

小田原創友クラブ

第82号

【発行】小田原市老人クラブ連合会
〒250-0055 小田原市久野115-2 ☎(0465)32-5800 編集 創友クラブ教養部

【印刷・編集協力】株博報社関東本社 神奈川県厚木市愛甲1-8-39 ☎(046)280-6001(代)

健康に留意し、 新たな飛躍・活動で 安心安全な地域づくりを



小田原市老人クラブ連合会
(小田原創友クラブ)
会長 山口 繁

明けましておめでとう
ございます。

皆様方におかれましては、健やかに新年を迎えることとお慶び申し上げます。

皆様には日頃から小田原市老人クラブ連合会の諸行事や地域の奉仕活動、友愛活動、健康づくり等にご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

さて、コロナ禍も4年続きこの間創友クラブでは春秋の研修旅行・シルバースポーツ大会・シルバートピックス・市老連大会等諸行事を自粛、または感染対策を十分に行い実施した行事もありました。

昨年は気候変動が激しく、夏が過ぎ秋を通り越して冬を迎えたような気候でした。会員の皆様におかれましては寒暖差の厳しい状況の中

で健康に十分注意されて健康管理に二層努め健康寿命の延伸、自立した生活、生きがいのある生活の実現が求められています。

創友クラブ会員皆様に住み慣れた地域で安心安全な暮らしを継続することができるよう、他の諸団体と連携を密にし活力ある地域づくりを目標に頑張っていくではありませんか。

結びにコロナの勢いは大分下火になってきたように思われますが、マスク未着用が増えたのか、寒暖差の厳しさからかインフルエンザが勢いを増してきております。会員の皆様方におかれましては感染にはご注意ください。

皆様の益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます、年頭の挨拶とさせていただきます。



私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています



小田原市長 守屋 輝彦

明けましておめでとうございます。

小田原市老人クラブ連合会の皆様方におかれましては、新年を清々しい気持ちでお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

また、会員の皆様には、日ごろより、地域の清掃活動や友愛活動、健康づくりに関する活動など、様々な取組を精力的に実施され、地域福祉の向上に貢献いただいておりますことを厚くお礼申し上げます。

新年を迎えて

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症は、感染法の位置づけが5類に移行され、中止となっていた地域の祭事なども、これまで通り開催されるようになり、徐々に地域のにぎわいや活気が取り戻された1年でした。こうした人との交流が戻りつつある状況下において、顔の見える関係、地域での繋がりが支え合いが重要であるところを改めて実感しているところです。

こうした中、本市では、「住み慣れた地域での自分らしい高齢期の実現」を目指して、多様な主体が連携し、地域全体で支え合う「地域共生社会」づくりの推進に取り組んでおります。

これら施策を総動員し、全ての市民が住み続けたいと感じる「世界が憧れるまち」小田原」の実現を目指した市政運営に取り組んでまいります。小田原市老人クラブ連合会の皆様には、これからも健康に留

意しながら、地域共生社会の実現に向けて、健康づくりや生きがいづくり、ボランティア活動など、様々な面で御尽力、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、小田原市老人クラブ連合会並びに各単位老人クラブのますますの御発展、そして今年一年が皆様にとりまして素晴らしい年でありますよう、心から祈念いたします。

新年のご挨拶



小田原市議会 議長 大川 裕

明けましておめでとうございます。

小田原市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、希望に満ちた新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

皆様におかれましては、地域のボランティア活動や清掃活動などの様々な社会活動を通して、シニア世代の生きがいと健康づくりの推進や暮らしやすいまちづくりにご協力いただいておりますことに、厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、3年

にわたり私たちの生活に多大な影響を与えてきた新型コロナウイルス感染症は、感染法上の位置づけが5類に移行し、ようやく一定の区切りがつかしました。ポストコロナ時代を迎え、コロナ禍が及ぼした影響も残りませんが、社会経済活動も正常化しつつあり、課題解決に向けて動き始めた一年になりました。

さて、国の統計によりますと、65歳以上の高齢者の総人口に占める割合が29.1%と過去最高を更新し、さらには10人に1人が80歳以上ということであり、

いつそう高齢化が進行しております。

人生100年時代といわれる中、この長い人生をどのように生きるかということは、大きなテーマになっていきます。だれもが自分の力を発揮し、生き生きと人生を豊かに生きるためには、身近な地域の人々とのつながりを持ち、豊富な人生経験や知識、幅広い人間関係を生かし、地域

社会の担い手として活躍していただくことが重要です。こうした場を提供し、その活動をサポートしていくことが、今後のま

ちづくりには欠かせないものであり、貴会の担っておられる役割は、今後ますます重要になっていくものと考えております。市議会といたしましても、だれもが明るく活気に満ち、健康で生きがいあふれる生活を送ることができるとともに、社会の実現に向けて努力してまいりますので、本年も、変わらぬご支援・ご協力をお願い申し上げます。

結びに、貴会のみならず、ご発展と、会員の皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています



新年を迎えて

明けましておめでとうございます。

小田原市老人クラブ連合会の皆様方におかれましては、健康やかに新年をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。

また、日ごろより、本市の福祉行政に対しまして、格別の御理解と御協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症は、市民生活にも大きな影響を与えておりましたが、地域活動を見ますと、各地域でこれ

まで通りに開催されるようになり、活気が戻りつつあります。

感染症の影響と社会の変化を的確に捉え、引き続き感染症対策に万全を期しつつ、「住み慣れた地域での自分らしい高齢期の実現」に向けて事業を着実に進めてまいります。また、本市におきましては、全国同様

に少子高齢化が進展し、総人口に占める65歳以上の方の割合は30%を超え、年々、介護サービスが必要とされる方も増加しています。

このような状況におきましては、シニア世代の皆様が積極的に健康増進や介護予防に取り組

み、いつまでも自分らしく生活を送っていくことが重要になってまいります。

高齢者がいきいきと地域や社会で活躍できるような環境づくりをするためには、適切な介護サービスの提供はもちろんのこと、高齢者の社会参加や仲間づくり、健康の保持・増進に向けた取組が求められており、老人クラブの役割は、これまで以上に

重要になっております。

小田原市老人クラブ連合会の皆様には、今後とも、健康づくりや仲間づくりなどを通じて、多世代交流や見守り活動、環境美化活動等地域福祉の充実に力を発揮していただきたいと思います。

結びに、この新しい年が、小田原市老人クラブ連合会並びに各老人クラブの皆様にとりまして、素晴らしい年となりますよう、心から祈念申し上げ、年頭のあいさつとさせていただきます。



新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。

小田原市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、輝かしい新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

また、日頃より私ども小田原市社会福祉協議会の運営、事業等に対しまして多大なるご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、全国的に人口減少、少子高齢化が進んでおり、これらに加え、孤立・孤独の問題、ひきこもり、物価高による生活困窮者の増加など様々な課題が増えてきております。

また、新型コロナウイルス感染症も少し落ち着いてきて元の生活が戻りつつありますが、人と人が直接会い、おしゃべりをし、笑いあえる当たり前のことが、とても大切であることをあらためて認識させられました。市民の皆様一人ひとりがちよとした思いやりや関わりを増やすことで、私たちが暮らす地域社会は、もっと良くなるものと信じ

ております。

令和四年十月に策定した「第四期小田原市地域福祉活動計画」では、すべての人が安心して暮らせるまちづくりをめざしてまいります。この計画を着実に進めるため、市社協といたしましても地域のニーズに合った

ぬくもりのある活動を、市をはじめ様々な機関や団体と連携しながら、市民の皆様とともに取り組んでまいります。

市老連の皆様におかれましても、本市の地域福祉活動の主

要な担い手として、当該活動計画の推進にご支援、ご協力を賜りますよう、お願いを申し上げます。

結びになりますが、貴会のみならず、ご発展と、新しい年が会員の皆様にとりまして素晴らしい一年となりますよう祈念申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

第58回小田原市老人クラブ連合会大会

令和5年11月21日(火)に小田原三の丸ホール大ホールにて開催いたしました。コロナ禍のため4年ぶりで、新装なった市民ホールでは初めての開催であり、運営する役員も出演する地区会員の方々も初体験でした。

そのため、戸惑うことや段取りに手落ちがあったりしましたが、1部式典2部芸能大会が実施されました。

式典は、北村副会長の開会のことば、君が代演奏、物故会員への黙祷の儀と進み、山口会長より関係機関の市老連活動への助力に対する感謝の辞があり、市老連の現況と課題について述べられ、今後の活動の展望と発展に努める決意を示すあいさつがなされました。

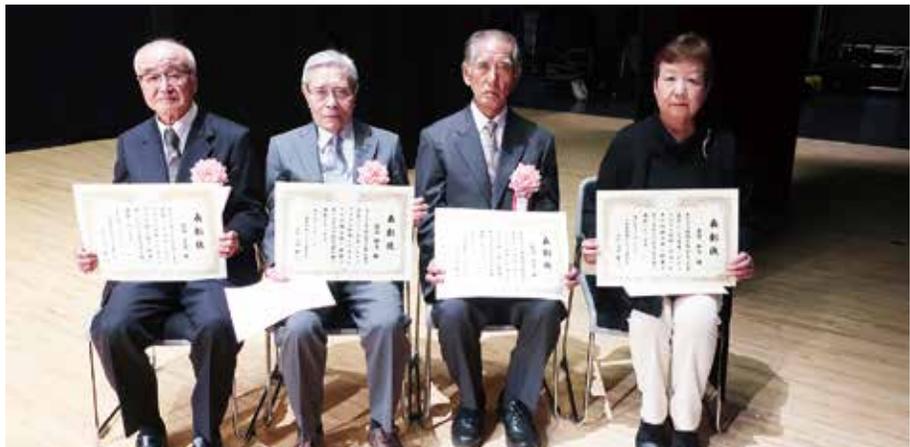
次に永年にわたり老人クラブ活動に功績のあった方々の表彰式が行われました。

【会長職6年以上の方4名】

酒匂地区 本田 博保さん 上府中地区 松嶋 克夫さん
下府中地区 飯山 輝夫さん 下曾我地区 菅沼 正之さん

【会長職以外10年以上の方2名】

新玉地区 神保美紗子さん 緑地区 真壁 和子さん



以上6名の方々が表彰され、被表彰者を代表して下曾我地区弥生会の菅沼さんから謝辞が述べられました。

次に守屋市長・大川市議会議長・小澤県議会議員・川口自治会総連合会長からお祝いの言葉と老連活動に対しての協力と激励の祝辞を賜りました。

その後、臨席されました来賓の方の紹介と市老連役員の紹介があり、片山副会長によって宣言文が読み上げられ、朝見副会長の閉会のことばをもって式典は滞りなく終了いたしました。



午後2時より第2部各地区自慢の芸能発表会が行われて、本年度は16団体の歌や踊りが披露され、会場の皆様のご声援を受けて皆それぞれに頑張り、最高の演技をされました。中でも目を引いたのは、飛び入りの幼女による出演者への花束贈呈でした。それまで緊張感があった会場が一気に和みました。以後、会場内は楽しい雰囲気のまま無事芸能大会は終了いたしました。

本大会に出演された方、会場の観客全員の方、そして裏方として支えていただいた老連役員と社協スタッフの方、ホールスタッフの皆さまに感謝申し上げます。

記 総務部長 平井 良一

小田原市老連 令和5年度福祉友愛募金

募金金額 1,246,800円



私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

令和5年度 秋の研修旅行

山梨を代表する寺社・景勝地と旬の果物 いで湯の郷石和温泉

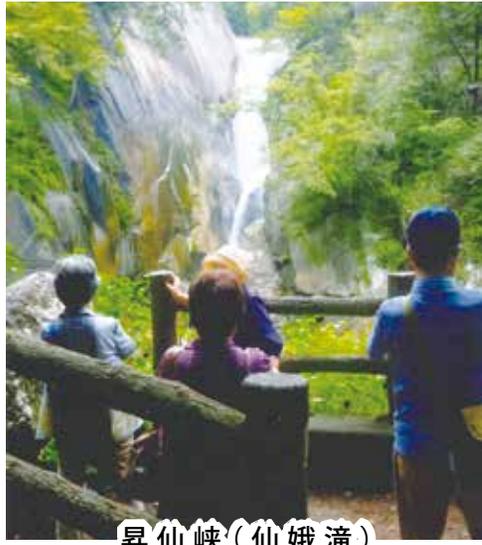
曾我地区 上曾我千歳会 長田 尚夫

久しぶりの宿泊研修旅行が、9月26日、27日に80名余りの参加を得て開催されました。厳しい暑さの中、景勝地や寺社の見学、お楽しみの会食とお土産選びなど、充実した時間が流れました。

●全国的銘菓の桔梗信玄餅工場の見学。「あの方はベテランね。包装の手つきが綺麗ね」そんな会話が弾み、お土産選びを楽しみました。



昇仙峡(叶仙人):会員の幸せ祈願



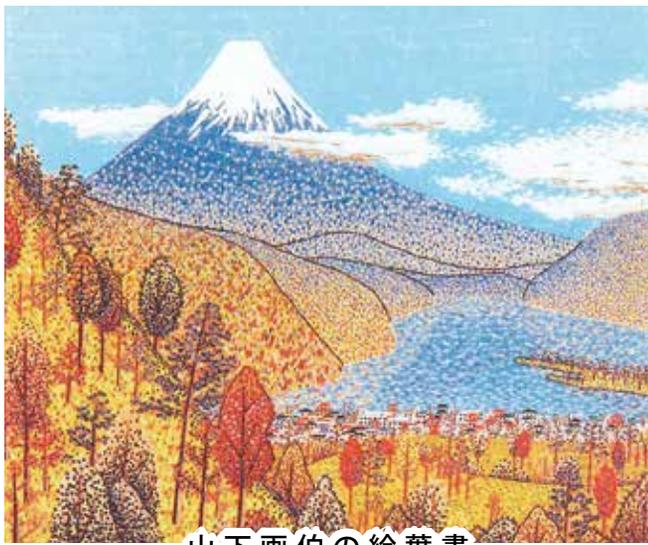
昇仙峡(仙娥滝)

●ボリユーム満点の昼食後昇仙峡へ。猿岩、主峰覚円峰などの説明にうなずきながら、水量豊富で迫力満点の仙娥滝を見学。

●世界初の影絵の森美術館で山下清画伯の特別展も見学。美しい絵画に触れて、心癒やされる一時を送りました。

●本日のお宿「石和びゅーほてる」へ到着。夕食までの時間は、部屋で一杯やりながらの弾む会話と笑い声。大浴場や露天風呂で一日の疲れを癒やす、優雅な時を過ごせました。心残りも、諸般の事情によりカラオケ大会が割愛されたことです。来年こそ懐かしの演歌が会場に響きわたる事を願っております。

●2日目は、ゆつくり9時の出発。皆様の集合時刻厳守の姿勢は、早め早めの対応を生み、さすが創友クラブ！と言っ思いました。●甲斐善光寺は、御本尊が阿彌陀三尊像で日本一の鳴き龍があり、荘厳な雰囲気を感じることが出来ました。真つ暗闇の中を進み御本尊とご縁を結んで頂ける貴重なお戒壇廻りも経験しました。



山下画伯の絵葉書



甲斐善光寺



ブドウの房下で昼食

●武田神社では、金運に恵まれると言われる三葉の松葉、国家「君が代」に詠まれている「さざれ石」にも出会いました。

●ブドウ狩り付きの野外での昼食は、満腹感いっぱいでした。

●ワイナリーでの試飲会場では、ぽつと赤みを帯びた人、物足りない人、思い思いの過ごし方をされていました。

●「忍野八海」の透明感ある富士山伏流水の中で、悠然と泳ぐ鯉の群れは一見に値します。厳しい暑さの中、涼しさを感じるのは富士山のご利益なのでしょう。

●市老連本部役員、旅行社、運転手、ガイドの皆様方には大変お世話になりました。良き思い出の旅行になりました。

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

単位クラブ活動報告

富士見地区

連合会長 香坂 功喜

総会員数 95

南鴨宮第一長寿会 会長 早野 成一
 南鴨宮第二長寿会 会長 香坂 功喜

会員数

男 25名 女 20名 計 45名
 男 26名 女 24名 計 50名

富士見地区老人クラブ連合会はJR東海道線鴨宮駅南口東側菊川より、南は富士見小学校、西は富士見大橋酒匂川左岸堤防付近であり、比較的行動範囲が狭い地域であります。

地区内では2単位クラブがあり、毎月1回の単位クラブ3役連絡会議を開いて活動を共有しています。今回の活動報告は南鴨宮第三長寿会が担当します。4年間はコロナ感染予防対策のため思うように活動が出来ませんでした。しかし生きがいを高める健康活動として第1回グラウンドゴルフ交流会を実施しました。第2回は雨天の為中止となり残念でした。

毎年敬老の9月は健康と長寿をお祝して会員に紅白饅頭を配布しています。また市老連主催の健康についての研修会・講習会等に参加しました。ボランティア等の地域活動は氏神様神社境内内外清掃、毎年2回階駅前ロータリー花壇に6月はペコニア苗植え・12月はパンジー苗植えと維持管理をしています。

今後、コロナ感染が収束することを願い、富士見地区連合会で旅行や茶話会、花見等を計画しています。



酒匂地区

連合会長 鈴木 良紀

総会員数 294

酒匂地区は、酒匂川東側地域の西酒匂・酒匂・小八幡地域の8+1の老人クラブで構成されております。相模湾沿岸部に辺り、伊能忠敬の測量図に「さかわ」「こやわた」の地名があるように歴史的にも古い地域で、現在は14,000人あまりの人が暮らしております。

その中で地域活動や会員同士の親睦などの社会参加による健康寿命を維持することを目的として、各クラブ独自企画の諸行事や地域の美化活動・文化事業への参加等の活動をしております。

以下に各クラブの主な活動を紹介させて頂きます。

【寿栄広会】毎月2回、会員同士で折り紙教室を開催しています。15名ほどの会員の作品を小八幡公民館文化祭に出品しています。

【大道敬和会】地区の中でクラブ行事のいちばん活発な会で、毎月定期的に大道集

会員数

男 17 女 37 計 54名
 男 24 女 36 計 60名
 男 17 女 23 計 40名
 男 8 女 22 計 30名
 男 15 女 14 計 29名
 男 12 女 18 計 30名
 男 7 女 16 計 23名
 男 16 女 12 計 28名

【大道敬和会】地区の中でクラブ行事のいちばん活発な会で、毎月定期的に大道集



館文化祭に出品した作品

【大道敬和会】地区の中でクラブ行事のいちばん活発な会で、毎月定期的に大道集



三味線・小太鼓・謡にて民謡を10曲演奏

【シルバー富士】いくつかの催しで今回特に酒匂12区公民館で行った、茶話会・誕生会の紹介をいたします。

【大道敬和会】地区の中でクラブ行事のいちばん活発な会で、毎月定期的に大道集



【二三会・寿楽会】小八幡西

【喜楽会】毎月1回小田原市集会所で行っている健康体操を紹介いたします。茶話会などで脳の活性化は行いますが、それを支える首から下の活性化を図るべく、講師(八嶋先生)による椅子に座っての筋力トレーニングとストレッチ体操を毎回40分ほど行っております。簡単に出来て効果のある体操を講師の方が考案して実践していただいております。当初は40分(休みと水分補給しながら)をきつと感じていた参加者も今では日々の生活で元気になったと喜ばれています。

【大道敬和会】地区の中でクラブ行事のいちばん活発な会で、毎月定期的に大道集



【長生会・相生会】小八幡東

【二三会・寿楽会】小八幡西部老人会として行事を合同で実施しております。地域にある八幡神社の清掃美化活動(写真を毎月月末に実施しております。また手芸のサークルでは小八幡公民館文化祭やシルバー作品展に会員の作品を出品しております。

【長生会・相生会】小八幡東部老人会として行事を合同で実施しております。八幡神社の清掃美化活動を毎月30名ほどの参加で実施しております。ちなみにこの清掃活動は、平成29年にその年の環境大臣賞を東西合同で受賞し、同年の小田原市HPやJ:COMチャンネル小田原の「市民力」で紹介されました。

手芸や大正琴のサークルに参加している会員では、小八幡公民館文化祭やシルバー作品展に作品を出品しており、琴演奏を演芸として文化祭で披露しております。また、お誕生会や会員の集いを催し毎回20名以上の会員が楽しく参加しております。最近ではコロナ禍で休んでいた例会(談笑やカラオケ)も3年半ぶりに開催しました。

緑地区

連合会長

浅岡 綽

総会員数
167

城山むつみ会	会長	大森 一学
駅前二区緑栄会	会長	森末 建
第四区松美会	会長	河鍋 春子
第五区寿会	会長	小林 俊充
竹の花緑寿会	会長	浅岡 綽

会員数

男	男	男	男	男
20	15	12	12	8
女	女	女	女	女
16	15	16	31	22
計	計	計	計	計
36名	30名	28名	43名	30名

緑地区は小田原駅を中心として中学校、高等学校、郵便局、病院等の公共施設や、商業施設、ホテル、マンション等、小田原市の中心的な地域です。

近年は交通網の利便性や風光明媚の土地柄がマンション建設の開発工事が最盛期を迎えております。

私たち緑地区は毎月1回会長会議を開催し、本部からの連絡事項や行事について、資料説明を受け、全会員に伝達しております。

緑地区活動についてまず第一に報告したい事は、令和4年11月22日酒匂川スポーツ広場で開催された第47回小田原市シルバースポーツ大会で参加24チーム中で4種目、玉入れ、風船割りレレー、ボール送りレレー、水の祭典の種目全て1位の完全優勝でした。勝因は少数精鋭、女性力、チームワーク、と運の良さでした。

コロナ禍で自粛されていた、行事も4年振りに開催されました。5月の北條五代祭りでは、子ども神輿、女輿、男輿が担がれ、9月の健民祭では、子供会、青年部、老人クラブの方々が秋空の下で楽しく過ごせていただきました。各単位クラブでも誕生会や健康体操、食事会等、ゴミのない環境美化活動、ボランティア活動を推進しております。これからも遠い親戚よりも、近くの他人、向う三軒両隣の相互援助魂で明るく、楽しく、魅力あるクラブ創り活動をしていきます。



富水地区

連合会長 若林 俊男

総会員数
255

飯田岡第一長寿会	会長	田村 威
飯田岡第三長寿会	会長	荘司 謙
六部長生会	会長	金指 隆夫
北ノ窪寿会	会長	市川 弘明
久所寿楽会	会長	竹井 義一
楠白寿会	会長	浦 悦子
西北長寿会	会長	若林 俊男

会員数

男	男	男	男	男	男
17	14	15	7	23	22
女	女	女	女	女	女
28	15	13	23	31	15
計	計	計	計	計	計
45名	29名	28名	30名	54名	37名

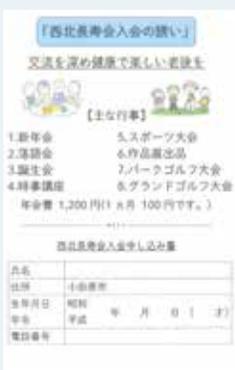
富水地区老人クラブ連合会は、7単位クラブの連合体であります。今回は「西北長寿会」と「飯田岡第一長寿会」の事業を取り上げてみました。

西北長寿会

◎会員の勧誘に奮闘中

どこの老人クラブでも会員数が年々、加速度的に減少し、一方加入する者は、極めて少数であり、クラブ存続の危機的な状況下にあるのではないかと推察します。

当クラブの記録に残っている会員数は、平成16年度で131名おりましたが、19年を経過した令和5年度では45名となり86名も減少し苦慮しております。



入会の勧誘を懸命に行う中で、よく老人クラブは、「一体、どんなことをしているのか」という質問が多く、口頭で事業内容や会費等を数々説明しておりますが、まどろしく時間がかかり苦労し

ておりました。

そこで、一目でわかる「西北長寿会入会の誘い」(カラIA4版)を作製し、それを提示して勧誘活動を進めたところ、意外にも、スムーズに説明ができて、年度当初、10名の加入を得て、効果があつたと大喜びをしました。

しかし、その後は3人の加入があつたものの思うほどの成果が上げられず徒労が続いておりますが、根気強く、着実に勧誘活動に努めたいと意を強くしております。

◎楽しい年間行事

飯田岡第一寿会は、一寿会は、年4回の誕生日会と夏の秋の遊和会(食事会)を開催しております。

また、年度始めの花見会をレクリエーション活動として、さらにボランティア活動として飯田神社の清掃も行なっております。

(写真は神社清掃後のもの、5月)



第1回目の西北寄席

9月23日(土)、第1回「西北寄席」を五連合自治会、西北公民館、西北長寿会の3団体の連携により西北公民館において開催されました。

アマチュア落語界の「古典落語」の名手、喜楽家笑助さんの「船徳」と「ぬけすずめ」の二席を参加した老若男女の50名が、爆笑、くすくす笑いをしながら約1時間を大いに楽しみました。

帰り際、また、来年も「西北寄席」にきたいとの声がありましたので、期待に応えらるる企画を練りたいと今からワクワクしております。

そして、他の公民館でも「落語会」が開催され「ふれあいの場」が増えてほしいものです。

「第57回シルバー作品展」開催報告

総務部長 平井 良一

令和5年11月12日(日)に4年ぶりに小田原市生きがいふれあいフェスティバルが鴨宮の生きがいふれあいセンター“いそしぎ”において開催されました。共催者として小田原市老人クラブ連合会も「シルバー作品展」を同時開催しました。

今回は出展者の高齢化に伴い、作品数は130点ほどでした。主催者の判断で1日開催でしたので、来場者数も約200名程度でしたが、ゆったりとした会場で十分観賞できたと好評でした。

翌日片付け前に、最高齢の出展者2名に対して感謝状が山口会長から贈呈されました。

男性 亀山 忠彦さん(92歳) 芦子地区

女性 鈴木とし子さん(91歳) 酒匂地区

例年ならば、「焼きそば」や「竹細工の竹とんぼ」など三世代交流事業が行なわれるのですが、コロナ禍の影響を考慮して実施しませんでした。

次年度は、例年通りに10月に週末2日間開催になろうかと思っておりますので、会員の皆様ふるってご応募下さいますようお願いいたします。

最後にシルバー作品展開催にあたり、会場設営撤収・作品の搬入搬出・作品の展示など、お手伝いいただいた関係各位の皆様、ご協力いただき誠にありがとうございました。



私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

令和5年度県老連西湘ブロック

「ゆめクラブ大学」開催

総務部長 平井 良一

令和5年度西湘ブロック「ゆめクラブ大学」が令和5年8月28日(月)午後1時30分から3時30分まで、おだわら総合医療福祉会館4階ホールにて開催されました。

今年度は、「老人大学」と同様に全く新しい分野の意欲的テーマに果敢に挑戦したものでした。そこで、その分野の先駆的な千葉市老連から活動推進員を招き、eスポーツの説明と実技体験を行いました。eスポーツとは、ビデオゲームなどを用いておこなう対戦をスポーツ競技として捉えたもので、ねんりんピック種目にも採用されて、シニア層にも普及拡大に努めておられるというお話でした。

会場には、小田原市・箱根町以外からも7市町老連の関係者も見学に訪

れており、総勢64名の参加者も実技者に合わせて、自分で膝と肩を叩いて一体感を持って進みました。

2部は県老連の松田冴子活動推進員から「プラス10美しくスクワット」というテーマで、体幹を鍛える運動を教えていただきました。

本講座を受講して感じたことは、eスポーツを老人クラブ活動に取り入れるメリットは、引き籠もりがちな高齢者を参加させたり、会員増強など多々メリットはありますが、新たに準備する器材を取り揃え、ゲーム機本体の操作にも慣れなければならないことです。

それと講座を通して思ったことは、小田原市老連でも、活動推進員をもっと活用しなければと強く感じました。





100歳長寿の会員（大正12年4月1日～大正13年3月31日生まれ）
令和5年9月～12月にお誕生日を迎えられた会員の方々

地区名	クラブ名	お名前	生年月日
十字地区	西海子クラブ	石井 志ん	大正12年9月23日
曾我地区	中河原高砂会	柏木 君江	大正12年10月7日
上府中地区	高田第一福寿会	湯川ヤエ子	大正12年10月8日
新玉地区	新宿ことぶき会	鈴木 スズ	大正12年11月29日

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

会員投稿

酒匂地区 第二寿栄広会 福島美代子

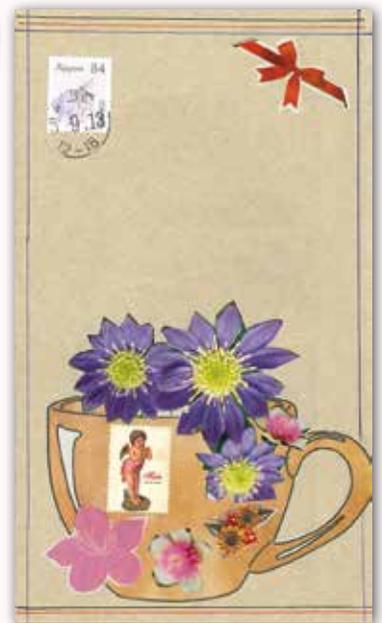
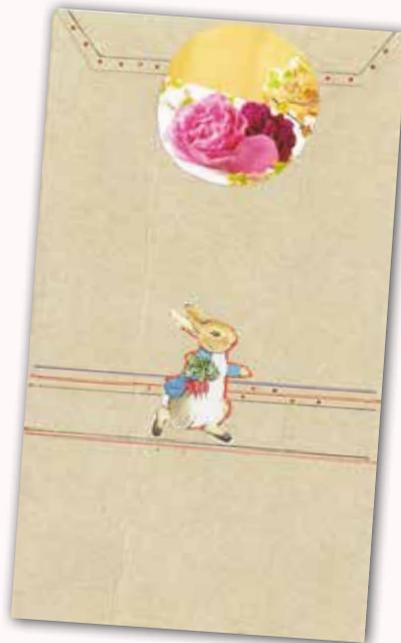
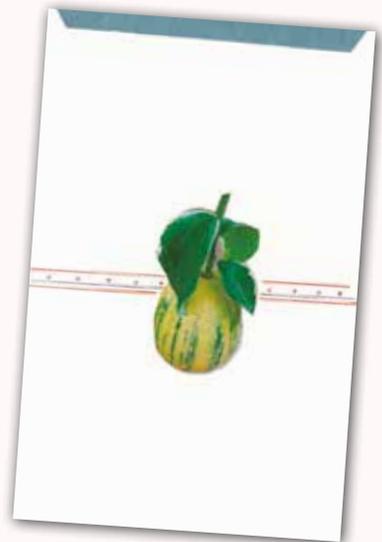
前は木工所でしたが、現在は、私の実家は建設会社です。私の両親は竹を割ったような人でした。いつも人様にはやさしく、何か頼まれれば出来た物をその家を持って行きお金がないともらってこないそんな両親でした。だからいつも私は親の光は七光そんな両親が、育ててくれたので今になって思い出して、自分だけとは思わなくて皆んなお友達を大事にしたいと毎日思っています。又、私の友達酒匂八区の自治会やまわりの男・女の人全部良い人ばかり、私は本当に幸せな人生を送っております。毎日、箸とお茶碗を持てる事がとっても幸せです。

- 人生は毎日がさだめられた人生を送っている。
- 人は見えても、自分は見えない。
- 物がありすぎて苦勞、又、なくても苦勞。
- 暑い、寒い、寒いは気の迷い。
- 水は凸凹大きな穴が明いても、水が流れ来れば、平らになる。
- そんな所は注意する。
- 私は心が曲った心は持ちたくない。
- まっすぐな気持ちで人様を、こまいった人がいれば助けたい気持ちになります。

会員投稿

片浦地区 高砂会 稲子 和美

妹の連れ合いが2年前に亡くなりました。妹を励まそうと手紙を書き始めました。封筒は手作りしました。花や動物好きな妹に笑顔が生れる様にと雑誌やカレンダー等からきれいな写真やカットなどを見つけアレンジしました。意外にもこの作業が私自身にも充実した時間になり妹も少しずつ元気になりつつあります。今も手作りの封筒で手紙を出しています。



私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--



会員文芸

俳句

酒匂地区 第二寿栄広会

大木 敬子

スリッパの底に飯粒あつぱつぱ

※あつぱつぱ…(夏の涼しげな服)

真つ先に焼芋買ひぬアーケード

十字地区 西海子クラブ

生田目茂子

夏 油蟬生きた証を塀に置き

冬 冬ざれや群なす鳥の声高し

大窪地区 風祭白寿会

秋山 和子

盛夏すぎ初秋のかい路のバスの旅

なつかしき友と二夜もふけり

短歌

片浦地区 高砂会

宮本多喜子

玄関のチャイムは人を選ぶのか

鳴る時あれば鳴らぬ時あり

早朝の杉の梢に甲高き

この秋初の百舌の声聞く

山吹に季節はずれの花が咲き

秋の日の中黄色が光る

大窪地区 風祭白寿会

秋山 和子

夏 炎天の野面の草木も枯れはてむ

てっせんの花甘く匂て

川柳

十字地区 西海子クラブ

生田目茂子

金欠病重体なのに医師いない

じゃがいもによく似た役者温々し

原稿募集

「小田原創友クラブ」83号(令和6年夏号)に原稿をお寄せください。単位クラブ活動や仲間同士でのボランティア活動、特別な行事や地域の奇祭などに参加している様子を投稿ください。(活動している様子、行事の様子など写真を添付してください)

日々の雑感(随想)、旅行記、俳句、短歌、川柳などお寄せください。

●紙面の都合で長文の場合は文章をカットまたは次号回しにする場合があります。

●二重投稿、発表済のものは受け付けません。

●必ず氏名・地区名・クラブ名・電話番号を明記ください。

発行 令和6年8月

締切日 令和6年6月1日

宛先 〒250-0055

小田原市久野115-2 おだわら総合医療福祉会館内
小田原市老人クラブ連合会 「小田原創友クラブ」教養部

会員募集中!!

60歳をすぎたら

シルバー人材センターへ

健康で、働く意欲のある高齢者の就業をサポートする公益社団法人です。民間企業・家庭・公共機関などから仕事を引き受け、会員に提供します。毎月第3火曜日に説明会を行っています。



連絡先 生きがいふれあいセンターいそぎ内

☎0465(49)2333 【永井・山田・朝倉】

興味のある方は

小田原市シルバー人材センター

検索

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

女性部のつどい

女性部長 宮本多喜子



12月6日、友愛活動支援事業としての、女性部のつどいを開催しました。

参加者は各地区から2名ずつ、欠席者もあり32名でした。

1部は、小田原ヤクルト販売株式会社の横山文氏の講演、元気なお便りのための「おなか元気教室」で、お腹の話とお腹体操を行いました。腸の働きや、乳酸菌の役目など丁寧なお話でよくわかりました。

2部は、加藤由香里氏の「イスに座って筋トレとストレッチ」でした。2部の体操も、運動不足の私にはちょうど良い具合でした。

今日参加して下さいました皆様、この後各地にもどって、会員以外の方々にも広め会員の加入促進にもつながったら嬉しい事です。これからも女性部の活動にご協力ください。

ありがとうございました。

あしがき

コロナ感染症は国内において勢いが下火となっており、国内・外国の観光客がマスク未着で観光しているのが目立つようになってきた昨今です。

市老連もこの状況を鑑み9月下旬～10月上旬にかけて石和温泉へ一泊二日の旅行を実施、11月12日にシルバー作品展を開催、11月21日には小田原市老人クラブ連合会大会を開催しました。

しかしながら、季節の変動なのか夏から秋を飛び越えて冬が来たような日々が続いており、これに伴ってインフルエンザの勢いが強くなってきております。

マスク未着が増えてるなか、会員の皆様におかれましてはインフルエンザに感染しないよう十分注意してお過ごしく下さい。

(教養部)

会員加入増強運動

小田原創友クラブの推進項目として

- ① 未加入者宅にパンフレットの投函。
- ② 会員1人が新しい会員1名以上の勧誘をする。
- ③ 未加入自治会の創友クラブの結成をはかる。
- ④ 単位クラブ2名以上の増員が最低目標。

ご協賛いただいた皆様への御礼

このたびは、広報紙に広告のご協賛をいただき、誠にありがとうございます。本紙は紙面を通して会員の交流・情報交換はもとより、地域の皆様に老人クラブの活動をご理解いただき、一層の交流の輪を広げるため発行するものでございます。

以上の趣旨をご理解いただき、引き続き広告掲載のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

【小田原市老人クラブ連合会】

私たちは小田原市老人クラブ連合会の活動を応援しています
