

# 知多いきいきクラブ

—人生 100 年時代。



発行：知多市老人クラブ連合会（知多いきいきクラブ）  
 〒478-0047 愛知県知多市緑町32-6 知多市社会福祉協議会内 電話 0562-33-7400  
 編集・制作：株式会社 ニチコミ  
 〒460-0003 愛知県名古屋市中区錦1-20-8  
 ☎ 0120-275-337 http://www.nichicomi.com

令和2年4月発行  
**第2号**



**広がれ元気の輪！**



**生活と地域をより豊かに**



私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

製管・配管工事一式 鍛冶工事一式  
 とび・土工工事一式 機械器具設置工事一式



株式会社 **今村設備**

知多市新知字坊ノ下 5-1

TEL/FAX 0562-51-1700

新築 アニバーサリーホーム  
 リフォーム 0120-93-2627  
 知多市新知東町 3-44-4



マックスバリュ前



光と夢とやすらぎと

社会福祉法人 薫風会

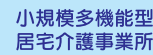
特別養護老人ホーム **知多**

特別養護老人ホーム・短期入所生活介護事業所

デイサービスセンター・居宅介護支援事業所

知多市旭南 5 丁目 31 番地 1

☎0569-44-1811



小規模多機能型  
 居宅介護事業所

**知多**



知多市岡田緑が丘 18 番地 1 ☎0562-56-8222

**Old-Rookie**

デイサービス  
 おしゃべり処

和び 咲び 和び 咲び 快護相談所

☎0562-54-2030 ☎0562-74-0790

認知症カフェ 小梅カフェ 運営

知多市つじが丘 3 丁目 11 番地 25



カイロプラクティック“イシス”

体の悩みご相談下さい ご予約はお電話で

カイロプラクティック“イシス”

開院時間 AM9:00~AM12:00

PM2:00~PM 8:00

新知東町 2-14-22 ☎0562-56-8230

確かな施工と技術があなたの大切な財産を守ります



外壁・屋根・リフォーム

株式会社 **ニノケン**

お気軽にご相談下さい

知多市八幡新町 2 丁目 13 番地の 29

TEL (0562) 39-3222

### 令和2年度 連合会新役員

役職	氏名
会長	伊藤 公平
副会長	竹内 廣明
副会長	高井 誠次
副会長	早川 暢博
書記	關根 貫
書記	平野 幸一
会計	宮田 孝正
会計	稲葉 行彦
常任理事	山田 精一
常任理事	高井 正憲
監事	鈴木 勝美
監事	田野 博武
監事	花井 金保
女性代表	瀧尾可奈子
女性代表	竹原 幸子
女性代表	伊藤佳代子

令和2年度も頑  
張りますので、  
よろしく願い  
いたします！



日頃より知多いきいき  
クラブ（知多市老人クラ  
ブ連合会）の活動諸事業  
に対し、深いご理解とご  
協力を賜り、ありがとう  
ございます。  
竹内司郎前会長の後を  
継ぐ形で、知多いきいき



知多市老人クラブ連合会  
会長 伊藤 公平

クラブの会長に就任しま  
した。  
微力ではございます  
が、クラブのさらなる発  
展のため、尽力してまい  
りますのでよろしくお願  
いします。  
高齢者が人口の4人に

1人を占め、人生100  
年時代を迎えた今日、す  
べての高齢者が楽しく豊  
かに、生きがいをもって  
暮らしていくためには、  
健康で自立し、支え合  
いながらこれまで培って  
きた経験、知識を住みよ  
い地域づくりに生かして  
いくため、老人クラブの活  
動がとて大切だと思っ  
ています。

魅力ある老人クラブに  
していくために、知多市  
老人クラブ活性化方針に  
基づき、シンボルマーク・  
愛称の作成、機関紙の発  
行、ホームページの充実  
に取り組んでいきます。  
加えて、会員の一人ひと  
りが健康で、やりがいを  
持つて活動できるように  
取り組んでいきたいと思  
います。

会長あいさつ  
会員一人ひとりがいきいきと  
活躍できるクラブづくり



しかし、老人クラブは  
会員の減少や会員の高齢  
化、役員のなり手不足な  
どの問題を抱えておりま  
す。

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています



# 隆盛総建株式会社

## R Y U U S E I

- ・各種プラント工事
- ・鍛冶工事
- ・足場工事
- ・各種解体工事
- ・機械器具据付工事
- ・製缶・配管工事
- ・溶接工事
- ・木質破碎プラント設計製作
- ・労働者派遣事業
- ・クリーンアップ事業
- ・総合建設業
- ・環境対策事業
- ・再生可能エネルギー事業
- ・社会インフラ・イノベーション事業

愛知県知事許可(般-30)第68652号

[本社][機材センター] 〒478-0041 知多市日長字原山8-1

TEL&FAX 0562-57-7955

[経理] TEL0562-85-3239 FAX0562-85-3223

[東三河営業所] 〒442-0806 豊川市牧野町2丁目17番地  
TEL0533-95-1230 FAX0533-95-1231

[阿久比工場] 〒470-2215 阿久比町矢高樫西50番地

<URL> <http://ryuuseisouken.jp/>

### グラウンド・ゴルフ中央大会



大会結果 (敬称略)

コース	男性優勝	女性優勝
赤	土井 満	近藤 禎子
青	横山幸一郎	早川ふみ子
黄	神谷 和彦	石川 洋子
総合	横山幸一郎	早川ふみ子



**熱中！集中！**  
**雨も吹き飛ばすGG大会☆**

11月14日(木)に緑広場にて第18回知多市老人クラブグラウンド・ゴルフ中央大会を開催しました。

この日は明け方近くまで雨が降っており、開催できるか心配されましたが、朝になり天候が回復し、無事に開催することができました。

雨あがりという事もあり、あまり良いコンディションではありませんでした。

この日は明け方近くまで雨が降っており、開催できるか心配されましたが、朝になり天候が回復し、無事に開催することができました。

総合優勝は、男性の部は横山幸一郎さん、女性の部は早川ふみ子さんでした。

ホールインワン募金も行われ、10,669円は台風19号の義援金として送付しました。

シヨンではありませんでしたが、その分集中力が増したのかいつもより多くホールインワンができました。

### 老人クラブ活動でのばそう、健康寿命！

第2回 会長・副会長合同研修会



5月17日(金)に勤労文化会館やまももホールにて、第2回会長・副会長合同研修会を開催しました。

今回は国立長寿医療研究センター老年学・社会科学センター・センター1長の島田裕之先生に、健康寿命の延伸をテーマにご講演いただきました。

講演の中で、「平均寿命が延びてきており、健康寿命を延ばすことが必須。健康寿命を延ばすうえで認知症にならないよ

うに予防することはとても大切な事です」とのお話がありました。

健康寿命を延ばすためには、適度な運動とバランスの取れた食事と、人との交流。食事については、和食が優れているが、魚だけでなく肉も食べる事が必要。

また、老人クラブの活動は、人との交流や体を動かす機会になるため、とても良い認知症予防ですと話されていました。

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・循環器科・呼吸器科・小児科

## 内山クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:50	○	○	○	○	○	○
PM3:00~6:00	○	○	○	○	○	○

知多市寺本新町1丁目122番  
☎0562-33-0651/0652

胃腸科・肛門科・外科・内科

## 竹内 医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM4:00~7:00	○	○	○	○	○	○

休診日：日曜日・祝日  
知多市八幡字半田道21  
☎0562-34-1991

目元千両 口元万両

## 医療法人 皆川歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM9:00~12:00	●	●	●	○	○	○	○
PM14:30~19:00	●	●	●	○	○	○	○

☆17時まで 休診日/木、日、祝日  
知多市南粕谷東坂1-227  
☎0569-43-5280

御賛助

## 整骨 今井接骨院

にしの台

○保険取扱い・労災(骨折・脱臼については医師の同意要)

◆受付時間 AM9:00~12:00 PM3:30~7:30 (土曜日はPM1:00まで)

◆休院日 日・祝日

予約も承ります。気軽にご相談下さい！

〔にしの台今井接骨院〕 保険 〇 キューゴキューゴ

☎0562-55-9595  
知多市にしの台1丁目2703番地の2

健康で働く意欲ある高齢者が元気に活躍する場です。

公益社団法人

## 知多市シルバー人材センター

知多市岡田字向田58-2  
☎0562-55-5476  
FAX 0562-55-3332

全国社会奉仕の日(清掃奉仕活動)

74クラブ 1,653名が参加

9月20日の全国一斉社会奉仕の日に合わせ、9月8日～10月5日に74クラブ1,653名で清掃奉仕活動を実施しました。

今回は天気にも恵まれ、多くのク

ラブが予定通り実施することができました。

また、全国一斉社会奉仕の日以外にも各クラブで清掃奉仕活動を実施しています。



私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

総合建設・設計施工

**大常建設** 株式会社

知多市岡田字大曾 3-19  
 ☎0562-55-0888  
 FAX0562-56-0189

株式会社 **いわき工務店**

知多市岡田字庄太郎脇 53  
 ☎0562-55-2164  
 FAX0562-55-2149

SHIELD FOR THE LIGHT  
 シールドトンネル工法で地下空間を創る

**弘新建設株式会社**

知多市新知字美濃川 66-1  
 TEL:0562-55-5299  
 FAX:0562-56-1018

給排水衛生・空調設備・設計・施工など

**東海ガス株式会社**  
 TOKAI GAS  
<http://www.tokai-gas.co.jp>

知多市八幡字荒古前 33-1  
 tel 0562-33-5168  
 fax 0562-33-1014

建設一般・設計・施工・増改築・リフォーム

**大元建設**

知多市南粕谷本町 2 丁目 126  
 ☎0569-42-1673  
 FAX0569-43-7786  
 HP: <http://daimoto.com>

一般貨物自動車運送事業  
 事業者番号 560003317

クレーン作業全般 重量物運搬  
 愛知県知事許可番号 第 29072 号

**荒木重機株式会社**

知多市八幡字荒古前 13-3  
 TEL 0562-32-5341(代)  
 FAX 0562-33-2721

歩け歩け運動

10校区 2,234名がウォーク



まずは準備運動から！

10月から11月にかけて10校区で歩け歩け運動を実施いたしました。それぞれの校区で1時間から2時間ほどウォーキング。参加者同士おしゃべりしながら足をしっかりと動かしました。今回の歩け歩け運動では全校区あわせて2,234名が参加しました。次回のウォーキングもみなさんの参加をお待ちしております。

いつまでも自分の足で歩くために！

ウォーキングは「いつでも」「どこでも」「誰でも」行える手軽な運動です。☆ただ歩くだけじゃない、ウォーキングの効果☆

- ①**高血圧の改善**…血圧が下がるタウリンなどの物質が増加
- ②**心肺機能の強化**…ウォーキング習慣のある人は心血管疾患のリスクが低下
- ③**骨の強化**…太陽を浴びて、カルシウムの吸収を助けるビタミンDが体内でつくられる
- ④**社会的効果**…屋外に出ることで、人と関わる機会が増加

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

自動車ガラスのスペシャリスト!!

各種自動車ガラス交換・販売・修理  
カーフィルム施工・販売

アサクラオートガラス



知多市新知字下大廻間 26

TEL 0562-39-1011

FAX 0562-39-1012

電気工事設計施工点検 冷暖房設備設計施工  
防災設備設計施工点検 電気機器修理・販売



株式会社 岡田電業社

知多市岡田字開戸 63-2

TEL 0562-55-3905

FAX 0562-55-2838

E-mail: info@okadadengyo.com

木のぬくもりそのままに 義 自由設計・注文住宅

DAIYOSHI

大義建設株式会社

知多市岡田字登り1番地の1

TEL(0562)55-3634

FAX(0562)55-6887

竹内建設工業株式会社

総合建設業(般-24第63613号)

鉄骨・木造・総合建設・建築設計施工

知多市南粕谷新海4-260

TEL FAX 0569-43-4110



給排水衛生・各種配管設計施工  
住宅設備機器販売

有限会社 長島管工

知多市岡田字越地 28番地の1

TEL 0562-55-3858

FAX 0562-56-1377

MC・NC 旋盤・フライス・旋盤加工



株式会社 武藤製作所

〒478-0069 知多市新刀池2丁目24番地

TEL <0562>56-6010

FAX <0562>56-6011

CHITA SPRING

株式会社 知多スプリング

各種スプリング製造・線材曲加工・熱処理 etc

愛知県知多市新刀池 2-30

TEL. 0562-56-5992

FAX. 0562-56-2281

私たちのクラスでは、校区の今昔の話、自分が生まれ育った環境の話、自分が携わった仕事の話、健康であるためにはの話等々でした。当時と違って人口も増えて便利にな

10月23日(水)旭北小学校4年生との交流会を行いました。それぞれのクラスにグループで分かれて入り、「高齢者からのお話」と題して話し合いの場を持ちました。

旭北校区  
交流会で身も心も豊かに



児童と楽しく交流

り、身も心も豊かになった子ども達に、どこまで伝えられたか気になる所です。これからの子どもたち、また高齢者の自身のためにも、自分の命は自分で守るとともに、地域の人達のかかわりを大切に、やさしさ、思いやりを持って歩んでほしいと思いました。

次に人生ゲームをしました。自分自身、すっかり童心に返って、楽しく過ごしました。最後にリーダーの演奏、歌と続き、一生懸命な児童を見ていて、こみあげてくる熱い思いと、感謝の気持ちでいっぱいになり、教室を後にしました。

当日は卒寿2名、米寿4名、傘寿4名、喜寿6名、古希3名の19名で

異が丘寿会は、令和2年の年が明けた1月10日(金)、新年会・長寿者祝会を実施しました。最初に恒例の新年の歌を皆で歌い、内海会長



東部校区  
いきいきピチピチ  
ご長寿者を祝う  
「異が丘寿会」

歌を皆で歌い、内海会長の方へ祝品の紅白の饅頭を贈呈し、その場で記念写真を撮り後日贈呈しました。

最初は恒例の新年の歌を皆で歌い、内海会長の方へ祝品の紅白の饅頭を贈呈し、その場で記念写真を撮り後日贈呈しました。



長寿者の皆様

私たちは知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

水漏れ・詰まり直し・リフォームまで!  
わが家のホームドクター!  
知多市上下水道指定工事店

**株式会社 阿知波設備**

知多市梅が丘1丁目18  
☎ (0562)55-2569  
FAX (0562)55-2749

一般歯科・小児歯科

**わにベデンタルクリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	●	●	●	／	／	／	／
15:00~19:00	●	●	●	／	●	▲	／

【休診日】木曜・日曜・祝日 ▲土曜午後17:00まで

知多市新知東町3丁目41番3  
☎0562-38-6264

**株式会社 村瀬組**

知多市八幡字堀切 57 番地

認証取得  
ISO 9001  
ISO 14001

☎0562-33-2511  
FAX 0562-33-2519

税務・会計・相続  
～お気軽にご相談下さい～

**久野敏浩**  
税理士事務所

知多市八幡字平井 1-7  
☎ (0562)36-0806 FAX (0562)36-0807

お気軽にお問合せ下さい!

訪問看護ステーション  
**でいんぷる**

知多市新舞子字大口7-1  
☎0569-89-8071

住空間工務 いろんな事でもご相談下さい!

ARCHITECTS & BUILDING ENGINEER & REAL ESTATE  
住宅・店舗・設計・施工・不動産  
有限会社 **建築屋近藤**

知多市新知字八九四2番地の1  
☎0562-56-1282

南粕谷校区



**楽しい企画で  
組織の活性化へ**

粕谷台グランド同好会は現在、会員数84名、練習は、毎週火・金曜日午前中に大知山（知多高跡地）で60名前後の参加者で実施しています。「明るく、楽しく、元気良く」をモットーに、技術と言うよりも体力向上と親睦をメインに活動しています。中でも話題豊富なメシバーとの会話が毎回の楽しみの一つになっています。

毎週の活動以外に年間行事として、暑気払い大会、郊外での大会、期末大会を実施し、その後の



初心者大歓迎！  
次回は一緒にプレーしましょう♪

会食は、プレーをふり返り、皆でワイワイ盛りあがります。

また、ホールインワン基金、満願賞、還元賞等、楽しい企画も取り入れ、会員のやる気ときずなを深め、組織の活性化に努めています。

我が同好会も来年20周年を迎えることになりま

八幡校区



尾張万歳に  
みなさん夢中！



中小根第1・2・3寿会の誕生会を開催しました。

今回はゲストとして、郷土・知多市の民俗芸能を守る会に来ていただき、尾張万歳を披露していただきました。

尾張万歳は、現在の名古屋市東区にある長母寺を開いた無住国師が寺の雑役をしていた村人に法華経を分かりやすく、節



次回も元気で集まりましょう

を付けて教えたのがはじめとされています。知多半島周辺の大高村・敷村・寺本村が長母寺の寺領であったことから、特に寺本の八幡には万歳が普及したとのことでした。

最後は全員で集合写真を撮りました。今後も、会員が楽しんで参加できるように、いろいろな企画をしていきたいと思

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**知多工業株式会社**

知多市八幡字西前田75-2  
TEL(0562)33-5822  
FAX(0562)33-5821

水道設備・消防設備

**丸朝 有限会社**

知多市八幡字汐海道18  
☎0562-33-0750  
FAX0562-33-0751

ここちよい住まいの設計・施工

**古屋 建築**

知多市八幡字荒古後79  
TEL/FAX 0562-32-0707  
作業所 TEL 0562-32-6483

鮮魚 料理 仕出し

**矢田 政**

知多市南粕谷本町  
☎0569-43-7400  
FAX0569-43-3219

お庭のお困りごと  
なんでもご相談下さい！

造園土木業

**加藤 造園 有限会社**

知多市新知字南惣作34番地の11  
☎0562-33-3614

お墓・樹木葬

**山加石材 株式会社**

知多市八幡字堀切75番地  
【営業時間】8:30~18:00 火曜定休  
☎0562-32-0907  
<http://www.yamaka1918.jp/>



男女関係なく仲良く活動しています  
(前列左から3番目が鶴田さん)

# いきいき会員紹介

寺本台長寿会 鶴田 厚美さん

## 女性ならではの目線で一人ひとりを大切に

女性で単位老人クラブ

の会長をされた鶴田さん。老人クラブの中での女性の活躍や、女性会長への思いについてお話をさせていただきました。

Q. 老人クラブに入会したきっかけは何でしたか？

声をかけてもらい、入会してもいいかと思えました。

Q. 女性で単位クラブの会長という役を受けることに対し、抵抗はありましたか？

もともと役員をやつ

か？

老人クラブに入会したきっかけは友人からのお誘いでした。以前からある老人クラブの方からお誘いを受けておりましたが、入会するまでには至りませんでした。友人か

ていたので、会長のお声がかかった時にも、そこまで抵抗ありませんでした。

今まで男性の方が会長をされていたため、女性

での目線を入れた会の運営を目標として活動して

きました。目標の一つとして、あまり会の行事等に

参加されない方へ年賀状を送ったり、行事への

参加が難しくなってきた方への訪問など、会員一

人ひとりを大切にする取り組みをしてきました。

話題づくりのために、愛知県老人クラブ連合会の

新聞を持って訪問し、地域での繋がりを維持でき

るよう支援してきました。女性会長には、女性な

らではの視点や思いやり、女性への配慮があるため、

ぜひ増えていってほしいと思います。

Q. 会長を退任され、現在どのような活動をされていますか？

会長は退任しましたが、単位クラブでの活動に積極的に参加しています。グラウンド・ゴルフの運営委員や友愛訪問員もしています。

また、今年度からの活動として女子部会を立ち

上げました。もともと集まって話をする会はあり

ましたが、今年の会長・副会長合同研修会のテ

マが「女性が楽しんでもクラブ活動ができるようなプログラムを考える」と

なっていて、そこでの話し合いを受け、岡田会長

が女子部会の立ち上げに賛同していただきました。

月に1回、第2火曜日に実施していますが、毎月

ハーモニカ演奏等のイベントとともに食事も提供

していて、楽しみながらお話ができる会になって

います。このような会を通じてほしいと思っ

ています。

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

産業廃棄物収集運搬業許可 124048 号  
労働者派遣事業許可 派 23-301904

**S-HITEX 杉本ハイテックス** 株式会社

知多市佐布里字五反田上 47-1  
☎0562-55-2471  
FAX0562-57-6618

各種防水工事/塗装工事/内装仕上げ工事

**合同会社 知多ホームズ**

愛知県知多市朝倉町187 米信ビルB  
(TEL) 0562-51-1852  
(FAX) 0562-51-3413

金物工具総合商社

**nagai**  
HARDWARE & TOOLS FIRM

知多市八幡字荒古後 8-2  
tel 0562・33・2525

備えあれば、憂いなし  
安全と安心をお約束します

消防設備 設計・施工・保守点検・販売

**中央防災株式会社**

〒478-0011 知多市原 2 丁目 1 0 - 2 5  
TEL 0562-34-9513 FAX 0562-34-0750  
http://www.c-bousai.co.jp

↓

**株式会社 サント**

塗装工事・防水工事請負

愛知県塗装工業協同組合員

愛知県知多市新知東町 2-22-15  
(TEL) 55・4401 (FAX) 56・0891

株式会社

**森田造園**

知多市八幡字細見 27  
TEL. 0562-32-3648  
FAX. 0562-33-6380

いきいき会員紹介



毎日の見守りとあいさつで

心を元気に

上平井長寿会  
早川 孝一郎さん  
老人クラブの活動だけでなく、民生委員も3期務められ、地域での見守り活動もされている早川さん。ずっと続けられている見守り活動についてお話をいただきました。

Q. 老人クラブに入ったきっかけは何でしたか？  
老人クラブに入会した

地域の見守り活動を12年程前からしています。ちょうどこの頃に小学校の校舎の建て替えが始まり、通学路が変更となり、子ども達が家の前を通るようにになりました。その後、通学路の近くの民家が集まっている場所です。審判者の目撃情報がありました。地区の民生委員をしており、小・中学校の

きっかけは、町内会の会長から同年でお誘いがあったためです。同年から誘ってもらったことですんなりと入ることができました。

Q. 現在は老人クラブ活動の他に見守り活動をしているとのことですが、どのようなきっかけで始められましたか？

行事に参加するなど子ども達とも付き合いがあつたため、見守り活動をしたいと思いました。

通学路の中で、人通りも多く車通りも多いが信号も横断歩道もない場所があり、とても危ないと思つたため、そこでの見守り活動を始めました。

見守り活動の一環として、通つていく方に声掛けを行うようにしました。声掛けの対象を小学生に限定せず、中・高校生や一般の方にも声掛けを行うようにしました。

1年程度「おはよう」と声かけを続けましたが、反応が少なかったため、「おはよう」だけでなく、「おはようございます」とお辞儀をつけ、丁寧なあいさつを子どもにもするようになりました。するとあいさつを返してくれる人が徐々に増えてきました。中学生になると思春期に入ることもあり、あ

いさつをしない子が増えてきますが、あいさつ運動を毎日続けることであいさつを返してくれる人が徐々に増えていきます。これは毎日12年間欠かさず続けてきた成果だと自分なりに考えています。

ある日、中学生の女の子から1通の手紙を受け取りました。「毎日見守りとあいさつしてくれてありがとうございます。おじさんのあいさつで私はとても元気になりました」という内容でした。私はこの手紙を読んで、あいさつ運動をしてきてよかったなと感じました。今でもこの手紙をととても大切に保管しています。

毎日の見守り活動を通じて、地域の人の顔つなぎができ、子ども達の健全な成長の一助になっていると信じています。

今後も地域の見守り活動を継続していきたいと思えます。

私たちは 知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

日本一ヶ寺 めがねをかけた弘法さま

**めがね弘法**

霊場 世知多四国 71番 眼病封じの寺  
尾張三十三観音 10番  
知多西国三十三所 18番 **大智院**  
東海三十六不動 22番  
知多市南粕谷本町1丁目196番地  
☎0569-42-0909 FAX0569-42-0930  
めぐすりの**金照堂薬房**

曹洞宗  
**金鐘山 瑞光寺**

愛知県知多市日長字会ヶ前78  
TEL (0569)42-1094  
FAX (0569)43-8103

**UK** 株式会社 **ウチダ機工**

搬送機器設計製作現地施工・各種機器据付工事  
各種プラント配管工事・労働者派遣事業

本社 (工場) 知多市新刀池2丁目20番地  
半田営業所 (工場) 半田市成岩東町72番地  
桑名営業所 (設計) 桑名市南魚町33番地

真宗大谷派 (東本願寺)

**善重寺**

知多市八幡字荒古前 110-1  
TEL 0562-32-2712

臨濟宗 妙心寺派  
白華山 **慈雲寺**

知多四国八十八ヶ所 72番札所  
知多西国三十三霊場 19番札所  
知多市岡田太郎坊  
☎0562-55-3082 FAX0562-55-3366

お客様の喜びが私の喜び

中日新聞 **竹内新聞店**  
岡田専売店

知多市岡田字向田 48-7  
☎0120-77-0811

# いきいき会員紹介

亥新田南部長寿会

加古 尚さん  
加古 珪子さん

## あつと驚くマジックで社会貢献に

80歳をこえても老人クラブの活動やボランティア活動をされている加古さん。夫の尚さんは趣味のマジックを、妻の珪子さんは民謡をいろいろな場所を訪問し、披露されています。活動を通した生きがいについてお話をいただきました。

Q. 老人クラブに入ったきっかけは何でしたか？

老人クラブに入ったきっかけは、還暦のお祝いに地域の神社で祈禱を受ける習わしがあり、祈禱を受けた後に老人クラブへの加入の案内があり、その時に加入をしました。今は、そのような習わしも廃れてきて、老人クラブに入会する人も減ってきましたため、とても寂しく感じています。



Q. 趣味のマジックはどのようにしてはじめられましたか？

尚さんが60歳で定年を迎えたときに、このままでは家にこもる時間が増え、体力や認知機能が低下してしまうと心配したため趣味を探すことにしました。いろいろと試すうちにマジックに出会い、最初は介護予防のつもりではじめましたが、だんだんとのめりこんでいきました。

子どもたちも高齢者の方もとてもいい表情で手品を見ていただき、自分も元気をいただいています。

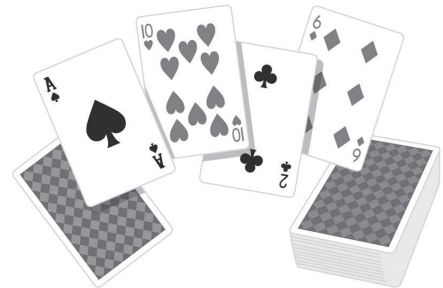
Q. 老人クラブではどんな活動をされているんですか？

地元の老人クラブでも各種活動に参加しています。それ以外にも老人クラブの総会で私はマジックを、妻は民謡を毎年披露してきました。

マジック以外の活動として、佐布里の梅まつりのボランティア等もしています。今後も体が動く限り、老人クラブの活動とボランティア活動を通して、夫婦そろって元気に社会貢献活動をしていきたいと思っています。



今後も夫婦そろって、元気に活動していきます！



## 7つのロコモチェック!

### 1つでも当てはまるとロコモの危険信号！

1. 片足立ちで靴下がはけない
2. 家の中で躓いたり滑ったりすることがある
3. 階段を上がる時、手すりが必要
4. 15分ほど続けて歩くことができない
5. 横断歩道を青信号で渡りきれない
6. 掃除機の使用や布団の上げ下げ等の家事が困難
7. 2Kg程度(1リットルの牛乳パック2本)の荷物を持ちかえるのが困難

※ロコモティブシンドロームとは、「運動器障害」「要介護」になるリスクが高い状態のことです。





## 令和2年度 知多市老人クラブ連合会事業計画

月	日	事業名	内 容
4	2	新旧役員会	主な議題：事業計画、予算等について (中止)
	10	第1回常任委員会	主な議題：事業計画、予算等について (書面審議)
	24	友愛訪問委嘱および研修会	会場：勤労文化会館
5	14	グラウンド・ゴルフ会長杯	会場：緑広場(予備日21日)(中止)
6	上旬	会長・副会長合同研修会	内容：未定
	下旬	役員・会長研修会	内容：未定
7	1~	グラウンド・ゴルフ校区大会	市内10会場 7月中に実施
	16	高齢者交通安全総決起大会	会場：勤労文化会館
	17	第2回常任委員会	主な議題：知多市老人クラブ大会について
8	31	愛知県老人福祉大会	会場：名古屋市公会堂
9	1~	グラウンド・ゴルフブロック大会	市内5会場 10月中までに実施
	20	全国一斉社会奉仕の日	市内各所にて実施
	24	知多市老人クラブ大会	会場：勤労文化会館
	26	第48回愛知県老人スポーツ大会 第17回愛知県老人クラブグラウンド・ゴルフ大会	会場：あいち健康の森
10	1~	歩け歩け運動	各地区にて11月下旬までに実施
11	12	グラウンド・ゴルフ中央大会	会場：緑広場(予備日19日)
12	上旬	会長・副会長合同研修会	内容：講演会等
(令和3年) 3	12	第3回常任委員会	主な議題：事業報告・決算について
	24	友愛訪問感謝の会	会場：勤労文化会館
年間活動		清掃奉仕活動	随時実施
		友愛訪問活動	毎月20日前後
		連合役員会	随時開催
		交通安全立哨・教室(協力)	交通安全協力員、会員
		ホームページ更新	随時
		機関紙発行	年2回(4月・11月)



### スポンサーへの御礼

この度、知多いきいきクラブの発行にあたりまして、広告掲載のご協力を賜り、誠にありがとうございました。今後ともなにとぞ末永きご支援をお願い申し上げます。  
【知多市老人クラブ連合会】

全国老人クラブ大会

知多市老人クラブ連合会  
優良老人クラブ受賞

全国老人クラブ大会が11月26日(火)・27日(水)に埼玉県大宮市で行われました。この大会は、今後の老人クラブの発展と高齢者福祉の向上を期して開催されています。

この大会で知多市老人クラブ連合会は、優良老人クラブ連合会として表彰されました。表彰の理由は、知多市老人クラブ

活性化方針をまとめたこと、ホームページやシンボルマーク、愛称をつくり活性化を図ったことなどが評価され、このような賞をいただくことができました。

また、全国的な賞をいただいたことを12月18日(水)に竹内会長が市長報告を行いました。「知多市老人クラブ活



性化方針に基づいたこれまでの活動についてや、今後高齢化が進む中で知多市老人クラブ連合会として、友愛訪問や清掃奉仕活動をはじめとした社会貢献活動をしている。今後、多くの方に老人クラブがそのような活動をしている事を知ってもらえるように情報発信をしていきたいと思っています」と伝えました。

知多市長から「これからも引き続きご尽力いただきたい」と激励の言葉をいただきました。

編集後記

会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。「知多いきいきクラブ」第2号をお届けします。

今回も(株)ニチコミ様をはじめ、多くの方からの協力を得て発刊することができました。

創刊号を読んでくださった方から、もっと会員にもスポットを当ててほしいといったお声を多数いただきました。その要望を受け、今回から会員を紹介するコーナーを新たに設けました。今回は、3名の方からお話をお聞きしました。

「女性が活躍できる老人クラブ」「趣味を生かした社会貢献」「見守り活動から始まる地域とのつながり」とそれぞれが自分の大切にしてる事についてお話をいただきました。

自らの思いや信念を持って活動を続けられており、とても興味深くお話を聞かせていただきました。今後も会員一人ひとりにスポットを当て、紙面で紹介していきたいと思っています。

知多いきいきクラブ QRコード

私たちは知多市老人クラブ連合会の活動を応援しています

スズキ塗装株式会社 愛知県知事許可 第63759号 (塗装・防水) 0562-85-7082

宅地建物取引業者登録 愛知県知事 (10) 12362号 〒478-0055 知多市にしの台4-7-26 (株)みどりハウジング 0562-55-6114

最期の、ありがとう。葬儀会館 TEAR ティア知多 0562-55-4900 FAX 0562-55-4300

宗派不問 管理費不要 永代供養墓 知多市大草 地藏寺 0569-42-1200

株式会社ニチコミホームページ いきいきシニア活動紹介 大好評 随時更新中!! 0562-33-3421

株式会社 野田建築設計事務所 代表取締役 野田 悟 0562-33-3421

「知多いきいきクラブ」は、地域のスポンサー各位の協力により発行されています