

もつと元気に もつと楽しく

いきいきだより ミニ---

発行・長寿課・蒲郡市老人クラブ連合会(0533-69-7411)

T430013 蒲郡市大塚町山ノ沢13-14

NO.5
平成 25年 7月 発行
28,500部



平成24年度より「いきいきだよりミニ」を加えて、市老連では通年4回の機関誌を発行しております。ますます、老人クラブがみなさまの身近なものとなるよう、いろいろな情報を発信してまいりますので、どうぞよろしくお願ひします。
【4・7・10・11月発行】

8月・9月・10月・11月の学習会 ※一般参加できます

市老連教育部では、毎月1回、各地区の教育部主催にて学習会を開催します。受講料は無料ですので、ご自分の興味のある講座へ、ぜひご参加下さい。

北部地区教育部 8月20日(火)午前10時00分〜 会場：北部公民館

講座名：「知って得する金融の話」 年金の手続き、相続、各種金融商品の仕組みなどを説明
西部地区教育部 9月17日(火)午前10時00分〜 会場：蒲郡市立図書館

講座名：「図書館の秘密をみてみよう」 定員30名 ※この講座受講には予約が必要です
府相地区教育部 10月12日(土)午前10時30分〜 会場：府相公民館

講座名：「介護保険制度と介護予防サービス」
小江地区教育部 11月21日(木)午後1時30分〜 会場：蒲郡郵便局

講座名：「郵便番号に隠されたヒミツ」 定員30名 ※この講座受講には予約が必要です。
※日程・会場は地区事情により変更となる場合がありますので、事前に事務局までご確認下さい。

新規加入者キャンペーンDVD映画鑑賞会 1957年劇場映画「嵐を呼ぶ男」

出演：石原裕次郎・北原三枝 石原裕次郎を一躍国民的スターにした大ヒット作。美しい兄弟愛を中心に、ドラーマーを目指す若者の熱い姿を描いた、裕次郎主演の青春歌謡ドラマ。

8月22日(木)・27日(火) 各日とも 午前11時00分〜午後1時頃 会場：寿楽荘
観覧料は無料ですが、チケットが必要となります。(新規加入者優先配布 各日50名)
各地区とも巡回送迎バスが出ますので、ご利用下さい。

シニア体力測定

日常生活を支えているのは「体力」です。いきいきとした生活を送るためには「体力」を保持していくことが大切です。まずは自分の体力を知りましょう。

9月11日(水)・午後1時00分〜3時30分 会場：市民会館 東ホール
参加申込み：会員の参加者は地区会長まで、会員以外の方は市役所長寿課まで
持ち物：飲み物 汗ふきタオル、運動できる服装・靴

老人週間 【9月15日(日)〜21日(土)】

「この1週間を「老人週間」とし、「仲間と集い、高齢者の元気な姿を示そう!」をスローガンに掲げ、老人週間の期間中、「健康」「友愛」「奉仕」の全国三大運動を積極的に展開し、高齢者の行動姿勢を広くPRしています。

地区ごとに活動をしよう!! 一人ひとりでできることをしよう!!
老人クラブ連合会では毎年「ひとり一枚運動」と題して、会員よりタオルを集め、雑巾などに活用していただくよう、地元学校などへ配布しております。

第16回・17回健康ウォーキング

全歩行距離、約8kmほどで、2時間30分をかけてお友達とゆっくりおしゃべりしながら楽しく歩きましょう。歩く姿勢などに気を付けて、無理なく体力増進のためにみんなで歩きましょう。

9月19日(木) 第16回ウォーキング「竹島・三谷コース」 集合場所：竹島ベイパーク
10月17日(木) 第17回ウォーキング「鹿島・形原コース」 集合場所：形原公民館
各日とも午前8時30分集合 参加対象：市老連会員 参加者定員50名程度

シニア向けNTTドコモ スマートフォン教室 (2日間講習)

最近シニアの方から「メールが楽しい」との声をよく聞きます。これからメールなどを始めてみたい方。携帯電話をもつと活用したい方。初心者でも安心の電話機で、TV電話・メール、カメラ、メモの使い方をゆつくり、丁寧に指導します。

10月23日(水)・25日(金) 午後1時30分〜3時30分
携帯電話「NTTドコモらくらくスマートフォン」をお貸しします。
会場：勤労福祉会館 定員20名 参加対象：市老連会員
(講習は2日間となりますので、両日参加できる方となります。)

第34回県老人クラブ将棋大会 第36回県老人クラブ囲碁大会 参加者募集

将棋10月16日(水)・17日(木) 会場：日本将棋連盟東海普及連合会 栄将棋教室
囲碁11月12日(火)・13日(水) 会場：日本棋院 中部総本部
参加資格：市老連会員 将棋2名 囲碁5名 (アマチュア選手であること)
右記の日程で開催される大会の出場者を募集します。腕に自信のある会員は事務局までぜひどうぞ。(この大会に於ける上位入賞者は全国大会に出場します。)

第24回秋季グランドゴルフ大会

秋季GG大会を開催します。上位入賞者には賞状、景品があります。また、ホールインワンゲーム、ラッキー賞などいろいろな景品もありますので、ぜひご参加下さい。
10月29日(火) ゲームスタート 午前9時〜 会場：竹島ベイパーク
参加費：200円 参加対象：市老連会員 参加者250名程度 (雨天時11月5日)

5月・6月・7月学習会が開催されました

大塚地区教育部 5月7日(火)講座名「紙芝居(三河大地震)シベリア抑留」講師：金沢ヒューマン
 三谷地区教育部 6月12日(水)講座名「我が家の防火教室」講師：消防本部
 東部地区教育部 7月8日(月)講座名「元気の秘訣教えます」講師：包括支援センター
 市の出前講座等を利用して、健康づくり、趣味、生活の知恵など、生活や地域を豊かにする勉強会を継続して実施しています。

5月14日(火)蒲郡市高齢者スポーツ大会が開催されました

蒲郡市主催の春の高齢者スポーツ大会が、浜町グラウンドで開催され、全5種目に各地区から総勢270名の市老連会員が参加し、熱い戦いが繰り広げられました。

結果(1位チーム)

春大会優勝(形原南) 種目別：ゲートボール(西浦)、グラウンドゴルフ(府相)、ペタンク(大塚)、輪投(三谷)、ホールインワン(形南)

※ゲートボール1位の西浦チームは蒲郡代表として、9月18日(水)に新城市(新城市桜湖公園)で開催される愛知県ゲートボール大会に参加いたします。

5月17日(金)高齢ドライバー体験型講習会に参加しました

蒲郡市主催の高齢ドライバー体験型講習会が、蒲郡市自動車学校で開催され、20名の市老連会員が参加しました。当日は、交通安全講座・適正検査・コース実技・ドライブレコーダー・先生とのディスカッションなど、本格的な講習会に戸惑いもありましたが、大変ためになる講座に交通安全について、再認識をするとともに、事故の悲惨さを思い浮かべ交差点ルールを厳守することの大切さを痛感しました。

6月11日(火)第23回春季グラウンドゴルフ大会が開催されました

5月30日に予定しておりましたグラウンドゴルフは、梅雨空のあいにくの天候に阻まれ、6月11日に延期となりました。この日はグラウンドコンディションも最高で、ホールインワンも多数出て、その都度大きな歓声も上がり大いに盛り上がり大会となりました。

※Aゾーンの上位3名は蒲郡の代表として大府市で開催される愛知県グラウンドゴルフ大会に参加いたします。

順位	Aゾーン	スコア/H	地区
1	渡辺 利夫	33/2	形原
2	矢板 橋重	33/1	三谷
3	高橋 芳江	34/2	塩津
4	市川 敏子	34/1	形原
5	山本 孝孝	34/1	蒲郡
6	吉見 知子	34/1	形原
7	山下 佐文	35/2	塩津
8	山本 昭	35/1	塩津
9	榊原 征市	35/1	大塚
10	三田 武	37/1	西浦

順位	Bゾーン	スコア/H	地区
1	鈴木 彦亘	36/2	府相
2	伴 幸子	36/1	三谷
3	羽田 喜久司	37/2	北部
4	松本 勝己	37/2	小江
5	山口 留雄	38/1	府相
6	尾崎 眞澄	38/0	形原
7	鈴木 竹治	39/1	塩津
8	星野 幸雄	39/1	蒲郡
9	壁谷 慶松	39/1	形原
10	羽賀 清明	39/0	北部



写真は上位入賞者の6名



6月20日(木)第15回健康ウォーキングが開催されました

今回のコースは、寿楽荘発、弘法山・ラグーナヒルコース。天気予報では雨予報ではあるが、当日の朝の状況では曇り空。いつ降ってもおかしくない空模様の中、迷いながらではあるが、折角多数の皆さんが集まってくれたこともあり、「決行！」幸い、鼻をかすめる程度の雨は降ったものの、暑くもなく、かえって心地よいウォーキングでありました。また、今回のコースの大半が、海陽町であり、ラグーナの商業施設を横目に、普段は車で通過すると数分である埋立地を2時間かけて、ゆつくり歩いた、海陽町の広さに、圧倒されながら、参加者全28名完歩いたしました。

6月25日(火)女性部布草履教室練習会が開催されました

女性部では毎年、夏休み期間中に「小学生親子との布草履教室」を開催しております。今回はその練習会として、再度編み方などおさらいしました。ちゃんと教えてあげられるかな？とちょっと不安ですが、一生懸命頑張り、子どもたちに喜んでもらえるように頑張ります。

練習会の風景



蒲郡市老人クラブ連合会ホームページができました。

http://www.sangyou.nrc.gamagori.aichi.jp/syakku/rouzincub/index.html
 (東地区) 7月29日(月) 午前10時30分
 (西地区) 8月1日(木) 午前10時30分
 会場：寿楽荘 参加費：無料 参加対象：各小学校 4名程(学校を通じて募集)

イベント情報など、定期的に更新します。老人クラブがみなさまの身近な物となるよう、いろいろな情報を発信してまいりますので、どうぞよろしくお願ひします。

ゴルフコンペ大会を計画しています。 ※一般参加できます

今年秋に、「老人クラブ会長杯」コンペを開催予定としておりますが、日時・時間・場所等は未定です。参加対象は市内60歳以上で会員以外の方も参加可能です。詳細につきましては、次号発行でお知らせいたします。

蒲郡市老人クラブ連合会では新規加入者を募集しております。

今回記載した行事の他に、地区毎にもいろいろな催しを企画しております。地区毎の行事、連合会行事に参加して、仲間づくりを通じてこれからの生涯もやりがいのある充実した生活を送りましょう。

加入問い合わせ先：蒲郡市老人クラブ連合会 (0533・59・7411)