

シニアクラブ三島

○総人口 109,205人 ○65歳以上人口 31,962人 ○高齢化率 29.3%
○シニアクラブ会員数 2,300人 ○シニアクラブ加入率 7.2%

～シニアクラブ三島 北上地区連合会～

《概況》

- ・北上地区連合会では、地域住民との交流、子どもたちの見守り活動を行っています。
- *環境美化運動
近隣の神社・公民館周辺の清掃活動を毎月1回行っています。 毎回 参加者 30人前後
グラウンドの整備、草刈り、公園の花壇の手入れ(水やり、植樹) 随時 参加者 25人
- *交通安全見守り活動
交通指導員と共に、徳倉小学校新1年生の交通指導を実施 令和2年5月7日 参加者 10人
交通指導員による交通ルールの講習会 徳倉グラウンド 令和2年9月10日 参加者 52人
警察署の依頼で会員が北上地区で街頭広報を行う 令和2年12月16日 参加者 40人
校区内周辺道路で子どもたちの見守り運動を朝夕行っています 毎週月曜～金曜 参加者 38人
- *健康づくり事業
「コロナ自粛」で家に閉籠りがちな私たちのフレイル予防です。
(久しぶりに仲間の元気な顔を見て安心しました)
令和2年9月10日 徳倉グラウンド 北上地区グラウンドゴルフ大会 参加者 52人
令和2年10月15日 徳倉グラウンド 北上地区輪投げ大会 参加者 120人
開催随時 公民館、周辺 ノルディックウォーク 参加者 20～35人
" " 楽寿園 ハイキング "
" 公民館、周辺 ボッチャ、吹き矢 参加者 15～20人
- *友愛、文芸活動
(室内での活動は検温、3密対策を取って実施しました)
令和2年8月5日 光ヶ丘公民館 手作りマスク講習会 参加者 25人
令和2年9月29日 千枚原公民館 長寿を祝う会 参加者 26人
令和2年12月3日 北上文化プラザ 俳句、短歌の発表会 参加者 32人
(お題は自由 84種の応募があり、皆力作揃いでした)

《成果》

- ・令和2年度はコロナウイルスに始まり、一年経過した今日もなお、世界的なウイルス万円の勢いは止みそうにありません。年度当初北上地区連合会では前年度の事業評価やアンケートを参考に事業計画を立てましたが感染拡大を避けるための変更を余儀なくされました。
高齢者の陥りがちな「孤独」を避けるためコロナ以前から仲間づくり、地域クラブ活性化、地域支え合いに取り組んでまいりました。その活動をどのように軌道修正して行けばよいかを念頭に一年間の活動に取り組みました。
大きな組織での事業が次々と中止になる中で、野外でのグラウンドゴルフ大会や輪投げ大会を地元北上地区にあるグラウンドで実施したところ、徐々に顔を合わせた仲間、初めて参加した会員など、地区代表の大会と違った雰囲気でも楽しく行うことが出来ました。
また、老人福祉センターの行事も100名以上の密を避けるために中止となってしまいました。そこで、より小さな規模の単位クラブごとに地域の特性に合った行事を行うこととしました。引きこもりがちな高齢者のフレイル化を防ぐことも大切です。このような時こそ、地区連合会として感染予防と行事に必要な支援を行いました。

《今後の方針》

・令和2年度は各単位クラブで顔なじみの会員同士が地元集い、会員相互の無事を確認し合い、様々な情報を交換し、過程での若い世代との接し方などシニアクラブ活動の原点に返ったようでした。

私たち高齢者は少しばかり長く生きた経験から、肩をたたいて励まし合い、寄り添って慰め合い、抱き合って喜び合い、人々との絆で営まれる生活こそが人生だと知っています。そのことをあらためて思い知らされた一年間でした。

おそらく新型コロナウイルス感染症は、インフルエンザと同様、収束することは無いのでしょうか。清志、経済、コミュニケーション、仕事、遊び等、暮らしの中のあらゆる面で今までとは異なった生活形態・様式が必要となるのでしょうか。

これからは、大きな連合会という形にとらわれることなく、一人ひとりに目が行き届く確実な活動が大切になってくると思います。

シニアクラブの質の向上や会員の増強にも繋がるような地域に根差した活動を心掛けたいものです。

【活動の様子】

北上地区高齢者の皆様へ

令和2年8月10日
北上老人クラブ連合会
会長 本堂 範文

地域支え合い【北上グラウンドゴルフ大会】のお知らせ

皆様、コロナウイルス感染収束の見えない中、皆様いかがお過ごしでしょうか。

北上老連では、地域の皆様と、感染予防に気を付けながら、青空の下、北上地区グラウンドゴルフ大会を開催したいと思っております。

暑さが厳しい中ですが、仲間と顔合わせたら如何でしょうか。でも近づいて大声での会話は、避けましょう。ソーシャルディスタンスを取りお会いしましょう。

外に出て、運動をすることは、『フレイル予防』になります。

皆様の参加をお待ちしております。

参加希望者は、各クラブ会長さん迄申し込んで下さい。

開催日時 令和2年9月10日(木) AM9:00スタート

開催場所 徳倉グラウンド



大会に向けグラウンド整備をする役員さん

*グラウンドゴルフ大会9月10日(徳倉グラウンド)検温、チェックシート記入



《北上地区にお住いのシニアの皆様へ》

北上地区シニア輪投げ大会

皆様 お元気で了吗？コロナ感染がまだまだ終息しません。家の中に閉じこもってばかりではフレイルになってしまいます。北上地区では、福祉センターでの行事ができません。この機会に、是非皆様青空の下、運動してみませんか。この度「輪投げ大会」を行いますのでお隣同士声かけあって参加しましょう。(密にならないように)

月 日 令和2年 10月15日(木)
場 所 徳倉グラウンド
時 間 午前9時00分～

注意する事

- ・大きな声で話さない。
- ・マスクを付ける。
- ・密にならないようにする。
- ・体調の悪いときは参加をしない。
- ・競技中は距離をしない。



*輪投げ大会 10月15日(木) 徳倉グラウンド



* 手作りマスク講習会 8月5日(水) 居場所づくり



* 神社清掃、グラウンド草刈り作業



徳倉小学校新一年生交通安全教室

高齢者交通教室(野外にて)



令和2年度 北上老連 年末俳句大会

日 時 令和2年12月3日(木)14:00～
場 所 北上文化プラザ多目的ホール

入 選

送り火の 向かうにさりし 父と母
さえづりの ごとき子の声 通学路
富士山の 前かうしろか 虹の端
揚雲雀 高きを見るに 目をほそめ
刈り草の 香る岸辺の 彼岸花
穂芒の 揺れて学童 見え隠れ
野仏の 人待ち顔や 山椿
声援も 柵の外から 運動会
子の声を 追う目の先に 鰯雲
古丸谷の 深き緑や 冷素麺

幸原幸栄会
徳倉八乙女会
徳倉八乙女会
徳倉八乙女会
徳倉八乙女会
光ヶ丘白光会
芙蓉会
幸原幸栄会
千枚原千寿会
芙蓉会

井出 駿
上原 重義
金並 一雄
金並 玲子
川島 正敏
草間 健
坂本 光男
土屋 雅子
馬場 妙子
山崎 瑞枝

佳作

コロナ禍や 着ることのなき アロハシャツ
バット振る 子らの額に 玉の汗
秋夕焼 明日を信じて ウオーキング
柿一葉 はらりと落ちぬ 芝の庭
あご髭の 伸びる速さや 蔓荔枝(つるれいし)
夕暮れに 影を落として 黒あげは
故郷の 香りも風も 吊し柿
朝靄の 中を静かに 糸とんぼ
華やかに あらねど見入る 杜鵑草
亡き夫の 植えし四季咲 合歓の花

幸原幸栄会
徳倉八乙女会
光ヶ丘白光会
芙蓉会
徳倉八乙女会
光ヶ丘白光会
芙蓉会
光ヶ丘白光会
徳倉八乙女会
徳倉八乙女会

市川 保蚕
上原 重義
江越 啓子
片山 達雄
金並 一雄
草間 健
坂本 光男
関谷 孝子
三輪 紀美子
山田 たけ子

