



越前市

ECHIZENSI IKIKI SINIA KURABU
RENGOUKAI

いきいきシニアクラブ連合会

発行所 越前市いきいきシニアクラブ連合会
〒915-0071 越前市府中1丁目11-2
市民プラザたけふ(3F)
TEL 0778-23-9595 / FAX 0778-43-5636

令和6年11月 30号



私も挑戦! スマートフォン 体験教室

わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています



武生タクシー

ご用命は

☎0778-22-0012

山口司法書士事務所 相続登記 専用電話
(コカコーラ配送センター前) 0778-22-3311

冬場のお風呂に要注意

- 急に熱いお湯に入ると、血圧が急激上昇して脳卒中や狭心症などの原因になります。
 - 心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。
- 入浴を短くし、胸のあたりまでつからないように気を付けましょう。



笑顔を創る総合建設企業

株式会社 木原

代表取締役会長 山本達雄
代表取締役社長 山本清孝越前市大虫町第7号2番地
TEL 0778-24-2200小松タクシー 有限会社
小松観光

越前市小松 1-4-7 ☎22-0585

タクシー・貸し切りバスのご用命は

☎0120-22-0585

キッチン・トイレ・お風呂・省エネ給湯器
浄化槽・下水切替...リフォームなら増改築の仕事人
株式会社 市堀建設業許可 特-2 第5290号 建築事務所登録(ろ)第1015号
【今立店: 事務センター・ショールーム】越前市野岡町5-9
【鯖江店】鯖江市上河端町19-4-4まずは
お電話を ☎43-1188 ホームページ更新中!!
増改築の仕事人 検索

第51回福井県老人クラブ大会

10月23日坂井市で開催された第51回福井県老人クラブ大会で、福井県および福井県老人クラブ連合会から活動が評価され、表彰されました。(敬称略)
これからもますますのご活躍を期待いたします。

表彰おめでとうございます

老人クラブ 育成功労者知事表彰



岡田 紀井子
(北新庄地区)



中西 忠義
(南地区)



永坂 重几
(大虫地区)



藤木 定子
(坂口地区)

老人クラブ 育成指導功労表彰

会員増強運動表彰

10名以上純増クラブ 北日野第2クラブ
5～9名純増クラブ 坂口第2クラブ
王子保第1クラブ
味真野第4クラブ
中津山いきいきシニアクラブ



わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています

たけふクリニック

TAKEFU CLINIC
内科・循環器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～13:00	○	○	○	／	○	☆	／
15:00～19:00	○	○	○	／	○	／	／

【休診日】木曜・日曜・祝日 ☆…9:00～13:30

越前市村国3丁目1-12

TEL.0778-29-1212

若泉歯科クリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	○	○	／	／
14:00～17:30	○	○	○	○	○	／	／
9:00～16:30	／	／	／	／	／	○	／

※土：最終受付 16:30 / 休診日：日・祝日

越前市文京2丁目12番38号

TEL.0778-24-3021

月岡医院

診療時間 / 平日 8:30～12:30
14:00～18:00

休診日 / 木曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日

越前市本多1丁目10-18

TEL.0778-23-0220



直江歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00～12:30	○	○	○	休	○	○	休
PM 2:00～6:00	○	○	○	休	○	4:00 マテ	休

越前市府中1丁目27-6

TEL.0778-24-0900



青木眼科クリニック

AOKI EYE CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	▲	●	●	●	●
14:30～18:00	●	★	—	●	●	—

▲9:00～12:00 ★手術日 【休診日】日曜、祝日、水曜午後、土曜午後

越前市平出3丁目25-24

Tel.0778-21-1070

山田歯科医院

受付時間 / AM9:00～12:30
PM2:00～5:30

休診日 / 木曜・日曜・祝日

越前市栗田部町33-6-7

TEL.0778-43-0345

老人クラブリーダー研修会に参加して

越前市いきいきシニアクラブ連合会 女性部長 為澤 さち子



7月4日、5日の2日間“のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを”をテーマに、東海・北陸6県の総勢170人で研修会が当福井県で行われました。

基調報告、講演会、事例発表、意見交換と盛沢山でした。特に福井県の女性委員17名は実行委員として準備から最終お見送りまで一手に担いました。多忙と緊張の中にも研修内容には県内外の活動の多様さにとっても刺激を受けました。会員章の末広鶴と日の丸のように、高齢者の衰えぬ活動意欲に、一歩でも踏み出すことの意義を見出し今後の活動に生かしたいと痛感しました。

それとともに、女性委員相互の親睦と絆ができ、全国にシニアクラブの仲間がいることに癒しを感じました。とても意義ある研修会でした。

ありがとうございました。



会場：あわ市「グランディア芳泉」、県老連役員と実行委員のみなさんです。

わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています



感謝と真心で人々と地球の
幸せな未来に貢献する企業!

リフォーム・増改築・給排水工事
ライフコンサルティング

株式会社 **アルネット企画**

Green innovation Company

越前市宮谷町 47-6-6

TEL.0778-27-8538

食事のヒント

高血圧予防

ポイント
減
塩
は

- 1、だしを効かせる
- 2、香りを利用する
- 3、酸味を利用する
- 4、油を利用する
- 5、食材本来の持ち味を生かす



サービス付き高齢者向け賃貸住宅

ケアフルハウス

入居者募集中!!



ケアフルハウス
越前市広瀬町 153-12-3
TEL:0778-22-0030

株式会社 **福井新聞**
今立南販売店

越前市定友町 10-26-1

TEL: 0778-43-7766

FAX: 0778-43-7767

健康な毎日を願って

正通瑞香堂薬局

営業時間/8:00~19:00 休業日/日曜・祝日

越前市南3丁目5-4

TEL 0778-24-0826

さとういきいきクリニック
消化器内科（内視鏡）・内科・外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	/	○	○	○	/
16:00~18:30	○	○	/	○	○	△	/

休診 水曜日・日曜・祝日 △14:00~16:00

越前市府中 1 丁目 4-20

TEL.0778-21-0310



活動の記録

家庭相談員研修会



6月21日に開催し、85名が受講しました。
見守り活動・家庭相談員活動を研修し、グループ討論し実体験を通じて理解を深めました。

リーダー研修会



6月17日に、単位クラブ会長を対象に開催し、52名が受講しました。
シニアクラブに求められているもの・運営・歩み・友愛・補助金・統計資料・スマホとのつきあい方を研修しました。

若手委員会

6月26日に若手委員会を開催し、30名が受講しました。
大河ドラマ越前編放映もないタイミングで「紫式部と武生」を、加えて「シニアとスマホの上手なお

つきあい」の講演を開催。
今後の会員拡大・地域づくり・広報に役立てていただきます。



わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています

ゼロエミッション人と地球のために
廃棄物を資源に変える

Takifu Kanryo hozen

株式会社 武生環境保全

越前市家久町 2-45-1

TEL 0778-22-1044
FAX 0778-24-5353

ISO9001・ISO27001・ISO45001
エコアクション21
総合マネジメントシステム認証取得
ふくいSDGsパートナー

YAMAPLA
PLASTIC WORKS

有限会社 **ヤマプラ工業**

越前市塚原町 24-12-1

TEL.0778-24-1181

電気工事のことなら

宇野電機株式会社

オール電化・太陽光発電・水まわりも
全ておまかせ下さい！！

unodenki ☎22-1398(代)
村国 1-2-7 FAX24-3622

総合防災設備設計・施工・保守管理
各種防災用品の販売

株式会社 国高防災

越前市横市町 5-1

☎(0778)24-5630 FAX(0778)24-5685

(I.M.T) 総合建設業

株式会社 **石本鉄工業**

建設業者登録 特-第2918号
越前市北小山町 43-17

TEL.0778-27-1516
FAX.0778-27-1305

国土交通大臣認定 Hグレード
鋼構造物工事業 (知事許可般-2第3741号)

■鉄骨工事 ■鉄骨階段工事

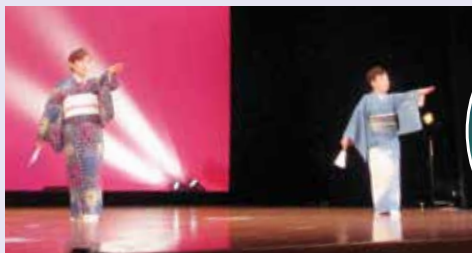
株式会社 成田鉄工所

越前市家久町 56-11-1
TEL(0778)24-1661

いきいき演芸大会

7月10日に「いきいき演芸大会」をいまだて芸術館で開催し、出演24組（カラオケ・民謡・詩吟・演奏・舞踊等）の熱演でした。来場は約500名で盛況でした。

市連合会ブログ記事からもこしの都ネットワークのyoutubeニュース動画が再生できますので、ご覧ください。



体力測定指導者講習会

7月17日に市スポーツ課から講師を招き開催し、25名が受講しました。

実践的でわかりやすい内容で、今後地区の体力測定のリーダーとして皆さんにご指導をお願いします。



健康な体を育みます

夏季大人の遠足

8月1日に夏季大人の遠足を「新穂高ロープウェイ」で実施し、91名が参加しました。

標高2,156mの駅屋上展望台からは、さわやかな風を受け雄大な北アルプスの景観を楽しむことができました。



わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています



坂野電機株式会社

越前市常久町6号5番地の14
TEL.0778-22-2918

サカエ S.C 株式会社



鉄骨工事・鋼構造物工事業
国土交通大臣認定 H グレード

松ヶ谷鉄工建設株式会社

越前市千原町7番1号
TEL.(0778)42-1411

給排水・電気・空調設備工事

株式会社 タナカコウ

越前市野岡町24-1-10
TEL.0778-43-0390

○水道・ガス・下水工事
○エコキュート ○融雪工事
越前市指定工事店

下村水道株式会社

越前市上太田町50-5-6
TEL.(0778)23-7800
FAX.(0778)22-8060



家の不用品、粗大ゴミの回収、
家屋解体 うけたまわります

有限会社 南越クリーンシステム

越前市春日野町70字6
TEL.0778-21-2592

第19回いきいきシニア運動会

10月4日に「第19回いきいきシニア運動会」が、武生中央公園総合体育館（アイシンスポーツアリーナ）で開催され、約650名が参加しました。競技は、ボール引きレース・キックドリブルリレー・ボール送り競争・ひも引き競争の団体4競技で行われました。

総合得点での結果は次のとおりです。優勝：大虫、準優勝：南中山、3位：東

今年も、武生看護専門学校生がシニア研修として運営協力し、最後は全員で「ふるさと踊り」を踊り、世代間交流をしました。



力を合わせて!

初めてのスマートフォン体験教室

8月30日に「はじめてのスマートフォン体験教室（入門編）」を開催し、18名が受講しました。

操作の基本と地図・写真アプリを体験し、LINE活用術等を楽しく学びました。



いきいき趣味の作品展

「いきいき趣味の作品展」が10月28日から30日まで、市生涯学習センター1階eホールで開催され、

篆刻・木工・竹細工・紙細工・手芸・刺し子・造花・バッグ・おもちゃ・工芸・壁掛・陶芸・苔玉・人物画・油絵・水彩画・水墨画・書道・俳句・写真・盆栽等、いきいきシニアクラブ会員の力作が展示され、訪れた人も足を止めて作品に見入っていました。



わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています

備えて安心! 防災グッズあれこれ

いつ起こるかわからない災害。いざという時、慌てないのためにも、必需品をリュックなどにまとめておきましょう。

<基本グッズ>

貴重品（現金・保険証など）
救急セット（常備薬または処方箋も）
飲料水（最低でも水500ml）
非常食（ナيف・缶切り・栓抜きも）
懐中電灯・ロウソク
携帯ラジオ（予備乾電池）
ポケットティッシュ（ウェットティッシュ）
手袋（軍手）
タオル
ライター
雨具
予備の着替え



紙おむつ

生理用品

メガネ・コンタクトレンズなどの日用品

※家族写真もあると、探す際に役立ちます。

<あとで役立つグッズ>

折りたたみポリタンク

アルミ保温シート（体温の低下を防ぐ）

カイロ

おしりふき（大判で、体ふきに便利）

裁縫セット

帽子

ランタン

キャンプ用品

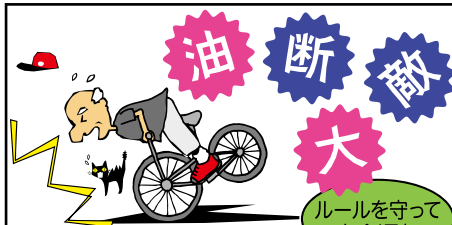


高齢者講習・認知機能検査 受付中

TEL 0778-22-2424

武生自動車学校

越前市八幡二丁目99-44



自転車の無灯火運転
カサさし運転はやめましょう

会長杯ソフトバレーボール大会

5月17日 市総合体育館 62名参加
優勝：国高、2位：越前吉野、3位：神山

第19回ストライクマッチ
ボウリング大会

5月29日 市総合体育館
39チーム220名参加
優勝：栗田部A、準優勝：白山2B、西B

第23回会長杯ゴルフ大会

6月6日 越前武生カントリークラブ 87名参加
団体優勝：北日野、準優勝：服間、3位：大虫
一般優勝：水野儀則（王子保）
準優勝：伊藤良一（服間）
3位：泊今朝夫（栗田部）
女子優勝：伊藤とよ子（服間）



会長杯春季ペタンク大会

6月12日 今立ペタンク場 12名参加
優勝：混成D、準優勝：混成C、3位：混成A

第18回会長杯グラウンドゴルフ大会

6月13日 丹南総合公園 101名参加
男子
優勝：田野幹郎（西地区）、準優勝：栗塚眞一（南地区）、
3位：太田忠治（国高地区）
女子
優勝：増田令美（西地区）、準優勝：栗塚安子（南地区）、
3位：門口峯子（吉野地区）

囲碁・将棋大会

6月24日 4階多目的ホール 囲碁20名・将棋12名参加
▼囲碁
A級優勝：向嶋強（白山）、準優勝：白崎哲生（南中山）、
3位：佐々木義雄（国高）
B級優勝：佐々木利夫（南中山）、準優勝：石川淳一（味真野）、
3位：牧田峰雄（北新庄）
C級優勝：宮本詳三（味真野）、準優勝：後衛（国高）、
3位：大塚廣之（吉野）
▼将棋
A級優勝：藤田光男（西）、準優勝：田辺啓治（吉野）
B級優勝：柴山良一（国高）、準優勝：長田達男（岡本）
C級優勝：栗塚昌宏（大虫）、準優勝：渡辺九助（服間）



第19回会長杯マレットゴルフ大会

9月12日 東運動公園 29名参加
優勝：谷根達雄（国高）
準優勝：栗田友次郎（北新庄）
3位：扇谷洋一（北日野）



第19回会長杯ゲートボール大会

9月19日 白崎公園 6チーム31名参加
優勝：いわくら会（吉野）
準優勝：北日野
3位：きらく南（吉野）



第11回公式ワナゲ大会

9月20日 市総合体育館 33チーム180名参加
団体優勝：吉野A
準優勝：北新庄A
3位：吉野B
個人優勝：岩瀬正（王子保）
準優勝：三好信一郎（吉野）
3位：栗田日出雄（北新庄）



第24回会長杯ゴルフ大会

10月10日 越前武生カントリークラブ 99名参加
団体優勝：南
準優勝：神山
3位：味真野
一般優勝：平井秀士（吉野）
準優勝：紺屋照雄（神山）
3位：松宮秀次（南）
女子優勝：伊藤とよ子（服間）



第16回 囲碁ボール大会

11月8日 市総合体育館 200名参加
Aゾーン
優勝：北新庄A
準優勝：神山A
3位：八王子（国高）
Bゾーン
優勝：味真野B
準優勝：坂口B
3位：大虫B



わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています



想いをカタチに

坂美石工所

越前市中平吹町1-5-4

TEL 0778-23-5638
FAX 0778-43-5878

最高の仕様に

とことなだわる
お墓やさん

宝木石材有限会社

越前市芝原3丁目1-5
フリーダイヤル 0120-928-148



中日本土木株式会社

越前市矢船町19-1-2

TEL(0778)23-0505

ロコモティブ
シンドローム
チェック



- ☐ 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- ☐ 手すりがないと階段の上り下りが困難
- ☐ 15分以上連続して歩き続けられない
- ☐ 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる
脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。
症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- ☐ 片足立ちの状態状態で靴下を履くことが出来ない
- ☐ 2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
- ☐ 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難

上記の症状の一つでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの
疑いがあります。スクワットやウォーキングなどで予防しましょう。

王子保

地区

王子保第1シニアクラブ会長 佐治 孝郎

王子保地区第1シニアクラブの紹介



岐阜方面への日帰り旅行

自然豊かな日野山と日野川がある下平吹町と中平吹町の合同クラブで会員54名です。子どもは少なく、高齢の一人暮らしや夫婦のみ家庭が増えていく地域ですが、会員は農作業を頑張っています。

11月に手作りの食事会と食生活改善推進員さんに

6月には岐阜方面に日帰りで冠山峠から大垣城、関ヶ原古戦場記念館、千代稲荷神社、敦賀駅等に行きました。

1月には新年会を開き、手作り弁当やカラオケ大会、ワナゲ大会などして楽しみました。

クラブでは日帰り旅行や、春と秋の改善センターの除草作業、新年会、ワナゲ大会等を行います。その他に月2回のサロン、卓球の練習等を実施しています。参加者は元気で猿やイノシシの出没状況の話に花が咲きます。

よる食の講座があり、もう一度、自分の食事を見直す機会になりました。12月には正月生け花教室があり、正月を迎える準備をします。他にゲーム大会、テレビによる映画鑑賞会等しています。卓球の練習も週2回(夏と冬は休み)実施し、フレイル予防に努めています。

中平吹町に多目的な建物が建ち、今後運動する機会が増えると楽しみにしています。

高齢者の増加が予想される今後、見守りが大切になってきます。老人家庭相談員だけでなく町内全体で取り組んでもらっています。

中平吹町サロンでは、11月に手作りの食事会と食生活改善推進員さんに

6月には岐阜方面に日帰りで冠山峠から大垣城、関ヶ原古戦場記念館、千代稲荷神社、敦賀駅等に行きました。

1月には新年会を開き、手作り弁当やカラオケ大会、ワナゲ大会などして楽しみました。

クラブでは日帰り旅行や、春と秋の改善センターの除草作業、新年会、ワナゲ大会等を行います。その他に月2回のサロン、卓球の練習等を実施しています。参加者は元気で猿やイノシシの出没状況の話に花が咲きます。

よる食の講座があり、もう一度、自分の食事を見直す機会になりました。12月には正月生け花教室があり、正月を迎える準備をします。他にゲーム大会、テレビによる映画鑑賞会等しています。卓球の練習も週2回(夏と冬は休み)実施し、フレイル予防に努めています。

中平吹町に多目的な建物が建ち、今後運動する機会が増えると楽しみにしています。



北新庄

地区

北町シニアクラブ会長 加藤 一守

小学生と共に花植え



子供たちに元気をももらいました

6月11日早朝、小学校2年生に協力してもらいマリーゴールドをパンダ交差点花壇に今年も植えることができました。通学路の行きかいに楽しんでいただければ嬉しい。秋にはチューリップを予定しています。これからもシニアクラブの活動として持続したいものです。

わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています



横山電設株式会社

越前市村国4丁目17-1

TEL.0778-23-8046

FAX.0778-23-9397

快適生活のお手伝い

上野ガス★

お台所、便所、洗面台のリフォームから蛇口の水もれや排水のつまりまでなんでもお気軽に御相談下さい！

越前市行松町16-21

☎24-1555

精肉の御用命は

若狭牛販売店

くわばらミート

越前市岡本町

☎0778-24-1177

不動産の売買・仲介

不動産のトータルプランナー

西部開発

代表 中屋 敬三

越前市東千福町25番30号

TEL 0778-23-7455

FAX 0778-22-7200

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



の着用を!!

反射材

夜間外出の際は

土木、建築工事請負業・一級建築士事務所

日本産業規格表示認証工場

(レディーミクストコンクリート)

株式会社山田組

〒915-0852 福井県越前市松森町7番地

本社事務所 / TEL.0778-22-2466 FAX.0778-22-2465

生コンプラント / TEL.0778-22-0952 FAX.0778-24-0952

北日野地区

平林町シニアクラブ会長 大塚 善治

思い出話語ろう会

お茶を飲みながら、茶菓子つまみながら、思い出の写真(スライド)みて。なつかしの人たちとも再会し、隣に座った近所の人達と『ぼやったのう』と思わず大声で話しかけてしまいました。『思い出』は生きる力になる！

以前の記憶をよみがえらせて元氣のみなもとに！高齡者の三人に二人は可能性ありと言われる認知症その予防にも有効とか！

直木賞受賞 小説家 石田いら(昭和35(1960)年生まれ)



懐かしい人と写真での再会も

健康講座

越前市社会福祉協会より講師の方を招いて『栄養・運動(軽体操)・社会参加』の三大要素お話を聞きました。

そして参加者みんなで輪になって、軽体操で体をほぐして、脳トレーニングもたのしみました。

さあ、食べて寝て、近所の仲間といろいろと参加して

お話しして楽しもう！『いつまでも健康で長寿を目指そう！』



みんなで楽しく脳トレ

味真野地区

梅花藻クラブ会長 梅田 幸雄

第八上真柄「梅花藻クラブ」の面々



治左川の景色

花藻クラブ」と命名しました。

私たちクラブの目的は会員各自が目標を持って自分の体力に合わせ皆さんとのコミュニケーションの輪を広げ小さな事にも積極的に取り組み和気あいあいと楽しい時間を過ごせる会にしたいと考えています。

私たちのクラブは味真野地区では26軒と小さな町ですが、会員数は女性15名、男性8名とほとんどの家庭の方が入られています。少し若い方は長寿社会となつた今、現役で勤められていて常時12名から15名の方がサロン活動及び社会奉仕活動等に参加頂いています。

コロナ感染以前は時々近場の温泉施設へ行き食事会をして楽しみましたが、コロナ感染中は数年何処へ



月一回のサロン活動

も行けず淋しい思いをしていました。しかしながら、コロナ禍が下火になつた現在では体力的に限界の人が増え取り止めざるを得ない状況となつてしましました。それでもサロン活動は月一回続けており、認知症予防のための講義やゲーム、体力維持の軽体操に取り組み会話をはずませ笑

い声が絶えません。また、少額の景品を付けたワナゲ大会やビンゴゲームを年数回行い皆で楽しんでいます。

奉仕活動に於いては、年一回治佐川周辺と公民館及び町内の氏神様である小鳥神社境内の草取りを町内の社会奉仕の日に合わせて実施しています。

どの町内に於いても深刻な問題ですが、一人暮らしの家庭が増え過疎化が急速に進んでいる現状を踏まえ今後の方針を考え前向きで会員の意見、提案を取り入れながら楽しめるクラブにして行きたいと思っています。



奉仕活動である草取り

白山地区

白山地区会長 奥田 博一

夏の研修旅行

研修旅行日の前日は、白山地区が集中豪雨に見まわれ「床下浸水」「水田の冠水、土砂崩れ」等々の被害に遭い、大変な日でした。しかし、旅行は決行しなればなりません。当日欠席される方も居られ、心配される大変な出発となりました。参加者は34名に減り、作業着の市議員や県会議員に見送られ出発することができました。

出発時の空模様は曇天で何とか持つかと心配しながら、滋賀県に入ると青空も見え、ほっと一安心です。今年は二ヶ寺を巡る研修旅行です。行き先は、今年、越前市のテーマとして大河ドラマ「光る君へ」の主人公、紫式部が源氏物語執筆に入った石山寺に直行しました。なかなか大きなお寺で、皆さんふうう言いながら見学しま



大河ドラマで注目の石山寺

した。観たい・知りたい為皆さん元氣いっぱいです。そこで、記念写真を撮りました。思いの外、暑くもなく絶好の旅行日和になりました。思わず石山寺で合掌です。

その後、近江大津京ゆかりの古刹である広大な三井寺にお参りしました。また、湖国近江の名勝、「三井の晩鐘」は近江八景の一つとして知られ、日本三名鐘にも数えられています。除夜の鐘でも有名です。三井寺を拝観後は皆さん充分に満足された様子で、またお疲れになられた様子でしたが、無事に帰路に着くことが出来ました。

栗田部地区

旭クラブ会長 鈴木 興三市

クラブの現状と今後について

一時中断していた栗田部長寿会だが関係者の協力のおかげで平成27年4月に再スタートすることとなりました(5クラブでスタート)。そんな中、旭クラブの今日までの内容について少しだけ紹介します。

◎1番大切な総会は毎年

実施することと自分に言い聞かせ、幸い50年以上続けている日記の習慣が役にたち、業務報告、決算等資料作りは案外スムーズにできて皆さんに納得してもらっています。

◎人が人間になるための必須条件として仏法を聴

くというのがあります。このため知人を通じて大型バスに近くの公園にきてもらい、バスの中でアニメの上映や専任講師の説法を聴く催しを数回実施しました。

◎クラブには前会長が護ってきた花壇があります。会員の親睦と融和を図るため毎年、夏の草取り、春の草花植栽等を行います。

周辺の環境美化にも一役買っています。

◎また、クラブでは白寿者(満99歳)への祝い品等の贈呈を行っています。そしてそれを持つて会員は卒業してもらっています。

その他クラブの旅行やゲーム大会、他区の行事やシニア連合会の行事にも積極的に参加して会員が楽しめるクラブにと思っています。

最後に会員が徐々に減少し、今では引き継ぎ当初から見て4割も少なくなっています。

今後とも増加は望むべくもなく、今いる会員が1人でも多く行事に参加できるようにと努めています。そして、将来はクラブの合併も考えなければならぬと思っています。



バスにて仏法を聴く



前会長が護ってきた花壇



楽しいクラブ旅行

岡本地区

大滝長寿会いきいきクラブ会長 山下 長俊

様々な行事で元氣・長寿！

新緑光る4月20日(土)朝8時半、40余名の課員が鎌を持ち集合。毎年5月の連休に開催される「神と紙のまつり」を控え、国の直要文化財大瀧神社の清掃。久方ぶりのおしゃべりに花が咲きとてもにぎやかでした。境内は数1000年を優

に超す杉木立に囲まれており「紙祖神川上御前」を祀り、「十一面観音堂」、戦死者を祀る忠魂碑の周辺等をきれいにしました。

1年で1番の楽しみは泊研修旅行。今年は北潟湖畔の花菖蒲見学水辺に咲く菖蒲の香りとともに心休

めました。夜の宴会は、美味いご馳走。余興は安来節・紙漉き唄・傘まわし・カラオケ・クイズと年齢を忘れてのひととき。十年は若返った感じでありました。わたしたちは、毎月第二土曜日に例会、健康講座・音楽療法・民謡観賞・クラブ体験などをして仲良く楽しんでいます。これから楽しく集まっていこうと

て生きようと思えます。

元氣万歳！長寿万歳！



研修旅行の様子

南中山地区

南中山地区会長 日野岡 金治

いきいきシニアクラブの紹介

南中山地区のシニアクラブは5つの集落(未加入4集落)で構成され、会員は男性156名、女性187名、計343名で活動しています。執行体制は各集落シニアクラブの会長と家庭相談員で各集落持ち回りで、会長、副会長やスポーツ推進員、家庭相談員や女性部代表と監事を総会で決めています。

令和6年度の主な活動は①スポーツ関連では5月29日の市連合会ストライクマッチボウリング大会の参加。8月19日は地区公式ワナゲ予選会。9月20日は市連合会公式ワナゲ大会参加。10月4日、市連合会いきいきシニア運動会への参加。10月26日、地区囲碁ボール予選会。11

月8日、市連合会囲碁ボール大会への参加。②生きがい活動では地区自治振興会や公民館と連携した7月7日七夕祭り、8月4日納涼祭、11月23日秋カフエや大人の遠足。3月2日冬まつり等への参加。③各集落での毎月行われている楽しみながら参加する高齢者生きいきサロン活動。このように南中山地区では、会員皆様のこれから



スポーツで楽しく健康に

老いての人生の楽しさを実感できる健康な体と心で地域のシニアクラブ活動を進めていきたいと願って活動しています。

服間地区

服間地区会長 飯田 義雄

服間つ子菜園の支援活動

過去において、学校給食に地元野菜を提供する体制が推進され、当地区においても「野菜クラブ」を作り、積極的に供給してきました。しかし、時の流れとともに野菜クラブ員の高齢化がすすみ活動を停止せざるを得なくなりました。その結果、野菜作りの役割を引き継いだのが服間シニアクラブ連合会でした。小学校の敷地内には、約150平方メートルの畑地があり、服間つ子菜園と名付け、その運営には小学校で年間栽培計画と学童達の担当を作成します。一方、圃場の耕起・整地・施肥・畝立て作業は会員の農機具を提供してもらい作業に当たります。また、鳥獣被害防止用のメッシュや網は当クラブ員からの提供があり、設置作業はクラブ員が行なっています。春にはジャガイモ、サツマイモ、秋には大根の栽培を行ないますが、児童達が作業するときは、最初に作業の説明はするものの実際にはクラブ員が補助して作業精度の効率化を図っています。実際の栽培において、ジャガイモが腐って芽が出なかったり、サツマイモの苗が枯れてしまったり、大根が大きくなりすぎたりといろいろな障害が出ています。しかしながら、児童達とともに土に触れ、植物の成長を観察し、収穫の喜びを体験できることは大変有意義なことだと思います。これからも支援していきたいと考えております。



児童とともに有意義な時間を



健康長寿は、みんなの願いです。

シニアクラブ活動の有効性が明らかになりました。
それは、次の5つのことからです。

- ①人と会う機会が自然に増える
- ②みんなでスポーツや体操を実施
- ③サロンやつどいの参加は、健康にプラス
- ④仲間と一緒に笑いがある
- ⑤楽しい

いきいきシニアクラブは、
会員を募集しています。
60歳から入会できます。
お近くにまだ加入していない方が
いらっしゃいましたら、
ぜひお誘いください。



シニアクラブはこんな活動をしています！

★健康

軽スポーツに親しむ大会や高齢者体力測定を行ったり、参加したりします。
ストライクマッチボウリング、ゴルフ、運動会、ワナゲ、ソフトバレーボール、グラウンド・ゴルフ、ペタンク、マレットゴルフ、ゲートボール、ボッチャなど。演芸大会、囲碁・将棋大会、趣味の作品展などを行います。

★友愛

各クラブに1人の家庭相談員が、1人暮らしや寝たきりなどのお宅を訪問して、相談などに応じています。

★奉仕

地域の美化を行ったり、学童の登下校見守りや福祉施設訪問などを行っています。

市連合会のブログ

逐次活動・
連絡掲載は
コチラ→



市いきいきシニアのページ

取組み・
入会・会報は
コチラ→



お問い合わせは… 越前市いきいきシニアクラブ連合会 (☎ 23-9595)
または、地区や各单位クラブ会長まで

スポンサーへのお礼

会報紙「越前市いきいきシニアクラブ連合会」を刊行するにあたり、協賛・協力いただきました方々に厚くお礼申し上げます。

今後も情報発信の場として各クラブの活性化に寄与できる会報紙をめざしていきますので、皆様のご協力のほどよろしくお願いいたします。

越前市いきいきシニアクラブ連合会

あ と が き

今年度の新たな事業計画として、「情報化と効率的な連絡」という項目を掲げ、市連合会のブログで迅速な情報発信をし、スマートフォン体験教室を開催し、市連合会内での連絡にグループLINEを活用して進めています。一部取り組まれていない方もいらっしゃいますが、是非みなさんで取り組み、効率的な連絡に地区内でも取り組んでいただきたいと思います。

わたしたちはいきいきシニアクラブ連合会の活動をサポートしています

生活はかたちにして伝えたい

TANAKA

田中建設株式会社

代表取締役 田中大成

福井県越前市本保町21号10番地
☎ (0778) 22-5255

土木工事・解体工事・管工事

山清建設株式会社

越前市稲寄町 5-3-1

☎ 0778-23-3510
FAX.0778-23-8045

未来にジャンプ

丸高コンクリート工業株式会社

福井県越前市矢船町1号6番地
tel.0778(24)1234
URL <https://marucon.co.jp/>

「ニチコミ」のブログで
全国の老人クラブの
活動を紹介しています！
詳しくはホームページで！

ニチコミ 検索

<http://www.nichicomi.com/>

自然にやさしい
人にやさしい街づくり
それが私達のテーマです

ISO 9001 認証取得
14001

SEKI

株式会社 関組

本社/〒915-0042 越前市栗田町5-26 TEL.(0778) 43-1133 FAX.(0778) 43-1526
営業所・工事事務所/福井、越前、敦賀、東京 TEL.(0776) 57-7757
住宅事業部/福井市北西町2丁目14-13 (VIVAGE)
お客さまサポート室/福井市河野町15-1 アール・プラザ2F TEL.0800-200-9933
<https://www.sekigumi.co.jp/>

福井ほっとする相続相談室

税理士法人 上坂会計

福井事務所/福井県福井市江守中2-1312
今立事務所/福井県越前市赤坂町4-1
小浜事務所/福井県小浜市小浜白髭100

☎ 0120-939-243
【受付時間】平日8:30~17:30