

高齢者クラブ伊集院支部広報 第十二号

令和二年十月〜令和三年九月

新しい生活様式で

いきいき活動



伊集院支部会長
山崎 リツ子

コロナ禍は、いつ
終息するのだろうか！

今年度も計画していた活動が展開できない状況にある。今年こそはと張りきっていたスポーツ大会も中止しなければならなかった。県老連・市高連・支部・単位クラブの活動ともに中止している。

楽しみにしていた活動が出来ない。クラブ会員同志に出会いがなくて、淋しくつまらない日々だとの声がかかれる。

県老連においては、「新しい生活様式」でグループ活動に取りくむよう進めている。

屋内・屋外で行う活動のポイント・参加に向けての留意点・コロナに負けない健康づくり等が示されている。

コロナ禍の予防の柱は「健康」・

「栄養」「社会参加」である。一

人一人が健康維持に努め、元氣いっぱいクラブ活動に取り組もう。

さて、八月に開催されたパラリ

ンピック大会における各競技に興味をもち、深く感動した。自ら持ち得る力を、懸命に競技に活かす

選手の姿は、国民に大きな力を与えたと思う。

選手たちの前向きな心意気と強い氣力に胸をうたれた。

やる気・勇気・努力をモットーに取りくめば、出来ないことはない。私は常々考えている。

私たち高齢者クラブ会員は、コロナ禍に負けることなく、気持ちを新たに、広い分野に目を向け、楽しい活動を見出し、いきいきと歩いていこう。

日置市ゆめ・ときめき活動

令和二年十月十六日、日置市

ゆめ・ときめき活動推進セミナー

が開催され、

表生田西長寿

会の山口和代

氏が、毎月の

会報告活動に

ついて発表さ

れた。



グラウンドゴルフ大会(個人戦)

令和二年十月二十日(火)実施

八十二チーム四一〇人参加



左記の上位
入賞者の方々
おめでとうございます。
ごさいます。

1 一位 表生田西 福元 則夫

2 二位 表生田中 米倉 信博

3 三位 瀬戸内 西之園 タツ子

四位 朝日ヶ丘 牧迫 輝義

五位 上方限 久保 キヨ子

六位 妙寿会 寺園 幸廣

(敬称略)

妙円寺小四年生との交流活動

妙円寺校区

妙円寺校区高齢者クラブでは、

例年妙円寺小学校四年生との交流

会を行っている。四年生は三クラ

ス、九十名余り。

活動内容は「グラウンドゴルフ」

と「昔の遊び」だ。G・Gは蜜に

ならぬようクラス毎に時間をずら

して交流を楽しんだ。中には四十

メートルも飛ばす生徒もいて驚き、

感激である。

昔の遊びは

「縄ない・け

ん玉・こま回

し・お手玉・

紙飛行機作り・

めんこ」など

グループに分けて行った。特に縄

ないは私達高齢者でも出来る方が

少なく、教わる生徒達も興味津々

で人気がある。長くなえた生徒の

得意顔が印象的であった。



コロナに負けまいと、 女性・若手部会合同研修

若手部長 三窪 昭

令和三年二月十三日、予定の視察研修を止め、コロナ予防対策を最大限に講じ、女性・若手部会合同研修会を開催した。

討議では、コロナ禍でのクラブ活動や今後取り組みたいことなど熱心に意見交換がなされた。

その内容の一部。①マスクを施設に寄付。②マスクや消毒液の配布。③飛散防止の衝立作成。④なるべく外での活動にする。⑤コロナ禍に負けずに、声掛けで、出会いの場、ふれあいの場を作る。



令和三年新年寿会

令和三年二月十六日



山崎会長ご挨拶



本年度の活動の抱負発表をした方々

令和三年度伊集院支部総会

令和三年四月十九日実施。功

労者として十二名、九十五才に
なられた方六名が表彰されました。講演は中村知敏氏で妻を
二十年介護した体験を通して
「高齢者の自立と介護について」
の話で会員は深く感動しました。



中村知敏氏講演の様子



表彰を受けられた方々

高齢者表彰

- 大内田 サチ (猪鹿倉桜寿会)
- 山下 伸一 (飯礼上中高齢者クラブ)
- 中玉利 文子 (麦生田中長寿会)
- 米倉 ユキ子 (麦生田中長寿会)
- 堂脇 輝男 (朝日ヶ丘友々会)
- 有川 昭男 (朝日ヶ丘友々会)

高齢者表彰

朝日ヶ丘友々会

父 堂脇輝男九十五才談

お陰様で、生きながらえて
おります。思い出すのは、長
崎で迎えた終戦。天皇陛下の
玉音放送のお言葉です。

そのあとは、穏やかな日々
をかみしめながら、生活して
参りました。近隣の皆様には、
御心配、御迷惑を今後もおか
けするかと思えます。よろし
くお願いいたします。

娘 (福島市在住) 記

高齢者表彰

麦生田中長寿会

米倉ユキ子さん談

昭和六十一年定年退職。第
二の人生。旅行したい。趣味
も広げたい。集落の婦人部で
旅行を！月に三千円貯金。十五

年間。南は屋久島から北は能
登半島迄実施。

いきいきサロンでの体操、
歌、お花、折紙。昼食も我が
家で作ったりしました。旅行
も安全第一に実施され、皆さ
ん協力して下さいました。感
謝いたします。

中区は一人暮らしの見守り
も実践、有難く合掌の日々です。
私の趣味は園芸。生花は自然を
楽しめます。集団納骨堂の花を生
けています。私の生きがいです。
今回は表彰をいただき宝で
す。余り波や風が立たず引潮
がそつと誘ってくれるといい
な。と願っています。

日置市高齢者クラブ総会

令和三年四月三十日



猪鹿倉桜寿会 表彰

伊集院高齢者クラブ会長会

令和三年六月二十九日、支部会長会で、妙円寺一区高年部橋口勉氏は、資金づくり、友愛タオル等の支援活動に活躍していることの発表。

大田上高齢者クラブ会長の中村弘氏は、会長が主体となり、会員増勧誘や地域づくり活動に取り組みことの重要性の発表。



妙円寺一区会長 橋口 勉



大田上高齢者クラブ 中村 弘

日置市ゆめ・ときめき

活動推進セミナー

令和三年七月十六日 猪鹿倉桜寿会 門松誠氏は、

コロナ禍における玉葱や芋植え、六月燈や鬼火たきの伝統行事の特色ある活動の発表。

妙寿会 佐々木憲一郎氏は、会員増についての実践と実績を発表された。



猪鹿倉桜寿会 門松 誠



妙寿会 佐々木 憲一郎

伊集院高齢者クラブ会長会

令和三年八月二日、高齢者クラブ会長会。山崎会長は担おう地域伸ばそう健康寿命について説明。続いてシルバースポーツ大会・支部広報づくりについて発表。



若手・女性共同学習塾開催

去る八月六日、市内四地域から約百名が集い、日置市高連若手・女性共同学習塾が開催された。

今回はシンポジウム形式が取り入れられ、関係者四名から「これからの若手・女性委員会を盛り上げるために」意見が述べられた。グループ討議

では、各単位クラブとも、コロナ禍での行事の消化に苦慮しながらも、コロナに打ち勝つていこうという意気込みが感じられた。



令和三年度伊集院支部

グラウンドゴルフ大会

令和三年九月二十四日、伊集院運動公園にて開催されました。永山新市長もご出席のもと、気持ちのいい汗を流しました。

成績は次のとおり

- 1 一位 妙寿会
- 2 二位 五区友愛会
- 3 三位 朝日ヶ丘友々会
- 4 四位 猪鹿倉桜寿会
- 5 五位 緑寿会
- 6 六位 麦生田中長寿会



市長ごあいさつ



ご来賓の皆様



準備運動



表彰式



護国神社清掃作業

麓東松根会

十七年に渡り続いている神社清掃を実施した。神社には会員の御先祖も祀られている。昨年 から自治会の協力を得てスムーズに完了し英霊の心やすかれを祈念した。



出前出張 健康講座編

妙友会 妙円寺七・八区

令和二年十一月十三日妙円寺中央公園で伊集院地域G G指導員の有馬様を講師にG Gの効用ルール等の研修を受けその後G G大会を行った。趣向の変わった有意義な内容の講座であった。



熊野神社境内の美化作業

竹之山高齢者クラブ

七月二十五日の六月燈に伴い、神事の前に境内の清掃作業を行いました。きれいに清掃された後は神事が行われ参加者にて竹之山の安全を祈りました。



願いを込めた千羽鶴

妙友会

疫病退散の願いを込めて折り始めた千羽鶴。気づけば千羽を超え色あいを照らし合わせてアマビエ様の形へと。千五百八羽で出来上がり。校区文化祭で好評を頂き今、公民館でコロナ収束を祈り続けています。



定例会活動状況

下方限クラブ

定例会開催時には一連の行事等打ち合わせと、意見交換、誕生会、昼食会。ハーモニカ伴奏で、童謡・昔なじみの歌謡曲を全員で声高らかに合唱していた。今はコロナ禍により余興は中断。



子ども会と育成会活動

中川老人会

ふるさとの子等と老人会活動。自治公民館の清掃や花園の草取り花植え、水かけ等、年数回実施。毎回の自己紹介では、少年団活動等、合わせた報告で楽しく、仲良くしています。



天神堂六月灯を前にして

天神友遊会

コロナ禍で活動が制限されている中、会員二十一名で汗だくになりながらマスク着用で作業を実施。きれいに除草され六月灯を気持ち良くむかえる事ができます。



ボランティア活動

つつじヶ丘睦美会

毎月十五日をボランティアの日と定め、揃いの法被を着用し、ゴミ拾いをしながら防犯も兼ね団地内を巡回している。又年末夜間に車で防犯防火の徹底を呼びかけている。



高齢者と各団体との一斉手入れ

寺脇のびる会

寺脇のびる会の高齢者活動の一つで毎月一回花壇の花植え付け。手入れ。青壮年部。女性部。子供会。高齢者一緒に毎月集まり精を出して実践。声かけをしながら楽しんでいきます。毎年花壇コンクールで授賞。



カライモの植え付け

妙円寺五区友愛会

梅雨の間の曇り日、農作業にふさわしい好天気のもと、まずは植え付けの勉強から「つる」の方向はいろいろあり、それで「イモ」のなり方も違うなどで盛り上がった。



第三公園の清掃作業

緑寿会 (妙円寺六区)

コロナ感染症で窮屈な生活を余儀なくされていますが、こういう時こそ地域の絆を大事にしなければと考えています。写真は、第三公園清掃作業の一齣です。



あおぞらこんにやく作り

上方限高齢者クラブ

自治会運動公園でサロンと合同で手作りこんにやく作りを体験。講師は会員の

こんにやく作り名人二人にお願いした。すばらしい出来栄えに来年もぜひ作りた



笑顔で元気いっぱい

麦生田西長寿会

麦生田西地区は国道三号線沿い、会員三十三名平均年齢七十七歳で活動。週一回のグラウンドゴルフ。月一回のいきいきサロン、健康づくりを楽しむ実践。また日置市高連の



芸能大会に会員考案のユニークな「体力づくりダンス」実演。好評。会場を明るくしています。花植えも年二回。

月1古紙回収 会話弾む



伊勢市高連 見守り活動の一環
見守り活動の一環として、毎月1回、古紙回収と合わせて、会員同士で会話を楽しむ活動を行っています。参加者は、回収した古紙の量を競い合い、会話を楽しむ様子が見られました。

南日本新聞より

思い出される研修視察

徳重東高齢者クラブ

写真は玉川学園創設小原匡芳先生のモニュメントを背に笑顔の会員。秋目上陸の鑑真記念館も思い出に残る。年二回の研修視察早く出掛けたい。コロナ終息を願う。



コロナ禍で!

矢筈寿会

月一回の例会は家に閉じこもりず仲間と共にグラウンドゴルフを実施。ホールインワンをめざし、ストレス解消。コロナ撃退で活動。マスク着用、三密回避で!



小学生との交流会

妙円寺一区高年部

毎年十二月にクリスマス交流会を行っている。令和二年度はコロナ禍のためグラウンドゴルフだけだったが楽しいふれあいの時をもてた。お母様方の応援がすごい!



スイカの試食会

麦生田下あすなる会

四月に花壇の後にスイカの苗を二本(接木)植えた。月に一〜二回見に行きワラを敷いたり鳥獣対策など実施。なんと十二個のスイカが出来た。七月の花壇の花植時に試食会を実施した。



歌う会で脳トレ

大田上高齢者クラブ

今回は歌だけで脳トレを行いました。当会で選曲した戦前から戦後の懐メロで歌詞の意味や歌っていた当時の自分等を意識しながら歌つての脳トレをしました。



見守り活動の一環

立野高齢者クラブ

会員宅を訪問する中で二ヶ月置きに新聞紙チラシ雑誌類の回収を始めた。見守り活動の一環で近況を聞いたり体調の確認にもなり大変喜んでもらった。



「郡内はつらつ会」発足

郡内はつらつ会

郡地区で、唯一高齢者クラブの無い郡内でしたが、自治会の中で活動しているグラウンドゴルフ・筋ちゃん広場・ほつつほつつサロンの活動をそのまま継続した高齢者クラブとして発足しました。

コロナ禍中の発足のため、全員集まっただけの会合は出来ていませんが、はつらつとした高齢者クラブにしていききたいと思えます。

※コロナ禍で会合が出来ていないため写真はありません。



高齢者と自治会で花壇づくり

郡上いきいき会

皆んなで花植えを行いました。

肥料、植え方など農家の人もいるのでお手のもの。ブロッコ

は自治会梅の前会の手づくりです。美しい花が咲きま

すように心をこめて。



コロナ退散東京五輪の成功を

妙寿会

新しい年は恒例の鬼火たきに始まる。燃え盛る炎に無病息災、家内安全、学問成就。今年はこの年に加えてコロナ退散、東京五輪の成功を祈りました。



引退が喜ばれない時代

下神殿福寿会

コロナ禍で防災研修会のみ実施。自治会の高齢化が急速に進んで、高齢者の自治会活動への参加が必要になり、若い世代の負担を軽くするために、

「自分たちでできることは自分たちです」という自助・共助の心が高齢者には大事となっています。



グランドゴルフ練習場づくりの風景

九十六歳元気いっぱい東國広氏を手本に

宮脇長寿会

東さんを中心にきんちゃん広場くよくよしない。妻の料理を食べる。好き嫌いは言わない。九十二才まで公務をさせてもらった。健康にも注意した今は感謝のみ。



七夕で疫病終息を祈願

郡下さくら会

昨年度から新型コロナウイルスの蔓延で活動の一部を自粛。「こいじや

いかん、どげんか せんと！」と言うことで、七夕の短冊に祈願。

どうか、終息しますように！



写真撮影ではマスクは一時的に外しました

七夕にコロナ終息願う

瀬戸内老寿会

コロナ終息を願い七夕作りをしました。久しぶりに作る七夕の飾りつけに昔を思い出しながら楽しく立派に出来ました。天候不順で外に出せず屋内に立てかけました。



園児の笑顔を想いつつから芋植え

朝日ヶ丘友々会

今年は苗の生育が悪く五月中下旬の二回に分けて植え七月二十日草取りを実施、生長は順調です。秋には幼稚園児と一緒に芋掘り、芋と笑顔に会えるのが楽しみです。



楽しく学んだ視察研修

大田下若葉クラブ

参加人数を削減、十二名で研修を行った。甲冑工房丸武産業で、武将達が着用した鎧を見学した。また、柳山風力発電所に行き、大きな風力扇を見学、楽しく学んだ。



私設グラウンドゴルフ場

中福良長寿会

今春、標記の施設が地域内にくまってきた。これから思い切りやれるので会員皆喜んで楽しく参加している。また一段と健康(幸福)寿命が伸びることが期待される。



公民館花作り美化活動

上土橋高齢者クラブ

小中学校先生方を交え公民館に学校より花苗等提供頂き生徒達と一緒に定植し綺麗な花が咲きました。今後も一緒に頑張って美化活動に努めたいと思います。



コロナ禍の中の活動の工夫

猪鹿倉桜寿会

活動自粛の中で、屋外での活動の場をつくり、玉ねぎ、ジャガイモ、さつまいろを栽培、育成会・子供会と一緒に収穫祭をした。産物はこども食堂、高齢者施設にも提供。



美化運動

飯牟礼上中高齢者クラブ

毎年五月五日の奉納棒踊り、週二回のグラウンドゴルフ、会員にとって親睦の場でもある熊野神社境内の草払いと花壇の手入れを実施しました。



花壇造り

麦生田中長寿会

道路脇の花壇は、今は夏の花々がウォーキングする方々の心を癒しております。黙々と時には、おしゃべりしながら皆で年二〜三回花壇の整備と草取りをしています。



町内美化活動

古城サンライズクラブ

私達は七月二十五日午前七時より約一時間町内の空缶ゴミ拾いを行いました。車通りの多い所は作業中の看板を掲げて行いました。二十一名の参加者がありました。



コロナ禍でできることを実施

恋之原高齢者クラブ

夏休みに子供達とラジオ体操(大人二十八人、子供六人)、恒例のそば植え(大人二十八人、子供四人)を実施。屋外行事は対策を十分にして、健康維持のため実施したい。



子育て支援「学童ひろば」

平古高齢者すみれ会

夏休みに公民館を所定の時間開放して、学習や遊びの場を提供しています。子供たちと一緒に工作やおやつ作りをして、楽しみながら見守っています。



花壇整備作業と神社の草取り

上神殿長寿会

上神殿長寿会は例年、年三〜四回の花壇の花植え替えと神社境内の草取りを行なっています。今年にはコロナ禍で、筋ちゃんもサロンも休み。久々に顔を合わせての作業。



思うこと・提言・意見

平古すみれ会 切原 勉

◎六十五才になると、自動的に全員高齢者クラブに加入し、活動しよう。平古は既に実践中です。高齢者活動は、自治会活動の大切な部分を担っています。

◎グラウンドゴルフをする人、しない人に分かれる。いろいろな活動の工夫を！

◎参加しやすいメニューの開発を！高齢化に伴う健康教室・社会貢献(清掃活動)、講演会(介護・遺産相続・認知・栄養・ウォーキング等)

◎組織に頼らない資金活動の工夫
◎会合の内容・組織改善も考えましょう。市長さんも新しくなられました。いい機会にしましう。(丁寧な文を編集で要約)

◎妙円寺大行進(本年度は中止)

矢筈岳登山・吹上ウォーキング、一年でも若いうちに参加してみましよう。

徳重東 酒匂

編集後記



今回もコロナウイルス感染拡大防止のため行事が中止になりましたが、各クラブからの原稿提出が増えたり、提言・意見、九十五才表彰のことば等盛り沢山になりました。また、近年若手・女性部の活動が活発になり、よい提言がありました。各クラブ掲載順番は佐々木・神橋両副会長がくじ引きで決めました。各活動に感動です。

編集部長 酒匂靖夫
編集委員 山崎リツ子 三窪昭
事務局 橋口勇