

もっと楽しく。もっと生き生き。

No.34
平成21年1月1日

生き生きだより

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

●発行/蒲郡市老人クラブ連合会 教育部



市老連総会 市民会館東ホールにて(4月26日)

◆主な内容◆

- 表紙p.1
- あいさつp.2
- 健康スポーツ部p.3
- 女性部p.4
- 交通安全部p.5
- 演芸部p.6
- 教育部p.7
- クラブ紹介と会員の広場···p.8~p.10
- 2008年主な事業・写真館····p.11
- ふれあい入浴の日と傷害保険··p.12



功労者表彰

平成20年度 蒲郡市老人クラブ連合会 役員名簿

役職	氏名
会長	小林 英生
副会長	渡辺 ヤエ子
副会長	三田 武
副会長	廣 演 弘 泰
会計	野川 恭 弘
理事	壁谷 秀 雄
理事	松山 三 男
理事	鳥居 義 之
理事	松本 和 雄
理事	岩瀬 辰 次
監事	倉橋 市 三
監事	鈴木 俊 悦



平成21年度 会長

新年のご挨拶

蒲郡市社会福祉協議会会長

富田 忠 男

新年明けましておめでとうございます。会員の皆様には健やかな新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。日ごろは社会福祉協議会の活動につきまして、ご理解とご協力をいただき、厚くお礼を申し上げます。

皆様方もご存知の通り、日本人の平均寿命は毎年少しずつ延びて人生 80 年の長寿の時代に入っており、男性が 79.2 歳、女性は 86.0 歳と世界一長寿であり、今後も高度医療の伸展等に伴い高齢化は進んでいくと思われれます。

蒲郡市における 65 歳以上の人口は 19,284 人で、昨年 9 月での高齢化率は 23.7%と、県下都市の中でも新城市、常滑市に次ぐ三番目の高さであります。

このため、私も社会福祉協議会といたしましては、高齢者に対する福祉施策を重要課題の一つとして掲げ、行政との連携を密にしながら、各種の事業展開を図ってまいります。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って提供するように努めてまいります。このほか在宅老人給食サービス事業を始め、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を引続き実施してまいります。また、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や憩いの場としての休養娯楽活動の推進、高齢者宅への慰問、高齢者レクリエーション大会を開催してまいりますし、各老人クラブへの活動助成も引続き実施してまいりますのでよろしくお願い致します。

人生の一番の幸せは健康であります。体の健康はもちろんのこと、心も健康でなければ楽しい生活はできません。老人クラブ連合会会員の皆様には今後とも健康には十分留意され、生きがいを持って活躍されることを祈念させていただきます。

なお、3月1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 26 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ともに、より多くの皆様方がこの「福祉まつり」にご参加いただけますようお願いいたします。新年の挨拶といたします。



新年のご挨拶

蒲郡市老人クラブ連合会会長

小林 英 生

明けましておめでとうございます。会員の皆様方には今年も幸多き年でありますようご祈念申し上げます。また常日頃の市老連の運営につきましてもご協力たまわり心から感謝いたします。

未熟な私ですが石田昭一氏の後任として大役をおおせつかり、役員の方々、社協、市等関係者のご指導ご支援によりまして、大過なく今日まで活動出来ましたことにつき紙面を借りて、厚く御礼申し上げます。

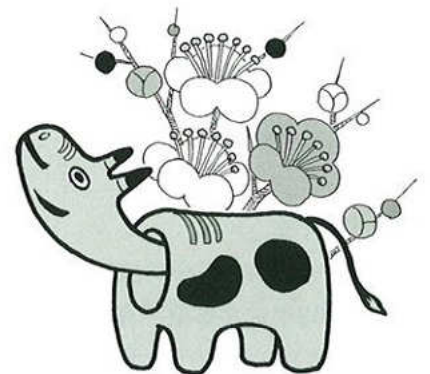
さて市老連の役割として最近関係各位より期待されていることが三点ほどあります。

第一は新会員を増やしてほしい。昨今高齢者の交通事故が増加していますが、なかでも老人クラブに加入していない人が事故にあうケースが多いそうですので、少しでも交通事故を減らす一案として、新加入者を多く集めた老人クラブが蒲郡警察署から表彰されました。

第二は相互支援活動です。最近老人の一人暮らしや、老夫婦家庭が増えています。そういう家庭は引きこもりがちになり、運動不足などから病気にもなりやすいので、会員が問題のありそうな家庭を訪問したり、会合などに呼んだりして元気付けてあげることです。

第三は自分の健康は自分でまもる。今、蒲郡市民病院では医師不足で休診や診療の制限が出ています。そのためにもまず三度の食事はきちんと食べ、常日頃自分の健康に注意し、かかりつけのお医者さんを決めておくことがとても大事なことです。

以上三点を市老連の活動の中心として今年も元気に暮らせることを感謝しながら頑張りますので、ご協力お願いいたします。



健康スポーツ部

部長 近藤利志夫

平成20年度、市老連主催のグラウンド・ゴルフ大会が春（5月）と秋（10月）に開催されました。

各大会の成績は表の通りです。昨年までは、春の大会の成績上位40名程の人達が東三河大会に出かけて行き、蒲郡市老連は例年入賞者が多く出て、蒲郡のレベルの高さを誇ってきたと思います。それが今年から東三河大会が突如廃止されてしまい、楽しみにしていた人達は、ガッカリしたことでしょう。

健康・スポーツ部としては、春、秋大会とは別に東三河大会に変わる、もう1つ何か皆さんが楽しみにして頂ける大会をと検討しているところです。

第13回(春)市老連グラウンド・ゴルフ大会成績表

平成20年5月27日(火)浜町グラウンドにて

順位	Aゾーン	スコア	地区	Bゾーン	スコア	地区
1	牧野 末吉	34	形原	落合 武	36	蒲郡
2	藤川 虎雄	37	蒲郡	吉見 明次	38	蒲郡
3	小田美佐子	38	東部	牧野 信昭	38	塩津
4	岩瀬 伸江	40	府相	浦川 保	38	塩津
5	中村美美子	40	蒲郡	平野 幸次	39	小江
6	矢板橋重雄	40	三谷	三浦 園	40	蒲郡
7	山口ノリ子	41	府相	森 悟郎	40	西部
8	清水 裕雄	42	三谷	鈴木 修次	40	蒲郡
9	市川 敏子	42	形原	三田 孝吉	40	形原
10	安井賢一郎	43	三谷	遠山 武	41	西部



第14回(秋)市老連グラウンド・ゴルフ大会成績表

平成20年10月28日(火)浜町グラウンドにて

順位	Aゾーン	スコア	地区	Bゾーン	スコア	地区
1	天野 生子	37	蒲郡	小林 一光	34	塩津
2	木邨 弘子	38	塩津	遠山 二郎	35	蒲郡
3	小林 信克	38	形原	丸山 春美	35	西浦
4	小林 昌子	39	大塚	山本 幸孝	35	蒲郡
5	加藤 ミヨ	39	塩津	小林 晶子	36	蒲郡
6	牧野 末吉	39	形原	屋敷 綾子	37	形原
7	竹内 誠司	40	北部	飯田 源治	37	北部
8	羽賀 清明	41	北部	福井 義高	38	塩津
9	磯野きみ江	42	塩津	朝倉 勇治	39	北部
10	藤原 吉一	42	蒲郡	市川 長春	39	塩津



女性部

部長 渡辺ヤエ子

昨年の夏は猛暑に始まり、各地では集中豪雨に見舞われ、十月に入りやっと穏やかな日々を送ることが出来るようになりました。

本年度当初、女性部の活動は何も出来ておりませんでした。ようやく年末に向けて会員の皆さんと行う布草履作りを計画しました。また私たち役員は、老人クラブの毎年恒例で行われる行事には積極的に参加し、女性部とし、老人クラブを盛り上げるよう努力しております。

十一月に行われた高齢者レクリエーション大会においては、午前中は健康講演会を聞き、その後のアトラクションでは、女性部の踊りや、各地区から選ばれた人々のカラオケ・民踊・舞踊など皆さん張り切って参加しました。また三月に行われる福祉まつりにおいては、五平餅とお汁粉を作り、販売いたします。



▲福祉まつり模擬店

その他毎月一回ですが、福祉会館においては、ストレッチや踊りの練習もやっており、たくさんの方々が集まり楽しく行っております。一人ではなかなか出来ないことも、皆さんと一緒にやれば楽しくできますよ。

先日健康の森で行われた老人スポーツ大会においては他市町村の女性部が各自手作り作品の草履やティッシュ入れや小物などを持ち寄り販売していましたが、大変な人だかりで大盛況でした。

その状況を見ると私たち女性部でもがんばって作り、福祉まつりなどで売れば絶対に売れるように思えました。



▲週1回のストレッチ(福祉会館)



▲健康体操

皆さん家にこもっていないで出かけて、一緒にいかがですか？どうか皆さんの“チエ”をおかりしてやりたいです。

皆さんの顔を見ながら世間話をし、がんばって作りましょう。元気で健康で、毎日笑顔で、生活を送りたいですね。

さあ！がんばって生きましょう。



▲今年もお披露目「ぎよしのソーラン節」



交通安全部



交通安全部長 広浜 弘泰

今年の交通安全部の活動は、5月28日に岡崎市老人クラブ連合会との合同による交通安全講習会が岡崎市の上地自動車学校にて行われ、蒲郡市老連から10名の出席を得て蒲郡警察署の神取係長と一緒に参加し、学校の指導員による講義とコースに出て指導を受けました。

コースでは3班に分かれて、自転車に乗っている時、若者たちが音楽を聴くためにイヤ



▲高齢者交通安全自転車大会

ホーンをしている状況と同じようにレーシーパーを付けて自転車に乗り、自動車はどこまで近づいたら気がつくか、又、年齢を加えると動きが緩慢になる横断歩行トレーナーの横断実践などを行いました。9割以上の方々が困難と感じて帰ってきました。



▲ドライバー体験型講習会(蒲郡自動車学校)

また、10月28日には高齢者ドライバー体験型講習会が蒲郡自動車学校に於いて交通安全部会員と役員合わせて14名が参加し「自分の運転の能力を理解し、更なる安全運転を心掛ける」ことを目的に行われました。

3人1組が教習車1台に乗車、「交差点の右折・左折、見通しの悪い交差点の速度や安全確認、一時停止場所での停止・停止線超え」など9項目のチェック診断を教官から受



▲シュミレーターによる測定を受ける参加者

けました。また、シュミレーターにより危険回避能力測定や反応時間測定を行いました。自分がこれほど運転応力が低下しているかと参加した会員の皆さんは痛感していました。日頃自分は「事故は絶対に起こさない」と自負していますが、能力に応じた安全運転を心掛けたいものです。

愛知県では本年も昨年引き続き全国ワースト1となっています。中でも高齢者の事故死者が11月1日現在、93人で全体の47%となっています。

横断中の事故死者の8割が高齢者です。道路を横断する際は、必ず左右の安全を確認し、横断中も左右を確認しながら横断しましょう。

また、反射シール等により歩行中や自転車運転中であることを知らせて交通事故に遭わないようにしましょう。



▲秋の交通安全キャンペーン(JR蒲郡駅構内)

演芸部



レクリエーション大会と裏方の役割

演芸部長 矢板橋重雄

今年も演芸部、女性部の打合せが10月17日に開かれて、新たな事務局を中心に会議。出演者、来場者への裏方の役割分担を決めました。会長の交代、事務局の人事交代で、私自身三年目の役割に不安を抱えての当日でした。

早朝から意気込みが激しく、遅れて届いた弁当のせいもあって、打合せとは別行動の両部員。役割分担そっち除けでの自分のブロックの弁当運搬、受付にと興奮状態になる。

案の定「控え室がどこかわからん。どうなっているの！、師匠方からのお叱りです。「今年は今年の遣り方で、と事務局の言動、来場者の入場は始まっているので、会場案内役に立つ。

二年前の有能な司会者・飛田さん、ベテラン事務局の榎本さんの二人の指導で今年を迎えた私、いよいよのプログラム紹介へ。

府相の民踊クラブを、次の歌紹介して注意を受けてパニック状態へ。「済みません、ごめんなさい、のマイク。女性部の健康体操でも前日確かめた曲で無く、寸前に聞いた曲でも無いとの注意。お楽しみ歌謡ショーも、針の筵です。最後の蒲郡音頭もテープと思いきや、個人が唄う…と、知らぬは私ばかりでし



▲高齢者レクリエーション大会ゲスト出演者に花束

た。

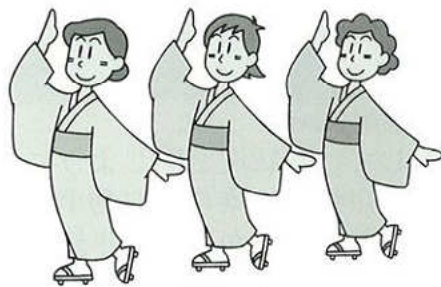
私も司会役三年目。慎重に謙虚に油断なくとの心積りで臨んだのに、大失態です。順調な進行に自惚れがあったんでしょう…関係者に心よりお詫び致します。

打合せの大切さ、大変さ、長年続いて来た事柄の大切さ、裏方同士の連絡の伝え方、役割の大事さを体験、経験出来た三年間でした。

関係各位からの御支援、心より感謝致します。

益々の大会発展を願っています。

ありがとう！



高齢者レクリエーション大会(11月9日)市民会館大ホール

教育部

教育部の活動

教育部長 松山 三男

9月20日 全国社会奉仕の日
 蒲郡市老人クラブ連合会では「一人一枚運動」と題し、タオル（雑巾）を提供し、市内の保育園、小学校、中学校への配布をいたしました。



▲「全国社会奉仕の日」(9月20日)市内保育園、小・中学校へ雑巾配布

※学校配布枚数基準は（クラス数 × 12 枚）前後とする。

地区	地区収集枚数	福祉施設	中学校 / クラス数	小学校 / クラス数	保育園 / クラス数	クラス数合計	配布枚数
西 浦	420		西浦中 7	西浦小 14	西浦保 3	24	300
形 原	887		形原中 15	形原小 19 形北小 19	形原保 3 形北保 4 形南保 9	69	827
塩 津	478		塩津中 11	塩津小 20	塩津保 3 鹿島保 11 塩北保 2	47	568
西 部	275			蒲西小 7	西部保 2	9	120
北 部	233			蒲北小 12	北部保 10	22	263
蒲 郡	640		蒲郡中 17 中部中 12	中央小 14	中部保 13	56	670
小 江	330			蒲南小 14	南部保 3	17	210
府 相	271			竹島小 14	府相保 12	26	311
東 部	210			蒲東小 13	東部保 3	16	200
三 谷	655		三谷中 13	三谷小 14 三東小 13	三東保 10 三西保 9	59	700
大 塚	330		大塚中 8	大塚小 15	大塚保 3 大西保 2	28	330
学校関係合計	4,729		83	188	102	373	4,499
全 体		寿 楽 荘 眺 海 園					50 180
合 計	4,729						4,729

料理教室

7/31 中部市民センター
 蒲郡・小江・西部・東部

9/4 東部市民センター
 大塚・三谷・府相・北部

(9月4日 / 東部市民センター調理室にて)▶

11/25 西部市民センター
 塩津・形原・西浦



もっと楽しく。

もっと生き生き。

地区老人クラブ紹介

私たちの睦美会 (府相地区)

代表 倉橋 市三

私たちの地区睦美会は、ほぼ海辺に沿って居て、東は西田川を挟んで三谷町と接し、西は小江地区、北は蒲郡地区に囲まれた所の地区で有ります。皆さん良くご存じのように、海岸の眺めは散歩の足もしばしは止まると言われる程の場所が精一杯の自慢で、後はあまり取り柄も無い様な地区に有るのが、私たちの睦美会でございます。

ところで、私たちの睦美会は、先輩の話では、昔は60歳以上と70歳以上の二つの会が有って別々に行動をして居たが、年配の方々が段々ご逝去されて会員が少なくなってきた為に、二つの会が一緒に成って若い方の名前を引き継いで「府相睦美会連合会」と成ったのが昭和45年と聞きました。それ以来40年近くになる今も創立以来の伝統を守り、健康に 教養と友愛 奉仕と安全 に努めて参りました。これから先輩たちの志を受け継いで、努めて参りたいと思います。60歳以上の方ならどなたでもご入会出来ます。お気軽にお申込下さい。

府相睦美会では毎月会報「睦美会だより」を各会員の方にお届けして居ります。個別に見ますと、スポーツは愛好者同志でゲートボールやグラウンドゴルフ等。演芸向きは民踊、カラオケ、歌謡詩吟。その他公民館に於いてやっている活動の参加等色々有ります。

市老連で決められた事以外に、寿楽荘の利用日に(これは一年に四回)只毎回飲んで騒いで帰って来るだけでは勿体ないと、私の先輩が始めた事が有りますのでご紹介いたします。それは、毎回寿楽荘に着いてから1時間~1時間半くらい交通安全又は健康教室、災害の時の対応。生活安全等をそれぞれ講師にお願いして行って来ました。それでも運が悪いと言うか、年寄りはお忘れっぽいと言うか、今までに府相で3の方が交通事故で亡くなりました。残念です。今後この様な事の無い事を只祈るばかりです。今後何事に寄らず、会員の健康と安全を第一に考え、努めて参りたいと思います

会名改名、と結果効果は (塩津地区)

代表 鳥居 義之

「川東悠和会」—新しい会の名前です。今年4月1日から今迄の「川東寿会」から「川東悠和会」と改名したのです。

戦後老人クラブが発足した時付けられた「川東寿会」以来六十年余り、多くの人達から愛され、親しまれた寿会の実績功績は、大変偉大であり、心より感謝と敬意を表する次第です。思い出多き川東寿会の名前を変更するには大変心の痛む思いでした。

現在70歳以上の人達は多数居られますが、老人クラブに入会される人は非常に少なくなりました。六十年前と今では高齢者の意識外観が大きく変化して来ました。新しい時代に合った事業や会の運営をして行くには多くの人達に会員に成って貰う事が必要との考えの基に、思い切って会名を改名する事としました。会の発展の願いを込めて「川東悠和会」としました。寿会と悠和会の違いは、老人クラブらしからぬ名前にした事です。

結果、今年4月1日から新しく5人の方が入会されました。又8月に蒲郡警察署の呼びかけに依る老人クラブ加入キャンペーンで、新たに6人の方が加入され、今年度の入会者が11名と成り、9月26日に蒲郡警察署と蒲郡交通安全協会から表彰状と会員全員に記念品を頂く光栄に欲くしました。改名の結果が此の様な形で評価された事を大変嬉しく思っております。

会員皆様方の御理解御協力心より感謝御礼申し上げます。高齢者の皆様方の入会をお待ちして居ります。



▲毎年2月に行われて居る「川東ファミリー演芸会」に出演された川東悠和会々員の皆さん

会員の広場

私の健康法

西浦地区 丸山 春美

朝夕めっきり冷え込む季節となり、今まで青々と茂っていました青葉も、ちらほらと茶色な葉に変わってまいりました。

私の健康法を紹介させていただきます。

私が30代位の時に、亡くなった祖母から、健康法は「早寝早起は三文の得」とよく聞かされました。私はその時はあまり気にもかけずに居りました。高齢者になりまして、よくよく考えますと「なる程なあ…」と思います。

私は息子の勤め先の都合で朝五時に起きて家族全員で朝御飯をいただきます。それから足の運動もかさねてお墓まいりに約一時間位歩きまして家に帰ってまいります。

それから週に三回のグランドゴルフに出かけます。仲間達の元気な顔を見ると「おはよう」。朝の挨拶から始まり、和気藹々で練習を致します。今までは、朝御飯を食べた後又自分の寝室に入り、テレビを見て居りましたが、ある日友達からグランドゴルフに誘われまして「出来ますかな?」と心配しながらではありますがクラブ活動に入れてもらいました。

今では週三回の練習が待ち遠しい位になりました。仲間の皆様も元気に足どりも軽く動いています。本当にこのクラブに入れてもらって良かったなと思います。

毎日の三度の食事は何を食べてもおいしく頂いて、毎日の生活を楽しく送らせて頂けるのは、これひとえに御先祖様と、まわりの思いやりのある人達に支えられながら健康に生きる喜びをかみしめ、感謝している次第で御座居ます。

何よりも高齢者になりますと、健康で暮す事が一番だと思います。

健康と交通安全

三谷地区 広浜 弘泰

日本人の平均寿命は男性79.19歳、女性は85.99歳となり、人生80年という長生の時代となりましたが、人間誰しも健康で長生きが第一です。いくら長生きしても健康でなければ楽しいことはありません。健康であってこそ旅行に行ったり、趣味にも没頭できるというものです。

私も旅行に年4・5回行っています。三谷高砂会

親睦旅行、市老連旅行など仲間と一緒に旅行し、楽しい思い出を沢山作っています。

趣味では、30年余前に蒲郡市弓道協会の弓道教室に参加したことにより現在も続けています。弓道は「礼に則した体配の修練・射品射格の向上」と云う修練の眼目により、精神統一が大切です。弓には射法八節という定めにより、足踏み・胴造り・弓構え・打起し・引分け・会・離れ・残心(残身)があり、教本に則り正しい射法により「いかに美しい射形にできるか」日々研鑽しているところです。

その他、府相公民館の生涯学習講座に参加し、鎌倉彫を始めて、現在は仏像彫刻に挑戦しています。講師の先生に指導を受け、佛手・佛足・佛頭からやっと仏像に入っています。何年続けられるかわかりませんが頑張っています。

私も今年から市老連の役員を拝命し、交通安全活動の機会も増え、いろいろな所で交通安全のお話を聞きます。本年も愛知県は死亡事故全国ワースト1であり、蒲郡市においても11月初めで5件の死亡事故が発生しています。このうち3件が高齢者と聞きます。高齢者は機敏な動きが出来づらくなっています。交通安全には充分気を付けて新しい年を迎えましょう。

私の健康法

東部地区 小田まさ子

私が老人会に入会して、第一にびっくりした事は、皆さんかくしゃくとして、百歳人生を謳歌していらっしゃる事でした。私も負けない様に趣味と実益を兼ねてグリーンセンターに入会し、低農薬にこだわり、お客様の立場に立って、安心・安全・安価をモットーに、野菜中心の生産物年間数十種類出荷しています。

昨年大腸癌を患い、身障者となってしまいましたが、健康に留意しながら「悴む手息吹きかけて菜洗いです」とか「花吹雪浴びて産直日々出荷」など働くことの楽しさ、生産することの喜びを日々かみしめて、生活しています。そして、出荷したものが売れた時の嬉しさは格別です。

また部会員同志の意見交換とか栽培講習会等交流の持てることも魅力です。「農に生き余生勤労感謝の日」これは私の心情でもあり、健康法でもあります。又歳をとると、読み書きも少なくなりますし、頭を使う事も少なくなりますので、俳句に大正琴等々の趣味を持ち、一人居の自分に言い聞

会員の広場

聞かせ、日々が健康で楽しく暮らせる様に心がけて、生涯現役で二度とない人生を悔いのない様生きたいと努力しています。

磐梯高原にわく乳白色の美湯

西部地区 山本 好男

定年退職してはや十五年。毎年楽しみにしている温泉旅行の行く先を旅の雑誌や旅行社で調べ今回は東北の磐梯高原にわく乳白色の美湯『野地温泉』を旅することにした。

福島県の野地温泉は標高一二〇〇メートルの磐梯高原にあり、ここからの眺めは福島市街を見下ろすことができる。紅葉の季節に訪れたので旅館につくまでの道中の山々は見事に紅葉し絵にかいたような素晴らしい景色でした。

ブナ林の中にあるので、野鳥のさえずりや、木々のざわめきを聞きながら入浴できる風流さがうれしい。

一軒宿の野地泉ホテルは「東北の美湯」と呼ばれる乳白色の湯がどの湯船にもなみなみと張られている。とろりとしたその湯はとりわけ胃腸病に効能があるといわれ、古くから多くの湯治客が利用をしている。この宿の湯船は遊び心と工夫にあふれているのが特徴だ。

宿で最も古くからある檜風呂の「千手の湯」は、湯船が中で三つに仕切られていて、それぞれに異なる温度の湯を楽しむ。湯船の底から源泉がわき出ているので、その感触を楽しみながら浴槽を変えつつ長湯が楽しめる。

変わった趣向という点では、「天狗の湯」も面白い。この湯は内湯と露天風呂の湯船が、つながっているため、お湯に入ったまま内と外を行き来できる内湯に浸かって温まっているうちに、外気にあたりたくなった時などにはありがたい。

ほかにも、夜になると美しいライトアップされる露天風呂「鬼面の湯」やサウナ付きの男女別大浴場などもあり、温泉好きを飽きさせない。全部の湯船をめぐってみたいくなる、魅力いっぱいの温泉宿だった。

町民体育祭に参加して

形原地区 壁谷 秀雄

大会当日は雲一点ない絶好の秋日和のなか、第二十三回形原町民体育祭に参加し、蒲郡市

内でも数少ない行事として、公民館長始め出場者、関係者を含め二千数百人を一同に集めての行事が今日まで続いている事は素晴らしいことです。それに参加できる私達も誇りに思っています。こうした行事によって、形原町民の集いの場として一層の親睦を深める事は意義ある事です。私共長寿会も先輩達の努力により参加する事十数年と聞き及んでいます、が今後も先輩達に恥じない様参加していきたいものです。

参加種目としては例年にちなんで踊り二曲とし都度変更していますが、今回は「これから音頭」と「蒲郡音頭」となりました。三ヶ月にわたり四ヶ所の会場にて、数人のリーダーの方々をお願いをして練習に励んでいました。何分にも高齢者対象ですから、先生達も御苦勞な事だったでしょうが、習う会員の皆様方も必死です。練習風景を目の当たりにして皆様方の努力と意欲に目がしらに熱いものを感じると共に、心から有難うと言葉の掛けたい思いでした。当日は八十人程参加して四十人程で円陣をつくり、それを二組作って演戲を行います。年ごとに八十人の確保が難しく、民生委員の方々にも深いご理解とご協力を頂いているのが現状です。演技も練習した成果もあって演技も無事に終え退場門近くでは手を取り合い「よかった、よかった」と肩を叩き合う様子は微笑ましく感じました。参加してよかったの一語に尽きます。

最後になりましたが、関係者一同のご尽力により無事終らせて頂く事が出来ました、有り難うございました。人集めが難しい今日この頃ですが、今後も伝統ある体育祭の灯りを消す事のないよい望みたいものです。

学習会(公演会)に参加して

蒲郡地区 吉見 明次

日本は遂にお金さえ出せば時間でも買えると盲目になりました。教育や政治が型を作ります。

歴史家によると、日本の江戸時代は1日4時間位しか働かなかったそうです。それでも幸せか?

講師はS先生で、その時の話の一端です。

「老人力で心豊かに」の要旨。我が身の態度、表情だけで、世に盡せる事は①心施②眼施③和顔施と云う。

老人の使命は、文化の伝承である。華美な事は若者の特許である。

などの説教がありました。

2008年市老連の主な事業

年間	月日	事業内容
		女性部健康教室(毎月第3月曜日)
4/28		市老連総会
5/9		愛知県老人クラブ女性部総会及びリーダー研修会
5/23		愛知県老人クラブ理事会及び評議員会
5/27		第13回グランドゴルフ大会
5/28		岡崎市・蒲郡市老人クラブ合同交通安全教室
7/29		福祉センター利用委員会
9月～11月		料理教室(全3回)
9/17		愛知県老人クラブゲートボール大会
9/17・18		市老連一泊旅行(奥飛騨温泉)
9/19		愛知県老人福祉大会
9/20	月日	全国一斉社会奉仕の日
9/26		交通安全功労者表彰
10/4		愛知県老人スポーツ大会及びグランドゴルフ大会
10/9		高齢者交通安全自転車大会
10/23		愛知県自転車大会
10/28		第14回グランドゴルフ大会
10/28		高齢ドライバー体験型講習会
11/7		市老連健康講演会
11/7		第28回高齢者レクリエーション大会
1/6		市老連新春カラオケ大会
3/1		蒲郡市福祉まつり
3/24・25		市老連一泊旅行(伊豆堂ヶ島温泉)



思い出
写真館



もっと楽しく。

もっと生き生き。

毎週水曜日は…
老人福祉センター“寿楽荘”
ふれあい入浴の日
です

★無料送迎バスを運行しています
是非ご利用ください!

詳しいバスの乗降場所と時刻表をご確認のうえ、お越しく下さい。なお、水曜日が祝祭日の場合はお休みとなります。

又、次のように、健康や生活面でのご相談も行っていきます。

毎週水曜日：寿楽荘職員による介護相談
第4水曜日：看護師による健康相談
(血圧測定)

ふれあい入浴送迎バス時刻表(毎週水曜日運行)

平成19年4月現在

形原・西浦ルート	予定時刻	蒲郡・塩津ルート	予定時刻
天神橋南	9:15	水族館前	10:25
音羽橋	9:17	市民会館東	10:28
稲生会館前	9:21	竹谷公民館前	10:38
ヤマハチケミカル南	9:26	野川信号南	10:43
蒲サ入口(空ヶ谷バス停)	9:29	奥林公民館前	10:48
消防署西部出張所前	9:31	ジャスコ駐車場東	10:51
JA形原支店前	9:34	中部電力前	10:54
JA金平支店前	9:39	蒲郡駅北口(ヤマサ売店前)	10:57
鹿島神社前	9:43	新井ハイツ前	11:02
拾石信号東	9:46	府相町バス停前	11:04
		三谷駅北口	11:10
寿楽荘	10:10	寿楽荘	11:15
	14:00		15:30
拾石信号東	14:25	三谷駅北口	15:35
鹿島神社前	14:27	府相町バス停前	15:41
JA金平支店前	14:30	新井ハイツ前	15:43
JA形原支店前	14:35	蒲郡駅北口(ヤマサ売店前)	15:48
消防署西部出張所前	14:38	中部電力前	15:51
蒲サ入口(空ヶ谷バス停)	14:40	ジャスコ駐車場東	15:54
ヤマハチケミカル南	14:43	奥林公民館前	15:57
稲生会館前	14:48	野川信号南	16:02
音羽橋	14:52	竹谷公民館前	16:07
天神橋南	14:54	市民会館東	16:17
		水族館前	16:20
山間部ルート	予定時刻	三谷・大塚ルート	予定時刻
柏原ガード下	9:30	宇佐野池東	10:35
王子屋酒店前	9:32	仲屋	10:36
大宮神社前	9:35	相楽ひめはる会館前	10:37
西部公民館前	9:39	丸山バス停前(東向き)	10:43
山本集荷場前	9:40	丸山住宅バス停前	10:44
坂本集荷場前	9:44	JA大塚支店前	10:46
中央公園北(駐車場前)	9:49	大塚公民館前	10:48
かどや上集荷場前	9:52	西大塚消防車庫前	10:50
上青山信号北	9:57	若宮神社前	10:59
五井町民会館前	10:01	三谷駅口バス停前(西向き)	11:02
JA東部支店前	10:05	やま六うなぎ店前	11:10
東京製綱北(交差点西)	10:08	弥生公園前	11:16
寿楽荘	10:15	寿楽荘	11:21
	14:20		15:35
東京製綱北(交差点西)	14:26	西大塚消防車庫前	15:40
JA東部支店前	14:29	大塚公民館前	15:42
五井町民会館前	14:32	JA大塚支店前	15:44
上青山信号北	14:37	丸山バス停前(東向き)	15:46
かどや上集荷場前	14:42	丸山住宅バス停前	15:47
中央公園北(駐車場前)	14:45	宇佐野池東	15:52
坂本集荷場前	14:50	仲屋	15:53
山本集荷場前	14:54	相楽ひめはる会館前	15:54
西部公民館前	14:55	弥生公園前	16:08
大宮神社前	14:59	若宮神社前	16:14
王子屋酒店前	15:02	三谷駅口バス停前(西向き)	16:18
柏原ガード下	15:04	やま六うなぎ店前	16:21

※注意事項 ・バス走行中は事故防止の為、席の移動等はいしなで下さい。
・原則往復利用とし、片道の場合は乗務員に申し出て下さい。
・乗降は上記指定場所とし、途中での乗車(降車)はできません。

健康を保って
幸せに生きる

高齢者にとって、健康は幸せの第一条件です。健康づくりのためゲートボールやグラウンド・ゴルフなどのスポーツを行なっています。また、今年から男性を中心に料理教室を開催したところ大好評でした。

仲間と一緒に
社会に生きる

高齢者の方が、長年に渡り身につけてこられた経験と知識を社会にいかす活動として、交通事故防止運動、友愛訪問、地域の伝承などを行なっています。

老人クラブ
の活動

学習に参加して
豊かに生きる

講演会、研修会、社会見学などを行って自らの教養を高め、豊かな人間形成をめざしています。

いきいきと
楽しく生きる

各種の趣味活動、親睦旅行、サークル活動などを行う中で、会員同士の共感と連帯感が生まれています。会員の方たちが一番いきいきとする瞬間です。

問合先

蒲郡市老人福祉センター寿楽荘内
老人クラブ連合会 tel.59*7411

もしもに備える、会員相互の支え合い

ケガで1日だけの入院通院でも補償されます。
**老人クラブ
傷害保険**

- あらゆるクラブ活動中のケガを補償
- 一般保険に比べ掛け金は断然お得
- 会員であれば、何歳でも、いつでも、ひとりでも加入できます。
- 細菌性食中毒も補償
- 年間掛け金は500円から、加入しやすい
「老人クラブ活動保険」

年間掛け金	補償内容 死亡 後遺障害	入院(日額)	通院(日額)
Aタイプ 500円	50万円	1,000円	650円
Bタイプ 1,000円	100万円	2,000円	1,300円
Cタイプ 2,000円	200万円	4,000円	2,600円

老人クラブ活動保険に日常生活全般のケガを補償する
24時間保険を加えたタイプもあります。
(掛け金:Dタイプ3,000円、Eタイプ6,000円、Fタイプ10,000円)

資料請求・詳細については、都道府県・指定都市老連、市区町村老連または、
全国老人クラブ連合会保険係
電話:0120-000937 東京都千代田区霞ヶ関3-5-1 霞ヶ関IHビル1階

取組代理店 (有)シニアサービス社