

## 各区だより

### 熱田区 あつた

町の歴史にふれながら  
明日への健康づくり



熱田区老人クラブ連合会は、會員相互の親睦や健康づくりなど生活を豊かにし、生きがいを見つけていくことにつながる行事を行っています。人生100年時代と言われる今日、体力の維持に努め、少しでも健康で長生きしたいと思うのはみなさん同じだと思います。

熱田区老連でも、ウォーキング大会、グラウンド・ゴルフ大会、ペタング大会、カローリング大会、ボッチャ大会とスポーツイベントは大変人気があります。今回は、その中でもウォーキング大会をご紹介します。



熱田区は、熱田神宮をはじめ神社仏閣が多く点在し、区内には歴史的資産が多く見どころが満載です。今年度の春は、私が卒業した小学校「旗屋小学校の武家屋敷門」、毎年6月1日に開催される「井戸のそき」で有名な高座結御子神社の「コースを歩きました。秋には9月にオープンした「あつたnagaya」や、毎年12月16日に行われる火渡り神事で有名な「秋葉山円通寺」の「コースを歩きました。

このウォーキング大会をきっかけに、自分の地域で町の歴史にふれながら歩き、新たな発見をするこの楽しみや、歩くことの習慣づくり、それが健康づくりにつながればと願っています。(林 光博)

### 中川区 なかがわ

ボッチャと詩吟で絆強く



中島学区老人クラブでは、「北部長寿会・高杉あやめ会」との合同により、地域での親睦と交流を深め、さらにはクラブ員の健康と生きがいづくりを目的に、「中島にこにこ会」としてサロン活動に取り組み、すでに3年目を迎えています。その活動についてご紹介いたします。

活動内容は「ボッチャ」と「詩吟」ですが、クラブ会員のみならず、近隣学区の愛好者の皆さんにも参加していただき、友好の輪を広げ、活性化を目指しています。

「ボッチャ」は月2回、学区公民館を利用していただき、ゲームの面白さやチーム戦での和を大事にし、体力の維持向上に努めています。また「詩吟」活動では、私が長年、詩



吟に携わり師範資格を取得していたことから、講師を務めさせていただき、月2回みんなでお腹から大きな声を出すことによる健康面での向上と「漢詩・和歌・俳句・歌謡吟・近代詩」など独特な節回しの妙味や、詩歌作成における「時代背景・作者の意図」などをみんなで勉強し、健康面だけでなく、格調のある趣味の世界にふれ、生きがいと意義ある活動に取り組んでいます。

終わりに、今後も「中島にこにこ会」全員でこのサロン活動の継続とさらなる向上を目指し、頑張っていきたいと思っておりますので、よろしくお願ひ申し上げます。(村上 光正)