

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 東部地区会～

《概況》

・東地区会の会員が集う三島市老人福祉センターで皆が一緒になって楽しく参加できる交流の場づくりをコロナ禍の中、感染予防対策が施された会館で単老を二組に分けそれぞれ別の日、利用時間を午前の実と短くするなどの工夫をして実施した。

令和2年8月4日、6日

「みしま体操」で体を動かし「熱中症と感染予防」のビデオ鑑賞。

会場：三島市老人福祉センター 参加者 40人

令和2年9月1日、3日

参加者の「骨ウェーブ測定」その後で骨の健康についての説明と「みしま思い出フィルム」の鑑賞

会場：三島市老人福祉センター 参加者 48人

令和2年10月1日、6日

「薬とくらしの教室」と地元の神社・仏閣をスライドで紹介する「名所・旧跡ガイド」ほかにも。昔ばなし「語りの世界」は皆の心に響いたようです。「薬とくらしの教室」は、薬の正しい服用、保管を学ぶ講座として静岡新聞「まちトピ」で紹介掲載されました。

会場：三島市老人福祉センター 参加者 58人

令和2年11月5日、12日

11月からは会館の利用時間も延長され昼食も可能となった。午前は「ゴミの出し方講座」と「マジックショー」、午後は輪投げやグラウンドゴルフwpたのしみました。また、5日は別行事としてノルディック・ウォーク体験会を実施した 参加者 11人

会場：三島市老人福祉センター 参加者 61人

令和2年12月1日、3日

12月はコロナウイルスの感染拡大状況から、再び午前中のみ利用に戻した。防犯講座「令和で進化する詐欺」と事前に歌を録音したテープに合わせてギターを弾く新しい試み「ギター演奏ライブ」にチャレンジし皆さんは手拍子で参加した。

会場：三島市老人福祉センター 参加者 57人

三島市での感染者増加のため非常に残念ですが、当初計画していた1月の「加茂保育園児とのふれあい交流会」と2月の「落語」は中止としました。

《成果》

・三島市老人福祉センターでの行事の一環として実施した。

昨年度は「笑顔で健康寿命をのぼそう」を目標にしたイベントを計画し実施してきましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症予防のため人数制限、飲食・カラオケン禁止があり内情の見直しをしました。東部地区会では、館内状況を確認し「3密」を回避してどんな行事が出来るのか館長と相談した結果、今年度は(仮称:学びの場)「見る・聞く・動かす」を目的とした行事を実施し「新たな交流の場」づくりを目指して開催しました。

参加者も当初の40人位から11月、12月には60人程に増えてきましたが三島市での感染者増加のため1月、2月の行事を中止いたしました。非常に残念でしたが今回、試行錯誤で進めた「新たな交流の場」づくりは、シニアクラブ活動にとっても「新しい可能性」や「新しい生き方」への1歩となったと思います。

《今後の方針》

・新型コロナウイルス感染症が今後どうなるのかわからない中でのシニアクラブ活動は、今回の「新たな交流の場」づくりを足掛かりとして会員の皆さんに「参考となった」「考えさせられた」「やってみたい」「また見たい」「楽しかった」と思われる行事を単位クラブ会長と健康誌実施していきたいと考えます。

【活動の様子】

8月 「みしま体操」



9月 「骨の健康について」



令和2年(2020年)10月8日(木曜日) 東 地域 東 (18)

まちトビ

三島 薬の正しい服用、保管学ぶ
東東部保健所は6日、厚生労働省の「薬と健康の週間」(17~23日)を前に、薬剤師による「薬とくらしの教室」を三島市老人福祉



センターで開いた二写真。市内の高齢者30人が正しい薬の知識を学んだ。
講師はことぶき薬局(同市梅名)の薬剤師竹端尚美さん。食事と食事の間を要す「食間」、「ジェネリック」などの意味をクイズ形式で説明したほか、カルシウムを多く含む牛乳に薬が反応する可能性がある一などとして水による正しい服用を強調した。薬の保管や飲み合わせによる相互作用などの注意も指導した。健康介護の相談や在宅訪問も行っている保険薬局の役割にも触れ、「かかりつけ薬局とお薬手帳の活用」を呼びかけた。

伊豆・東部

10月 「名所・旧跡ガイド」



11月 「ノルディックウォーキング体験会」



11月 「マジックショー」



12月 「ギター演奏ライブ」



マナー学習実施報告書

令和2年10月/日

名称	三島市老人クラブ連合会 東部地区会		
代表者	住所	三島市坊茂川町19-21	
	氏名	近藤明彦	電話番号 080-6917-9902
日時	令和2年10月1日(木) 午前・午後10時45分~11時50分		
会場	三島市老人福祉センター (電話055-971-0462)		
コース	11	名所・旧跡ガイド	
対象者	成人(男)	15名	成人(女) 8名
	青少年(男)	名	青少年(女) 名
		合計 23名	
感想	今日参加している老人会地区を中心に、神社・仏閣・旧町並み、スライドを使った説明は、大変良かったです。皆士の散策の範囲が広がる事を期待しています。ありがとうございました。		

2020年10月9日

三島市老人クラブ連合会
東部地区会会長 近藤明彦様

三島マジッククラブ
高田博子
電話：055-987-0334
携帯：080-6086-9906

大変お世話になってます。11月5日と、12日のマジックショーについて、次のような計画でお願いいたします。演技内容については、当日のお楽しみということで、記述してありません。

「三島市老人クラブ連合会 東部地区」マジックショーの計画

- 期日 2020年11月5日(木) 12日(木)
- 時間帯 10時45分~11時45分
- 行合 10時 舞台へ向かって右の舞台袖退身
10時45分 舞台へ向かって左の舞台袖退身
11時 退身
- 会場 舞台へは、上履きを履いて上がりません。ソックスか裸足です。
- 依頼者 大宮町 近藤明彦様 三島市老人クラブ連合会 東部地区会会長
TEL 971-5201 携帯 080-6917-9902
- 準備をする場所 舞台の袖(1・3番は舞台へ向かって左袖 2・4番は舞台へ向かって右袖)
- 更衣室 会議室 10時は和室を使用。
- プログラム 午想 10時 ~ 10時30分 講和
10時45分~11時45分 マジックショー
- 駐車場 有り 建物の裏側
- 持ち物 演技用BGMのCDかテープ・演技道具・テール等・水・マスク
- 借用 舞台前方に長机1脚借用させていただきますよう、お願いいたします。
- お客さん 20人~30人
- 出演順序等 CDかテープは、打ち合わせ時、夏田「メモリー」等と、記載したメモを照付して、老人福祉センター職員の方に再生をお願いします。

11月5日		11月12日	
順番	出演者 持ち時間	順番	出演者 持ち時間
	高田博子 30秒		高田博子 30秒
1	松永 1分4分	1	木ノ内 1分4分
2	高田 1分4分	2	高田 1分4分
3	福葉 1分4分	3	三田 1分4分
4	佐野 1分4分	4	花野 1分4分
	高田博子 30秒		高田博子 30秒
出入り	1分×3=3分	出入り	1分×3=3分
合計	6分0分	合計	6分0分

- ① 11月5日の演技をする場合は、持ち時間14分の中に、つなぎの時間も含まれます。
- ② 当日の4人の演技内容が重ならないようにしました。
- ③ 舞台上は、2m離れていれば3人で大丈夫とのこと。了解しています。

市老連 東部地区会

みんなのライブ

～その3～

目標 『希望』

日時 令和2年12月1日(火)・3日(木)

午前10時45分～11時45分 1時間

会場 三島市老人福祉センター

演奏 『克塾ギター教室』 塾長：山ノ内克彦

塾生：鈴木さん 山ノ内悦さん 井深さん 長沢さん 北川さん