

会報 **立川市老連** 第136号

立川市老人クラブ連合会 広報誌
 発行責任者 松下 元規
 〒190-0023
 立川市柴崎町-5-11-26
 立川市柴崎福祉会館内
 電話 042-523-4012
 042-521-3733(直通)
 制作助 株式会社ニチコ
 電話 03-5718-3900
<http://www.nichico.com>

会員数 6,496 人 (31.4.1 現在) 9 地区 87 クラブ

第45回立老連大運動会



羽衣地区三連覇

9地区の会員が集い
 楽しく汗を流す

開催日 9月13日(金)
 会場 泉市民体育館
 担当 体育部

9月13日(金)、第45回立老連大運動会が泉市民体育館で開催されました。体育館には950名を超える会員が集まり、盛大に実施されました。

詳細は3ページに掲載





心豊かな

人生100年時代を

立川市老人クラブ連合会 会長 松下 元親

天皇陛下の即位の礼の中心儀式、即位礼正殿の儀が10月22日午後、皇居の宮殿、松の間で国の儀式として行われました。

陛下はお言葉を読み上げ、即位を国内外に宣言されました。平成時の上皇陛下のお言葉を踏襲しつつ、「国民の幸せと世界の平和を常に願い、国民に寄り添いながら」などとお述べになりました。

老人クラブでは、全老連創立30周年（平成4年）、40周年（平成14年）、50周年（平成24年）の節目の全国大会で、当時天皇皇后両陛下であられた上皇同妃両陛下のご臨席の榮に浴し、おことばを賜りました。

「今日、我が国が長寿社会を迎え、高齢者が元気に社会に参加していることは、高齢化が進む今後の日本にとり、大変に心強いことでもあります。高齢者自らが友愛の輪を広げ、明るく健やかな社会づ

くりに参加することが重要であり、そのよりどころとしての老人クラブの活動に大きな期待が寄せられます。」（平成4年9月6日・日比谷公会堂）

「各地の老人クラブが、健康、友愛、奉仕を柱としたさまざまな活動に取り組み、また、自ら体験した歴史を若い人々に語り伝えていくなど、世代を超えた交流にも努めていることは、我が国に他者の立場をおもんばかる心豊かな社会を発展させていくうえで、大きな役割を果たしていることと考えます。」（平成14年9月26日・日比谷公会堂）

「今日の高齢者は（私もその一人でありますが）多くの人命が失われた悲惨な戦争によって荒廃した国土から立ち上がっていく我が国と、歩みを共にしてこられました。私どもは若いときに平和の大切さを身にしみ育て育った世代です。皆

さんが老人クラブなどの活動を通して、それぞれ幼いときに、あるいは青年として経験したことを、直に子どもたちや若い世代の人々に伝えていくことは、我が国のために極めて大切なことと思われまます。会員の皆さんには、くれぐれも健康に気を付け、将来にわたって元気に過ごされるよう願うとともに、全国の老人クラブの活動がより一層発展することを期待し、大会に寄せる言葉といたします。」（平成24年10月4日・日比谷公会堂）

また、平成26年には、敬老の日にならむ行幸啓で、老人クラブ活動のご視察も賜っています。

「高齢者が自ら望むことを行い、元気よく暮らせば、世の中はそれだけで明るくなる」と高齢社会をよくする女性の会理事長の樋口恵子氏も語られています。人生100年時代、友とともに地域のために老人クラブ等の活動に日々励むことが社会の前途を開くと確信して、地域に友愛の輪を朗らかに広げていこうではありませんか。

私たちは立老連の活動を応援しています。

第45回立老連大運動会

わずか1点差! 熱き戦いの行方は

9月13日(金)、第45回立老連大運動会が泉市民体育館で開催されました。体育館には950名を超える会員が集まり、盛大に実施されました。

今年度は地区別指定の位置が変更となりました。競技の種目ごとに立川市のスポーツ推進委員が内容を説明し、審判も推進委員が行いました。



当日の参加者は950名を超えました

来賓として、今年運動会を開催する東村山市老人クラブ連合会の方々が競技終了まで見学されました。

運動会の成績は、9地区対抗戦で羽衣地区が優勝しました。地区別得点状況は別表のとおりです。富士見地区、柴崎地区は同得点なので、ともに5位となります。1、2位は得点差1点という接戦でした。



アヒルゲーム



ボールと一緒に

順位	地区	得点
1位	羽衣地区	32点
2位	高松地区	31点
3位	砂川東地区	27点
4位	錦地区	23点
5位	富士見地区	20点
5位	柴崎地区	20点
7位	栄地区	14点
8位	砂川西地区	10点
9位	曙地区	7点

その他の競技は順調に進行し、最後に紅白玉入れ、女性部によるレクダンスを楽しんで、怪我人もなく終了いたしました。

また、得点競技の見直しがありました。ジグザグゲーム(ビール瓶に旗をさしたり引き抜いたりする競技)は、旗の回収にトラブルがあり、今後このゲームは準備段階に時間がかかるため、体育部として検討し中止の方向にしたいと思えます。



たくさんの玉が入りました

私たちは立老連の活動を応援しています。

関プロ研修会

ときめきと胸の高鳴りを 感じた二日間

保健部長 池永 一夫

関プロとは「関東甲信越静プロック老人クラブリーダー研修会」の略称で、東京都の他、茨城県、栃木県、群馬県、埼玉県、千葉県、千葉市、神奈川県、横浜市、川崎市、山梨県、長野県、新潟県、新潟市、静岡県、静岡市の16地区から構成される老人クラブ連絡協議会のリーダー研修です。

6月27日(木)～28日(金)、神奈川県箱根町で開催されました。参加者総数は227名で、東京都からは34名が参加しました。開会式のセレモニーの後、全老連参事の河野敦子氏より基調報告がありました。内容は、老人クラブ「100万人会員増強運動」の総括報告でした。

平成26年度から5カ年計画で実施された運動は、平成30年度をもつて終了しました。この会員増強運動は、長期的減少傾向に歯止めをかけ、増強に転じることを目指したものでありましたが、会員

増を果たした都道府県は皆無で、全国の老連で会員が減少する結果となりました。都道府県、市町村、単位クラブ間の意思疎通に問題はなかつたか等、組織存続への危機感を漂わせる報告となりました。

この後、休憩を挟んで、パネルディスカッションに入りました。テーマは「友愛活動～一番身近な助け合い」です。コーディネーターは高齢社会研究財団、主任研究員の澤野詩野さん。パネラーは千葉県、東京都、神奈川県の単位クラブの会長さんたちです。素晴らしき事例報告、そして質疑応答から「みんなが主役となつて創る地域社会」についてまとめられました。私自身が感じたことは、我がクラブに欠けていることは？ 良いところは？ と見つめ直してみることでした。

研修を終えた一行は疲れた体を温泉で癒やし、懇親会へと移行。参加されている方々は各市老連の

会長、副会長さんで、私など不釣り合いな感じでしたが、皆さん気さくで、和気あいあいと情報交換させていただきました。

二日目の中心は「人生100年時代の思考法」と題した若宮正子さんの講演でした。若宮さんは、米国アップル社のCEOから最高齢のプログラマーとして世界開発者会議で紹介されました。

また、昨年の「G20」シンポジウムで基調講演されるなど、国内外で活躍されている、自称「変なバーさん」といつている素敵な方でした。1時間30分の講演でしたが、お話の内容に驚かされ、ユーモアと笑いの話術にあつという間に時間が過ぎてしまいました。

その思考法の中心にあるのは、決まりきつたことから脱却し、創造すること。人生に「もう遅い」はない。多くの人を喜ばせたいという思いが創造性を育む、と理解しました。

私は80歳を前にして、貴重かつ充実した研修の機会をいただき、久しぶりにときめきと胸の高鳴りを感じた二日間でした。

私たちは立老連の活動を応援しています。

立老連活動報告

(2019年8月~10月)

月	日(曜日)	活動事項(状況)
8	6(火)	幹部会・理事会・正副会長会 旅行部会・社会奉仕部会・女性部会 会報135号発行
	7(水)	文化部会
	8(木)	囲碁・将棋大会 参加者 囲碁24名 将棋16名
	9(金)	第3ブロックエアロピクス(柴崎福祉会館) 沖山女性部長他18名参加
	13(火)	体育部正副部長と事務局長 運動会の運営についてスポーツ振興課職員と打ち合わせ(泉市民体育館)
	20(火)	東老連女性部連絡会議・手作り講習会(柴崎福祉会館) 沖山女性部長他3名参加
	26(月)	女性部(レクダンス講習会) 参加者 103名
9	27(火)	林体育部長・市川副部長・事務局長が東村山市老連体育担当役員・事務局長に立老連運動会の運営を説明(柴崎福祉会館)
	3(火)	選抜軽スポーツ大会(ベタンク) 砂川中央地区北多目的運動広場:16チーム約70名、優勝:シニアクラブこぶし会・準優勝:東栄長寿会B、3位:松中福寿会A
	3(火)~4(水)	東老連女性リーダー研修会(長野県諏訪市) 菅井副会長・中村女性部員参加
	4(水)	選抜軽スポーツ大会(グラウンドゴルフ) 砂川中央地区北多目的運動広場:30チーム約210名、 優勝:三和会A 250点、 準優勝:シニアクラブこぶし会 251点、 3位:エステート一番親和会 256点
		東老連第3ブロック「レクダンス講習会」(昭島市総合体育館) 女性部員 15名参加
	5(木)	女性部レクダンス練習(柴崎福祉会館) 沖山女性部長他 16名参加
	10(火)	幹部会・理事会・正副会長会 旅行部会・社会奉仕部会・女性部会
	11(水)	旅行部正副部長・事務局長・名鉄観光最終打ち合わせ
	12(木)	文化部会(ふれあい演芸会プログラム編成)
13(金)	第45回大運動会(泉市民体育館) 参加者約950名	

月	日(曜日)	活動事項(状況)
9	14(土)	立川市交通安全市民のつどい(リスルホール)
	19(木)	女性部レクダンス練習(柴崎福祉会館) 沖山女性部長他 25名参加
	21(土)~30(月)	全国秋の交通安全運動 会員多数参加
	25(水)~27(金)	旅行部旅行(香川・徳島県) 44名参加
	26(木)	女性部レクダンス練習(柴崎福祉会館) 沖山女性部長他 14名参加
10	1(火)	第3ブロック練習会(昭島市体育館) 沖山女性部長他 20名参加
	3(木)	第1回健康吹き矢講習会(柴崎福祉会館) 受講者 27名
	8(火)	幹部会・理事会・正副会長会 保健部会・文化部会・旅行部会・社会奉仕部会・女性部会・規約改正検討委員会
	9(水)	東老連ベタンク大会(武蔵野市) すずかけの会・やよい会・松中福寿会出場 第3ブロック「エアロピクス講習会」(国立市福祉会館) 松下会長他 10名参加
	10(木)	第2回健康吹き矢講習会(柴崎福祉会館) 受講者 25名
	16(水)	第3ブロック「若返りリトミック講習会」(国分寺市本多公民館) 大川女性部員他5名参加
	21(月)	「たちかわ健康体操」の実施について協議(総合福祉センター) 女性部レクダンス等練習(柴崎福祉会館) 沖山部長他 14名参加
	24(木)	第3回健康吹き矢講習会(柴崎福祉会館) 受講者 23名
	26(土)	立川市高齢者のつどい(リスホール) 地区代表理事等支援 会員多数参加
	28(月)	女性部レクダンス練習(柴崎福祉会館) 91名参加 女性部会 手作り品試作(柴崎福祉会館) 14名参加 社会奉仕部会 交通安全運動参加品仕分け(柴崎福祉会館) 宮本部長他9名参加
	30(水)	赤い羽根募金 83クラブ 208,937円 東老連送金
31(木)	第4回健康吹き矢講習会(柴崎福祉会館) 受講者 26名	

私たちは立老連の活動を応援しています。

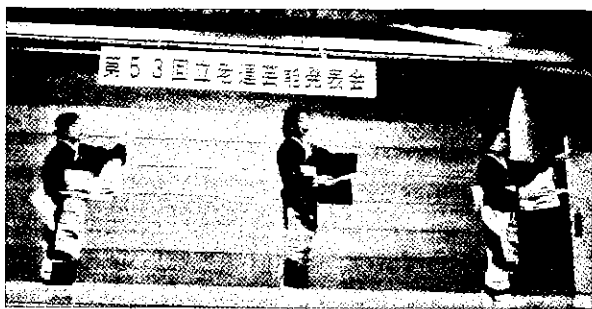
第53回立老連芸能発表会

舞台と会場のコラボレーション 女性部レクダンスの大活躍

文化部長 阿部 春男

7月5日(金)、柴崎福祉会館にて第53回立老連芸能発表会が開催されました。開会式は午前10時30分より、立川市老人クラブ連合会の松下元親会長の開会のごあいさつの後、午前10時45分開演。

出演者14クラブ90名で舞踊を中心とした発表会で、例年16組くらいの出演でしたが、今年度は19組と過去に例のないご出演をいただきました。



一糸乱れぬ動きで魅せます

過去を振り返ってみますと、第49回まで「芸能大会」と称し、10名の審査員が採点をしました。50回目からは芸能発表会と称し、出演者の評価もなく、気軽に出演することができるようになり、現在に至っている次第です。

舞踊も回を重ねるごとにレベルが向上し、一糸の乱れもなく、家元の発表会の感じがしました。

アトラクションは午前、午後ともに開催されました。恒例の津軽三味線のご出演をいただき、今回は高橋総務部長の民謡が数曲ありました。高音で澄み切った音声が目撃的でした。

そして、女性部のレクダンスが大活躍。特に午後部の「祭り女の渡り鳥」では、舞台と舞台下も輪が二重くらいになり、会場からも参加したため、空席が出るほどの大盛況でした。

終演は女性部レクダンスのご指導をされている河藤榮櫻先生が



艶やかな舞を披露

「湯島の白梅」をご披露されました。今後もよろしくお願いいたします。

文化部事業も今年度芸能発表会を含めて4事業が予定されております。会員方々のご協力をお願いいたします。



美しさが際立ちます



美声を響かせました

私たちは立老連の活動を応援しています。

令和元年度囲碁・将棋大会

夏の盤上の熱戦

全力で一手一手慎重に

文化部長 阿部 春男

り、10時20分対局



記録的な猛暑の続く8月8日(木)立老連主催囲碁・将棋大会が柴崎福祉会館集会所で開催され、前日から準備した、碁盤、将棋盤がA〜Cクラスそれぞれ配列されました。

午前10時開会式、立老連の松下会長のあいさつをいただき、大会審判員の立川市役所職員3名より、対局の詳細について説明があ

り、10時20分対局が開始されました。碁盤12台(24名)、将棋盤8台(16名)でA〜Cクラスに分かれて、午前2回戦午後2回戦の熱闘が繰り広げられました。限られた時間で実力を遺憾なく発揮した人、いつもの実力を出し切れなかった人もあったようです。午後4時、村本慎治副会長のごあいさつで閉会式。入賞者は別表のとおりです。

囲碁の部 入賞者

クラス	入賞	段位	氏名	勝敗	所属クラブ
A	優勝	4段	中田 金雄	3-1	いろり会
	準優勝	4段	石川 皓一	3-1	西富士見会
	第3位	6段	松村 栄二	3-1	錦和末廣会
B	優勝	3段	藤間 旭包	4-0	東栄長寿会
	準優勝	3段	師田 英道	3-1	エステート一番親和会
	第3位	2段	大森 勇二	3-1	柴一長寿会
C	優勝	3級	清水 幸雄	3-1	コーポ西国立元気クラブ
	準優勝	3級	讀井 満	3-1	コーポ西国立元気クラブ
	第3位	6級	栗林 豊	3-1	延命会

将棋の部 入賞者

クラス	入賞	段位	氏名	勝敗	所属クラブ
A	優勝	3段	新井 幸雄	4-0	南富士見会
	準優勝	2段	堀 宏	3-1	松友長寿会
	第3位	7段	中島 優	2-2	富久寿会
B	優勝	初段	柴崎 岩雄	3-1	九重会
	準優勝	5級	高橋 陸昭	3-1	柏寿会
	第3位	初段	村本 慎治	2-2	金蘭会
C	優勝	5級	藤井 照正	2-1	富久寿会
	準優勝	5級	小林 英夫	2-1	富久寿会
	第3位	5級	小川 民夫	2-1	若葉長寿会



A〜Cのクラスに分かれて対戦



白熱の対戦

私たちは立老連の活動を応援しています。

鳴門の渦潮と阿波讃岐路の旅

旅行部 山合 義博

9月25日(水)～27日(金)の2泊3日で、鳴門、徳島、高松の観光名所、四国霊場3札所、そして話題性の高い大塚国際美術館へ行ってまいりました。早朝に立川を出発し新横浜駅に向かう途中、圏央道、東名高速で発生した同時事故により高速道は大渋滞、予定した新幹線に乗り遅れる事態になりました。

幸い名鉄観光の手配により1時間半遅れて鳴門に到着、渦潮観潮船の最終便に間に合い迫力十分な渦潮を観測しましたが、大鳴門橋車道下の渦の道は時間がなくなり断念しました。

第1夜の宴会は遅れを吹き飛ばすように、カラオケと女性部の皆さんの踊りの輪で盛り上がりました。

旅行2日目は、鳴門市内の四国霊場1番札所霊山寺、2番札所極楽寺にお参りし、僅かですが四国の遍路旅を実感、そして藍の館では藍染を体験しマイスカーフ・ハ

ンカチを制作、また阿波踊り会館では本場の阿波踊りを見学し、踊り手さんと一緒に舞台上で踊る体験コーナーには多くの方が参加され、表彰を受けた5人の中の4人が立老連の人たちでした。

大塚国際美術館はオブション企画でしたが39名が入館、ミケランジェロ、ゴッホ、モネなど世界の名画、そして礼拝堂の天井画など陶板で復元した展示品を鑑賞。アンケート調査では鳴門の渦潮、四国霊場3札所より関心が高く1番評価でした。

今回はリゾートホテル連泊にしましたが、旅にゆとりが生まれ、また2日目に体調を崩された方にはホテルで静養していただくなど、連泊の効果がありました。

第2夜の宴会は、替え歌合唱、カラオケ、恒例のビンゴゲームなどで大いに盛り上がり全員で旅行気分を満喫しました。

最終日は香川県に移動し、弘法



2泊3日で鳴門、徳島、高松などを満喫

大師誕生所の四国霊場75番札所の善通寺に参拝、続いて日本三名園より評価が高い栗林公園を散策しましたが、少し時間が不足でした。

旅行中の天候は、善通寺でにわか雨に降られました。3日間を通し好天気に恵まれた中で、観光参拝、体験、美術鑑賞などを続け、参加された皆さんも満足、そして事故もなく無事に帰着できましたので、総合的には良い旅行ができたと判断しています。

来年もより良い旅行を計画しますので、大勢のご参加を期待しています。

私たちは立老連の活動を応援しています。

令和元年度立老連理事研修旅行

長野県で文化にふれる

総務部長 高橋 民夫

年に一度の宿泊研修、立川市老人

クラブ連合会管外研修旅行が10月16日〜17日に行われました。観光バス2台で号車ごとに分かれ立老連の地区・クラブごと会長さん方々の待ち合わせ場所をバスで巡回し、全員がそろったところで研修先へと出発しました。

一日目は立川を後にして圏央道狭山ICから入り、関越自動車道を走り続けること約4時間。下仁田ICを出て龍岡城跡に到着後、資料館を見学し、函館五稜郭とともに日本に二つしかない星剱稜堡を持つ洋式城郭を見学。展望台には上がることはできませんでした。

佐久で昼食を取った後、佐久ICから入り中央道を通り、松本市歴史の里にて江戸時代後期から昭和時代までの歴史的建造物5棟が立ち並んでいました。独居房、工女宿明治の和風裁判所など、当時の明治憲法下の法廷を再現した人形がありました。博物館担当員の犬飼美智子さん、武井和善さんによる

笑顔での対応があり、明治から昭和にかけての歴史を聞くことができました。「おもてなし」の精神を感じました。

1日目の研修を終了し、宿泊先へ。山形村、清水鉱泉、スカイランドきよみずに到着。標高1300メートルの高さにある一軒宿。お部屋から見る美しい大自然。早朝の外は雲海。宿泊は立老連だけの貸し切りであり、立老連松下会長のあいさつの後、宴会を開催し、カラオケ、踊り等が披露されました。また、各グループで二次会があり、貸し切りということもあつてか夜遅くまで周りに気兼ねなく、皆さん大声で懐かしい曲を歌い、楽しく手拍子もあり賑やかでした。

2日目、清水鉱泉を出発し、道の駅「雷電くるみの里」でお買い物。その後、日本一の宿場町（中山道六十七宿と真ん中）、奈良井宿を散歩しました。昼食後は光前寺で参拝。霊犬早太郎伝説と光苔を見学。伊那食品のかんてんばば工場で見学とお買い物した後、全員集合して記念写真。

令和元年の初研修旅行は長野県

で、文化遺産も多く魅力的な研修内容に満足されたかと思えます。2日間ともお天気恵まれ旅行日和でした。地区、クラブの会長さんの方々のご協力により無事研修旅行を終えることができました。ありがとうございました。



お天気に恵まれた旅行でした

私たちは立老連の活動を応援しています。

ロコモティブシンドロームの予防



「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない
- 手すりがないと階段の上り下りが困難
- 2kg程度の買い物荷物でも持ち帰るのがしんどい
- 15分以上連続して歩き続けられない
- 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
- 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。

東老連女性リーダー宿泊研修会

とても充実した研修会

立老連 副会長 菅井 志げ子

での説明を聞きま
した(講義70分)。
各老連の活動
や取り組みの事例
を紹介。特徴的な

区・島部は新宿発、市町村部は立川発、観光バス2台で8時30分出発、途中渋滞もなく当日の研修先「上諏訪温泉浜の湯」に着きました。そのまま研修会場へ。30分の休憩↓グループ別にテーブル着く↓東老連顧問のごあいさつ↓東老連事務局の「これからの老人クラブ活動と会員増強運動」について

取り組みや工夫、問題点、課題点まとめ、今後の展開について(模造紙書き込み20分) 各老連の活動、取り組みについて紹介がありました。会員増強にあたり、「未加入の方にも笑顔であいさつし、顔馴染みになったら家に伺い入会を勧めるとほとんどの方が入会し、会員数80名でしたが、百二十数名にな

りました」とのことでした。笑顔であいさつが大切だと痛感しました。2020年にはオリンピックピック村ができるため、大勢の方々に声かけをして、折鶴を折り、おもてなしする計画などが挙げられました。
発表、意見交換、講評は、予定時間もだいぶ過ぎてしまいました。とても充実した研修に参加させていただき、ありがとうございます。これを参考に会を盛り立てていきたいと思えます。

クラブ紹介

95歳 ソプラノで歌う会員

曙地区 東明和会

会長 小松崎信子

昭和42年創立、私が曙町に嫁に来る前からの会、半世紀以上の歴史がある会です。その頃よりの会員の方で、今95歳、毎月の定例会に参加していただき、元気でソプラノの声で童謡「みかんの花咲く丘」、歌謡曲「岸壁の母」など歌ってくださいます。元気で参加される中では最年長です。またほかの

会員もカラオケを楽しんでおります。

立老連行事の流れの中で、輪投げは今まで木枠の輪投げ台でした。今年、立老連と同じタイプの輪投げ台を新調しました。月1回ですが会館の場所取りから始まり、1チーム(5人)ができる人数以上が集まり、練習を行っております。なかなか点数が上がりますが皆頑張っております。

春、秋には、曙地区の皆さんと一緒に交通安全運動のテントに、毎回10人以上の方が元気に参加協

力しております。

運動会は毎年良い成績ではありませんが、参加することに意義があると、前向きに

社会奉仕活動は公園清掃、皆ほうきを持参で、普段の清掃より多数の参加です。

他、映画、作品展、将棋等に参加し、活動しております。



社会奉仕の日

私たちは立老連の活動を応援しています。

クラブ紹介

チームワークで
乗り切る

錦地区 錦西寿会

会長 谷野 誠治

錦西寿会は昭和41年8月14日、65名で発足しました。当会は立川駅南口から5、6分で、商店が多く、春には桜が咲き乱れる鬼公園がある地域です。

会の活動は、公園清掃、友愛訪問活動、手工業・お話の会、歌の会、俳句の会、グラウンド・ゴルフ、レクダンスなどをおこなっております。その他町会活動への協力

をしています。また、立老連関連行事への参加、研修旅行の実施、その他会員の親睦を図る懇親会などの活動をしています。

平成29年度には大幅な役員の変更が行われ若返りました。役員(班長)研修会、積極的な女性リーダー研修会などを経て、月例役員会では活発な提案、意見、論議がされております。また、会食を伴う親子イベント業務では役員の持ち回り当番制として、共有化を図っています。

毎月のお知らせ(会報)では、「体を動かそう」「誘い合って参加しよう」

を増やしたい、結果行事の参加者が増加し、会の活性化につながっています。一例では、錦地区研修日帰り旅行の参加者が以前は当クラブは3、4名が平成30年は20名、会員は現在81名です。自然減はさけられませんがその分新規加入を図り、ここ3年間81名を維持しています。本年7月より会員増強事務局を置き、チームワークで乗り切っています。

より会員増強事務局を置き、チームワークで乗り切っています。



樹木・花観察会

立老連主要活動スケジュール(2019年11月~2020年1月)

月	日(曜日)	活動事項	会場
11	5(火)	幹部会・理事会	柴崎福祉会館
	7(木)	第5回吹き矢講座	〃
	8(金)	東老連グラウンド・ゴルフ大会	武蔵野市
	12(火)	文化部会	柴崎福祉会館
	13(水)~14(木)	ふれあい演芸会	〃
	15(金)	広報部会	〃
	21(木)	シニア健康フェスタ東京	世田谷区駒沢体育館
	25(月)	女性部レクダンス 女性部リーダー研修会	柴崎福祉会館
12	26(火)~27(水)	全国老人クラブ大会	さいたま市
	4(水)	東京都老人クラブ大会	文京区シビックホール
	10(火)	幹部会・理事会	柴崎福祉会館
		たちかわ体操体験	〃
		会報136号発行	〃
	10(火)~11(水)	東老連加盟老連会長・役員宿泊研修会	福島県湯畑温泉
12(木)	第3ブロック健康教室	武蔵村山市民総合センター	
16(月)	いきいき体操	柴崎福祉会館	
1	10(金)	東老連新年会	目黒区雅叙園
	18(土)	文化部会(作品受け入れ)	柴崎福祉会館
	20(月)~24(金)	ふれあい作品展	〃
	21(火)	立老連新年会	〃
	25(土)	文化部会(作品渡し)	〃

編集後記

4月25日広報部会が開催され、部長に酒井守利氏(柴崎・柴四東弥生会)、副部長に伊藤正人氏(錦町・錦利末広会)と井上靖雄氏(富士見町・東富士見会)が選出された。この3名は、十数年前から諏訪神社の氏子総代や自治連で一緒だったことから、自治会長、氏子総代、老人クラブ会長は、どうやら3点セットのようである。5月1日、元号が平成から令和になったが、立老連はこれまで通り、定期総会、軽スポーツ大会、芸能発表会、囲碁将棋大会、運動会、2泊3日の旅行会、理事研修会、ふれあい演芸会と行事の開催を継続している。立老連の会報は、これらの行事や各クラブ、各部会の紹介、活動報告をしっかりとお伝えすることが最大の使命である。会員の皆様からお寄せいただいた、原稿、写真、資料などを広報部員がしっかりと編集し、会報の発行に努めている。

さて、この会報136号は、12月10日の発行なので、その頃はスタートした令和元年も終わりの頃になっている。来年は2020年、令和2年を迎えることになる。東京オリンピックも開催され、賑やかな年になることでしょう。立老連の皆様、どうか良い年をお迎えください。

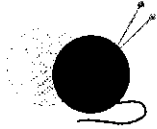
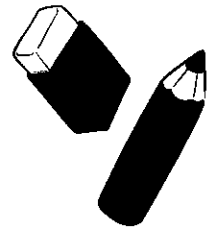
(広報部 井上 靖雄)

スポンサー各位への御礼

本紙発行に際して、ご協賛していただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。倍旧のご厚誼を賜ることができますよう、今後も努めてまいりますのでよろしくお願い申し上げます。



皆様の作品や原稿を募集しています!



立老連・各地区などの報告記事以外に、会員の皆さまの随想、趣味、文芸、絵画、写真なども掲載したいと企画しています。奮ってご応募ください!

(広報部)



お問い合わせは立老連事務局へ

☎042-521-3733

立川市内の老人クラブと一緒に活動しませんか?

<p>その魅力とは?</p>	<p>仲間がいる、見つかるというところです。声をかけ誘ってくれる、そうした仲間がいることは大きな安心です。健康の保持、増進につながります。</p>
<p>老人クラブってどんな組織?</p>	<p>地域の仲間づくりを目的とする概ね60歳以上の人による自主的な組織・団体です。</p>
<p>生きがいをつくろう</p>	<p>人生には生きがいが必要です。趣味を生かしたクラブ活動や、仲間との語らいが生活にハリを与えてくれます。</p>
<p>活動は?</p>	<p>健康づくりや介護予防のための活動、相互に支え合う友愛活動、街の美化活動などの地域を豊かにする社会貢献活動にも取り組んでいます。</p>

私たちは立老連の活動を応援しています。