

立川市老連

第147号

会員数 5,313人 (令和5年4月1日現在) 9地区 78クラブ

立川市老人クラブ連合会広報部
 発行責任者 村本 慎治
 〒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 株式会社二チコミ
 電話 03-5718-3900
<http://www.nichicomi.com>

令和5年度 立老連の基本方針

仲間を増やす決意を胸に

立老連会長 村本 慎治(羽衣地区金蘭会)



令和5年5月16日(火)に開催された立老連定期総会で、令和5年度(令和6年度の会長に選出された)村本慎治です。どうか

かよろしくお願いいたします。令和3年度(令和4年度も担当しましたが、コロナ禍であり、立老連も大変な状況におかれました。しかし、会員皆さまのご協力によって何とか立老連の活動を続けることができました。真にありがとうございました。深く感謝申し上げます。

5月の定期総会で令和5年度の事業計画・収入支出予算が承認されました。この方針に従い立老連の活動を進めてまいります。

新型コロナウイルス感染症のさまざまな規制が緩和されましたが、いまだ終息を見ない点を踏まえ、引き続き感染防止対策を東京都・立川市の指導・指示のもとに立老連と連絡を取りながら各事業の立案と展開を進めていく必要があると思います。

現在、立老連の全会員(5313名)の平均年齢は80歳を超えています。平均寿命と各種統計などを参考にすると、認知症対策は重要です。共に支え合いながら活動していくために、次の1〜8の事

1. 項に沿う活動を推進してまいります。
2. 多くの会員が楽しめる活動に取り組む、人と人との繋がりを大切にして、仲間が集い合う老人クラブ作りを推進する。
3. 会員の一人一人が健康で過ごせるように「健康づくり」「介護予防(特に認知症予防)」などの活動に積極的に取り組む。
4. 地域活動として欠かせない「共助」を目的として、老人クラブが相談相手になれるよう友愛活動、奉仕活動に取り組む。
5. 地域の各団体(自治会など)と連携を図り、老人クラブの活動を理解していただくと共に、安全・安心の街作り活動に取り組む。
6. 立川市や警察署などの交通安全運動および防犯活動に携わる組織と相互協力をいただき、交通安全、防犯対策に積極的に取り組む。
7. 全ての活動を積極的に進める中で、魅力ある老人クラブを作り、多くの仲間との交流を広げ、老人クラブ加入者を促進して活性化を図る。
8. 多くの会員が「介護予防」への運動に取り組んでいただけるように、独

自の健康講座および東老連の「介護予防プログラム」に積極的に参加していただく。

8. 認知症の仲間への理解と支援を積極的に推進し、立老連活動の全ての場面で相互に仲間意識を持つて参加できるように考え活動に取り組む。

以上の「1〜8」の内容を基本方針とさせていただきます。

定期総会報告から抜粋

1. 事業計画
 - 会議 ①定期総会 毎年1回開催②理事会 毎月1回開催③正副会長会 毎月1回開催④幹部会 2ヶ月に1回開催⑤専門部会 事業の推進に応じ各部会ごとに開催
 - 2. 専門部の活動
 - ①総務部②広報部③体育部④保健部⑤文化部⑥旅行部⑦社会奉仕部⑧女性部
 - 3. 立老連最大の課題
 - クラブ数・会員数の減少

高齢者の人口は増加しているのに、老人クラブの会員数は減少し続けているという『不思議な現象』が続いています。これは全国的な現象で都市部・立川市だけの問題ではありません。原因は、高齢者になっても、皆老人クラブに入会しないからです。このためクラブの担い手の高齢化が進み、廃部になるクラブが発生する始末です。立老連としても、全力を上げて会員の増強に取り組む必要があります。各会員は、仲間の獲得に向けて行動してください。

立老連定期総会(特別理事会)報告

全議案無事承認

5月16日(火)、立老連第59回定期総会が柴崎福祉会館で開催され、令和4年度の事業報告、収入支出決算、令和5年度の事業計画、収入支出予算、役員人事が審議され、原案どおり承認されました。

1号議案

令和4年度 事業報告(抜粋)

総務部 定期総会、理事会、会長・副会長会議、幹部会、会員増強委員会、理事研修会等の開催。

広報部 立老連広報紙144号、145号、146号の発行。

体育部 軽スポーツ審判講習会、軽スポーツ大会、選抜軽スポーツ大会、体力測定、東老連軽スポーツ大会等の開催参加。

文化部 囲碁大会、ふれあい演芸会、ふれあい作品展等の開催。

保健部 健康吹き矢講習会、いきいき体操、認知症予防講習会等の開催。

社会奉仕部 友愛映画会、募金活動、友愛事例講習会等の開催。

旅行部 立老連親睦旅行2泊3日の開催。

女性部 日帰り研修旅行、レクダンス講習会、シニア健康フェスタ東京第3ブロック健康教室等の開催参加。

2号議案

令和4年度の収入支出決算報告

(抜粋)

前年度繰越残額	174万4190円
収入決算額	632万8287円
支出決算額	601万9068円
差引残額	205万2529円

3号議案

令和5年度 事業計画(抜粋)

①会議 1ページに掲載

②専門部の活動

総務部 各会議の開催、会員増強委員会、理事研修会、東老連関係行事等の開催、参加。

広報部 立老連広報紙147号、148号、149号の発行。

体育部 軽スポーツ審判講習会、軽スポーツ大会(輪投げ、ペタンク、グラウンド・ゴルフ)、選抜軽スポーツ大会、体力測定、東老連軽スポーツ大会、地区の軽スポーツ大会助成運動会等の開催参加。

文化部 囲碁将棋大会、芸能祭、ふれあい演芸会、ふれあい作品展等の開催。

保健部 健康講座、健康吹き矢競技会、いきいき体操、認知症予防講演会、スクエアステップ講習会等の開催。

社会奉仕部 友愛映画会、募金活動、友愛事例講習会、交通安全運動、「社会奉仕の日」取り組み、交通安全・防犯の講習会、友愛実践活動講習会等の開催。

旅行部 立老連親睦旅行2泊3日の開催。

女性部 日帰り研修旅行、レクダンス講習会、シニア健康フェスタ東京第3ブロック健康教室、手作り品講習会、友愛訪問活動等の開催参加。

③会員の増強

令和4年度 77クラブ5497人

令和5年度 78クラブ5313人

④令和5年度の基本方針

1ページに掲載

⑤その他

★再開クラブ紹介

砂川東・けやき会 会長 佐藤 升 会員数34名

★新規加入クラブ紹介

砂川西・シニアひまわり会 会長 北村 宣司 会員数34名

4号議案

令和5年度の収入支出予算案(抜粋)

収入予算	604万7471円
前年度繰越金	205万2529円
収入合計金額	810万0000円

令和5年度役員紹介

会長 村本 慎治(羽衣・金蘭会)
副会長 土方喜代子

(高松・高松千歳会)
副会長 菅井志げ子 (栄・和楽会)
副会長 市川 利夫

(富士見・富久寿会)
副会長 岡本 康彦

(砂川東・グリーンスマイルクラブ)
会 計 山田 雅敏 (栄・南寿会)
会 計 松澤 廣明

(羽衣・コープ西国立元気クラブ)
会計監査 柳内 俊二 (錦・錦亀会)
会計監査 渡辺 修一

(砂川西・日和会)

専門部部长 ○印は新任

総務部長 ○高橋 昭治

(砂川東・玉水会)

広報部長 井上 靖雄

(富士見・東富士見会)

体育部長 柳内 俊二

(錦・錦亀会)

文化部長 ○香川 能教

(羽衣・喜楽会)

保健部長 松澤 廣明

(羽衣・コープ西国立元気クラブ)

社会奉仕部長 宮本 直樹

(富士見・協和敬老会)

旅行部長 高水 勝治

(錦・錦寿会)

女性部長 三角枝實子

(富士見・翔年会)

地区代表理事 ○印は新任

富士見地区 ○浅原 千春

(万寿美会)

柴崎地区 橋本 泰正

(柴西ことぶき会)

錦地区 ○本多 宗吉

(錦みよし会クラブ)

羽衣地区 荻田 慶光

(シニアクラブ)

曙地区 ○小松崎信子

(東明和会)

高松地区 稲葉 通紀

(高昇長寿会)

栄地区 菅井志げ子

(和楽会)

砂川西地区 ○平沼 仙造

(松寿会)

砂川東地区 高橋 昭治

(玉水会)

退任理事 ○印は表彰者

◎阿部 春男

(文化部長・栄・東栄長寿会)

◎矢沢千恵子

(柴崎・完成会老人クラブ)

◎内山 安雄 (栄・中砂高砂会)

◎鈴木 温

(文化部副部长・富士見・南富士見会)

◎望月 勇 (曙・西明和会)

◎高橋 民夫

(総務部長・曙・清和会)

◎石塚 敏一

(旅行部副部长・錦・延命会)

西手 正光 (羽衣・はねみ会)

神宮 義次 (高松・松鶴会)

田口 了三

(富士見・多摩川団地親和会)

新任理事

常廣 武夫 (富士見・南富士見会)

斉藤 友博 (富士見・多摩川団地親和会)

嶋村 洋子 (柴崎・完成会老人クラブ)

内村 邦行 (錦・延命会)

小野 和恵 (羽衣・はねみ会)

中澤とし枝 (曙・清和会)

伊藤 法子 (高松・松鶴会)

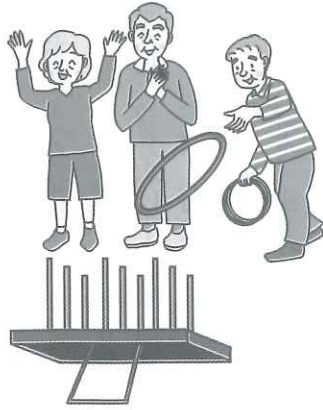
南部 忠彦 (栄・東栄長寿会)

寺坂 英雄 (栄・中砂高砂会)

北村 宣司 (砂川西・シニアひまわり会)

佐藤 升 (砂川東・けやき会)





6月22日(木)、国立オリンピック記念青少年センター(渋谷区代々木)で、東老連の輪投げ大会が開催されました。立老連では、4月28日(金)に開催された輪投げ大会の上位入賞チームから『柏寿会』『末広会』『松友長寿会』が出場しました。参加77チームで熱戦が繰り広げられましたが、見事、立老連砂川東地区の『柏寿会』が694点もの高得点で優勝しました。『松友長寿会』は519点22位で、『末広会』は510点25位でした。

(体育部長 柳内 俊二)

東老連輪投げ大会

柏寿会が優勝!

立川市老人クラブ連合会 主要活動報告・予定 (令和5年3月~令和5年10月)

月	日(曜日)	行事名	月	日(曜日)	行事名	月	日(曜日)	行事名
3	7日(火)	理事会	6	7日(水)	東老連・新任会長研修会	8	21日(月)	会長・副会長会議、幹部会
	10日(金)	役員選考委員会		16日(金)	ベタンク大会、雨で延期		24日(木)	スクエアステップ講習会④
	17日(金)	広報部会		19日(月)	会長・副会長会議		28日(月)	レクダンス講習会
	20日(月)	東老連・健康講座		22日(木)	幹部会		5日(火)	理事会
	23日(木)	立東老・連健康講座		26日(月)	友愛映画会		7日(木)	スクエアステップ講習会⑤
	28日(火)	会長・副会長会議		29日(木)	東老連・輪投げ大会		12日(火)	芸能発表会 ※運動会は中止
4	4日(火)	理事会	7	26日(月)	レクダンス講習会	9	16日(土)	交通安全市民の集い
	10日(月)	女性部連絡会		29日(木)	グラウンド・ゴルフ大会		21日(木)	スクエアステップ講習会⑥
	13日(木)	会計監査		30日(金)	グラウンド・ゴルフ大会		22日(金)	選抜ベタンク大会
	17日(月)	東老連軽スポーツ実行委員会		4日(火)	理事会		25日(月)	会長・副会長会議
	24日(月)	軽スポーツ審判講習会		7日(金)	ベタンク大会		27~28日	理事研修会
	28日(金)	会長・副会長会議 幹部会・会員増強委員会		11日(火)	囲碁将棋大会		3日(火)	理事会
5	11~20日	春の交通安全運動	8	13日(木)	スクエアステップ講習会①	10	5日(木)	スクエアステップ講習会⑦
	16日(火)	総会・理事会		14日(金)	広報部会		6日(金)	選抜グラウンド・ゴルフ大会
	18日(木)	東老連・女性部部会		19日(水)	東老連・手作り品講習会		12日(木)	健康講座①
	22日(月)	東老連・軽スポーツ講習会		20日(木)	体力測定		16~18日	立老連・親睦旅行
	25日(木)	会長・副会長会議		24日(月)	会長・副会長会議、理事会		19日(木)	スクエアステップ講習会⑧
	29日(月)	女性部日帰り研修旅行		27日(木)	幹部会・会員増強委員会		23日(月)	会長・副会長会議 幹部会・会員増強委員会
6	6日(火)	レクダンス講習会	8	31日(月)	スクエアステップ講習会②	10	30日(月)	レクダンス講習会
		理事会		8日(火)	理事会			
				10日(木)	スクエアステップ講習会③			

第36回

軽スポーツ大会

体育部長 柳内 俊二

◆輪投げ大会

開催日…4月28日(金)



投げる距離 4.5 m (ローカルルール)

◆グラウンド・ゴルフ大会

開催日…6月29日(木)

6月30日(金)

今大会より参加チーム数を増やす目的で1チーム5人にしました。砂川中央地区北多目的運動広場で、AコートとBコート同時に試合開始し、2日間行いました。

55チーム275名の選手が参加して試合を実施しました。優勝から3位までは、僅差であります。ホールインワンは、87回出ました。

グラウンド・ゴルフ大会成績表

順位	チーム名	打数	ホールインワン
1	富久寿会 A	209	3
2	三和会 A	209	2
3	錦亀会 A	210	4

今年の輪投げ大会はコロナ前の試合のように、午前と午後を通して、6試合実施しました。

場所は泉市民体育館で65チーム325名の選手が参加し、各コート内で試合を行いました。

場所が泉市民体育館で65チーム325名の選手が参加し、各コート内で試合を行いました。

輪投げ大会成績表

順位	チーム名	得点
1	柏寿会 A	628
2	末広会	589
3	高昇長寿会	554



ナイスショット

◆ペタンク大会

開催日…6月16日(金) 中止

7月7日(金)



狙いをすまして

7月7日は、天候は晴天で、試合ができました。会場は砂川中央地区北多目的運動広場。体育部員の設営を終えるところに開会式を行い、試合開始。17チーム51名の選手の皆さんは優勝に向かって頑張りました。

ペタンク大会成績表

順位	チーム名
1	大山けやき会 B
2	松中福寿会 A
3	大山けやき会 A



認知症（一人歩き声かけ）模擬訓練

社会奉仕部長 宮本 直樹

社会奉仕部では、各クラブのお仲間を楽しみながらできる社会奉仕活動を提案しています。第5回目は「認知症（一人歩き声かけ）模擬訓練」を紹介させていただきます。

認知症の方が一人で外出して帰れなくなると、熱中症や低体温症、交通事故や行方不明など、大きなトラブルに繋がることも少なくありません。しかし、これらは、早期に発見することさえできれば防ぐことができます。

す。街で認知症が疑われるお年寄りが、困っている場面に遭遇したとき、スムーズに誘導するための声かけ方法や、その後の対応について学びます。

訓練では、認知症の本人役を演じる人が地域を歩き回り、参加者がそれを探して声をかけます。街中で挙動不審な高齢者を見つけたらどうしますか。訓練で体験しておけば、実際の場面に遭遇したとき、どのように対応したら良いかイメージできるようになります。

認知症だから何もできなくなるわけではありません。周りの人から少し助けてもらえるだけで、ちゃんと生活できる方もいらっしゃると思います。地域の皆さまが認知症について正しく理解し、お手伝いができる人が増えると、認知症になっても安心して暮らせる地域になると思います。

セカンドライフは地域のために社会貢献活動はいかがでしょうか。各クラブは「認知症（一人歩き声かけ）模擬訓練」の開催が可能でしたら社会奉仕部へご相談ください。

活動報告 女性部主催 研修旅行

立老連女性部（二）にあり、228名も参加！

女性部長 三角枝實子

5月25日（木）、令和5年度の女性部主催の研修旅行が実施されました。参加者228名がバス7台に分乗しての大名行列となりました。駐車場に並んだ7台のバスを見ると、まさに『立老連、ここにあり』という印象を持ちました。各地区は、次の組み合わせでバスに乗車しました。1号車（萩観

光バス・砂川西地区30名）、2号車（萩観光バス・砂川東地区10名・栄地区26名）、3号車（萩観光バス・曙地区30名）、4号車（萩観光バス・羽衣地区33名）、5号車（萩観光バス・錦地区11名・柴崎地区28名）、6号車（南街観光バス・高松地区37名）、7号車（南街観光バス中型車・富士見地区23名）。

市内各地から出発したバスは、最初の見学箇所、上里カンターレ・JAアグリパークで合流しました。カンターレは洋菓子・パンで有名な店、また、JAアグリパークは新鮮な農産物の販売店で、両店とも228名もの買い物客が押し寄せたのでレジは大混雑となりました。その後、上里ICに戻り、新緑の上洲連山を見ながら榛名湖に向かいました。榛名山ロープウェイに搭乗する関係から、二手に分かれ、ロープウェイ組と湖畔散策組に分

かれて見学しました。湖畔から榛名山にかけてヤマツツジの群生地、満開の時期に遭遇し、見事な風景でした。湖畔の公園には、昭和初期の名曲『湖畔の宿』（作詞 佐藤惣之助、作曲服部良一、唄高峰三枝子）の記念碑がありました。作詞家佐藤惣之助氏は群馬県前橋市の出身で、歌詞に出てくる湖は榛名湖と証言されています。

榛名山山頂からの眺めは素晴ら

クラブ紹介

運動、カラオケ、旅行、
奉仕活動に全力

南富士見会
会長 常廣 武夫

◎地域と会の現状

南富士見会は、富士見町4丁目、5丁目からなる住宅街に囲まれた静寂な町で、現在、男性32名、女性29名、合計61名で活動しています。



仲良く元気に活動中

しく、眼下には榛名湖、遠くには八ヶ岳、奥秩父、富士山、関東平野、若干、雲が広がりましたが、まあまあ展望でした。

その後、渋川市伊香保水沢に移動、有名な水沢うどんで昼食を取りました。午後の見学箇所に予定していた近代木造建築の臨江閣は、環境保護の観点から見学を断られてしまいました。残念でしたが代わりに前橋市敷島公園のバラ

す。

◎活動状況

【グラウンド・ゴルフ】毎週月・木曜日に町内の小公園で、また月に2回第4小学校の校庭を借用し練習に励んでいます。

【輪投げ】毎週土曜日に練習していますが、今年2月に開催された富士見地区の大会で優勝することができました。日頃の練習成果であり、チームとしてみなでカバーした結果のおかげであります。練習に一段と熱が入り、4月の立老連輪投げ大会では、何と65チーム中5位の成績になりました。このため秋の選抜大会に参加できます。土曜日の練習が、また一段と熱が入ります。

園を見学しました。世界中から、歴史のある品種が集められており、開花期とも重なったことから見事なバラを見学することができました。

高速道路は順調で、午後6時ごろ、まだ明るいうちに立川に帰りました。企画実行に尽力された女性部の皆さま、秋観光、運転士さん、添乗員さんありがとうございました。

【カラオケ】滝上会館に愛好者10

名程度が集まり、自慢の歌声を披露し和気あいあいで楽しんでいきます。富士見2地区の月例会でもカラオケを楽しんでいます。

【旅行】富士見地区では、秋に1泊旅行、3月に日帰りバス旅行を実施してきました。コロナ禍で3年間開催されませんでした。令和4年11月に紅葉の信州1泊旅行があり当会から10名が参加（全体では38名参加）、令和5年3月の日帰り旅行には当会から13名が参加（全体では70名参加）し、富士見地区の結束が確認されました。

【社会奉仕活動】町内の公園清掃、滝上会館敷地内の除草を行っています。



定期総会時に記念撮影

クラブ紹介

創立15周年を
迎えました

エステート一番親和会

会長 井上 昇三

エステート一番親和会は、創立15周年を迎えました。平成20年、会員51名で発足し、現在103名

の会員で「笑顔で元気に過ごしましょう」のもと、諸活動を楽しんでいます。

また、創設以来、毎月「親和会だより」を発行し、会員の皆さまに、トピックス、活動予定、活動報告、事務局からのお知らせ等を掲載し、情報提供を行っています。現在、発行が186号にいたっています。

★活動内容

令和4年度の活動内容を左記に示します。コロナ禍の影響が多少ありましたが、多くの皆さんに諸活動に参加していただきました。

活動	活動回数	参加人数
健康を高める活動	182	2549
生きがいを高める活動	80	580
社会奉仕活動	51	578
合計	313	3707

①健康を高める活動

グラウンド・ゴルフ週2回、輪投げ週1回、卓球月2回、西砂散歩月2回、歩こう会月1回、健康体操月1回を開催し、多くの方に参加していただき、コミュニケーションを取りながら楽しんでいま

す。

②生きがいを高める活動

カラオケ
月2回、囲碁
月4回、健康麻雀月1回を開催



卓球に夢中です

し、健康を高める活動とは違った楽しみの中、コミュニケーションを図っています。

③社会奉仕活動

バス停周辺の清掃月1回、資源回収月1回、友愛奉仕活動等を行っています。

④地域活動

エステートの各行事、新年餅つき大会、桜祭り、夏祭り、アート展、防災訓練への参加協力をしています。

★今後の活動

会員の平均年齢も79歳と高くなり、現状の諸活動への参加者も減少していくことが予想されます。趣味仲間での交流など、気軽に参加できるイベントを取り込んでいきたいと思っています。

クラブ紹介

健康寿命を延ばし、生きがいのある生活を！

錦寿会

会長 高水 勝治

地域と会の現状

錦寿会は、昭和40年7月の創立で、錦町1丁目の立川通りから東側、南武線の踏切までの地域です。商店は少なく、最近マンションが多く立ち並ぶ住宅街になっています。

会員は男性29名、女性47名、合計76名で活動しています。75歳以下の会員は10名と少なく、役員も高齢化で会の運営が厳しい状況にあります。そうした中で、健康で生きがいのある生活の実現に向けての健康づくり、地域における高齢者相互のふれあい活動を目標に掲げて活動しています。

活動状況

町内にある錦東会館で月4回のカラオケ、月3回の認知症予防の健康体操を実施しています。

社会奉仕活動として町内清掃を毎月20日に実施しています。参加者は10名程度となっています。

このほか、食事会、誕生会、新年会等を開催して会員相互の親睦

を深めています。

交通安全活動

10年前から町内2カ所の交差点で、子どもの交通事故防止のために交通整理を毎朝7時30分〜8時20分まで実施しています。学校の先生方をはじめ地域の保護者から、子どもたちの安心安全に繋がると大変感謝されています。

このほか町内会の行事、子ども会の行事にも積極的に参加して交流を深めています。



地域に貢献できるよう頑張っています

『各地区の動き』

3月〜6月

各地区の活動を伝えることが、広報紙（会報）にとって最も重要な任務です。コロナ禍もようやく下火となり、各地区の活動が活発になってきました。

富士見地区

代表理事 浅原 千春

◎日帰りバス旅行

★開催日 3月15日（水）

★行き先 東京オリンピックのレガシーを巡り、浅草で買い物と食事、築地場外で買い物。

★参加者 70名（バス2台）

◎春季グラウンド・ゴルフ大会

★開催日 6月5日（月）

★会場 創造舎グラウンド

★参加 15チーム

★団体成績

1位 親生長寿会A 203打

2位 親生長寿会B 219打

3位 万寿美会A 222打

★個人成績

男性1位 高木 喜好

親生長寿会A 35打

女性1位 新井 栄子

親生長寿会A 37打

◎富士見1地区連絡会(4クラブ)

★開催日 6月1日(木)

★会場 多摩川団地集会所

★参加者 各クラブ4名

★議事

①立老連富士見地区の予定確認

②月例会の開催時間変更による

開催内容の検討

③富士見地区防犯講習会について

④各クラブの会員数確認

⑤カラオケ

◎月例会

富士見1地区(4クラブ)

★3月28日(火)、4月18日(火)、

5月23日(火)、6月20日(火)、

カラオケを実施。

富士見2地区(5クラブ)

★3月13日(月)、4月11日(火)、

5月10日(水)、6月8日(木)、

踊り6曲、合唱、カラオケ。

◎交通安全運動立ち番実施

★5月11日(木)～20日(土)、

立川南通り、たましん東側で実施。

富士見地区8クラブが参加。

◎富士見地区全体連絡会

★6月14日(水) 14時～17時

★会場 市営住宅集会所

★出席者

1地区 市川富久寿会 会長
浅原万寿美会 会長

2地区 井上東富士見会 会長

常廣南富士見会 会長

★会員増強

富士見地区からはクラブの廃止

は出さない、会員数の減少に歯止

めをかけ、前年より少しでも増加

に転じること。

★富士見地区連絡会の方法検討

1地区連絡会、2地区連絡会、

全体連絡会、全体(分科会)連絡会。

柴崎地区

代表理事 橋本 泰正

◎輪投げ大会の開催

★開催日 6月12日(月)

★会場 柴崎福祉会館大広間

★参加者 8クラブ73名

★用具 立老連体育部の用具を

借用した。

地区全体での行事は久しぶり

で、楽しく賑やかにゲームを行う

ことができました。

錦地区

代表理事 本多 宗吉

◎グラウンド・ゴルフ大会の開催

★開催日 4月9日(日)

★参加 錦地区8町会が参加。

中心は各老人クラブ。

◎盆踊り大会の開催

★開催日 7月22日(土)、23日(日)

★会場 錦第3公園

★参加 錦みよしクラブ

◎夏祭りの開催

★開催日 8月25日(金)～27日(日)

★参加 錦みよしクラブ

◎公園美化活動

★開催日 5月13日(土)

6月17日(土)

7月15日(土)

8月19日(土)

★実施 錦みよしクラブ

曙地区

代表理事 小松崎信子

◎東明和会

★総会(曙福祉会館)

5月9日(火)

★月例会(曙福祉会館)

3月16日(木)、4月12日(水)、

5月9日(火)、6月8日(木)

★公園清掃 毎月2回

★輪投げ練習 毎月1回

◎清和会

★総会(柴崎福祉会館)

4月21日(金)

★月例会(役員会)(町会会館)

3月14日(火)、4月21日(金)、

5月31日(水)、6月28日(水)

熱中症にご用心!

こまめに水分補給を!



熱中症の症状

- 痛みを伴う筋肉のけいれん(こむら返りなど)
- 全身のけいれん、ノドの乾き
- 尿量の減少、発汗多量
- 一過性のめまいや意識消失
- 意識障害、体温上昇
- 吐き気、嘔吐
- 全身の倦怠感、脱力感



症状が出てからの対処法

- ① 衣服をゆるめる。
- ② 風通しのよい日陰や冷房の効いた場所に移動する。
- ③ 冷たい水で冷やしたタオル(冷たいペットボトル等)をわきの下や足の付け根に置き、身体を冷やす。
- ④ 自分で飲めるようなら水分補給を。意識障害などがあり、自力で飲めそうにない場合は無理に補給をする必要はない。
- ⑤ とにかく異変を感じたら、早めに医療機関で受診する。

★カラオケ練習 月2回

★輪投げ練習 月2回

◎明和会

★総会(曙福祉会館)

4月25日(火)

★月例会 コロナ禍で中止

◎西明和会

★総会(町会会館)

6月11日(日)

★月例会(町会会館)

3月22日(水)、4月27日(木)、

5月24日(水)、6月11日(日)

◎立老連輪投げ大会

★参加 東明和会、清和会AB

◎立老連女性部主催研修旅行

★参加者 東明和会 8名

清和会 20名

明和会 2名



高松地区

代表理事 稲葉 通紀

◎地区会計監査 4月8日(土)

◎地区定例会議

3月4日(土)、4月8日(土)、

5月6日(土)、6月10日(土)

◎地区定期総会

5月20日(土)

◎立老連女性部主催研修旅行

★開催日 5月25日(木)

★参加者 37名

9地区の中で最大の参加者。

◎高松町諸団体代表者会議

★開催日 6月3日(土)

★出席者 稲葉地区代表理事

◎高松町青少年健全育成委員会

★開催日 6月6日(火)

★出席者 稲葉地区代表理事

◎高松会館祭り

★開催日 6月25日(日)

午前の部 演芸大会

午後の部 カラオケ大会

に多くの参加者。

◎地区輪投げ大会

★開催日 6月29日(木)

★会場 競輪場集合棟

栄地区

代表理事代理 山田 雅敏

◎栄地区令和5年度総会

★開催日 6月11日(日)

★会場 さかえ会館

★令和4年度事業報告、会計報告、

監査報告の承認。

★令和5年度事業計画、予算案の

承認

★検討事項

各クラブで担当職務を分担する。

砂川西地区

代表理事 平沼 仙造

◎春の交通安全運動

★開催日 5月11日(木)～

20日(土)

安協(交通安全協会)が設置し

たテントに詰め、歩行者などに交

通安全を呼びかけました。砂川西

地区の14クラブ全てが参加しまし

た。立老連会員の皆様、交通事故

に注意しましょう。

三三 春の交通安全運動 三三

社会奉仕部長 宮本 直樹

◎春の交通安全運動

5月11日(木)～20日(土)、

10日間に渡り春の交通安全運動が

開催されました。立老連では毎年、

交通安全協会が設置したテントに

詰め、交通安全運動の推進に協力

してきました。今年も左記の4地

区が立ち番に参加しました。

富士見地区

★テント

富士見町2丁目、立川南通り、

たましん東側。

★参加者 8クラブ59名

万寿美会、親生長寿会、富久寿会、

翔年会、東富士見会、南富士見会、

西富士見会、協和敬老会

柴崎地区

★テント

柴崎町3丁目交差点

(立川駅南口)

★参加者 3クラブ23名

柴一むつみ会、完成会老人クラ

ブ、南親ことぶき会

錦地区

★テント

リスルホール横

★参加者 8クラブ56名

錦西寿会、錦寿会、錦和末広会、

錦亀会、錦つばみ会、錦みよしク

ラブ、錦五友之会、錦六延命会

砂川西地区

★テント

天王橋交差点、大山団地

★参加者 13クラブ160名

日和会、シニアクラブこぶし会、

やよい会、松中福寿会、ことぶ

き会、四番組長寿会、東会、大

山けやき会、高砂会、三和会、

松寿会、明倫長寿会、エステー

ト一番親和会



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願い申し上げます。

専
門
部
紹
介
旅
行
部

会員の親睦と交流！

旅行部長 高水 勝治

立老連旅行部は、毎年1回秋に開催している親睦旅行を担当しています。会員の投稿による「行ってみたい観光地アンケート」の上位の中から行き先を選定し実施しています。

これまでの旅行記録を下段に示しますが、時代の変遷、立老連会員の状況等によって大きく変貌していることがわかります。

立老連の旅行は、昭和50年度から3泊4日の日程で開始され、昭和57年度から平成5年度までは毎年300名から490名もの参加者がありました。しかし、平成6年度から参加者が減少に転じ、平成14年度から2泊3日の日程となり、平成21年度からの参加者は70名以下となりました。令和の時代に入ると、コロナ禍のため令和2年度は中止、3年度は36名、4年度は33名とさらに少なくなりました。これから先、親睦旅行の開催が続いていけるか心配です。令和5年度から旅行部員は3名となりま



楽しい旅行の企画を練っています

した。しかし、旅を通して会員相互の親睦と交流を深めることは重要で、会員の皆様に「参加してよかった」と言っていただけの旅行を提供してまいります。

★旅行部メンバーの紹介

- 部長 高水 勝治(錦寿会)
- 副部長 内村 邦行(延命会)
- 副部長 福田 良満(東会)

立老連旅行部の記録		
開催年度	行き先	参加人数
昭和61年度	札幌、利尻島、礼文島、宗谷岬、知床	310名
平成2年度	恐山、津軽海峡線、函館	490名
平成25年度	平泉、十和田湖、角館	50名
平成26年度	長崎ハウステンボス、雲仙	43名
平成27年度	北陸新幹線を利用した金沢、能登半島	120名
平成28年度	サミット開催地、伊勢志摩の旅	49名
平成29年度	洞爺湖、余市、旭山動物園	44名
平成30年度	琵琶湖、長浜、近江八幡、宇治平等院	45名
平成31年度	鳴門海峡、渦潮、阿波、讃岐	44名
令和2年度	コロナ禍で中止	0名
令和3年度	最上川舟下り、山形・越後周遊	36名
令和4年度	新穂高ロープウェイ、高山、信州	33名

● 編集後記 ●

令和3年度4年度に引き続き広報部長を仰せつかりました井上靖雄です。どうかよろしくお願いいたします。会報は年3回発行され、立老連の動きをお伝えしています。手順として、広報部会の編集会議で掲載内容・執筆者が決定され、原稿依頼を発行します。集まった原稿について執筆者とやりとりを行い、広報部会の校正会議にかかり確定します。その後、二刷コミ印刷に回り会報の発行となります。

会報147号は定期総会関係がメインで村本会長の巻頭言、役員人事等を掲載しています。

2年前から「専門部紹介」と「各地区の動き」を新たにスタートしましたが、「専門部紹介」は148号の女性部で完了となります。149号からは「各地区紹介」の掲載を開始する予定です。

「各地区の動き」は、会報で最も重要な記事と位置づけています。各地区の代表理事は必ず原稿をお寄せ下さい。各地区の活性化こそ立老連が存続するために最も重要であります。この3年間コロナ禍のため大変な思いをしてまいりましたが、ようやく活動も戻りつつあります。

(広報部長 井上靖雄記)