

発行所  
蒲郡市老人クラブ  
連 合 会  
教 育 部

# 生き生き大より

第 30 号



### 主な内容

◆表紙	1頁
◆あいさつ	2頁
◆健康スポーツ部	3頁
◆女性部の活動	4頁
◆交通安全部	5頁
◆演芸部の活動	6頁
◆写真だより	7、9頁
◆会員のことば	8、10、11、12頁
◆市老連の主な事業	12頁

平成16年度  
蒲郡市老人クラブ連合会役員名簿

監事	監事	理事	理事	理事	理事	理事	会計	副会長	副会長	副会長	会長
倉橋	村上	山本	三田	鈴木	小笠原	小田	竹内	石田	小林	草次	吉見
市三	悦男	薫	武	俊悦	鐘司	善一	種吉	昭一	すみ代	清	敏雄

### 連絡先

#### 老人福祉センター寿楽荘内

蒲郡市大塚町山ノ沢13-14  
TEL・FAX (0533)59-7411

#### 蒲郡市老人クラブ連合会事務局



年頭のあいさつ



蒲郡市老人クラブ連合会  
会長 吉見 敏雄

新年明けましておめでとうございます。会員のみなさまには清々しく新年をお迎え、ご健勝のことと心からお祝い申し上げます。日頃、市老連に対するご理解とご協力賜り厚くお礼申し上げます。市老連行事も各部会みなさま方の協力により円滑に、又無事に推進することができました。心から感謝申し上げます。さて新年を迎えるにあたり視点を換え、社会情勢に目を向ければ、長引く経済不況に加え、国、地方の財政事情の悪化など私たち高齢者を取り巻く環境は一段と厳しく、今後対応すべき問題は数多くあります。こうした状況のなか世相は少子高齢化が進み、これまで経験したことのない超高齢者時代に向かおうとしています。このとき、私たちクラブは現今の社会、経済の状況を踏まえ、高齢者の介護予防を基幹として、

健康、友愛、伝承活動を中心に誰もが健康で、安心して暮らせる地域社会を築き上げるクラブ活動を展開することが必要であろうと思えます。会員のみなさま英知を集まれ幅広く活動されることを念願申し上げます。おわりに臨み、会員のみなさまのご健勝とご多幸を心からお祈りし、併せて蒲郡市老人クラブ連合会の発展に、なお一層のご支援を賜りますことを切に望んで新年のあいさつとさせていただきます。

新年のあいさつ



蒲郡市社会福祉協議会  
会長 牧原 幹夫

新年明けましておめでとうございます。老人クラブ会員の皆様には健やかな新春をお迎えのこととお慶びを申し上げます。日頃は社会福祉協議会の活動につきまして、ご理解とご協力を頂いており、厚くお礼を申し上げます。

社会福祉協議会も昨年設立50周年、法人化30周年という節目

の年を迎えることが出来ました。これも市ご当局のご支援や、民生児童委員やボランティアの皆様方、総代さんを始めとする地域の皆様方、また福祉・保健・医療等関係機関の皆様方のご支援ご協力の賜物でございます。心から感謝を申し上げます。

皆様方もご存じの通り、人生80年の長寿の時代に入っておりまして、皆が長生き出来るようになってまいりました。昨年9月の厚生労働省の発表では、日本人の平均寿命は男性が78.36歳、女性は85.33歳で女性は長寿世界一、男性は世界第二位の長寿大国ということであります。蒲郡市におきましても、現在5人に1人が65歳以上のお年寄りという状況でありまして、少子化と共にこの傾向は益々増大していくものと思われ

ます。このため私共社会福祉協議会といたしましては、行政との連携を密にしながら、高齢者の福祉対策を最重要の課題として今年も各種の事業を進める考えであります。介護保険事業では、要介護認定調査やケアプランの作成、指定事業者として居宅介護サービスを利

用者の立場に立つて提供するように努めてまいります。その他、在宅老人給食サービス事業、独居老人の安否確認や交流会の開催、在宅福祉サービスふれあい蒲郡の事業なども引き続き実施してまいります。元気なお年寄りの対策として、老人福祉センターでのふれあい入浴の実施、高齢者慰問、高齢者レクリエーション大会、又皆様方老人クラブへの活動助成も引き続き実施してまいりますのでよろしくお願いたします。

人間の一番の幸せは健康であります。体の健康は勿論のこと、心も健康でなければ楽しい生活は出来ません。老人クラブ連合会会員の皆様には本年も健康で生きがいを持って活躍されること祈念させていただきます。

尚来る3月6日には各種福祉団体やボランティアの皆様方と手を携えて「第22回福祉まつり」を開催いたします。老人クラブ連合会の皆様方もボランティアとしてご支援・ご協力をお願いすると共に、より多くの皆様方がこの「福祉まつり」にご参加頂けますようお願いいたします。新年の挨拶といたします。



# 健康スポーツ部

部長 石田昭一

**もっと楽しく、  
もっといきいき**

誰もが気軽に自由に参加でき、  
楽しめるスポーツとして誕生した  
「ニュースポーツ」は、高齢期に  
ある人々が一人ひとりの体力や健  
康状態にあわせて、楽しみながら  
体を動かし、健康や体力を維持・  
改善していくことの出来る運動・  
スポーツです。

こうした運動・スポーツはストレ  
ス解消だけでなく、仲間の輪が広  
がったり、毎日の生活に生きがい  
をもたらすことにもつながるので  
は、と思います。

みなさんも仲間と一緒にニュー  
スポーツを通じて、自分自身の「健  
康づくり」や「仲間づくり」・「生  
きがいづくり」に挑戦してみてください  
はどうでしょうか。

今年の市老連のスポーツ活動に  
つきましては、第32回愛知県老人  
スポーツ大会（10月3日）あいち  
健康の森公園（大府市）に36人が  
参加して雨で足元が悪い中にもか  
かわらず、成績はグラウンド・ゴ  
ルフⅡ5位、ウオークラリーⅡ6  
位、フェザーベースⅡ入賞とが  
ばりました。

16年度の市老連グラウンド・ゴル  
フ大会（春、秋）には延べ422人の  
参加があり晴天にも恵まれ、皆さ  
んの協力で楽しくプレーができま  
した。

第2回東三河老人クラブグラウ  
ンド・ゴルフ大会は11月25日豊橋  
市陸上競技場で開催され448人の参  
加がありました。蒲郡市老連から  
は40人が出場し、Aゾーン3位、  
5位、Bゾーン5位と3人が入賞  
と大健闘しました。

今後とも研鑽を重ねられて、スポ  
ーツを通じて元気に楽しく。

## 第5回グラウンド・ゴルフ大会結果

平成16年6月4日(金) 浜町グラウンド  
ゲーム参加者223人

Aゾーン	地区		Bゾーン	地区
竹内 良一	蒲郡	優勝	本多 志ん	蒲郡
稲吉 一男	形原	2位	山内 宗夫	形原
竹内 定子	三谷	3位	山本 義治	蒲郡
海藤フキヨ	東部	4位	金田 俊司	北部
市川 正	形原	5位	福田 和夫	形原
永井とめ子	東部	6位	倉橋 一夫	蒲郡



第5回 市老連  
グラウンド・ゴルフ大会(6月4日)  
Aゾーン優勝 竹内良一さん  
Bゾーン優勝 本多志んさん



第5回 市老連グラウンド・ゴルフ大会  
準備体操(6月4日)

## 第5回・第6回 市老連 グラウンド・ゴルフ大会

## 第6回グラウンド・ゴルフ大会結果

平成16年11月5日(金) 浜町グラウンド  
ゲーム参加者199人

Aゾーン	地区		Bゾーン	地区
山本 義治	蒲郡	優勝	吉見 鉄夫	形原
安井賢一郎	三谷	2位	杉浦 正	府相
木邨 弘子	塩津	3位	柴田 和夫	塩津
鈴木 寿子	蒲郡	4位	小田 武男	北部
市川 貞夫	小江	5位	鈴木 修次	蒲郡
倉橋 一夫	蒲郡	6位	小山内美江子	東部

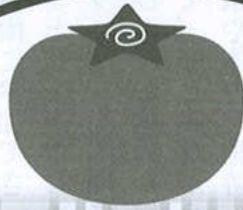


第6回 市老連グラウンド・ゴルフ大会ゲーム風景(11月5日)





# 女性部の活動



部長 小林すみ代

女性部が平成8年に発足して以来、蒲郡市老人クラブ連合会の主催する学習活動、福祉まつり、高齢者趣味展などにも参加して来ました。又、月に一回ですが体力の維持向上を目指して健康教室でストレッチから鳴子を使用して色々な踊りに挑戦し高齢者レクリエーション大会には全員で楽しく頑張って踊っています。

新しい事業としては、7月には警察署からの依頼で交通安全を願う川柳を募集し、その作品を有志で短冊に書き、女性部で編んだアクリルたわしと共に交通安全キャンペーンの時にドライバーに配られました。短冊を読んだ人はきつと安全運転をしてももらえると思いました。警察署からは、女性部に感謝状を頂き光栄に思っております。

9月には碧南市老人クラブ女性部と交流会を行い、諸問題に付いて交歓することが出来ました。この様な交流から新しい人

と人との会話がはずみ、出会いがあり、呆け防止にもつながり楽しく元気に毎日が過ごせるのではないかと思います。



春の交通安全キャンペーン(7月12日)警察署長より女性部へ感謝状受賞

又10月には、私達女性部だけの生きがい講座を開催致しました。参加者は各単位老人クラブから(女性)4人と正副会長の合計240人、講師は財団法人モロロジー研究所社会教育講師の三宅幸彦先生をお願いを致しました。心の健康を図るための研修会と致しました。これからの高齢化に伴う社会情勢の変化にどう対応して行くべきかに付いて先生のお話を聞いて解決の糸口が見つけれられたらと思いま

した。毎日の生活の中で感謝の気持ち忘れず、元気で楽しく生きて行ける様に頑張ってください。



女性部90人による「居酒屋サンバ」(11月11日)



市老連女性部生きがい講座(10月13日)市民会館東ホール 参加者240人

H16年度 女性部健康教室参加人数  
4月108人・5月103人・6月82人・7月107人・8月77人・9月77人・10月94人・11月66人



# 交通安全部



今年度は、市内の高齢者の事故が自転車、歩行者とも多発しており、高齢者の一員として残念でなりません。

市老連各地区では、事故の撲滅を図るため交通安全教室を開いて会員の皆様方に講話を聞いてもらったり、映画などを鑑賞していただいています。事故は一向になくなりません。

交通安全部も各地区推進協議会、安全協会、蒲郡警察署等が行う交通安全運動、交通事故防止や高齢者の交通事故をなくそう教育の指導など、



## 交通事故をなくそう

部長 三田 武

いろいろな行事に参加・協力をしています。私たち交通安全部員が、平成十六年度に参加した主な行事としましては、七月に商工会議所前のマリノロードで春の高齢者交通事故防止キャンペーンとして、シートベルト、着用の徹底運動を行いました。

そして、九月には、秋の交通安全運動の一環として行われた「事故をなくそう自動車パレード」にも参加しました。

パレードは、天気にも恵まれ残暑厳しい中、市老連会長の高齢者交通安全宣言を合図に開始されました。

私たちの乗ったバスはエアコンも程よく効いて快適でしたが、オープンカーに乗られた会長は太陽に照りつけられ暑くて大変だろうなと思いました。

また、少し変わった催しとして、「交通安全高齢者自転車大会」がありました。

この大会は、自転車の安全操作を競うチーム競技です。

蒲郡では八月に各地区から三十名の方が参加され、市の体育館で選考会を行い上位四名の方が、県大会への代表に選ばれました。

県大会は、十一月に県体育館で四十六チーム・百三十八名が参加して開催されましたが、残念ながら蒲郡市はおるか東三河地区からはひとりも入賞者がでませんでした。私たち応援団や選手の人たちも時間がた

つぷりあったので、名古屋城や菊花の展示会を見物したり、おもしろ交通博の催物に参加して楽しい一日を過ごしました。新しい年を迎えましたが、会員のみな様におかれましては、くれぐれも交通事故には気をつけてくださいますようお願いいたします。



秋の交通安全パレード(9月23日)  
吉見会長の交通安全宣言



交通安全高齢者自転車大会(11月23日)  
愛知県体育館





# 「演芸部」の活動

部長 住山茂保

市老連の演劇部の活動は二つだけあります。一月におこなう新春カラオケ大会と十一月におこなう高齢者レクリエーション大会です。「新春カラオケ大会」は平成十六年から初めて開催されるようになった大会で、市老連の演芸部十人で運営しています。

出演者受付係、一般入場者受付係、抽選券係、お茶当番係、司会係などの役割を分担して、無事カラオケ大会を終えることができました。大会後はお米5kg、3kg、みかん5kgの賞品が当たるお楽しみ抽選会がおこなわれ、歓声の中で賞品が渡されました。

お米やみかんが当たらなかった人はビスケット一箱が配布されました。出演者は男性二十二人、女性二十八人の計五十人でした。平成十七年は一月七日に「新春カラオケ大会」が開催されます。「第二十四回高齢者レクリエーション大会」は十一月十一日におこなわれ、歌に出演された方は、男性、女性共に十人の合計二十人。民謡、舞踊に出演された方は合計百八十人でした。「高齢者レクリエーション大会」は女性部と演芸部が合同で協力して、平成十一年からもう六年も担当してきています。



市老連新春カラオケ大会 (1月9日)

お茶係、座席誘導係、来賓接客係、受付係、出演者誘導係、演題めぐり係、司会係など必要な係を分担して責任を果たしてきました。正午からの開会の式典で市長、市議会議長の挨拶をいただいた後、開演となります。四十四の演題が終了したのは、午後三時四十五分頃でした。終了後は立て看板や楽屋のごさをしまい、ごみ拾いなどの後片付けをします。

最後は女性部、演劇部二十二名全員が集合して、市老連会長のお礼のことばを聞いて解散となります。進行に一生懸命で歌や踊りを楽しんで聞いたり見たりできないのが残念です。

「第二十四回高齢者レクリエーション大会」は十一月十一日におこなわれ、歌に出演された方は、男性、女性共に十人の合計二十人。民謡、舞踊に出演された方は合計百八十人でした。「高齢者レクリエーション大会」は女性部と演芸部が合同で協力して、平成十一年からもう六年も担当してきています。



高齢者レクリエーション大会演芸部より花束贈呈



# 写真だより Part-1



福祉まつり模擬店寄せ植え作り (3月6日)



第1回 新春カラオケ大会  
手作りの衣装の山田さん (1月9日)



第39回 愛知県老人福祉大会  
表彰者 (8月31日)

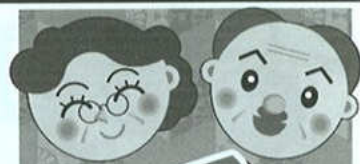


高齢者自転車大会上位入賞者 (8月5日)



第21回 三河老人クラブ ゲートボール大会  
6チーム参加 (10月25日)





# 会員のくまば

## 新春を迎えて

蒲郡地区 三輪二郎

松の内も過ぎ、正月気分も抜けて平常の生活に戻りつつある今日この頃です。蒲郡地区老人クラブ会員の皆様、新年明けましておめでとうございます。私達の蒲郡地区老人クラブも、皆様方からのご要望により会の名称が変わり栄宝会として新しく出発をすることになりました。私は常々思っているのですが、日本の少子高齢化は、急激な勢いで進展しており、私達高齢者は、この高齢化社会においていかに生き抜いていくかということなのです。

人間は、自分の力で髪の毛一本さえも黒くも白くもできません。ましてや老いを止めることなどできません。ならば、せめて美しく生き活きと老いたいものです。し

かし体は、おとろえ、シワは増え不安が心をかきむしります。老いて逝くということは、己に自覚を持たせる為に醜い姿にしていくのだろうか。ならば、心だけでも美しく老いたいものだと考えます。そこで私は、いつも老いを恐れず、老いは迎え討て、そして、自分らしく生き活きとして、光り輝くような人生を築いていきたいものだと考えています。さて、年々年を重ねるにつれ昔を懐かしむ心は募るばかりです。会員の皆様が折にふれ相寄り合つて昔を語り合い往年を振りかえつてみるのも、それなりに意味があり、また意義深いことであると思います。私たちが会の存在は、私共年を重ねた者同志の明日への活力を高める心の寄り所のある場であり、お互い仲良く手を取り合つていく大切な組織であると考えています。還暦も過ぎ共に老境に並ぶようになりました。

これから先が私共にとって本当に価値ある人生の歳月であると言うべきではないでしょうか。自分自身の考えと気力で体調を整え、ゆつたりと落ち着いて沈黙考して考え方や物の見方を改善して向上を図り、生活を深め生きがいを高めて、真に、ゆとりある人生を築きあげていくのはこれからだと思いません。甚だ、言葉足らずだとは思いますが新春にあたり所信の一端を述べてご挨拶とさせていただきます。

## お互い長寿健康を

大塚地区 稲石二郎

平成十六年九月十五日、満七十五才で、敬老会のご招待をうけ、出席することができました。

昔、近くのおじいさんやおばあさん達が、敬老会に出席するのを見て、ずいぶん年寄りに見えましたが、今自分がその年になって元気で出席出来たことを、つくづく幸せに思う昨今です。

この頃は、毎週金曜日に海陽町で、グラウンド・ゴルフの練習に汗を流しています。海陽町では、新しいグラウンドや、施設ができて、大塚町の海岸もずいぶん変わりました。

した。古誌によりますと、次のように記されています。

『海岸線ノ出入トテハ 殆ンドナク、恰モ 弓状ヲナシ 丸山及ビ 産子山ニ於テ 幾分前方ニ突出シ 星越山ノ海岸ニ迫リタル所ニテ 再ビ突出シ 三谷海岸ニ連ル 海岸遠浅ニシテ 大船ノ寄泊スル所ナキモ 只 星越ノ 南海岸ニ至ル麓ハ 海底稍深ケレドモ 陸トノ交通不便ナレバ 従ツテ 発達セズ：』

しかし、現在は平成十四年四月オープンしたラグーナ蒲郡。夕方になると直径60メートルの観覧車から七色の光が出てすばらしい眺めです。

先日、生きがいセンターの事務職員さんが声をかけて下さったが、はじめは誰かわかりませんでした。話を聞いてるうちに、五十年前の教え子であることがわかり、走馬燈のように在りし日の事が浮かんできました。

去る十一月十二日、蒲郡市民会館で、小山明子氏の講演を聞きましたが、人間の生きかたについて、大変参考になりました。長寿、健康こそ何にもかえがたい宝物であると思えます。





# 写真だより Part-2



第6回 市老連 グラウンド・ゴルフ大会 (11月5日)



東三河老人クラブグラウンド・ゴルフ大会  
上位入賞者 (11月25日)



津島市老人クラブ連合会交流会 (11月19日)



第24回 高齢者レクリエーション大会 (11月11日)  
参加者市内11地区59クラブ他 参加人数1,140人 大会出場者44組285人



## 人生光陰の如し

東部地区 朝倉昌子

「私と戦争」忘れようと思っても忘れることは出来ません。私は豊橋生まれの豊橋育ち、あの悪夢のような昭和二十年六月二十日の夜B29が、潮の岬上空より空襲警報発令けたたましく鳴り響くサイレン、今でもはつきり耳に焼きついていきます。現在一緒に暮らしている一人娘が一才の赤ちゃん、主人が帰って来る迄は責任を果たそうと頑張ったものです。前田南町の実家で焼き出される着の身着のまま丸裸に、当座はおむつの替えも無く物の不足の時代親戚でも仲良くしてくれません、でもなんとか辛抱と我慢でしのぎ、帰ってくるはずの夫が戦死公報。めそめそしておれず、昭和二十二年九月当時宝飯郡三谷町一舗、山中織布株式会社に入社。検反織り上げ、出勤簿迄まかされて会社のため自分のため娘のため頑張つて、健康に恵まれ毎月皆勤賞を頂戴した、会社の皆様にも良く面倒を見て戴き感謝の気持ちで働かせてもらい、山あり谷あり『人の一生は重き荷を背負つて遠き道を行くが如し』山中さんで働いたお陰様で家が建ち

昭和四十二年三月豊岡町へ引越し、友達が出来るかしらと心配しましたが、お陰様にて同じ戦争未亡人で仲の良い方に巡り会えて、幸せは他人が造るもので無く自分で一つづつ積み重ねる事と思います。

『光陰は矢の如し』娘も今年幸田ソニー定年退職し戦後五十九年過ぎてしまえば早いように思います。私は大正十年一月十二日生まれ八十三才お陰様で主人のお加護の賜か無病息災、医者に用なし平成四年鈴木礼治県知事さんから健康管理が優れていると賞状を頂きました。昨年の十一月東三河遺族会役員で沖繩へ参拝、昨年三月一日から五日まで四国八十八ヶ所、四泊五日でお詣りし、本当に身体が丈夫で足腰がしつかり幸せそのものです。毎日の暮らしに、健康に生んでくれた両親に心から有難く感謝しています。自転車で市内用達も出来るし市高齢者スポーツ大会も必ず参加します。私は大正生まれ車の運転も駄目、パソコンも駄目、英語も駄目。でも皆さんが手伝つてくださる約束で皆さんの言葉を信じて私のような浅学者、東部の大きな役を引き受けたからには、会員の手となり足となつて東部親和会を明るく盛り立てて立派な会にしたいと思ひます。

## 私の日々

三谷地区 鈴木ふみ江

皆々様には、御機嫌麗しく新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

主人に逝かれて早くも三年余りが過ぎました。一人暮らしには寂しさがつのり浮かんでくる事は痴呆になつた時、又は不自由な体になつた時、とか介護の事など不安が次々と思ひ巡ります。責任を転嫁できない人生を整理して自分自身よく知り勝手な行動は慎んで、そんな時日常五心の教へを思い出しました。

ハイと云う 素直な心、  
すみませんと云う 反省にの心、  
私がいますと云う 奉仕の心、  
おかげさまと云う 謙虚な心、  
ありがとうと云う 感謝の心、  
この言葉を心に言いきかせて、夢の様な悠悠自的な生活を思い浮かべています。

好きなゲートボールでは高齢者の私を、気分よく仲間に入れて、ふれあいを大切にして楽しい時が過ぎます。又民踊のグループもボランティアでデーサービス等に行きます。

みんな団結して踊っています。

いろいろなグループに入り若い人とのエネルギーを戴き、老人パワ―で身にあまる程のおかげさまに出会っております。

先日は更生保護婦人会のおさそいで、福井県の福井刑務所に行つてきました。明治四年福井囚獄署が設置され、明治三十六年には福井監獄と改称、大正十一年に福井刑務所と改称、現在に至るとか、収容定員四七八名で現在人員増加の為、増築中でした。受刑者は二十六才以上で犯罪傾向の進んでいない男子を収容しています。処遇は、社会復帰を図ることを目的としており受刑者に社会適応性を涵養するため各種の教育を実施している。作業するに当たっては、作業賞与金が出て釈放後の更生資金に充て、釈放時に支給されます。

私も胸に何をか念じつつ、ほつとして刑務所を後にしました。今自分の一日が、ありがとうと云う感謝の心で一杯です。明日に向けてよりよい暮らしを祈っています。





# お互いの個性について

西部地区 神田元治

明けましてお目出とうございます。私に何が書けるか心配です。

私は三十八年前に病院で再生不良性貧血と診断されました。当時の医学では、どんな治療を行って良いのか分らず、まず輸血をと云ふ手段で臨みました。ようやく三十人位の人に戴く事が出来ました。と云うのは女性の場合は生理の時、男性の場合は酒を飲んで血液の薄い時は不合格です。この状態で血液を戴きながら生き続けるのが辛いので、ある人に進められて、名大付属病院に入院、八ヶ月を過ごしました。その間、喘息で苦しむ方、白血病で死んで行く方、沢山の死を見て来た時、人間何の為に生きて居るのか、また何の為に生まれて来たのか、考えさせられました。そして今、市老連の方々と生活する時、役がしたくないので会員をやめる、あの人居るので出席したくない、人間の我儘な事に気が付きました。けれども私もこの我儘を通して生きて居るんだなと気が付きました。ある大学の教授が自分自身の話をしてくれました。百万人に一人の血管腫と云

う病氣、顔が海綿状血腫で血管がふくれて来る。本当におぼけのパケモノ、お岩さんの様な顔をした人でした。子供の時バケモノ、お岩さん、バッチイ、不潔、とこのしられて育ちました。救われたのは母が助産婦と看護婦の免許を取り、進んでPTAの会長を買って出て、いじめられる私の力に成ってくれた事。二十五才の時十時間に及ぶ手術で全身の血管を入替えたのに、就職の時、試験を三十回位受け、学科では合格なのに、面接で全て不合格で始めて出発の決心が付きました。自分の病氣と戦う。血液の医学に入り、ハンセン氏病の研究、自分への血管腫を範例に良い先生に恵まれる。今では皆様の講演も出来て例えば、いじめめる人、切れ易く、どうしようもない人、スピーディーで早く結果を出す人、ふるい立って行動する人、人それぞれいい所を見つけてほめる、お互いに助け合い、一日一日を過ごしたい。今日亦今年二度と戻らない。今年一年よろしくお願います。



# 耐震の診断と補強を

府相地区 倉橋市三

台風と地震で日本中が天災に会ったそんな一年だった。お陰で私達の町は小難で済み、まずはひと安心ですが、災害のための被害を受けられた皆様方には心より御見舞い申し上げます。私も昔十三号台風や伊勢湾台風で大変恐ろしい思いを致しました。台風に対する強い恐怖心を持っていたが、地震に付いての怖さは少なかった。ところが阪神大震災をテレビで見ると、その被害の大きさを知り驚きました。その後、東海沖や東南海地震の起きる可能性が非常に高いと云われ、蒲郡でも木造中古住宅の耐震診断を行い、危険住宅は補強をして、市民が安心して暮らせる町にしよう。それには耐震診断を受け易くする為、市が診断費用を補助し、無料で診断が受けられる様になった。と云う事を広報「がまごおり」で知り、早速市に申し込みました。私の家は縦横とも四、五間の眞四角の木造二階建住宅です。建築は昭和五二年です。平成十五年五月、診断員の方が見えられ、診断を下さいました。約一ヶ月後、診断の結果が判りまし

た。総合判定は0.77で「やや危険」でした。耐震工事に付いては市に工事費の融資制度があり、条件により六十万円迄は受けられるが、私の家は条件外でだめと云われた。それだけまだ家が丈夫だということですが、私達家族が少しでも安心して暮せるならと思いい知合いの業者に補強工事をお願い致しました。工事の費用は人件費四人分と材料費など合計十三万円余りでした。工事の効果は本年九月五日の紀伊半島沖地震で判りました。今迄は上下別々にゆらゆら揺れたが今度は全部一緒に揺れた。つまり箱の中に居る様だった。これも耐震補強工事のお陰と少し安心致しました。けれど十月の新潟県の中越地震の様な震度七の激震が来た時にはどうなるか、その時は運だけだと思えます。参考までに、耐震については市役所安全安心課に問い合わせを。





## 黄色い帽子と涙のマーク

形原地区 桑下政昭

高齢者マーク。通称「涙マーク」と言われるのを普通車に付けて、黄色い帽子をかぶり運転し約一年たちました。最初はまだまだ運転技術は現役の連中と同じと自負心が頭をもたげて抵抗感があり、黄色い帽子も老人用と逡巡してました。しかし道路走行中には他車の運転手の親切な気づかい等も何となく感じられ、時々走行が不規則などになったときでも、後方からの以前の様なウルサイ警笛も無く、暖かく見守って頂ける感じで、最近では此のマークを付けて居るのが安全マークと錯覚をおこしてしまいうれしく運転しています。此の様な高齢でまだ運転させて頂き、老人クラブへも入会し、クラブの旅行や親睦会など楽しみが増えました。又、寿楽荘へは送迎付きで行くことができ、入浴したり会員の元気なカラオケを聴いたりして憩いの一刻を過ごさせていただいてます。このような行事などに参加出来るお陰で、自分自身に無理も無く有意義に暮して来られ感謝感激です。先日催された高齢者レクリエーション大会に形原地

区より応募しようとしたが、出場者多数のため応援として参加させて頂きました。満席に近い状態で、老人クラブ会員の日頃の熱意がここに結集された感じでした。只、男子の役員の方々は大体老人クラブの黄色い帽子をかぶり活躍されて居り親密感をもてますが、会場に見える人々も、今少し此の帽子を道中だけでも使用して頂けたら、もっと仲間意識を高める様になるのではないのでしょうか。このことが地域のみならず、市全体の会員同志の交流に今一歩進めるのではないかと感じました。会場内でのステージには、民踊舞踊や

カラオケ、詩吟等各地区の出場者が、日頃クラブや会等の集いで練習した成果を充分に発揮され、熱演熱唱と盛り上がっていました。一人では仲々続けられない事も、老人クラブの各親睦会のお陰で仲間造りもでき、共通の趣味を楽しみながら元気に練習したお陰だと思います。我が形原長寿会会員も、地形に恵まれた三ヶ根山を背に、前面は陽光かがやく三河湾と、環境的にも整備された春日浦公園もありと誠に幸せ一杯というところです。此の幸の中、熟年パワーを爆発させたレクリエーション大会の意義をかみしめ、我々会員一緒

になって益々健康で楽しく語り合  
って行ける様、努力出来たらと感  
じました。



市老連会員の皆様、  
これからも宜しく  
お願い致します。

## 2004年市老連の主な事業

- |       |                         |
|-------|-------------------------|
| 4/26  | 市老連総会                   |
| 3~4月  | 女性部健康教室(月1回)            |
| 6/4   | 第5回 市老連グラウンド・ゴルフ大会      |
| 7/12  | 春の高齢者交通事故防止キャンペーン       |
| 8/31  | 第39回 愛知県老人福祉大会          |
| 9/3~4 | 市老連親睦旅行                 |
| 9/8   | 碧南市老人クラブ女性部交流会          |
| 9/9   | 第23回 愛知県老人クラブゲートボール大会   |
| 9/20  | 全国一斉社会奉仕の日              |
| 9/23  | 秋の交通安全パレード              |
| 10/3  | 第32回 愛知県老人スポーツ大会        |
| 10/13 | 市老連女性部生きがい講座            |
| 10/25 | 第21回 東三河老人クラブゲートボール大会   |
| 11/5  | 第6回 市老連グラウンド・ゴルフ大会      |
| 11/11 | 第24回 高齢者レクリエーション大会      |
| 11/19 | 津島市老人クラブ交流会             |
| 11/23 | 愛知県高齢者自転車大会             |
| 11/25 | 第2回 東三河老人クラブグラウンド・ゴルフ大会 |
| 1/7   | 市老連新春カラオケ大会             |
| 3/6   | 福祉まつり                   |