

長野市老連だより

いずみ

第273号

平成29年7月12日

発行/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
 いずみ編集室

TEL026-227-3520

題字：近藤定利会長

各専門部会において 今年度事業の概要が決定

平成28年度まではスポーツ推進活動実行委員会、会員加入促進活動実行委員会、シニアセーフティクラブ実行委員会、友愛・災害・奉仕活動実行委員会の4実行委員会を設けて事業を実施してきましたが、平成29年度から総務部、教養部、事業部、健康部の4部会を専門部として設置し、事業を進めていくこととなりました。

総務部会

- ・「全国100万人会員増強運動」の取組 (H26年度からH30年度)
市老連の目標会員数…4%・700人増
- ・加入促進員の設置 正副会長他 19名
- ・若手会員活動(組織化) 推進事業の実施
- ・「会員加入対策会」の開催
8月10日(木) ふれあい福祉センター
12月19日(金) 〃
- ・会員加入パンフレットの作製・配布
- ・会員加入促進活動優良老人クラブの表彰
- ・有志の会
悠遊会、暮楽会、安来節の会の開催
マレットゴルフ・カラオケの会立ち上げ

健康部会

- ・マレットゴルフ大会の開催
7月6日(木) 犀川第2運動場
- ・健康づくりフェスティバルの開催
健康づくりフェスティバル実行委員会 (理事の他各地区から1名) で実施
9月6日(水) エムウェーブ
- ・スマイルボウリング大会の開催
12月8日(金) ふれあい福祉センター
- ・スポーツ用具の無料貸し出し
グラウンドゴルフ ペタンク 輪投げ
スマイルボウリング 体力測定具

教養部会

- ・新任会長研修会の開催
5月31日(金) ふれあい福祉センター
- ・指導者研修会の開催
6月14日(水) 東部文化ホール
- ・市町村老人クラブ連合会
ブロック研修会への参加(県老連主催)
6月20日(火) 中野市豊田公民館
- ・長野県老人クラブ大会への参加
10月26日(木) 駒ヶ根市文化会館
- ・祝賀交流会の開催
10月26日(木)～27日(金) 駒ヶ根市
- ・長野市老人クラブ大会の開催
11月28日(火) ふれあい福祉センター
- ・芸能発表会の開催
2月16日(金) ふれあい福祉センター
- ・視察研修旅行の実施

事業部会

- ・シニアセーフティ研修会の開催
7月25日(火) ふれあい福祉センター
- ・高齢者共助活動研修会の開催
9月25日(月) ふれあい福祉センター
- ・友愛活動研修会の開催
10月24日(火) 東部文化ホール
- ・交通安全教室(長野市出前講座)の開催
各地区、単位クラブで実施
- ・季別交通安全運動の啓発活動協力
年4回(春・夏・秋・年末)
長野市長からの依頼により交通安全関係団体と長野中央警察署・長野南警察署管内2か所で実施
- ・地域の防犯活動、子供も見守り活動の推進
各地区、単位クラブで実施
- ・社会奉仕活動
各地区、単位クラブで実施
ボランティアセンター年末大掃除の協力
- ・その他
健康・友愛・奉仕「全国三大運動」推進要綱、老人クラブ「老人の日・老人週刊」推進要綱により取り組む

平成二十九年度 各種研修会開催される

五月下旬～六月下旬にかけ、各種研修会が開催されました。

新任会長研修会開催

平成29年5月31日(火)ふれあい福祉センターにおいて、新任の単老の会長を対象とする研修会が130名の参加をいただき開催されました。

最初に老人クラブの歌を皆で斉唱し、近藤会長のあいさつに続き研修会に入りました。

研修会では「老人クラブの運営等について」近藤会長から話がありました。老人クラブには補助金が市等から交付されていることを忘れないように、単位老人クラブの元気が市老連の元気になること、老人クラブの運営に当たっては明るい元気のあふる運営に心がけ、必ず月に一回例会を開いて意思疎通に努めること、必ずほかの単位クラブと違う自慢できるものを創って頂きたいという話が新会長さん方にあります。

引き続き老人クラブに対する補助金制度、補助の対象になる具体的な事業について、長野市高齢者福祉課主事北村春歌さんから説明を受けました。

指導者研修会

平成29年6月14日(水)地区会長、女性部長等の市老連役員220名の参加を頂き東部文化ホールで開催されました。

開会式の前に「安来節の会」の皆さんから安来節・木曾節の踊りのご披露があり、和やかな雰囲気の中で開会式が始まりました。また、ハワイエでは一期一会悠遊会の皆さんの作品の展示販売が行われました。

老人憲章唱和、老人クラブの歌斉唱後、近藤会長のあいさつに引き続き、研修会に入りました。

研修会では近藤会長から「指導者としての心構え」と題してお話があり、事例発表は平成二十八年度会員加入促進活動優良老人クラブ表彰受賞クラブの県町福寿会(第四地区)会長の大口すみ子さんから日頃の活動の取り組み状況や問題点課題等のほか会員加入促進活動についての苦労話をお聞きしました。

講演は古牧ほんわか健康応援隊皆さんによる、「高齢者を支え

る地域福祉活動―ほんわか健康塾こまき」と題してご講演を頂きました。古牧地区住民自治協議会福祉健康部の事業として、古牧地区老連も一緒に健康維持・増進のための体操教室を行っており、平成27年10月に健康塾として開校し活動を行っています。身近な手足の体操、ストレッチ等の健康体操を皆で行い、脳トレ、認知症予防のため、唱歌や懐メロを大きな声で歌い楽しい一時となりました。

加をお願いし開催されました。初めに倉島女性部長から「老人クラブ女性部の活動について」と題して講話があり、市老連の活性化、会員の加入促進のために女性部の活動を積極的に進めていきたいというお話がありました。

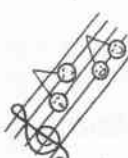
女性リーダー研修会

平成29年6月28日(水)ふれあい福祉センターにおいて開催(90名参加)されました。

老人クラブの中核をなす女性リーダーの育成と会員相互の交流を深めるために、毎年実施しております。

今回の研修には女性部の活動を理解していただくために、男性の地区老連会長さん達にも参

今年度は、講演として「音楽療法で心身リフレッシュ!」と題してNPO法人長野音楽療法研究会理事長室川裕子さんに講演をお願いしました。認知症の予防のためには指を動かして脳を刺激することが大切であり、歌ったり楽器を弾いたりすることにより、心も体も健康にするお話をお聞きしました。文部省唱歌や懐メロを村松良子さんのキーボードの伴奏に合わせて参加者全員で手拍子で歌ったり、楽器を用いてリズムを取ったりと、和やかな楽しい研修会となりました。



市町村老人クラブ連合会
ブロック研修会開催

県老連主催の標記研修会が、6月20日(火)中野市豊田公民館において北信地域の市町村老連の役員を対象に開催され、市老連からも正副会長他17人が参加しました。

講演では、社会福祉法人グリーンアルム福祉会グループホームグリーンクリスタル管理者の斎藤俊一さんから「認知症の理解」と題しお話がありました。

超高齢化社会を迎えようとしている日本では、尊厳をもつて最後まで自分らしくありたいと誰もが願っています。この願いを拒み、深刻な問題となっているのが「認知症」であり、日本の最重要課題の一つとなっていること。平成15年には150万人と言われていた認知症の高齢者数が、今では500万人を超え、平成37年には700万人(65歳以上高齢者の5人にひとり)を超えると予測されていること。私たちに求められていることは、認知症を正しく理解して、本人の視点に立って考えること、地域の中で困っている人に目を向けること、と言った高齢者にとっては切実なお話がありました。

また、認知症の早期発見、早期

地域生活を支えていく人の工夫



対応により、一時的な症状で終わったり、治る場合もあるとのこと。症状の進行を遅らせたたり、さらなる悪化を防ぐことや、周囲の人との協力の下、医療機関や福祉サービス機関との信頼関係により、自分らしい生活を送っていく準備ができる。という話がありました。

まず、第一歩として認知症の理解を得るため、身近な人と家族や友達や同僚と認知症について話をしてみましょう！

第3回市老連マレットゴルフ大会開催

第3回市老連マレットゴルフ大会が、7月6日(木)犀川第2マレットゴルフ場において44組176人大勢の皆さんの参加を頂き開催されました。

梅雨の合間で天気も心配されましたが、晴天に恵まれて事故もなく熱戦が行われました。成績は次の通りです。

- (飯綱コースの部)
- 優勝 深沢富子(安茂里)
- 準優勝 菱田正則(安茂里)
- 第3位 川浦とし子(柳原)
- 第4位 山本 實(松代)
- 第5位 玉井洋光(大豆島)
- 第6位 宮尾厚子(篠ノ井)
- 第7位 大屋正三(安茂里)
- 第8位 倉島和夫(大豆島)
- B B賞 辻 信子(第三)
- (戸隠コースの部)
- 優勝 山本舜三(安茂里)
- 準優勝 伊藤政一(更北)
- 第3位 前嶋忠治(古牧)
- 第4位 加藤磐司(篠ノ井)
- 第5位 三浦さかえ(若槻)
- 第6位 下條 明(安茂里)
- 第7位 佐藤 元(大豆島)
- 第8位 小林郁郎(古牧)
- B B賞 宇都宮福治(篠ノ井)

マレット有志の会
ご案内

長野市老連では会員の親睦・健康増進を図るため有志の会として「マレット有志の会(仮称)」を設立することになりました。

ついては、その設立の第一歩として、マレット発足会を別記のとおり行うこととなりました。申込は不要ですので、直接現地にお越しいただき、有志の会にご参加いただきますようお願いいたします。

別記

1 日時 8月1日(火) 9時30分

2 場所 犀川第2 マレットゴルフ場 飯綱コース

3 問合せ 市老連事務局 電(227) 3520

今後、既存の「悠遊会」「基楽会」「安来節の会」のほか、「愛唱歌を楽しむ会(仮称)」も市老連有志の会として立ち上げてまいりたいと考えております。

健康づくりフェスティバル

日時 9月6日(水)10時開始
 会場 エムウェーブ
 どなたでも参加できます！
 老人クラブ未加入者もお誘い
 の上、大勢のご参加をお待ち
 しております。
 お孫さんを連れて参加してく
 ださい。

夏の交通安全やまびこ運動

7月22日(土)～
 7月31日(月)

“高齢者交通事故ゼロ”
 を目指して注意しましょう！

スローガン
 「思いやり
 乗せて信濃路 咲く笑顔」

クイズ四字熟語

- ① ○刀乱麻
- ② 古○無双
- ③ 二束○文

所属クラブ名、感想を明記の上
 ご応募ください。
 正解者の発表は
 賞品の発送をもって
 かえさせていただきます。
 締切 8月20日

5月号の答え

- ① 合縁奇縁
- ② 一蓮(托)生
- ③ 綱(紀)肅正

編集後記

「いずみ第273号」をお送
 りします。
 集中豪雨は突然にやってき
 ます。土砂災害には十分注
 意を払って、テレビや行政
 等の情報には耳を傾けまし
 ょう。
 暑くて、じめじめした梅雨
 が続きます。体調管理に気
 をつけて、熱中症にならぬ
 よう、元気にこの夏を乗り
 切りましょう！

長野市出前教室開催日のお知らせ(8月以降開催分)

交通安全教室開催日			歯科講話開催日		
地区名	開催日	開催場所	地区名	開催日	開催場所
吉田	8/18	上町公会堂	三輪	8/8	相ノ木西公民館
安茂里	8/21	差出中区公民館	川中島	9/4	今里団地公民館
吉田	8/31	北本町公民館	松代	9/14	東条15区集会場
芹田	8/31	北市公民館	安茂里	9/15	宮沖公民館
吉田	9/1	太田公民館	古牧	9/19	中村公民館
朝陽	9/12	北屋島公会堂	松代	9/19	牧内公民館
安茂里	9/15	園沖公会堂	古牧	9/27	東和田公会堂
戸隠	9/18	上楠川文化センター	芹田	9/29	南俣公民館
朝陽	9/19	南堀公民館	朝陽	10/12	北長池公会堂
川中島	9/26	北原公民館	若穂	11/9	若穂団地公民館
古牧	10/10	荒屋公民館	柳原	11/24	中俣公民館
安茂里	11/4	小路公民館	三輪	12/20	返目公民館
古牧	11/6	上高田公会堂	安茂里	2/20	差出南区区民センター
芹田	11/20	日詰公民館	安茂里	2/20	差出中区公民館
安茂里	11/20	差出南区区民センター	古牧	3/16	平林公民館
安茂里	12/8	西河原公民館			
古牧	12/9	川端公民館			
松代	12/12	皆神台集会場			

「有志の会」ご案内

参加者募集中！お気軽にご参加ください!! お待ちしています！

	日時	内容	持ち物	参加費
悠遊会	7/31(金) 10:00	折り紙		300円程度
	8/18(金) 10:00	手芸	裁縫道具	未定
	8/28(月) 10:00	折り紙		300円程度
	9/4(月) 10:00	手芸	裁縫道具	未定
安来節	7/24(月) 10:00	民舞踊	飲み物	会員無料
	8/21(月) 10:00	安来節・木曾節	ざる・魚籠・手ぬぐい	
基楽会	8/7(月) 9:30	夏季囲碁大会	昼食・飲み物等	年会費千円

- ☆各会とも男性・女性問わずどなたでもご参加いただけます。
- ☆会場は「長野市ふれあい福祉センター会議室」です。
- ☆お申込・お問合せ…長野市老人クラブ連合会事務局まで ☎227-3520

いずみ原稿募集

ユニークな活動、短歌、
 俳句等皆様からの投稿
 記事を募集中です。
 ◆問合せ・送付先
 長野市老連事務局
 〒380-0813 長野市緑町
 1714-5 ふれあい福祉センター
 Tel・Fax 227-3520

今後の主な行事予定

- 7/12(水)健康づくり実行委員会
- 7/25(火)シニアサーフェティ研修会
- 7/27(木)(県)女性指導者研修会
- 8/3(木)総務部会
- 8/10(木)会員加入対策会
- 8/21(月)健康づくり実行委員会
- 9/6(水)健康づくりフェスティバル
- 9/15(金)午前 正副会長会議
- 9/15(金) 常任理事会
- 9/15(金)午後 理事会



次号274号は
 9月中旬発行予定です。