

戸老連だより

2号

令和6年11月

クラブを通じて
生きがいづくり

笑顔で繋がる スポーツ大会



バトンタッチ!



うまくバランスをとって

10月5日(土) 戸田市スポーツセンター
第1競技場で、「戸田市シルバースポーツ
大会」が開催されました。詳細は5頁。

絆が深まったラケットレース



最後は祈るのみ!◎×ゲーム



ユニークな競技に笑顔がこぼれます



みんなで力を合わせて

会長あいさつ

高齢者の元気で、明るく、 楽しい居場所づくり

戸田市老人クラブ連合会 会長 日名田 實



会員の皆様には、日頃より戸田市老人クラブ連合会の事業に対し、ご理解とご協力をいただきまして誠にありがとうございます。本年は酷暑の日々を乗り越え、会員増強の活動にご苦勞いただきましたことを心より感謝申し上げます。

現在、全国的な傾向でもありません。戸老連においても例外ではありません。戸老連の高齢化に伴い、会員減少の傾向が見られ事業活動にも支障をきたしております。

会員の精神的、体力的な筋力低下が最大の要因ではありますが、やはり「コロナ禍」のために会員同士の交流が減り、自粛生活をしていたことが大きな原因と思われる

す。人生100年時代を迎えている現在、会員減少の反面、高齢者夫婦や一人暮らしの高齢者が増加している今こそ、加入を促進するために「元気で、明るく、楽しい高齢者の居場所づくり」が会員増強の目的に叶うのではないでしょう。これからの時代は企画力と行動力が必要になってくると思われ、会員同士がクラブ活動の情報共有し、交流と行動することがとても重要になってきます。

この「戸老連だより」が会員だけでなく一般の皆さんにも戸老連の活動や楽しみを知っていただき、会員増強や仲間づくりの手段として強力な効果を発揮していただくことを期待しております。

結びに戸老連会員皆様のご健勝、ご多幸を祈念いたしました。ごあいさつといたします。

戸老連のおもな開催行事

～明るく楽しい居場所づくりを目指して～



演芸大会



敬老のつどい



シルバースポーツ大会

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

戸田市老人クラブ連合会 組織図

会長 — 副会長 — 理事・監事

事務局（戸田市 健康長寿課）

地区連絡会

各単位老人クラブ

下戸田 — 7クラブ

上戸田 — 7クラブ

新曾 — 6クラブ

笹目 — 7クラブ

美女木 — 8クラブ

女性部

※各単位老人クラブの女性会員により組織

| 監事 | | 理事 | | | | | | | | 副会長 | | | | 会長 | 役職名 |
|--------|------------|---------|--------|-----------|------------|-------|-------|---------|--------|----------|---------|------------|-------|---------|-----------------|
| 氏名 | | クラブ名 | | | | | | | | 氏名 | | | | 氏名 | 氏名 |
| 和田朝貞 | 坂元洋子 | 駒崎久美子 | 岡崎ハルエ | 石川みよ子 | 梅澤正由 | 榎本浩子 | 宮崎正昭 | 矢島稔充 | 市ヶ谷輝男 | 沼田次男 | 駒崎侑司 | 萩原平壽 | 永井武雄 | 日名田實 | 戸田市老人クラブ連合会役員名簿 |
| 新曾下町寿会 | 美女木さわやかクラブ | 新曾新田長寿会 | シティ倶楽部 | 美女木1丁目長寿会 | 笹目1丁目ほほえみ会 | 北町長寿会 | 大前永楽会 | 中町緑楓クラブ | 修行目クラブ | 笹目4丁目新生会 | 新曾新田長寿会 | 美女木五丁目すみれ会 | 本村クラブ | 下前ことぶき会 | |
| 新曾 | 美女木 | 新曾 | 下戸田 | 美女木 | 笹目 | 新曾 | 上戸田 | 下戸田 | 美女木 | 笹目 | 新曾 | 美女木 | 上戸田 | 下戸田 | 地区 |

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

令和6年度戸田市老人クラブ連合会 事業計画

| 月 | 日 | 曜日 | 行事名 | 場所 |
|-------------|-------|-----|-------------------|------------------------------------|
| 4 | 17 | 水 | 第1回役員会 | 戸田市役所 |
| | 24 | 水 | 会計監査 | 戸田市役所 |
| 5 | 8 | 水 | 第2回役員会 | 戸田市役所 |
| | 22 | 水 | 総会 | 戸田市文化会館 |
| 8 | 7 | 水 | 第3回役員会 | 戸田市役所 |
| 9 | | | 社会奉仕の日 | 各単位老人クラブで活動 |
| | 6 | 金 | 単位老人クラブ会長会議 | 戸田市文化会館 |
| | 14 | 土 | 敬老のつどい | 戸田市文化会館 |
| 10 | 5 | 土 | 第47回戸田市シルバースポーツ大会 | 戸田市スポーツセンター |
| | 16 | 水 | 第22回グラウンド・ゴルフ大会 | 荒川水循環センター上部公園 予備日：令和6年10月18日（金） |
| | 23 | 水 | 第4回役員会 | 戸田市役所 |
| 11 | 8 | 金 | 第30回演芸大会 | 戸田市文化会館 |
| 12 | | | 歳末たすけあい運動募金 | 各単位老人クラブで活動 |
| 1 | 22 | 水 | 第5回役員会 | 戸田市役所 |
| 2 | 26～27 | 水～木 | 第29回作品展 | 戸田市文化会館 |
| 通年 | | | 電話等による友愛活動 | 各単位老人クラブで活動 |
| | | | 年間1単位クラブ純増2名プラン | 各単位老人クラブで活動 |
| 年2回（11月・3月） | | | 会報誌「戸老連だより」発刊 | |

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
|--|--|--|

敬老のつどい

笑いと感動 心残るひととき

9月14日(土)、戸田市文化会館ホールにて敬老のつどいが開催されました。

戸田市児童合唱団による合唱ではじまり、戸田市くらし安心課からLINE公式アカウントの紹介が行われ、高齢者の皆さんがスマートフォンを活用した市の情報を簡単に受け取る方法について説明がありました。



市の有益な情報をスマートフォンで

の皆さんがスマートフォンを活用した市の情報を簡単に受け取る方法に

また、ビックボーイズによる愉快な演芸ショー、芹洋子氏による歌謡ショーで会場は大いに盛り上がり、参加者の皆さんにとって心に残るひとときとなりました。

最後に、ご協力いただいた戸田市ボランティアセミナーOB会、戸田市手話通訳者派遣事務所、および埼玉聴覚障害者情報センターの皆さまには心より感謝申し上げます。



笑いあり涙ありの会場



戸田市児童合唱団による合唱

戸田市シルバースポーツ大会

体も頭も動かして、仲間と笑顔

10月5日(土) 戸田市スポーツセンター第1競技場で「第47回戸田市シルバースポーツ大会」が開催されました。「ビッグスプーンレース」や「ラケット競走」などの仲間と協力しながらバランス良く走るものから、ダミーの商品からどら焼きを見つけようとする「どら焼き探し」などユニークなものまで、笑顔で精一杯体を動かし、残暑の疲れを吹き飛ばす活躍をみせました。



アトラクションのフォークダンス

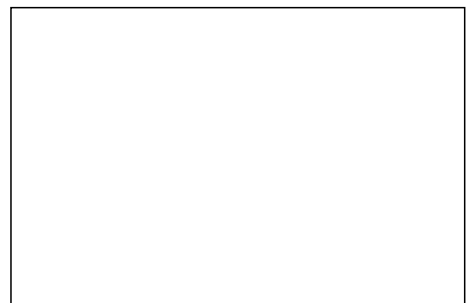
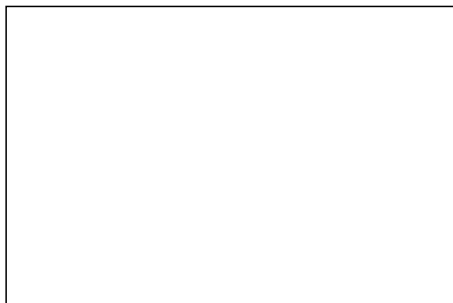


精一杯体を動かしました



息を合わせた競技

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています



社会奉仕の日

毎年恒例9月「社会奉仕の日」。老人クラブでは、地域の美化や環境保全に貢献する活動を行っています。今年もさまざまな活動に取り組み、地域住民との交流を深めました。

美女木1丁目長寿会



早朝の清掃活動で枯れ葉を一掃！

喜沢1丁目極楽会



社会奉仕活動の合間、活動の打ち合わせ

下前ことぶき会



地域の子どもたちの笑顔を守るために

美女木3・4丁目長寿会



砂場公園にて 530 運動に参加

大前永楽会



大前緑地公園を清掃 530 運動で表彰

新曽下町寿会



みんなで地域を守ります

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています



美女木八丁目健友会



一丸となってまちの美化活動に貢献
530 運動

美女木さわやかクラブ



新しい季節に向けて、
6丁目交差点の花ロード整備

美女木六丁目修行目クラブ



防犯パトロールで安心のまちづくり

美女木五丁目すみれ会



美笹公園に彩りを！
花植えをしました

シティ倶楽部



みんなで楽しく清掃

向田向老会



花壇の美しさを保持するため
草取りをしました

川岸福寿会



暑さに負けず奉仕活動

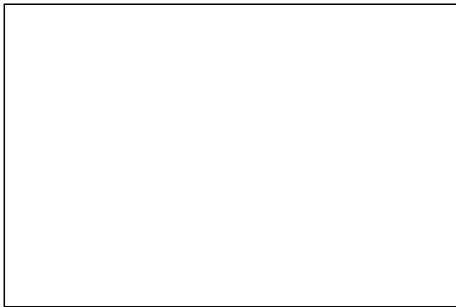
喜沢2丁目寿喜楽会



細かいところも手分けして清掃



私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています



単 位 ク ラ ブ 紹 介

喜沢二丁目寿喜楽会

下戸田地区の活動案内

喜沢二丁目寿喜楽会 会長 秋元 嘉磨
令和6年度会員数 男性 32名 女性 30名



手作りの吹き矢で挑戦

今回は喜沢二丁目「健康吹き矢の会」をご紹介します。創設は令和2年1月です。コロナ禍で活動を自粛し、令和3年1月に活動をスタートすることができ、現在3年目です。
この会の基本はお金をかけないで楽しむことです。吹き矢具セットは会長が日本吹き矢協会の図式を見て失敗を重ねつつ、手作りです。4セットを作り、皆さんに公開したところ、皆さん真剣な顔で競技に参加していました。
会員数は現在30名で、毎週木曜日1時30分～3時まで楽しんでいきます。



健康吹き矢の会の皆さん



私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

美女木一丁目長寿会

充実したクラブ活動を目指す

美女木一丁目長寿会
令和6年度会員数

会長 中村 博
女性部部长 石川みよ子
男性 32名 女性 60名

◆健康

| 【例】10月活動例 | | 美女木1丁目長寿会 | | |
|-----------|--------|-----------------------|----------|-----------|
| 日・曜日 | 時間 | 行事内容 | 場所 | 備考 |
| 3(木) | 9:00~ | いきいきラジオ体操 | 重瀬公園 | 社会福祉協議会 |
| 5(土) | 10:00~ | シルバースポーツ体操 | スポーツセンター | 参加申込者 |
| 6(日) | 9:00~ | 社会奉仕活動(公園清掃)雨天次週 | 重瀬公園 | 参加しましょう |
| 8(火) | 9:00~ | いきいきグラウンド・ゴルフ(雨天9日) | 重瀬公園 | 社会福祉協議会 |
| 14(月) | 10:00~ | レク・体操 | 会館2階 | リズム・レク |
| 16(水) | 9:00~ | 戸田市グラウンド・ゴルフ大会(雨天18日) | 上部公園 | 各地区代表の方 |
| 20(日) | 9:00~ | 戸田市市民体育祭 | 美女木小 | 参加しましょう |
| 22(火) | 9:00~ | 長寿会グラウンド・ゴルフ大会 | 重瀬公園 | 雨天23日 |
| 24(木) | 10:00~ | 美女木地区パークゴルフ大会(雨天25日) | 上部公園 | 参加申込者当番町会 |
| 28(月) | 13:30~ | 輪投げ・マグダーツ大会 | 会館1階 | 参加申込者 |
| 毎週木曜日 | 9:00~ | ラジオ体操(10・17・31) | 重瀬公園 | 24日は中止 |
| 毎週木曜日 | 13:30~ | TODA元気(3・10・17・24・31) | 会館2階 | 筋トレ |

健康、友愛、奉仕の3大目標に向かって以下のクラブ活動を行っています。(複数人会可)

○活動内容

健康、友愛、奉仕の3大目標に向かって以下のクラブ活動を行っています。(複数人会可)
参加協力
県老連研修等の参加協力
研修旅行、戸老連・地区連協力の参加協力
総会、新年会、運営理事担当
体の活動企画、

○会の組織

(総務部) 会全体の活動企画、運営理事担当
令和6年4月28日(日)に総会が行われ、65名の参加があり満席となりました。今年度も健康第一、楽しいクラブ作りを目標とした、みんなで力を合わせて頑張ろうと決意表明をしました。



満席となった総会の様子

◆友愛

①女性部が中心となって友愛活動、会員増強活動等10名の役員登録あり
②会員の誕生日祝い、季節のイベント等企画・運営(ひなまつり、七夕さま、クリスマス会、高齢会
員祝、等)

③県研修、リーダー養成講習等の参加協力

◆奉仕

老人奉仕日、公園清掃、花植え、学童見守り等

◆広報

事務連絡、イベント予定、実施後の感想や意見のまとめ等

※各クラブ活動に責任者2名、3名、会計2名と5名程の担当者をおいています(多くの会員に活動の担い手となってもらう為)



美化活動にも貢献



公園清掃の様子

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

北町長寿会

地域貢献とクラブ活動

北町長寿会 会長 榎本 浩子
令和6年度会員数 男性 11名 女性 27名

平均年齢は男女共にほぼ83歳というところ
です。独居者は約15%ですので、大半はご家族と同居者であるということは
会長として大きな安心の1つです。

○全体の活動内容

①児童公園の清掃 毎月1回、20名前後
で掃き掃除、草取り、排水溝の清掃を
行っています。

②夏の暑気払い・冬の新年会 コロナ明
けより再開しています。

③毎年ではあ
りませんが、グラウ
ンドゴルフ
大会。ワナ
ゲ大会はこ
れから予定
あり。



2チームに分かれてのワナゲ競技

その他、市
の行事、6地
区の行事には全体参加しています。

○クラブ活動

①卓球 婦人会の活動であった卓球が、
婦人会解散後の現在にまで続いてお
り、週1回3時間、天候に左右される
ことなく恵まれた室内で行っていま
す。運動量もあり、心身共に楽しめて
いるようです。

②グラウンドゴルフ 現在2チームあ
り、それぞれ週2回ずつ青空の下、児
童公園にコースを設定し地元で楽しん

でいます。年1〜2回市連での大会と
地区6町会での大会も地域交流や親睦
の楽しみな行事です。

③カラオケ コロナ明けに再開した教
室。次々と新しい曲を習得し大勢で歌
います。個人の歌を聞いてもらう。声
を出すことは健康の元です。戸老連で
11月に、地区では12月に演芸大会を開
催します。練習にいとまがありません。

④リズム体操 月2回、町会・長寿会と
のご協力で毎回、指導者先導のもとフ
ルに1時間は心地良いひとときです。
コロナ明けに再開した時には会員数が
少なくなりましたが、それはこの活動
のみならず数年の空白時間の影響が他
の活動にも出ていることですので、是
非皆さんにはどの活動も持続してい
ただくようお願いしています。

⑤手芸教室 戸老連主催の作品展に向
け、手先を
使う手芸は
3年目にな
ります。

人生100
年時代、健康
で心豊かに笑
顔で絶えない
明るく、楽し
い長寿会であ
ることを願っ
ています。



みんなで清掃開始!

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

ちょっとひといき 漢字クイズ

(問題)

□に入る漢字は何でしょう？

【第1問】

送



突



□



力



向

答えは欄外



【第2問】

間



草



□



物



後

【第3問】

贊



褒



□



化



声

美③ 尊② 画① 丕④

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |

会員募集中!

戸田市老人クラブ連合会では多くの仲間が、社会奉仕活動や友愛活動、スポーツや趣味など楽しく活動しています。
60歳以上ならだれでも入会できます。
ぜひお気軽にお問い合わせください。

演芸大会



シルバースポーツ大会

敬老のつどい

申し込み方法 お住まいの地域の単位老人クラブに直接お申し込みください。

お問い合わせ先 戸田市老人クラブ連合会事務局 TEL:048-441-1800
(戸田市役所 健康長寿課内)

スポンサーへのお礼

本誌の広告掲載にご協力をいただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

| | | |
|--|--|--|
| | | |
| | | |