

長野市老連だより

いずみ

第285号

令和元年 7月10日

指導者研修会開催

令和元年 6月18日(火)地区老連会長・女性部長・役員、単位クラブのリーダー140名の参加をいただき東部文化ホールで開催されました。

開会の前に「安来節の会」の皆さんから安来節と花笠音頭をご披露いただき、研修会が始まりました。

開会式では老人憲章唱和、老人クラブの歌斉唱後、近藤会長のあいさつに引き続き、昨年度までご尽力いただいた市老連副会長を退任された方への感謝状贈呈式が行われました。

研修会では近藤会長から「指導者としての心構え」をお聞きし、引き続き信州大学総合人間科学系助教の藤川真美乃先生から「メンタライジング―相手の心はどこまで読める!?―」と題してご講演いただきました。

老人クラブの指導者・リーダーとして、どのように相手と接すれば良いか、会を運営していく上でどうすれば上手に進めていけるか等を交えてお話いただきました。

「〇〇さんは私がこう思っている、思っているだろう」等相手の心を推論する(メンタライジング)こと、他者は自分とは違う考えを持っているということを理解することが大事。相手の心を読むのは限界があるが、相手と共感し、尊重することができれば多くの誤解を排除し、良好な関係を築くことができるとお聞きしました。

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



市老連 秋の旅行開催
片山温泉加賀観光ホテルと北陸名所一泊二日の旅
□期 日… 令和元年10月9日(水)〜10日(木)
□旅行代金… 28,800円 (1泊5食)
□宿 泊… 加賀観光ホテル
□締切日… 令和元年9月10日(火)
お問い合わせ、お申込みは事務局まで
☎ 227-3520

最後に全員で信濃の国を斉唱し閉会しました。研修会の成果を活かし、心を動かすリーダーとしてますますのご活躍を祈ります。

女性リーダー研修会

7月8日(月)ふれあい福祉センターにおいて、地区老連女性役員を中心に、75名の参加をいただき開催されました。この研修会は、老人クラブの核をなす女性リーダーの育成と会員相互の交流を図るため実施しております。今研修会は女性部の活動を理解していただき、地区老連・単位クラブでの女性部の在り方を再認識していただくため、地区老連会長・男性役員等にも参加をいただきました。

初めに井出女性部長から女性部としての方針や今後の活動について、近藤会長からは市老連の現状等を交えてあいさついただきました。続いて行われた研修は、辰野町そら運動教室の篠原忍先生による「タオルを使った簡単な体操」で、手軽にストレッチや筋力増強を目指すもので、さらにはゲームの要素も取り入れながら楽しく行いました。おもちゃのお金を使ったじゃんけんゲームでは、大いに盛り上がりまし

た。

休憩をはさみ、元女性部長・コーラル歌音会長の倉島財子さんの指導、古牧地区 傘木さんのアコーディオン伴奏により、童謡唱歌等懐かしい歌を楽しく歌い、閉会となりました。

第5回長野市老連マレットゴルフ大会開催

第5回市老連マレットゴルフ大会が、6月28日(金)犀川第2マレットゴルフ場において115名の大勢の参加を頂き開催されました。台風接近で天候が危ぶまれる中、皆さんの熱気のおかげで? 天気に恵まれ、飯綱・戸隠コース全36ホールを回り熱戦が繰り広げられました。成績は次の通り <敬称略>

- 優勝 金箱 博 (若穂)
- 準優勝 小林 紘一 (朝陽)
- 第三位 玉井 洋光 (大豆島)

なお、本大会は9月に開催される県老連MG大会(木島平村けやきの森)出場の子選会を兼ねて実施され、上位三名と、第四位の菱田政則さん(安茂里)が出場となりました。

今後の主な行事予定

- 7/11(木) 健康づくり実行委員会
- 7/25(木) 事業部会
- 7/25(木) シニアセーフティ研修会
- 8/ 9(金) 総務部会
- 8/ 9(金) 会員加入対策会
- 8/19(月) 健康づくり班長会議
- 8/20(火) 健康づくり実行委員会
- 9/ 2(月) 健康づくり事前準備会
- 9/ 3(火) 健康づくり前日準備
- 9/ 4(水) 健康づくりフェスティバル
- 9/13(金) 正副会長・常任理事会議
- 9/13(金) 理事会

2019 健康づくりフェスティバル

日時 9月4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。

夏の交通安全やまびこ運動

7月22日(月)～7月31日(水)
 歩行・横断するときは
 「止まる・見る・目立つ」を
 徹底しましょう！

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 和○藹々
- ② 瓜田李○
- ③ ○天喜地

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 8/20

5月号の答え

- ① 有(耶)無耶
- ② 白砂青(松)
- ③ (悠)々自適

・・・編集後記・・・

今年の梅雨は例年より肌寒さを感じます。こんなときは寒暖差に自律神経の調整が追い付かず体調を崩しがち。くしゃみをしながら編集しました。皆様どうぞご自愛くださいませ。

次号第286号は
 9月中旬
 発行予定です。

長野市出前教室開催日のお知らせ(9月以降開催分)

歯科講話開催日			交通安全教室開催日		
地区名	開催日	開催場所	地区名	開催日	開催場所
安茂里	9/9	宮沖公民館	吉田	9/1	太田公民館
松代	9/9	牧内公民館	古牧	9/2	上高田公民館
古牧	9/10	中村町公民館	安茂里	9/6	園沖公会堂
三輪	9/11	四ツ石公会堂	芹田	9/9	南俣公民館
古牧	9/24	東和田公民館	朝陽	9/9	北屋島公会堂
朝陽	10/9	北長池公民館	朝陽	9/17	南堀公民館
第三	10/16	田町公民館	川中島	9/17	北原公民館
朝陽	11/1	北堀公会堂	朝陽	10/2	石渡公民館
川中島	11/1	北原公民館	柳原	10/15	小島公会堂
柳原	11/5	中俣公民館	芹田	10/20	日詰公民館
若穂	11/7	若穂団地公民館	安茂里	11/1	犀北団地集会所
吉田	11/8	広町集会所	吉田	11/6	吉田田町公民館
芹田	11/11	南俣公民館	安茂里	11/16	小路公民館
松代	11/15	15区公民館	安茂里	11/22	差出南区区民センター
古里	11/21	西三才公民館	古牧	12/7	川端公民館
安茂里	12/20	差出中区公民館	松代	12/10	大室公民館
安茂里	2/19	小柴見公民館	安茂里	12/13	西河原公民館
安茂里	2/20	差出南区区民センター			
吉田	2/27	北本町公民館			



「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)	7/29(月) 13:00	手芸	裁縫道具	無料
	8/ 5(月) 10:00			
	8/26(月) 13:00			
	9/ 2(月) 10:00			
	9/ 4(水) 10:00	作品展示販売	(エムウェーブ)	
折り紙の会 (年会費 500 円)	7/29(月) 10:00	折り紙	折り紙、はさみ、カッター	材料費
	8/26(月) 10:00			
基楽会 (年会費 1,000 円)	8/ 1(木) 9:30	勉強会・交流会	昼食、飲み物	500 円
安来節の会 (年会費 1,000 円)	7/22(月) 10:00	安来節・ 花笠音頭他	手ぬぐい、 ざる、魚籠	無料
	8/19(月) 10:00			
	9/ 9(月) 10:00			
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)	7/12(金) 9:00	月例会(犀川第2)	マレット用具、 飲み物、雨具等	100 円
	8/ 2(金) 9:00	月例会(聖山北島)		
	8/21(水) 9:00	月例会(聖山北島)		
	9/ 6(金) 9:00	月例会(犀川第2)		
コーラル歌音 (年会費 1,000 円)	7/16(火) 10:00	童謡・唱歌・ 歌謡曲他	飲み物	無料
	8/20(火) 10:00			
なごみかい 和会 (年会費無料)	7/25(木) 10:00	舞踊 「善光寺参り」	飲み物、汗拭き用タオル	無料
	8/ 7(水) 10:00			
	8/22(木) 10:00			
	9/ 4(水) PM	アトラクション	(エムウェーブ)	

※会場は「長野市ふれあい福祉センター会議室」です。
 ※お申込・お問い合わせ…長野市老人クラブ連合会事務局まで ☎ 277-3520