

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(0563-59-7411)

〒430013 蒲郡市大塚町山ノ沢13-14

NO.7

平成 26 年 4 月 発行  
28,500部



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・1月発行】

## 今年度市老連役員・部会役員のお知らせ

市老連役員		
会長	蒲郡	大向正義
副会長	三谷	廣濱弘泰
副会長	北部	野川恭弘
副会長	塩津	市川紀子
会計	府相	鈴木孝和
理事	東部	鈴木敏男
理事	大塚	杉浦博明
理事	塩津	田島道秋
理事	形原	早川次郎
理事	西浦	三田 操
監事	西部	飯田 實
監事	小江	杉田 実
高齢者交通安全部		
部長	西部	遠山 武
副部長	蒲郡	大見恒夫
女性部		
部長	塩津	市川紀子
副部長	府相	神田全子
教育部		
部長	蒲郡	大向正義
副部長	形原	壁谷喜義
演芸部		
部長	北部	飯田源治
副部長	蒲郡	山本正之
健康スポーツ部		
部長	北部	近藤利志夫
副部長	形原	今泉武典

※任期は平成26年4月より28年3月までとなっております。

## 5月・6月・7月の学習会のお知らせ ※一般参加ができます。

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。ご自分の興味のある講座へ、ぜひご参加下さい。

**大塚地区教育部** 5月16日(金) 午後1時30分 会場：寿楽荘  
講座名：「琵琶の演奏とマジック」

**三谷地区教育部** 6月17日(火) 午前10時30分 会場：学校給食センター  
講座名：「学校給食センター施設案内(給食試食あり) 会費186円(給食代として)

定員：36名 ※この講座は事前予約が必要です。(注)お茶をご持参ください。

**東部地区教育部** 7月3日(木) 午前11時00分 会場：東部公民館  
講座名：「こころの病気とその予防」講師：豊川保健所健康支援課

※日程・会場は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ください。

## 市老連ランドゴルフ大会のお知らせ

第25回市老連ランドゴルフ大会を開催します。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、ラッキー賞などないろいろな景品もありますので、ぜひご参加下さい。

6月3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(申し込み5月15日締切)

## 第20回健康ウォーキングのお知らせ

全歩行距離、約8kmほどを、2時間30分かけてお友達とゆつくりおしや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まで歩きましょう。

6月19日(木) 午前8時30分集合 中央公園・とよおか湖コース(約8km)

集合場所：中央公園駐車場 参加費：無料、参加対象：市老連会員、定員50名程度

## 小学生親子と女性部の布草履教室 練習会

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。各学区に分かれ、地元のおじいちゃん、おばあちゃんたちと一緒におしやべりしながら、楽しく布草履の作り方を学びます。今回は事前練習会のお知らせです。

市老連事前練習会 6月30日(月) 午前10時30分 会場：寿楽荘

参加費：無料、参加対象：市老連会員 地区4名ほど(申し込みは地区女性部へ)

小学生親子と女性部の布草履教室

(東地区老人クラブ) 7月28日(月) 午前10時30分

(西地区老人クラブ) 7月31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)

※(東地区老人クラブ)：大塚 三谷 東部 府相 小江 蒲郡

※(西地区老人クラブ)：西浦 形原 塩津 西部 北部

## プールで健康体操

※一般参加ができます。

日頃さまざまな運動で体を鍛えている方も多いですが、いつもと違った内容で楽しみながら夏を乗り切りましょう。

ラグナシアの大きなプールで、音楽に合わせて、専門インストラクターによる健康体操、水の中での歩行運動など、遊びも加えて楽しく運動できます。

7月16日(水) または17日(木) 開始 午前10時30分 (要予約)

参加対象：市内60歳以上、定員1日25名、会場：ラグーナ蒲郡

参加費：一日・会員1500円、一般2000円(入園料及び昼食代含む)

巡回マイクロバス利用できますので、詳しくは事務局まで

## 新規加入者キャンペーンDVD映画鑑賞会 昔懐かし映画 豪華2本立!!

8月11日(月)・12日(火) タイトル「潮騒・警察日誌」※巡回送迎バスあり

8月15日(金) タイトル「ベルマの堅琴・あゝひめゆりの塔」※巡回送迎バスなし

各日とも午前10時30分～午後2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)

※各講座とも事前申し込みは地区会長もしくは老人クラブ連合会事務局まで

**2月18日(火)・21日(金)料理教室が開催されました**

18日西地区、21日は東地区に分け、それぞれ18名の参加で、料理教室が行われました。講師は蒲郡市健康づくり食生活改善協議会の先生と地区スタッフの皆さんの指導のもと、今回の料理は「鮭のカレームニエル(主菜) 大根の和風サラダ(副菜) ポテトスープ(副菜)」など全4品を作りました。食生活は日頃からバランスを考えること、また料理を作ることの楽しさや共に食べることの楽しさ等を教えられた講習会でした。

**3月2日(日)蒲郡市福祉まつり高齢者作品展が開催されました**

高齢者作品展に、老人クラブや各種団体の作品91名(92点)の中より老人クラブから2名の方が賞に選ばれました。

**蒲郡市長賞**

第二栄宝会 村上 悦男(蒲郡地区) 「作品:絵画 西浦港の夕焼け」

**老人クラブ会長賞**

第一寿会 斉藤 栄子(小江地区) 「作品:手芸 小物」

**3月5日(水)第1回会長杯ゴルフコンペが開催されました**

チャレンジ事業として御津ゴルフ倶楽部で開催された第1回ゴルフコンペは、雨天のため予定の参加者の約半数に減ってしまいましたが、豪華な賞品に参加者は、大変喜んでいました。新規加入促進事業でもあるため、会員外の方も多数参加されました。



**3月10日(月)グランドゴルフ講習会が開催されました**

初心者向けのルール講習会が受講者93名のもとに行われ、修了者には認定書がわたされました。参加者のみなさんはグランドゴルフ協会、会長 近藤利志夫さん(スポーツ部長)の講義を熱心に聴き入っていました。

**3月13(木)・14日(金)親睦旅行東京スカイツリーに行ってきました**

冬の名残もまださめやらぬ3月13日・14日恒例の一泊二日の親睦旅行に出発。参加人員245人でバス6台。先ず、旅のメインのスカイツリーは、東京タワーの約2倍の高さ634mで、上空からの東京の街並みを満喫する予定でしたが、強風雨のため入場中止で皆さんは大ショックでした。東京湾アクアラインを通り鴨川・房総小湊温泉の「吉夢」で夜の宴会では全員の皆さんが一堂に会し、カラオケや踊りで盛り上がった一夜でした。翌日は、雨も上がり、金谷港からフェリーで約一時間船旅を楽しみ、朱色が美しい国宝、鎌倉八幡宮を参拝。昼食は、湘南の海に開かれ、晴天時には遠くは富士山を望むマリンスポーツの中心地、日本三大弁天財の一つでもある江の島でいただきました。会員相互親睦の図れた楽しい旅行でした。



**3月25日(火)・27日(木) 映画鑑賞会が開催されました**

老人クラブの会員が減少している昨今、クラブへ新規加入を促進するために映画鑑賞会

**4月21日(月)蒲郡市老人クラブ連合会 総会が開催されました**

蒲郡市民会館に於いて、26年度の蒲郡市老人クラブ連合会総会が開催されました。この席にて、今年度は4名の地区会長・役員が感謝状を授与されました。



写真は昨年度の総会

**功労者表彰**

相楽会 加藤 八千代(大塚地区)  
北高砂会 矢板橋 重雄(三谷地区)  
第六栄宝会 鈴木 隆(蒲郡地区)  
第二茶寿会 尾崎 貞夫(西部地区)

※功労者表彰は連合会役員・地区会長を5年以上務めた者

**1月・2月・3月学習会が開催されました**

塩津地区教育部 1月23日(木) 企業見学「ニデックと竹本油脂見学」  
形原地区教育部 2月19日(水) 講座名「お薬との上手な付き合い方」薬の話」  
西浦地区教育部 3月11日(火) 講座名「蒲郡のまちづくりに関して」

市老連教育部では5月の大塚より3月の西浦まで、毎月1回、計11回学習会を開催いたしました。高齢者の生涯を通じて健康で自立した生活を送り、満足のいく人生を過ごすことを目的に、健康、生活、福祉、環境様々な分野から講座を選び受講いただいております。

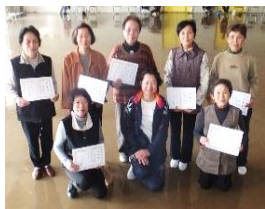
※26年度もまた、5月の大塚より開催しておりますので、ぜひご参加下さい。

**25年度女性部健康体操 (毎月第三月曜日開催)**

女性部では毎月1回第三月曜日に勤労福祉会館にて、講師の先生をお招きして健康体操を行っております。25年度は7名の方が皆勤賞で頑張りました。26年度も4月から行いますので、ぜひご参加下さい。

会員外の方もぜひお試し参加、お待ちしております。

参加費・無料、会場・勤労福祉会館 大研修室



**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)