

会報 立川市老連

第151号

会員数 4,996 人（令和6年4月1日現在）9地区 76 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 株式会社ニチコミ
 電話 03-5718-3900
<http://www.nichicomi.com>



レグダンス



開会式

第50回立老連大運動会 5年ぶりの開催に湧く

体育部長 柳内 俊二（錦亀会）

9月20日（金）、9地区から400名を超える会員が泉町市民体育館に集まり、5年ぶりに大運動会が開催されました。各地区の席は公平を期するため、毎回少しずつ席を移動させ指定しています。競技は、種目毎に体育部の代表者が説明し、審判は体育部と9地区から選出された運動会サポート委員の中から選出して行いました。

オープン競技と対抗競技の選手は、これまで各地区20名でしたが、会員の減少により今回は各地区10名にして行いました。

9地区対抗戦の成績は、別表のように高松地区が優勝しました。

午後の部の最初は、女性部代表の指導により立川音頭と東京音頭を踊りました。競技の最後は、紅白玉入れを行い、皆さん楽しい大運動会を過ごされたことと思います。

第50回立老連大運動会成績

順位	地区	得点
1位	高松	36
2位	羽衣	32
3位	錦	24
4位	砂川西部	22
5位	砂川東部	18
6位	栄	17
7位	富士見	16
8位	柴崎	10
9位	曙	9



ボールと一緒に



スプーンレース



ジャンケンゲーム

事業報告

健康講座（第1回、第2回）

健康意識高まる

保健部長 松澤 廣明

令和6年度の第1回健康講座が7月25日（木）に開催されました。健康運動指導士佐藤明子先生による恒例の健康講座です。募集

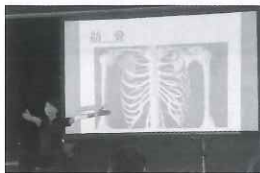


定員を大きく超えた75名の参加で熱気溢れる会場となりました。

「どこでもストレッチ」と題し、日常生活の中でいつでもできるエクササイズで、運動が苦手な高齢者でも取り組みやすい内容でした。

10月17日（木）に行われた第2回の健康講座は「肋骨を動かして日常動作をスムーズに」との題目で60名の参加で開催されました。

普段意識していない「臓器を守っている肋骨」を意識した新鮮な内容で、90分があつという間に過ぎ、終了時の参加者の満足した顔が印象的でした。



健康吹き矢交流会（競技会）

吹き矢普及に力を入れる

保健部長 松澤 廣明

10月18日（金）、昨年に引き続き「第2回健康吹き矢交流会（競技会）」が開催されました。33名の参加者で、午前10時の開会式に続いて行われた競技は、静かな会場にもかかわらず熱気ムンムンで進みました。競技は「個人戦（個人総合、個人種目別）、団体戦」が行われ、熱戦は午後3時過ぎまで続きました。

この交流会は、令和4年度まで5年間実施してきた「健康吹き矢講座」の受講生が100名を超え、吹き矢活動を継続したいとの声に応えるとともに、腹式呼吸による健康増進活動の一環として昨年

年から実施しています。今後も毎年、交流会（競技会）を継続していく予定



秋季軽スポーツ大会

各クラブ1チーム出場

体育部長 柳内 俊二

これまで秋の軽スポーツ大会は、選抜大会として春の大会で上位に入ったチームの参加で開催されてきました。令和6年度からは、各クラブ1チームの出場（申し込み順）で秋季軽スポーツ大会として開催されることになりました。

会場 砂川中央地区北多目的運動広場

◎ペタンク大会

★開催日 10月24日（木）

★参加チーム 10チーム 40名

優勝 大山けやき会

準優勝 松中福寿会

3位 シニアひまわり会

◎グラウンド・ゴルフ大会

★開催日 10月25日（金）

★参加チーム 32チーム 180名

優勝 明倫長寿会 214打（3）

準優勝 三和会 214打（2）

3位 富久寿会 218打（3）

※○内の数字はホールインワンの回数



クラブ紹介

地域とつながる

錦つぼみ会 会長 杉下 哲夫（錦地区）

錦つぼみ会は昭和42年7月、錦町2丁目の商店が少ない静かな住宅街にある錦東和会内で産声を上げました。つぼみ会は、43世帯63名の小さなクラブです。

活動状況

★訪問活動

錦つぼみ会では、年3回以上、安否確認を兼ねて各会員宅への訪問活動を続けています。

①誕生月に会員宅を訪問。

②5月、総会資料と記念品配布。

③1月、新年のお祝い品を配布

★ボッチャ、グラウンド・ゴルフ

町会の一員としてボッチャ、グラウンド・ゴルフの競技に参加。令和4年2月に行われた錦地区町会対抗ボッチャ大会では初優勝し乾杯することができました。また、錦町体育会主催の錦地区対抗グラウンド・ゴルフ大会に参加しています。立老連錦地区8クラブ対抗のグラウンド・ゴルフ大会にも参加しています。

★錦町文化祭

絵画、写真等、会員の作品を毎回展示しています。今後も町会の一員として参加することで、地域の人々と共に錦つぼみ会の活動を行っていく予定です。



グラウンド・ゴルフ大会参加



ボッチャ大会優勝

★日帰りバス旅行

10月、コロナ禍で中断していた日帰りバス旅行へ行きました。錦西寿会と共同で山梨方面へ葡萄狩りを兼ねての研修バス旅行です。会員9名で参加することができ、秋の一日を楽しみました。来年度も行う予定です。

★今後の課題について

会員の死亡、施設に転居などで会員の減少傾向が続いています。今後、各種イベントへの参加者を増やし、会員増につなげていければと思います。



日帰りバス旅行

クラブ紹介

協力長寿会の取り組み

協力長寿会 会長 大沢 豊（高松地区）

町会の「公会堂」を拠点にして活動しています。協力長寿会と母体の自治会は熊野神社のエリアにあるため、境内で行われる「盆踊り」「祭礼」が地域の力になっています。

★定例会議

毎月1回、会議を開催して1カ月のスケジュールなどを決めていきます。

★清掃ボランティア

毎月、月初めに近くの高松第二公園と熊野神社の境内を清掃しています。毎回15名前後の会員が集まり、落ち葉や茂った草取りなどを行っています。皆さん、おしゃべりをしたり楽しく活動しています。

★健康マージャン

週1回、公会堂で健康マージャンを行っています。

★健康維持活動①

社協の応援で「フレイル」について学習を行っています。

★健康維持活動②

健康寿命を延ばそうと「地域体操クラブ」を公会堂で開始することになりました。会員に限らず近隣の方々参加もあるようです。

★輪投げ

公会堂で週に1回輪投げの練習をしています。集まって体を動かすことが皆さんの元気の源です。



自然と腕も磨かれます

★ゲートボール

週3回、清掃している公園や近隣の会場で練習を行っています。外で体を動かすことは、皆さんの楽しみでもあるようです。

★花苗の定植

最近になって、市が進める「花の植え付け」を始めました。清掃をしている公園に植えています。夏の水やりが大変で、近くに住む会員の方が中心になって実施しています。

★会員数…男性51名、女性71名、
合計122名



みんなの街を美しく



チーム和気あいあいと

クラブ紹介

60周年に向けて

豊生会 会長 阿部 公明（栄地区）

発足

豊生会の所在地は立川市と合併する前の砂川村であり、立飛本社の南側にあった「立飛の社員住宅」が源です。戦後は、一般住民に払い下げられ「南部住宅」と命名されました。「南部住宅」の住民が広い空き地を住民の手で開拓し、「南部公園」も完成させました。また、昭和29年、それまで活動していた隣組組織が「南部自治会」となりました。昭和40年3月、有志により「豊かに楽しく生きよう」をモットーに高齢者の組織団体「南部豊生会」が発足しました。

南部豊生会の活躍

平成17年11月には、「豊生会創立40周年記念誌」が9代目会長吉野曾太郎氏を中心に編集発行され



創立40周年記念誌

ました。記念誌作成に携わった編集委員中川氏に誘われ、私（阿部）が写真担当として加わりました。以後、豊生会の一員として諸活動に参加するようになりました。

この頃が最盛期と思われ、会員が162名にもなり、毎年1回の親睦旅行、そして、ダンス部、墨彩部、Gゴルフ部、運動部（体育部）等が大活躍していました。また、自治会会長経験者が豊生会会長に就任していた模様です。

現在

14代会長を私（阿部）が引き継ぎ3年目になっています。会員は108名です。Gゴルフ部、カラオケ部、ハーモニカ部、輪投げ部の4クラブが大活躍をしています。その他、自治会諸行事、立老連諸行事、栄町各種団体の行事にも積極的に参加するよう心がけて活動しています。

本年は「立老連創立60周年記念」おめでとうございます。そして、栄町4丁目「南部自治会住宅創立

70周年記念」おめでとうございます。

来年は、「豊生会創立60周年記念」となります。皆々様の応援、よろしくお願いいたします。



2020年10月 豊生会八ッ場ダム完成記念研修旅行

事業報告

令和6年度囲碁将棋大会

一手に賭ける闘志に

文化部長 香川 能教

7月9日(火)、柴崎福祉会館

で開催された囲碁将棋大会は、囲碁13名、将棋8名の参加者により行われました。段、級により囲碁・将棋とも2グループに振り分け、リーグ戦で行われました。熱戦が繰り広げられ、以下の成績を収められました。

囲碁Aグループ(三段〜六段)

優勝 石川 皓一 三段

2位 師田 英道 五段

3位 溝口 隆副 五段

囲碁Bグループ(3級〜二段)

優勝 加藤 喬久 二段

2位 星野 和久 三級

3位 崎原 永明 初段

将棋Aグループ(初段〜五段)

優勝 三嶋 賢一 三段

2位 小松崎 寛 初段

3位 新井 幸雄 五段

将棋Bグループ(3級〜7級)

優勝 内村 邦行 4級

2位 松浦 孝康 3級

囲碁将棋審判員をお務めいただいた、囲碁の三人先生と奥村先生、将棋白岩先生、誠にありがとうございました。深く感謝申し上げます。



令和6年度芸能発表会

囲碁対局

将棋対局

炭坑節で会場ひとつに

文化部長 香川 能教

令和元年の芸能発表会には、19組93名の参加がありました。コロナで3年間のお休みがあり、昨年は11組34名で行われました。

本年は9月27日(金)、8組48名で開催されました。芸能発表会はスムーズに進み70分程度で全演目が終了しました。最後には予定にはなかったのですが、参加者全員で炭坑節を踊りました。

来年度は、一人踊りも参加できるようにし、15組以上の参加者で

開催したいと思っています。立老連会員で踊りのできる方、ぜひとも来年度の芸能発表会に参加してください。よろしくお願いいたします。



一体感が生まれました

注目のドジョウ掬い

練習の成果を披露

参加者増で盛会となったステージ

食べ物数え歌

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

肉いち
魚(うお)いち
卵いち
牛乳2杯に豆ひとつ
野菜は5皿に
ご飯食べ
おやつは果物
かぞえうた♪

元気に長生きするための食生活

- 心掛けたい10項目です。
- 食生活をチェックしてみましょう
- 毎日、朝・昼・夕の3食を食べている
- 肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを毎食食べている
- 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
- 野菜やイモ類、海藻類は毎日食べている
- 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでいる
- お茶などの水分をこまめにとっている
- 食欲が無い時はおかずから食べている
- 体重を定期的に量っている
- 噛む力を維持するために歯は(義歯も)定期的に点検している
- 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている

立老連理事研修旅行

ハッ場ダム・浅間山噴火による泥流・草津白根志賀高原ルート

総務部長 高橋 昭治

立老連理事研修旅行は、原則として（現在は参加者の拡大が承認）立老連の理事（76名のクラブ会長）を対象として開催されてきた。クラブ会長が一堂に会し、厳しい状況にある立老連の運営について意見を交わし、会長間の親睦と結束を強めることを目的としている。

各地区の参加者

地区名	理事	参加合計	参加理事
富士見	9名	10名	6名
柴崎	8名	1名	1名
錦	8名	4名	3名
羽衣	9名	7名	5名
曙	3名	2名	2名
高松	9名	7名	4名
栄	7名	5名	4名
砂川東	9名	8名	4名
砂川西	14名	5名	5名
9地区	76名	49名	34名

各地区の参加者は49名だが、代理で参加した副会長、クラブ役員がいるので、理事の参加は45%程度となった。理事研修旅行には公費が投入されており、単なる物見遊山の旅行であってはならない。理事の半分が参加しないようでは、本来の理事研修旅行になっていない。来年度は、理事の参加を増やすなど、検討する必要がある。

見学箇所①ハッ場ダム

利根川の支流吾妻川の中流域の群馬県長野野原町に位置する重力式コンクリートダムで、防災操作、流水の正常な機能維持、新規都市用水の供給並びに発電を目的として令和2年3月に完成した。降り続けている雨でダムは満水、このため放水をしていたが見事な景観だった。

見学箇所②やんば天明泥流ミュージアム

1783年（天明3年）7月8日、浅間山が噴火し、8月5日、火山泥流が吾妻川流域の村を襲った。このため村々は泥流の下に埋まり多くの村人が亡くなった。ハッ場ダム工事で泥流現場が水没するため発掘調査が行われた。その結果、ポンペイの遺跡のように埋もれた村が当時の姿のまま明らかにになった。天明泥流ミュージアムでは、発掘現場を再現し展示している。

見学箇所③草津・白根・志賀高原ルート

宿泊した草津温泉から長野市まで高原ドライブを楽しんだ。若干雲はあったが、八ヶ岳、南アルプス、北アルプスの山々が見えた。

研修旅行でお世話になった南街観光の吉岡ドライブバーさん、萩観光の戸田さん、萩島さん、ありがとうございました。

友愛映画会

痛快！お金のコメディ

社会奉仕部長 宮本 直樹

9月6日（金）、残暑が厳しい日でしたが、エアコンのきいたアイムホールで友愛映画会が開催され「最後の資金がありません！」という作品が上映されました。老後の生活は大丈夫だろうか。社会の仕組みがどんどん変わっていく中、どんなに準備しても、不安は募るばかり……。『老後の資金は2千万円必要』とも言われる中、生きていく上でどんな備えが必要なのか？ 社会の最小単位である家庭の切実な課題、現代日本が抱える最大の課題に普通の主婦（主演・天海祐希さん）が立ち向かう！ 痛快！ お金のコメディ。

エンターテインメントです。友愛映画会は、友愛活動や会員増強運動の一環として実施しています。よろしくお願ひします。



映画会の様子

健康コラム

とってもべんり

お薬手帳を持ちましょう！

お薬手帳を持っていると…

- ・複数の病院にかかっている、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- ・過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- ・災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- ・かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことでより適切な処方に役立ちますよ。



立川市老人クラブ連合会 主要活動報告・予定 (令和6年7月～令和7年2月)

月	日(曜日)	行事
令和6年7月	2日(火)	理事会、友愛講習会
	4日(木)	スマホ講習会①
	8日(月)	東老連レクダンス、エアロビクス
	9日(火)	囲碁将棋大会
	11日(木)	スマホ講習会②
	18日(木)	スマホ講習会③ 第3ブロック輪投げ大会
	19日(金)	広報部会
	22日(月)	正副会長会議、幹部会②
	24日(水)	東老連手作り品講習会
	25日(木)	スマホ講習会④ 健康講座①
	26日(金)	自転車教室
	29日(月)	レクダンス講習会
8月	6日(火)	理事会、会報150号発行
	19日(月)	正副会長会議、幹部会③ 会員維持委員会②
	26日(月)	レクダンス講習会
9月	3日(火)	理事会
	5日(木)	フェスタ練習会②
	6日(金)	友愛映画会
	9日(月)	特別レクダンス講習会 正副会長会議
	10日～11日	理事研修会
	14日(土)	交通安全市民の集い
	20日(金)	大運動会
	27日(金)	芸能発表会
	21日～30日	秋の交通安全運動
10月	8日(火)	理事会
	9日～11日	親睦旅行2泊3日 中止
	15日(火)	フェスタ練習会③

月	日(曜日)	行事
10月	16日(水)	東老連ペタンク大会 中止
	17日(木)	健康講座②
	18日(金)	吹き矢交流大会
	21日(月)	正副会長会議、幹部会④
	24日(木)	秋季ペタンク大会
	25日(金)	秋季グラウンド・ゴルフ大会
	28日(月)	レクダンス講習会
	29日(火)	フェスタ練習会④
11月	1日(金)	手作り作品講習会
	7日(木)	フェスタ練習会⑤
	8日(金)	広報部会 東老連グラウンド・ゴルフ大会
	11日(月)	正副会長会議、幹部会⑤
	15日(金)	60周年記念式典・祝賀会
	21日～22日	ふれあい演芸会
	25日(月)	レクダンス講習会
	26日(火)	東老連シニア健康フェスタ発表会
12月	1日(日)	会報151号発行
	3日(火)	理事会
	6日(金)	第3ブロックいきいきクラブ体操(立川)
	9日(月)	正副会長会議
	17日(火)	東京都老人クラブ大会
令和7年1月	15日(水)	新年会(理事会)
	20日～24日	ふれあい作品展
	27日(月)	レクダンス講習会 正副会長会議
2月	4日(火)	理事会
	6日(木)	役員選考委員会
	14日(金)	審判員講習会
	17日(月)	正副会長会議、幹部会⑥ 会員維持委員会③



①健康なからだをつくろう

食生活に気を配り、毎日すすんで運動をしよう

②病気の早期発見と予防につとめよう

健康診査や健康相談を活用し、
気軽に相談できる「かかりつけ医」を持とう

③事故防止に心がけよう

交通ルールは守り、安全につとめよう

④メリハリのある毎日を送ろう

自分のことは自分で!身だしなみに気を付けよう
家庭での役割をもち、リズムある生活をこころがけよう

⑤1日1回は外に出よう

散歩をしたり趣味を見つけたりして外に出よう

⑥友達や仲間をつくろう

何でも話し合える友だちをつくろう

⑦社会活動をすすめよう

クラブ活動やボランティア活動に参加しよう

⑧家族の協力で自立につとめよう

家の中を動きやすく安全に整えよう

⑨保健・福祉サービスを上手に利用しよう

困ったときは相談窓口にお問い合わせをみよう

⑩私は _____ ができる

あなたができる目標を1か条加えましょう



誰もが集える 通い場

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貢献活動を提案しています。今回は「誰もが集える通い場（支え合いサロン）」を紹介させていただきます。

寒いからといって家に閉じこもっていないで、他人（ひと）と会って会話するのは心の健康にとっても大切です。おしゃべりが苦手なら聴くだけでも、運動や細かい作業が難しくなった方や趣味が何も無い方でも、お互いに配慮しながら誰でも参加できる場を開催しましょう。おしゃべりだけ、お茶のみ（カフェ）だけ、お弁当を持ち寄つての昼食（ランチ）だけ、皆さんと穏やかにのんびりした時を過ごすだけでも良いでしょう。

地域の中で、まだクラブに入っていない方をお誘いすれば、仲間に加わっていただくきっかけになります。「知り合いが増えた」「地域への関心が強まった」「気持ちが増える」「何があつた時に気にかけてくれる人が

いて嬉しい」と好評です。

場所と仲間さえいれば看護師や医師など医療・福祉の専門職を招いてちよつとした気になることを気軽に相談できる機会（暮らしの健康相談）を開催することも可能です。お互い様の友愛の気持ちで地域のために社会貢献活動はいかがでしょう。各クラブの実情に合った形態で一緒に考えましょう。「お茶とおしゃべりの会」「一緒にランチの会」「出張・暮らしの保健室」などさまざまなスタイルで開催中です。各クラブで開催に向けた希望があれば社会奉仕部にご相談ください。

『各地区の動き』

各地区の動きを伝えることが、会報（機関紙）にとって最も重要な任務です。各地区の代表理事さんに執筆をお願いしています。

富士見地区

代表理事 浅原 千春

◎富士見地区合同連絡会

★8月8日（木）11時～15時、各クラブ4名、合計36名出席。

①各クラブ8月8日現在の会員数発表、増加3クラブ、増減無し5クラブ、減少1クラブ。結果、4

月1日に比べ10名増。②『廃部を出さない、会員を減らさない決意宣言』決議。『お節介作戦』の採択決定。③大運動会の取り組み。

④秋の1泊旅行参加者集約。

◎秋の交通安全運動立ち番

★9月21日（土）～30日（月）実施。9クラブ参加。

◎富士見1地区連絡会

★6月6日（木）、9月19日（木）実施。各クラブ5名、20名出席。

◎富士見2地区連絡会

★6月19日（水）、9月26日（木）実施。各クラブ4名、20名出席。

◎月例会

富士見1地区（4クラブ）

★7月30日（火）、8月27日（火）、9月26日（木）、10月29日（火）

富士見2地区（5クラブ）

★7月10日（水）、8月7日（水）、9月12日（木）、10月9日（水）

◎秋の1泊バス旅行

★10月30日（水）～31日（木）

立川～善光寺～湯田中温泉泊～志賀高原～白根草津ルート～立川参加者25名。

◎秋季グラウンド・ゴルフ大会

★11月20日（水）創造舎（旧多摩川小学校）校庭で開催。

★参加 9クラブ16チーム

自転車事故急増中!!



油断

大敵

- × 無灯火運転
- × 傘さし運転
- × 一時不停止
- × 二人乗り
- × 飛び出し

敵

自転車も「車」の仲間です。ルールを守って交通安全

柴崎地区

代表理事 橋本 泰正

柴崎地区の柴崎福祉会館利用日は、偶数月の隔月に決めています。

◎交通安全・防犯講習会

★10月11日（金）柴崎福祉会館、地区月例会の日に合わせて開催。24名の参加者がありました。

◎地区輪投げ大会の開催

★12月に開催予定。柴崎福祉会館。毎年70名程度が参加します。

錦地区

代表理事 本多 宗吉

◎錦町七夕飾り

★6月30日（日）～7月7日（日）たましんRISURUホール

◎錦町盆踊り大会

★7月20日（土）～21日（日）地域の公園

◎諏訪祭り

★8月23日（金）～25日（日）

◎錦町健康フェア

★9月15日（日）第七小学校

◎錦地区秋の交通安全運動・立ち番

★9月21日（土）～30（月）

◎錦町町民大運動会

★10月13日（日）第七小学校

◎錦地区交通防犯講習会

★10月16日（水）柴崎福祉会館

◎錦町防災訓練

★10月20日（日）第三小学校

◎錦地区月例会

★毎月、柴崎福祉会館で実施している。主として、カラオケ。

◎錦地区第4回グラウンド・ゴルフ大会

★11月3日（日）第七小学校

◎錦地区日帰り研修旅行

★11月20日（水）牛久方面、42名。

◎立老連創立60周年記念式典

★11月15日（金）錦地区8クラブすべて参加。

羽衣地区

代表理事 笠井 征将

◎納涼盆踊り大会に協力参加

★7月13日（土）～15日（月）にかけて、羽衣住宅自治会と羽住睦会、羽衣北町会と喜楽会が合同で盆踊り大会を開催した。

★7月20日（土）～21日（日）にかけて、各クラブと各自治会による合同盆踊り大会を開催した。

◎夏祭りに協力参加

★8月24日（土）16時～20時、六小前通りにおいて、多くの会員が参加して盛大に開催された。

◎立老連大運動会に参加

★9月20日（金）泉町体育館で5年ぶりに開催された。羽衣地区は三連覇しており優勝を目指して頑張ったが惜しくも準優勝に終わった。

◎秋の交通安全運動立ち番

★9月21日（土）～30日（月）、10自治会と9クラブが参加した。

◎交通安全・防犯講習会

★10月23日（水）柴崎福祉会館、多くの参加者があった。

◎文化祭・会館祭りに協力参加

★10月26日（土）～27日（日）、羽衣中央会館。作品展（出展）、演芸部門（出演）に各クラブから多くの参加者があり大変盛り上がった。

曙地区

代表理事 田中富士男

各クラブの主な活動

清和会

★親睦会 7月12日（金）

★社会奉仕の日活動 9月15日（日）

★友愛映画参加 9月6日（金）

★輪投げ会 毎月2回開催。

★カラオケ会 毎月2回開催。

※8月は酷暑のため中止。

東明和会

★親睦会 7月、8月、月1回。

★社会奉仕の日活動 9月17日（火）

★友愛映画会参加 9月6日（金）

★輪投げ会 毎月2回開催。

★カラオケ会 毎月2回開催。

★公園清掃 毎月2回開催。

★立老連理事研修旅行

9月10日（火）～11日（水）

明和会

★太極拳教室 月3回開催。

★生け花教室 月1回開催。

※8月は酷暑のため中止。

★友愛映画会参加 9月6日(金)

★立老連理事研修旅行

★公園清掃 月2回開催。

★リサイクル活動 月1回開催。

★立老連大運動会 9月20日(金)

高松地区

代表理事 岩間 養泰

◎高松地区「交通防犯講習会」

★10月2日(水) 10時～11時30分

★参加 9クラブから51名。

立川警察署2名、立川市役所2

名。予定外に警察職場体験として、

立川二中の生徒男子3名、女子1

名が参加した。

★はじめに立川市役所からのアン

ケートがあり、次に立川警察署交

通課から主に自転車による事故防

止、交通規制の再認識等の話が

あった。最後に防犯課から最近多

発しているSNS犯罪の注意事項

等の話があった。1時間半程度の

話を参加者全員が熱心に聞き、市

役所、警察署の方から「有意義な

講演会でした」と一言あった。

栄地区

代表理事 菅井志げ子

◎栄地区定例理事会

★7月12日(金) 7クラブ参加。

栄地区の役割分担協議。定例理事

会の開催ルール協議。輪投げ大会

10月23日(水)開催決定。

◎地区親睦交流会(月例会)

★8月8日(木) 7クラブ30名

★10月10日(木) 7クラブ30名参

加(交通防犯講習会の受講)。

◎立老連理事研修旅行

★9月10日(火)～11日(水)

5名参加。

◎地区輪投げ大会

★10月23日(水) さかえ会館

砂川西部地区

代表理事 新井 明子

今年の夏は、記録的な猛暑にも

かわらず、各クラブは元気に活

動した。

★7月 四番組長寿会、明倫長寿

会、日和会は、自治会と共催で夏

祭りを開催した。

★8月 ことぶき会誕生会を開催した。

★8月 明倫長寿会女性部ノート

教室を開催。

★9月 友愛映画会に参加した。

★9月 秋の交通安全運動の立ち

番に14クラブが参加した。

★9月 社会奉仕の日に14クラブ

が参加した。

★9月 立老連大運動会に参加。

砂川西部地区は4位に入賞。

★10月 立老連吹き矢交流大会に

4クラブから15名が参加。

個人戦 1位 小山弘次さん

エステート一番親和会

部門別 3位 三輪正平さん

シニアクラブこぶし会

団体戦 優勝 やよい会

加々見和子さん

★10月 交通防犯講習会に14クラ

ブが参加した。

★10月 秋の軽スポーツ大会。ペタ

ンク大会、グラウンド・ゴルフ大会。

砂川東部地区

代表理事 高橋 昭治

◎晩夏のバス研修旅行

8月30日(金) 台風6号接近の

中日帰り旅行を催行。強風も無く、

小雨が気温を下げて心配を払拭。大

宮盆栽美術館、造幣埼玉博物館、

小江戸川越まつり会館を巡り、実

り多い一日を過ごしました。

◎砂川東部地区グラウンド・ゴルフ大会

10月2日(水) 地区行事として、

初めてのグラウンド・ゴルフ大会

を地区内の公園で開催。地区行事

として続けていきたいと考えてい

ます。ちなみに輪投げ行事は、年

間行事として定着しています。

●●編集後記●●

立老連は昭和39年5月の結成だったことから、令和6年11月15日、60周年記念式典が盛大に開催されました。本号に式典内容の掲載を試みましたが、原稿締め切りが10月24日、校正会議が11月8日のため掲載は叶いませんでした。式典の掲載は4月発行の152号となります。

立老連の会員数がここ数年減少の一途をたどり、心配されていますが、5月の軽スポーツ大会、6月の体力測定、女性部研修旅行(200名参加)、7月の囲碁将棋大会、スマホ講習会、第1回健康講座、自転車教室、9月の友愛映画会、理事研修会、芸能発表会、大運動会と、立老連はしっかりと活動しており、まだまだ健在です。特に大運動会は、コロナの影響から4年間も開催できませんでした。今年、実に5年ぶりに開催することができました。会報一面に嬉しさを込めて掲載しました。

立老連の活動は、勿論重要ですが、立老連を構成する各地区の活動も重要です。会報には、毎号、「各地区の動き」を掲載しています。各地区が切磋琢磨し、しっかりと活動が続けることが、立老連の存続のために重要です。このほか毎号3つのクラブを紹介していますが、未掲載のクラブは11となり令和8年の4月で全76クラブの掲載が完了します。

この会報が皆様のお手元に届くのは12月、令和6年を振り返り、来たる令和7年が皆様にとつて輝かしい年であることを祈念いたします。

(広報部長 井上靖雄記)

各 地 区 紹 介

錦地区

錦地区

代表理事 本多 宗吉

旧立川市の
東部地域

歴史 昭和15年12月1日の市制施行により錦町という現在の町名となった。錦町の前は和泉町、吾妻町、元和泉町、芝中という地名が使われていた。

錦町という名の由来は、大正元年多摩川原二帯で行われた陸軍の大演習で先導を飾った錦の御旗（金地銀紙で日月を描いた天皇旗）にちなんで名づけられたと伝わっている。

地域 中央線南口に位置し、概ね、東は南武線、西は多摩モノレール、南は多摩川、北は中央線内にある。市役所の北口への移転、子ども未来センターの新設、立川駅南口土地区画整理事業の終了により住環境の変化が大きい地域である。

8クラブ（498名）と8自治会

錦町二丁目

錦寿会

76名（錦東会）

錦西寿会 71名（錦西協力会）

錦町二丁目

錦和末広会

32名（錦和会）

錦亀会

61名（二の中町会）

錦つぼみ会

67名（錦東和会）

錦町三・四丁目

錦みよしクラブ

90名（みよし会）

錦町五丁目

錦五友の会

39名（親和会）

錦町六丁目

延命会

62名（錦六会）

錦町の主要施設

都立立川高校、第三小学校、第七小学校、たましんRISURUホール、子ども未来センター、東京都合同庁舎立川、立川公園野球場、立川陸上競技場、錦学習館、共済立川病院等。

錦町地域の活動（合同）

1月～6月期

錦町どんと焼き、錦町各種団体合同新年会、錦町芸能文化祭等。

7月～12月期

錦町七夕飾り、盆踊り大会、諏訪祭り、錦町健康フェア、錦町防災訓練、町民運動会等。

錦町地区略図



錦町立老連の活動

柴崎福祉会館での定例会、春秋交通安全運動立ち番協力、錦地区日帰り研修旅行、錦地区グラウンド・ゴルフ大会、立老連大運動会等。

錦地区の現状

昭和36年に錦亀会が設立された。以後、昭和42年までに各クラブが活動を始めている。各クラブは、地域の自治会との関係が深く、地域行事等を通じ自治会と老人クラブの結束は強固になっている。

会員の減少は、ここ数年、微減、微増の状況で推移している。今後とも時代の状況から大幅な会員増は期待できないが、地域自治会との連携、魅力ある組織運営、発信力の強化等を通じ会員の増強、後継者の育成に努めていきたい。