

# いずみ

第286号

令和元年 9月11日

発行／  
〒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  
いずみ編集室  
TEL026-227-3520



## 女性部の活動

8月28日(水)、地区老連女性部長に出席いただき市老連女性部会及び実技講習会が開催されました。今回は10月に開催される長野県老人クラブ大会(長野市老連が当番)ではアトラクション・役員として全面協力すること、また、市老連・地区老連の女性部の在り方について討議しました。

地区老連としての女性部の活動については、活発に活動している所は少なく、特に何もしていないのが大半です。会員の半数を占める女性を大いに活用いただき、女性部のない地区においては立ち上げていただき、老人クラブの活性化の一助となるようご協力をお願いします。

引き続き実技講習会は、「紙ひもとペットボトルキャップで作る麦わら帽子」を実施。「県老連女性指導者研修会(7/5)」に参加した市老連女性部正副部長の指導により、中にマグネットを入れ、簡単なエコ雑貨を完成させました。地区老連・単位クラブで展開していただきますようお願いいたします。

また、11月12日には「女性交流研修会」を予定しています。意見交換会・マジックショーを予定しております。女性役員の他、男性役員の参加も大歓迎です。

## 2019高齢者健康づくり推進フェスティバル開催

9月4日(水)、エムウエーブにおいて「2019長野市高齢者健康づくり推進フェスティバル」が市内25地区からおよそ1400名の大勢の皆さんに参加をいただき、長野市、市社会福祉協議会の後援、長野県警察のご協力をいただき盛大に開催されました。この大会は、高齢者が一堂に会し、一日元気に運動することを通じて健康増進と介護予防、協調精神を養い、更に他地区の老人クラブ会員との交流、親睦を深めることにより孤独感からの開放と生きがいを高め、もって老人福祉の向上を図ることを目的とし毎年開催しております。

開会式では長野市老連 近藤会長の挨拶に続き、来賓の加藤市長、寺田市社協会長からご挨拶をいただきました。競技前の準備体操では、檀上でお手本を示していただいた加藤市長の体の柔軟さに感嘆の声が上がっていました。

地区対抗競技としては、「ボール送り」「福だるま引き」「玉入れ」「お玉リレー」が行われました。それぞれの競技において、1チームあたり10名から15名のメンバー構成でおよそ50ものチームによる熱戦が繰り広げられました。プログラム最終の競技となった「大玉送り」では、全員が2チームに分かれて参加しました。

他地域の会員ともおのずと協力しあい交流が生まれ、笑いの溢れる競技となりました。昼食後のアトラクションでは、長野市老連

和会による舞踊「善光寺参り」の披露や、吹奏楽団 夢 によるミニコンサートを楽しみました。長野市地域活動支援課による「高齢者交通事故防止ウルトラクイズ」では、日頃わかっているつもりの問題に「ん？」と戸惑うことも多く、わかっているつもりや自分が事故に巻き込まれないという根拠のない思い込みをリセットする気づきの機会となりました。

また会場には交通事故防止のための「チャレンジ号」「安全先進機能付き自動車」「シニアカー」の体験コーナーや、長野市スポーツ課による「NAGANO・健康チェックキャラバン」での体力チェック・健康チェック・フレイルチェックやポールウォーキング、ボッチャ等のスポーツ体験コーナーが設けられたり、悠遊会の作品展販売や、無料のポップコーンも用意されました。

参加を頂きました皆さん、運営にご尽力をいただきました役員皆さん、大変ご苦労さまでした。またご協力いただきました関係者の皆さんにも心より感謝を申し上げます。

## 秋の全国交通安全運動

9月21日(土)～30日(月)

長野県交通安全スローガン「思いやり 乗せて信濃路 咲く笑顔」

日没時間が急に早くなる秋口は、夕暮れ時や夜間に重大事故につながるおそれのある交通事故が多く発生する傾向があります。交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を心がけ、交通事故の防止に取り組みましょ。

### シニアセーフティ研修会開催

7月25日(木)、ふれあい福祉センターホールにおいてシニアセーフティ研修会が各地区から85名の参加をいただき開催されました。初めに長野市地域活動支援課 河野課長補佐から「高齢者の交通事故防止について」、長野市内の交通事故発生状況・注意点を聞きしました。事故に遭わないために歩行・横断するときは「止まる・見る・目立つ」を徹底し、交通事故を起こさないために、運転に不安を感じたら運転免許証の返納について考えてみましょう。続いて長野中央警察署交通第二課 小賀坂免許・安全係主任から「交通安全体験車」の利用案内と免許証返納についてお話いただきました。

最後に特殊詐欺被害防止について、長野中央警察署・長水防犯協会連合会・防犯女性部・ホワイトエンジェル隊による寸劇「詐欺の犯人はこんな方法で近づいてくる！」は、迫真の演技に会場からは感嘆の声が聞こえました。詐欺や悪質商法の被害を防ぐために、ひとごとだ・自分は大丈夫だと思わないこと、うまい話を信用しない…など、普段から家族と連絡を取り合ったり、手口の情報と対策を知り被害に遭わないようにしましょう。

### 夏季囲碁大会開催



8月1日(碁楽会主催)に開催しました。入賞者は次の通りです。〈敬称略〉

- 優 勝 小柳 孝栄 (古里)  
 準優勝 田中 和彦 (朝陽)  
 第三位 高野 廣近 (朝陽)  
 〈中・初級の部〉  
 優 勝 塚田 興治 (直轄クラブ)  
 準優勝 角田 和親 (若槻)  
 第三位 田口 正志 (松代)

### 今後の主な行事予定

- 9/25(水) 事業部会
- 9/25(水) 災害時共助活動研修会
- 10/16(水) 事業部会
- 10/16(水) 友愛活動研修会
- 10/23(水) 総務部会
- 10/23(水) 表彰審査委員会
- 10/23(水) 正副会長会議
- 10/23(水) 正副会長・教養部会議
- 10/30(水) 県大会前日準備
- 10/31(木) 長野県老人クラブ大会

### 「有志の会」ご案内

	日時	内容	持ち物	参加費
悠遊会 (年会費 500 円)	9/30(月) 13:00	手芸	裁縫道具 (東部文化ホール)	無料
	10/15(火) 10:00			
	10/16(水) PM	作品展示販売		
	10/28(月) 10:00	手芸	裁縫道具 (県文)	
10/31(木) PM	作品展示販売			
折り紙の会 (年会費 500 円)	9/30(月) 10:00	折り紙	折り紙、はさみ、カッター	材料費
碁楽会 (年会費 1,000 円)	10/ 8(火) 10:00	勉強会・交流会	昼食、飲み物	無料
安来節の会 (年会費 1,000 円)	10/ 7(月) 10:00	安来節・ 花笠音頭他	手ぬぐい、 ざる、魚籠	無料
	10/21(月) 10:00			
	10/28(月) 13:30			
	10/31(木) PM	アトラクション出演	(県文)	
マレットゴルフけんきゆうかい M G 健球会 (年会費 1,000 円)	9/20(金) 9:00	月例会(犀川第二)	マレット用具、 飲み物、雨具等	月例会
	10/ 4(金) 9:00	月例会(犀川第二)		100 円
	10/29(火) 9:00	大会(犀川第二)		大会 500 円
コーラル歌音 (年会費 1,000 円)	9/27(金) 10:00	童謡/唱歌/歌謡曲	飲み物	無料
	10/16(水) PM	出演	(東部文化ホール)	
	10/25(金) 10:00	童謡/唱歌/歌謡曲	飲み物	
	10/31(木) PM	アトラクション出演	(県文)	
なごみかい 和会 (年会費無料)	10/ 2(水) 10:00	舞踊	飲み物、汗拭き用タオル	無料
	10/24(木) 10:00	「善光寺参り」		
	10/31(木) PM	アトラクション出演		

### クイズ四字熟語

- ① 清風明○
- ② 一○托生
- ③ 意気○々

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 10/20

#### 7月号の答え

- ① 和 ④ 藹々
- ② 瓜田李 ①
- ③ ④ 天喜地

・・・編集後記・・・

季節は夏から秋へ。田は黄金色の稲穂、畑にはぶどうの紫や黄緑色、りんごの紅色。彩り鮮やか、豊かな信州の実りの季節に心ウキウキ。季節の変わり目でもありますので、体調管理も万全に。

次号第287号は  
11月上旬  
発行予定です。