

はちのへ

# 市老連だより

老人クラブ活動目標 —健康・奉仕・友愛—

No.81

平成31年1月  
(年4回発行)

編集 広報編集委員会  
八戸市老人クラブ連合会  
八戸市根城8-8-155  
TEL&FAX 0178-46-0777

## 年頭のあいさつ

八戸市老連会長

松崎

徹



新年あけましておめでとう  
ございます。

会員の皆様には、健やかな新年をお迎えに  
なされたことと心よりお喜び  
申し上げます。

旧年中は、皆様のご支  
援ご協力によりまして、  
各事業・行事も円滑に実  
施することができ、誠に  
ありがとうございます。

昨年は広島を始め中国  
地方での豪雨による土砂  
災害、北海道における地  
震災害など「災」の一字  
に象徴された一年とな  
り、高齢者の多くの方々

が被災されました。私達  
は、これら幾多の困難を  
乗り越えて生き続ける勇  
気が必要であります。お  
互いに睦み合い、助け合  
う気構えが必要でありま  
す。時には、世代を超え  
て交流する地域の絆を深  
める場が老人クラブだ  
と思えます。「健康・友  
愛・奉仕」の全国三大運  
動はもとより、今日的な  
課題となっている地域の  
見守りや地域の支え合い  
活動、若手委員会の組織  
化を積極的に推進してい  
くことが大切だと思いま  
す。

さて、日本人の平均寿  
命は、世界的にも最高の  
記録に達して超高齢化社  
会・百寿社会到来となっ  
ており、誰もが健康で長  
生きしたいと願っていま  
す。ところが、青森県は

残念ながら日本一の短命  
県の記録を長い間続けて  
おります。近年、「がん・  
生活習慣病予防」が次第  
に浸透し、平均寿命・健  
康寿命ともに着実に数字  
が向上。特に男性の平均  
寿命は前年比で全国3位  
の伸び幅でした。やがて  
短命県の汚名も返上でき  
そうです。そのためにも、  
減塩・生野菜の摂取・大  
酒飲みから適量摂取へ、  
そして適度な運動の習慣  
化を推進していくこと、  
仲間との楽しい交流をと  
願っています。そのため  
にも日頃から老人クラブ  
の諸活動が重要です。当  
連合会主催の活動にも積  
極的に参加しましょう。  
結びに、皆様のご多幸  
とご長寿を謹んでお祈り  
申し上げます。

毎年恒例

老人クラブの皆様毎回大好評！！

皆様の親睦と会員勧誘に  
ぜひ、ご利用ください

## 第69回 大名湯治の会

1日目の夕食時は  
郷土芸能"大宮神楽"

期日 平成31年3月 《2日目午後は、「劇団あじさい」による舞踊劇ショーをお楽しみ下さい！！》

行先 田野畑村 潮騒の宿 ホテル羅賀荘 会費 24,000円

内容 2泊6食 銚子・ウーロン茶(毎夕食時、それぞれ1本付) 旅行企画・実施 三八五観光(株)

協賛 各種ショー代、貸切バス代を含みます 添乗員同行で安心！ 観光庁長官登録旅行業第1046号 社団法人日本旅行業協会(JATA)正会員 青森県八戸市八日町2 総合旅行業務取扱管理者 戸崎 浩之 TEL 0178-44-8181

青森県各地区老人クラブ連合会



●11月21日(水)  
●八戸市総合福祉会館

**表彰式**

**全国老連会長表彰**

**団体の部**

八寿会 (根 岸)

**育成功労者**

松崎 徹 (白山台)

**青森県老連会長表彰**

**育成功労者**

高橋 一夫 (長 者)  
長根 哲男 (吹 上)  
古川 勝雄 (湊 )  
島浦 洋二 (白銀南)  
佐々木政隆 (白山台)  
久保 惇 (館 )  
高橋 常男 (根 岸)  
日高 哲也 (根 岸)  
上野 吉春 (上 長)  
白井 三男 (豊 崎)

**八戸市長表彰**

**優良クラブ**

上田 武男 (東 )  
中山 勝夫 (南 郷)  
十日市老人クラブ (大 館)  
大沢浜菊の会(湊 )  
田面木第一老人クラブ (田面木)  
寿美齡会 (大 館)  
岩渕老人クラブ (湊 )  
寿の会 (三八城)  
永楽会老人クラブ (湊 )  
田面木第二老人クラブ (田面木)  
盛春クラブ (三八城)  
江陽第一クラブ (江 陽)

**八戸市老連会長表彰**

長瀬 礼子 (長 者)  
鈴木 孝義 (吹 上)  
加藤 桂子 (吹 上)  
玉井 ひさ (湊 )  
小村 眞 (根 城)  
櫻田 宏 (白山台)  
鈴木 清治 (下 長)  
豊川智恵子 (下 長)

**八戸市老連特別感謝状**

小田 良広 (根 岸)

**八戸市老連環境美化功労者表彰**

**団体の部**

下長町精励会(下 長)

**個人の部**

松田 和子 (館 )  
青山 一彬 (根 岸)  
新居 喬 (白山台)

**八戸市老連つくり表彰**

**最優秀賞**

高橋 照子 (長 者)

**金賞**

関下 石丸 (白 銀)

**銀賞**

高畑 助七 (長 者)

**銅賞**

葛西 幸子 (長 者)  
大下 清 (白 銀)

**研修会**

**演題**

「伝説の騎手 前田長吉」

**講師**

前田長吉を語る会

語り部 前田喜代治氏

(前田長吉の甥)

表彰式は、全国表彰、県老連会長表彰、育成功労者表彰、市老連環境美化功労者表彰、市老連つくり表彰などの七部門で、計五十名が次々と名前を呼ばれ、表彰状、感謝状が授与されました。



日頃、老人クラブの為に尽して下さった方々の功績に大きな拍手が続き、輝かしい表彰式でした。

続いて、研修会では、「伝説の騎手前田長吉の生涯」と題して、前田喜代治氏(前田長吉の甥)が写真を写しながら講演をして下さいました。

長吉様は、幼い頃から馬と接する環境で育ち慣れ親しんでおられたようですが、馬への愛情と仕事に対する熱心さが功を奏したと思われます。

数々の騎手の戦績を残しながら兵役でシベリアに行かれ、帰らぬ人となってしまいました。悲しみの中、暫くして遺骨が帰って来た時は、悲しみを乗り越えた喜びの聲が村の人達にも伝わり、感激の場面だったようです。

短いけれど充実した立派な生涯だったと思えました。(加藤 記)

平成30年度 老人福祉施設 **入所者訪問**

毎年行われている入所者訪問事業は、今年も担当地区が工夫を凝らし、入所者の方に喜んでいただきました。

11月29日

「瑞光園」を  
東地区が訪問

天気にも恵まれ皆さん明るく元気に過ごされている様子に感じました。「リソングの唄」を合唱したり、「八幡馬」を踊ったりと有意義な一日でした。



11月30日

「ハピネスやくら」を  
館地区が訪問

私たちの芸に手拍子をして下さり、本当に励まされました。ご挨拶に回ると、クリスマスまでにまた来てくださいと涙ながらに手を握られもらい泣きました。また、訪問したいです。



12月5日

「サンシャイン」を  
下長地区が訪問

限られた時間内で行うことができ良かったと思います。皆さんに喜んでいただいた雰囲気を感じました。最後は、全員の拍手で懐かしい歌をうたい終わりました。楽しい時間でした。



12月5日

「福寿草」を  
柏崎地区が訪問

終了後、施設の方より感謝のお言葉をいただきました。フレンドリーな関係を密にするため、もう少し笑いを誘うようなコミカルな演目があればよかったですかなあと感じました。



12月6日

「修光園サテライト」を  
白銀南地区が訪問

初めての場所で不安でしたが、職員さんの笑顔に迎えられる、アドバイスをいただきながらあつという間の40分でした。入所者の方に年を聞かれ80歳です、と答えたら「まだまだ踊れるからまた来てくださいな」と励まされました。

12月10日

「長生園」を  
上長地区が訪問

入所者の方々と、なごやかに手拍子をいただき、踊って歌って楽しい時間をいただきました。元気をいただきました。



クラブの紹介

根岸地区

洲先町老人クラブ

清明会の活動について

会長 庄司 正五郎

清明会の活動は、洲先集会所で毎月1回の定例会を10日に行っておりです。定例会では手作りの昼食を食べながら、踊りやカラオケ、ゲーム、ドービキなどを行います。また、独自の取り組みとして健康麻雀を毎週水曜日にやっています。健康麻雀の時は、お酒を飲まない。タバコを吸わない。お金をかけないの三原則を守ってもらいます。



外の活動として、グラウンドゴルフを毎週月曜日と金曜日に追切公園で行います。冬のあいだは休止しますが、年2回ぐらいの大会もあります。追切公園を使用させていただくお礼として清掃奉仕をしています。夏にはやぐらを作って夏祭りを行います。

今年の目標は、健康第一、みんなの絆を大事に明るく元気に頑張りたいと思っております。

☆役員紹介

- |     |       |
|-----|-------|
| 顧問  | 佐藤 文吉 |
| 会長  | 日高 哲也 |
| 副会長 | 庄司正五郎 |
| 〃   | 坂本 京子 |
| 〃   | 高橋 言武 |
| 事務局 | 村上 耕造 |
| 会計  | 〃     |

# 生き生き会員

- ①どんなことに気をつけていますか？
- ②楽しんでいることはなんですか？
- ③その他



根岸地区  
八寿会

瀬川 保守さん  
86歳 (在籍 20年)

- ①最近歩いているとつまづく事があります。足を高く上げるように心がけています。食事は栄養に気をつけて、夕食は少し晩酌をしています。
- ②バスで移動中に、時々お名前を存じない方々と笑顔で挨拶しお話す事もあります。
- ③散歩が好きで歩いています。季節によって草刈り・雪片付けをしています。



田面木地区  
松園町ことぶき会

水越 テルさん  
88歳 (在籍 30年)

- ①散歩や踊りをすること。仲間と話をするようにしています。食事は3食、おいしく食べています。
- ②家で針仕事をすることが大好きです。ふきんとか雑巾とか、だんだん出来上がっていくのが楽しみです。毎月のクラブの定例会で食事の準備をお手伝いするのも楽しみです。
- ③草取りしたり、木の剪定をするのが好きです。第76回老人クラブ芸能大会 (H30年10月) に出演しました。

## 文芸

### 短歌

館地区 津村 タカ

施設より訪ね来し友ホームでは

言へぬ話と生き生き語る

館地区 山田 トモ子

津軽より娘夫婦がいつ来ても

婆をいたわり心うれしや

### 俳句

下長地区 鈴木 美代

色褪せし郵便受や風花す

白山台地区 猪股 敬子

煤払い逃げた夫の言ひ分け許されぬ

吹上地区 泉山 薫

年の瀬の門松飾り良き年に

### 川柳

田面木地区 小野寺 清二郎

春を呼ぶえんぶり

ジャンガラジャンガラと

【作品募集】 短歌・俳句・川柳など、一首(句)を

市老連事務局へお送りください。応募が多いときは選んで市老連だより文芸欄に掲載します。

### 事務局だより

▽単位クラブ補助金決算書作成事務説明会  
2月12日(火) 1時30分  
八戸市総合福祉会館

▽シニアいきいき講座  
2月12日(火) 1時45分  
八戸市総合福祉会館

演題 「頭」元気体操&息つき長寿体操」

講師 介護予防指導士 中村真由美氏

参加費 無料

▽市老連女性会員研修会

2月26日(火) 1時15分〜3時

演題 「新しい道、新たなよこび」

講師 八戸市総合健診センター

副所長 岡本 道孝氏

参加費 200円

諸行事の問い合わせ・申し込みは、各地区理事、または市老連事務局へ

☎4610777

### 編集後記

平成最後の新年を迎え、四月に新元号が発表されますが、どんな元号なのか皆さんも興味があると思います。大寒を過ぎても寒い日が続くようです。

風邪を引かないように健康に留意され、元気に過ごして下さい (鈴木)