

グラウンドゴルフ大会

社協大原支部主催の第17回グラウンドゴルフ大会が、6月7日大原グラウンドで開催されました。
この大会は、健康の維持増進と地域の交流を図ることを目的として毎年6月に開催しています。今年は天候にも恵まれ各地区より60歳代から90歳代までの88名が参加されました。各チームは優勝を目指し日頃から練習を重ね本大会に臨んでいました。

開会式では石井支部長や来賓者の挨拶、ルール説明があり、その後、プレーボールとなり競技に入りました。競技では、各チームともに談笑しながら楽しくプレーをし、ホールインワンが出るたび大きな歓声が上がっていました。競技終了後成績発表、表彰式となりましたが、今年は団体の部で1位と2位、3位と4位が同点となる大接戦でジャンケンでの決着となりました。成績は左表のように決まりました。

団体の部で優勝した上市原Aチームが所属する三島会代表の中庭さんは「毎週2回午後1時から4時頃まで仲よく練習をした成果です。ありがとうございました。」と話していました。

参加者は、高齢化が進み年々減少傾向にあります。特に若い方に参加いただき今後とも継続して大会が運営できるように望んでいます。

団体の部優勝は 上市原A チーム



団体の部で優勝した上市原Aチーム

団体の部	
優勝	上市原Aチーム
準優勝	下市原Aチーム
第3位	滝川Aチーム
個人の部	
優勝	吹野 武 (久保下寺)
準優勝	高久 みき (中市原)
第3位	鈴木 さた子 (上市原)



3位決定のジャンケン



開会式で挨拶する石井支部長と参加者=6月7日大原グラウンド



個人の部で優勝した吹野武さん



プレーをする参加者(写真左、右)

◎ 輪投げ大会 ◎



開会式で参加者と支部役員=7月5日大原小学校体育館



楽しくプレーする参加者(写真上、下)



個人の部は 檜山さん



個人の部で優勝した檜山保子さん

連続優勝!!

団体の部

本内地区

社協大原支部主催の輪投げ大会が7月5日大原小学校体育館で開催されました。この大会は毎年7月始めに行われ今回で39回目となります。今年暑さを考慮して試技の回数を3回から2回に減らし、時間を短縮した大会にしました。各地区から20チーム80名が参加し、真夏のような暑さの中でもみなさん楽しくプレーをしていました。成績は下表のように決まり団体の部は、本内地区が昨年に引き続き優勝、個人の部は新宿地区の檜山さんが優勝しました。

本内寿会代表の中村さんは「昨年に続き2連覇を目ざし優勝するぞと、皆さんで楽しく練習を行いました。その結果、練習はウソをつかなかったです。優勝できました。来年も頑張ります。ありがとうございます。」と話していました。大原支部長の石井さんは「この時期、体育館での活動は暑さが厳しく過酷なものとなっております。そのような中でも、たくさんの方が参加され輪投げという競技を通じて、笑顔がはじける大会となりました事に感謝申し上げます。大原支部では今後も多くの方々に参加していただくために、運営の改善を検討して参り、来年度以降の開催時期を秋季に変更する事になりました。競技環境の向上を踏まえ、この大会がますます皆様に親しまれ、地域のコミュニケーションの一助となればと考えています。」と述べていました。

来年度は秋に開催

成績	団体の部	
	優勝	本内 A チーム
	準優勝	館古宿 B チーム
	第3位	滝川 A チーム
	個人の部	
	優勝	檜山 保子 (新宿)
準優勝	中村 晃 (本内)	
第3位	五十嵐 満 (館古宿)	



団体の部で優勝した本内Aチーム



表彰式で石井支部長より優勝賞品を受ける本内Aチームの中村さん、個人の部でも準優勝

女性部事業 配食サービス

配食サービスの目的には、サービス対象者に食生活を支援し心のふれあいと安否確認を行うこととあります。

月に一度の配食と、年に二度の時候のお見舞い（暑中見舞いと寒中見舞い）を各地区女性部員がお届けしています。

昨今の物価高騰のため、今年度からはお弁当単価を少々あげて、少しでも質が低下しないように致しました。

このサービスをご希望する方やご利用を案内したいような方がいらっしゃる場合は、該当地区民生委員にご相談ください。



対象者へお弁当の配付と安否確認(写真上)



配付したお弁当(写真左)



女性部員による配食サービス(写真上)

サロン滝川

サロン滝川は、7月25日「介護・認知症予防に特化した身体の仕組みや簡単な運動」と題して出前講座を滝川公民館で開催されました。

当日は市立病院の理学療法士、包括支援センターの保健師、サロン滝川から会員など11名が参加しました。

講座では、最初に「フレイル（加齢などが原因で運動機能や認知機能などが低下している状態）」について知ろうという内容の講話を聴きました。その後参加者全員、運動機能の評価として握力と歩行時間の測定を行い、理学療法士の指導により、体を動かして介護予防と認知症予防になる「健脳エクササイズ」を行いました。参加者は、左右の手や足を別々に動かす運動には戸惑いながらも一生懸命取り組んでいました。



講話を聴く参加者(写真右)
握力の測定を行い、健脳エクササイズに取り組み参加者(写真下右、左)



ふれあいサロン

館古宿サロン

館古宿サロンは、現在16名の会員で月2回活動しています。最初の1時間はシルバリーハビリ体操、サロンとして食事会、ゲーム、話し合いの場として楽しく実施しています。

11月15日は館古宿区自主防災会の防災訓練に参加してきました。館古宿区防災会は毎年防災訓練を実施しています。今年は笠間市消防署さんに、消火器やAEDの使い方、心肺蘇生法を学びました。小学生も訓練に参加し楽しんでいました。

防災訓練の後、参加者約50名で炊き出し訓練として、けんちん汁、焼きそば、やきとり、綿あめ、ゲームとして輪投げなど子供たちもいろいろゲームをして楽しみました。



リハビリ体操をする会員(写真右)
防災訓練で消火器の使い方や心肺蘇生法を学ぶ参加者(写真下左、右)



香取地区

敬老祝賀会

久保下寺地区

昨年再開した香取区の敬老祝賀会を10月5日に、対象者の約半数に上る24名が出席し、本年も香取新農村集落センターで開催しました。節目年齢の対象者は、75歳が6名、77歳喜寿が4名、80歳傘寿が3名、88歳米寿が1名、90歳卒寿が1名です。ご夫婦で参加された方も複数おられ、盛況の裡に終えることができました。

余興は、「オカリナ友部」の皆さんが奏でるオカリナの音色に耳を傾け、歌詞を口ずさみ、小学生の可愛らしい演舞には笑顔で拍手を送っていました。

年長者による乾杯の音頭で始まった会食では、稲荷弁当と女性部が調理したけんちん汁に舌鼓を打ちながら、楽しいひと時を過ごすことができました。

社会状況の急激な変化で地域が縮み、交流の場が減少していく中で、このような場を設けることで、少しでも地域を盛り上げる一助になればと願っています。

久保下寺区の敬老祝賀会は、農作業が一段落する10月初旬に毎年行われており、今年は10月5日(日曜日)に行われました。

今年是对象者23名のうち8名の方が出席されましたが、出席者数は毎年少しずつ減る傾向にあるため、同じ地域に住んでいてもなかなか顔を合わせることの少ない人たちとも交流が図れるよう、例年8月に行っているバーベキュー会と併せて行いました。

当日、実行委員は朝から準備を行い、10時30分に開会。区長あいさつ、地元高齢者組織の小原心和我会会長の祝辞、祝電披露に続き、炭火で調理された肉や野菜、焼きそばなどを囲んでの祝宴となり、幼児から高校生、90歳を超える方々までが一堂に会し、賑やかな時間を過ごしました。

「遠くの親戚より近くの他人」という言葉がありますが、困ったときにもすぐに助けを求められる、「顔の見える関係」の地域社会づくりが大切であると再認識した1日となりました。

演舞で楽しませてくれた1・2年生のお友達



会食を楽しむ参加者の皆様



「オカリナ友部」の皆様によるオカリナの演奏



参加者と実行委員で記念撮影 ↑



区長の挨拶を聴く参加者の皆様 ↑



梅の花もほころび始め、春の気配を感じる時節となりました。

さて、今年も皆様とグラウンドゴルフ大会や輪投げ大会をはじめ、各種の活動を通して、健康の維持増進と地域交流の促進を図ることができました。

来年も今年と同様の活動を進めてまいりますので、皆様とともに楽しく充実した機会を持ちたいと存じます。

「笑う門には福きたる」と言います。健康に留意しながら、楽しい日々を過ごして行きたいと思えます。

(吹野)

あてがき

編集委員

山口正俊
塩畑正志
塩畑富美
吹野裕夫
吹野美之
大曾由美

