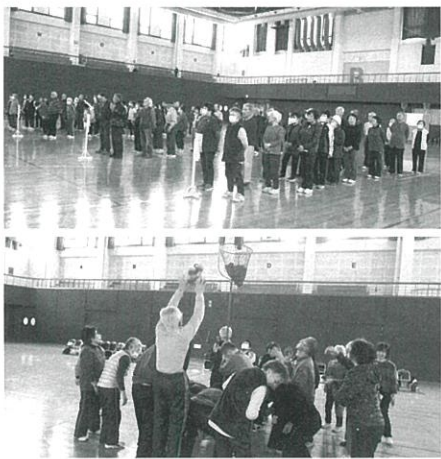


栗老連だより

発行年月日／令和2年4月1日
 発行／栗山町老人クラブ連合会
 総務・研修部会
 事務局／栗山町社会福祉協議会内
 電話／72-1322

冬期スポーツのつどい



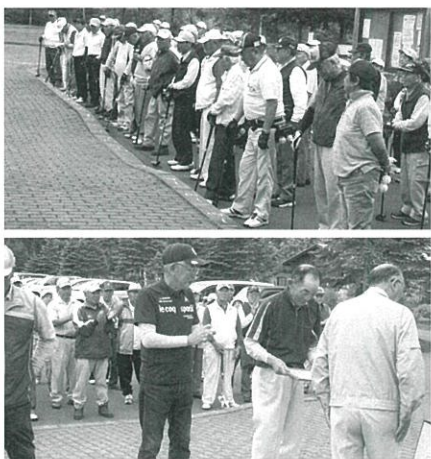
二月十八日、第六回冬期スポーツのつどいを、スポーツセンターで開催しました。

今年で六回目を迎え、参加者八十六名は四組に分かれ、仲良く運んで♡、なんちゃってカーリング、ボール運び、玉入れの競技を行い、交流種目としてパン食い競争の軽スポーツを楽しみながら、親睦交流をはかりました。

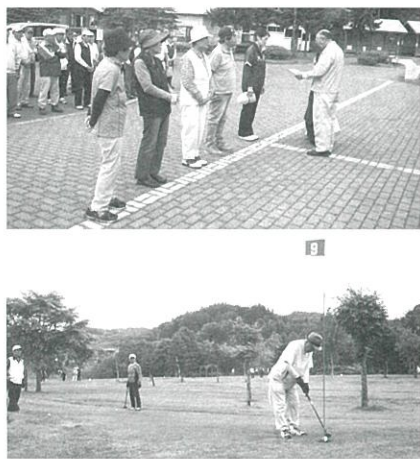


最後にチームの成績発表があり、順位ごとに景品が渡され参加された皆さん「楽しかった」と話されていました。

健康づくりパークゴルフ大会



九月十一日、生きがいと健康づくりを目的に健康づくりパークゴルフ大会を開催し、六十七名が参加、プレイヤーには町健康づくり推進協議会の協力で麦茶を提供して頂き、日頃の練習成果を発揮していました。



（結果）男性の部

優勝	小野寺秀夫さん
準優勝	五十嵐俊二さん
三位	井口 実さん
四位	清水 和夫さん
五位	沼山 一夫さん

女性の部

優勝	西海喜久江さん
準優勝	南畑 京子さん
三位	池田 悦子さん
四位	森 禮子さん
五位	長嶋 紀子さん

チャリティ上映会を開催

九月三十日、カルチャープラザ「Eki」にて、映画「ゆずりは」の上映会が町指定管理業者(株)日東総業との共催により開催しました。



女性研修会

二百三十名の方が鑑賞され「とてもいい映画だった」との声を多くいただきました。
 売上金の一部を昨年北海道を襲った平成三十年胆振東部地震義援金として、日本赤十字社栗山分区分を通じて寄付いたしました。

十一月十四日、総合福祉センター「しゃるる」にて、(株)ファインエイジング 健康運動指導士 長谷川 拓介氏を招き、「介護されないための楽しい身体づくり」と題し、サルコペニア（筋力低下や身体機能の低下が起こること）にならないための身体づくりについて研修会を行いました。



レクリエーションのびんぎ

十月五日、第四十二回栗山

町レクリエーションのつどいを、スポーツセンターで開催しました。



今年も町スポーツ推進員の指導を頂き、参加者六十五名は四組に分かれ、男女ペアで行うしりとりで仲良く♡、オリンピックに因んだバトンでオリンピックの他、ザ・ゲートゴルフ、サイコロでビンゴ、玉入れを行い、今年も競技の一番最後に盆踊りを行いました。

交通安全街頭啓発

秋の全国交通安全運動に併せ、九月二十日、各単位クラブより六十五名が、交通事故撲滅の願いをこめて栗山公園前にてイエロー作戦を開催予定でしたが、悪天候の為に中止となりました。

近年、減少傾向にあった交通事故死亡者が、昨年は増加傾向にあり特に高齢者被害者は全体の半数以上を占めております。

これまで交通安全活動に取り組まれているとは思いますが、今一度、安全のために横断歩道を利用・運転者が自分の事を見ているとは限らない・特に日没前後の道路の横断は、左右を十分に確認してから横断・車の姿が見えてくる時は、道路を横断しない・などについて、改めて注意願います。

世代間交流事業

子ども達とおじいちゃん・おばあちゃんとの交流

十月二十三日、児童センターにおいて児童センターの子ども達と単位老人クラブ（雨煙別むつみ長生会、鳩山長寿会、継立百年クラブ）の会員六名が参加。今回は、ミニ運動会と題し、子ども達九十名と一緒に、玉入れ、ピンポン玉運びリレー、パン食い競争をしました。





十二月十二日、栗山高校の「生活と福祉」と「フードデザイン」の科目を選択している三年生と世代間交流を行いました。

「生活と福祉」を選択している九名が考えたレクリエーション（とんち文字クイズ、タオルでシフトゲーム、風船バレー）を生徒進行で行い、最初は緊張していた高校生もレクリエーションを行っていきうちに、老人クラブの方々と笑顔で会話が弾み、レクリエーションを楽しみました。



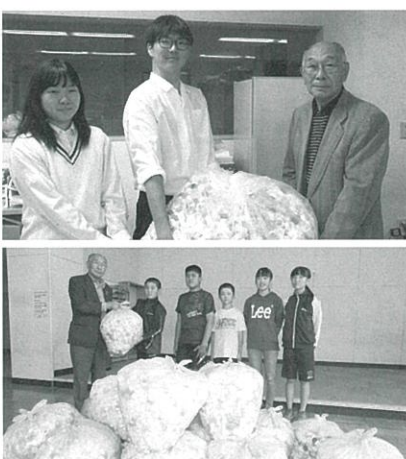
栗山高校三年生との世代間交流会

続いて、「フードデザイン」を選択している十二名と一緒に「カレー」を協力し合い完成させ、楽しく会話をしながら試食を行いました。

最後に、生徒が手作りの令和二年のカレンダーが、参加された方に手渡されました。

栗山高校・継立小学校より ペットボトルキャップ・ リングプル受け取り

九月十一日、栗山高校文化委員より「ペットボトル収集活動に役立ててください」と言葉を添え回収したペットボトルキャップを手渡されました。



また、十月二日継立小学校児童会より回収したペットボトルキャップとリングプルを「みんなで集めたキャップです。よろしく願います。」と言葉を添えていただきました。

受け取ったペットボトルキャップ・リングプルは選別し、リングプルは既定の重量が集まると車いすに交換され、ペットボトルキャップは業者に買い取っていただき、収益は町内の子どもの活動等を補助するために使う予定です。

今後もご協力よろしく願います。

令和元年度 高齢者演芸会開催中止

三月四日、カルチャープラザ「Eki」に於いて、令和元年度高齢者演芸会を開催予定でしたが新型コロナウイルス感染症の拡大している状況を受け、会員皆様の健康と安全面を第一に考慮した結果、苦渋の決断でしたが今年度の演芸会開催を中止と致しました。参加申し込みを頂き、準備を進められていた皆様には誠に申し訳ございませんでした。来年度の演芸会開催には沢山のご参加をお待ちしております。

事務局より

二月末より新型コロナウイルス感染症が拡大しております。各公共施設が休館され、いきいき交流プラザ（サンタカフェ）も休館となり皆さんには大変ご不便をお掛け致します。皆さん一人ひとりが、新型コロナウイルスに感染しないよう心掛け、外出後や調理の前後、食事前などこまめな手洗いやマスク着用などの対策を行って下さい。



老人クラブに入会して一緒に楽しみませんか！

「これから何かを始めよう」という気持ち大切です。まずは、自分の住み慣れた地域の仲間と楽しいクラブ活動に参加しませんか。

新しい出会いを通じて、多くの人と交流を深め、生きがいづくりをしましょう。

〇入会の方法

- ・入会の際は、地域の老人クラブに直接申込み下さい。
- ・最寄りの老人クラブがわからない時は、町老連事務局までお問い合わせ下さい。
- ・お問い合わせ先

町老連事務局（社会福祉協議会内）電話七二一一三二二

あとがき

令和元年度栗山町老人クラブ連合会の予定行事は全て盛会のうちに終わろうとしていたのですが二月下旬より新型コロナウイルスが日本全国、全世界に拡大し全ての催しが中止となり、高齢者演芸会を止めざるを得なくなりました。この日を目指して練習を重ねてきた方々の事を考えると本当に残念でなりません。

先日、新聞に目を向けると「幸齢社会」の見出しがあり、読んでみると医療や介護の現場では人工知能（AI）の活用が進み最先端の研究や先進的な取り組みから健康寿命を大きく延ばす「幸齢社会」を展望されています。

医療分野では今、遠隔診療ができる環境整備が進められています。遠隔医療の普及が本格化すると、遠隔手術が可能となり、今後は薬剤などを搭載した超小型のカプセルのような機械が人体の血管内を駆け巡り、がんや認知症などの重大な疾患を発見し治療まで行える技術の開発を目指しているということでした。

何もなくても自然と健康が維持される技術が早く実現され、「人生百歳の時代」「高齢」ではなく「幸齢社会」となって欲しいものです。

総務・研修部会長

！感染症対策へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に
・爪は短く切っておきましょう
・時計や指輪は外しておきましょう



石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやる



正しいマスクの着用

