(水) 10:00集合～12:00	健康生きがい開発財団 会議室 (メトロ丸ノ内線茗荷谷駅歩5分) ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 指先を使って脳も心もイキイキ活性化！毎回さまざまなアプローチで“旬な”折り紙を楽しむ講座。初心者からどうぞ！ (持ち物：ハサミ、のり) 定：10名 参：2200円
163 わかりやすい 透明水彩入門 (人物画2) 11月16日(水) 11:00集合～13:00	ロイヤルアートスクール (銀座8-4-9奥山ビル2F、リクルートGINZA8ビル隣、ローソンの上) ☎080-7851-0968 企：奥谷幸裕	絵が苦手な人も大丈夫。今期は人物画の基本技術。水彩で人物を描く上で必要な鉛筆によるスケッチ技術、人物の肌や髪の毛の彩色に欠かせない伝統的な混色技術とタッチを、講師のデモンストレーションを通じて学ぶ2回目。手ぶらで参加OK。講師は斎藤裕之先生。 定：18名 参：3000円
164 イラン大使館訪問・参事官講話とイラン料理 11月17日(木) 9:30集合～14:00	メトロ南北線「白金高輪駅」4番出口地上 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	未知の国イランの大使館を訪問してイラン国内の映像を見て参事官との質疑応答後、東中野に移動してイラン家庭料理を堪能。 定：20名 参：5500円(当日) 食含
165 東海道 裏通り 散策(大井町から大森迄) 11月17日(木) 10:00集合～14:30	JR京浜東北線「大井町駅」改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	旧東海道に平行して裏道がある。往時、隠密や忍者が通った道(かつて川)。大井三又地蔵を起点に東福寺、涙橋、鈴ヶ森を経て大森迄歩く。昼は大森の鰻屋。歩6km 定：10名 参：7500円(当日) 食含
166 大磯旧吉田茂邸 見学と懐石料理 松月でランチ 11月17日(木) 10:00集合～15:00	JR東海道本線「大磯駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 旧吉田茂邸見学 屋敷懐石料理松月 湘南大磯、旧吉田茂邸を見学。散策後、井上蒲鉾店や和菓子の新杵などでお買い物。ランチは懐石料理松月で。歩2km 交別 4名以上で開催。 定：10名 参：7000円(当日) 食入含
167 「レイキ」で 気分爽快 11月17日(木) 10:15集合～11:45	かながわ県民センター306会議室 (鶴屋町2-24-2、横浜駅西口徒歩5分) ☎090-8315-6688 企：中野司	 趣味のレイキ 気功など気の技術の内、最もやさしいレイキを使って気分爽快になりましょう。部屋の浄化もできます。2人以上で実施します。講師はレイキマスター中野司。 定：5名 参：3000円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
168	アンテナショップ 巡り 有楽町 11月17日(木) 10:30集合～13:00	JR「有楽町駅」 中央口改札 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	有楽町駅を出て石川、山形、広島、茨城、沖縄各県の ショップを巡り土佐の高知のお店でランチを楽しみます。 続いて東京交通会館内の北海道、和歌山、富山、秋 田各県のショップを巡り、JR有楽町駅前で解散。小雨決 行。マイバッグ持参。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
169	今のうちに行っ てみる！街角の 「喫茶店」 11月17日(木) 10:45集合～12:30	JR中央・総武線、 京王井の頭線 「吉祥寺駅」 中央改札 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 今！見直されているそれぞれの街 に息づく店で、本格的なコーヒ ーや紅茶に寛ぎの時をお楽しみくだ さい。おすすめのセットをご用意 しました。 定：5名 参：3000円(当日)
170	シニア世代のた めのメイク教室 11月17日(木) 11:00集合～12:30	JR埼京線 「板橋駅」 改札 ☎080-3356-0419 企：執行雪江	老化したお肌の正しいスキンケアの方法、石油製品では ない（オイルフリー）化粧品の選び方、体験メイクのご 用意も有ります。講師：太田真知子先生 定：5名 参：1900円
171	多摩散歩 相原・七国峠の 古道を巡る 11月17日(木) 13:00集合～16:30	JR横浜線 「相原駅」 改札口 (JASSの旗) ☎090-1799-9805 企：榊原満彦	多摩地区の豊かな自然がある相原地区。相原駅近くには 鎌倉古道があり、古の山道の雰囲気味わえる。相原中 央公園は谷戸の地形を生かした公園。七国峠、出羽三山 供養塔が歴史を語る。駅に戻り歓談後解散。雨で中止し た春号イベントNo.174の再催行。 定：15名 参：2200円 食含
172	ギリシャ神話・ J オウィディウス の変身物語 11月17日(木) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビ ズ）としま産業振 興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 ナルキッソスは泉に映った己が姿 に恋して水仙となり、それを悲し んで妖精エコーは木霊になった。 西洋絵画を鑑賞しながら文星芸術 大学の先生とご一緒に。 定：10名 参：2000円(当日)
173	呑兵衛遺産ゆら ～り「居酒屋」 飲み日和 11月17日(木) 16:15集合～18:30	JR中央・総武線、 京王井の頭線 「吉祥寺駅」 中央改札 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 赤提灯に明かりが灯れば。楽しく、 美味しく、わいわい仲間と飲む酒 にうまい肴とくれば気分も最高。 例によって三原則「飲み代割り勘、 解散時間厳守、二次会無し」 定：8名 参：1500円(当日)
174	歌妖曲～中川大 志之変化～ 11月17日(木) 17:30集合～21:30	明治座(メロ日比谷 線・都営浅草線人 形町駅、都営新宿 線浜町駅下車) ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	中川大志が昭和歌謡版リチャード三世で初座長に臨む！ 出演：中川大志、松井玲奈、福本雄樹、浅利陽介、中村 中、山内圭哉、池田成志、ほか。 定：10名 参：13500円 食入含
175	紅葉の戸塚安行 赤山城跡、小林 園、弥満寿司店 11月18日(金) 10:00集合～15:00	埼玉高速鉄道 「戸塚安行駅」 改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	西福寺（三重塔）→赤山城跡（一万石の大名の居城）→ 金剛寺（安行苗木開発の祖、吉田権之丞墓）→弥満寿司 →小林もみじ園→興禅院→「花と緑の振興センター」バ ス停前解散。歩4km 定：11名 参：3200円(当日) 食含

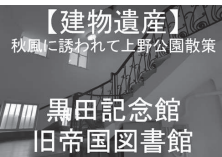
NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
176	護国寺桂昌院の 天然琥珀如意輪 観世音菩薩 11月18日(金) 10:00集合～14:00	メトロ有楽町線 「護国寺駅」 護国寺方面改札 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	1681年、五代将軍徳川綱吉が生母桂昌院の発願により建立、桂昌院念持仏を本尊とした。近江三井寺より移築された月光殿（重文）は桃山期の建物。多数の文化財、有名人の墓も多い。秘仏本尊公開に合わせて。食事は中華「豊栄酒家」を予定。 定：11名 参：4000円(当日) 食含
177	【建物遺産】 旧前田家本邸の 和館洋館とフレンチ 11月18日(金) 10:30集合～15:00	京王井の頭線 「駒場東大前駅」 西口改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	【建物遺産】 前田侯爵邸 和館・洋館見学 東大駒場内 ランチコース 16代目前田侯爵が昭和初年に建てた1万坪の邸宅を見学。東大駒場キャンパスでは旧制一高時代の遺構を見学。ランチは本格フレンチのランチコースを。歩2km 定：10名 参：5000円 食入含
178	広重浮世絵散歩 7富士・不二三 十六景+北斎V 11月18日(金) 12:28集合～15:30	メトロ半蔵門線 「水天宮前駅」 改札口(東京シティエ ターミナル方面) ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	広重「富士三十六景」「不二三十六景」に北斎「富嶽三十六景」を加え江戸の富士40景を訪ねる5回目。永代橋佃島深川万年橋五百羅漢寺と回り、キネ川は京成四ツ木駅構内から。6景を現地で。途中バス1、東武京成マイ乗り各1、交別歩4.4km(案内は東京シティガイド&国際浮世絵学会員) 定：15名 参：1600円
179	水上バスの旅 両国 葛西臨海公園 11月19日(土) 8:30集合～15:00	JR総武線 「両国駅」 西口改札 ☎090-5767-9711 企：島田博	水上バスは両国から隅田川を下り、晴海埠頭を経て葛西臨海公園へ。上陸後ホテルで昼食。その後、日本有数の高さを誇る大観覧車での大展望。東京湾荒波の時は中止。交通費1000円は自己負担。 定：20名 参：7500円(当日) 食含
180	予約のとれない 創作和食 「賛否両論」へ 11月19日(土) 11:20集合～14:00	メトロ日比谷線 「広尾駅」1番出 口地上、三菱UFJ銀 行前(JASS旗目印) ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	 フジTV「ノン・ストップ」火曜レギュラー笠原将弘氏の、アイデア満載の創作和食コース。ランチは土曜のみの実施。行きは広尾駅からタクシー分乗。 定：10名 参：10000円(当日) 食交含
181	今日でわかる！ 終活・生前対策 の全体像 11月19日(土) 12:50集合～14:30	自由が丘住区センター 会議室(目黒区自由が丘1-24-12、自由が丘駅歩4分) ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	 終活・生前対策・相続のお話は十人十色！各ご家庭で最適な方法は異なります。司法書士・行政書士が全体像を分かりやすく説明。無料相談も承ります(要予約)。 定：15名 参：1500円(当日)
182	最新地質時代・ 人新世の地平線 を眺める 11月19日(土) 14:00集合～17:00	IKE・Biz(イケビズ)としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 気候変動、自然破壊、廃棄物の増大など、人類は負の遺産として新たな地層を残す事になるらしい。その地層の上で人類は果たして存在し続ける事が出来るのか？ 定：10名 参：2000円(当日)
183	ロシアの歌を ロシア語で歌おう！ 11月20日(日) 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 ウクライナ民謡の「小さなグミの木」と、陽気な「1週間」をロシア女性の解説で学び、ピアノ伴奏で歌ってみませんか。とても気持ちいですよ。 定：10名 参：2000円(当日)

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
184	大山街道ウォーク 渋谷から 11月21日(月) 10:00集合～13:00	JR「渋谷駅」 ハチ公像前 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	四谷から二子玉川、伊勢原、松田を経て足柄峠を超え沼津に至る矢倉沢往還は東海道の脇往還として機能した。大山街道はその一部である。今月は渋谷道玄坂、大坂を上り上目黒水川神社、池尻稲荷神社に参拝し三軒茶屋を経て駒沢大学駅で解散。小雨決行。雨具・お茶持参。歩約6km 定：30名 参：2100円(当日)
185	芸術家佐藤伊智郎氏の新感覚川越観光とランチ 11月21日(月) 10:30集合～15:30	東武東上線・JR川越線「川越駅」川越駅観光案内所前（東武線改札口横） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	川越出身で芸術家佐藤伊智郎氏による新感覚の川越観光と美味しいランチを堪能。 定：10名 参：5800円(当日) 食含
186	航海秘話 J マゼランの正体 反乱と処刑 11月22日(火) 10:30集合～12:30	公益社明大前会館 P56の地図参照 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	マゼランは「初の世界一周」というイメージが強すぎて他の部分が忘れられている。今回は3つの顔を中心に知らない世界史の裏側を講演。講師はロシア語・英語の通訳として農林水産省の漁業取締船に10年乗船した中村孝氏。 定：25名 参：2500円
187	【萬珍樓本店】の JASS 秋の 特別 コース料理 11月22日(火) 12:30集合～14:30	横浜中華街「萬珍樓本店」（中華街大通り、善隣門から4軒目） ☎090-8315-6688 企：中野司	 明治25年創業の「萬珍樓本店」は品質の良い食材を使っており、どなたのお口にも合うと評判です。秋に溢れる中華街でJass特別コース料理をお楽しみください。 横浜中華街 定：26名 参：6800円 食含
188	三島へ遠足 散策と 名物のうなぎ 11月24日(木) 8:40集合～18:00	JR「東京駅」 （参加者にマップ 送付） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	行きは新幹線、帰りはJRと小田急線でゆっくりと。三島の楽寿園は約1万2千年前に富士山が噴火した時に流れ出た溶岩流の痕跡を残す公園。ごん汰さんの案内で晩秋の草花も観賞。ランチは三島名物、鰻の名店「すみの坊」で特上を頂きます。食後はお隣の三嶋大社にもご挨拶。 定：7名 参：22000円 食入含
189	妻沼聖天山拝観と中山道熊谷宿 そば処木村屋 11月24日(木) 10:00集合～15:00	JR上野東京ライン・高崎線「熊谷駅」改札口 ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	国宝妻沼聖天山本殿拝観→そば処木村屋→熊谷宿八木橋→熊谷寺→本陣跡→石上神社→星川→熊谷駅。（利用電車用参考：上野発8:31発快速アーバン→熊谷着9:29）交各自 歩2km 定：11名 参：3300円 食含
190	熱海で香りを楽しむ手づくりお香教室 11月24日(木) 10:00集合～12:00	熱海マリンスクエアcafé（熱海市渚町7-5、エムズ熱海ビル1階） ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 ご自分だけのオリジナルを 手づくり お香教室 クリスマスに向け香りのギフト「オレンジボマnder」づくりです。オレンジに丁子を差し込み、桂皮(シナモン)などの香りを重ねます。良い香りに包まれます。教材費含。 定：6名 参：3500円(当日)
191	【横浜散策】明治の運河掘割川プロの案内 11月24日(木) 10:00集合～12:00	横浜市営地下鉄ブルーライン「吉野町駅」改札口 ☎090-8315-6688 企：中野司	 横浜散策 大岡川分岐点～掘割川～弘誓院～宝積寺～旧柳下邸～JR根岸駅。講師は横浜市ボランティアガイド協会理事斉藤秋造氏。歩約3km 定：10名 参：2000円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
192	世界平和への道 「J」 ダライ・ラマ が目指すもの 11月24日(木) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 インドに亡命し、世界平和活動とチベット人民の自由な信仰を訴えるダライ・ラマの活動を紹介し、思想・信条の違いを乗り越えた平和への道を考える。 定：25名 参：2000円
193	仙骨コンディショニング 体操で身体の不調改善 11月25日(金) 9:50集合～11:30	八王子クリエイティブ ホール（JR八王子 駅徒歩3分）☎042- 648-2231） ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	仙骨の歪みを整えて腰痛・肩凝り・膝の痛み等様々な身体の不調を改善する為のプログラム。1 固くなった関節をゆるめる体操 2 正しい位置に整える矯正 3 歪まないように支える筋肉をつける筋トレ の3つの簡単な運動で今迄良くならなかった不調解決を目指しましょう！ 定：20名 参：2000円(当日)
194	東京国立博物館 創立150年記念 展と紅葉の庭園 11月25日(金) 10:00集合～14:00	東京国立博物館 正門前 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	1872年の湯島聖堂博覧会に始まる東博。記念事業として特別展「国宝 東京国立博物館のすべて」を開催。国宝89件を含む名品を通して当博物館の全貌を紹介。庭園は、かつてあった国の動植物の研究部門「天産部」の名残、珍しい草木も多い。食事は「ゆりの木」の予定。 定：10名 参：7500円(当日) 食入含
195	【日本の巨樹】 秩父西善寺樹齢 六百年の紅葉 11月25日(金) 10:30集合～14:00	西武秩父線 「横瀬駅」 改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 樹齢六百年の巨樹、外周56mの大紅葉が真っ赤に染まります。神に近いような木を見に行きましょう。駅から徒歩25分。食事は各自（横瀬駅に食堂あり）。 定：10名 参：1800円
196	鰻！食べ歩き： 「渋谷松川」渋谷 東急プラザ店 11月25日(金) 11:00集合～13:10	渋谷東急プラザ「渋谷松川」(FUKURAS6 階、道玄坂1-2-3、 渋谷駅西口より) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 冬号で好評だった、鰻！食べ歩きシリーズの再開、個室椅子席。渋谷駅前が本店の東急プラザ内支店。JASS会員の皆様でお喋りしながら鰻を堪能しましょう！ 定：7名 参：7700円(当日) 食含
197	藤沢周平の江戸 を歩く「霜の朝」 1 11月25日(金) 12:28集合～15:30	メトロ日比谷線 「八丁堀駅」A3エ レベーター地上出 口（鍛冶橋通り） ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	藤沢作品の登場人物の動きを江戸東京重ね地図から追体験する。「密告」八丁堀に住む小録の定回り同心、加佐登孫十郎。投文があり、一石橋に出向き何者かに襲撃される。岡っ引伊勢蔵が営む浅草三間町の小料理屋を出、鳥越橋に掛ると。「蔵前駅」解散歩6.2km地下鉄移動 交別 定：15名 参：1600円
198	NP0万華鏡セラ ピー協会会長に よる認知症防止 11月25日(金) 13:00集合～15:30	JR中央・総武線 「飯田橋駅」 東口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	NP0法人万華鏡セラピー協会島崎会長が万華鏡を使って認知症防止対策を説明します。ランチ付き。 定：20名 参：5500円(当日) 食含
199	「古代の謎を探 る」極楽浄土を 求めて 「J」 11月25日(金) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビ ズ）としま産業振 興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 茜さす雲間に日輪が没する彼方、阿弥陀仏が住む幸せに満ちた仏国土が有るという。そこはまた六道輪廻の苦界から離れ、死後に赴くべき往生の地であった。 定：10名 参：2000円(当日)

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
200	紅葉の薬王寺と 懐石料亭 「井中居」 11月26日(土) 9:25集合～13:00	JR青梅線 「小作駅」改札 (10:34バス乗車、 Suica用意) ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	紅葉の薬王寺を訪ねる。紅葉が美しい簡素な寺。晴れた日には奥多摩の山々が美しく見えます。境内に「四国八十八ヶ所霊場お砂踏み道」があります。昼は「かいせき・しつらえ井中居」で懇親。 定：12名 参：13000円(当日) 食含
201	米田先生と鶴見 川ウォーキング 海を目指して 11月26日(土) 10:00集合～12:30	JR京浜東北線 「鶴見駅」 東口改札 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	米田先生と鶴見川ウォーキングの番外編として、鶴見駅から鶴見線の国道駅、鶴見小野駅を通り、鶴見川の河口にある「ふれーゆ」まで、京浜工業地帯の臨海部にある海を目指します。帰路はバス。昼で終了。 歩約4km 交各自 定：30名 参：1500円(当日)
202	現役添乗員が語る 日本の防衛力 と世界情勢2 11月26日(土) 12:30集合～15:00	四谷警察署 追分交番前 (地下鉄新宿三丁 目駅B2出口地上) ☎080-4613-7757 企：北村龍児	現役添乗員が訪問した欧米の防衛産業を語り、世界情勢についても語る。ランチ付き。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
203	皇居東御苑ツ アー：江戸城史 跡もご案内 11月26日(土) 13:30集合～18:00	皇居東御苑「大手 門」内(メトロ・都 営大手町駅C13a・ C13b出口3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 皇居東御苑は皇居付属庭園で江戸城史跡です。宮内庁菊葉協会委嘱ガイド12年の長谷川健郎が案内します。夕食は「赤坂飯店」パレスサイドビル店の中華料理、好評です。 定：7名 参：5000円(当日) 食含
204	【半日散歩】 旧江戸城の秋の 東御苑を歩く！ 11月29日(火) 10:00集合～12:30	JR「東京駅」 丸の内北口改札 ☎090-1846-4326 企：鎌田政良	 旧江戸城の東御苑を隅々までご案内します。大手門から入城して松の廊下、大奥など定番スポットから見過ごしがちなポイントも。ゴールは東西線竹橋駅。歩4km 定：15名 参：1600円
205	秋の谷根千散歩 と串揚げの名店 「はん亭」 11月29日(火) 10:30集合～15:00	JR山手線 「日暮里駅」 北改札口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 【建物遺産】 谷中霊園の大銀杏の黄葉を目指します。閑静な寺町や谷中銀座、裏路地などを散歩。へび道も通ります。昼食は木造3階建て大正6年の有形文化財でランチ。歩3km 定：15名 参：6200円 食含
206	<新企画>川崎 市7区巡り2高 津区を再発見！ 11月29日(火) 10:30集合～13:30	東急田園都市線 「二子新地駅」 東口改札口 ☎090-4626-4590 企：北健二	江戸庶民の間に流行した大山詣での大山街道。多摩川を渡る二子の渡しから府中街道と交わる溝口の間には、文豪ゆかりの地や二ヶ領用水などが続きます。真宗寺では、悩みのち晴れの黄金色に輝くお守り大仏を拝みます。ランチは解散後の溝の口駅で各自。小雨決行。歩4km 定：15名 参：2500円(当日)
207	松屋銀座「上野 精養軒」でフレ ンチと飲み放題 11月29日(火) 11:50集合～14:00	上野精養軒 (松屋銀座8階) ☎090-4671-7076 企：田林義介	ビール・ワインなど中年になって量は飲めなくても、話しながらの飲み放題は気分が良いもの。落ち着いた老舗デパート松屋銀座の8階のレストランで、旧交を温めつつ、新しい出会いも楽しみましょう。地方からお出での方、お1人参加のご婦人も多いです。 定：15名 参：6500円(当日) 食含

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
208	麻雀老化防止 （右脳と指運動） 11月29日（火） 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新橋店（港区新橋1-17-8、TKK新橋ビル4階） ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者（男女を問わず）もベテランも仲良く楽しみましょう。 麻雀クリスタル新橋店 ☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含
209	都バスと築地から勝どき・晴海迄散策ともつ煮 11月30日（水） 10:00集合～14:00	JR「東京駅」丸の内南口改札（バス乗車、Suica用意） ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	都バスに乗り築地まで。歩きで勝どき、隅田川を眺め晴海の黎明橋公園迄。比較的楽な道のり。昼食は勝どき前「カフェ・アスガ」で、もつ煮定食を堪能します。歩5km 定：10名 参：4500円（当日） 食含
210	外苑銀杏並木散策とジャマイカ料理 11月30日（水） 10:30集合～14:00	メトロ銀座線・半蔵門線、都営大江戸線「青山一丁目駅」5番出口（EV） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	外苑の銀杏並木が見頃です。散策後、4月オープンした、2つ星レストラン出身の女性シェフのお店「モダンフレンチジャマイカレストランJourney ジャーニー」でジャマイカ料理に舌鼓。 定：10名 参：6000円 食含
211	観能 企画公演 復曲能「弱法師」他 11月30日（水） 12:00集合～16:00	国立能楽堂 正面入口（JASS受付）P56の地図参照 ☎090-1799-9805 企：榊原満彦	国立能楽堂の企画公演。人間国宝大槻文蔵の復曲能「弱法師」、和泉流野村又三郎の狂言「太子手録」を楽しむ。脇正面席座席指定席、弁当付。 ★申し込み9月9日まで、申込時から取消不可 定：8名 参：6900円 食入含
212	みなとみらい散歩と馬車道十番館ランチ 12月1日（木） 10:30集合～14:00	JR根岸線「桜木町駅」南改札口 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	最近みなとみらい地区の変貌が著しい。ガイド案内（ガイド料含む）で汽船道・ハンマーヘッド・神奈川県立歴史博物館等散策。ランチは開港当時の明治の西洋館を再現した馬車道十番館で仏料理。館内には開化期の文明を伝える資料あり。歩3km 定：10名 参：5800円 食含
213	鎌倉長谷・手毬で和菓子作り体験とランチ 12月2日（金） 9:30集合～15:00	江ノ島電鉄「長谷駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 鎌倉創作和菓子手毬。季節に合わせた和菓子作り体験教室です。ランチは人気のカフェ「坂の下」で。食後は長谷寺など自由散策をお楽しみください。3名以上で開催。 定：10名 参：6500円（当日） 食含
214	晩秋の紅葉等々力溪谷散策と五島美術館西行展 12月2日（金） 10:00集合～14:00	東急大井町線「上野毛駅」正面改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	五島美術館特別展「西行 一語り継がれる漂泊の歌詠み」を鑑賞。晩秋の等々力溪谷は樹林に囲まれ素晴らしい景観です。昼食は等々力「OTTO」のイタリアン。歩5km 定：10名 参：8000円（当日） 食入含
215	柿生の里に紅葉の古刹を訪ねて 12月2日（金） 10:00集合～14:00	東急田園都市線「たまプラーザ駅」中央改札口 ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	川崎市麻生区に残った里山に古刹が点在。禅寺丸柿の伝説、紅葉のみごとな仁王門をもつ王禅寺→広大な里山の王禅寺ふるさと公園→花と紅葉の浄慶寺と巡ります。昼食は柿生駅前にあるミシュラン・ビブグルマン評価の「とん鈴」を予定。歩3km 交別 定：11名 参：4800円（当日） 食含

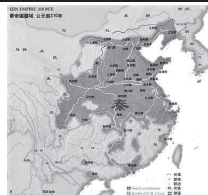
NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
216 【写真撮影】 紅葉の鎌倉の 穴場 12月2日(金) 10:00集合～12:00	JR横須賀線「北鎌倉駅」正面改札口 (円覚寺と反対側の出口) ☎090-8315-6688 企：中野司	 紅葉の時期だけ開門するお寺など穴場に案内します。カメラはスマホも可です。三脚、一脚は使用禁止です。 案内：フォトマスター中野司。 定：10名 参：2000円
217 【建物遺産】上野公園黒田記念館・帝国図書館 12月2日(金) 10:30集合～15:00	JR「上野駅」 3F入谷改札出て パンダ橋口 ☎090-2462-8698 企：森洋人	 【建物遺産】 秋風に誘われて上野公園散策 画家黒田清輝の遺産で建築された昭和3年の建物です。彼の油彩画やデッサンを展示。旧帝国図書館は明治39年の煉瓦造りで、今は国際子ども図書館に。ランチは洋食。 定：10名 参：5000円 食含
218 東京旧35区境界探訪10品川区／荏原区&品川区 12月2日(金) 12:28集合～15:30	東急目黒線 「不動前駅」改札 (メトロ南北線・都営三田線乗入れ) ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	1932年東京市35区が成立。戦後統合が行われ1947年東京都の23特別区が誕生した。35区で唯一吸収合併された旧荏原区(旧平塚村)の境界を探訪する。林試の森付近から小山台、小山、荏原、平塚、戸越、豊町、二葉、中延を取囲むコース。都営・東急「中延駅」解散。歩7.5km 定：20名 参：1600円
219 小林先生と歩く「神楽坂の史跡と路地歩き」 12月5日(月) 10:00集合～13:00	JR中央・総武線 「飯田橋駅」 西口改札 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 石畳の細い路地が続き、黒塀に囲まれた料亭や老舗が立ち並ぶ神楽坂。路地裏を歩きながら、周辺の歴史ある神社や寺院を訪ねます。 当日連絡先☎090-8689-3211 定：20名 参：2500円(当日)
220 八芳園で紅葉狩りと旧公衆衛生院見学 12月5日(月) 10:30集合～14:00	メトロ南北線、都営三田線「白金台駅」日吉坂方面改札(出口2方面) ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	昭和13年築、ゴシック調の外観が見事な旧公衆衛生院(現・港区立郷土歴史館)を見学。5月にバイデン大統領が会食を楽しんだ八芳園は、紅葉が見頃です。スタッフの案内で庭園散策後、スラッシュカフェで創作イタリアンを頂きます。パンのお土産付。 定：10名 参：9000円 食含
221 「楽園」でひと足早い広東家庭料理の忘年会 12月5日(月) 12:30集合～14:00	横浜中華街「楽園」 (中華街大通り善隣門から2軒目) ☎090-6318-0374 企：中山賢治	中華街で70余年、鮮度の高い食材を使った旬の料理が味わえる。気取らない広東の家庭料理を中華街の有名店の社長やシェフたちも食べにくる家族経営のお店。ゆったりと1階を利用して楽しみましょう。 定：20名 参：5900円(当日) 食含
222 ふれあいレクリエーションゲーム 12月5日(月) 14:00集合～17:00	IKE・Biz(イケビズ)としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 体を使った健康的なゲームです。常に人と人とのふれあいが有り、楽しさを分かち合えます。講師はレク・コーディネーターの方。 定：10名 参：2000円(当日)
223 背骨の歪みを整えて諦めていた痛みを改善！ 12月6日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場(府中市是政4-2-1是政駅徒歩4分) ☎042-201-5200 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長お持ち参。 定：10名 参：2000円(当日)

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
224 楽しいウクレレ教室  12月 6日(火) 12月20日(火) 13:00集合～14:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	小さな可愛い4絃の楽器・ウクレレを気楽に弾いてみませんか。楽譜が読めなくても、楽器が初めてでも、音楽を愛するハートがあれば大丈夫。プロの先生が教えます。（参加費は2回分） 定：12名 参：5000円
225 相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を  12月6日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館(上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 遺言書・遺留分・贈与 財産評価・生命保険 お気軽にご相談ください。  遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
226 江戸時代の庶民ののどかで平和な生活に還る  12月6日(火) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 江戸時代後期は21世紀日本と同様人口が増えない低成長社会だったが、人々は大らかに生活を楽しんでいた。人間の幸福は経済成長とはイコールではない。 定：25名 参：2000円
227 紅葉の鎌倉散策 人気店で食事 民家でライブ 12月7日(水) 11:30集合～15:30	JR横須賀線「北鎌倉駅」 西口改札口 ☎090-2625-2443 企：榎卓	紅葉の鎌倉散策(北鎌倉駅から亀ヶ谷切通し)。途中、地元で人気のカレーの店で昼食。鎌倉の民家でギター演奏と透明な歌声の女性ボーカルをお茶菓子をお楽しみしながら聞く。映画音楽、ボサノバはじめ、ジャズのスタンダードナンバー、ユーミンまで幅広く演奏します。 定：20名 参：4000円 食入含
228 鎖国の正体「家康・家光」の正しい選択  12月7日(水) 13:30集合～15:30	三州郷土館 P57の地図参照 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	近年、鎖国はなかったという説や鎖国により経済発展が遅れたという説があるが、家康・家光が鎖国を断行したのは当時の国際情勢に対処した適切な判断。イエズス会と織田信長、宣教師活動見抜いた秀吉、家光の鎖国完成までを講演。講師は近現代史研究の鈴木壮一氏。 定：17名 参：2500円
229 JASSうたおう会 12月「ブランデーグラス♪」  12月7日(水) 14:00集合～16:00	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 今年も最後のうたおう会です。楽しい思い出を心に大きな声で唄いましょう。ピアノ：米田恵子。指導：筒井博史。 定：25名 参：2000円
230 川崎市中央卸売市場「北部市場」見学 12月8日(木) 9:50集合～13:00	東急田園都市線「あざみ野駅」改札口 (9:55バス乗車) ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	川崎市には2つの市場がありますが、こちらの正式名称は「川崎市中央卸売市場北部市場」。敷地面積168千㎡、業務開始1982年7月、卸売業者4社・仲卸業者67社・場内店舗73店、構内に20%の緑地帯を設けています。食事は場内で。交別 定：15名 参：3700円(当日) 食含
231 大磯散策とイタリアンレストランでランチ 12月8日(木) 10:00集合～15:00	JR東海道本線「大磯駅」改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 湘南大磯、旧吉田茂邸を見学。散策後、井上蒲鉾店や和菓子の新杵などで買い物。ランチはピッツァ&イタリアン大磯迎賓館で。3名以上で開催。歩2km バス代別 定：15名 参：6500円(当日) 食入含

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
232	「趣味講座」 篠笛（横笛）体験 教室 12月8日（木） 10:30集合～12:00	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 今からでも！趣味の1つに「指を使う」「音符を見る」でボケ防止に最適！練習曲は歌謡曲やポップスなど馴染みの曲。＜初心者歓迎！初めての方用専用笛用意＞ 定：7名 参：1500円（当日）
233	鎌倉・源頼朝が 建立の永福寺跡 と瑞泉寺を巡る 12月9日（金） 10:00集合～14:00	JR横須賀線 「鎌倉駅」 東口改札口（バス 乗車、Suica用意） ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	源頼朝が奥州征伐の折に訪れた中尊寺、毛越寺を模して建立したという永福寺。1405年炎上。最近の調査で当時の状況が分った。瑞泉寺は鎌倉公方の菩提寺。庭園は夢窓国師作。 定：10名 参：6200円（当日） 食入含
234	日韓共同歴史研 究・古代史・謎 の4～6世紀 12月9日（金） 10:30集合～12:30	公益社大明前会館 P56の地図参照 ☎090-6134-3168 企：大橋宏行	日韓共同歴史研究で、謎の4～6世紀の日韓学者の相違点に関し、他の日韓の研究者の意見も合わせて分析する。韓国人の誤った古代歴史認識・最近発見された半島南部の前方後円墳及び国内統一時期を分析。講師は韓国駐在経験のある運営委員の大橋。 定：25名 参：2000円
235	広重浮世絵散歩 8富士・不二三 十六景＋北斎VI 12月9日（金） 12:28集合～15:30	メトロ銀座線三越 前駅地下通路から 三井タワーB1入りエスカ レーターで1F千疋屋前 ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	広重「富士三十六景」「不二三十六景」に北斎「富嶽三十六景」を加え江戸の富士40景を訪ねる最終6回目。日本橋駿河町筋に始まり、一石橋、日本橋、広重居宅跡、数寄屋橋から山下橋（JRガード下）まで。8景を現地で観賞。歩3.5km（案内は東京シティガイド＆国際浮世絵学会員） 定：15名 参：1600円
236	日光街道ウォーク せんげん台 から 12月10日（土） 10:00集合～13:00	東武スカイツリー ライン 「せんげん台駅」 改札 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	せんげん台から備後の一里塚を経て粕壁宿に入ります。芭蕉が宿泊したと伝わる東陽寺、本陣、脇本陣跡を巡って東武線春日部駅で解散。歩約8km。小雨決行。雨具、飲み物をご持参ください。 定：20名 参：2300円（当日）
237	現役添乗員が語 る日本の防衛力 と世界情勢3 12月10日（土） 12:30集合～15:00	四谷警察署 追分交番前 （地下鉄新宿三丁 目駅B2出口地上） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	現役添乗員が、守秘義務違反すれすれの日本の防衛力及び世界情勢を語る。ランチ付き。 定：10名 参：4500円（当日） 食含
238	ロシア民俗音楽 バラライカ演奏 会 12月10日（土） 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創 造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 バラライカ演奏の草分けの一人、八田圭子さんとそのグループの方々による民族楽器の心地よい響きをご堪能ください。その他原語でのロシア民謡も用意しています。 定：10名 参：2000円（当日）
239	12月文楽公演 12月12日（月） 11:00集合～14:00	国立劇場小劇場 P56の地図参照 ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 演目未定のため決まり次第お知らせ。感染防止対策万全で観劇いただけます。【一等席/食事付】（チケット事前郵送・配送手数料込）★10/30 申込締切・申込時から取消不可 定：20名 参：14000円

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
[240] 坂井洋一氏による日本古代史の流れ2回目 12月12日(月) 12:30集合～15:00	絶品小龍包 満月 廬本店（新宿三丁目駅出口C3歩1分、末廣亭斜め前） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	言語学者及び音楽家坂井洋一氏による古代史セミナーで、その当時の時代背景を音楽と共に懇切丁寧に説明します。上皇后様も感動した「あわの歌」も歌います。ホツマツタエとホツマ文字も説明します。 定：10名 参：4500円(当日) 食含
[241] 牧のぼるの時事漫談 [J] 12月12日(月) 14:00集合～17:00	南大塚地域文化創造館 P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 牧伸二の弟子だけあってウクレレやハーモニカも得意。世間一般の話題を楽しく愉快地に笑い飛ばします。浅草東洋館などでも出演中。 定：10名 参：2000円(当日)
[242] 香りを楽しむ手づくりお香教室 12月13日(火) 10:15集合～12:15	ラスカ文化教室（JR平塚駅直結、ラスカ平塚6階） ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 ご自分だけのオリジナルを 手づくりお香教室 平安時代より受け継がれる癒しのお香。沈香、白檀、龍脳などの天然香材をブレンドし、自分だけのオリジナルお香を作ります。今回は「お線香」づくりです。教材費含。 定：6名 参：3500円(当日)
[243] 佐藤伊智郎氏が選ぶ画廊巡りとランチ 12月13日(火) 10:45集合～15:30	JR「有楽町駅」銀座口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	銀座画廊の危機を救った佐藤氏が選ぶ画廊巡りで、彼が説明または画廊の職員が説明します。銀座でリーズナブルで美味しいと評判のお店でランチ。 定：10名 参：5500円(当日) 食含
[244] 赤坂「菊乃井」で師走の旬を味わう 12月13日(火) 11:00集合～14:00	メトロ千代田線「赤坂駅」乃木坂方面改札（6・7番出口方面） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	京都 東山が本店の「赤坂菊乃井」。ミシュラン2つ星を獲得し続ける本格懐石料理を頂きます。討入り前日、大石内蔵助が出向いた赤坂氷川神社へ希望者と参拝。直接お店に行く方は、お店前に11時55分集合。地図送付。 ★11月29日から取消不可 定：14名 参：17500円(当日) 食含
[245] JASS・女子会ランチとおしゃべりを一緒に 12月13日(火) 11:30集合～14:30	メトロ半蔵門線・千代田線・銀座線「表参道駅」A2出口地下 ☎090-8053-4302 企：高橋正幸	 女性同士で気軽に気ままに過ごしていただくひと時です。お家での様々な忙しさから離れ、同じ女性だけの時間をお過ごしください。年末大掃除に備え豪華肉料理で！ 定：8名 参：6800円(当日) 食含
[246] 相続セミナー：家族が困らない相続事前対策を [J] 12月13日(火) 13:00集合～14:40	世田谷区立上馬地区会館（上馬4-10-17東急田園都市線駒沢大学駅3分） ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	相 続 遺言書・遺留分・贈与・財産評価・生命保険、お気軽にご相談ください。 遺言書はどう書くのか？相続税はかかるのか？遺留分に配慮しているか？事前に何をしたらいいのか？相続実務経験29年の講師：相続支援協会代表理事 長谷川健郎 定：4名 参：1000円(当日)
[247] 麻雀老化防止（右脳と指運動） 12月13日(火) 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新橋店（港区新橋1-17-8、TKK新橋ビル4階） ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者(男女を問わず)もベテランも仲良く楽しみましょう。 麻雀クリスタル新橋店☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
[248] 男性限定！ 似合う色を見つ けるパーソナルカラー 12月14日(水) 10:00集合～12:00	アーツ千代田3331 （メトロ銀座線末 広町駅4番出口徒 歩2分） ☎080-6563-4216 企：水越征雄	 最近オシャレを楽しんでいますか？似合う色を見つけるパーソナルカラー診断で、日々の生活にアクセントをつけてみませんか。外出が楽しみになると思います。 定：5名 参：3500円(当日)
[249] ギリシャ神話 朗読会 12月14日(水) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 岩波少年文庫のギリシャ神話、平易でロマンチックな文章を専門家の朗読で楽しみましょう。西洋美術などに多大な影響を与えた神話の全体が分かります。 定：10名 参：2000円(当日)
[250] イラン大使館訪問・参事官講話 とイラン料理 12月15日(木) 9:30集合～14:00	メトロ南北線 「白金高輪駅」 4番出口地上 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	未知の国イランを大使館を通じて理解してもらいます。参事官との質疑応答ののち、東中野でイラン家庭料理を堪能。 定：20名 参：5500円(当日) 食食
[251] 熱海で香りを 楽しむ手づくりお 香教室 12月15日(木) 10:00集合～12:00	熱海マリンスクエ アcafé（熱海市渚 町7-5、エムズ熱海 ビル1階） ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 ご自分だけのオリジナルを 手づくり お香教室 平安時代より受け継がれる癒しの香り。白檀、丁子などの天然香材をブレンドし自分だけのオリジナルお香を作ります。今回は「匂い袋・文香」づくりです。教材費含。 定：6名 参：3500円(当日)
[252] 赤穂浪士引揚げ ルート踏破 ウォーキング 12月15日(木) 10:00集合～16:00	JR総武線(各停) 「両国駅」東口改 札前(西口国技館 方面ではない) ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	12月14日に引揚げ行進やるのは大ウソ出鱈目。夜中過ぎ討入り本懐遂げた赤穂浪士が歩いた12月15日、本所吉良邸跡から高輪泉岳寺まで全ルート踏破。途中「名所江戸百景」プチ解説も。昼食は永代橋の中華店でお好み定食。「東京シティガイド 江戸百景グループ」が案内解説。歩12.5km 定：15名 参：4000円 食食
[253] アンテナショッ プ巡り 新橋 12月15日(木) 10:30集合～14:00	JR「新橋駅」 日比谷口SL広場 ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	新橋駅を出て香川・愛媛・鳥取・岡山、奈良、群馬各県のショップを巡り少し歩いて岩手、長野、熊本のお店を回り、大分県のお店でランチを楽しみます。続いて鹿児島県のショップを見てJR有楽町駅前で解散。小雨決行。マイバッグ持参。 定：10名 参：5500円(当日) 食食
[254] シニア世代のた めのメイク教室 12月15日(木) 11:00集合～12:30	JR埼京線 「板橋駅」 改札 ☎080-3356-0419 企：執行雪江	老化したお肌の正しいスキンケアの方法、石油製品ではない（オイルフリー）化粧品を選び方、体験メイクのご用意も有ります。講師：太田真知子先生 定：5名 参：1900円
[255] インドに学ば うたかたで柔軟 な思考ー 12月15日(木) 14:00集合～16:00	台東区民会館 P56の地図参照 ☎090-7636-1274 企：村上正	 中国とインドは多すぎる人口という共通した課題を抱えながらも、その対処法が対照的。強圧的で全体主義的な政策の中国と、因習と近代化の混沌のインドの対比。 定：25名 参：2000円

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
256	東京都美術館：美をつむぐ源氏物語 12月16日（金） 10:00集合～14:00	東京都美術館エントランスロビー（椅子有り） ☎080-6530-1366 企：篠原捷治	2024年の大河ドラマは「源氏物語」の作者紫式部。本展では「上野アーティストプロジェクト2022「美をつむぐ源氏物語—めぐり逢ひける えには深しな—」」と連動し、『源氏物語』と江戸文化の関わりについてご紹介し ます。食事は「韻松亭」の予定。要年齢証明 定：9名 参：6000円（当日） 食入含
257	【百年食堂】師走の浅草寺詣でと鰻の川松 12月16日（金） 10:30集合～14:30	雷門の西側（雷おこしの店の前） ☎090-2462-8698 企：森洋人	【東京百年食堂】1年の区切りに浅草寺にお参り。片詣りにならないように浅草神社も参拝。師走の雑踏を味わいつつ鰻の川松へ。鰻二尾が乗っている「いかだ」をいただきます。 定：10名 参：11000円 食含
258	昭和の食遺産探検隊（街中華&純喫茶）亀戸編 12月16日（金） 13:00集合～17:00	JR総武線「亀戸駅」北口改札口（JASS旗目印） ☎080-1126-1173 企：藪中博文	【甞れ昭和の街中華と純喫茶！今回は特別に六代目圓楽一門の落語付】2回目は、世話人が愛して止まない梅屋敷寄席で落語を愉しんだ後、亀戸名物の街中華をいただき、東京四大純喫茶の1つで語らいます。食事代・喫茶代各自。寄席入場料込。7名限定。 定：7名 参：2700円 入含
259	NP0万華鏡セラピー協会の認知症防止方法 12月16日（金） 13:00集合～15:30	JR中央・総武線「飯田橋駅」東口改札 ☎080-4613-7757 企：北村龍児	NP0法人万華鏡セラピー協会島崎会長が、万華鏡を用いて、何故、万華鏡が認知症防止に必要なかを説明します。ランチ付き。 定：20名 参：5500円（当日） 食含
260	喫茶店で聴く懐かしの映画音楽鑑賞会 12月16日（金） 13:30集合～15:30	喫茶店カファブナ（地下鉄六本木駅2番出口徒歩2分）地図送付 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	懐かしの映画音楽を珈琲の名店カファブナのご主人の名解説で楽しむ午後のひと時を。44年間ネルドリップに拘り続ける深煎り珈琲もお楽しみ。 定：20名 参：1600円（当日）
261	絵で観るおとぎ草紙の世界 12月16日（金） 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イ케ビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 鉢かづき、物ぐさ太郎、一寸法師、浦島太郎、酒吞童子など庶民向けの絵入り物語。スクリーンの絵を観ながら、東京文化財研究所の小野真由美さんの興味深い解説を。 定：10名 参：2000円（当日）
262	虎ノ門で京都発の鰻「まえはら」を食す 12月17日（土） 11:00集合～14:30	JR「新橋駅」日比谷口SL広場（JASS旗目印） ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	新橋からゆる～り散策後、虎ノ門ヒルズにある、京都が本店の「まえはら」でうなぎを頂きます。蒲焼、白焼が1度に味わえる「あいのせ」が名物。料亭風の門構えと落ち着いた店内で、しっとりと鰻を味わいましょう。 定：8名 参：10000円 食含
263	「古代」戦国の覇者・秦の成立と国づくりとは 12月17日（土） 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 秦は、周代から春秋時代を経て、やがて戦国七雄の一国となるが、中原諸国からは野蛮であると蔑まれていた。その成功の秘訣は何であったのか。講師が詳しく解説。 定：10名 参：2000円（当日）

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
264	ソビエト名作映画上映会 「イワン雷帝」 12月18日(日) 14:00集合～17:00	IKE・Biz（イケビズ）としま産業振興プラザ P56の地図参照 ☎049-258-3218 企：松原和雄	 16世紀ロシア。暴君としても名高いイワン雷帝の国家統一事業を描く歴史大作。反発する貴族たちの陰謀や反逆に会いながらも民衆の支持を集めていく。 定：10名 参：2000円(当日)
265	復活!! JAL 整備工場見学&ブルーコーナー 12月18日(日) 15:00集合～21:00	東京モノレール「新整備場駅」改札口 ☎090-4439-7159 企：守屋俊彦	3年ぶりに帰ってきた!!機体整備工場見学。リニューアルしてさらにパワーアップ。ミュージアム見学もあり盛りだくさんの内容。見学後は大人気「ブルーコーナー」で誘導路を走る夜の航空機を見ながら食事を楽しもう。 定：20名 参：4500円 食含
266	大山街道ウォーク 駒澤大学から 12月19日(月) 10:00集合～13:00	東急田園都市線「駒沢大学駅」改札口（東口寄り） ☎090-6003-9195 企：荒木二夫	今月は、駒澤大学から二子玉川まで歩きます。駒澤の庚申塔、桜神社、善養院、用賀神社を経て環状8号線を渡り、行善寺で玉川地区の素晴らしい眺めを楽しみ、坂を下って二子玉川駅で解散。小雨決行。雨具・お茶持参。歩約7km 定：30名 参：2100円(当日)
267	芸術家佐藤伊智郎氏の新感覚川越観光とランチ 12月19日(月) 10:30集合～15:30	東武東上線・JR川越線「川越駅」川越駅観光案内所前（東武線改札口横） ☎080-4613-7757 企：北村龍児	芸術家で川越出身の佐藤伊智郎氏によるユニークな新感覚川越観光とお薦めのランチを堪能。 定：10名 参：5800円(当日) 食含
268	藤沢周平の江戸を歩く「霜の朝」2 12月19日(月) 12:28集合～15:00	新宿線「馬喰横山駅」浅草線「東日本橋駅」連絡通路→A4EV地上出口 ☎080-5528-5100 企：日紫喜一史	藤沢作品の登場人物の動きを江戸東京重ね地図から追体験する。「虹の空」若松町の大工親方に住込みの政吉、近くおかよと結婚。継母おすぎ徳右衛門町に住込みで働く。火事の報に政吉、両国橋を抜け二つ目橋を渡り林町へ。おすぎを背負ったおかよが。「菊川駅」解散歩3.0km 定：15名 参：1600円
269	「菜香新館」のJASS特別コース料理で忘年会 12月19日(月) 12:30集合～14:00	「菜香新館」（横浜中華街上海路、大通りから鵬天閣の角に入る） ☎090-6318-0374 企：中山賢治	中華街で人気No.1の「菜香新館」は、中華街で最初に飲茶を紹介した。伝統料理に創作料理も加えたJASS特別コース料理に自慢の甕だし紹興酒を添えて、本年締めめの忘年会を楽しみましょう。 定：30名 参：7200円(当日) 食含
270	海釣り太刀魚釣り会 横浜金沢漁港三春丸 12月20日(火) 7:10集合～14:00	京急本線「金沢八景駅」地上改札口（車の方は漁港船宿三春丸） ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	横浜金沢漁港より出船、この度は太刀魚釣りです。電動リール150m竿は100号対応持参、貸電動はありません。ショートの釣りで13時沖上りです。昼食各自。詳細後送。 定：11名 参：9200円(当日) 入含
271	背骨の歪みを整えて諦めていた痛みを改善! 12月20日(火) 10:15集合～11:45	サンサン卓球広場（府中市是政4-2-1 是政駅徒歩4分） ☎042-201-5200 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	人生100年時代、背骨の歪みを整えて趣味を楽しめる身体を作ろう。脊柱管狭窄症、腰痛、頭痛、股関節・膝痛、坐骨神経痛、肩凝り、足の痺れむくみ、自律神経失調症等の症状を運動で改善。寝ながら出来る体操が中心。骨折や外傷のある方ご遠慮ください。飲物と細長タオル持参。 定：10名 参：2000円(当日)

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
272 【半日散歩】 高級住宅街の松 濤の内緒散歩！ 12月21日（水） 10:00集合～12:30	メトロ千代田線 「代々木公園駅」 1番出口地上 ☎090-1846-4326 企：鎌田政良	 数年前に開催した松濤の内緒散歩ですが、その後さらにバージョンアップしました。またこっそりとご案内するマル秘散歩。ゴールは京王井の頭線神泉駅。歩4km 定：15名 参：1600円
273 アートおりがみ 講座 12月21日（水） 10:00集合～12:00	健康生きがい開発 財団 会議室 （メトロ丸ノ内線 茗荷谷駅歩5分） ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 指先を使って脳も心もイキイキ活性化！毎回さまざまなアプローチで“旬な”折り紙を楽しむ講座。初心者からどうぞ！ （持ち物：ハサミ、のり） 定：10名 参：2200円
274 わかりやすい 透明水彩入門 （人物画3） 12月21日（水） 11:00集合～13:00	ロイヤルアートスクール （銀座8-4-9奥山ビ ル2F、リクルートGINZA8 ビル隣、ローソンの上） ☎080-7851-0968 企：奥谷幸裕	絵が苦手な人も大丈夫。今期は人物画の基本技術。水彩で人物を描く上で必要な鉛筆によるスケッチ技術、人物の肌や髪の毛の彩色に欠かせない伝統的な混色技術とタッチを、講師のデモンストレーションを通じて学ぶ3回目。手ぶらで参加OK。講師は斎藤裕之先生。 定：18名 参：3000円
275 美術の話 「ネ、ルノール」 印象派の巨匠達 12月21日（水） 13:45集合～15:15	ロイヤルアートスクール （銀座8-4-9奥山ビ ル2F、リクルートGINZA8 ビル隣、ローソンの上） ☎080-7851-0968 企：奥谷幸裕	1870年代のパリ。マネを中心に、カフェ・ゲルボワに集まった若き芸術家達は、伝統的なサロンの様式にとらわれない革新的な作品を発表していきます。やがてマネを中心に「永続的な自然」の表現から「絶え間なく変動する自然」を描く印象派の様式が誕生しました。 定：18名 参：1500円
276 仙骨コンディショ ング体操で身体 の不調改善 12月23日（金） 9:50集合～11:30	八王子クリエイ ティブホール（JR八王子 駅徒歩3分）☎042- 648-2231 ☎090-3532-9919 企：有賀隆二	仙骨の歪みを整えて腰痛・肩凝り・膝の痛み等様々な身体の不調を改善する為のプログラム。1固くなった関節をゆるめる体操 2正しい位置に整える矯正 3歪まないように支える筋肉をつける筋トレ の3つの簡単な運動で今迄良くならなかった不調解決を目指しましょう！ 定：20名 参：2000円（当日）
277 熱海来宮神社参 拝・温泉街散策・ ランチと遊覧船 12月23日（金） 10:15集合～15:00	JR伊東線 「来宮駅」 改札口 ☎090-1423-5007 企：相馬敬	 来宮神社参拝。熱海温泉街散策。1947年創業カフェレストラン「ナギサ」でランチ。食後は遊覧船で海から熱海の街を望む充実の1日です（荒天時遊覧船中止、乗船代含）。3名以上で開催。 定：15名 参：4500円（当日） 食入含
278 ちょいと早めの 年越し蕎麦を 神田やぶそばで 12月23日（金） 11:20集合～14:30	メトロ丸ノ内線 「淡路町駅」、都営 新宿線「小川町駅」 A3出口 ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	老舗かんだやぶそばは明治13年（1880年）創業、「藪御三家（かんだやぶそば、並木藪蕎麦、池の端藪蕎麦）」の一角を担っています。毎年恒例ちょいと早めの年越し蕎麦を頂きます。先八寸からせいろ、そばまんじゅうの甘味まで8品の豪華コースをご一緒に。 定：7名 参：12000円 食含
279 目黒雅叙園・ク リスマス昼食会 と年納め 12月23日（金） 11:45集合～14:45	JR山手線 「目黒駅」 中央改札 ☎090-5521-8867 企：伊藤照男	New American Grill “KANADE TERRACE” で、クリスマスのお祝いと早めの忘年会をかねて、昼食会を開きます。乾杯以外のアルコールは個人払い。形式はランチbuffetです。 定：10名 参：9000円（当日） 食含

NO. イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
[280] 鰻！食べ歩き： 「野田岩」下北 沢店 12月23日(金) 12:00集合～14:10	小田急線・京王井 の頭線「下北沢駅」 小田急線東口改札 券売機前 ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 冬号で好評だった、鰻！食べ歩き シリーズの再開、椅子席。ワインも出す麻 布飯倉が本店の下北沢店。JASS会 員の皆様でお喋りしながら鰻を堪能 しましょう！お店まで96m。 定：7名 参：9700円(当日) 食含
[281] 狂言の会 千利 休生誕500年 12月23日(金) 12:00集合～16:00	国立能楽堂 正面入口 (JASS受付) P56の地図参照 ☎090-1799-9805 企：榊原満彦	狂言の会 千利休生誕500年をテーマとして狂言方3人による競演。茂山あきらの「御茶の水」、大蔵基誠の「禰宜山伏」、野村萬斎の「煎物」を楽しむ。正面座席指定席、弁当付。 ★申し込み10月7日まで、申込時から取消不可 定：8名 参：6700円 食入含
[282] 座・高円寺 『アメリカン・ ラブソディ』 12月23日(金) 14:00集合～16:00	座・高円寺 (JR中央・総武線 高円寺駅北口徒歩 5分) ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 アメリカの作曲家ジョージ・ガー シュインの人生を辿る旅。彼と仲 間達の往復書簡の朗読とピアノ生 演奏&素敵な歌でお届け！★11/30 申込締切・申込時から取消不可 定：10名 参：3500円 入含
[283] 米田先生と鶴見 川ウォーキング 大黒ふ頭 12月24日(土) 10:00集合～12:30	京急本線 「生麦駅」 改札 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	米田先生と鶴見川ウォーキングの番外編その2として、生麦駅から大黒ふ頭中央公園まで首都高と並行して歩き、鶴見川が東京湾に行き着くまで海を目指して散策します。横浜ベイブリッジが近くに望めます。帰路はバス。昼で終了。歩約4km 交各自 定：30名 参：1500円(当日)
[284] 皇居東御苑ツ アー：江戸城史 跡もご案内 12月24日(土) 13:30集合～18:00	皇居東御苑「大手 門」内(メトロ・都 営大手町駅C13a・ C13b出口3分) ☎080-6831-0070 企：長谷川健郎	 皇居東御苑は皇居付属庭園で江戸 城史跡です。宮内庁菊葉協会委嘱 ガイド12年の長谷川健郎が案内し ます。夕食は「赤坂飯店」パレスサ イドビル店の中華料理、好評です。 定：7名 参：5000円(当日) 食含
[285] 座・高円寺 『ジョルジュ』 12月25日(日) 14:00集合～16:30	座・高円寺 (JR中央・総武線 高円寺駅北口徒歩 5分) ☎090-8170-8152 企：おかめ家ゆうこ	 ジョルジュ・サンドとショパンの 愛の軌跡を竹下景子による往復書 簡の朗読とピアノ関本昌平の生演 奏(全てショパンの曲)で！★11/30 申込締切・申込時から取消不可 定：10名 参：3500円 入含
[286] 麻雀老化防止 (右脳と指運動) 12月27日(火) 13:20集合～16:30	麻雀クリスタル新 橋店 (港区新橋1- 17-8、T K K新橋 ビル4階) ☎090-2625-2443 企：榎卓	初心者(男女を問わず)もベテランも仲良く楽しみましょ う。 麻雀クリスタル新橋店 ☎03-5510-7311 定：14名 参：2300円 入含
[287] 1年の締めは 老舗 維新號 銀座本店で 12月30日(金) 11:40集合～14:00	JR「新橋駅」 日比谷口SL広場 (JASS旗目印) ☎090-3915-5502 企：高柳由紀子	1年の締めくくりは、維新號「銀座本店」で上等な上海料理はいかが。大掃除の手を休めて、明治から続く伝統の味をご一緒に。姫フカヒレのスープ、鮑とナマコの醤油煮込みなどを含む豪華なコース仕立てです。来年も良い年になりますように。 定：10名 参：11000円 食含

登 山

登山イベント難易度の目安

難易度	ランク	歩行時間	高低差	解説
A	初級向き	3時間以内	400m程度	どなたでも安心して参加できるコース
B	一般向き	3～4時間	600m程度	比較的高低差が少ないコース
C	一般向き上	4～5時間	800m程度	ある程度高低差もあるコース
D	やや健脚向き	5～6時間	1,000m程度	岩場・急な登り・下り等もあるコース
E	健脚向き	6時間以上	1,000m以上	ある程度経験と体力を要するコース

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
288	日本百名山 開聞岳 10月5日(水) ～10月7日(金) 2泊3日 9:50集合～22:00	鹿児島空港 国内線到着口 総合案内所前 ☎090-5767-9711 企：島田博	開聞岳は薩摩半島の最南端に位置する独立峰で、山頂からの大パノラマは圧巻。1日目知林ヶ島、2日目開聞岳、3日目JR最南端駅「西大山駅」、池田湖散策。連泊登山装備必要。難易度C。レンタカー使用。詳細後報。 ★申込締切7月16日 定：8名 参：60000円
289	真鶴半島 灯明山・三ツ石 10月16日(日) 9:30集合～15:00	JR東海道本線 「真鶴駅」 改札口 ☎090-5767-9711 企：島田博	風光明媚な真鶴半島。荒井城址公園→御林展望公園→真鶴町立中川一政美術館→御林遊歩道→灯明山→潮騒遊歩道→琴が浜→貴船神社→真鶴港→真鶴駅。磯料理の昼食付。難易度B。飲み物・雨具持参。交別 定：10名 参：4500円(当日) 食含
290	紅葉の八海山と 古刹巡り 10月28日(金) 9:15集合～17:00	JR上越新幹線 「越後湯沢駅」 新幹線改札口 ☎090-5767-9711 企：島田博	八海山は紅葉の山。展望台で絶景を糧にランチタイムを楽しめます。雲洞庵（1300年の歴史）、八海山神社、八海山雪室（八海醸造 魚沼の里）、関興寺などをレンタカーで巡る。難易度B。飲み物・雨具持参。 定：7名 参：11000円(当日) 食交含
291	茨城県の最高峰 八溝山に登る 11月7日(月) 10:40集合～17:30	JR水郡線 「常陸大子駅」 改札口 ☎090-5767-9711 企：島田博	茨城と福島県の県境に聳える展望の山。至る所に湧水があり、八つの谷に分かれた山容が山名の由来とも言われています。弁当・飲み物・雨具持参。難易度B。交別 上野駅8:00発、スーパーひたち3号利用、水戸駅乗り換え水郡線が便利。 定：10名 参：4000円(当日)
292	展望の山 幕山忘年山行 12月18日(日) 9:00集合～16:00	JR東海道本線 「湯河原駅」 改札口 ☎090-5767-9711 企：島田博	幕山は湯の町湯河原の奥にある明るい山です。山頂からはキラキラ光る相模湾の雄大な姿を展望。湯河原駅（タクシー）→幕山→南郷山→鍛冶屋バス停（バス）→湯河原駅。難易度B。弁当・飲み物・雨具持参。交別 定：10名 参：3000円(当日)

ゴルフ

ゴルフイベント「共通連絡事項」

- ① 「組み合わせ希望」「送迎バス利用」がある場合は、実施日1ヶ月前迄に（NO. 501、NO. 502は早急に）事務局にFAX（03-3512-3585）または郵便（イベント申込はがきに記入は不可）でご連絡ください。
- ② 世話人からの「詳細連絡」実施の10日前迄に送付します。
- ③ 「詳細受領後の留意事項」止むを得ず不参加となる場合は、速やかに事務局に連絡してください。

NO.	イベント名・日時	集合（開催）場所	内 容
501	雄大な自然に囲まれた越生GCを攻略！ 10月7日(金) 7:30集合～16:00	越生ゴルフクラブ （関越道・東松山ICから12km） ☎090-4945-3543 企：伊藤貞夫	雄大な樹木に囲まれた18ホール。アウトコースは全体として平坦なコースが多く、のびのびと打てる。インコースに入ると距離もあり、男性的でテクニックを必要とするレイアウトが続く。キャディ付15700円、食事付、お土産付。 定：23名 参：3600円
502	泉カントリー倶楽部「秋季コンペ」（第11回） 10月11日(火) 8:30集合～15:30	泉カントリー倶楽部（東関越道・千葉北ICより14km、勝田台駅よりクラブバスあり） ☎090-4671-7076 企：田林義介	泉カントリー倶楽部は創業42年、三井住友銀行系列の格調高い林間コースとして好評。昼食1ドリンク付きセルフプレー代16600円（70歳以上950円免税）。27ホールのうちwest-southを回ります。送迎クラブバスは朝夕各4本。別途詳細連絡。 定：14名 参：4000円(当日)
503	チャンピオンコース森林公園GCを攻略！ 11月11日(金) 7:30集合～16:00	森林公園ゴルフ倶楽部（関越道・嵐山小川ICから8km） ☎090-4945-3543 企：伊藤貞夫	自然の地形を利用した開放感あふれるゆったりコース。広々とした18ホールが配置され、豪快なショットが楽しめる。飛距離を要求されるホールが多いので、気合いを入れてラウンドしたい。キャディ付15900円、食事別。お土産付。 定：23名 参：3600円
504	高根CCの西・南コースを攻略！ 12月2日(金) 7:30集合～16:00	高根カントリー倶楽部（関越道・東松山ICから8km） ☎090-4945-3543 企：伊藤貞夫	丘陵コースで、緩やかなアンジュレーション、ワイドなフェアウェイに池等バラエティーに富んだレイアウト。西・南コースを回ります。キャディ付15000円、食事付。お土産付。 定：23名 参：3600円
505	名門江戸崎CC「忘年コンペ」（第59回） 12月13日(火) 8:30集合～15:30	江戸崎カントリー倶楽部（JR常磐線龍ヶ崎駅より8:00送迎バスあり） ☎090-4671-7076 企：田林義介	常磐道－圏央道－稲敷ICより3km。年に1回、皆様のご要望でチャンピオンコースの東コースに挑戦。カート付きキャディ付き税込みプレー代14300円で、忘年ゴルフを楽しみましょう。参加賞あり。食事別。 定：14名 参：4000円(当日)

関
東

◆
ル
ン
ル
ン
が
イ
ラ
イ
ラ
に
な
る
待
ち
合
わ
せ

主なイベント会場のご案内

公益社明大前会館

京王線・井の頭線明大前駅下車3分



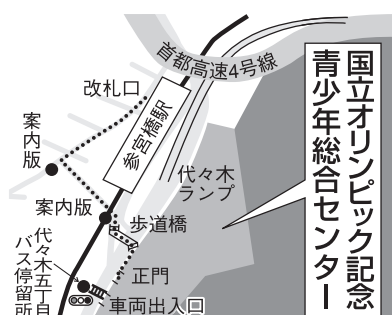
国立オリンピック記念青少年総合センター

小田急線参宮橋駅下車7分

<バス>

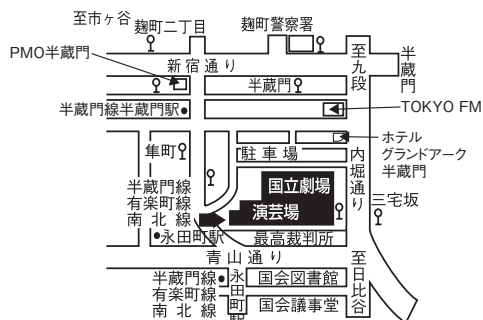
新宿駅西口(16番より)渋谷駅行、代々木五丁目下車

渋谷駅西口(40番より)新宿駅西口行、代々木五丁目下車



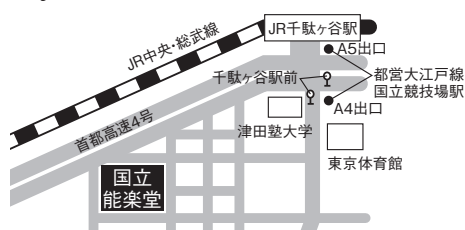
国立劇場・国立演芸場

メトロ半蔵門駅または永田町駅下車5分



国立能楽堂

JR中央・総武線千駄ヶ谷駅下車5分



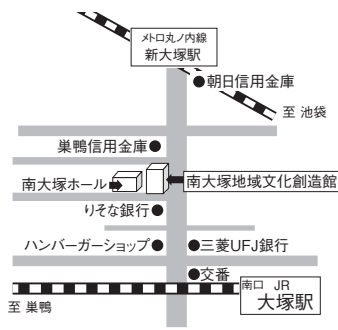
IKE・Bizとしま産業振興プラザ

池袋駅下車西口10分、南口7分



南大塚地域文化創造館

JR山手線大塚駅下車南口5分



台東区民会館(都立産業貿易センター台東館8・9F)

東武線・メトロ銀座線浅草駅下車5分



京王線・井の頭線明大前駅下車 4 分

至調布 甲州街道 至新宿

至調布 京王線 明大前駅 至新宿

第一生命 改札口を出て左へ

カトリック松原教会 酒屋・工藤建物

カフェ・スプーンハウス

井の頭線 徒歩 車 至渋谷

[illegible]

神戸大学東京六甲クラブ

地下鉄「有楽町駅」・「日比谷駅」B3出口直結
JR「有楽町駅」下車国際フォーラム口3分

皇居お濠 (日比谷濠)

日比谷通り
都営三田線日比谷駅

JR京葉線 東京駅

JR有楽町線 有楽町駅

神戸大学
東京六甲クラブ
(帝劇ビルB2)

新東京ビル

東京国際
フォーラム

国際ビル

帝国劇場

新日石
ビル

新国際ビル

東京メトロ有楽町線 有楽町駅

DNタワー21
第一農中ビル

新有楽町ビル

JR 有楽町駅

サークル情報

(NO.)	サークル名・日時	開催場所	内 容
1007	村木世界歴史講座		映画や小説も取り入れながら近・現代史を学ぶ。10月は映画「第三の男」敗戦国オーストリア・ウィーン。11月は小説「ベルリンは晴れているか」敗戦国ドイツ・ベルリン。12月は「敗北を抱きしめて」敗戦国日本・東京。講師：村木逸子氏。参加費は10～12月分。
	J 第3水曜日 10月19日(水) 11月16日(水) 12月21日(水) 13:30～15:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎080-6563-4216 企：水越征雄	定：40名 参：4500円
1011	JASS俳句サークル		兼題10月「百舌鳥」、11月「落葉」、12月「北風」。通信句会で全員が投句、選句を楽しく行っております。参加希望の方は、季題句2句と他2句を送ってください。詳細は金子まで。参加費は10～12月分。
	第1火曜日 10月4日(火) 11月1日(火) 12月6日(火) 13:30～16:00	通信句会 ☎090-7183-2172 企：金子正規	定：20名 参：3000円
1014	絵画教室		10月写生：秋の収穫野菜。11月屋外写生：日比谷公園。12月写生：迎春の花。初めての方、気楽にすぐ始められます。体験・見学ご希望の方は加藤まで。参加費は10～12月分。 ※10月17日（第3月曜日）開催日注意。
	第2月曜日 10月17日(月)12:30～16:30 11月14日(月)10:00～15:00 12月12日(月)12:30～16:30	10/17、12/12カトリック松原教会 P57の地図参照 11/14日比谷花壇前 ☎090-4425-3155 企：加藤重悦	定：30名 参：3000円
1023	写経		お経の中で最もポピュラーな「般若心経」を一字入魂の筆を走らせ「90分の静寂を愉しむ」サークルです。 *講師はおりません。上手・下手の評価もありません。 *帰りがけのお茶会も楽しみです。 *現在会員は8名。参加費は10～12月分。
	第3木曜日 10月20日(木) 11月17日(木) 12月15日(木) 13:30～15:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎090-2534-9252 企：竹内則義	定：20名 参：2400円
1032	クラシック音楽の楽しみ		《お堅い音楽を軟らかく》調理されたバッハの曲、モーツァルトの中の名曲、師走の定番名曲を各月のテーマとして、クラシック音楽を軟らかい耳で聴いていただきます。クラシック音楽が現代の生活の中にどんな形で生きているのか探ります。参加費は10～12月分。
	第1月曜日 10月3日(月) 11月7日(月) 12月5日(月) 14:00～16:00	神戸大学東京六甲クラブ（日比谷帝劇ビルB2） P57の地図参照 ☎080-5051-8976 企：津山宏	定：20名 参：6900円
1033	フォトサークル		毎月の例会では、各自持参の写真を、講師にお一人ずつ講評いただきます。皆さんが自他の多くの作品を見ながら講評を伺うことが出来、大変勉強になります。2Lサイズ程度にプリントした写真を10枚位ご持参ください。講師：毛呂元一氏。参加費は10～12月分。
	第4水曜日 10月26日(水) 11月23日(水) 12月28日(水) 13:30～15:30	カトリック松原教会 P57の地図参照 ☎080-3455-0235 企：北郷紘子	定：20名 参：7800円

NO.	サークル名・日時	開催場所	内 容
1039	カラオケ横浜		毎回15～18人ほどで盛況です。スナックで歌好き仲間と1日、楽しく過ごしてみませんか。好きな曲を前月末日までに4曲エントリーして頂きます。 別途年会費1200円前納（10～翌3月分）
	第2木曜日 10月13日(木) 11月10日(木) 12月 8日(木) 12:00～17:00	横浜市内3ヶ所で開催。場所は順次ご案内します。 ☎090-6032-7049 企：村松俊明	定：17名 参：4500円(当日) 食含
1053	海釣り同好会		新規参加希望の方はJASSネットはがきで申し込んでください。 別途年会費1800円前納（10～翌3月分）
	第191回例会 A 11月7日(月) B 11月8日(火) 7:30～14:30	京急本線「金沢八景駅」地上改札口（車の方横浜金沢漁港三春丸船宿） ☎080-1042-7193 企：田中勝吉	定：11名 参：10000円(当日) 入含
1056	自分史作りの楽しみ		人生の振り返りや次世代へのメッセージを‘自分スタイル’でじっくりと制作し、世界に1つだけのオーダーメイド・ファイルに仕上げていきます。「自分のための自分史づくり」を1年かけて行います。 講師：高本眞佐子氏。参加費は10～12月分。
	第2水曜日 10月12日(水) 11月 9日(水) 12月14日(水) 13:30～15:30	アーツ千代田3331（メトロ銀座線末広町駅4番出口徒歩2分） ☎080-6563-4216 企：水越征雄	定：5名 参：15000円
1057	シニアの経済・金融・投資学		経済・金融・投資は生き物です。その現象を見て実態を分析し本質を見極める事が肝心です。フェイクやプロパガンダに惑わされず人生100年時代を賢く生き抜きましょう。10月：新聞の読み方と分析、11月：投資の現実を知る、12月：シニアの賢い生き方。講師：坪野谷雅之。参加費は10～12月分。
	J 第1火曜日 10月 4日(火) 11月 1日(火) 12月13日(火)※開催日注意 10:30～12:00	Zoomで開催（PC・スマホ・タブレットで参加） 参加方法は後日メールで連絡 ☎090-4608-8967 企：坪野谷雅之	定：20名 参：3000円
1058	シニアの楽しい英会話		NHK学園で人気のあるカナダ人女性講師による日常英会話の修得です。10月：自己紹介・好き嫌いの表現・聞き応えの仕方等、11月：小さな会話・日常生活の会話・質疑応答の仕方等、12月：短いスピーチ・意見を述べる・意見交換の仕方等。参加費は10～12月分。
	J 10月 6日(木)10月13日(木) 10月20日(木)10月27日(木) 11月10日(木)11月17日(木) 11月24日(木) 12月 1日(木)12月22日(木) 13:00～14:30	Zoomで開催（PC・スマホ・タブレットで参加） 参加方法は後日メールで連絡 ☎090-4608-8967 企：坪野谷雅之	定：20名 参：13500円
1059	気軽に生きがい創造と社会貢献		人生100年時代。仲間と楽しく健康で生きがいを持ってイベント等に参加する事や社会課題の活動に参加する事が肝心です。10月：コミュニティ参加と生きがい創造、11月：身の回りの社会課題と取り組み、12月：SDGsの理解と一寸した心がけ。講師：坪野谷雅之。参加費は10～12月分。
	J 第3火曜日 10月18日(火) 11月15日(火) 12月20日(火) 10:30～12:00	Zoomで開催（PC・スマホ・タブレットで参加） 招待状は後送 ☎090-4608-8967 企：坪野谷雅之	定：20名 参：3000円

イベントのお申し込み方法と受付結果のお知らせ

1. お申し込み方法

- ①インターネットでのお申し込みが便利です。

JASS ホームページの中段「◆イベントのお申し込み」からお申し込みください。

JASS からお申し込み受信済みのメールが届きます。

- ②巻末の「イベント・サークル申込書」でのお申し込みもできます。

一般のハガキまたは FAX (03-3512-3585) もご利用ください。

「登録電話番号」とお名前はお申し込み者情報の登録や検索のキーとなりますので必ずご記入ください。

- ③これまでに申し込みされたことのある方も、登録電話番号とお名前は必ずご記入ください。

前回お申し込み時以降に「登録電話番号」または「住所（住居表示）」の変更があった場合は、必ず当該欄の「今回変更」の文字を線で囲んでください。

2. 参加者決定方法と受付結果のお知らせ

- ①抽選締切日までの申し込みは、一旦集計の上、定員をオーバーしたイベントは抽選により参加者を決定します。抽選締切日は原則として3、6、9、12月の第1日曜日です。（表紙およびP. 1に記載。）

- ②抽選後「参加可」「キャンセル待ち」などの受付結果をご通知します。

（抽選日から1週間経過しても受付結果票が届かない場合は、事務局までご照会ください。）

- ③「参加可」イベントについては、送付された「払込取扱票」により参加費を振込期限までに必ずお振り込みください。

- ④「キャンセル待ち」イベントについては、待ち順位をお知らせし、キャンセルが出次第、順番に繰り上げご参加のご連絡をします。ご夫妻でお申し込みの場合でも、お1人ずつ繰り上がることがあります。

- ⑤抽選後でも定員に達していないイベントは、随時受け付けていますので、ホームページの「イベント申込状況」または事務局に電話確認の上、いつでもお申し込みください。

お申し込み後、10日程度経過しても受付結果票が届かない場合は、事務局までご照会ください。

3. 参加をキャンセルされる場合

- ①お申し込みのイベントをキャンセルされる場合、2週間以上前のキャンセルは極力FAXでお願いします。2週間で切ったキャンセルとFAXをご利用されない方は電話でお願いします。できるだけ早く事務局までご連絡ください。

- ②キャンセルお申し出時に、入金済参加費を活用してイベントの追加申し込みができます。詳細は次頁をご覧ください。

- ③キャンセル待ちの間でも参加できなくなった場合は、速やかに事務局までご連絡ください。

4. キャンセル返金手数料について

- ①開催日の1週間前の応当日**正午**までのキャンセル→参加費から1,000円（キャンセル手数料）を控除した額を返金。従って参加費1,000円以下のイベントは返金しません。

※1週間前の応当日が土・日・祝日の場合には、その前の営業日。

例：水曜日開催の場合は、前週水曜日の**正午**まで。日曜日開催の場合は、9日前の金曜日の**正午**まで。

- ②上記①以降、すなわち開催日の1週間前の応当日**正午**以降のキャンセル→返金しません。なお、参加費が未振込みの場合には、参加費と同額を徴収します。

- ③「○月○日から取消不可」と記載のあるイベントで参加不可能となった場合→返金しません。

（当該イベントに特段の指示がない限り代わりの参加者を指定できます。）

- ④返金は口座振り込みとしております。返金口座未登録の方は、キャンセル時にお申し出ください。

★ご不明の点は事務局までご照会ください。（土・日・祝祭日を除く9:00～16:00）

●本部事務局 03-3512-3580 ●中部専用電話 090-1476-7587 ●関西専用電話 070-1436-5932

「キャンセル返金の振替」制度ご利用上の注意

1. 振替先イベントは次号でも結構です。
例えば、6月のイベントをキャンセルして、8月に振り替えることができます。
但し、キャンセル振替時点で次号が発行されている場合に限りです。
2. 振替先イベントは、キャンセルと同時に新たに申し込むものに限定させていただきます。
申し込み済みで未払いのイベントには充当できません。
3. 複数のイベントをキャンセルし、1件のイベントに充当すること、及び1件をキャンセルし、複数に充当することもできます。(複数から複数にはできません。)
複数のイベントをキャンセルする場合は、参加費の小さい方から順に充当し、振替先イベントの参加費に達するまで振り替えます。
4. **実施日前1週間を切ったキャンセルは返金できませんので、振り替えもできません。**
5. **当日集金のイベントへの振り替えはできません。**
6. **振替済みイベントをキャンセルして再度別のイベントに振り替えることはできません。**
7. 振替充当は参加費のグロスで行い、手数料の控除は行いません。差額が余剰の場合は返金し、不足の場合は振込取扱票をお送りします。
8. 電話での追加申し込みは正式の申し込みとなりません。
キャンセル振替の申し込みは下記の「(JASS)キャンセル振替依頼票」をコピーしてFAX または郵送してください。
9. 振替先イベントのハガキ、FAX、インターネットでの申し込みは不要です。
10. 振替申し込み受付後、受付結果票を発送します。
(お申し込み後、5日経過しても受付結果票が届かない場合は、事務局までご照会ください。)

(JASS) キャンセル振替依頼票

FAX 送信先 03-3512-3585

年 月 日

申し込み済みイベントをキャンセルし、**送金した参加費を新たなイベントに振り替えてください。**

氏名

登録電話番号

1件キャンセルして、1件もしくは複数に振り替える場合

キャンセルするイベント No. と開催日	送金済み参加費	振り替えて新たに申し込むイベント No. と開催日	参加費
() 号 No. (月 日)		() 号 No. (月 日)	
		() 号 No. (月 日)	
		() 号 No. (月 日)	
		() 号 No. (月 日)	

複数キャンセルして、1件に振り替える場合

キャンセルするイベント No. と開催日	送金済み参加費	振り替えて新たに申し込むイベント No. と開催日	参加費
() 号 No. (月 日)			
() 号 No. (月 日)		() 号 No. (月 日)	
() 号 No. (月 日)			
() 号 No. (月 日)			

申込用紙を使い終わった方 FAXご利用の方へ

下票をコピーしてご利用ください。

JASS事務局 FAX番号 03-3512-3585

(いずれか 一つに○)		春号 夏号 秋号 冬号				JASS イベント・サークル申込書																																									
ご住所	ご登録お電話番号(必須)	今回変更										会員企業名(出身企業名) (JASS友の会の方は「友の会」とご記入ください)																																			
		初めにご利用の方と最近住所の変わった方はご記入ください										FAX 電話番号と同じ																																			
1 本人	初めにご利用	フリガナ		姓(必須)		名		生年月日		昭和		大正		年		月		日		男		女																									
	携帯電話		-																																												
2 配偶者	初めにご利用	フリガナ		姓(必須)		名		生年月日		昭和		大正		年		月		日		男		女																									
	携帯電話		-																																												
申込イベントNO.(お客様が上記で○をつけた号のイベント番号をご記入ください)																																															
<table border="1"> <tr> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>																																															

申込はがき記入例

★楷書ではっきりとご記入ください

- ・ 申込号数をチェック ➡
- ・ 登録電話番号 ➡
受付結果票に記載されています
新規の方は、ご自宅の電話番号
- ・ 初めて利用の方、住所変更の方は記入 ➡
- ・ 「本人」・「配偶者」 ➡
該当欄に記載を！
- ・ 申込イベントNO. ➡
連続したイベントNO.
でも1枠に1件ずつ
ご記入ください

(いずれか 一つに○)		春号 夏号 秋号 冬号				JASS イベント・サークル申込書																																									
ご住所	ご登録お電話番号(必須)	今回変更										会員企業名(出身企業名) (JASS友の会の方は「友の会」とご記入ください)																																			
		初めにご利用の方と最近住所の変わった方はご記入ください										FAX 電話番号と同じ																																			
1 本人	初めにご利用	フリガナ		姓(必須)		名		生年月日		昭和		大正		年		月		日		男		女																									
	携帯電話		-																																												
2 配偶者	初めにご利用	フリガナ		姓(必須)		名		生年月日		昭和		大正		年		月		日		男		女																									
	携帯電話		-																																												
申込イベントNO.(お客様が上記で○をつけた号のイベント番号をご記入ください)																																															
<table border="1"> <tr> <td>7</td><td>15</td><td>44</td><td>88</td><td>108</td><td>222</td><td>610</td><td>703</td><td>750</td><td>830</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table>																								7	15	44	88	108	222	610	703	750	830														
7	15	44	88	108	222	610	703	750	830																																						

- ・ お申込みが10件を超える場合は、別の用紙にご記入ください。
- ・ 初めてご参加されるご本人様、配偶者様の生年月日、性別は必須です。
- ・ 携帯電話は、できるだけご記入ください。

(東京西グループ)

奥谷	幸裕
北	健二
篠原	捷治
菅原	司郎
中野	司
中山	賢治
成田	和男
楨	卓
室井	俊男
(関東事務局)	
有賀	隆二
加藤	重悦
金子	正親
竹内	則義
坪野谷	雅之
津山	宏
水越	征雄
村松	俊明
北郷	紘子

伊島	吉哲
内田	秀功
岡田	功子
大矢	とも
佐藤	信夫
鈴木	順三
田中	洋治
原田	雅樹
渡邊	春樹

江崎グリコ
トヨタオート三重
東邦ガス
サンアイ旅行
江崎グリコ
旭化成
日本ペイント
トヨタ自動車
アサヒビール

三菱商事
コープこうへい
三井住友海上火災保険
不二製油
オムロン
塩野義製薬
イオン
参天製薬
武田薬品工業
関西みらい金融
エーザイ
塩野義製薬
かんぽ生命
村田製作所
但馬銀行
日本触媒
関西ペイン
日本 IBM
江崎グリコ
塩野義製薬
日本触媒
村田製作所
大阪ガス
オムロン
花王
日本ピーマックス
NPO 法人葬儀費用
日本触媒
村田製作所
高島屋
関西ペイン
コープこうへい
塩野義製薬
第一三共
大阪ガス
日本 IBM
アステラス製薬
大阪府訪問看護ステーション
第一三共
兵庫三菱自動車
みずほ信託銀行
コープこうへい



一生懸命を応援する

JASS ネット 2022年 秋号

令和4年9月1日発行 通巻164号（年4回発行）

編集人 水越 征雄

発行人 水越 征雄

発行所 一般社団法人 日本セカンドライフ協会

〒102-0093 東京都千代田区平河町 2-12-2

☎ 03-3512-3580 Fax. 03-3512-3585