

## さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 144,249人      ○65歳以上人口 43,054人      ○高齢化率 29.8%  
○シニアクラブ会員数 3,256人      ○シニアクラブ加入率 7.6%

### ～田沼北福寿会～

#### 《概況》

- ・地域高齢者の絆を高め、仲間づくり、気軽に集える居場所づくりと健康維持等につなげるために。輪投げクラブを発足させた。
- ・クラブの名称：「田沼北福寿会輪投げクラブ」
- ・活動場所：田沼北集会所2階
- ・活動日：毎週火曜日、木曜日の週2回 午前9時から
- ・内容：輪投げ台を2台新調。  
1人9本投入×8回戦でゲームの点数を競い合います。  
毎月、最終開催日は、記録会として実施。その成績を静岡新聞「市民スポーツ」欄に掲載依頼。参加者の励みとする。
- ・その他：休憩時間には、参加者持参の茶菓子を交換し合い「駄ベリングタイム」を楽しんでいます。

#### 《成果》

- ・家に引きこもりがちな高齢者が外出し、仲間の輪に加わることで交流が活発になり、体力維持とフレイル予防に貢献できた。
- ・輪投げ台を新調し、台が複数になったことでゲームの進捗が効率化され以前より多くの会員が参加可能となった。また、休憩時間が長くなり、活発な会話が交わされることで認知症予防にも繋がっていると思われる。

#### 《今後の方針》

- ・輪投げ活動は室内競技でもあり、コロナ禍の現在は活動が中断されているが、仲間づくり、体力増進のため積極的に継続していきたい。
- ・会の趣味クラブは現在、歌謡、手芸、園芸、輪投げと4クラブあるが、今後写真、麻雀、囲碁将棋等会員の要望を取り入れ新規クラブを発足させていきたい。
- ・会員の交流の場を増加させ、地域内のクラブ未加入者にもアピールし会の充実を図るようこれからも、県の事業を利用していきたい。

【活動の様子】



(昨年の練習会・記録会の参加者記録)

- ・輪投げ台2台を使用してのゲームにより活動の充実を図った。
- ・毎週2回(火曜日と木曜日の9時から約2時間)

日 時	参加人数	備 考	日 時	参加人数	備 考
7月7日	8		9月10日	9	
7月9日	9		9月15日	8	
7月14日	8		9月17日	8	
7月16日	12		9月22日	9	
7月21日	9		9月24日	9	9月記録会
7月23日	11		9月29日	5	
7月28日	10		10月1日	9	
7月30日	10	7月記録会	10月6日	9	
8月4日	9		10月8日	8	
8月6日	11		10月13日	9	
8月11日	8		10月15日	7	
8月13日	8		10月20日	12	
8月18日	8		10月22日	10	
8月20日	10	8月記録会	10月27日	11	
8月25日	10		10月29日	11	10月記録会
8月27日	6		11月3日	11	
9月1日	10		11月5日	12	
9月3日	11		11月10日	11	
9月8日	11		合 計	339人	