

はちのへ

市老連だより

老人クラブ活動目標 **健康・友愛・奉仕**

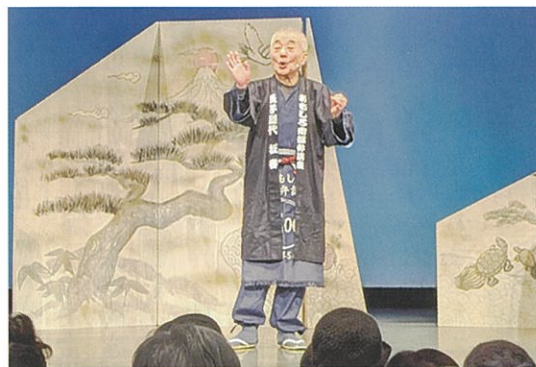
No.105

令和7年3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



今回初めて「生きがいと健康づくり研修会」を二部形式にし、第一部では「シニアファッションショー」を開催しました。想い出の登山服にゴルフウェア、思い出のあるスーツ、お気に入りのワンピース、奥様からの思い出半纏、お着物、お友達とのランチ服、お買い物ファッションなどさまざまな洋服に身を包み、リハサルでは緊張していた出演者のみなさんでしたが、本番はモデルさんながら歩きで、コメントーターの榎谷伸夫氏との掛け合いも楽しかったです。みなさん、オシヤレを楽しんで外出してみましよう♪



榎谷 伸夫氏

第二部ではファッションショーに引き続き、榎谷伸夫さんに講演をしていただきました。南部の昔々のお話を取り入れ一人芝居をしてくださいました。今はあまり使われなくなった昔懐かしい南部弁もありました。榎谷さんの巧みな話術と動きにどんどん引き込まれ、会場のみなさんは大笑い。子どもや孫との会話にどんどん南部弁を取り入れてみましょうとお話しされました。

令和6年度
「生きがいと健康づくり研修会」開催
令和7年3月4日(火)
SG GROUPホールはちのへ(八戸市公民館)

第1部

シニアファッションショー

コメントーター 榎谷 伸夫氏
司会 江陽地区 中村 恵子さん

第2部

演題 「南部弁で笑って 春を迎えましょう」
講師 SG GROUPホールはちのへ (八戸市公民館) 館長 榎谷 伸夫氏



表彰式

全国老連会長表彰

団体

類家五丁目夢くらぶ (柏崎)

青森県知事表彰

団体の部

千田長寿会 (下長)

育成功労者

角 邦子 (湊)

青森県老連会長表彰

団体の部

八重坂敬友会 (吹上)

育成功労者

田名部 忠 (三八城)

田代 昇 (柏崎)

佐藤 富雄 (小中野)

佐々木和子 (白銀南)

北山 博秋 (館)

山田 俊彦 (是川)
河村 弘允 (下長)
木村 穎子 (大館)
玉田 和子 (大館)
大江 哲郎 (東)
市沢 敏夫 (南郷)

八戸市長表彰

優良クラブ

松園団地松友会 (田面木)

榊形クラブ (長者)

三楽会 (長者)

睦会 (白銀)

湊高台町山吹の会 (湊)

高館ニュータウン老人クラブ新和会 (下長)

沼館三丁目ひまわりの会 (三八城)

白山台中央シルバークラブ (白山台)



八戸市長表彰(松園団地松友会)

正法寺長寿クラブ (上長)

石堂三丁目老人クラブ (下長)

育成功労者

西塚 光男 (長者)

八戸市老連会長表彰

平谷 清蔵 (長者)

柏崎 恭子 (柏崎)

高島新太郎 (小中野)

菅原ミヤ子 (湊)

榊山 麗子 (下長)

小松 光子 (下長)

花田 幸紀 (根岸)

岡田 道博 (上長)

上野 謙吉 (上長)

石橋 スゲ (大館)

八戸市老連環境美化功労者表彰

団体の部

長者地区老人クラブ連合会 (長者)

(長者)

寿の会 (三八城)
個人の部
和泉 鉄美 (江陽)
佐々木久枝 (柏崎)
武内 皓 (根岸)

研修会

演題

民謡はいいよ
〜津軽三味線と楽しいトークショー〜

講師

赤坂三絃会代表 赤坂 勉氏

研修会を終えて

研修会では、『民謡はいいよ』と題し、赤坂三絃会代表の赤坂勉氏に、〜津軽三味線と楽しいトークショー〜を披露いただきました。



講師 赤坂 勉氏



アンコールで踊りを披露した西塚淳子さん

巧みな三味線曲弾きと、楽しいトークで会場は笑いの渦。生の弾き語りには皆さん興奮し、あちらこちらで歌声が聞こえてきました。最後にはアンコールの声。観客として来ていた、民謡王座の西塚淳子さんへ踊りをお願いしました。突然のリクエストにも関わらず三味線と見事な共演。弾き語りとの迫力に皆さん吸い込まれ、会場は大賑わい!! 大きな拍手に包まれました。

クラブの紹介

三八城地区

みんなで協力し、地域を明るく

城下二丁目あすなろ会会長 田名部 忠

我が城下二丁目あすなろ会は、毎月第二土曜日を例会とし、クラブ員の親睦を深めています。

特に皆さんの花に対する想いは特別で、町内にある数十メートルの『ドウダンツツジ』のある植壇の周りに、五月頃市より支給される花を植えることが一大イベントです。培養土を追加し、肥料をやり、花が少ないところには花を持ち寄り、見事な花を咲かせ、通る人たちから「いつも綺麗ですね」と声をかけて頂いています。手入れのため、年数回の除草を行い、随時花の手入れを行っています。

例会では、身体を動かしたり、食べたりと楽しんでいきます。特に食べる事に拘りがあり、二月には恵方巻、四月頃には桜餅、夏には水まんじゅうなど手作りが一番おいしいと、みなさん協力し合い調理しています。食べ



てばかりではなく、レクリエーションや介護予防など講師の方に来ていただき、体操やポッチャなど、体を動かし頭を使い若さを保っています。また、総会を兼ねた温泉日帰り、十二月の全会員まとめの誕生会を行っています。私たちは「いつまでも食べて動いて健康第一」をモットーに、楽しく協力し合い活動していこうと思っています。

卒業式

令和六年度 青森県老連主催
青森県老連健康福祉大学校 (八戸会場)

令和六年十月十八日(水)
ランドサンピア八戸

卒業生33名全員が卒業を迎えました。八戸市長 熊谷雄一氏、八戸市社会福祉協議会会長 伊藤博章氏よりご祝辞を賜り、卒業生を代表し加藤忠志さんが謝辞を述べました。式の最後は皆さんで蛍の光を斉唱。万歳三唱で卒業式、卒業記念パーティーを締めくくりました。



卒業生のみなさん

文芸

短歌

館地区 山田 トモ子
新春に八幡様に初参り健康
長生き良き事願ひし

俳句

吹上地区 泉山 勲
新年の家族幸せ手を合わす

川柳

根岸地区 蛭名 喜光
夢一つ持ちたいボケぬ設計図

根岸地区 工藤 工
卒寿(九十)で元気元気に
春近し



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。また、新聞等に掲載された入選作品をご紹介しますので、どうぞお知らせ下さい。



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（なんでも）



ご夫婦で長寿



吹上地区 八重坂敬友会
日山 繁吉さん
 95歳
 (在籍20年)

①足腰が弱くなってきたので、転倒しないように気を付けています。食生活では三食きちんと食べ健康に気を付けています。



日山 セツさん
 89歳
 (在籍20年)

②天気の良い日は、りんご畑に行き手伝いをしています。冬は転倒が怖くて散歩していませんが、暖かくなったら散歩をしたり、火曜日には集まりに行きみんなとお話をするのが楽しみです。庭のお花を手入れして楽しんでいます。

③週に3回、夫婦で施設に行っています。



是川地区
 是川第四老人クラブ
水越 芳雄さん
 93歳 (在籍31年)

- ①転倒しないようにと、交通事故に逢わないように気を付けています。草刈り機で作業時に怪我をしないことにも注意しています。
- ②週末は是川あおぞら市に行き、旧友と会って昔話をしています。水曜日には是川カラオケ愛好会で唄い、仲間と話すのが楽しいです。息子の奥さんが作るご飯を美味しくいただいています。
- ③農作業の手伝いをし、長男から小遣いを貰うことに感謝しています。数年ほど前に運転免許証を返納し、不便になりました。



東地区
 旭ヶ丘養命会
下川 満寿子さん
 88歳 (在籍30年)

- ①健康はもちろんですが、人との接し方には気を付けています。温かい心でいると目に見えない何かが心地良い自分を作ってくれます。自分が崩れないように気を付けています。
- ②月に1回のクラブ活動で、みなさんと会えること事が楽しみです。メダカを育てたくさん増やし、欲しい方に分けてあげて楽しんでいます。
- ③血圧が高く困っていましたが、野菜を多く食べるように心がけたら少し下がってきました。

編集後記

白鳥が編隊を組んで飛んでいく様子を見ていて、鳥にもリーダーがいるのだと感動しました。

日に日に春を感じ、それぞれの立場で、元気で行動できるように願っております。
 (加藤桂子記)

事務局だより

▽第85回芸能発表大会

4月22日(火) 10時30分

SG GROUPホールはちのへ

(八戸市公会堂)

前売券 700円
 当日券 800円

▽シニアいきいき体操&脳トレ・レク

5月14日(水) 10時~11時30分

ポータルミュージアムはっち

(シアター1)

参加費・200円
 当日参加可

▽健口ゆるうたクラブ

5月15日(木) 10時~11時30分

八戸市総合福祉会館(5階研修室)

参加費・200円
 当日参加可

問い合わせ・申込は、各地区理事、または市老連事務局へ

TEL・FAX 46-0777