

会報 立川市老連

第137号

立川市老人クラブ連合会広報部
 発行責任者 松下 元親
 〒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・印刷 株式会社ニチコミ
 電話 03-5718-3900
<http://www.nichicomi.com>

会員数 6,496 人 (31.4.1 現在) 9 地区 87 クラブ



プロにも近づく逸品が 来場者を足留め!

文化部長 阿部 春男

令和2年1月20日(月)〜
 24日(金)の5日間、柴崎福祉
 会館1階大会議室で令和元年
 度ふれあい作品展が開催され
 ました。
 作成した本人でなければお答
 えすることもできないことも
 ありました。

ふれあい作品展は立川市と
 立川老人クラブ連合会の共催
 の事業で、一般市民も含めて
 109点の出展でした。目録に
 はありませんでしたが、立老連
 女性部が石けんのデコパー
 ジュ講習会で作成した十数点
 の出展をいただきました。色鮮
 やかさと、石けんの香りで部屋
 の雰囲気盛り上がり、感動
 しました。どれも高齢者が作
 成したと思えない逸品を出展
 いただきお礼申し上げます。

5日間の観覧者は370人
 という多数のご来場をいただ
 きました。来場された方から
 作品の質問を受けましたが、
 今後とも来年度の作品展に向
 けてご準備いただくとともに、
 ご自宅の片隅に展示する作品
 があるかと思しますので、出展
 のほどお願いいたします。

最後にいたしますが、20日
 (月)にJ・COM(ケーブル
 テレビ)の作品展の取材があ
 り、展示会場全体の作品を撮
 影しました。収録された内容
 を22日(水)午後5時から4
 回に分けて多摩地区で放送さ
 れました。ご覧になられていな
 い方はDVDがありますので
 お貸しいたします。

文化部も来年度に向けて4
 事業の準備を、すでに計画いた
 しました。会員皆様のご協力
 をお願いいたします。

◀展示された作品は6〜7ページでもご紹介しています。

令和2年 立川市老人クラブ連合会 新年会あいさつ

地域社会を支える担い手に

立川市老人クラブ連合会 会長 松下 元親



明けましておめでとうございませう。令和の元号の下で迎える初の年頭に当たり、新たな時代の立川市の老人クラブを皆様と共に築いていく決意を、さらに強くしてまいります。昨年度、出生数が90万人台になるなど、人口の減少が続く一方、高齢化はさらに進んでいます。21世紀の本格的な少子・高齢社会を迎え、世代を結び地域づくりを担う老人クラブ活動の

層の充実が求められています。本日は、立川全市の老人クラブのリーダーが相集いました。交流を深めるとともに、日頃の活動の実績と成果を交換し合い、高齢社会における活力ある地域づくりに向

け、さらなる活躍の向上を図る集まりにしようではありませんか。

一方、東京都老人クラブ大会で、私たちの今後の活動の基本方針が過日発表され、全員賛成で採択されました。ここに大会宣言を確認しました。ここに大会宣言を確認しました。新しい年への出発としたいと思います。新しい年への出発としたいと思います。新しい年への出発としたいと思います。

い発表いたします。私たちは、誰もが願う健康で生きがいのある生活の実現に向けた健康づくり・介護予防活動、地域における高齢者相互の心のふれあい活動、さらには安全・安心への地域見守り活動など、地域の担い手として、「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくり」を目標に掲げ積極的に活動を展開しています。今後とも、より一層自

助につとめ、連帯と共同・ふれあいと支えあいの仕組みに参画し、「地域を支える担い手」として、「ゆとり・うるおい・やすらぎ」に満ちた地域づくりを目指し、次の事項の実践を誓い、ここに宣言します。

一、仲間を広げる加入促進活動を推進します。

一、健康寿命をのばす健康づくり・介護予防活動を推進します。

一、友愛・奉仕活動など社会貢献する活動を推進します。

一、若手リーダーを養成し、魅力ある老人クラブ活動を推進します。

一、地域のさまざまな関係団体と連携し、地域の力で高齢者等を支え、安全・安心のまちづくりを推進します。

新しい年が、皆様にとって幸多き素晴らしい年となりますよう、心からお祈り申し上げ、あいさつとさせていただきます。

おられます。

文化の街・立川の発展にご協力を

立川市長 清水 庄平



こんにちは、今回もまたこの大広間が満席になるほどの参加の皆さま

んを迎えて、令和の年初めがお祝いできることを、心から嬉しく思っています。

立川の街を、永く南口駅前や北口駅前、あるいは少し離れた北口地域をさまざまなかたちで開発してきました。ここで最後に残った一等地・立飛も、ほぼここで工事が終わります。4月末から5月の頭にかけて、

ほとんどの施設がオープンいたします。

なかでも期待をしておりますのは、2300座席を持った劇場ができるということです。日本で一流の芸能人というのは、2000座席以下の劇場には出演しない。オーケストラや楽団、いろんな面で経費が掛かります。2000席以下の少ない座席しか持たない劇場では、赤字になつてしまふのです。そう言う意味から、2300座席を確保できたのは、大変嬉しいことです。すでに歌手の八代亜紀さんがオープンの興

行をする予定だと聞いています。

また、立川で初めての美術館が建設されます。そこで来年度、立川の中学校に美術館の見学をやらせてあげたいなど、予算を作っているところです。すでに小学5年生の子どもたちが、フアーレ(109体)アートを見学しています。それが10年以上、続いています。そうすると、小学生のときにフアーレアートを見た、見学会に行った最初の子供たちが、24、25歳になっている。こうした人たちが、すでに立川の人口の1割超えている。大変素敵だと思つ

ています。

今までは、ハードな街づくりをやっているというのが立川の印象でした。これからはハードから脱却して、さらに次のレベル。芸術など、さまざまなソフトな活動が活発になつて行く街になるだろうなと思います。ぜひ皆さん方に後押ししていただいて、積極的に街の中に出て、さまざまな物を見たり、見学・体験したりしていただければ、ありがたいと思っております。

令和2年立川市老人クラブ連合会新年会

新しい年のスタートを祝う

1月21日(火)の正午から、柴崎福祉会館の集会所にて、立川市老人クラブ連合会新年会が開催されました。まずは高橋民夫総務部長の司会で、土方喜代子副会長から開会の言葉、松下元親会長からのあいさつ。続いて立川市長の清水庄平氏、立川市議会副議長長の福島正美氏をはじめ、多数ご出席いただきました来賓の方々からご祝



副会長の乾杯の音頭

辞・お言葉をいただきました。そして中島寛副会長の乾杯の音頭、会食となりました。

なりました。役員・各クラブリーダーたちが一堂に集い、親睦を深めました。食事と共に総務部副部長・高橋百合子、総務部副部長・高橋昭治両名の司会による余興がスタート。会場は大いに盛り上がりしました。



柴崎福祉会館にて新年会を開催

令和元年度ふれあい演芸会

来場者を魅了する熱演

文化部長 阿部 春男



カラオケに合わせて
客席も大盛り上がり



ステキな
フラダンス



優雅な日本舞踊



ユーモラスな
ドジョウ掬い

立川市老人クラブ連合会は、立川市の委託を受けて「ふれあい演芸会」を毎年開催しています。高齢者が豊かな知識・経験および技能を生かし、生涯を健康で生きがいを持つて社会活動ができるようにするための文化祭事業です。

平成4年から続く歴史あるこの演芸会も、新元号での1回目の開催。11月13日(水)〜14日(木)の2日間開催され、166組・

229名の方々にご出演いただきました。日頃の練習には、ご苦労も多かったことと思います。なかでも14日、9番目のカラオケのイントロが始まると同時に、舞台下では十数人の踊りの輪ができ、来場者の方々に盛り上げていただきました。カラオケは2コーラスに設定してあり、最後まで踊ってほしかったのですが…。残念でしたが、改めてお詫びとお礼を申し上げます。筆者は文化部に携わって8年になりますが、このように盛大に盛り上がったことは過去にないと思います。今後もより充実したふれあい演芸会を目指す所存です。

立老連活動報告 (2019年11月～2020年3月)	
11月5日(火)	幹部会・理事会・正副会長会
11月7日(木)	第5回健康吹き矢講習会(柴崎福祉会館)
11月8日(金)	東老連グラウンド・ゴルフ大会
11月12日(火)	文化部会(ふれあい演芸会準備)
11月13日(水)～14日(木)	ふれあい演芸会
11月15日(金)	広報部会 東老連第3ブロックレクダンス・エアロビクス練習(昭島市体育館)
11月18日(月)	宮本社会奉仕部長・事務局長「ちょこっとボランティア」PR等について協議
11月21日(木)	シニア健康フェスタ東京(世田谷区駒沢体育館)
11月25日(月)	女性部レクダンス練習(柴崎福祉会館) 女性部会女性リーダー研修会石鹸デコパージュ作り(柴崎福祉会館)
11月26日(火)～27日(水)	全国老人クラブ大会(さいたま市)
12月4日(水)	第33回東京都老人クラブ大会(文京区シビックセンター)
12月10日(火)	幹部会・理事会・正副会長会 文化部会・旅行部会・社会奉仕部会 会報第136号発行
12月10日(火)～11日(水)	東老連令和元年度市区町村老連会長・役員研修会(福島県母畑温泉)
12月12日(木)	第3ブロック健康教室(レクダンス) 武蔵村山市民総合センター
12月13日(金)	歳末助け合い募金 立川市社会福祉協議会 83クラブ 274,067円 災害援助金 東老連 80クラブ 408,150円
12月16日(月)	「いきいき体操」(柴崎福祉会館)
12月24日(火)	体育部正副部長会
1月8日(水)	女性部正副部長会
1月10日(金)	東老連新年会(目黒区・雅叙園)
1月15日(水)	第2回規約検討委員会
1月18日(土)	文化部会(ふれあい作品展作品受け入れ、会場作り)
1月20日(月)～24日(金)	ふれあい作品展開催
1月21日(火)	新年会
1月22日(水)	東老連「認知症予防講座」
1月25日(土)	文化部会(ふれあい作品返却)
1月27日(月)	女性部日帰り研修実踏(埼玉県東松山市・秩父市方面)
2月4日(火)	幹部会・理事会・正副会長会 講演会「ボランティア」について
2月12日(水)	映画鑑賞会入場券発売 保健部健康講座
2月17日(月)	女性部レクダンス講習会(柴崎福祉会館) 立川市福祉総務課令和2年度補助金説明会
2月18日(火)	立川市福祉総務課令和2年度補助金説明会
2月19日(水)	「平成30年度立老連予算施行状況に関する立川市監査委員監査」打ち合わせ
2月25日(火)	立川市監査委員監査「平成30年度立老連予算施行状況」
3月26日(木)	立川市監査委員監査の講評

以下の事業は新型コロナウイルス対策のため中止

2月26日	友愛リーダー研修会(東老連)	3月10日	幹部部会・理事会 市長懇談会
3月2日	旅行部会(3月25日・七番組公会堂に変更)	3月13日	広報部会
3月3日	映画鑑賞会(5月9日(火)に変更) 老連会長・事務担当者会議(東老連)	3月19日	第3ブロック会議(東老連)
		3月23日	女性部レクダンス講習会

ふれあい作品展 ギャラリー

力作を誌上展示

とき：1月20日(月)～24日(金)
会場：柴崎福祉会館1階大会議室

立川市・立川老人クラブ連合会の共催により、老連・一般含め109点の作品展をいただきました。一部ではありますが、ここに作品をご紹介します。

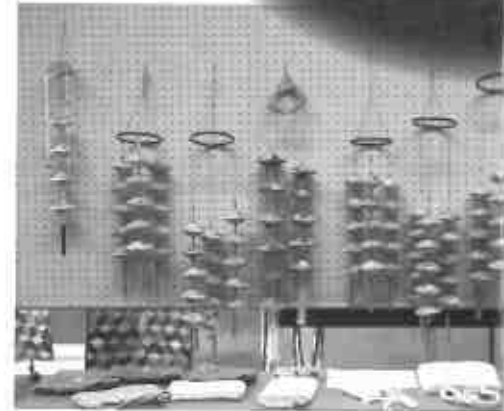
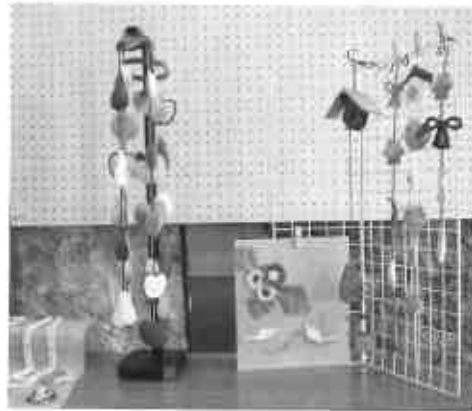


ふれあい作品展





令和元年度ふれ



今後の広まりに期待しています

保健部長 池永 一夫



吹き矢講習会の修了者の皆さん

講師に日本吹矢レクリエーション協会公認の指導員3名を迎え、柴崎福祉会館にて10月3日(木)～10月7日(月)の期間で「吹き矢講座」を開催。28名の受講者の方々にお集まりいただきました。

吹き矢は標的を狙って矢を飛ばす競技ですが、一連の動作と基本となる腹式呼吸が健康増進に絶大な効果があります。激しい運動を必要とせず、過度の緊張や高度な技術も要求されません。年齢・性別や、身体ハンデを気にしないで楽しめる生涯スポーツとして広がりを見せて

います。

立老連ではその健康効果に着目し、昨年続き延べ5日間の日程で「吹き矢講座」を開催しました。1班5名の6班編成で3グループに分かれ、指導員から丁寧な実技指導を受け、日増しに上達。班のメンバーは毎回入れ替わるので交流も深まり、お互いにアドバイスし合う場面には微笑ましくも立老連の絆の強さを見せられました。

最終日は受講の成果を試す記録を取って、修了証とともに受講者に授与。記念撮影をして終了しました。この講座を受講した体験だけで終わっては、健康増進や生きがいづくり、仲間づくりに生かされません。ぜひ続けてほしいと願っています。

昨年の講座の後、いくつかのクラブでは「吹き矢」を始めて仲間を増やし、和気あいあいと楽しんでいると聞きました。用具の準備や安全管理も重要です。その節はご相談ください。お手伝いさせていただきます。

また講座開催にあたりご尽力いただいた皆様に感謝申し上げます。

クラブ紹介

我がクラブの

歴史を紹介

砂川東部地区

玉水会 高橋 昭治

今回は、私たちのクラブの成り立ちや環境をご紹介したいと思えます。

◆地勢と環境

西武拝島線の玉川上水駅前から、玉川上水を北に背負い、春には新緑の香でむせ返る。東に約1キロ半を幸町六丁目といい、この地域が我が会の地盤で、約350世帯くらいを擁する静かで交通の便も良い町です。しかし近年は近隣農地の宅地化が進み新たな住民



上水小橋

が加わって、意思疎通・家族の年齢構成など知り合うには時間が必要かと思っています。

◆由来と沿革

歴代会長年表の頭に、昭和52年度・山岸昇次とあり、この方が初代の会長で会設立に係わられたと思われます。以来46年の歴史を刻みつつ…。数えて、私は8代目の会長と読めます。今年で4年務めています。引き継いだ会員数を大きく減らしていることは残念です。

◆活動の柱

これは、「趣味の会」と軽スポーツだといえます。趣味の会には、俳句の会・踊りの会・カラオケの会・ゲートボールの会・水玉会があり、それぞれ同好の仲間が集い積極的に活動しています。最後に記した「水玉会」について、少々説明が必要かも知れません。この会は、女性のみが参加資格のある「美を磨き、ぼけ防止？」を意図する活動」をする特色ある会、と紹介させていただきたいです。

既存の会の活動は、高齢化と共に次第に尻つぼみになっているだけに、活動メニューの新陳代謝が

行われたと思っています。旅行行事は地区主催の企画にお世話になっており、新年会・誕生会・地区清掃活動も定例行事として滞りなく行うことができています。

◆地域の絆行事

地区自治会の企画する防災活動・清掃活動・運動会・盆踊りなどにも、会員は積極的に参加しています。

◆今後の課題

会の活性化には、諸行事のマンネリ化防止を意識し、認知症防止活動もさりげなく取り入れていくことかな、などと思っています。



清流の復活

クラブ紹介

富士見地区親睦
土湯温泉一泊旅行
富士見地区代表理事
井上 靖雄

富士見地区では、春に日帰り旅行、秋に一泊旅行と、年に2回の親睦旅行を実施しています。春の日帰り旅行には、現在、バス2台分の参加者が集まりますが、秋の一泊旅行は、かつては50人乗りのバスが満席になるほどの参加者が



五色沼にて集合写真

ありました。ここ数年は会員の高齢化にともない参加者が減少しており、寂しい限りです。それでも今年は27名の参加があり、富士見地区恒例の一泊旅行が実施できたので報告します。

10月21日(月)、7時30分、新中央トラベル江澤添乗員と27名の参加者に乗せたバスは予定どおりに出発しました。立老連の旅行では、9月の四国旅行の往路・復路と、10月の理事研修旅行の復路で大渋滞に遭遇し大変な

思いをしたため、富士見地区の旅行でも渋滞が心配されました。しかし、今回の旅行では、まったく渋滞に遭わず、予定どおり順調に行うことができました。

予報では天候は晴れでしたが、雲が広がり若干の薄日となりました。しかし、雨に遭遇しなかったため、狭山SA、佐野SA、那須

高原SAで休憩を取り、11時50分、猪苗代に到着しました。3カ所のSAで合計1時間の休憩を取ったので、立川から猪苗代の走行時間は3時間20分でした。猪苗代で昼食を取り、新設された野口英世記念館を見学しました。記念館には、多くの資料が展示されており、特に米国時代の研究成果の論文等は貴重なものと思われました。その後、紅葉が始まった裏磐梯の五色沼に立ち寄り周辺を散策し、16時30分には土湯温泉ホテル山水荘に到着

しました。ホテル山水荘は、土湯温泉の中でもグレードの高いホテルで、部屋も広く、加えて6人部屋に3人、8人部屋に4人の割り当てだったので、ゆったりとくつろぐことができました。また、温泉も良く展望露天風呂は絶景でした。参加クラブを代表して、有志が立川音頭と東京五輪音頭2020を舞台で踊り、カラオケも17名が唄い、楽しい楽しい大宴会となりました。

翌22日(火)は雨になっていました。計画では磐梯吾妻スカイラインを廻る予定でしたが、台風の影響でスカイラインの施設(休憩所・トイレ等)が使えないため、

立川市老人クラブ連合会 令和2年度主要事業予定表

月	日(曜日)	活動事項	月	日(曜日)	活動事項
4	3日(金)	監査会	10	6日(火)	幹部・理事会
	6日(月)	幹部・理事会・会報発行		9日(金)	東老連ベタンク大会
	13日(月)	審判講習会		15日(木)	東老連ベタンク大会(予備日)
	27日(月)	レクダンス	26日(月)	レクダンス	
	28日(火)	女性部日帰り研修	11	6日(金)	東老連グラウンド・ゴルフ大会
5	12日(火)	総会		10日(火)	幹部・理事会
	15日(金)	輪投げ大会		12日(木)	ふれあい演芸会
	25日(月)	ベタンク大会		13日(金)	
	26日(火)	グラウンド・ゴルフ大会		16日(月)	広報部会
	27日(水)				17日(火)
29日(金)	予備日	18日(水)			
6	1日(月)	レクダンス	19日(木)	東老連健康フェスタ	
	8日(月)	東老連レクダンス	30日(月)	レクダンス	
	9日(火)	幹部・理事会	12	2日(水)	東京都老人クラブ大会
	15日(月)	体力測定		8日(火)	幹部・理事会・会報発行
	18日(木)	東老連輪投げ大会	1	16日(土)	ふれあい作品受け入れ
	25日(木)	関東ブロックリーダー研修会		18日(月)	ふれあい作品展
26日(金)				19日(火)	新年会
7	7日(火)	幹部・理事会		20日(水)	
	10日(金)	芸能発表会		21日(木)	ふれあい作品展
	17日(金)	広報部会	22日(金)		
	27日(月)	レクダンス	23日(土)	ふれあい作品引き渡し	
	8	4日(火)	幹部・理事会・会報発行	2	9日(火)
5日(水)		東老連女性部連絡会議	22日(月)		レクダンス
13日(木)		囲碁・将棋大会	3	9日(火)	幹部・理事会
24日(月)		レクダンス		16日(火)	広報部会
9	2日(水)	選抜ベタンク	22日(月)	レクダンス	
	3日(木)	選抜グラウンド・ゴルフ			
	4日(金)	予備日			
	8日(火)	幹部・理事会			
	17日(木)	運動会			



予定を変更して二本松市の高村智恵子生家記念館と安達ヶ原ふるさと村を見学することにしました。高村智恵子の生家は、清酒「花霞」を醸造する酒造家でした。その生家が再現されており、併設されている記念館には智恵子の油絵・紙絵が展示されていきました。「安達ヶ原の鬼婆伝説」で名高い「黒塚」のある観世寺の近くに安達ヶ原ふるさと村が開設されていきました。

安達ヶ原を開拓した先人たちの生活を再現し、集めた資料を展示していました。興味があつたので観世寺を訪れましたが、境内に「鬼婆を葬ったとされる黒塚」がありました。二本松市内で昼食を取り、13時、立川に向かって帰途につきました。ちょうど、「即位正殿の儀」が実況中継されていたので、最初から最後までバスの車内で鑑賞しな

がら立川に向かいました。そして17時30分、無事に富士見町に帰ることができました。富士見地区は会員数が多いので、月例会は1丁目〜5丁目と、6丁目〜7丁目に分かれて実施されています。その意味から、全クラブの会員が一堂に会する親睦旅行会(泊旅行・日帰り旅行)と新年会は、富士見地区にとって貴重な行事であることを再認識しました。

編集後記

広報部長となつて1年

広報部部長を拝命して、早くも1年。伊藤・井上両副会長はじめ、部員の皆さんに助けられ、予定通り会報の発行ができましたこと、そのご支援・ご尽力に心からお礼申し上げます。

数々の功績を残されました、先任の部長の方々に面目ありませんが、小職としては、現体制を維持するのが精一杯といった処が本音です。個人的には、体力・気力とも年相応に衰え、今後このまま続けられるか不安ですが…

ところで近年、印刷技術が向上して写真など鮮明になり、それに合わせ本誌としても写真を多数載せるべく努めています。一方で文章(文字数)の長い原稿が多く、按分に苦慮しているのが現状です。この点、ご配慮くださいます。何とぞ一層のご愛顧をお願い申し上げます。

追伸。ここしばらく、会員個々の応募が途絶えておりますので、随筆・短歌・俳句などの自由投稿をお待ちしております。

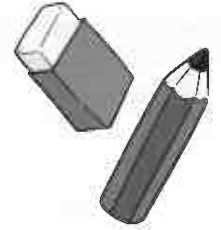
広報部 酒井 守利

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。倍旧のご厚意を賜ることができそうです。今後も努めてまいりますのでよろしく御礼申し上げます。



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?

その魅力とは?

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。

老人クラブってどんな組織?

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。

生きがいをつくろう

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。

活動は?

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。