

**第74号**

2016年2月25日発行

## 発行所

須坂市大字日滝407

須坂市シニアクラブ連合会

TEL 026-246-1746

発行人 滝澤光雄

編集広報委員会

印刷 ヒタキ印刷株式会社

**長野県老連大会 当市で開催**

すみさか民謡会のみなさんの熱演



滝澤会長による主催挨拶

中澤副市長による  
歓迎のご挨拶北澤市議会議長の  
万歳三唱

【とき】 10月15日(木)

【場所】 須坂市メセナホール

【参加者数】 850名 全県下より

**大会次第**

- ◆アトラクション  
すみさか民謡会のみなさん
- ◆開会
- ◆老人クラブの歌  
指揮 中澤保子 市シニア女性部長
- ◆主催者あいさつ  
滝澤光雄 市シニア会長
- ◆表彰  
育成功労賞 監物弘 南原町会長
- ◆受賞者代表謝辞  
監物弘 市シニア南原町会長
- ◆来賓祝辞  
県議会議長代理 堀内孝人様 県議会議員  
中澤正直様 須坂市副市長
- ◆講演  
内山二郎様 長寿開発センター理事長
- ◆講師紹介  
滝澤光雄 市シニア会長
- ◆大会宣言  
朗読 坂田一子 市シニア副会長
- ◆県歌齊唱  
指揮 中澤保子 市シニア女性部長
- ◆万歳三唱  
北澤雄一様 須坂市議会議長



全県下より集合

中澤女性部長の指揮の元  
歌で心を一つに県育成功労賞受賞  
監物 弘氏大会宣言朗読  
坂田副会長

ご協力いただいた会員のみなさまに、感謝申し上げます。おかげさまで、成功裏に終える事ができました。



## 第41回 健康体育祭開催

24 クラブが参加し熱戦を展開。  
健康増進に努めました。

二八二名が北部体育館に集い、活気みなぎる中に開催されました。

樽井健康福祉部長、植木社会福祉協議会会長を来賓にお迎えしました。健康新命の重要性と介護予防に努めてほしいとのお話がありました。

スマイルボーリング、囲碁ボールの団体戦をはじめダーツ、シャフルボーリド、輪投げ等の個人戦と多種目の競技が行なわれました。

### ◆個人戦

(敬称略)

### ◆ダーツ

優勝	関野莊一（上八町）
準優勝	中村寿勝（塩川町）
三位	和田主税（立町）

### ◆輪投げ

優勝	早津八千代（豊丘町）
準優勝	富沢万寿子（野辺町）
三位	西原知治（旭ヶ丘町）

### ◆シャフルボーリド

優勝	森川輝男（八重森町）
準優勝	宮澤孝（亀倉町）
三位	橋本嘉市（旭ヶ丘町）

各競技の成績は次の通りです。

### ◆スマイルボーリング

優勝	豊丘町老人クラブ
準優勝	相森町老盛会

### ◆囲碁ボール

優勝	下八町老人クラブ
準優勝	旭ヶ丘旭寿会

### ◆ダーツ

三位	亀倉町老人クラブ長生会
----	-------------

### ◆シャフルボーリド

優勝	富沢万寿子（野辺町）
準優勝	西原知治（旭ヶ丘町）

## 第二十五回

## 市シニア連会長杯争奪ゲートボール大会

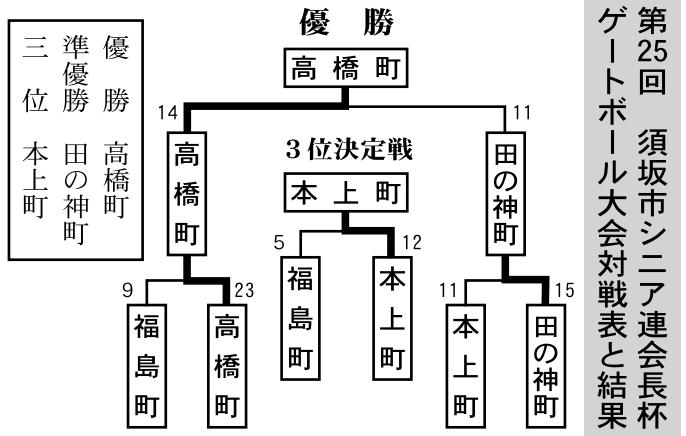
第二十五回、市シニア連会長杯争奪ゲートボール大会が、各ブロック代表十一、役員一の計十二チームにより、

表十一、役員一の計十二チームにより、  
ふれあいに於て開催されました。開会式は、滝澤会長の挨拶の後、前回優勝

の田の神町、準優勝の本上町より杯の返還、来賓の須坂市副市長、中澤様よりの御祝辞をいただきました。その後

来賓の皆様方による始球式の後、競技に入りました。午前中は、各三チームによるリーグ戦により、上位四チームが午後のトーナメント戦に進みました。どの試合も僅差の熱戦でした。少しのミスで、勝敗を大きく左右してしまった。尚三位は本上町

決勝戦は、接戦の末、高橋町チー





太鼓舞で一寸珍らしい踊りや、春木町春寿会のレクダンス、花笠音頭、365歩のマーチ、又職員による踊り、風林火山も素晴らしかった。

今回、善意により大量のハンドバッケをご提供頂きましたので、今年度始めての試みとして、くじ引きで参加者に贈呈し、大盛り上りとなりました。

おけ、ハンドベル、演奏し、厚くお礼申し上げます。

十日二十二日、二十三日と二日間にわたり永楽荘で開催されました。展示の部は、二階大広間にて行なわれ、会員や永楽荘の趣味の各グループの作品が会場いっぱいに展示されました。

手芸や書道、写真、切り絵、木彫等々、どれも訪れた人々が目を見張る程素晴らしい作品でした。

日頃の皆様の作品に対する努力や熱意が感じられました。

二日目は、出店もあり、採れたて新鮮な野菜、くだものの販売やら、おやき、だんご等の食品販売、飲物の販売等で、多くの参加者が買物を楽しみ、会場は大にぎわいとなりました。

はじめに中澤女性部長の指揮で、童謡クラブの皆さんと会場全員で信濃の国を齊唱しました。

日頃、仲間やグループで練習されている成果を発表して頂きました。

本上町民謡部の皆さん的新タント節



## 第34回ふれあい広場へ参加

十月十七日、ふれあい広場実行委員会主催により開催された三十四回「ふれあい広場」はメセナホール全体を利用しての大イベントとなりました。

沢山の出店がある中、シニア連も役員の動員により出店に参加しました。おやき、くん炭、又地元産野菜を販売した所、好評を得、予定の品物はほぼ完売しました。

微力ではありましたが、市のボランティア活動の一翼になう事ができました。

十日十七日、ふれあい広場実行委員会主催により開催された三十四回「ふれあい広場」はメセナホール全体を利用しての大イベントとなりました。



昭和二年生まれで、元気でゲートボールを楽しんでおられる、勝山ユリさんを紹介します。ユリさんは、長野市より沼目町に嫁いで六十余年。旦那さんが勤めるかたわら、農業と家庭を守りながら二人のお子様を立派に育て上げられました。六十才の頃、当時の老人クラブに入会され、役員としてゲートボールの試合の応援に行ついた所、先輩達に「見ているだけでは面白くないからやつてみたら」と誘われましたが、ゲートボールは意地悪ゲームなどと言われていて抵抗がありました。しかし、始めてみると適度な運動量と、規則を守りながら作戦等にも頭を使い、上手くタッチした時の爽快感はストレス解消にもなり、その面白さに魅了され、今日まで



## 元気な仲間(74)

沼目町シニアクラブ  
勝山 ユリ さん 89歳



文責  
会長 黒岩 光雄  
二年生会員の入会を待つておられる所です。若年会員の入会がありましたが、



在会員は十七名程の小さなクラブですが、昨年末にはソバ打ち教室を開催し、皆んなでソバ打ちをして、食べて、お茶会をして楽しい一時を過ごしました。

又、一月下旬に上山田温泉への一泊旅行をして交流を深めています。昨年は二名の入会がありました。若年会員の入会を待つておられる所です。若年会員の入会を待つておられる所です。

上の方に記載した所「樂しいゲートボールと、旅行かな」と、国内は元より、中国、イタリアなど海外へも行かれたそうです。他には、日記を続けて書いておられ、

元気な秘訣は?とお聞きした所「樂しいゲートボールと、旅行かな」と、国内は元より、中国、イタリアなど海外へも行かれたそうです。他には、日記を続けて書いておられ、

須坂エクササイズ」を学び実践することにいたしました。須坂エクササイズ体操ユニットのみなさんの開発された体操を童謡の音楽にあわせ、楽しく気持ち良い汗を流しました。その後ケーキとコーヒーで心と身体を癒し、カラオケやおどりなど



これからも体を動かしシニア連のテーマになつて、いる「伸ばそう健康寿命」をめざして須坂エクササイズの唄を口づきみ体を動かし、健康増進と心豊かに過せるようにしたい



## 健康長寿をめざして

平成二十七年度  
第2回女性部研修会

会を、二月四日に

権学習会が開催されました。  
人権交流センターの山崎講師により「桃香の自由帳」のDVDを見て、少子高齢化が進むなか地域などの意識が変わり互いにふれあい支え合うことが少なくなっています。小学校二年生の桃香ちゃんの言動をとうして親や地域の人々とのつながりの大切さ、一人ひとりが地域社会の一員であることを自覚します。子供は親や友達から差別や意地悪さを教えられますが、特に母親の駆けは大切に思いました。

人権、人間の尊厳をしつかり勉強し正しい見方、考え方で子育てをしなければならないと教えられました。

## 人権学習会

一月十四日、永楽荘におきまして人

権学習会が開催されました。  
人権交流センターの山崎講師により「桃香の自由帳」のDVDを見て、少

子高齢化が進むなか地域などの意識が変わり互いにふれあい支え合うことが実施できました。ありがとうございました。来年度は待望の永楽荘入浴施設が完成するはこびとなりました。楽しみに待ちましよう。

## あとがき

第七四号をもつて平成二十七年度の最後の会報をお届けします。

皆様のご協力により各事業が順調に実施できました。ありがとうございました。来年度は待望の永楽荘入浴施設が完成するはこびとなりました。楽し