

会報 立川市老連

第154号

会員数 4,751 人 (令和7年4月1日現在) 9地区 74 クラブ

立川市老人クラブ連合会広報部
 発行責任者 井上 靖雄
 〒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>



レクダンス



開会式

第51回立老連大運動会成績

順位	地区	得点
1位	羽衣	31
2位	栄	30
3位	錦	29
4位	高松	28
5位	曙	19
6位	柴崎	14
7位	砂川東部	14
8位	富士見	14
9位	砂川西部	5

※得点が同点の場合は高得点の競技が多い地区が上位となっています。

9月26日(金)、9地区から516名の会員が泉市民体育館に集まり、大運動会が開催されました。今回より集合時刻を遅らせて2エリアに分けての入館を実施。全クラブの協力により整然と入場できました。入場整理・受付・成績まとめ等に幹部の皆さまの協力をいただき、またサポート役員の皆さまには早朝から用具運搬・会場設営及び片づけ・競技用具設置等をご担当いただきありがとうございました。

競技は種目毎に体育部の代表が説明し、各競技10名の選手で競い合いました。ゴール判定は立川市福祉総務課の皆さんのご協力をいただきました。

午後の部の最初は女性部の指導により、東京音頭・立川音頭・炭抗節を楽しく踊りました。最後には紅白玉入れ合戦を行い、皆さん楽しい半日を過ごされたと思います。

地区対抗戦の成績は別表の通りで、昨年準優勝の羽衣地区が優勝しました。

元気の輪、広がる秋の日に

体育部長 中川 一郎 (七寿会)

第51回立老連大運動会



紅白玉入れ合戦



スプーンレース



ボールと一緒に

事業報告

理事研修旅行

歴史に学び、防災を考える

総務部長 荒井 英雄

立老連恒例の理事研修旅行が9月10日(水)・11日(木)の一泊二日で福島・茨城県方面で実施されました。

理事研修旅行は各クラブの会長が一堂に会し、立老連の運営、特に会員減少への対応等に意見を交わし、会長間の親睦と団結を図ることが目的です。

福島のもつ温泉に入りリラックスし、おいしい食事をとりながら会長相互の交流が図られ、大変有意義な研修となりました。

★乃木神社

明治時代の大日本帝国陸軍大將乃木希典を祀った神社で、日清戦争後に



親睦と知見を深める有意義な旅

乃木が閑居した那須塩原市の別邸の敷地内にあります。神社を参拝後に乃木別邸等を散策しました。

★白河小峰城跡の見学

奥州関門の名城で慶応4年

(1868年)戊辰戦争白河口の戦いで落城。その後三重櫓等が木造で復元されました。三重櫓より城主の気分で白河の街並みを眺めました。

★いわき震災伝承みらい館見学

2011年3月11日午後2時46

分に発生した東日本大震災で被災した、いわき市薄磯地区の「いわき震災伝承みらい館」で展示の見学。映像の視聴後に震災の記憶と教訓を未来につなぐ「語り部」さんが各バスに乗りし、復興した被災地を巡り講話を聞きました。



先人の思いと復興に力を感じて

講話の内容
容は心に響くものがあり、今後命を守る防災・減災の取り組みに貴重な経験となりました。

秋季軽スポーツ大会

秋風の中、心につに汗を流す

体育部長 中川 一郎

10月23日(木)にペタンク大会(130チーム・60名参加)、24日(金)にグラウンド・ゴルフ大会(31チーム・170名参加)を砂川中央地区北多目的広場で開催しました。

前日まで雨天が続き天候が危ぶまれましたが、2日間は雨も上がり無事に遂行できました。北風で寒気が身に染みる寒い2日間でしたが、参加者の皆さんの熱気で決行できました。

◎ペタンク大会

優勝 シニアひまわり

準優勝 末広会

3位 公社東会

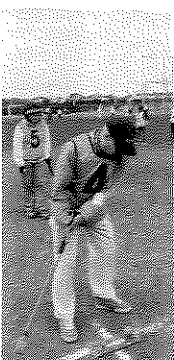
◎グラウンド・ゴルフ大会

優勝 三和会 212打(2)

準優勝 錦亀会 221打(3)

3位 エステート新和会 225打(1)

※○内の数字はホールインワン数



秋空のもとナイスショット続出

健康講座

健康は日々の積み重ねから

保健部長 貴志 力

令和7年度の第2回「健康講座」が10月16日（木）に50名が参加し開催されました。「健康講座」は毎年、健康運動指導士の佐藤明子先生をお迎えしています。前回6月26日（木）の第1回目の講座「手を動かして脳トレOK！」に引き続き、今回は「足を動かして脳トレOK！」の講座です。

手首から足にかけての骨の数はそれぞれ手指の骨は27、両手の骨で54。足の骨は28、両足56で構成されています。全体の骨の半分以上が手足に集中し、いずれも「第2の脳」「足は土台」といわれ、手足を動かすことで脳が活性化されるとのことです。

佐藤明子先生の非常にわかりやすい興味深いお話や、ストレッチや脳トレ運動なども体験し、受講者も今回の講座を通して、どれほど脳トレになるかを実感していました。講座の雰囲気も面白く、楽しく、活気あふれる参加者には非常に好評で満足されていました。



無理なく続けることが大切

健康吹き矢交流会（競技会）

吹いて笑って健康長寿

保健部長 貴志 力

10月17日（金）、「第3回健康吹き矢交流会（競技会）」が開催されました。9時半に開会式が行われ、競技は29名の参加者によって開始され、日ごろの練習成果を競いました。

競技内容は、個人戦（競技的、レクの、ビンゴ的）各2回、および成績によって6レーンに分かれ団体戦（16マスビンゴ）を行いました。会場はとても熱気にあふれており、皆さん普段の練習の成果を発揮していました。なかでもビンゴ的競技では連続でパーフェクトを出した人もおり、全体的に見ても好成績、熱戦の競技会でした。

「健康吹き矢交流会」は令和4年まで「講座」として5年間実施。受講生も100名を超え、「講座」から「交流会」に移行され今年で3年になります。今後とも腹式呼吸による健康増進活動の充実を図り、交流会をより推進してまいります。



研ぎ澄まされた集中力

クラブ紹介

温かい愛情で活動

万年青クラブ 会長 荒井 英雄（高松地区）

発足は昭和37年4月2日、町会高松町三丁目松栄会を母体として、万年青クラブが誕生しました。

心も身体も若々しく、一生を青年の気持ちで誰とでも心安く協力し、長生きをするようにという願いを込めて「万年青クラブ」と命名されたと聞いております。

当初は町内60歳以上の方全員が会員として協力奉仕していましたが、現在は76名と他のクラブと同様に会員が減少傾向にあります。



定例役員会



編み物教室

活動状況

★社会奉仕活動

高松三南公園の清掃

★健康を進める活動

輪投げ練習、健康体操、認知症

予防の研修

★生きがいを高める活動

健康麻雀、カラオケ、編み物教室

★町会事業への協力・参加

熊野神社祭礼、資源回収事業、

歳末夜警等

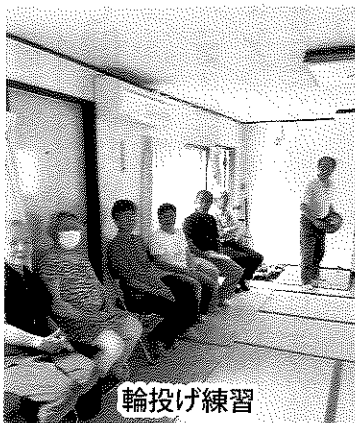
★定例会

毎月第3木曜日実施

役員一同

は常に初心にかえり、若々しく、楽しく健康で、元気に社会に奉仕していけるように、そして助け合いの和の精神を持ち、心のこもった温かい愛情で活動するように努めたいと思っております。

諸行事を盛り立てて、クラブ員の増強に取り組みたいと思います。



輪投げ練習



清掃活動のメンバー



高松三南公園の清掃

立川市老人クラブ連合会 主要活動報告・予定 (令和7年7月～令和8年3月)

月	日(曜日)	行事
令和7年7月	8日(火)	理事会
	15日(火)	正副会長会議④、幹部会②
	17日(木)	囲碁・将棋大会
	18日(金)	広報部会
	22日(火)	第3B健康教室 エアロビクス
	24日(木)	体力測定
	28日(月)	レクダンスー3
	30日(水)	手作り品講習会
8月	5日(火)	理事会
	19日(火)	正副会長会議⑤、幹部会③
	25日(月)	レクダンスー4 フェスタ練習会①
9月	2日(火)	総会(理事会)
	5日(金)	友愛映画会
	8日(月)	レクダンス(特)
	10日(水)	理事研修旅行(福島)
	11日(木)	
	16日(火)	正副会長会議⑥
	20日(土)	交通安全 市民のつどい
	24日(水)	芸能発表会
	25日(木)	第3Bフェスタ練習会②
10月	26日(金)	大運動会
	7日(火)	理事会
	10日(金)	第3B健康教室・レクダンス
	15日(水)	東老連ペタンク大会
	16日(木)	健康講座ー2
	17日(金)	吹き矢交流会 第3Bフェスタ練習会
	20日(月)	正副会長会議⑦、幹部会④
	23日(木)	秋のペタンク大会
	24日(金)	秋のグラウンド・ゴルフ大会

月	日(曜日)	行事
10月	27日(月)	レクダンスー6 第3Bフェスタ練習会④
	30日(木)～ 31日(金)	ふれあい演芸会(1日目) 〃(2日目)
11月	5日(水)	理事会
	6日(木)	手作り品講習会、広報部会
	7日(金)	第3Bフェスタ練習会
	11日(火)	健康フェスタ
	17日(月)	正副会長会議⑧、幹部会⑤
	19日(水)～ 20日(木)	立老連 親睦旅行
12月	1日(月)	スクエアステップ講習①
	2日(火)	理事会
	8日(月)	スクエアステップ講習②
	10日(水)	東老連・老人クラブ大会
	15日(月)	スクエアステップ講習③
	22日(月)	正副会長会議⑨ スクエアステップ講習④
令和8年1月	8日(木)	東老連・賀詞交換会
	14日(水)	【新年会】理事会
	19日(月)	正副会長会議⑩、幹部会⑥
	26日(月)	レクダンスー7
2月	2日(月)～ 6日(金)	ふれあい作品展
	10日(火)	理事会
	13日(金)	審判講習会
	16日(月)	正副会長会議⑪、幹部会⑦
3月	3日(火)	理事会
	13日(金)	広報部会
	16日(月)	正副会長会議⑫、幹部会⑧
	23日(月)	レクダンスー8

事業報告

令和7年度囲碁・将棋大会

手に汗握るこの一手

文化部長 常廣 武夫

7月17日(木) 柴崎福祉会館にて開催された囲碁・将棋大会は、囲碁12名、将棋10名の参加者により熱戦が行われました。

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。熱戦に次ぐ熱戦で各対局者は闘志に燃え、素晴らしい対局でした。

各グループの対局結果は次のとおりです。

囲碁Aグループ(四段～六段)

優勝 師田 英道 四段

2位 松村 栄二 六段

囲碁Bグループ(初段～三段)

優勝 星野 和久 3級

2位 溝田 隆副 参段

3位 大森 勇二 二段

将棋Aグループ(初段～四段)

優勝 堀 弘 参段

2位 小松崎 寛 初段

将棋Bグループ(3級～7級)

優勝 藤森 照正 6級

2位 内村 邦行 3級

囲碁将棋審判員を務めていただきました、囲碁の三入圭一先生と奥村直也先生、将棋の白岩満先生、誠にありがとうございます。



囲碁対局



将棋対局

友愛映画会

雨にも負けず、

笑顔の上映会

社会奉仕部長 田中富士男

9月5日(金) 立川市アイムホールにて開催し、「お終活 再春! 人生ラブソデイ」を上映しました。あいにく台風15号の接近で朝から雨降りでしたが、上映が終わるころにはやみました。381人の申し込みがありました。残念ながら参加を中止した方がいらつしました。キャンセルの申し入れがありました。交通機関に特に



井上会長よりあいさつ

支障がない状況でもあり、受け入れできないとさせていただきます。しかし今後、同様の事態も予想されるので、検討事項とさせていただきます。

上映は3回行い、井上会長、松澤副会長、宮本副会長にあいさつしていただきました。映画は昨年公開されたもので、鑑賞された皆さまからは、面白かったとの声をいただきました。

年代的にも、テーマに共感できたと思います。名画もいいのですが、楽しく見る映画もいいので、次回面白い映画を選んで上映したいと思っています。ご期待ください。



雨にも負けず集った映画ファン

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により適切な処方に役立ちますよ。



令和7年度芸能発表会

心に残る演技の数々

文化部長 常廣 武夫

令和7年9月24日(水)に芸能発表会が開催されました。今年も華やかに華麗に演技がられ、観覧者の心に焼き付く演技でした。演技者の日頃の練習の成果が感じられ、素晴らしい大会となりました。毎年一番待ちわびている演技が『どじょうすくい』です。特に一人ひとりの表情が違い、大変面白い演技でした。今年の出場組数は8組で、年々参加者が減少し危惧されています。ぜひ多数の出場を願っています。



玉水会 彩雲



七寿会 西陣おんな帯



七寿会 大空の虹



立老連・女性部の皆さん



四番組長寿会
安来節・どじょうすくい踊り



集合して記念の一枚

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。



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

『各地区の動き』

令和7年7～10月

富士見地区

代表理事 浅原 千春

連絡会

◎9クラブ合同連絡会(8月15日)

・秋のグラウンド・ゴルフ大会

(11月予定)

・立老連大運動会の参加者募集の案内

・1泊旅行(11月28日～29日) 西伊豆方面

◎1地区連絡会

(万寿美会、富久寿会、親生長寿会、多摩川団地親和会)

・9月4日開催

◎2地区連絡会

(東富士見会、南富士見会、西富士見会、翔年会、協和敬老会)

・4回開催(年)

月例会

◎1地区(毎月)

◎2地区(毎月)

以上、月例会を通じて「お声掛け」し、新会員を増やす「ツール」として活用していきたい。

柴崎地区

代表理事 堤 薫

◎福祉会館コンサート

9月15日(月)の敬老の日に、

柴老連と立川市との共催で「福祉会館コンサート」と銘打ち、国立音大生を招いて華々しく開催いたしました。会場には地区内老人会の会員82名と、市が広報で募集した30名を超す来場者で満員となり大盛況でした。ステージ上での演奏はトランペットをはじめ、管楽器を携える5名でグループ編成し、2部構成で「金管五重奏曲・ドラゴンクエスト序曲」など全6曲を演奏していただきました。

錦地区

代表理事 原島 祥行

◎合同月例会(柴崎福祉会館)

★7月9日(水)カラオケと懇談

★9月17日(水)カラオケと懇談

旅行等の検討

【地域行事】

◎錦町七夕飾り

★7月13日(日)まで

リスル玄関ホール

◎錦町盆踊り大会

★7月19日(土)、20日(日)

錦町5町会・5公園で実施

◎諏訪まつり

★8月22日(金)～24日(日)

錦町8町会で実施

◎緑化推進活動

★8月31日(日)

未来センター花壇



◎錦町健康フェア

★9月14日(日) 三小体育館

◎秋の交通安全運動立哨支援

(各老人クラブ)

★9月21日(日) ～ 30日(火)

◎錦町民大運動会

★10月5日(日) 七小校庭

◎錦町老人クラブ日帰り研修旅行

★10月14日(火) 横浜税関・八景

島シーパラダイス等

参加 59名

◎錦町防災訓練

★10月19日(日) 三小校庭

◎錦町作品展示会

★10月18日(土) ～ 19日(日)

錦学習館

羽衣地区

代表理事 笠井 征将

◎羽衣老人クラブ理事会の開催

★7月27日(日) 羽衣中央会館

各クラブの現状等について

◎各自治会との合同による納涼盆

踊り大会の開催

★7月11日、12日、13日

開催クラブ (合同による)

・羽衣北町会 ・喜楽会

・羽衣住宅 ・羽住睦会

★7月19日(土)、20日(日)

開催クラブ

・東羽衣会 ・徒耆羽会

・羽衣本町会 ・松寿会

・羽衣三丁目 ・金蘭会

・羽衣会 ・常磐会

・みのわ会 ・はねみ会

◎自治連羽衣支部および各種団体

共催による羽衣祭りの開催

★開催日 8月23日(土)

午後4時～同8時の間。六小前

大通りにて

六小ソーランを皮切りに11番目

に各自治会のお神輿の渡御と盛大

に祭りが終了しました。

◎羽衣地区防災訓練

★9月7日(日) 六小体育館およ

び校庭

◎秋の全国交通安全運動に協力参加

★期間 9月21日(日) ～

30日(火)の間

羽衣町2～12

緑川第一公園前交差点

◎立老連大運動会に出場

9月26日(金) 泉市体育館

成績結果は、わがチームが優勝。

特に今年の大会は1位から4位ま

で各1点差と大変盛り上がり、

優勝も格別でした。

◎町民親善大運動会の開催

★10月19日(日) 第六小学校校庭

競技は10自治会の対抗。各自治

会、子どもから高齢者まで多くの
選手の出場で盛り上がる。

◎文化祭・会館祭り共催

★10月25日(土)、26日(日)

羽衣中央会館

展示部門では、絵画、手作り品、

写真等多くの作品の展示。演芸部

門では、カラオケ、舞踊等、各ク

ラブからの多くの出場者の演技に

より会場を盛り上げた。

曙地区

代表理事 田中富士男

各クラブ主な活動

清和会

・立老連運動会 参加12名

・社会奉仕の日活動実施

・舞踊 毎月2回

・輪投げ会 毎週木曜日

・カラオケ会 毎月2回

・小物づくり 月1回

東明和会

・月例会 曙福祉会館で開催

・社会奉仕の日

・公園清掃 参加13名

・友愛映画会鑑賞 10名

・立老連運動会 参加10名

・公園清掃 月2回

・輪投げ会 毎月2回

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

☐ 片足立ちの状態では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程度の買い物の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。



・カラオケ会 毎月2回

町会行事参加

・運動会 9月

・資源回収 月1回

・敬老会招待参加

明和会

・太極拳教室 月3回

・生け花教室 月1回

・社会奉仕の日 親睦会

・友愛映画会

・立老連運動会参加

自治会主催の活動に参加

・公園清掃 月2回

・リサイクル活動 月1回

高松地区

代表 岩間 養泰

◎輪投げ大会

★7月24日(木) 参加65名

高松地区では年2回(春・秋)

大会を実施しております。多くの

方の参加を求めるべく1クラブ2

チーム(A・B)の出場を認めて

おり、今回は9クラブある中、4

クラブが2チームを参加させ、全

13チームでの競技となりました。

成績

1位 共栄喜楽会 621点

2位 万年クラブA 596点

3位 東友明朗会 533点

◎社会奉仕の日 活動

熊野神社および児童公園の清掃

★9月27日(土) 参加52名

◎東老連第3ブロック輪投げ大会

★9月30日(火)

武蔵村山緑が丘ふれあいセンター

14時開始。高松地区より松友長

寿会が出場。4回投げ(通常6回)

で競技。

成績 第3位 340点

1位、2位ともに昭島市のチー

ムで賞状などはありませんでした

◎日帰りバス旅行

★10月2日(木) 参加43名

身延山、久遠寺、勝沼ブドウ狩り

久遠寺殿からロープウエーで身

延山頂上(標高1153m)へ行

き奥の院参拝。

ブドウ狩りではシャインマスカットを1房狩り取りし、別種

(ベリーA)一房サービスです。

晴天でよく歩いた1日でした。

栄地区

代表理事 山田 雅敏

◎栄地区定例理事会

立老連の理事会の日に実施。参

加は6クラブ。

★栄地区の行事予定相談

7月8日(火)

8月5日(火)

9月2日(火)

10月7日(火)

日帰り旅行の内容相談、輪投げ

大会(11月24日(月・祝))の内

容相談、親睦交流会の開催月の相

談(偶数月を奇数月にするか)

◎栄地区日帰り旅行

★10月29日(水) 山梨方面

栄地区出発↓酒造で試飲・買い

物↓ブドウ園で食べ放題と買い物

↓里の駅買い物↓信玄餅工場見学

と買い物↓栄地区到着(32名参加)

◎栄地区親睦交流会

★8月7日(木)

6クラブ36人参加

★10月2日(木)

6クラブ33人参加

交通安全講習会を実施

◎大運動会に参加・泉市体育館

33名参加し、2位となる

◎自治会の行事に参加協力

★8月23日(土)

栄町夜間防災訓練に参加・第六

中学校

砂川西部地区

代表理事 新倉真利子

砂川西部地区13クラブは健康

増進・友愛・交通安全活動に加え

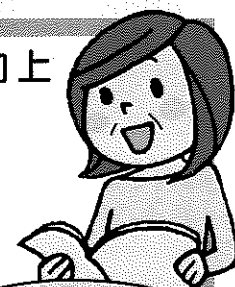
～ いつまでもお口を健康に保つために ～

知っていますか？ パタカラ体操

パタカラ体操とは…？

加齢に伴い、筋力が弱ってくると、口周りの筋肉や舌の動きが衰えてきます。「パ・タ・カ・ラ」と発音し、食べたり話したりするときに必要な筋肉を鍛えることができるトレーニングです。

- ◆飲み込む力や嚥む力の維持・向上
- ◆発音がはっきりする
- ◆誤嚥(ごえん)性肺炎の予防
- ◆唾液分泌の促進
- ◆表情が豊かになる
- ◆いびきや歯ぎしりの改善
- ◆口の渇きの改善



パタカラ体操には
こんな効果があります

て、地域の行事に多数参加しています。

四番組長寿会

★6月20日(金)

東老連輪投げ大会 参加6名

★7月19日(土)

四番組宿祭り 参加14名

三和会

★7月27日(日)

こんぴら橋会館祭り参加

その他、地域のお祭りに参加し、かき氷販売をした。

高砂会

★9月18日(木)

社会奉仕活動(会館清掃および道路清掃)

明倫長寿会

★6月14日(土) 15日(日)

天王橋会館祭り参加

★9月27日(土)

天王橋カラオケ交流会参加

ことぶき会

カラオケ、ビンゴ大会、誕生会、認知予防講義開催

松寿会

★10月4日(土)、5日(日)

中里ふるさと祭り参加

★10月22日(水)

日帰り旅行

やよい会

★10月8日(水)

秋の日帰り旅行(千葉方面)

★10月15日(水)

東老連ベタンク大会参加

★7月9日(水)

茨城県大洗磯崎神社旅行 参加29名

★8月23日(土) 大山まつり

松中福寿会

軽スポーツ(4種)、カラオケ、百人一首、脳トレ、映画、親睦会

の他、8月より『おしゃべり会』を始めました。

エステート一番親和会

バス停清掃、健康体操、カラオケ、歩こう会、グラウンド・ゴルフなど頑張っています。

シニアクラブこぶし会

★6月20日(金) 軽スポーツ大会 10種目 参加35名

★8月24日(日) 卓球部内大会

★9月28日(日)

上砂会館祭り(カラオケ部) 参加6名

日和会

★7月27日(日)

花火鑑賞会 参加20名

★8月16日(土)

松明祭り 参加15名

シニアひまわり

★10月8日(水)

日帰り旅行(千葉方面)

砂川東部地区

代表理事 桑原 正孝

◎輪投げ大会

輪投げ大会を年間2回、泉市民体育館で実施。令和7年度は手続きの問題で10月は開催できず、2月になんとか開催する所存です。

8団体12チーム合計60名編成で白熱した戦いを行い、優勝・準優勝・3位に合計6千円の賞金をもって讃えております。

◎グラウンド・ゴルフ

年2回グラウンド・ゴルフを近くの公園に行っています。4団体8チーム、合計40名編成で白熱した戦いが行われ、優勝・準優勝・3位とホールインワン賞などを含め、賞金と賞品(有料ゴミ袋)で讃えております。

◎忘年会

12月に食事付きカラオケのビッグボックスにて砂川東部理事会のコミュニケーションを図ります。また、砂川東部理事会は毎月第2土曜日、幸福祉会館で行っております。

・編集後記・

暑さ寒さも彼岸までのことわざと違い、今年は秋の彼岸のお中日に急に気温が下がったものの、その後に暑さのふり返しがありました。さらに10月後半より寒気が来て、夏から冬への変動となり、清々しい秋のない年でした。しかし予定通り、地域の各所より秋祭りの練習の音が聞こえてきて、お祭りはちゃんとやれました。老連本部及び専門部主催の各種行事も、予定通り成功裏に開催できました。

本号では、健康講座、囲碁・将棋大会、友愛映画会、理事研修旅行、芸能発表会、第51回大運動会、吹き矢交流会、秋季軽スポーツ大会、クラブ紹介、各地区の動き、地区紹介の記事を掲載しています。執筆者の皆さま、お忙しいなか、原稿をお寄せいただき、ありがとうございます。本号がお手元に届く頃には、新年の足音が聞こえ始めているでしょう。

会員の皆さま、健康に御留意され、ご家族の皆さまと良い新年をお迎えになられますよう、御祈念申し上げます。

(広報部長 渡辺記)

各地区紹介

栄地区

栄地区

代表理事 山田 雅敏

多彩な部活動と
地域交流が魅力

栄地区は、6クラブで構成されています。栄地区全体の活動は、偶数月に柴崎福祉会館で、クラブ員同

士の交流やカラオケ、踊りなど地域交流会を行っています。輪投げは、年2回実施し、日帰り旅行も年2回実施を目標に計画案を相談しています。

各クラブの活動として、公社東会は社会奉仕活動として資源回収、公園の清掃、グラウンド・ゴルフを週2回、生きがい活動として、月3、4回カフェの開催をしています。見守り活動はその都度訪問し、相談にのっています。

中砂高砂会、東栄長寿会および和楽会は、地域交流会に参加しています。南寿会は、地域交流会と月2回ゆるやかな体操およびカラオケで交流を行っています。

豊生会は、「豊かに楽しく生きよう」を目標にして創立された、高齢者の団体組織です。

平成17年には、「豊生会創立40周年記念誌」が会長中心で発刊されました。委員の中川氏に誘われ私（阿部）が写真編集員として加わり、諸活動にも参加するようになりました。

当時の会員は162人で、毎年1回は親睦旅行を実施し、ダンス部、墨彩部、踊り部、グラウンド・ゴルフ部、運動部がありました。自治会

長経験者が豊生会の会長に就任したようです。

現在は私が豊生会の会長を引き継ぎ、5年目です。会員は102名で、グラウンド・ゴルフ部、カラオケ部、ハーモニカ部、輪投げ部が活動中です。その他、健康交流会と栄緑道清掃も継続しています。自治会諸行事や立老連主催の諸行事参加、栄町各種団体行事にも参加するように心掛けています。



仲間と共に活動を楽しむ



豊生会健康セミナー式交流会