

もっと楽しく もっと生き生き

# 生き生きだより

**No.35**  
平成22年1月1日

老人福祉センター寿楽荘  
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 教育課



市老連総会 市民会館東ホールにて(4月27日)



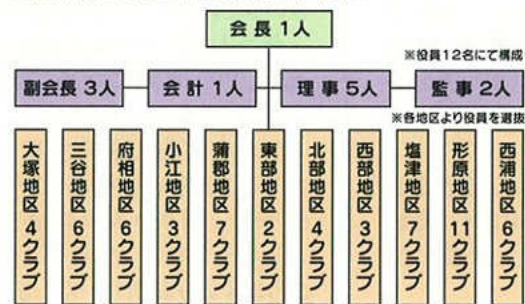
功労者表彰

## 蒲郡老人クラブ連合会概要と主な内容

### 目次

- 市老連総会……………表紙
- あいさつ……………P2
- 健康スポーツ部……………P3
- 女性部……………P4
- 交通安全部……………P5
- 演芸部……………P6
- 教育部……………P7
- 地区紹介……………P8~P16
- 会員の広場……………P17・P18
- 平成21年度……………P19
- 蒲郡市老人クラブ連合会 主な事業
- ふれあい入浴、老人クラブの活動…P20

### 蒲郡市老人クラブ連合会 組織図



### 平成21年度蒲郡市老人クラブ連合会役員名簿

会長	小林英生(大塚)	理事	松山三男(蒲郡)
副会長	渡辺ヤエ子(形原)	理事	鳥居義之(塩津)
副会長	三田 武(西浦)	理事	松本和雄(小江)
副会長	廣瀬弘泰(三谷)	理事	岩瀬辰次(西部)
会計	野川恭弘(北部)	監事	倉橋市三(府相)
理事	壁谷秀雄(形原)	監事	鈴木俊悦(東部)

### 蒲郡市老人クラブ連合会 事業部会 組織図

女性部	部長・副部长・部員11名
高齢者交通安全部	部長・副部长・部員11名
健康スポーツ部	部長・副部长・部員12名
演芸部	部長・副部长・部員11名
教育部	部長・副部长・部員11名

引越しゴミ 事務所移転ゴミ 遺品整理品 などなど

## 回収・お部屋の片付け

1点~大量ゴミまで不用品回収はお任せください 致します!!

どんなことでもご相談下さい

回収廃棄物の一例  
テレビ・冷蔵庫・洗濯機・エアコン・パソコン・オーディオ類・机・椅子・タンス・ベッド・ソファ・掃除機・ラック類・布団・自転車・生活類等々

つまりすべての不用品O.K

ISO14001取得業者

**BISO-E (有)ピン環境** ☎0533-66-0503

【住所】〒443-0038 蒲郡市拾石町前浜8-2

## 60才からのリフォーム

豊岡リフォーム株式会社 ☎0120-96-8801

# 処方せん受付中

どちらの病院・医院の処方せんも受け付けいたしております

地域医療になくてはならない"薬局"薬剤師を目指して

## ふれあい薬局

TEL.0533-66-1613 FAX.0533-66-1614

■愛知県蒲郡市平田町松下18-1  
■営業時間/午前8時30分~午後6時  
■定休日/土・日・祝日

無料宅配





## 新年のご挨拶

蒲郡市長  
金原 久雄

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喜び申し上げます。おかげをもちまして「市民の皆様の声を大切に市政」を着実に進めることができましたことを心から感謝申し上げます。昨年は蒲郡市が誕生して満五十五年という節目の年を迎えました。本年は新たな思いで蒲郡市を更に発展させ後世に引き継ぐ責任を強く持ち、現状をしっかりと見極め、市政運営に取り組んでまいります。

本年におきましても、国と地方の税財政改革による補助金削減など本市の財政状況は、依然として厳しい状況にあります。市政全般にわたり可能な限り見直しを行い、少子・高齢化対策に対応した福祉や教育、環境整備など市民生活に直結した分野の取り組みを優先的に進めてまいります。

介護保険制度は、平成十二年四月にスタートして以降、二度の制度改正を経て多くの介護を必要とされる方々にご利用いただいています。引き続きより質の高いサービスの提供ができるよう、また時代の要請に応えられるよう、制度の充実を図ってまいります。

一方、健康で元気な高齢者の皆さんのためには、これからも元気で安心して日常生活を送れるように、介護予防教室、認知症予防教室、高齢者向け運動教室、健康づくり活動など、高齢者の皆さんの要望や生活実態を的確に捉え、必要とされるサービスの充実や提供に努めてまいります。

本年も創意と工夫を重ね、経験豊かな皆様の知恵をお借りしながら、市民福祉の向上に努めてまいります。変わらぬご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。新年のご挨拶といたします。



## 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。

昨年も多くの行事にご参加いただき、又赤い羽根などにもご協力ありがとうございました。

今年も関係各位から老人パワーを期待して色々な要請があることと思われませんが、健康、友愛、奉仕の精神に合うこととなら出来るだけ協力したいと思っています。

ところで昨年から大きな問題として市老連に協力を要請されているのが名鉄西尾・蒲郡線の存続についてです。この路線は赤字続きで20年度は8億円の赤字だそうです。名鉄は三河線のように廃線にしてバスに変えたいようです。そうなると一番困るのが高校生です。

バス通学になると時間もかかるし本数も減って交通費も高くなるようです。西浦、形原、塩津方面の老人なども市民病院やスーパーなどに買い物に出かけるのに大変不便になります。そこで市当局をはじめ、市内各種団体が総ぐるみで「赤い電車応援団」を結成し、一人でも多く赤い電車に乗る運動を始めました。私も以前赤い電車に乗ったのは、こども会でこどもの国へ行ったのが一度だけでしたが、昨年9月家内とハズ観音にお参りし、10月にも二人で西尾を散策してきました。初めての街でしたが生きいきと暮らしている人々の暖かい人情が感じました。

皆さんも自分の楽しみのため、高校生や仲間のために是非赤い電車に乗って下さい。

毎日を健康で暮らすには色々な事に好奇心を持ち、ご先祖様や家族、周りの人々に感謝することだそうです。今年もご多幸でありますようお願いいたします。



無料シャトルバス 蒲郡駅南口バス乗り場よりシャトルバスにて当館までお送りいたします。

### JR蒲郡駅より毎日運行!

シャトルバスはJR三ヶ根駅、名鉄東幡豆駅と吉良吉田駅からもご乗車頂けます。海遊亭は各方面からラクラクお越し頂けます。

■お迎え時刻		■お送り時刻	
蒲郡駅コース	ご宿泊用	蒲郡駅コース	
10:10 蒲郡駅	16:30 蒲郡駅	16:00 当館出発	
10:30 JR三ヶ根駅			

毎日開演 人気一座 迫力公演

第一部 11:00~12:00 桜と笑いのお笑屋  
第二部 12:00~13:30 宴会場にてお食事  
第三部 13:30~15:00 豪華豪華・豪華ショー

みかわ温泉 海遊亭

日帰り温泉	午前中までのご入場	15:00までのご入場	18:00までのご入場
大人	1,800円	1,200円	1,000円
小学生	600円	500円	500円
幼児	300円	300円	300円

TEL/0563-62-6666  
http://www.mikawaonsen.co.jp

### サーラスポーツ インドアテニススクール豊橋

100th Anniversary 100周年記念

## 2月入会 お得な早期入会特典付!!

2月14日までに入会の方

# 2月テニススクール生募集!!

一般クラス

今なら3か月間の受講料が半額! 安心して始められます!

子どもクラス

テニスは身体の発育や運動能力の向上にピッタリです!

入会金 無料!	テニスシューズ プレゼント	入会金 無料!
2月受講料が半額	3月受講料も半額	4月受講料も半額
小学1年~3年生の子には テニスラケット プレゼント	小学4年生以上の子には 2月受講料半額	

SPORTS CLUB S&L SPORTS

豊橋市八通町4 豊橋駅より徒歩5分

TEL.0532-34-7370 受付時間/9:00~23:00

初心者から上級者まで、みんなが楽しめるテニススクール

## インドアテニススクール豊橋

0120-81-6863



# 健康・スポーツ部

部長 近藤利志夫(北部地区)

明けましておめでとうございます。

平成21年度は、市老連主催の春と秋のグラウンド・ゴルフ大会が230名の参加のもと浜町グラウンドで開催されました。

前日の台風20号の雨でグラウンドがぬかるんで大変でしたが台風一過の好天気にも恵まれ楽しいグラウンド・ゴルフができました。成績は表のとおりです。

第15回 市老連グラウンド・ゴルフ大会 成績表 平成21年5月26日(火)浜町グラウンド

順位	A(赤)	スコアー/H	地区	B(緑)	スコアー/H	地区
1	天野 生子	34/2	蒲郡	石田 昭一	28/3	形原
2	高橋 高男	34/2	東部	牧野 末吉	29/3	形原
3	鈴木 和夫	36/1	蒲郡	清水むめよ	29/3	蒲郡

第16回 市老連グラウンド・ゴルフ大会 成績表 平成21年10月27日(火)浜町グラウンド

順位	A(赤)	スコアー/H	地区	B(緑)	スコアー/H	地区
1	藤原 吉一	32/2	蒲郡	三田 武	35/2	西蒲
2	飯田 源治	33/2	北部	榊原 敏男	35/2	大塚
3	山本 寛	38/1	形原	竹内 誠司	35/2	北部



昨年市老連の役員を対象に「高齢者の体力測定」を実施しました。これは、自分の体力を知り、自分に適した運動の習慣を身につけること。高齢者にとって必要な体力は、いつまでも自立して日常生活をおくることです。

今年は、全会員を対象に体力測定を定着させて適度な運動を続けることで体力を保持していくことに皆が関心を持てるように活動したいと考えている。

グラウンド・ゴルフは2ラウンド(16ホール)でウォーキング1時間分のエネルギーを消費するという研究発表もあり運動不足解消はもとより、生活習慣病に対する予防改善が大いに期待できると言われています。

適度なスポーツとしては最高だと思えます。

市老連でグラウンド・ゴルフをやっている方たちは、70%



ぐらいの人が蒲郡市グラウンド・ゴルフ協会の会員でもあり毎月多くの人たちとグラウンド・ゴルフを楽しみ友達の輪が広がっています。グラウンド・ゴルフは、ベテランと初心者が一緒に楽しめ、時には初心者が勝ってしまうというスポーツです、こんなスポーツは他にはないと思います。まさに明治、大正、昭和、平成の人が一緒にできるスポーツです。ホールインワンを決めると病みつきになりますよ。今年蒲郡市に素晴らしいグラウンド・ゴルフ場が誕生します。是非市老連に入会して「市老連」や「蒲郡市グラウンド・ゴルフ協会」の会員になり生涯スポーツであるグラウンド・ゴルフを楽しみ健康づくりをしてみませんか。沢山の友達もできますよ。

高齢期で過ごす期間がますます長くなり、この期間をいかに健康で過ごすかで、その人生の質は大きく違ったものになります。

この生涯スポーツであるグラウンド・ゴルフを通して皆が「心豊かに」「生き生き」とストレスのかからない日々が送れるように健康づくりと楽しいゴルフを念頭において活動して行きたいと思っています。

入会したい方の連絡お待ちしております。



●在宅用介護ベッド ●車椅子  
●エアーマット ●その他介護用品

販売・レンタル

株式会社 よこやま ☎(0533)68-3390

介護のことなら

無料体験, 見学実施中!

お気軽にご相談下さい。

デイサービス

森 ひかりの森

蒲郡市三谷北通 4-55 TEL 68-7858

ひかりの森

検索

クリア



## 女性部

部長 渡辺ヤエ子(形原地区)

紅葉の季節を迎え、私達の周りの木々も色づき外に出ると明るく、なんとなく楽しい気分になります。運動会も終わり、町では秋祭りも各町内事で終わり、静かになりました。そして、11月を迎え、朝晩は大変寒くなりました。



私達女性部では、毎月第三月曜日の午後、福祉会館に於いて、健康体操「ストレッチこれは体のツボ」を教えてください、その後、11月にありますレクリエーション大会に出場するための音頭の練習をします。この大会は毎年行う行事ですので、一年間しっかりと練習をします。カラオケや舞踊に出演する方々ががんばって練習をしている様です。

これが終わりますと、老人クラブでは、初参りの準備となります。毎年一月には御園座とか中日劇場等に参ります。今年は御園座と熱田神宮になりました。楽しみにしております。

そして三月になりますと、福祉まつりが行われます。この時には女性部の役員さん達にがんばっていただきます。そこで私達は、五平餅を焼いたりお汁粉を作り、販売



布ぞり教室



いたします。大体五平餅は400本、お汁粉は100杯作り、一生懸命売ります。どうぞ皆様是非とも味を見て下さいませ。“とても美味しいよ”



昨年、私達は布草履作りをやりました。これは大変楽しいですよ。やり始めますと夢中になり時間の過ぎる事も忘れて一生懸命になってしまいます。今年の夏休みには大塚・三谷の小学生のお子さんとそのお母さん達と一緒に布草履作りをやりました。子どもさん達よりもお母さん達の方が夢中になってしまったほどでした。

またよろしければ皆さん、こんなこともできるよという事がありましたら私達に教えて下さいね。

人は生きていくのに一人では生きられません。互いに寄り添って助けたり助けられたりして生きなければなりません。毎日を笑顔で暮らしていけたら幸せですね。



介護付き 有料老人ホーム **ナーシングホーム 形原**

～家庭的な介護で やすらぎのある生活を～

\*平成20年3月開設 \*個室対応  
\*安心の健康管理体制 \*施設見学 随時受付

お気軽にお問い合わせください…

蒲郡市形原町北新田41-1 TEL(0533)56-0123

## 漢方相談

アレルギー、痛み、婦人病  
自律神経失調症、不眠、血圧

その他、慢性急性、問わずお気軽にご相談ください。

漢方薬専門

陽心堂薬局

〒443-0052 蒲郡市新井町8番29号

TEL 0533(69)5514

日曜・祭日休み 午前9時より午後7時まで

<http://homepage3.nifty.com/youshindou/>



## 高齢者交通安全部

部長 神田庄治(府相地区)

21年度の交通安全部の役員を拝命し、21年4月27日蒲郡市老人クラブ連合会に於いて、次の様に交通安全宣言を致しました。



ドライバー講習

- 一 私達は、交通事故に遭わないよう話し合い気をつけ合い呼びかけあいます。
  - 一 私達は、夜間外出する時は、明るい目立つ服装で出かけます。
  - 一 私達は、交通安全教室で学んだことは実行します。
  - 一 私達は、自転車に乗った時は交差点で一度止まり、左右安全を確かめます。
  - 一 私達は、自転車やバイクを運転する時、交通ルールを守り、交通安全に努めます。
- 以上交通安全宣言を皆様方におかれましても折に触れ、思い出して実践して頂きたいと思います。
- 私事で恐縮ですが、古希を過ぎてから朝歩いて小学校グラウンドにてラジオ体操に行き、又夕方は約1時間位散歩します。



交通安全対策会議

自転車にはほぼ毎日買い物他に乗り、又自動車には週に2~3日は運転しますが、それぞれの立場で考えさせられます。

歩いている場合は自動車や自転車がもう少しスピードを落として(特に雨降りの時)は知れないかなと思ひ、黄信号から赤信号に変わっても走り去る車が気になります。

又自分が自動車を運転した時、左折右折する時、歩行者が手を上げて横断される時、中には頭を下げて行かれる時は特に自分も気分が好くなります。

その立場立場で自分勝手な考え行動になりがちですが、お互い相手様の思いを汲み一歩譲る心で毎日を生活し、いつも言われている高齢者の視力低下、運動反応動作の衰えは必ず来ているので、くれぐれも肝に銘じて交通事故を起こさぬ様、遭わない様お願い申し上げます。



**「自分を見せる」「目立たせる」  
明るい服装で反射材を身につけましょう!**

# ストップ・ザ交通事故

高めようモラル守ろうルール



愛知県

水回りはもちろん!

## リフォームコンプロ

お家まるまるリフォーム!

ISO9001 KONPRO 株式会社 コンプロ

蒲郡市西浦町宮新田36-5 電話0533(57)2469

LPガス・水道工事・リフォーム

サンキューの健康シューズ & ウォーキングシューズ

ナイキ・ニューバランス・プーマ ワールドマーチ・アディダス スポルス・お多福ほか多数入荷!

フェアー! こんな方におすすめ!

カロリーウォーク リハビリシューズ ●健康の基本は足元から...あなたにふさわしい一足をご用意します●

腰・ひざの悪い方 立ち仕事の方

ダイエットしたい方 カロリー燃焼したい方

傘・雨具・靴・ステッキのサンキュー

蒲郡高校南角 ☎68-4272 営業時間AM9時~PM9時 有リ



# 演芸部

部長 内田 栄子(北部地区)

演芸部長として初めて大役を仰せつかり無知な私ですが、お受けすることになりました。

最初の大仕事は11月6日のレクリエーション大会でした。市民会館大ホール、満員の中での司会、不安がいっぱいでしたが、最初の曲目紹介を終えたところで、「今の調子で大丈夫よ」と係の方が励まして下さいました。

大声でゆっくり話すことを心掛け、失敗もありましたが、



高齢者レクリエーション大会打合せ会



高齢者レクリエーション大会



大会ゲストのお三人(中2名)

事務局の方々のご援助、ご協力により無事終える事が出来ましたことを感謝申し上げます。

又私の拙い司会を最後まで応援して下さいました会場の皆様にも心よりお礼申し上げます。

現在の高齢化社会の一員として思うことは元気に楽しく長生き出来ることを心掛けたいと願っております。

私ごとですが、北部地区の若大からおけ責任者として二十余名の仲間と共に、毎週日曜日の午後、歌って、笑って、語って、二時間程を過ごしております。この練習のおかげで若大行事、北部公民館行事の参加、寿楽荘、日帰り旅行などでも気楽に歌うことが出来ますことを嬉しく思っております。

最後に皆様方との交流を深め、日々を大切に過ごしたくおりますので、これからも宜しくお願い申し上げます。

ちょっとだけスコアを伸ばしたい方 楽しく遊べる練習場

練習 即実践

朝日ゴルフセンター ☎0533-57-6800

営業時間 8:30~21:00 [年中無休] 蒲郡市金平町岩上9-2

男性1球=5円  
女性1球=3円

ガソリン・灯油・LPガス

ENEOS ENEOS 新日本石油 蒲郡形原南給油所

ヤマチ石油株式会社

蒲郡市形原町西戸甫井 29-5 ☎(0533) 57-9557



# 教育部

部長 鈴木 俊悦(東部地区)

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、中学校への配布を致しました。

地区	収集枚数	中学校	小学校	保育園	配布実数
西浦	320	西浦中	西浦小	西浦保	270
形原	899	形原中	形原小 形北小	形原保 形北保 形南保	810
塩津	400	塩津中	塩津小	塩津保 鹿島保 塩北保	540
西部	155		蒲西小	西部保	120
北部	270		蒲北小	北部保	270
蒲郡	642	蒲郡中 中部中	中央小	中部保	630
小江	330		蒲南小	南部保	210
府相	330		竹島小	府相保	300
東部	200		蒲東小	東部保	180
三谷	678	三谷中	三谷小 三東小	三東保 三西保	660
大塚	330	大塚中	大塚小	大塚保 大西保	330
合計	4,544				4,320

※配布枚数基準は(クラス数×11枚)前後とし配布  
残りは福祉施設(寿楽荘44枚・眺海園180枚)へ寄付する。



9月20日 全国社会奉仕の日 市内保育園小中学校へ配布

## 携帯電話講習会

開催日：平成21年9月7日(月)・11日(金)  
講習会名称：シニアのための携帯電話・メール活用講座(NTTドコモ講習)



NTTドコモ携帯講習



ソフトバンク携帯講習

両講座とも、始めて携帯電話に触れる人を対象に、行いました。

開催日：平成21年8月21日(金)  
講習会名称：シニアのための携帯電話・メール活用講座(ソフトバンク講習)

## 健康教室「薬の話」

テーマ：お薬の正しい使い方を  
教え隊～薬の話～  
と き：10月29日(木)



専門家の話しに真剣に受講する人たち▶

## 本年度事業活動

### 料理教室&食についての健康教室

日時：平成22年1月28日(木)午前10時から午後1時  
場所：東部市民センター(三谷町)  
定員：20名(大塚・三谷・府相・小江・蒲郡・東部・北部の会員)

### 料理教室&食についての健康教室

日時：平成22年2月10日(水)午前10時から午後1時  
場所：西浦公民館(西浦町)  
定員：20名(西浦・形原・塩津・西部の会員)

### 蒲郡市老人クラブ連合会 健康講演会

日時：平成22年3月7日(日)12:45開場 13:00開演 14:00終了  
※蒲郡市福祉まつり協賛事業として開催を予定

場所：蒲郡市民会館 中ホール  
定員：516名  
入場料：無料







# 大塚地区の紹介

大塚地区 代表 小林 英生

大塚の会員はおとなしくて控えめの人が多く、あまり目立つ地区ではありませんが、今年の春季高齢者スポーツ大会は総一位でした。これは大塚では初めての快挙でした。特にグラウンドゴルフと輪投げが一位でした。常日頃の成果です。ホールインワンが三位、ペタンクは四位、ゲートボールは参加点で頑張ってくれました。ご苦労様でした。秋季大会は大塚本来の性格が出て控えめに成績でしたが、春秋の総合では二位でした。これからも精進努力して、さらに上を目指してくれるものと思います。

9月2日の市内高齢者自転車大会では団体で一位、個人の部で二位と七位でした。ここで優勝した地区が次年度(22年度)県大会に出場することになっていますので、今年の県大会

には入賞目指して頑張ってくれるでしょう。

寿楽荘のふれあい活動でも恒例のカラオケを楽しむだけではなく、ビンゴゲームも始めました。カラオケ以外の楽しみも作って大勢の会員に参加してもらうためです。又市民病院の脳神経外科の先生の健康講和「脳卒中のお話」を開催しました。脳手術のスライドを見て少々ビックリしたようでしたが、自分の健康は自分で守らねばという気持ちになったでしょう。

これからも会員のご協力を得て、楽しい老人クラブにしていきたいと思っています。



脳卒中の話しを真剣に聞く



今年度蒲郡市自転車大会優勝の大塚チーム

好評のわいわいおしゃべりディナーが地元の方だけにランチで営業決定!!  
**わいわいストロベリーランチ**  
 場所/メインダイニングルーム ステーキ&シーフード 柱 時間/11:30~14:30(14:00L.O.)  
 料金  
 1名さま **5,000円**  
 5名さま以上で1名さま **4,000円**  
 料金にはサービス料・消費税が含まれております  
**期間限定 開催中~4/15(木)**  
 ※前日までの予約制

【住所】〒443-0031 愛知県蒲郡市竹島町15-1  
 【TEL】0533-68-1111 【FAX】0533-68-1199  
[www.princehotels.co.jp/gamagori](http://www.princehotels.co.jp/gamagori)

営業時間  
 11:30~14:30 (L.O.14:00)  
 17:00~20:30 (L.O.20:00)

Prince Hotel Gamagori

TOYO TOWN

蒲郡地区で家づくりをお考えの方、信頼と実績の当社にご相談下さい!

**求む!売却物件** 売地 秘密 売家 厳守  
 ご自宅の買換え・売却・買取りは、お気軽にご相談下さい。

**戸建て住宅**  
 販売します

**東洋地所株式会社**  
 豊橋営業所/豊橋市新栄町新田4-33-1  
**TEL.0532-32-0066**  
<http://www.toyo-g.jp/> 東洋地所 豊橋 (公) 株 商





# 三谷地区の紹介

三谷高砂会 代表 広浜 弘泰

私たちの老人クラブの名称は、三谷高砂会と称します。三谷町には6つの総代区がありますので、各区の区を称して東高砂会、松高砂会など単位クラブ6つで構成しています。平成21年度会員数は11月末現在で401名です。ちなみに新規会員が少ないため、三谷高砂会会員の平均年齢も高齢化し、現在は76.57歳です。

三谷高砂会の年間行事は、三谷公民館主催の行事も兼ねて行っています。年度初めの4月中旬の第1回高齢者教室に始まり、併せて通常総会を行い、事業報告、決算報告と新年度の計画並びに予算の承認を得て、年度が始まります。5月にはバス2台程度で1泊2日の親睦旅行を行います。公民館行事の高齢者教室は年間8回あり、歌唱教室・健康講和と落語・マジック・交通安全と防犯などがあります。5月には三谷町財産区である三河大島において開催さ

れるフェスティバルに多数参加します。6月は三谷中学校の生徒と三河大島の清掃活動を実施します。10月下旬から11月に掛けて町内の保育園・幼稚園児とのふれあい活動として昔の遊びを行っています。一番多くの会員が参加するのは、高齢者教室と毎年三谷温泉で行っている忘年親睦会です。

ほかに、寿楽荘や豊川ふれあいセンターの団体利用や蒲郡市老人クラブ主催のグランドゴルフ大会や高齢者レクリエーション大会などがあります。1年を通じては公民館の教室クラブにも多くの会員が登録し、カラオケやグランドゴルフ、民謡、舞踊など多くの教室に参加しています。

本会の望みは、若い会員が増え、平均年齢の若返りです。会員資格は60歳以上ですので、町内の多くの方々の入会を希望しています。



保育園児とのふれあい活動



三谷中学生とのふれあい交流



県自転車大会出場の三谷チーム



みかわ市民生活協同組合



～いつでも、いつまでも、心の通うコープのケアサービス～

(ケアプラン作成、ホームヘルプ、デイサービス)

あわせて、明るく、元気な介護スタッフも募集しています。

お気軽にお問い合わせ下さい。

ケアコープ・蒲郡

〒443-0005 愛知県蒲郡市水竹町横枕3-1 ☎0533-67-1835

0533(68)7043  
水曜定休



創業五〇年  
本物にこだわっています





## 府相地区の紹介

夜明け前だよ睦美会

府相睦美会 代表 倉橋 市三

事務局の連絡で、今度の役員会に「睦美会の活動レポートをまとめて提出するように」と言われたが、「報告するようなことは何もないから」と答えると、それでもこの一年間を振り返って活動に関することをまとめてほしいと言われた。考えてみると、スポーツから演劇等に至るまで市老連の指導の下、全会員に月報で知らせて進めている。年4回ある寿楽荘の利用日に交通安全教室や生活安全防犯や健康教室等いろいろと考え行っている。その他、地区公民館の各種事業の協力もさせて頂いている。そしていつもお世話になっている府相公民館の周辺が少しでもきれいで、地元の皆様が居心地良く公民館を利用していただけると、私達のせめてもの気持ちと、清掃を行っている。地元である竹島の海は素晴らしい、特に夜が明ける前、日があがる頃の島が最も地元として誇らしく思う。そんな地元の風景を大事にと周辺の清掃活動(クリーンキャンペーン)にも積極的に参加させて頂いています。

今見ている夢は、高齢化が進み中々出来ない事を若い世代の会員が増加して、活気と行動力に満ちた睦美会になってほしい事。そしてあの竹島の景色を受け継いでくれたらなあ。やっぱ夢かなあ…



交通安全の講和を受ける会員



## 蒲郡地区の紹介

これからの高齢者の生き方

蒲郡栄宝会 代表 松山 三男

まず健康第一、そして心豊かに生涯を送り、長生きをして本当に良かったと実感できる様にしたい、第二に相談できる友達を持つ事、第三に趣味を持つ事、例えばグランドゴルフ、カラオケ、旅行、詩吟等、それから地域の方々に親交を持って社会奉仕に協力する。

私は中央小学校の見守り隊を始めてから三年になります。登校日は毎朝七時三十分頃から生徒と共に歩いていきます。自分の運動になり父兄からも喜ばれ、先生方にも感謝され見守り隊になってよかったと思います。これからも健康である限りは続けて行きたいと思っています。



親睦旅行での一場面



蒲郡自動車学校にて交通安全の講習



中央小学校での防火訓練