



いちじく



(10本のいちい)

発行 塩尻市大門七番町3番3号 塩尻市友愛クラブ連合会

# 発刊50号 おめでとう



創刊号の写真（平成二年）

あなたの 入会を  
みんなで待っています

## 塩尻友愛クラブ連合会

会長 寺澤 隆

長野県の平均寿命は、男性80歳、女性88歳で、全国第一位です。今や「人生九十年」の時代です。生涯を充実して、豊かに過ごすには、健康、生きがい、仲間づくりです。

塩尻市友愛クラブは、27の単位老人クラブ、グループ加入や賛助会員等で、1300人余りの大きな団体です。しかし若い会員の加入が少なく、高齢化も進み、休会の単位クラブがでるなど会員が減少している現況です。県や全国の老人クラブも同様の傾向であります。

事業は単位老人クラブを中心で、文化や趣味を生かすサークル活動、仲間づくりや健康の維持を図るスポーツ事業、花壇の管理、公共施設の清掃、奉仕活動、親睦を図る研修旅行等、会員はそれぞれの立場でいきいきと活動しています。全体事業としては、サークル活動の一年の成果を発表する場とし、市文化祭へ



会の出展、芸能サークル発表大會やカラオケ大会、健康づくりとしてグラウンドゴルフ、マレットゴルフ、ゲートボーリュ大会等の開催、また、市民の皆様に友愛クラブの活動を理解していただき、更により良い成果を上げるための会報誌「いちい」を年2回発刊し全戸配布しています。県からも高い評価をいただいている結婚相談部会は会員が長い人生経験と知識を生かし、若い人が一人でも多く幸せになつて欲しいと願い、相談会を毎月開催しております。件数も年々増加しています。この様な多くの事業に参加、活動している友愛クラブの会員は、年齢を感じさせない若さ、明るさがあり感心しております。高齢期の活動を前向きに捉え、身心ともに健康で元気です。多くの人と話をし、趣味を通して刺激を受けると認知症予防にもなると言われております。

塩尻市からも財政支援を含め指導をいただいています。参加されていない地域の方々は団体でも個人でも結構ですので、一人でも多くの方が入会していただき、高齢者が団結して、若い人からも喜ばれる「健康長寿塩尻市」を目指そうではありますんか。

入会を会員一同、心から歓迎すると共にお待ちしています。

# 年間のあゆみ



ち号より  
老人クラブ大会



12号より  
桔梗荘でのボランティア(芦ノ田老人クラブ)



18号より  
ゲートボール大会



40号より  
女性部研修旅行



36号より  
健康教室



32号より  
子ども見守りバッジをつけ下校を見守ります。



23号より  
いきいき長寿リーダー塾



## 「がんばってます！ 仲間づくり・健康づくり」

体育保健部会 部長 松澤 峰雄

高齢期を楽しく生き甲斐をもって、安心して暮らしていくためには健康第一で自立し、身近な仲間と支えあいながら住み良い地域づくりをつくることが必要です。市友愛クラブ連合会では、高齢者でもできる健康スポーツ大会を毎年行っています。27年度の大会内容は、6月に第29回グラウンドゴルフ大会（180名）8月に第3回マレットゴルフ大会（120名）9月には第34回ゲートボール大会（90名）の参加がありました。また10月には県長寿社会開発センター主催の生涯スポーツ交流大会を松本市・安曇野市・塩尻の3市のクラブ会員が集い、信州スカイパークで技を競いました。午前中はグラウンドゴルフ、午後はマレットゴルフを行い、地区を越えた交友を深め、楽しい一日を過ごしました。今年はすべてのスポーツ大会において天候に恵まれ、また、皆様のご協力により事故も無く終わることができました。ありがとうございました。

終りに、友愛クラブは「仲良しクラブである。和を以って元気で明るく楽しく」をモットーとして健康・友愛・奉仕活動に取り組んでいきたいと思うところです。

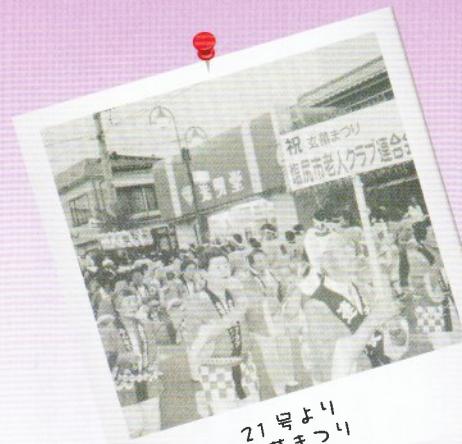


## 「50号発行にあたつて」

編集部会 部長 江橋 邦男

塩尻市友愛クラブ連合会会報「いちい」が平成3年10月に創刊号が発刊され、今回で50号となりました。発刊当時は塩尻市老人クラブ連合会と称して活動しておりました。発刊は年2回、全国老人クラブ連合会の活動目標である「奉仕」「友愛」「健康」の目標に沿って市友連（旧市老連）が活動している姿を紹介し、未加入者への理解と加入の呼びかけや高齢者の私達が生き生きと活動している内容を知って頂きたく、全戸配布の広報活動を始めたと記されました。表紙のタイトル「いちい」は「市の木」で親しみやすく上品で生命力の名木からつけたもので、後ろに描かれている山は母なる山、鉢伏と高ボッチです。また、右下の立木は「いちいの木」を描き、発刊号は地区老の数7本で表し、その後8本となり、樅川合併後は地区数に関係なく続いています。過去の「いちい」を一読させていただくと、高齢者の皆様が生き甲斐を求め、サークル活動に、環境美化にと活躍されている様子を知る紙面が多くみられました。私ども現編集部も先輩編集部員の取り組みを受け継ぎ市友連（含む地区・単老）の活動を多くの方々にお伝えして行きたいと思います。

# 「いすい」24



28号より  
第1回市老連スカイクロス大会

8号より  
片丘北部保育園もすつき大会



30号より  
大出老人クラブ親睦会



22号より  
第6回カラオケ・のど自慢大会



3号より  
社会奉仕活動



## 「生・き・る」

女性部 副部長 平林 良子

私たちの親から生命を授かり人生が始まり人生を重ねいつしか老人と言われる歳になりました。残りの人生、このまま終わってなるものかと思い、市友連（市老連）に参加し、活動しています。私は今、吉田地区女性部長と市友連女性副部長を兼任しておりますが、それぞれに会員の皆様はスポーツ、芸能、カラオケ、その他いろいろなサークル活動に参加し元気に頑張っています。市友連の女性部の活動を紹介すると、健康教室が月に1回あり、民踊・銭太鼓・軽体操など介護予防・転倒予防のためと一生懸命体を動かしています。また、皆と顔を合わせ、元気でいたことを喜び合い、話に花を咲かせています。

友愛活動では、桔梗荘へ各地区ごと訪問して洗濯物の整理等のお手伝いをさせていただいています。誰かの役に立っているそんな思いで汗を流して活動しています。

そこで、各地区的老人クラブに加入していない皆様、残りの人生を老人クラブに加入し、新しい友達づくりや健康づくりをしませんか。活動後のお茶会や趣味の会（サークル）で楽しく友愛の輪をつくりませんか。いつも皆様の参加をお待ちしております。私たちと残りの人生を楽しく暮らしましょう。



## 「市友連教養部に所属して」

教養部 部長 長島 源一

今から4年前、横川福寿草クラブの地区長に、市友連（旧市老連）のお手伝いをお願いされて以来、教養部の役員として現在に至っております。今では、部長と言う大役を仰せつかっています。部長になってから2年が過ぎ去りましたが、教養部の仕事は会議から始まり、カラオケ大会、芸能サークル発表大会、文化祭、長寿文庫（市友連管理）の整理と数多くあり大変でした。過去の活動を通して思ったことは、年々会員の高齢化が進み、芸能サークル発表大会の練習や出場が難しくなってきていることです。もう少し若い世代の方々が入会してくれれば・・・と思いますが、これもまた、思うようには行きません。文化祭では、出展数が少なく以前のように飾るところがなくて・・・なんてことはここ数年ありません。これも会員の高齢化によるものでしょうか？そんな中でも、カラオケ大会は盛大に開催でき、出場者、応援者の笑顔が多くみられ教養部員として励みになりました。市友連会長始め、三役の皆様、教養部員の皆様、事務局の方々に応援していただき、無事今年度の活動が終了しましたことに感謝申し上げます。

元気に活動しています！

# 人生の先輩として 親身に縁結び

幸せな出会いの場 開催  
4組カップリング成功!!

相談部会は11月22日、大門中信会館で、第4回目の「幸せな出会いの場」の婚活パーティを開催しました。25歳~45歳位までの独身男女各20名を募り、良き縁結びができるなどを願いつつゲームやトークを行い、その中で4組のカップルが誕生しました。今後は何組かが見事成婚となりますことを一同期待しております。

結婚相談部長 小林 三内



「いちい」が発刊50号を迎えました。発刊以来の紙面から高齢者の皆様が元気に奉仕活動や、スポーツ等々に取り組む姿の写真を取り上げてみました。これからも皆様に親しみを持って読んでいただけるよう、編集部一同努力していくたいと思います。皆様の投稿をお待ちしております。

## 編集後記

編集委員

◎部長○副部長 事務局 ○ 江橋 邦男 ○ 村石 勇 吉江 小野 孝男 宮原 千歳 政則

国立社会保障・人口問題研究所の発表によると、結婚を望みながら50歳代男女の「生涯未婚率」が、男性19.8%、女性8.5%と特に男性の未婚者の多さには憂いを抱かずにはいられません。晩婚化・未婚化は現代社会現象となつておりますが、その歯止め策はなにものでしょうか？

結婚願望を抱きつつも男女の出会いの機会の少ない方々のため、結婚相談部会は毎月相談会を開催しており、登録

をされた方々と共に、良縁を探すための良き相談相手として、サポート活動を行っています。男女共に平均寿命が伸び、長野県は日本一の長寿県となり誇らしきことですが、高齢に達した際に、一緒に散歩したり、美味しい食事をするためにも誰か相手がほしくなる。それが精神的、肉体的にも元気の基となるのではと思います。

部員一同、今後多くの縁結びができることを願いつつ活動して参ります。

結婚相談部会は市友愛クラブ連合会の一部会として、先輩の皆様方が昭和四十三年に立ち上げてから、四十七年間今なお活発に継続されております。過去四一七組もの新世帯を作り上げ、地域社会に大きな貢献をされております。しかしここ四、五年は社会環境の変化、結婚観の変化によるものか、部員各位が真剣に取り組んでいるにも関わらず、遅々として前進できない状況に苦悩の毎日が続いております。

## ～市友連 会員増強運動実施中～

### 運動① 勧誘から始めよう！

会員一人ひとりが勧誘の担い手です

### 運動② クラブをPRしよう！

知られていますか、あなたのクラブ

### 運動③ クラブをつくろう！

すべての地域にクラブの設置を運動



## 賛助会員ご紹介

友愛クラブ連合会の活動に賛同していただき、ご支援、ご協力を賜っております。

### 団体・企業会員

塩尻市農業協同組合 様

中信興業株式会社 様

塩尻市金融団 様

(八十二銀行塩尻支店、長野銀行  
塩尻支店、松本信用金庫塩尻支店、  
長野県信用組合塩尻支店)

### 個人会員

米窪 健一朗 様

### 平成二十七年十二月に

新規加入していただきました

笑亀酒造株式会社 様