

カラオケ発表会 (詳細は5ページ)

心に響くハーモニー



あじさい

No.85

発行日：令和7年3月15日
 成田市高齢者クラブ連合会
 発行：会報編集委員会
 事務局：0476-37-3227
 F A X：0476-20-6143
 narikouren@eco.ocn.ne.jp
 制作・印刷：株式会社ニチコミ
<http://www.nichicomi.com>

第32回千葉県シニアグラウンド・ゴルフ大会

健闘光る3名の挑戦

11月27日(水)千葉県総合スポーツセンターで、第32回千葉県シニアグラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

成田市高連からは、藤崎信治さん、堀越久子さん、山浦シヅヨさんの3名がエントリーしました。お三方とも、残念ながら入賞は

ありませんでしたが、早朝からの遠征、たいへんお疲れ様でした



県大会でも力強いスイング



成田市高連代表の皆さん

第50回千葉県シニア囲碁・将棋大会

盤上の

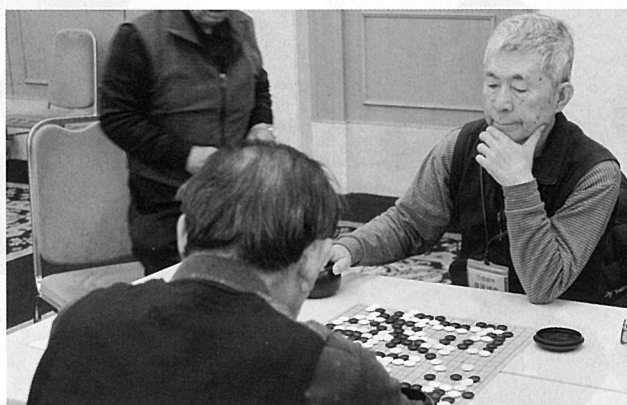
熱き戦い

12月9日(月)ホテルポートプラザちばにて、第50回千葉県シニア囲碁・将棋大会が開催されました。

成田市高連からは、将棋の部に橋本完治さんが、囲碁の部に栗原



将棋の部 橋本完治氏



囲碁の部 栗原靖幸氏

靖幸さんが参加しました。将棋の部の橋本さんは、初戦で優勝者と対戦という不運もあり、1回戦敗退となりました。囲碁の部の栗原さんは見事4位入賞を果たしました。



印高連リーダー研修会

制約あれど創意工夫で活性化

美郷台3丁目シニアクラブ 会長 山田 徳雄



一堂に会し共に学ぶ



事例共有をした
山田徳雄氏

1月24日(金)四街道文化センターを会場に、印旛地区高齢者クラブ連合会リーダー研修会が開催されました。

7市(印西、白井、四街道、佐倉、八街、富里、成田)2町(酒々井、栄)の各高齢者クラブ連合会のリーダーが一堂に会し、各地の課題や取り組みを共有すべく、毎年1月に行われております。

今回、成田市高齢者クラブ連合会を代表し、私

からクラブ活動の取り組みを発表する機会をいただきました。テーマを「会員数減少下における近隣クラブの連携による活動について」とし、年々クラブ数、会員数が減少している中で、社会福祉協議会事業の「いきいきサロン」に近隣クラブの会員が連携して参加することで、活動の幅が広がり、活路を見出した事例をご紹介します。

制約がある中でも、工夫して活動を活性化させる創意工夫が、昨今の高齢者クラブに求められているのではないかという認識のもと、その二つの事例として発表させていただきました。

研修終了後に、何名かの方と意見交換をしたところ、やはり会員数の減少、活動の停滞と、同じ問題に悩んでいる方が多かったことが印象的でした。私の発表が、各地の高齢者ク

ラブ活動の参考に少しでもなれば、嬉しい限りです。

主催地の四街道市の四街道三区長寿会による年間活動の取り組み発表や、四街道で活動している千葉県地球温暖化防止活動推進員の方による「ストップ温暖化」に関する講演会についても大変興味深く、私にとって、学び多く充実した研修会となりました。



会場の前で記念撮影する参加者

事業報告 市高連日帰り研修旅行

小江戸川越散策の旅

寺台明朗会 高木 義和

川越大師



川越は気持ちのよい秋晴れでした



歴史ある時の鐘



人力車でにっこり



スマホでQRコードを読み込むとイベントの様子が見られます!

10月11日(金)、今回は総勢39名で小江戸川越へ歴史の研修に行きました。

川越に着くと前日の肌寒い天気が嘘のような秋晴れで、青空のもと楽しい旅が始まりました。

最初に訪れた喜多院では、徳川家光公誕生の間や春日局化粧の間を見学し、歴史の深さに触れました。庭の紅葉はま

だ色づいていなかったものの、静かな美しさがあり、落ち着いた時間を楽しむことができました。

また、538体もある五百羅漢は圧巻で、それぞれの表情に魅了されました。昼食の後は、川越の蔵づくりの街並みを散策しました。風情ある建物が並ぶ通りを歩きたながら、時の鐘を見上げると、その歴史的な存在感到感動しました。

お土産屋さんに立ち寄り、地元の特産品を探すのも楽しい時間でした。帰りのバスではじゃんけん大会が行われ、盛り上がりは最高潮。楽しい思い出がたくさんできました。川越の魅力を満喫し、ま



豪華な食事に舌鼓

た訪れたいと思える素晴らしい一日でした。





色とりどりの衣装と輝く笑顔



カラオケ発表会



お揃いの衣装でステージへ



市高連カラオケ発表会 大会を機に 新規会員獲得！

吉岡二太陽の会 伊藤 澄子



しつとりと歌い上げる
伊藤澄子さん

11月14日(木) 9時30分から12時30分まで大栄公民館大ホールにて、市高連カラオケ発表会が開催されました。今回も採点なしで2回目の発表会でした。

朝早くから約150名の応援者が駆け付けてくださり、そこでは会長に推薦されて出演する羽目になってしまいました。何日も前からハラハラ・ドキドキして、声が出ないのではないかと心配ばかりが募っていました。でも、いざとなると外に広がる青空のごとくしつかりと声が出てきたような気がしました。そして、皆さまの素敵な発表が終了しました。

出演された中で、当会に入会してくださった人が3人いらっしゃいました。岡本栄二さん、山倉隆也さん、松下忠代さんの3名の方でした。皆さま何とぞよろしくお願ひします。どこでも会員が少なくなってきたようですので増えたことはとても喜ばしいことです。

晴渡る 大地の恵みを

受けて進もう!!

健康福祉まつり

子どもたちと楽しく

市高連女性部 泉水 文子

10月19日(土)、成田市保健福祉館で健康福祉まつりが開催されました。早朝から市高連女性部役員16名と一緒に軽スポーツ競技のコートづくりを始め、9時には子どもたちを迎えることができました。

はじめの頃は、1人、2人と少なめの人数で心配でした。入り口近くで子ども連れの方に声掛けし、徐々に集まりはじめ、にぎやかにゲームをすることができました。その声に引き寄せられて順番待ちになるほど大盛況で、ボッチャ、ターゲットゲーム、マグネットダーツの3種類のゲームを終え、お菓子をもらって嬉しそうに帰る子どもたちの姿を見ると疲れもどこへやら、「また一緒に遊ぼうね」と声が出てしまいました。

交代で昼食を取り、お祭り広場を見て、また午後から子どもたちと一緒に楽しく1日を過ごすことができました。子どもたちと一緒に遊んでいるときは疲れを感じませんでした。が、終わったとたん「やれやれ」と疲れを感じ、年には勝てないなど子育てしていたころを思い出しました。

総勢63名の参加者で大盛況のうちに終わることができました。

手芸講習会

皆で挑戦

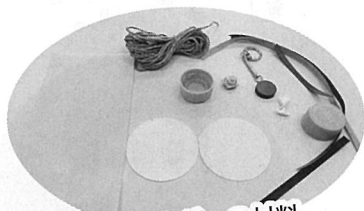
帽子のキーホルダーづくり

松崎睦会 高津登志子

11月29日(金) 赤坂ふれあいセンター内において、帽子のキーホルダーづくりを体験しました。

講師に成田市高連副会長の關元一さんをお迎えして、参加者11名で行われました。關さんは以前入院中に時間を持て余した際、この技術を習得し、楽しくなってきたたくさん作った作品を皆さんにプレゼントしたところ、大変喜ばれたそうです。ペットボトルのキャップを使って作ります。

まずは両面



キーホルダーの材料



作業は和気あいあい楽しい時間に



思い思いの作品が完成しました



完成品を手に笑顔の11名

テープでキャップを台紙に張り付けるのですが、片面のテープを剥がすのに四苦八苦。次に帽子の中心からコードをぐるぐると巻き付けます。「あら！心がずれちゃったわ」「でも大丈夫。やり直しが効くんですね、よかったあ！」などと口々に言いながら1時間程でできあがりました。「わあ！！可愛い」と皆笑顔になり、楽しいひとときを過ごしました。ご指導ありがとうございました。

高齢になると「指先が思うように動かなくなり、目も見えにくく針目も通らないし、ミシンも下手になったね」などと耳にしますが、諦めずにやってみることも大切だと思います。

手先を使うことは認知症、ボケ防止にも有効だそうですね。大いに挑戦しましょう！！

成田文芸

俳句

地蔵さま私も一人秋時雨

甲斐 剛良

さざんかの花じゅうたんに集う鳥

東郷よね子

初日の出おもわず合わすかじかむ手

石川 清治

初場所や綺麗どころの前列に

福智 敏枝

卒寿まで健やかなれと初写経

山田 寿恵

松の内ひ孫の小さきバイオリン

湯浅 晃子

散歩道小春日和に杖頼り

宮本 明

短歌

終活でダンスの奥から江戸棲を
袖に通せし涙こぼれる

石原 里子

かけ足に冬を迎える月山は

見頃の紅葉長雨にけむり

鈴木 征子

A. I. にたよらず日々うたの詩をよむ
三十一文字に八十の春

岡田 節子

年の暮れ掃き清めたる緑道に

紅い花びら限もなく落つ

石川とみ子

川柳

思い出を君に重ねるクラス会

石井 賢二

トラマスクマネーで買えないものあるぞ

M・t a k a

昔の名：呼ばれふり向きや！ブルドッグ

沼崎 雪子

今日も又ゴミ出しました元氣です

松岡 俣代



● 編集後記 ●

1月24日（金）四街道文化センターで
印高連リーダー研修会が開催され、成田
市高連からは14名が参加しました。

「優良クラブ活動発表」では、美郷台
3丁目シニアクラブ会長の山田徳雄さん
が最初の発表者でした。山田さんほと
も落ち着いていて、発表の内容もよくま
とまっています。

近隣の4クラブが合同でいろいろな事
業を展開しているそうです。4クラブ集
まれば人数もかなり多くなるでしょう
から、企画も立てやすいでしょうし、会
員からのアイデアもいろいろ出てくるで
しょうね。会員数がじり貧のクラブを擁
する身としては、とてもうらやましく感
じました。

（但野）

「あじさい」編集委員

編集委員長 但野 澄子（遠山） 委員

委員 神崎 利一（遠山） 委員

委員 山田 徳雄（成田） 委員

委員 藤野眞里子（NT） 委員

委員 遠山 有孝（公津） 委員

委員 湯浅 恭秀（八生） 写真担当

原稿募集のお知らせ

次回86号の原稿締切は

令和7年

4

月

25

日です。



たくさんの原稿をお待ちしております。

※文芸は1人1句とさせていただきます。

〒286-0017 成田市赤坂2-1-14
そよら成田ニュータウンアネックスB棟2階成田市高齢者クラブ連合会
「あじさい原稿係」

TEL. 0476-37-3227

FAX. 0476-20-6143

narikouren@eco.ocn.ne.jp

渡邊 義本（中郷）
谷平 稔（久住）
篠田 茂子（豊住）
須向 秀雄（下総）
伊藤 澄子（大栄）
木下 克己（NT）

印高連ニユースポーツ普及講習会

ユニカールで真剣勝負

北羽鳥南部福寿クラブ 会長 宮本 一富

11月24日（日）に印旛地区高齢者クラブ連合会の主催による、ニユースポーツ普及講習会（ユニカール）が開催されました。



ユニカールに興味津々

佐倉市民体育館にて、成田市代表として豊住地区高齢者クラブから南羽鳥 大貫悟会長、竜台 沼崎三男会長、北羽鳥北部 佐久間イチ子会長、北羽鳥南部からは宮本義行さんと宮本一富の5名が参加しました。

まず軽い準備体操を行い、四街道市レクリエーション協会の指導員による、ルール、投げ方、点数の付け方について説明を受けた後、



ストーンを滑らせ高得点を狙う



どっちが中心に近いかな？

14チームに分かれて試合が始まりました。和気あいあいとした雰囲気の中、いざ試合が始まると各チームとも真剣に負けずと頑張っていました。

1回戦、2回戦と進み、3位決定戦、準決勝戦、決勝戦になるにつれて、皆さんの応援も盛り上がり、盛大で楽しい1日となりました。



競技のルールを学ぶ

老人ではなくシニアです 会員募集中

千葉県で会員10万人

健康メリット満載

高齢者クラブは全国にネットワークを持つ組織です。県内に約10万人、成田市内に約3000人の会員が日々楽しい活動を展開しています。一緒に活動してみませんか。

ご入会のお問い合わせは

成田市高齢者クラブ連合会事務局

37-3227

