

シニアクラブ三島

○総人口 108,788人 ○65歳以上人口 32,247人 ○高齢化率 29.6%
○シニアクラブ会員数 2,052人 ○シニアクラブ加入率 6.4%

～シニアクラブ三島 北上老人クラブ連合会～

《概況》

- ・高齢者交通安全教室の開催
日 時：令和3年4月15日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：40名
- ・北上グラウンドゴルフ大会の開催
日 時：令和3年4月15日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：40名
- ・北上輪投げ大会&ボッチャ体験会の開催
日 時：令和3年5月29日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：58名
- ・北上グラウンドゴルフ大会の開催
日 時：令和3年6月21日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：43名
- ・色鉛筆ぬり絵講座の開催
日 時：令和3年7月6日・20日
場 所：千枚原センター
参加者：11名
- ・北上輪投げ大会の開催
日 時：令和3年7月19日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：45名
- ・グラウンドの草刈り・清掃作業の実施
日 時：令和3年9月8日
場 所：徳倉グラウンド
参加者：26名
- ・北上グラウンドゴルフ大会の開催
日 時：令和3年11月11日

場 所：徳倉グランド

参加者：40名

- ・年末俳句大会の開催

日 時：令和3年12月6日

場 所：北上文化プラザ

参加者：39名

《成果》

- ・【交通安全教室】

令和3年度もコロナ禍が収束せず、毎月、三島市老人福祉センターの利用日に会員が一堂に会することができないので、計画していた「交通安全教室」をスポーツ大会の折、野外で行うことにしました。徒歩あるいは車での大会参加者は事故の危険にさらされる関心ごとなので、全員が熱心に聞き、質問などもあり、このような形の講座も良いと思いました。

- ・【各種競技大会】

○グラウンドゴルフ

マスクをして手指の消毒をしながらでも、青空の下、久しぶりの運動は、ステイ・ホームを強いられている高齢者に大変喜ばれた。

○輪投げ

会員の平均年齢が高齢化しているため、運動機能が衰えグラウンドゴルフに代わる運動として、輪投げに参加している会員も見受けられました。

○ボッチャ

パラリンピックのテレビ観戦でボッチャを知った会員も多く頭脳も使うチームプレイもできる競技で会員の関心も深かったようです。これから予想される大会を目指して普及が期待されます。

- ・【色鉛筆ぬり絵】

脳トレの訓練として高齢者に配られる資料の中に必ず「ぬり絵」が入っています。活用せずに放置している人が多くみられますが、色鉛筆で色を重ねる「ぬり絵」が、高齢者にとって集中力を高めるのに、大変役立つことが分かりました。幼児がやる単色のぬり絵と異なり、一味違った立体感のある絵が完成し、三島市のホットサロン（高齢者対象の街中一服どころ）に写真、墨絵、手芸品などとともに展示することができました。

- ・【草刈り・清掃作業】

コロナ禍の中、屋外で行われる事業の場所として地理的に利用しやすい徳倉グランドを利用させてもらっています。周辺住民に迷惑がかからないよう、また参加者が快適に過ごせるようグランドの草刈り・清掃・整備を行いました。協議でなく、作業に汗を流す一体感は、地域コミュニティーの土台かと思いました。

- ・【俳句大会】

俳句ブームとなっている関係もあるのか参加者39名93首の俳句が集まりました。吉川智子先生（鷺羽狩行主宰「狩」同人）に入選10句、佳作10句の選句をお願いした。コロナ禍で老人福祉センターでの発表

ができなかったが、北上文化プラザのホールで人数制限の上、表彰式を行いました。入選作の個々の句評の他全体の作品も甲乙つけ難く、選外となった句にも惜しい作品が沢山あったとのこと、福祉センターで会員に聞いてほしかったと残念でした。

《今後の方針》

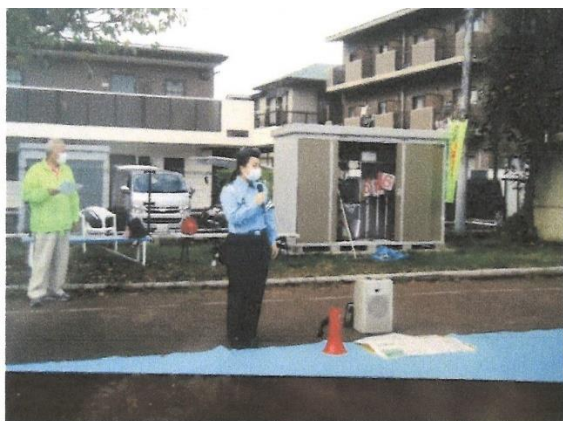
依然としてコロナ禍は収束せず、さらにオミクロン株の発生、蔓延で見通しの全く立たない状況です。したがって、市連、県連等が主催する大規模なイベントが中止になるのもやむを得ないと思います。

北上地区連合会の令和3年度の活動を振り替えると屋内行事はホールなどの利用が困難でグラウンドなど屋外の行事がほとんどでした。つまり基本的な感染対策をしながら、注意が行き渡る範囲で密を避ければ、従来通りの活動は特に差し支えありませんでした。

現在、クラブ会員は一人暮らしや高齢者世帯の方が多くなっています。また、車の免許証返納者が増え、平均年齢も高くなっていることから、今後、みんなが参加できる地域の小さなコミュニティーの活動が会員の増強にもつながり、大切になってくると思います。

【活動の様子】

4/15 回債の交通安全教室



①「おはようございます。交通安全指導員です」



③「クラブはこう握って、こうやるんだよ」

グラウンドゴルフ大会の様子



② 青空の下、久しぶりで元気になりました



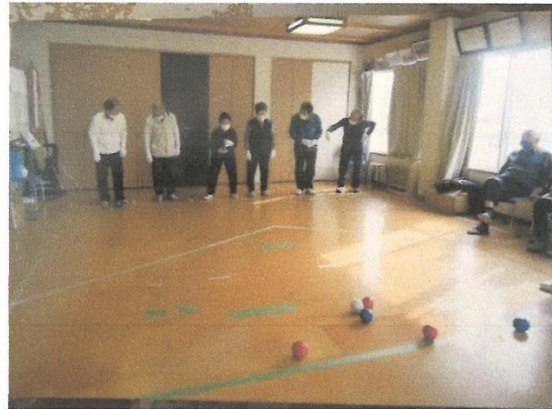
④「飛んだけど、隣のコースへ行っちゃったよ」

9/8 ぐらんの草刈り・清掃作業の様子



⑤ みんなで使うグラウンドの清掃作業。

5/29 ボッチャ体験会の様子



⑥ ボッチャ体験

輪投げ大会の様子



⑦ グラウンドの木陰でひと休み



⑧ 輪投げ。1回戦が終わって一休み。

12/6 俳句大会記念写真



⑨ 空中を飛んでいる黄色い輪がみえますか？



⑩ 吉川先生を囲んで入選者の記念撮影。

7/6・20 ぬり絵に挑戦



⑪ 久しぶりのぬり絵に、皆さん真剣

⑫ 第1回作品「ダリヤ」男性3名女性3名出品

街中ホットサロンでの展示 出品参加数 38 作品 (27名)



12/6 俳句大会 入選作

令和3年度 北上老連年末俳句大会 式次第

開催日時 令和3年12月6日(月)10:00～
開催場所 北上文化プラザ多目的ホール

- | | | |
|----------|----------|------|
| 司会進行 | 北上老連副会長 | 馬場妙子 |
| 1) 開会の言葉 | 北上老連会長 | 本堂純文 |
| 会長挨拶 | | |
| 2) 選者紹介 | 北上老連副会長 | 馬場妙子 |
| 3) 作品発表 | 吉川智子先生 | |
| 4) 閉会の言葉 | 光ヶ丘白光会会長 | 山本賢臣 |

八十と六の天命 つくつくし

荻葵会 片山達雄

白雲の 静かに動き 秋日和

荻葵会 片山達雄

山鳩の 声のさみしき 秋祭

八乙女会 本堂博子

白髪に 挿してみたきや すみれそり

八乙女会 三輪紀美子

ゆつくりと 杖をつきつつ 菊花展

荻葵会 安原 勇

毎朝の 銀杏黄葉の 色を変え

荻葵会 手老武男

ふるさとや 母に供えし 栗ごはん

荻葵会 内藤香代子

練習の 成果見られず 運動会

荻葵会 土屋雅子

手習いの 墨字美し 竹の春

白光会 増田佑子

柿落ちて 空に抜け行く 僧の声

千寿会 馬場妙子

