

長野市老連新聞

みんな仲間だ 輪をつくろう

第9号

〈発行〉 長野市老人クラブ連合会
 〈事務局〉 〒380-0813 長野市緑町1714-5
 長野市ふれあい福祉センター内
 TEL 026-227-3520
 〈編集協力〉 (株)博報社 大阪本社
 大阪市平野区喜連西4-6-69
 (06)6797-0212

題字：近藤定利会長



平成28年度を迎えて

長野市老人クラブ連合会
会長 近藤 定利

会員の皆さまには長野市老連事業にご支援、ご協力をいただきありがとうございます。

おかげさまで平成二十七年事業もすべて終了することができました。心より御礼を申し上げます。

五月九日(月)に新年度最初の理事会が開催され平成二十八年度がスタートしました。新たな年を迎え、会長の重責に身の引き締まる思いでございます。

引き続き会員の皆さま、役員のご協力をいたたきながら市老連の活性化のために頑張ってくださいと思っております。

ますので、今後とも何卒よろしくお願いいたします。

人生九十年時代を迎える

中、少子高齢化がますます進み、一人暮らしや高齢者世帯の増加により家庭の介護力が低下し、高齢者を地域で支えるシステムの構築が盛んに言われております。また、さまざまな課題を抱える地域社会の担い手として、高齢者に対する期待も一方で高まっております。

高齢者が培ってきた知識と経験を活かして積極的に社会に参加し、支援することにより地域から尊敬される高齢者



平成28年度 市政運営に向けて

長野市長 加藤 久雄

長野市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、日頃より市政に格別のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

本年度は、本市の新しい文化の交流・創造の拠点として、五月八日に「長野市芸術館」がオープンいたしました。今後、久石讓芸術監督の監修のもと、数々の文化芸術公演が開催されます。また、現在、

NHK大河ドラマ「真田丸」の放送に合わせ、真田家ゆかりの地、松代では、真田家の歴史を伝える松代の文化施設をパビリオンに見立てた一年間の特別イベント「体感!! 戦国の絆 信州松代真田大博覧会2016」を開催し、多くのお客様をお迎えしております。

さて、本市では、平成二十八年予算において「移住・

になりたいものです。

全国老連では「のぼそうー健康寿命、抱おう！地域づくり」をメインテーマに「健康」「友愛」「奉仕」の三大目標を達成するため全国八〇〇万人の仲間と活動を行っております。

四人に一人が高齢者という時代から、さらなる高齢化社会を迎えようとしておりますが、老人クラブの会員の減少には歯止めがかかっておりません。

全国老連では五年間で「全国一〇〇万人会員増強運動」を平成二十六年度から進めており、県老連でも五年で二万人の会員増強方針を、これに伴い市老連でも五年間で三五〇〇人の会員増を目標に対策を進めております。現実には会員の加入促進は非常に厳し

交流の促進」「少子・健康長寿対策の推進」「魅力ある地域づくり」の三つの柱を優先施策とし、事業を進めております。

高齢者福祉については、健康長寿社会の実現のため、高齢者生きがいづくり支援事業や老人クラブ補助金の交付などを行っております。また、市民の皆様一人ひとりが長生き

して良かったと実感できる心の通い合う豊かで元気のあるまちをつくるため、高齢者のニーズに応じた講座を開催し、生きがいづくりや学びの場の提供など、高齢者の積極的な社会参加を支援しており

い状況でございます。

「仲間ができて老人クラブに入ってよかった」「老人クラブは楽しい」と言っていただけの老人クラブになるように、一人でも多くの方に加入していただけるように、会員一人ひとりが意識をもって老人クラブの活性化のために、会員増強運動を共に進めてまいります。

会員一人ひとりの元気が、単位老人クラブの元気な活動があつてこそ市老連です。

心と体の健康に留意して、スポーツに興味に地域活動に皆で工夫をしながら取り組んでまいります。

本年度も変わらぬご支援、ご協力をお願いいたします。最後に会員の皆さまのご健勝とご多幸を心よりお祈りいたします。

ます。

こうした中で、社会貢献活動や友愛活動などに積極的に取り組まれ、地域福祉の担い手となっておられる老人クラブの皆様には、今後とも一層のご活躍をご期待申し上げますとともに、健康長寿社会の実現に向け、引き続きご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、長野市老人クラブ連合会のみならずのご発展と、会員の皆様のご健勝、ご多幸を心よりお祈り申し上げます。



平成 28 年度を迎えて

長野市社会福祉協議会
会長 増山 幸一

「長野市老連新聞」の第九号発行をお祝い申し上げますとともに、新年度のスタートにあたり会員の皆さまにごあいさつを申し上げます。

長野市老人クラブ連合会におかれましては、健康・友愛・奉仕の三大活動目標のもと、多彩な事業により会員相互の親睦と連帯を深め、子ども見守り活動や友愛・奉仕活動を通して安全・安心で住みやすいまちづくりの推進にご尽力いただきます。

平成 28 年度クラブ数、会員数の分布

◆地区別クラブ数と会員数 (平成 28 年 4 月 1 日現在)

地区	H28.4.1 現在		前年度との増減		地区	H28.4.1 現在		前年度との増減	
	クラブ数	会員数	クラブ数	会員数		クラブ数	会員数	クラブ数	会員数
第一	5	389	-2	-58	芋井	3	211	-1	-28
第二	4	318	0	-6	小田切	1	70	0	-15
第三	8	517	0	11	篠ノ井	13	986	-1	-65
第四	3	206	0	45	松代	22	1,198	0	-14
第五	3	215	0	-3	若穂	5	325	-1	-73
芦田	10	1,017	-1	-122	川中島	9	666	-1	-85
古三	12	1,434	0	-12	更北	4	125	-1	-3
古輪	7	528	-1	-115	七二会	5	173	-1	-49
吉田	14	819	2	31	信更	0	0	-1	-75
古里	6	383	0	12	豊野	6	371	0	-11
柳原	4	200	0	-3	戸隠	15	747	0	-13
浅川	3	139	-1	-75	鬼無里	4	393	0	-30
大豆島	7	605	0	28	信州新町	10	573	-2	-40
朝陽	8	767	0	-19	中条	5	95	0	-2
若槻	8	819	0	-15	直轄	3	63	0	-2
長沼	1	97	0	0	合計	224	15,810	-12	-787
安茂里	16	1,361	0	7					

◆男女別・年齢別会員数 (平成 28 年 4 月 1 日現在)

60 歳未満		60～65 歳未満		65～70 歳未満		合計	
男	女	男	女	男	女	男	女
8	3	179	124	948	526	7,888	7,922
11		303		1,474		15,810	

70～80 歳未満		80～90 歳未満		90 歳以上		合計	
男	女	男	女	男	女	男	女
3,298	2,836	2,904	3,445	551	988	7,888	7,922
6,134		6,349		1,539		15,810	

え、社会の変化や新たな課題に対応し、社協の使命である地域福祉のさらなる推進を図るために、今後六年間の事業運営の方向性と取り組みを示した「第二次総合計画」を策定し、この四月からスタートいたしました。「誰でも安心して暮らすことのできる福祉のまちづくり」を目指し、皆さまのご期待に応えられるよう役職員一丸となってまい進する所存でありますので、ご支援とご協力をお願いいたします。

平成 28 年度 長野市老人クラブ連合会 事業計画

- 長野市老人クラブ連合会 は、健康・友愛・奉仕の全国三大運動の原点に立ち、生きがいと地域を豊かにする活動、健康づくり、事故・犯罪防止活動など多彩な活動を進めるとともに、全国一〇〇万人会員増強運動に併せて会員の増強、高齢者の仲間づくりを進めます。
- 1 生きがい・健康づくりの推進
 - (1) 高齢者健康づくり推進フェスティバルの開催 (九月)
 - (2) スマイルボウリング大会
 - (3) マレットゴルフ大会の開催
 - (4) 健康保持と健康歯科講話の推進
 - (5) スポーツ普及活動
 - (6) 用具無料貸出 (グラウンドゴルフ、ペタンク、輪投げ、スマイルボウリング)
 - (7) 芸能発表会の開催
 - (8) 有志活動 (墓参会、安来節の会)
 - (9) 2 仲間づくりの推進
 - (1) 「全国一〇〇万人一県二万人 会員増強運動」の推進
 - (2) 新規会員加入促進運動の推進 (一月十五日～三月十五日推進月間)
 - (3) 「老人クラブに入ろう会」パンプの活用
 - (4) 会員加入促進活動優良クラブ等の表彰
 - (5) 会員加入対策会の開催
 - (6) 3 地域づくりの推進
 - (1) 子ども見守り活動の推進
 - (2) 自治会、子供会等地域の団体との連携
 - (3) 地域文化の保存、継承活動への参加
 - (4) 友愛・災害・奉仕活動の推進
 - (5) 在宅高齢者やその家族を支援する友愛活動
 - (6) 一人暮らしや高齢者世帯等への情報提供
 - (7) (3) 安全、安心の住みよい街づくりを目指すボランティア活動を
 - (8) (4) 災害時共助活動、隣人・地区との連携活動の推進
 - (9) (5) 老人の日老人週間活動 (九月十五日～九月二十一日)、全国一斉社会奉仕の日 (九月二十日) の推進
 - (10) (6) 友愛活動研修会の開催
 - (11) (7) 災害時高齢者共助活動研修会の開催
 - (12) 5 交通事故犯罪被害防止活動の推進
 - (1) シニアセーフティクラブ活動
 - (2) 高齢者交通安全出前教室の推進
 - (3) 特殊詐欺被害防止活動
 - (4) シニアセーフティクラブ研修会の開催
 - (5) 6 女性部活動
 - (1) 女性リーダー研修会の開催
 - (2) 実技研修会の開催
 - (3) 交流会の開催
 - (4) 一期一会 和会・悠遊会 (女性部有志の会) の活動
 - (5) 7 表彰・慶賀
 - (1) 表彰：会長永年在任者、優良老人クラブ、功労者
 - (2) 慶賀：祝状、祝品の贈呈
 - (3) 金婚祝 (五十年)、ダイヤモンド婚祝 (六十年)、米寿祝 (八十八歳)、白寿祝 (九十九歳)
 - (4) 8 啓発宣伝
 - (1) 情報紙「いずみ」発行 (年六回程度 おおむね奇数月)
 - (2) 「長野市老連新聞」発行 (六月、十二月)

28 年度の柱

- (1) 生きがい・健康づくりの推進
- (2) 仲間づくりの推進
- (3) 地域づくりの推進
- (4) 友愛・災害・奉仕活動の推進
- (5) 交通事故犯罪被害防止活動の推進

平成28年度 長野市老連 役員・理事名簿



(前列左から)倉島副会長、須田副会長、宮下副会長、近藤会長、小林副会長、玉木監事、小林監事
(後列左から)山本常任理事、小出常任理事、増田常任理事、山崎常任理事、牧常任理事、宇都宮常任理事、宮尾常任理事、赤芝常任理事、清水常任理事

役職名	氏名	地区名	役職名	氏名	地区名
常任理事	増田 義雄	第一	理事	伊藤 邦廣	松代
理事	藤網 幸雄	第二	会長	近藤 定利	若穂
理事	堀内 昭夫	第三	常任理事	山崎 藤雄	川中島
理事	丸山 家一	第四	副会長	小林 驍	更北
副会長	須田 荘一郎	第五	常任理事	山本 克昭	七二会
理事	宮澤 裕	芹田	理事	加藤 武二	豊野
理事	甘利 岩男	古牧	副会長	宮下 慎平	戸隠
理事	笠原 啓良	三輪	理事	金丸 竹一	鬼無里
常任理事	牧 昭治	吉田	理事	玉井 盛雄	信州新町
理事	松隈 紀夫	古里	理事	堀田 節夫	中条
理事	坪井 宏	柳原	常任理事	小出 五郎	直轄
理事	押田 明	浅川	副会長・女性部長	倉島 財子	古牧
理事	佐藤 午朗	大豆島	常任理事・女性部副部長	宮尾 尚子	中条
理事	倉澤 利雄	朝陽	常任理事・女性部副部長	赤芝 道子	長沼
理事	丸山 敏彦	若槻	常任理事・女性部副部長	清水 康子	松代
理事	井上 横一郎	長沼	監事	玉木 秀明	柳原
理事	丸山 健蔵	安茂里	監事	小林 信義	篠ノ井
理事	和田 蔵次	芋井	顧問	有賀 安男	三輪
理事	酒井 光男	小田切	顧問	馬場 修司	松代
常任理事	宇都宮福治	篠ノ井			

五月九日、長野市ふれあい福祉センター五階ホールにおいて、平成二十八年度長野市老人クラブ連合会理事会が開催されました。



《平成28年度 長野市老人クラブ連合会理事会》

午後二時より竹内副会長の開会のことばで理事会が始まり、続いて近藤会長よりあいさつがありました。その中で会長は「本日の議事の中には役員の変更も含まれておりますが、理事の皆さんは約半分が交代され、新しい会長さんたちをお迎えしました。ぜひ前向きな気持ちで諸問題に共に取り組んでいってくださ」と、呼びかけました。あいさつの後、会則により近藤会長を議長に、議事へと移りました。

◆平成二十七年長野市老連事業について

①市老連事業報告
②市老連決算報告
③健康づくりフェスティバル事業報告
④健康づくりフェスティバル会計決算報告

上記について審議が行われ、質疑応答の後、満場一致の拍手をもって承認されました。

◆役員の一部改選

副会長の一部改選にあたり、四名の選考委員がその場で選出され、別室にて審議が行われました。審議後、副会長として東北地区の小林会長が、常任理事として吉田地区の牧会長、篠ノ井地区の宇都宮会長が発表されました。新役員が拍手で承認されると、新年度の舵取りを任された各役員はあいさつと抱負を述べました。



最後に事務局より連絡事項があり、全ての議事等が終了。倉島副会長の閉会のことばで理事会は閉幕しました。

終了後は親睦会が行われ、参加者は各地区の情報交換やクラブの近況などを語り合いながら親睦の輪を深めていきました。



平成 28 年度 長野市老人クラブ連合会副会長ごあいさつ

《新しい年度を迎え、新たな役員とともに長野市老人クラブ連合会が始動します》



副会長 4 年目を迎えて

戸隠地区 宮下 慎平

老人クラブは高齢者を会員とする自主的な組織であり、過去には「豊かな知識と経験を生かし地域のニーズに適した諸活動の目的に参加することにより、老後の生活を健康で豊かなものとして生きがい高めよう」と結成されたものであります。

その内容は、仲間づくりを通して生活を豊かにし、楽しい活動を行うとともに、その知識や地域の諸団体と共同し地域を豊かにする社会活動に取り組み、明るい長寿社会づくりや保健福祉の向上に努めることを目的としており、高齢者の閉じこもり予防や次世代の育成支援、地域の再構築など、さまざまな問題に対応し、生涯現役社会の実現につなげる重要な活動と位置づけされております。

今後さらに高齢化が進む中で、特に中山間地域集落では、歩いて集まれることのできる小地域の範囲で組織することも一案だと考えます。1 億総活躍社会実現に向けた健康寿命の延伸に大いに期待し、微力ながら長野市老連発展のために努力していきたいと存じます。



心も新たに 2 年目の副会長職

第五地区 須田 荘一郎

副会長に任命された昨年は 1 年目でもあり、無我夢中で動きましたが、近藤会長をはじめ諸先輩方のご指導により、何とか大過なく務められたと思います。

任期 2 年目の本年は、同じ事業を行うにしても昨年の反省にもとづき、少しでも良い方向に進むように心がけたいと思います。

また、多くの方々から「こうしたらどうか」「それはちょっとおかしいよ」「この方が良策と思うが」等々、ありがたいご指摘をいただきました。

老人クラブはどうあるべきか、どんなことが老人クラブに求められているのか、どう進めれば会員の皆さまにご満足いただけるのか、より多くの会員の方々に納得いただけるにはどうすればいいのか、等々。1 年目では気がつかなかったことにも心を配り、心を新たにして任務を全うしたいと考えております。



会員増の秘訣？

更北地区 小林 暁

常任理事 2 年の任期が終わりホッとしていたところ、「竹内副会長が退任するのでその後任に」と、5 月 9 日の理事会で小生にお鉢が回ってきた。会長と他の役員さんの推挙でもあり、長野市老連への最後のご奉公と思い、会の足を引っぱらないように 81 歳の老体ですが頑張りますので、皆さまのご協力で役目を果たしたいと思います。

更北は旧長野市のベッタウンで、犀川の南側、丹波島橋の東、長野大橋西側と範囲が非常に広く、その中に 4 単老 125 人の会と、世帯対象が多いのに加入率が悪い地域です。今春も 1 単老が脱会しました。男性会員 1 人が高齢と病に倒れて入院、他は女性会員のみとやりにくい地域です。各単老とも高齢者が多く、亡くなられた会員すら補充できず、会員増に悩んでいます。そのため行事をやっても出席者が少なく、何をやらたいんですかね。

私の名前は“たけし”といいます。



県老連女性部研修会の成功を願って

古牧地区 倉島 財子

新緑がまぶしい季節になりました。前年に引き続き、副会長・女性部長を務めさせていただきます。人生 90 年時代と言われている今日、単位老人クラブの活動をはじめ、元気で楽しく日々過ごされることが何よりと思います。

市老連では、会員相互の交流と親睦を深めるため「有志の会」を主催しております。女性部では“一期一会～あなたとの出会いを大切に～”をキャッチフレーズとし、「悠遊会」の活動を続けております。

今年は県老連女性部の研修会が長野市が当番老連となり、事例発表・実技講習などが課せられ、緊張のスタートになりました。

県老連の女性部活動目標は

- ① 仲間の輪を広げよう
- ② 進んで役員を引き受けよう
- ③ みんなが楽しめるクラブにしよう

とあります。微力ではありますが、前向きにとらえ、近藤会長はじめ皆さまのご指導をいただきながら頑張っていきたいと思います。どうぞご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

平成28年度 長野市老人クラブ連合会 常任理事ごあいさつ

今年度、9名が常任理事に就任しました。先輩方の後を引き継ぎ、長野市老人クラブ連合会のさらなる発展に尽力してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

▼七二会地区 山本 克昭

私の活動する七二会地区は、長野駅から車で約20分国道19号を松本方面に行った犀川沿岸に開けた中山間地です。芽吹きの春は桜とともに訪れ、夏は強烈な太陽が降り注ぎ、秋は全山紅葉の山並みを仰ぎ、冬は白銀の世界となります。この地を愛し、この地に生きる喜びを感じています。しかし時には人生の試練もあります。“まさか”はまさに存在します。地区内のある単老が突然脱落しました。地区内最強最大と想像していただけかもしれませんが、まさに“まさか”が実現してしまいました。

▼直轄地区 小出 五郎

役員のみ手がないなどの理由により単位クラブの解散、減少が続き、老人クラブ会員の減少に歯止めがかかりません。

単位老人クラブがないため市老連への加入ができない皆さんのために、直轄地区へ加入する門戸が開かれています。悠遊会や安来節の会、基楽会に参加したいけど、私の地区には単位クラブがないため市老連へ加入できない皆さん、直轄地区の会員になって市老連の行事に参加しましょう。

▼第一地区 増田 義雄

本年度で2年目を迎えました。第一地区および西長野いちじく会の会長の増田です。昨年初めて市老連の常任理事に任命され、まず市老連の組織を勉強し、その後常任理事の役割をいろいろ戸惑いながら学び、大過なく過ごしてまいりました。

今年第一地区は5地区に減少しました。昨年までは7地区ありましたが、会員数も389名(58名減)で、どこの地区も会員数が減少している上、新会員を確保するのが大変です。ですから1地区最低1名の会員の補充をするよう各会長にお願いいたしておりますが、各地区ともなかなか見つからないのが現状です。皆さまのお知恵をお借りしていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

▼川中島地区 山崎 藤雄

昨年に引き続き2年目となります。前年度の1年間は各種行事などに追われ、ただこなしていくのが精いっぱいだったように思います。私の地区は川中島ですが、やはり単位クラブと会員の減少に直面しています。

魅力ある老人クラブとするためには、難しい課題が多くあります。あらためて、健康、友愛、福祉の原点に立って、微力ながら市連合会の発展のため努力してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

▼吉田地区 牧 昭治

今までは吉田地区の代表として参画しておりましたが、このたび常任理事に選ばれて、これからはもっと広い見地から参画することになりましたので、心して役目をはたしてゆく所存であります。

ここ1年地区で務めさせていただきましたが、高齢者は社会とのつながりが必要と感じてまいりました。そんなところに老人クラブの存在意義を感じております。よろしくお願いのほどお願いいたします。



(前列左から)小出常任理事、山本常任理事、宮尾常任理事、赤芝常任理事、清水常任理事
(後列左から)増田常任理事、山崎常任理事、牧常任理事、宇都宮常任理事

▼篠ノ井地区 宇都宮福治

常任理事就任にあたりごあいさついたします。私はこのたび皆さまから推挙され常任理事になりました。篠ノ井老連の宇都宮と申します。何卒今後ともよろしくお願い申し上げます。

老人クラブは今後どう展開していかねばならないか、非常に考えさせられます。老後の生きざまを少しでも実りある、明るい未来のあるクラブに作り替えていかねばなりません。そうでないと団塊の世代の人が「はいそうですか、入会しましょう」と言ってくれるのでしょうか、なかなか入会してきません。

これはという良い案は、なかなか浮かんできません。これから皆さんと一緒に考えていきたいと思っておりますので、よろしくご指導のほどお願いいたします。

▼中条地区 宮尾 尚子

今年度も、再び常任理事の大役をお引き受けすることになりました。本当に微力な私ですが、皆さんのご指導をいただきながら、私なりに頑張っております。

今は周りを見わたすと、高齢者が高齢者を支えているような現実ですが、老人クラブで仲間づくり、健康づくりに取り組んでいけたらいいなと思っております。

役員になると確かに大変なこともありますが、前任の滝澤女性部長さんに私に「役を与えてもらったんだから、楽しんでやる」という言葉をくれました。それ以後、なるべくこの言葉を頭のすみにおいて、役を楽しんでやるように心掛けることにしています。

いたらない私ですが、皆さん一緒にどうぞよろしくお願いいたします。

▼長沼地区 赤芝 道子

今年度、常任理事の2年目を迎えました。大役で不安ではありますが、昨年先輩の方々のご指導で、何とか務めさせていただきました。市老連の事業は多種にわたりありますが、やはり参加して会員の皆さまと交流を深めて、思いきり楽しんで長寿に結びつけたいと思っております。会員減少の中ですが、会員相互の親睦を図り、明るい高齢者の集いになるように努力したいと思っております。今年も生き生きと活動したいと思っております。よろしくお願いいたします。

▼松代地区 清水 康子

10年近く前に、老人クラブの旅行に行きたくて入会しました。昨年より松代地区の女性部長、市老連では常任理事に就いて分からないながらご指導いただき1年が過ぎました。

5月9日は女性部会、午後理事会、懇親会と続きました。朝会場に着いてバックに財布が無いのに気付く、借用して会費を払いました。このようにそぞかしい私ですが、今年度も頑張ります。女性部の諸事業を皆さんと協力して進めてまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

長野市老連芸能発表会

十二月十日、長野市ふれあい福祉センター五階ホールにおいて、長野市老連芸能発表会が開催されました。

竹内副会長の開会のごとくに続き、会場全員で「老人クラブの歌」を斉唱。その後、主催者を代表して近藤市老連会長よりあいさつがあり、「出演される皆さんは日頃の成果を存分に發揮し、客席の皆さんは大きな声援を送っていただいで一日を楽しんでください」と激励されました。



全十六組が出演し、和太鼓から舞踊、歌、ハワイアン・フラ、笑ひヨガなどバラエティに富んだ演目が舞台を華やかに彩りました。

トップバッターは、長野地区の長沼道秀会による



「和太鼓」。力強い演奏が会場を揺るがし、客席の皆さんの目は釘付けになりました。

第三地区の伊東善光さんによる「ハーモニカ演奏」では、美しい音色が会場を魅了し、川中島地区のカラオケ愛好会「カラオケ」では、出演者の熱唱に会場から惜しめない拍手が送られました。長野市老連役員による「歌・踊り」では、客席の皆さんも一緒に歌う一幕があり、会場は一体感に包まれました。

芹田地区の芹田木遣り会による「木遣り」は三〇〇年の伝統を受け継ぐ魂の舞台を勇壮に披露し、芸能発表会の最後を飾りました。

また、当日は五階ロビーにおいて、「ハンドベル」の美しい演奏を披露した悠々会の皆さんが真心のこもった作品展示を行い、来場者を楽しませていました。



和太鼓

長沼地区／長沼道秀会



踊

川中島地区／清水テル子



民舞踊

長野市老連／安来節の会



ハワイアン・フラ

若槻地区／ホア、ラウナ



オカリナ演奏

古里地区／ニワカーズ



カラオケ

松代地区／中沢紀夫(右)・中沢 隆子(左)



ハーモニカ独奏

松代地区／山岸 實



ダンス

第二地区/すみれ会



舞踊打楽

長沼地区/長沼道秀会



歌・踊り

長野市老連/役員



第三地区/伊東 善光

ハーモニカ演奏



ハンドベル

長野市老連/悠遊会



笑ひヨガ

古里地区/チーム・スマイル



木遣り

芹田地区/芹田木遣り会



カラオケ

川中島地区/カラオケ愛好会



歌謡浪曲

古里地区/大草 作治



寸劇・歌

長野市老連/女性部役員・有志

新たな顔ぶれで新年度スタート!

それぞれの地区会長から

意気込みや目標をお聞きしました

◆第一地区 増田 義雄

昨年は、一人暮らしの高齢者の訪問を中心に活動を行ってきました。近年、おとなりさんとの付き合いが弱まっており、地域の絆が弱まってきていると危惧しています。本年度も「隣人を大切に」を目標に掲げて、会員同士、地域の中でのつながりを大切にしていこうと思ひます。

◆第二地区 藤綱 幸雄

七十〜八十代が高齢者と思えなくなるほど元気で若々しくなった現在、趣味の多様ななどにより老人クラブへ入会するメリットが問われてきています。これらを踏まえて、今年度は魅力あるクラブづくりを目指して、活動や声掛けなどに取り組んでいきたいと思ひます。

◆第三地区 堀内 昭夫

長野五輪を契機に作られた団地である当地区は、一号楼から十四号楼の集合住宅で構成されています。若い人も多く入居されており、活気もあり、交流を通じていつも元気をもらっています。今年は花見会を開催し、大変盛り上がったので、これからも世代を超えた交流や行事を計画して、地域とともに盛り上がっていききたいと思ひます。

◆第四地区 丸山 家一

当地区は、各単位クラブの活動が活発で、会員が増加しているクラブもありまふ。本年度も昨年同様に単位クラブ活動の活発化に力を入れて、頑張っていまふ。その他にも、市老連の行事への参加率アップを目標にしていまふ。

◆第五地区 須田 庄一郎

昨年は地区全体が賑やかに、交流の場が増えればと考え、スポーツ大会を春と秋に二度行いました。スマイルボウリング、ベタンク、輪投げと盛り上がり、スポーツを通じて親睦を深めました。今年も開催を考えており、地域の子どもたちも交えて世代間交流ができる環境を作ろうと進めています。第五地区では過疎化が深刻な問題となっており、新規会員の獲得は難しくなつてきています。それでも積極的に勧誘活動を行つていき、多くの人と繋がりをもてたらと考えています。

◆第六地区 宮澤 裕

長野駅東口周辺という恵まれた地にあるので、高層マンションが増え都市化してきました。人と人とのつながりが弱くなり、昨年に続き今年も一単老が休会。そんな環境ですが、区や公民館と協力して「お茶

◆第七地区 宮澤 裕

飲みサロン」「三世代交流」「文化祭」などへの参加を呼びかけ、人とのつながりを深めていきたいと思ひまふ。

◆古牧地区 甘利 岩男

現在、高齢者と言われている方は以前の「お年寄り」というイメージではなく、とても元気な人たちはばかりだと思ひます。既存の活動にとらわれず、事業内容を見直していければと考えています。もっと何事にも関心を持ち、魅力あるクラブづくりを目指します。

◆三輪地区 笠原 啓良

本年度より会長に就きました。当地区では会員減少が目立っており、現時点で一〇〇人以上の減となっています。今年度はなんとか会員減少に歯止めをかけることが目標となります。魅力ある活動や声掛けの方法などを考えながら、会員増に取り組んでいきたいと思ひまふ。

◆吉田地区 牧 昭治

昨年は、会員の方が行事に参加してくれる率が増えきてしていると感じました。吉田地区では新規会員を増やすことに成功し、表彰を受けました。チラシや回覧板を使って案内も行ってみましたが、未加入家庭をく

まなく訪問するのが一番だったと思ひます。今年度はマレットゴルフの県大会が長野市で行われると聞いたので、力を入れていこうと考えています。

◆古里地区 松隈 紀夫

七つの地区に分かれていゝる当地区は、現在全部で五団体に分かれて活動しています。活動のしやすさを考慮して地区の中での分割を考えている地域もあり、その他にも活動資金である会費の確保や役員の問題等があるため、今年はこのこれらの問題に取り組んでいまふ。

◆柳原地区 坪井 宏

柳原校区では、会長は一年で交代。そのため会の活動は毎年同じ、そのため意欲がでない現状です。そこで私は次のことを考えています。一、今までの活動に加え、新しい活動を一つ取り入れていきたい。二、会員のふれ合いをよくしたい。

◆浅川地区 押田 明

当地区では、女性部の活動やサークル活動が活発です。しかし近年は地域で行っているゲートボールが減少傾向にあり、参加者増に向けて工夫をしていまふ。

と思ひます。昨年より新たに始めた事業としてカラオケがあります。有志八名ほどでスタートしましたが、興味を持たれている人も多いので今後はこちらも会員を増やし活発にしていまふとと考えています。

◆大豆島地区 佐藤 午朗

会長一年目で、まだわからないことも多いですが、「言い合つことを嫌がらない」クラブづくりを目指したいと思ひます。言わずに後悔するのではなく、誰でも遠慮なく意見を言える場を作っていまふ。何が一言、言つて行動に移せる活動をしていければと思ひまふ。

◆朝陽地区 倉澤 利雄

今年度は、まず自分たちが楽しめる活動やクラブづくりを考えていまふ。型にとらわれず、自由な意見をどんどん言い合える環境づくりをはじめ、楽しい行事を計画して、若い人たちが中心となって活動できるクラブを目指していまふ。



◆若槻地区 丸山 敏彦
今年始めて会長に就任いたしました。わからないことも多いですが、役員の皆さまをはじめ、会員の皆さんと一緒に頑張りたいと思います。目標としては「和やかなクラブづくり」を念頭に、いろいろな方々と協調しながら活動していきま

◆長沼地区 井上 横一郎
初めて会長の職につきま

したので、わからないことも多いですが、「健康・友愛・奉仕」の老人クラブ三大目標を軸にしっかり取り組んでいきたいです。長沼地区は元気な女性会員が多く、活気に溢れています。中でも和太鼓が盛んです。今年度はさまざまな活動や交流を図り、活動の幅を広げながら地域との交流を深めていきたいと思

◆安茂里地区 丸山 健蔵
会長に就いて、また始まったばかりですが、本年度は「会員の健康づくり」を目標にしていきたいと思

います。昨年より始めたスマイルポウリングなど、みんなが集まってできるスポーツを推進して、身体を動かしながら健康づくりに取り組んでいきたいと思

◆芋井地区 和田 蔵次
会員の減少や高齢化が進んだ事で、以前四クラブあった単位クラブが現在は三

クラブになっている現状です。そういつた中、もっと老人クラブの活動を地域全体にアピールするため、去年から年に四回、地域新聞を作って配布しています。記事の自身は支援活動、支援事業内容から、老人クラブの思いなどを載せています。今年には結成されてい

◆小田切地区 酒井 光男
当地区は人口も少ない地域ですので、会員増を視野に入れながら会の存続を第一に頑張っています。今年

は交流の場づくりを中心に、地域全体での交流を深めながら、老人クラブへの勧誘や地域への貢献をしていきたいと思

◆篠ノ井地区 宇都宮 福治
グラウンドゴルフ、スマイルポウリング、ゲートボールとスポーツを盛んに行

ってきました。運動で体を動かし、頭もリフレッシュでき、健康寿命の延伸にも繋がると考えています。去年は認知症をテーマに研修会を開き、たくさんの人に参加していただきました。今年度はマレットゴルフがスタートできるよう準備を進めています。

◆松代地区 伊藤 邦廣
「足指力を鍛えて転倒予防」の講座に参加しました。足には、五十六の骨があり、

体全体の二〇六の骨の二八パーセントがあると教わりました。足の力をつけることは、体全体に力をつけ脳を活性化します。二月一日からフットケアサロン・健康づくり体操教室をはじめ、足指、足首、膝、股関節、座骨、肩、肩甲骨、首、手指、手首まで全ての筋肉の力を維持する努力をしています。参加者は「体が軽くなった感じ」と言われて毎日続

◆若穂地区 近藤 定利
昨年より引き続き、会員の減少や高齢化に歯止め

が効いていない状況です。以前十二クラブあった単位クラブが昨年は六クラブ、現在は五クラブになってしまいました。今年度も昨年同様、地域での声かけをするなど、会員増強で会の高齢化を抑えていけるよう取り組んでいきます。「みんな楽しく活動しよう」を合言葉に、会員増強や休会しているクラブの復活を目指していきま

◆川中島地区 山崎 藤雄
昨年は当地区で単位クラブが減少してしまいました。これら

の目標とあります。当地区で開催しているグラウンドゴルフやゲートボールの活動や大会を中心に活動を盛り

◆豊野地区 加藤 武二
全老連・市老連の三大目標である「健康・友愛・奉仕」のもとに、活動を行っ

り上げ、未加入の人が興味を持つ魅力あるクラブづくりを目指します。

◆東北地区 小林 颯
これまでと変わらず積極

的にクラブ活動に取り組み、加入会員の増加を目指しています。強引な勧誘はしないと決め、気持ち良く入っていただける環境作りを目指しています。女性の会員が多く、研修旅行や市老連行事に積極的に参加してもらっています。大きな目玉になる企画を探している最中で、元気で活力あるクラブ作りを目指します。

◆七二会地区 山本 克昭
当地区は、会員の減少や

役員・会長の後継者育成の問題で一単位クラブが休会してしまい、周囲の協力等で救えたかもしれないと思

◆鬼無里地区 金丸 竹一
鬼無里地区では昨年一単

位クラブが休会しましたが、一方で会員が増えた地区もありました。今年の総会では、白寿・米寿・金婚・ダイヤモンド婚の方々に対する表彰があり、総勢四十四人が受賞を予定しております。みなさん健康で、活動の幅を広げながら地域との交流を深めていきたいと思

◆戸隠地区 宮下 慎平
会員の高齢化が進み、新

規会員の増強を図ると共に、魅力あるクラブ作りに入力を入れてきました。一概に魅力といってもクラブによつて様々ですが、戸隠地区は個人の趣味が活かせる場所が続けることを大事にしています。「老人クラブに入ると忙しくなり過ぎる」と先入観を持つ方が多くいるので、気軽に参加できる環境にしていくことで新規会員の獲得にも繋がる

◆中条地区 掘田 節夫
中条地区は、中山間地域

の中でも過疎化、高齢化と人口減少が加速的に進んでいます。その中でも、全国一〇〇万人会員増強を達成しようという我々も会員の増強に力を入れています。中条地区ではグラウンドゴルフが盛り上がっており、去年は十五名が大会に出場

◆信州新町地区 玉井 盛雄
老人クラブは健康寿命延

ていきます。奉仕活動では公園の清掃や小学校の見守り活動、会員の増強についても無理のない形で声掛けなどで進めていき、地域の老人クラブ活動を盛り上げていきたいと思

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を

超え老人クラブへ加入できる予備軍が毎年増えているにもかかわらず、老人クラブへの加入者は減少しています。このまま続けば老人クラブの存続さえ危がまれる事態が起るのではないかと心配されます。どうすれば会員の加入が促進できるのか? 今できることを役員、会員みんなで頑張

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を

超え老人クラブへ加入できる予備軍が毎年増えているにもかかわらず、老人クラブへの加入者は減少しています。このまま続けば老人クラブの存続さえ危がまれる事態が起るのではないかと心配されます。どうすれば会員の加入が促進できるのか? 今できることを役員、会員みんなで頑張

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を

ました。毎年人気の旅行も計画しており、楽しいクラブ作りを頑張っていきたいと思

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を

超え老人クラブへ加入できる予備軍が毎年増えているにもかかわらず、老人クラブへの加入者は減少しています。このまま続けば老人クラブの存続さえ危がまれる事態が起るのではないかと心配されます。どうすれば会員の加入が促進できるのか? 今できることを役員、会員みんなで頑張

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を

超え老人クラブへ加入できる予備軍が毎年増えているにもかかわらず、老人クラブへの加入者は減少しています。このまま続けば老人クラブの存続さえ危がまれる事態が起るのではないかと心配されます。どうすれば会員の加入が促進できるのか? 今できることを役員、会員みんなで頑張

◆直轄地区 小出 五郎
団塊の世代が六十五歳を



芋井地区 竹内 房雄

人が好かれたり嫌われたりする場合、その人が無意識のうちに取り自己表現で判断されることが多いものです。つまり、姿勢とか態度、歩き方や話し方、言葉の調子や顔の表情、あるいは物事に対するときの行動や感情の表現などの、いろいろなポイントがチェックされるのです。そして、態度が投げやりであったり、言葉づかいや表現が乱暴な人は敬遠されてしまいます。反対に、優しさと思いやりのこもった話し方や、さわやかな表現などで自分を美しく表すことのできる人は、多くの人に好意をもたれるでしょう。これはとりもなおさず、明るく楽しい人生を歩むコツにもなるわけで、「自分を大切にすることではないでしょうか。そして、もう一つ大事なポイントがあると思います。それは、心身ともにしっかりとすることです。

常任理事1年、副会長2年務めさせていただきました。お世話になりました。



(前左から)倉島女性部長、宮尾副部長
(後列左から)本戸事務局長、赤芝副部長、清水副部長

〈平成28年度 長野市老連 女性部会名簿〉

Table with 3 columns: 役職名 (Position), 氏名 (Name), 地区名 (District). Lists members including 松澤 英子, 込 信子, 大口すみ子, etc.

※上記以外の地区には女性部会がありません。

女性パワーを發揮できる活動を
私が女性部長に就いて、今年で2年目になります。まだまだ不慣れなところもありますが頑張って参ります。

〈平成28年度 長野市老連 女性部会事業計画〉

Table with 3 columns: 事業名 (Activity Name), 実施期日 (予定) (Implementation Date), 概要 (Overview). Lists activities like 女性リーダー研修会, 女性指導者研修会, etc.

五月九日、長野市ふれあい福祉センター五階ホールにおいて、長野市老連女性部会が開催されました。



平成28年度 長野市老連 女性部会

午前十時三十分より、宮尾副部長の開会のことばで始まり、続いて倉島女性部長よりあいさつがありました。その中で部長は七月に長野市で開催される県老連女性指導者研修会について協力を呼びかけました。

- ①女性部組織および平成二十八年度女性部役員について
②平成二十八年度長野市老人クラブ連合会女性部事業について
③女性リーダー研修会について(六月二十七日開催)
④県老人クラブ女性指導者研修会について(七月二十七日開催)
⑤一期一会の会について(活動日・内容について十ページ「有志の会日程一覧」に記載)

会員文芸

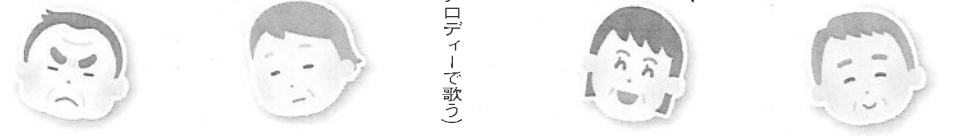
「お座敷小唄」のメロディーで歌う替え歌を作り、平成二十二年に朝日新聞の「声」に掲載され、日本各地の老人クラブから「この歌を使わせてほしい」と要望をいただきました。...

◆ボケない小唄(お座敷小唄)のメロディーで歌う

- 一 風邪も引かずに 転ばずに 腹八分目で ヌル湯好き 頭と足腰 よく使ひ
二 ゴルフに散歩、ハワイアン ラジオ体操 太極拳 ゲートボールに 寺めぐり 体力つければ ボケません
三 唱歌に童謡 囲碁、俳句 演歌 ナツメロ カラオケで 植木に菜園 草花に
四 趣味を持つ人 ボケません 年をとっても 白髪でも 頭はげても 気は若く 異性に關心 持ちつづけ 色気ある人 ボケません

◆ボケます小唄(お座敷小唄)のメロディーで歌う

- 一 何もしないで ぼんやりと テレビばかりを 眺めてて 10時3時に 菓子つまむ そんな生活 ボケますよ
二 仲間持たずに 一人だけ いつもする事 ない人は 夢も希望も 逃げてゆく その上夜ふかし ボケますよ
三 外出、旅行も 嫌いです 歌も踊りも 大嫌いです 金とストレス ためる人の二倍も ボケますよ
四 今日の約束 忘れちゃう 4年先には 認知症 病院いかぬと ボケますよ



長野市高齢者福祉課からのお知らせ(「いこいの家」のご案内)

高齢者がゆっくりお風呂を楽しめるほか、利用者同士で語らえる、いこいの家をご利用ください。
・利用できる人/長野市在住の60歳以上の人、利用者が虚弱などのときにはその付添人、長野市在住の身体障害者手帳、療育手帳などを所持している人およびその介助者
※市発行の利用券の提示が必要です。あらかじめ、支所または高齢者福祉課窓口で利用券の交付を受けてください。
・利用料/150円・付添人は250円
身体障害者手帳、療育手帳など所持者およびその介助者は全額割引になります。ご利用の際には利用券と手帳の両方を提示してください。
・開館時間/午前9時から午後4時(入浴可能時間は午前10時から午後3時半)
・施設/松代・石川・大豆島・茂菅・若槻・新橋・水鉦・東北・若穂・東長野(計10カ所)
(問い合わせ先)
長野市役所 高齢者福祉課 電話 224-5029

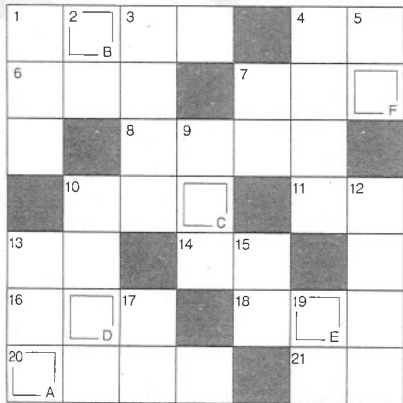
■各施設の所在地、休館日など

Table with 4 columns: 名称 (Name), 所在地 (Location), 電話番号 (Phone Number), 休館日 (Closed Days). Lists facilities like 若槻いこいの家, 東北いこいの家, etc.

※1 国民の祝日に関する法律に規定する休日および12月29日から1月3までは休館日となります。
※2 第3木曜日が祝日に当たるときはその翌日が休館日となります。12月31日および1月1日は休館日となります。

プレゼントつき!

クロスワードクイズ



宛先

〒380-0813 長野市緑町 1714-5
 長野市ふれあい福祉センター内
 長野市老人クラブ連合会事務局まで
 ★ふるってご応募ください!

タテとヨコのカギを解いて、A B C D E F に入ることばを見つけてください。
 正解者の中から10名に記念品をお送りいたします。

タテのカギ

- 魚介類をダシと実に使い、薄い塩味で仕上げた吸い物。「__汁」
- 住むための建物。すまい
- 昭和8年に「青春篇」が発表された尾崎士郎の長編小説。「__劇場」
- ボーイで遊ぶお祭り屋台の定番。__すくい
- 地球の表面で水に覆われていない部分
- わざと知らないふりをする。「__を切る」
- 背中を中心線。__を正す、__も凍る
- 精密な細工や仕掛けで動く原理や仕組み。__人形
- 不足のないさま。十分にあるさま。
- 縁起のよい魚とされ、祝い膳に尾頭つきで用いられることが多い
- 「桃太郎」で最後に仲間になったのは?
- 落語・講談・漫才・浪曲などの大衆芸能を興行する場所

ヨコのカギ

- 初めて戦場に出ること。また、その戦い。__を飾る
- 黒木憲のヒット曲。「__にむせぶ夜」
- 災害地で必要とされる。__金、__物資
- 濃い紅色。まっか。__のバラ
- 浅瀬などの水の流れる音
- 水。水で冷やすこと、または冷やしたもの。__クリーム、__コーヒー
- 余ったひまな時間。仕事の合間などの自由に使える時間。英語でレジャー
- 温かいものから立ち上る水蒸気が空気中で冷えて白く見えるもの
- 誰もが認めること。「__ともに認める」
- 保育園に入れない「__児童」が、深刻な社会問題となっています
- 進んで何かをしようと思うこと
- ことわざ。「仕上げが__」
- 競売。__市、__にかける



★前号クロスワードの答え★



答えは



【募集要項】 ハガキにクイズの答え、所属単位クラブ名、お名前、ご住所、電話番号、「長野市老連新聞」の感想を明記して、左記の宛先までお送りください。
 締切は平成28年7月31日です。

原稿募集

「長野市老連新聞」第10号の発刊に向けて、会員の皆さまから原稿募集を致します。皆さまの力作を、心よりお待ちしております。

- ◆募集要項 「長野市老連新聞」第10号(平成28年12月発行予定)
- ◆文章作品 市老連事業参加報告、クラブ活動記、随想、紀行文など。800字以内。できれば関連した写真を1~2枚ご同封下さい。長文の場合は紙面の都合により割愛させていただく場合もございます。
- ◆文芸作品 俳句・短歌・川柳など。お1人2句(首)まで。
- ◆その他 写真・書道・絵葉書など。お1人1~2点まで。
- ◆原稿締切 平成28年9月末日
- ◆送付先 〒380-0813 長野市緑町 1714-5
 長野市ふれあい福祉センター内
 長野市老人クラブ連合会事務局
- ◎住所・氏名・電話番号・所属単位クラブ名を明記の上、ご送付ください。

長野市老連 夏のバス旅行のお知らせ

《日本のホテル・旅館100選 温海温泉萬国屋1泊2日の旅》

朱鷺メッセ・若林家住宅・古代塩づくりの里・念珠の松庭園・笹川流れ・味匠喜つ川を巡る1泊2日のバス旅行です。皆様のご参加を心よりお待ちしております!

- ◇期 日 7月15日(金)~16日(土)
(各地 6:30~7:30 出発/17:30~18:30 帰着)
- ◇申込締切日 6月20日(月)
- ◇旅行代金 25,800円
(1日目朝食を含む1泊5食、旅行費用・車中飲物代・菓子代・宴会費・消費税含む)
- ◇宿 泊 温海温泉 萬国屋
(温海岳や温海川など、あつみの自然をお楽しみいただけます)
- ◇申 込 先 長野市老人クラブ連合会事務局 Tel 026-227-3520

ニュースポーツ大会開催



二月三日、長野市ふれあい福祉センターにおいて第四回ニュースポーツ大会(スマイルポウリング)が

開催されました。各地区老連、役員チームを含め十六チームの参加をいただき開催されました。

午前中は四ブロックに分かれて予選が行われ、午後は順位戦、決勝戦が行われました。

各チーム女性を含めて五名で地区対抗の熱戦が繰り広げられました。力任せに投げてもピンは思うように倒れません。狭いゲートを上手に通して、その先にある十本のピンを倒す、非力



な女性でも男性に負けない楽しいゲームに皆さん夢中になっていました。ストライクには大きな拍手とカツポーズが、スパーにはハイタッチが、下手も上手も一緒に笑って笑い声の絶えない楽しい一日となりました。

市老連では会員の心と体の健康を守るために、ニュースポーツ大会(スマイルポウリング)を実施しております。室内で場所をとらずに実施でき、男性女性を問わず楽しめます。会員の皆さんも一度やられてみてはいかがでしょうか。

市老連ではスマイルポウリング六セットを用意しております。貸し出し(無料)を希望される方は事務局へご一報ください。大会結果は次のとおりです。

優勝 若槻地区
準優勝 安茂里地区
第三位 スポーツ実行委員



ブ大会などの場で披露しています。また、碁の愛好者を集めて「碁楽会」を結成し、年数回の交流会と夏季・新春の年一回碁大会を開催しております。会員同士の交流と知識、技術の向上をめざし活動をしています。上は七段の上級者から五級の初心者まで、四十人の会員がおります。皆さんのご参加をお待ちしております。

市老連では会員相互の交流と親睦を深めるため有志の会の活動を行っています。その一端を紹介いたします。

「安来節の会」(民舞踊)では、女性会員のほか男性会員の参加をいただき、腰を曲げてひょうきんな仕草を踊る、「どじょうすくい」を習っています。練習の成果を芸能発表会、市老人クラ

◆新春碁大会結果(一月六日開催) ※敬称略
優 勝 田島 英雄(古牧)
準優勝 藤縄 和恵(安茂里)
第三位 宮島 和夫(安茂里)
(中・初級の部)
優 勝 桐生 重俊(古牧)
準優勝 小林 高夫(古牧)
第三位 田口 正志(松代)

有志の会 日程一覧
会場：長野市ふれあい福祉センター

	とき・会場	内 容	持ち物	参加費
一期一会 悠遊会 ※参加希望の方は各回のおおむね1週間前までにお申し込みください。(悠遊会会員は申し込み不要)	6/20(月) 10:00~12:00 4F 3会議室 (講師/星沢久美子先生)	折り紙		300円程度 (材料費・講師料)
	7/4(月) 10:00~16:00 4F 2会議室	手芸	裁縫道具	未定 (材料費・講師料)
	7/25(月) 10:00~12:00 4F 2会議室 (講師/星沢久美子先生)	折り紙		300円程度 (材料費・講師料)
	7/25(月) 13:00~16:00 4F 2会議室	手芸	裁縫道具	未定 (材料費・講師料)
	8/1(月) 10:00~16:00 4F 和室	手芸	裁縫道具	未定 (材料費・講師料)
	8/29(水) 10:00~12:00 4F 2会議室 (講師/星沢久美子先生)	折り紙		300円程度 (材料費・講師料)
碁楽会	8/8(月) 9:30~PM 5F ホール	夏季碁大会	昼食・飲み物など	碁楽会会員・無料 (年会費1000円)
	7/11(月) 10:00~ 8/22(月) 10:00~ 4F 和室 (講師/赤芝道子先生)	民舞踊 安来節 ソーラン節	お茶など飲み物 魚籠・ザル(無い方は丸ザル1枚) 豆絞り手ぬぐい	無 料

ご協賛いただいた皆様への御礼
このたびは、「長野市老連新聞」の発行にあたって、広告のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。本紙は会員の生きがい、健康、教養を高めることにも、豊かで幸せな老後を過ごされるよう願って発行するものです。今後も一層の努力と熱意をかたむけて参りますので、以上の趣旨をご理解いただき、何卒末永きご厚誼、ご支援のほどお願い申し上げます。

「長野市老連新聞」第九号をお届けいたします。今号も発行に向けてたくさんのご協力をいただきました、ありがとうございます。四月に発生した熊本地震では多大な被害が出ました。いままも余震が続いており、被災者の皆さまには心よりお見舞い申し上げます。▼災害はいつその身に降りかかるか分かりません。家族、仲間とともに準備を怠らないよう、その日に備えましょう。▼今年も暑い夏がやってきます。万全の熱中症対策をしていただき、元気に夏を乗り切りましょう。

編集後記
「長野市老連新聞」第九号をお届けいたします。今号も発行に向けてたくさんのご協力をいただきました、ありがとうございます。四月に発生した熊本地震では多大な被害が出ました。いままも余震が続いており、被災者の皆さまには心よりお見舞い申し上げます。▼災害はいつその身に降りかかるか分かりません。家族、仲間とともに準備を怠らないよう、その日に備えましょう。▼今年も暑い夏がやってきます。万全の熱中症対策をしていただき、元気に夏を乗り切りましょう。

ご協賛いただいた皆様への御礼
このたびは、「長野市老連新聞」の発行にあたって、広告のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。本紙は会員の生きがい、健康、教養を高めることにも、豊かで幸せな老後を過ごされるよう願って発行するものです。今後も一層の努力と熱意をかたむけて参りますので、以上の趣旨をご理解いただき、何卒末永きご厚誼、ご支援のほどお願い申し上げます。

長野市老人クラブ連合会