

さずな 絆

《羽黒支部事務局》

鶴岡市羽黒町荒川字前田元 89
羽黒庁舎・羽黒福祉センター内
電話 0235-62-4534
FAX 0235-62-5070

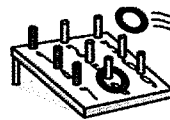
第2回公式7ナゲ大会 令和元年7月5日(金)



◎会 場 泉地区地域活動センター

◎参加数 16チーム

会員の増員をめざし、手軽にでき、連合会に加入していない老人クラブも参加しやすく、活動にも理解を深めてもらう目的で行い、親睦を深めることができました。



第45回 体育レクリエーション大会!

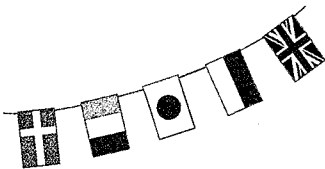
令和元年9月5日(木) ◎場 所：羽黒体育館



恒例の健康づくり事業として5種目の競技が行われました。体育委員が中心となりスムーズに運営され、楽しい時間を過ごしました。

◇ 成 績 ◇

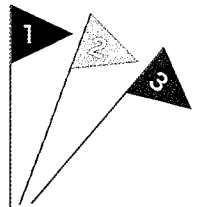
- 第1位 町屋老人クラブ
- 第2位 仙道さわやかクラブ
- 第3位 きららクラブうわの



【玉入れ】



【ヒットだターゲット!】



「老人クラブ活動を通じて 元気で長生きを」



羽黒支部長

山本興治

高齢社会が一段と進み人生百才時代と言われていますが、元気で長生き、健康寿命を維持することが極めて重要なことでもあります。

高齢者の生き方として、これまでの経験と知識をもって、家庭に地域社会に貢献することが高齢者を健勝にし、又、集大成、使命ではないでしょうか。

昨年の暮れの百才体操の考案者堀川俊一先生の講演で元気で長生きのコツを図解で力説していました。

「元気で長生きの方程式Ⅱ」

(栄養×運動×口腔ケア)

＋社会参加

社会参加(人とのふれあい)は何物にも代えがたいサプリメントでもっとも大切なことであるとのことでした。

このことは老人クラブの目的であり、活動方針と一致します。

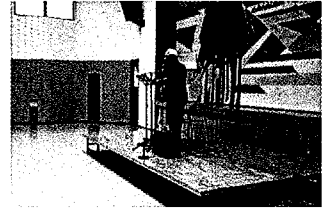
自信をもって活動に取組み、新会員を集い健康の輪を広げ元気で楽しい高齢時代を謳歌しようではありませんか。

「徘徊と言われぬように挨拶し」の運動をしましょう。

会員研修会 令和元年11月18日(月)

於：羽黒コミュニティセンター

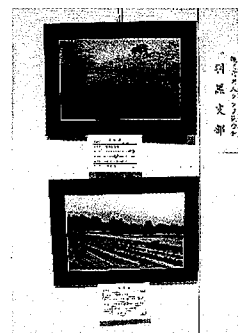
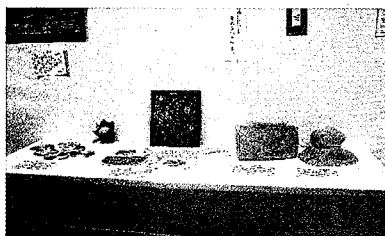
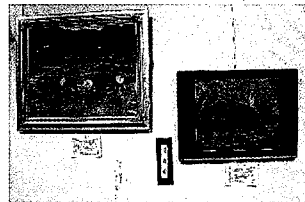
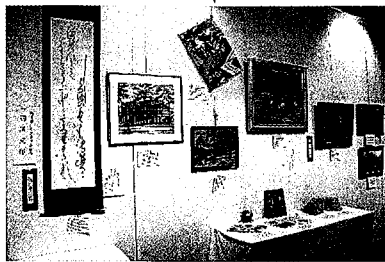
会員研修会は最初に山形新聞鶴岡支社長より「おしどり金婚さん」の顕彰が行われ、高寺の加藤さん夫婦より代表して受取つていただきました。その後羽黒庁舎保健師柿崎夏実氏より「認知症とロコモの予防について」大戸眞澄氏よりギターで弾き語り演歌講座「考えて、歌って、笑ってリフレッシュ」の演題で講演していただき、身体を動かしたり、笑ったり楽しいひとときでした。



鶴岡市高齢者作品展 令和元年9月14日～19日

高齢者作品展が鶴岡市アートフォーラムで開催され羽黒からは7名の方が13点の作品を出展し、2名が優秀賞を受賞しました。受賞者は

- ・きららクラブうわの 佐藤久美子さん
和紙ちぎり絵
- ・松原長生会 斎藤幸子さん
書(掛軸)



女性部会員研修会 令和元年10月11日(木)



今年度は寒河江市の慈恩寺と佐藤繊維(株)山形の御殿堰へ行ってきました。



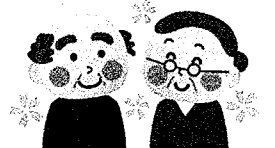
佐藤繊維は極細モヘアと特殊紡績糸の開発で世界にその名をとどろかせています。

慈恩寺は重要文化財に指定されている仏像等拝観し、悠久の世界を体感してきました。



羽黒支部ではこのような活動を行っています。
あなたも老人クラブ活動に参加してみませんか

～ 伸ばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを～



老人クラブで... わたしも、まちも、 元気いきいき!

健康・友愛・奉仕(三大運動) + 生活を豊かにする楽しい活動・地域を豊かにする社会

仲間と居場所と役割があると...生きがいづくりにつながります♪