

所 沢 市

健康・生きがい・仲間・友愛・奉仕

長生クラブだより

vol. 146

発行：所沢市長生クラブ連合会 所沢市泉町 1861-1 所沢市こどもと福祉の未来館3階 ☎(04) 2925-0041 発行責任者：会長 坂下 幸雄

編集・印刷：(株)博報社 関東支社 神奈川県厚木市愛甲 1-8-39 ☎(046) 280-6001

平成30年11月発行

第43回高齢者スポーツ大会 10月5日開催

保健体育部長 橋詰 孟夫

所沢市と所沢市長生クラブ連合会共催、社会福祉協議会後援の第43回高齢者スポーツ大会が、10月5日(金)、所沢市民体育館に会員と役員、数十名の一般参加者を含め、1000余人で盛大に開催されました。

午前9時30分、市長連・薦田健一副会長の司会により始まりました。

開会宣言に続き、国歌斉唱、日の丸と市長連旗が掲揚され、昨年優勝の小手指地区連より、優勝旗と優勝杯が返還されました。

続いて富岡地区連より準優勝杯、三ヶ島地区連より3位杯が返還されました。主催者、所沢市長・藤本正人様より、挨拶をいただき、市議会の開催が前日夜半ばに終わり、決着された内容の一部のお話と今大会に当たって「優勝を目指して頑張ってください」と激励をいただきました。

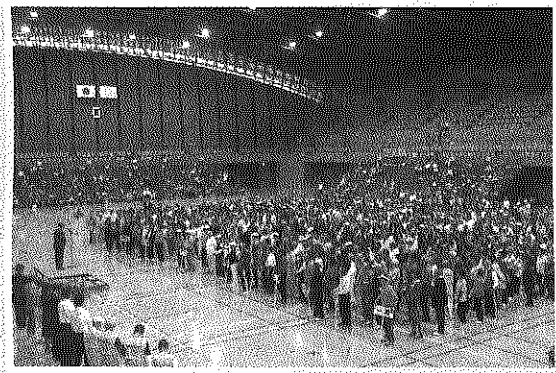
共催の市長連・坂下幸雄会長の熱いこもった開催挨拶に続き、ご参列された来賓の挨拶として、新聞傍文部科学大臣・柴山昌彦様が公用で来られなくなり、代わりに秘書による代読、所沢市社会福祉協議会・本橋栄三会長の挨拶と、参列された来賓者の紹介となりました。

続いて、小手指地区連の伏見英昭さんの元気あふれる「選手宣誓」、審判長・保健体育部長・橋詰孟夫より、競技上の注意と進み、市長連・小手指地区大場三智子会長の号令で参加者全員が、とこちゃん体操を行い、身体をほぐし競技に入りました。

10種の競技が行われ、その中の得点種目「輪くぐり、目玉焼きリレー、頭上玉送り・予選、決勝」で優勝旗をめざし、各地区連の応援や競技に向けての歓声が会場に響き、各地区の選手の熱戦が繰り広げられました。

14時20分開会式が行われ、本日最高齢者96歳白子勇様を含め20名の方に、坂下会長から敬老賞が授与されました。

成績が橋詰審判長より発表され、15点の同点が4地区連あり、競技種目最後の目玉焼きリレー決勝の成績で順位が決



定されました。市長連・坂下会長より、優勝に輝いた松井地区連に優勝旗と優勝杯が、準優勝は三ヶ島地区、3位は小手指地区がそれぞれ授与されました。大会総評は大会審判長により、国旗降納に続き、原副会長より感謝の言葉と来年も楽しく・元気でスポーツ大会に参加される事を期待して閉会となりました。本大会は、トラブルも怪我もなく、予定時間内に終了する事が出来ました。大会に参加された会員の皆様有難うございました。競技の準備や競技進行に、ご協力とお骨折りいただいた市職員の皆様方に熱くお礼申し上げます。

第42回所沢市 高齢者演芸大会

文化部長 中井 明良

大会役員

会長 所沢市長 藤本 正人
副会長 所沢市長生クラブ連合会長 坂下 幸雄
実行委員長 所沢市福祉部長 植村 里美
副実行委員長 新井浩幸則
〃 長生クラブ連合会副会長 薦田 健一
〃 原 信二
司会進行 文化部長 中井 明良

共催者

所沢市
所沢市長生クラブ連合会

後援

所沢市社会福祉協議会

ご来賓

所沢市議会議長 荻野 泰男
所沢市社会福祉協議会会長 本橋 栄三
所沢市自治連合会会長 安田 敏男
所沢市長生クラブ連合会後援会長 日高 幸二



所沢市・所沢市長生クラブ連合会共催、所沢市社会福祉協議会後援による第42回所沢市高齢者演芸大会が平成30年7月26日、所沢市民文化センター・ミューズ中ホールで開催されました。

午前10時開会式が行われ、はじめに主催者を代表して、所沢市長代理の植村里美福祉部部長、坂下幸雄所沢市長生クラブ連合会会長の挨拶、引き続きご来賓の所沢市議会議長・荻野泰男様、社会福祉協議会会長の本橋栄三様のご挨拶を頂きました。

引き続きご来賓・大会役員の紹介を行い、10時30分、高齢者演芸大会は開演されました。

出演は49団体で366名の方々の演技が披露されました。演技の種目は、踊り・ダンス・民謡・楽器演奏・合唱等々、多種多彩で観客を大いに楽しませてくれました。

14時20分開会式が行われ、出演者で満88歳以上のみなさんに敬老賞が今年も贈られました。該当者は7名、最高齢者は92歳でした。

最後に坂下会長の講評、薦田副会長の挨拶で閉会と致しました。

女性リーダー 1泊交流研修会に参加して

女性部 黒田 恭子
中村 節子

第1日目、さいたま新都心駅西口前9時集合、出席者38名、事務局2名(落合県老連事務局長、椎名県老連事務局主査)計40名の参加となり、出発は9時30分頃となりました。

昼食は伊香保(時代屋)でホテルは群馬県吾妻郡草津・喜びの宿に到着し直ちに休む暇なく、14時40分から開会式となり、開会の言葉を玉水きみ子・県老連女性副委員長様より、後に内田まさ子・県老連女性委員長様と群馬県老人クラブ連合会常務理事事務局・木村常昭様より挨拶がありました。

その後、新地域支援事業とグループ討議の説明があり、テーマは新地域支援事業推進に向けて情報交換、自分達の市町村において取り組んでいる、健康・友愛・奉仕活動をグループの人たちと話し合いました。

市町村へ働きかけるポイントや悩みを話し合い、情報交換が積極的に行われ、その後グループ討議の発表となり、有意義な時間となりました。

総評として落合事務局長が話され、閉会の言葉を石川みよ子・県老連女性副委員長様の言葉で研修会が終わりました。

2日目はホテルを9時30分に出発し、浅間酒造見学、昼食はおぎのやで後に集合写真を撮り、こんにゃくパークを見学し、さいたま新都心に17時頃到着しました。



第41回所沢市
高齢者囲碁将棋大会

文化部長 中井 明良

大会役員

会長 所沢市長 藤本 正人

副会長 所沢市長生クラブ連合会長 坂下 幸雄

実行委員長 所沢市福祉部長 植村 里美

副実行委員長 福祉部高齢者支援課参事 瀬能 幸則

司会進行 文化部長 中井 明良

共催者 所沢市長生クラブ連合会

協力 所沢市囲碁連盟

日本将棋連盟所沢支部

後援 所沢市社会福祉協議会

所沢市・所沢市長生クラブ連合会

共催、所沢市囲碁連盟・日本将棋連盟所沢支部協力、所沢市社会福祉協議会後援による、第41回所沢市高齢者囲碁将棋大会は平成30年7月5日、所沢市民文化センター・ミューズ・ザ・スクエアで開催されました。

競技参加者は、囲碁123名余、将棋約40名で9時45分開会しました。

はじめに主催者を代表して、市長代理の植村市福祉部長、坂下市長連合会長の挨拶、引き続き来賓の所沢市議会議長・荻野泰男様、社会福祉協議会事務局長の二上清次様のご挨拶を頂きました。

その後、審判員の皆さんのご紹介、主催者側出席者の紹介、最後に競技に関する注意事項の報告があ

り、10時10分、囲碁6クラス、将棋3クラスに分かれ、クラス別ハンデ戦に入りました。熱戦は昼食をはさんで、16時まで繰り広げられ悲喜交々の戦いが生まれました。

閉会式では満88歳以上の参加者4名に敬老賞が今年も贈られました。最後に成績発表および表彰状の授与が行われ、会は閉会されました。

囲碁の部 優勝者

Aクラス 仁平 衛
Bクラス 早坂 義夫
Cクラス 国富 住夫
Dクラス 布村 育男
Eクラス 和田 昭夫
Fクラス 岡崎 徹雄

将棋の部 優勝者

Aクラス 栗原 勝雄
Bクラス 新井 儀司
Cクラス 有坂 幸士



第20回 高齢者グラウンドゴルフ大会

保健体育部長 橋詰 孟夫

平成30年10月17日(水)、北中運動場にて開催されました。

昨年は雨が続きグラウンドが使用できずに中止となり、今年は秋晴で気温もあがり、グラウンドゴルフ日和と思いましたが、午前中のみで午後は雲が厚くなり雨がポツリとくる天候になってしまいました。

午前の部では、藤本市長欠席(代読)他来賓の挨拶と紹介があり、競技が開始されました。

午後の部も開会式が行われました。グラウンドの状態は早朝の雨とその後の晴れで、ボールはよく転がっていました。

皆さんはホールインワンをねらい、てこずりながらプレーを楽しんでいました。

出場者で88歳以上の方々に敬老賞の記念品が市長連・坂下会長より贈呈されました。

最高齢者は三ヶ島地区の青木義夫様97歳でした。

午前の部

第1グラウンド

優勝 (三ヶ島) 第4 234打
準優勝 (並 木) こぶしGG B 238打
3位 (新所沢) 向陽GG A 239打
3位 (若 松) 若松GG B 240打

午後の部

第2グラウンド

優勝 (三ヶ島) えびら 259打
準優勝 (並 木) こぶしGG A 260打
3位 (新所沢) 向陽GG B 262打

午後の部

第1グラウンド

優勝 (三ヶ島) 第7 B 231打
準優勝 (松 井) 上安松西 234打(年齢)
3位 (並 木) 若松GG C 234打
3位 (小手指) すみれ会 C 241打

午後の部

第2グラウンド

優勝 (小手指) イーブン A 244打
準優勝 (山 口) 堀之内 B 276打
3位 (並 木) 中新井 C 277打

第19回 高齢者
ゲートボール大会開催

保健体育部長 橋詰 孟夫

の健康とご多幸をお祈り申し上げます。まして、私のご挨拶といたします。

昨年は晴れて暑い日の中で行われましたが、今年は曇りで寒さを感じるスタートでした。

中ほどには青空も見え気温も上がり秋の気候になりました。

今年も一般の人を参加させて10チームでの開催が、1チームの欠場となりました。

競技はなごやかに予定通り行われ、楽しい一日を過ごしていただいたと思っています。

来年もお元気での参加をお待ちしています。

大会結果

優勝 松井地区 松井クラブ
3戦全勝 得失点差 プラス39点
準優勝 新所沢地区 みどり
3戦全勝 得失点差 プラス24点
3位 三ヶ島地区 第11
2勝1敗 得失点差 プラス8点



地域のサークル紹介

ゲートボール部会【つばめ】の紹介 三ヶ島第6長生クラブ

所沢市の西端「林神社」前の谷川に隣接して、第6区のゲートボール場があります。その環境は緑豊かな種々の樹木に囲まれ、春には大木の桜が満開になり大変綺麗な場所です。真夏の暑い時も木陰があり最高の環境でプレーをしています。

メンバーは、部員6名・協賛部員4名、計10名で構成されており、お楽しみの練習日は、毎週「日曜日と水曜日」それぞれ午後1時より、4ゲームを行い、中間に「お茶と談話」の時間を挟んでおります。

私たち高齢者が健康で生きがいのある日々を過ごせ、プレイヤーとして大変喜びを感じている所です。

30年度は、前期5月30日、後期9月19日、両日「みかじま荘」ゲートボール場に於いて、略称・三長連のゲートボール交流会が開催されました。

この交流会には、当・長生クラブから「部員6名、協賛部員1名」計7名が参加しました。お陰様で両日共(4ゲーム)半日・楽しくプレーすることが出来ました。本当にありがとうございました。

健康を保持することにより、公的には社会保障費を節約し、本人と家族が共に幸福になると確信しております。これも、ひとえに長生クラブ傘下の上層部役員さんの、ご支援であり部員一同心から感謝しております。これからも健康に気をつけ、楽しい練習したいと思っておりますので、よろしくご指導をお願い申し上げます。★投稿ネーム「つばめ」、渡り鳥のような、明るく元気なメンバーです。



美原幼稚園との交流を兼ねた 定例会

美原長生クラブ 柘植 康嗣

美原長生クラブ7

月の定例会は美原幼稚園との交流会としました。初めての行事で、園児・上組名40名と約1時間30分に亘り全員で、「たなばた」「シャボン玉」「キラキラ星」の合唱に始まり、輪投げ、オセロ、コマ廻し、ビン倒し、将棋などで大変盛り上がりました。



こちらからは挨拶代わりに手品と3つの言葉(ヨクミル、ヨクキク、ヨクスル)を披露しました。

最初に「おはよう」と挨拶したら「グッドモーニング」と返答され、5歳の児がと意外でびっくりしました。

最後に園児からは、手製のメダルを17名一人ひとりの首にかけてもらい、楽しいひと時となりました。

三ヶ島地区長生クラブ連合会 『第30回演芸大会』

三ヶ島地区長生クラブ連合会広報部 栗原 勉

8月17日に所沢市三ヶ島公民館ホールに於いて、第30回演芸大会を開催、三ヶ島地区長生クラブ連合会主催、所沢市三ヶ島まちづくりセンターのもと、午前9時30分より中村連合会副会長の開会の言葉、続いて橋詰連合会々長の挨拶、中村女性部会長の挨拶、そして三ヶ島まちづくりセンター長森沢様のお祝いのご挨拶の後、大会役員一同・出演者・応援者一同により、「もみじ」及び「ふるさと」をオープニングセレモニーとして全員で合唱した。

演芸大会は各単位クラブ4種目出演で、民謡・カラオケ・フラダンス・合唱など多岐にわたり、日頃の練習成果を発表し出演者一同大いに盛り上がり、また会場からは惜しみない拍手と声援に、手を上げて答えるなどの場面もあり、和やかに明るい雰囲気のもと、午前の部18演目発表、昼食を挟んで午後の部18演目を終了し、最後は女性部全員で「炭坑節・東京音頭・好きになった人」を踊り、田中女性部副会長の閉会の言葉で、午後2時半過ぎ全員150名出席のもと、盛況裡に終了した。



こてさし荘・秋まつり

小手指地区長生クラブ

大庭三智子



10月10日(水)、山崎照子さんによる総合同会で始まり、実行委員長・菊住英次氏の挨拶で、秋まつりが開催されました。

すぐに「神輿」が担がれ賑やかに、祭りらしい雰囲気になる。

盆踊りは揃いの着物や浴衣姿で真ん中(紅白の飾り)の飾りを中心に輪が2重、3重になり、祭りらしい気分でした。

11時に北野小学校3年生(56名)が参加。

目を輝かせて「神輿」を担ぎ、やんやの声援につつまれ会場は破れんばかりの喝采と拍手でした。

3組に分かれ担がれた「神輿」が所定の位置に納まった後、踊りが始まり、4列に並んだ生徒達が綺麗に見事に踊る様子は、私達を驚かせ、本当に感謝の念でいっぱいでした。忘れられない笑顔でこてさし荘を後にして行きました。

グループの踊りが披露され、時間通り12時には、昼食時間となり、思い思いの所でグループごとに語らいつながりの昼食でした。

昼食後のリラックスタイムに簡単「ヨガ」を計画して下さいました。私はもとより主催協力・長生会の人達の多くは、初めての「ヨガ」体験でした。

呼吸とともに体操は身体にとっても良く、体にやさしい時間となりました。

午後の時間にも北野小学校3年生(27名)、午前とは違う生徒達が見え、同じように「神輿」と踊りの時間となりました。

しかし午後は踊りの後、アンコール、アンコールと2度も3度も踊ってもらい大満足で送りだしました。生徒達の笑顔は今でも忘れられま



せん。
ゲームの時間も入り、又、全員参加の「阿波踊り」で盛り上がり幕を閉じました。
この他長生クラブが地区の行事に企画から加わっているのは、体育祭(55名)、文化祭(1区画)、菊花展、北野天神清掃と種々、様々で地域の中にとけこみ、小手指地区を盛り上げています。
又、小手指地区長生クラブ独自の行事として、年2回のカラオケ、演芸大会や春と秋のグラウンドゴルフ大会には、100名以上の参加があります。
今後一層の発展と長生クラブ会員増に努力していきたいと思っております。皆様、どうぞよろしくお願います。と共に、地域社会に貢献できるとに改めて感謝しています。

市長連俳壇

とみおか俳句会

蝸や追悼の辞を読む如し
百日紅あちらこちらに百日紅

中井 明良

列島に無差別ゲリラ秋出水
平凡は非凡と学ぶ敬老日

兵頭 一弘

画眉鳥は常に独唱竹煮草
蝸や取説やつと解釈す

高羅 於けい

蓄音機昔めく音秋惜しむ
大ホール声を合わせて秋麗

古川 きよみ

土曜日のビザの配達稲光る
水打たず跳んでふんばるあめんぼう

加藤 草雲

年寄を船で運ぶや秋出水
こまらせた亡き父母へ枯梗切る

平田 千洸

虹二重ふと足止まるその真顔
種なしの黄色い西瓜かぶり付く

奥沢 仲枝

戦争の火種消してと歌ふ夏
朝顔の季節たがへず咲きしかな

伊谷 正子

早朝の鯛引き売る浜女
母そこに在ますが如く秋扇

相馬 靖映

竿灯のしなりにつられ身もしなり
鬼灯を鳴らす少女やおちよぽ口

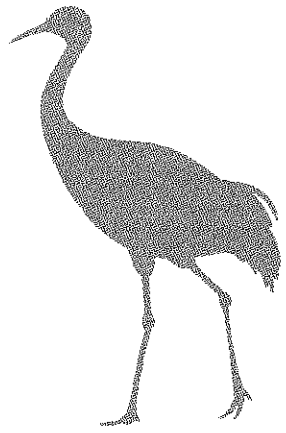
小田原 やちよ

園庭に映りし空や秋出水
舗道まで土砂のぬかるみ秋出水

鈴木 征子

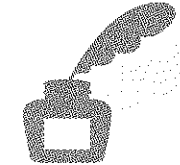
鳴りひびく夜のサイレン秋出水
川岸に芥残して秋出水

鈴木 すぐる



編集後記

広報部 栗原 勉



広報「ところざわ」10月に大きく掲載されておりました。

『ところん元気百歳体操』を、拝読されましたでしょうか。

椅子に座って手首や足首に重りの入ったバンドを着けてゆっくり動かす、筋肉トレーニングです。バンドに入れる重さは1本200グラムで、6本まで入れることが出来ます。自分にあった重さに調整でき、体力に自信のない方でも手軽にできる体操と、書かれております。

当長生クラブにおいては、トコフィット養成講座の修了者のサポーターによって、9月より集会所等において、長生クラブ会員を対象に、毎週1回の開催を始めました。現在参加者は10名位ですが、今後更に参加者が増えていくと思われます。

また、体操開始前や体操終了後のおしゃべりもまた楽しみの一つです。是非始めてみてはいかがでしょうか。

お問合せ先は、高齢者支援課(☎2998-9120)です。

赤い羽根共同募金・新所沢地区長生クラブ

奉仕友愛部 飯山 芳枝



10月1日(月)新所沢駅西口前で朝8時～午後4時45分まで7単くと1単くに編成して、各々単ク1時間15分交代で、5つの募金箱を肩から下げ、駅から降りてくる人、駅前を通る人にお願ひしました。

募金には若い人、子ども達も入れてくれました。

お金の事を聞かれた事もあり「いくらでも気持ちでいいです」と言いました。

活動終了後直ちに、所沢市社会福祉協議会に持って行き、数えてもらいました。

いくら集まったか・・・気になりながら・・・何と84,833円集まり、皆様の協力に感謝しています。

今回の参加者の中で米寿を迎えられた、水落さん、伊藤さんに参加協力をいただき改めてお申し上げます。

Q・赤い羽根共同募金はどこで役立てられているの。

A・集まった募金の約7割は、募金をいただいた地域で役立てられています。

残りの3割は皆様の住んでいる市町村を含んだ、広域的な課題を解決するほか、災害等準備金として、災害に備えて積み立て、発災時に被災地の災害ボランティアセンターの設置や運営等を応援するために役立てられています。

改めて【赤い羽根共同募金】の活動で社会参加できました事、参加者全員喜んでます。

所沢市長生クラブ連合会 後援会(33社)

- 青木クリニックス
- (有)朝日メディア・サービス
- (株)アテイ
- (株)新井園本店
- (有)新井設備工業
- 総合警備保障(株)埼玉西支社
- 伊藤内科病院
- 奥原歯科医院
- 菊寿司中新井店
- (株)久米川紙業
- ヤオゲン(株)シライ
- 宗教法人 神明社
- (有)親和会 千寿里
- 西建タイル(株)
- (株)セレモア
- (株)ソニックツアーズ
- 太陽の里
- (有)田中豊店
- (株)デンタルネット
- 所沢市合気道連盟
- ところざわ自動車学校
- 叶匠壽庵(西武所沢店二階)
- 西武所沢店
- 山本海苔店(西武所沢店二階)
- 山中運動具店
- (株)ワン・ライフ
- (有)仁科観光
- (有)博寿会
- NPO法人百歳万歳
- (株)マルナカ
- (株)三ヶ島製作所
- (有)宮原工業
- (株)第一印刷

私ども「所沢市長生クラブ連合会後援会」は、「長生クラブだより」の発行に協力させていただいております。

今後も様々な機会を捉えながら皆様のお役に立てるよう努めて参りますのでよろしくお願い致します。

会長 日高 幸二(株)セレモア)

お孫さんご入校特典

普通免許(MT・AT)学生限定 早割、紹介割引、学割など最大30,000円引き
(早割:15,000円、紹介割引:5,000円、学割:5,000円、メール登録割引:5,000円)

更に、ご入校手続きの際、この広告を持参していただいた方には
当校レストランのランチ券を2枚差し上げます

(割引及びランチ券サービスの適用は、平成30年12月28日正午まで)

「所沢市長生クラブ連合会後援会会員」
埼玉県公安委員会指定

ところざわ自動車学校

〒359-1106 埼玉県所沢市東狭山ヶ丘2-879-5

西武池袋線狭山ヶ丘駅東口より徒歩2分!

☎04-2922-6231