

栗老連だより

チャレンジ通信

発行年月日/令和3年12月1日 発行/栗山町老人クラブ連合会 総務・研修部 事務局/栗山町社会福祉協議会 電話/72-1322

クリーンウォーキングを実施しました!



10月9日、社会貢献活動の一環として、ごみ拾いを行いながら街中を散歩するクリーンウォーキングを実施しました。

日頃、会員の皆さんは外出や人との接触を控えており、身体や認知機能の低下が心配されます。

そこで、運動不足解消と気分転換を図ろうと、栗山町スポーツ推進委員、北海道介護福祉学校、栗山高等学校の学生、町保健師にご協力いただき約100名が参加。

参加者は4班に分かれて、スポーツセンターから出発し、それぞれ栗山駅、栗山公園、松原産業(株)、総合福祉センターしゃるる間を往復しました。

久しぶりに会った会員同士や学生との交流で親睦を深め、笑顔で楽しい時間を過ごしました。



令和2年度 栗山町老人クラブ連合会功労者表彰式

4月27日、栗山町老人クラブ連合会定期総会の会場に於いて、総会の前段に功労者表彰式を執り行いました。

本来は、3月開催予定の高齢者演芸会の会場で執り行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため高齢者演芸会は開催中止となり、功労者表彰式は定期総会で開催致しました。

多年にわたり単位老人クラブの役員として会の推進・発展にご尽力された方々に丸山会長より表彰状が贈られました。



【栗山町老人クラブ連合会表彰受賞者】

- ・佐藤 敬 様 (寺町ダリア会)
- ・千葉 勝己 様 (南長生会)
- ・佐藤 剛 様 (南長生会)
- ・山岸 幸雄 様 (万年クラブ)
- ・丸山 直子 様 (杵臼喜楽会)
- ・高沼 初雄 様 (共和長生クラブ)

ペットボトルキャップ・ リングブルの 選別・詰替・搬入作業

7月28日、カルチャープラザ「Eki」で、10月27日、総合福祉センター「しゃるる」に於いて、ボランティア連絡協議会にご協力いただきペットボトルキャップ・リングブルの選別作業が行われました。

翌月の11月4日に、令和3年度に収集、選別した約1,264kgのペットボトルキャップをビニール袋からフレコンに詰替える作業を行い、同日、町内事業所の運搬協力により、苫小牧市にあるプラスチック製品の買取り業者、日揮通商（株）苫小牧工場へ届けました。

キャップは、後日、計量され1kg5円（その時の相場で変動）で換金されます。

換金されたお金は積立し、今後、役員で協議し町内の子ども達の活動等を補助するために使う予定です。

また、リングブルは、江別市にあるリングブル再生ネットワーク「プルネット」へ直接受け入れをしてもらい、後に回収量に応じて車いすと交換されます。



栗山高校より ペットボトルキャップ・ リングブルの受け取り

10月8日、栗山高校前生徒会長と前文化委員長より「ペットボトルキャップ収集活動に役立ててください」と、回収したペットボトルキャップが手渡されました。沢山のご協力ありがとうございました。



ペットボトルキャップ収集のお願い

いつもペットボトルキャップとリングブルの収集活動に、ご協力いただきありがとうございます。

平成29年度よりプラスチック製のキャップであれば受け入れを可能としましたが、プラスチック買取り業者より、清涼飲料水のキャップのみの回収に変更との連絡があり、変更することとなりました。

今後は、清涼飲料水のキャップのみの収集にご協力をお願いします。

また、キャップを収集ボックスに入れる際には、お手数ですが一度水洗いしてから入れていただけるよう併せてお願いいたします。

健康づくりパークゴルフ大会



9月27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が開催され、73名が参加し、日頃の練習成果を発揮していました。表彰につきましては、後日、入賞者に賞品をお渡ししております。

(結果)

男性の部

優勝 柴田 充さん
準優勝 渡辺 忠春さん
3位 福永 隆治さん
4位 宮本 良一さん
5位 小野寺秀夫さん

女性の部

優勝 南畑 京子さん
準優勝 北山 久恵さん
3位 畠井 春美さん
4位 小田嶋喜美子さん
5位 長嶋 紀子さん



交通安全街頭啓発「イエロー作戦」

7月15日「夏の交通安全運動」、9月21日「秋の交通安全運動」のそれぞれに併せて、夏は会員58名参加、秋は会員48名の参加をいただき、交通事故撲滅の願いをこめて夏は栗山公園前の国道、秋は栗山役場前の南大通り沿いを通過するドライバーに黄色の旗で「シートベルトの着用とスピードダウン」を呼びかけました。



チャリティー 映画上映会を開催



10月1日、カルチャープラザ「Eki」にて、映画「長いお別れ」の上映会を町指定管理業者(株)日東総業との共催により開催しました。

今年度は、新型コロナウイルス感染対策として、席数を半分とし午前、午後の2回上映をおこない約200名の方が来場され「とてもいい映画だった」との声を多くいただきました。

また、売上金の一部は令和3年7月大雨災害の義援金として、日本赤十字社栗山分区を通じて寄付いたしました。

空知地区老人福祉功労者表彰伝達式

11月10日、空知地区老人クラブ連合会老人福祉功労者表彰の伝達式を執り行いました。

本来は、9月1日に南幌町で予定しておりました「空知管内老人のつどい」の会場にて執り行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の緊急事態宣言が発令されたため開催が中止となり、緊急事態宣言解除後、伝達式を開催致しました。

多年にわたり町老連、単位クラブの役員として会の推進・発展にご尽力された方々に高橋副会長より表彰状が伝達されました。



【老人福祉功労者表彰受賞者】

畔越	君子 様	(緑町新生クラブ)
村上	アキ子様	(緑町新生クラブ)
佐藤	三郎 様	(緑町新生クラブ)
宮古	紀美子様	(寺町ダリア会)
山岸	幸雄 様	(万年クラブ)
水上	知夫 様	(ふじ団地シニアクラブ)
元田	隆 様	(中里長寿会)
上村	惇 様	(雨煙別むつみ長生会)
西川	弘 様	(杵臼喜楽会)
鷹田	信康 様	(共和長生クラブ)
林	弘慶 様	(共和長生クラブ)
中山	軍治 様	(共和長生クラブ)
高沼	初雄 様	(共和長生クラブ)
傳庄	幹弘 様	(角田白寿クラブ)

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、チャレンジしてみよう！」という気持ちが大切です。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、多くの人々と交流を深め、生きがいを一緒に楽しみながら行いましょう。

また、いきなり加入するのが不安な方は、栗老連主催事業に「参加体験」からでも、いかがですか？お気軽に事務局までお問い合わせ下さい。

○老人クラブの入会の方法

- ・入会する際は、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～ 町老連事務局（社会福祉協議会内）電話72-1322

あ と が き

愛読の新聞のタイトルに目を向けると「70歳が老化の分かれ道」とあり興味が沸き読んでみる。

人生100年時代、70代は最後の活動期でその過ごし方が80代以降の老いを大きく左右するという。「身体機能も脳機能も今もっているものを使い続けること」とともに意欲の低下を防ぐことが重要である。

高齢者への意識調査によると「何歳まで生きたいと思うか」との問いに、60～70歳代は「80歳代」が大半を占め、80歳以上では実年齢に10歳程度を加えた年齢が多い。

自立した生活を長く続けるためには健康寿命を延ばすことが大切になる。

男性は72.14歳、女性74.79歳、平均寿命との差は、男性が約9年、女性は約12年ある。（平成28年調べ）

この差を縮めるために「スマート・ライフ・プロジェクト」運動を呼びかけられている。

具体的には、①毎日プラス10分の身体運動

②1日あと70gの野菜をプラス

③禁煙でタバコの煙をマイナス

④健診・検診で定期的な健康チェック

我が町においても高齢者向けの体操やフレイル（虚弱）予防対策など推進されています。

自分の健康寿命延伸に向けて努力しなければと思う「幸齢社会」に向けて。

総務・研修部会長