

名古屋市南区老人クラブ連合会 会報誌

なごやか クラブ 南 だより

第3号

高校生から

マフラー
贈呈!

第
57
回

南区老人福祉大会

令和5年9月27日(木)、
名古屋市南区役所講堂にて、
第57回南区老人福祉大会が
開催されました。
式典では、高校生が製作した
68本ものマフラーの贈呈式が
行われました。

10ページに関連記事

会長挨拶



名古屋市中南区老人クラブ連合会

会長 田口 欽郎

龍の如く力強い一年に

明けましておめでとうございます。なごやかクラブ南の会員の皆様には、健やかに新春をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。日頃から、本会の諸行事運営にご理解とご協力をいただいております事に、厚く御礼を申し上げます。昨年5月に新型コロナウイルスも5類に移行し従来通りの行事が再開されております。是非再開した区老連の活動にご参加され、心身ともに明るく健康に過ごされることを期待しています。さて、2024年、今年の干支は辰でございます。辰年は十二支の中で唯一架空の生き物だといわれていますが、その辰である龍は誰が見ても力強さを持った動物に見えます。辰年が龍のように力強く縁起のよい年になるよう、いまだ終息しない新型コロナウイルスの感染対策をしながら、日々の活動を楽しむことが出来る新しい生活様式に則した老人クラブ活動を考えていきたいと思っております。

昨年、11月8日(水)、9日(木)の2日間、秋田県秋田市あきた芸術劇場ミルハス大ホールで、老人福祉法制定60周年記念第52回

全国老人クラブ大会が開催され名古屋市中南区から、表彰者(3名)を含め10名が参加しました。昭和区、熱田区、南区の理事が参加し表彰を受けました。南区の表彰は、優良老人クラブ連合会(全国で49連合会)と、育成功労者(全国で120名)の表彰です。全国的に会員減少傾向での表彰を頂いた訳ですが、新規入会者への声かけ、会員減少の歯止め等いろいろと区老連、学区でも模索しているところです。来年度(令和7年2月)市老連60周年記念の開催が予定されております。老人クラブを少しでも知っていただく良い機会ではないかと思っています。仲間づくりを広げ地域を創成するには、会員の皆様をはじめ、市区老連の協力を得ながら行政当局や、地域における団体機関とも連携し努力してまいりたいと思います。

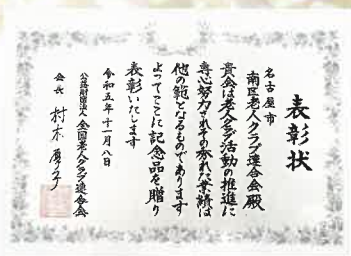
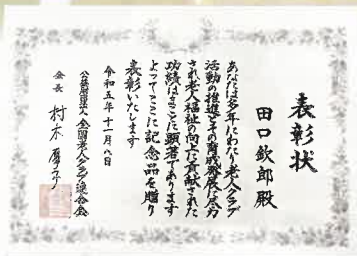
これからも会員の皆さまが区老連活動を通じて、充実した毎日を送っていただけるよう、役員一同、尽力してまいりますのでご支援、ご協力をお願い致します。終わりに、本年も皆々様にとりまして明るく、幸多き年となりますよう心より祈念申し上げます。して新年のご挨拶といたします。

老人福祉法制定 60 周年記念 第52回 全国老人クラブ大会

南区老連、田口会長が受賞

令和5年11月8日(水)・9日(木)、あきた芸術劇場ミルハス大ホールにて、第52回 全国老人クラブ大会が開催されました。

式典では、多年にわたり老人クラブの活動の推進に尽力されたことが認められ、このたび南区老人クラブ連合会と田口連合会長へ表彰状と記念品が贈られました。

優良郡市区町村老人クラブ連合会表彰
南区老人クラブ連合会育成功労表彰
田口 欽郎 氏

令和5年度南区老人クラブ連合会 代表者会議

新年度の方針決定

令和5年5月12日（金）、南区役所講堂にて、令和5年度南区老人クラブ連合会代表者会議が開催されました。

当日は、小杉区長をはじめ多数の来賓にご臨席いただき、議決権を持った35名の会員をはじめ総勢61

名が参加しました。（26名が委任状提出）
議事では、令和4年度事業報告・決算、会計監査報告に続き、令和5年度重点目標、事業計画・予算について説明があり、すべての議案が承認可決されました。重点目標を積極的に取り組み、

活発な活動を展開していきましよう。

続いて、宝学区、宝南学区、千鳥学区より活動事例報告があり、中には「けんこう麻雀倶楽部」を立ち上げ、会員と地域の未加入者が交流を図る機会をつくり、

会員増強につなげる動きをしているとの事例が紹介され、大変参考になりました。（11ページ参照）

研修の部では、名南ふれあい病院リハビリ課所属の理学療法士チームが講師となり『自宅でできるトレーニング』というテーマのもと、会員の皆様に健康維持のための実践的な知識と技術が伝授されました。



令和5年度 事業計画重点目標

- ◎老人クラブ組織の充実と会員の維持拡大※
- ◎健康づくり・介護予防活動の充実
- ◎友愛訪問事業、町美運動、交通安全・生活安全運動など社会活動の実践
- ◎スポーツ大会、講演会、研修会、趣味の講座への参加の促進
- ◎次世代や他団体との交流を深め、知識、経験を生かした社会貢献の推進



※ 南区老人クラブ連合会に入会されました！

令和5年6月1日
道徳学区 道徳観八クラブ
（会長 牧野 靖和）

6月15日・16日 代表者研修旅行

歴史に感嘆、文化に感動

1日目

一乗滝から朝倉氏遺跡博物館へ

福井県歴史探訪の旅



一乗滝にて



令和5年6月15日(木)、16日(金)の2日間、代表者研修旅行を実施し、参加者総勢47名は福井、金沢方面へ行きました。

◆福井県「一乗滝」

佐々木小次郎が修行した地

一行は朝早くに出発し、途中に休憩をはさみつつ一路一乗滝へ。

朝倉氏遺跡を貫いて流れる一乗谷川の上流に、落差17㍎の荘厳な水の糸を引く一乗滝は、佐々木小次郎が修行をし「燕返し」をあみ

だしたところと伝えられています。滝の近くに迫るにつれ、自然の力強さを感じることができ、いざ一乗滝に到着すると、その壮大な姿に参加者から感嘆の声があがりました。

◆一乗谷朝倉氏遺跡博物館

戦国時代へタイムスリップ

次に、福井県を代表する戦国大名・朝倉氏縁の地に建てられた「一乗谷朝倉氏遺跡博物館」へ。貴重な遺物や資料が展示されており、戦国大名朝倉氏の権力と栄華、時



朝倉氏遺跡博物館前にて



代の最先端をゆく都市の姿、戦乱と廃墟、戦国時代の越前と一乗谷の実像を多くの視点から見ることでできました。

◆加賀山代温泉「瑠璃光」

温泉&宴会で笑顔あふれる

早朝からの長距離移動の疲れを癒やすため、夕刻には宿泊先である温泉旅館「瑠璃光」に到着。温泉でリフレッシュした後は、懇親会が行われ、豪華な食事に舌鼓を打ちつつ、芸達者な方々によるカラオケや踊りなどが披露され、会場は終始、笑い声に包まれました。



旅の本番、兼六園へ
見渡す限りの美景に魅了

◆金沢の台所「近江町市場」

目移りする食材の数々

前日の疲れもすっかり癒え、皆さま気力充実といった様子で迎えた2日目は「金沢の台所」とも呼ばれる近江町市場でのお買い物からスタート。アーケードには鮮魚、野菜、果物の専門店や飲食店など約170の店が軒を連ねており、地元の人々の温かいおもてなしと、新鮮でおいしい食材に触れることができ、皆さん思い思いに買い物を楽しみました。

◆日本三名園の一つ「兼六園」

自然豊かな歴史ある庭園

買い物を楽しんだ後は、今回の旅の目玉でもある日本三名園の一つ「兼六園」へ向かいました。

四季折々の植栽が風光明媚な景色を映し出している兼六園では、その情景の豊かさのあまり、まるで絵画の中を歩いているような気分になてくれました。園内の散策にはガイドの方も同行して、兼六園の歴史や見どころについて詳

しく説明してくださり、その魅力を深く理解することができました。

今回の旅は、自然の美と歴史の魅力を感じる素晴らしい体験研修となりました。人や自然が時間の流れとともに紡いできたものを守るよう努めなければという決意を新たに、家路へとつきました。

石川県 兼六園にて



7月12日 社会見学会

五感で体験 知的好奇心を刺激

7月12日(水)、社会見学会を行いました。この見学会は、会員であれば誰でも参加することができ、参加者からは毎回ご好評をいただいている人気の事業です。

今回は、自然や生き物など多彩な展示が魅力の滋賀県立琵琶湖博物館を訪れました。当日は、11学区の会員が集い総勢101名がバス3台に乗り出発。和気あいあいと充実したひとときを勉強しながら楽しみました。

●滋賀県立琵琶湖博物館

始まりは、自然と人の調和が感じられる滋賀県立琵琶湖博物館からスタートしました。琵琶湖の歴史や生態系に関する貴重な学びを得るとともに、会員の皆さんは生き物たちの生態を間近に感じておられました。



貴重な資料の数々に興味津々



アケボノゾウの足跡の化石の大きさに驚愕

情報提供 (滋賀県立琵琶湖博物館)

琵琶湖博物館の魅力

琵琶湖博物館には、400万年前に生きていたというツダンスキーゾウの半身半骨も展示されています。体高約4.5mのツダンスキーゾウは大迫力。今にも動き出しそうな姿は圧巻です。

●洗心寮

その後、会員の皆さんは天津「洗心寮」へと足を運び、美しい瀬田川の流れを眺めながら、近江牛のすき焼きを堪能しました。



豪華な食事に大満足

●建部大社

続いて、建部大社の厳かな雰囲気の中で、古来より受け継がれてきた神社の文化にふれました。会員の皆さんは、おみくじを引いたり、三本杉(※)の前で写真を撮ったりとのんびりと時間を過ごされました。



●アグリパーク竜王

最後に、滋賀県で人気の道の駅「アグリパーク竜王」を訪れ、今回の社会見学会を振り返りながら、旅の思い出にお土産を購入し、満足感いっぱいの中、帰路につきました。

※天平勝宝7年(755年)に孝徳天皇が大己貴命(おおおなむちのみこと)を権殿へと奉祀された際、一夜にして成長したと伝わる御神木。



お土産選びも楽しみの一つ



5月24日 南区グラウンド・ゴルフ大会

124名がベスト尽くす



令和5年5月24日（水）、南区老人クラブ連合会主催のグラウンド・ゴルフ大会を忠道公園にて開催しました。

当日は理事・女性リーダー等、124名が参加し、80名の選手がそれぞれホールインワンを狙いながらも、一打ごとに集中して自己ベストを目指しました。

大会結果は、久納喜紘さん（星崎）が33打で見事優勝を飾り、8位までの方が入賞となりました。おめでとうございます。今回惜しくも入賞できなかった皆さんは、

▲上位入賞者の皆さん



▶最後まで慎重に

次回に向け、より練習を重ね、健康づくりに励んでください。
なお、本大会の上位者の中から、日程等の都合が合う方々が10月の市老連大会に選出されました。

市大会の結果はこちら



市老連事業

10月31日 第23回 市老連グラウンド・ゴルフ大会

南区から

2名が入賞

令和5年10月31日（火）、白川公園広場にて第23回名古屋市老連グラウンド・ゴルフ大会が開催され114名が参加しました。

当日は晴天のもと、皆さんプレーに集中しつつ、地区を越えて互いに親交を深めながらグラウンド・ゴルフを楽しみました。南区代表選手の活躍も目立ち、5位に石田和彦氏、8位に久納喜紘氏が見事入賞されました。おめでとうございます。

▼大会結果（敬称略）

順位	区名	氏名
1	昭和	星屋 曙子
2	港	岡田 京子
3	名東	岡本 穂子
4	守山	大澤千年香
5	南	石田 和彦
6	中村	日置 則男
7	熱田	眞田 照代
8	南	久納 喜紘
9	瑞穂	大橋久美子
10	昭和	永田 祐千



▼大会結果

（敬称略）

順位	打数	ホールインワン	学区	氏名
1	33	2	星崎	久納 喜紘
2	35	2	星崎	平山 キミ
3	36	2	笠寺	安藤 勲
4	36	1	笠寺	久野 幸伸
5	37	2	明治	森岡 啓子
6	38	1	明治	前畑 弘子
7	40	1	柴田	上床 國夫
8	40	1	呼続	黒柳 政秋
9	41	1	呼続	堀野 守
10	41	1	明治	石田 和彦

10月11日 ペタンク大会

笠寺Bが 見事優勝

令和5年10月11日（水）、秋晴れの心地よい天候のもと、忠道公園にて、ペタンク大会を開催しました。

和気あいあいとした雰囲気の中で競技が行われ、総勢62名の参加者は熟練の技を発揮しつつ、チーム一丸となり高得点を目指しました。大会結果は、笠寺Bが優勝しました。



優勝した笠寺Bの皆さん

▼大会結果

順位	学区
1	笠寺 B
2	柴田
3	千鳥
4	星崎
5	道徳
6	明治
7	笠寺 A
8	豊田
8	呼続
10	菊住
11	宝
12	宝南



福祉部長による
始球式

10月21日 ボッチャ大会

一投に全力！ 72名が熱戦

令和5年10月21日（土）、星崎コミュニティセンターにて、ボッチャ大会を開催し72名が参加しました。
各チームは3名で構成され、どのクラブもチームワークを発揮しながら高得点を目指しました。競技終了後は、勝敗関係なく、試合展開を振り返るなど会話に花を咲かせ、会員同士で親睦を深め、有意義な時間を過ごすことができました。



注目集まる
ボールの行方

第21回 世代間交流 スポーツ大会



世代を越えて白熱!!

令和5年6月17日(土)、名古屋市中区老連主催の第21回世代間交流スポーツ大会が枇杷島スポーツセンターで開催されました。当日は、子ども会から48名、老人クラブから48名が参加し、カローリングを楽しみながら世代を越えて交流しました。

南区からは2月に行われた区老連ニューススポーツ大会で優勝した明治学区チームが参加し、その卓越した技術を子どもたちに披露していました。大会中は競技を通じて老若男女の笑顔があふれ、好投にはチーム関係なく歓声が上がるとても和やかな雰囲気になりました。大盛況の大会となりました。



カローリング体験で 魅力広める

令和5年11月12日(日)、日本ガイシスポーツプラザにて、南区民まつり2023が開催され、なごやかクラブ南も「カローリングの体験」ブースを設置しました。お揃いのオレンジ色のユニフォームを身にまとい、会員自ら接客や運営を行いました。なごやかクラブ南のブースには総勢で約560名の方々が訪れ、興味津々にカローリングを体験され、カローリングの魅力を広めることができました。

1 市老連事業 第1回 健康マージャン大会

宝学区の江原重一さんが優勝

令和5年10月10日(火)「麻雀ウイング」にて、名古屋市中区老連の初の健康マージャン大会が開催されました。定員一杯の52名が参加する大盛況の大会を制して優勝したのは、なんと南区宝学区の江原重一さんでした。市老連では、これからも健康マージャンの普及を推進していきたいと考えており、次回大会を令和6年3月に開催することが決定しております。ぜひ奮ってご参加ください。

▼大会結果 (敬称略)

順位	学区	氏名
1	南	江原 重一
2	守山	長瀬 耕造
3	昭和	野田 耕嗣

私たちは南区老人クラブ連合会の活動を応援しています

～ いつまでもお口を健康に保つために ～

知っていますか？ パタカラ体操

パタカラ体操とは…?

加齢に伴い、筋力が弱ってくると、口周りの筋肉や舌の動きが衰えてきます。「パ・タ・カ・ラ」と発音し、食べたり話したりするときに必要な筋肉を鍛えることができるトレーニングです。

- ◆ 飲み込む力や噛む力の維持・向上
- ◆ 発音がはっきりする
- ◆ 誤嚥(ごえん)性肺炎の予防
- ◆ 唾液分泌の促進
- ◆ 表情が豊かになる
- ◆ いびきや歯ぎしりの改善
- ◆ 口の渇きの改善



パタカラ体操には
こんな効果があります

なごやかクラブ南

老人クラブ会員募集

人生100年時代における 老人クラブの役割

集いは、人生を楽しくします。

集いは、心の支えとなります。

集いは、健康長寿に貢献します。

老人クラブは皆さんの加入をお待ちしています。

お問合せは
こちらまで

南区老人クラブ連合会事務局(南区役所福祉課内)

☎ 052-823-9413

市老連のホームページ：<https://www.nagoyarouren.com>

