

健康長寿クラブ 連合会報

第8号

2023.11.10

卯どし

健康長寿をめざして高齢者が輝く禅のまち永平寺町

生活様式の変化に伴い、高齢者が外出する機会も増えている一方で、地域とのかかわりが乏しくなりつつあります。

高齢期を楽しく、生きがいをもって、安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら日常的な楽しみを見いだしましょう。

慶

おめでとーございませー

令和5年度

祝

100歳

多田みよ子様

春日三峰クラブ



(上寿者への慶祝訪問風景)

デイサービスに通い、行けば誰かがいて、話をするのが一番楽しみです。食事は毎日3食しっかり食べています。好きな食べ物は「お寿司」、なかでも甘エビが大好きです。歌は「北国の春」が好きで、よく家でも歌っています。

また仏壇の日々のお勤めも欠かさず、手を合わせています。

100歳

石井キキを様

上志比第1クラブ



長生きさせてもらっているのも皆さんのおかげです。

100歳

朝井きみ子様

上志比第5クラブ



3年前に大腿部骨折で手術後、奇跡的復活劇でしたが今は車イスの生活です。

食事は毎日おいしく頂いています。

趣味はハーモニカで、軽音楽を楽しんでいます。

100歳

上坂きくゑ様

上志比第7クラブ



皆様のお世話になりながら、おかげ様で100歳を元気に迎えることができます。

本当に感謝です。ありがとうございます。

ごあいさつ

皆様には日頃より町健康長寿クラブの運営に多大なるご支援とご協力を賜りありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症につきましては、今年5月に5類感染症に位置付けられ、季節性インフルエンザと同等の扱いとなったことにより、今年度は各種イベントも本格的に再開することができました。

長寿社会となった現在は人生100年を迎えるようになりました。そのような中で町健康長寿クラブ連合会は「健康長寿・友愛・奉仕」をスローガンに健康づくり・仲間づくり・生きがいづくりを目標に活動に取り組んでいます。特に健康で有意義な人生を送るためには、共に集い、共に話し合える「仲間づくり」の輪を広げることが肝要です。是非とも会員の皆様には各地区において一人でも多くの仲間づくりをしていただき、みんなが共に健康長寿で楽しい人生を送ることができるよう推し進めていただきたいと思います。

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」



永平寺町健康長寿クラブ連合会
会長 南保 秀樹

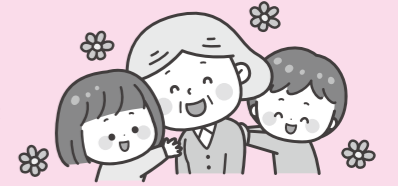
趣味に没頭して元気に過ごしています！

葵橋会
長岡 喜美子氏



99歳

家にいることはほとんどなく、動いていないとかえって辛く、押し車で近所や近くの銀行まで、一人で用事をこなしています。家にいる時は、タブレットを使い脳トレも楽しみ、また、5歳のひ孫の相手が良い刺激を受けています。食事に気を付け、ストレスをためないことが長生きの秘訣と毎日元気で過ごしています。

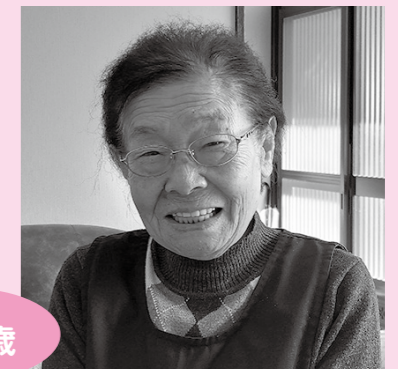


上志比第1クラブ
高倉 武子氏



95歳

昭和22年4月から昭和51年3月まで30年間小学校に勤務し、退職してから自坊（お寺）の坊主として仕事をしていました。その後、習字教師の免許を取得し、地域の方々の要望で子供さんの習字教室を昭和60年から始めました。一時は50人～70人ぐらいの子供たちが来て多忙でしたが、近頃は子供の数も減り少数となりました。中学3年まで教室に通い、最高の特待生になって卒業していく子供を見ていますと自分ながらも喜びを感じています。また、3年日記は毎日続けています。



93歳

東古市・高橋永寿クラブ
長谷川 れい子氏

畑は毎日行って手入れをしています。でも畑に行くには国道を横断しないと行けないので、毎回事故にあわないよう気を付けています。いつも健康に気を付け、電車に乗ってスーパーへ行くことやウインドウショッピングが大好きで、気分転換にもなります。また、サロンは月1回、近場のカフェにも時々行くのが楽しみです。ストレスをためずに気ままに過ごすのが長生きの秘訣だと思います。

令和5年度表彰

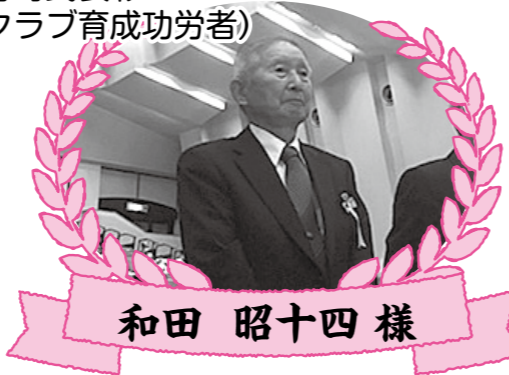
皆さんの活動が評価され多くの表彰を受賞しました。これからもますますのご活躍を期待いたします。

◆全国老人クラブ連合会長表彰
永平寺町民表彰
(老人クラブ育成功労者)



和田 高枝様

◆福井県知事表彰
永平寺町民表彰
(老人クラブ育成功労者)



和田 昭十四様

◆福井県老人クラブ連合会長表彰
(老人クラブ育成功労者)



松山 芳宏様

◆福井県老人クラブ連合会会長表彰
会員増強運動表彰

- 東古市永寿クラブ様
- 東古市・法寺岡永寿クラブ様
- 東古市・高橋永寿クラブ様

若者から高齢者まで町民みんなで日記を書こう

さあ、その日の行動や思いを日記に書いて健康長寿になろう!!

好評の健康長寿3年日記

募集締切

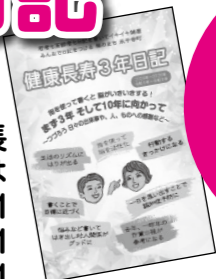
11月24日(金)

金額

1冊 800円(税込み)

申込先

お近くの健康長寿クラブ長
(老人クラブ長) もしくは
役場本庁 TEL.61-1111
永平寺支所 TEL.63-3111
上志比支所 TEL.64-2211



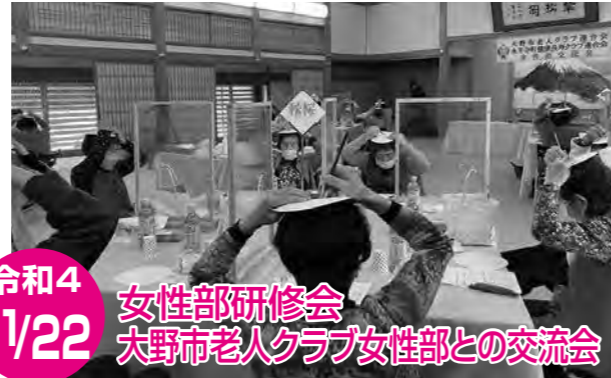
申込受付
開始!

令和4年度後半 令和5年度前半 主な活動報告



令和4
11/9 指導者研修会

県消費者センター相談員による「高齢者に多い消費者トラブルについて」の研修の後、上志比駐在所廣田所長から「交通事故防止のポイント」を学び、参加者は真剣に傾聴していました。



令和4
11/22 女性部研修会
大野市老人クラブ女性部との交流会

郷土料理「葉っぱ寿司」作りを体験し、ワナゲや簡単なゲームを通して交流を深めました。



令和5
6/2 単位クラブ長会議



令和5
6/22 グラウンドゴルフ大会



令和4
12/15 イキイキ健康長寿3年日記
実践実行委員会

通算8冊目となる今回は飽きずに書き続けられるよう毎月1日と15日の欄にイラストとメッセージをいれました。指を使って書くことは脳を活性化し、認知予防にもなるので「ぜひ活用を」と呼びかけました。



令和5
4/25 総会



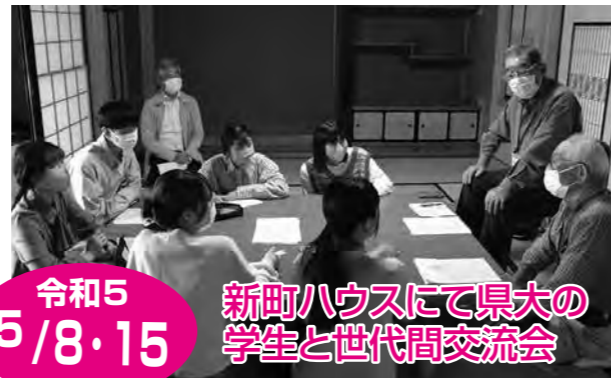
令和5
6/28 いきいき大会(ペタンクの部)



令和5
6/29 宮城県大和町議会から
行政視察



令和5
5/24 新町ハウスにて
フィンドレー大学(アメリカ
オハイオ州)との異文化交流会



令和5
5/8・15 新町ハウスにて県大の
学生と世代間交流会

最初はワナゲゲームで親睦を図り、各グループに分かれて座談会をしました。学生からは健康に気を配っている事や不便に感じていること、健康長寿会員からは交流サイト(SNS)の利用方法などの質問を通して楽しい交流会となりました。



令和5
7/20 家庭相談員研修会



令和5
8/1~4 燈籠組立・帆書き
ボランティア



令和5
9/4~10/23 スマートフォン教室



令和5
10/18 ワナゲ大会

それぞれの国の人気のゲームと意見交換会をし、異文化の人々とのコミュニケーションを図ることができ有意義な交流会でした。

31クラブの 主な活動紹介



神明あかね会

ウォーキング



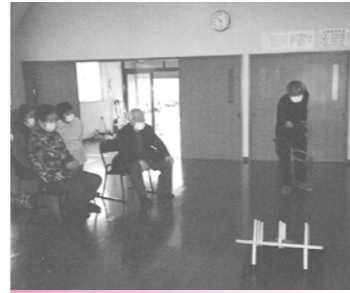
神明神和会

こども会との交流会
元気をもらいました



神明さくら台

ペタンク練習後
松岡公園にて桜鑑賞



葵椿会

輪投げ練習
(葵2丁目会館)



春日三峰クラブ

令和5年
ラジオ体操風景



芝原元気クラブ

令和5年7月11日
鷹巣荘での研修旅行



吉野第1長寿クラブ

6月10日
神社清掃活動



吉野第2老人クラブ

4月17日
道路清掃



御陵第1健康クラブ

令和5年2月20日
日頃より練習しているワナゲの第2回大会を開催



五領楽寿クラブ

令和5年5月2日
春季社会奉仕として医大前歩道の樹木根元の草取り・清掃



ゆずり葉の会

令和5年7月5日
夏のお出かけ
(福井亀の井ホテル)



京善・寺本老人クラブ

令和4年5月15日
白山神社清掃



諏訪間睦会

令和5年8月
ラジオ体操



谷口健康長寿クラブ

令和4年10月21日
フレイル予防活動
九頭竜川左岸を巡るコース



轟明生会

令和5年4月2日
総会・花見会
(轟ふれあい会館)



栃原結の会

令和5年5月23日
町の公民館出張シアターで映画鑑賞



光明寺友輪会

令和5年7月17日
白山神社境内除草作業



鳴友会

平成5年7月17日
神社清掃



紫雲会

令和5年6月7日
ランチと日帰り温泉
(山代温泉)



東古市永寿クラブ

令和5年6月8日
ウォーキング



東古市・高橋永寿クラブ

令和5年4月19日
駅前花壇花苗移植



東古市・法寺岡永寿クラブ

公園草取り



飯島寿クラブ

令和5年4月14日
朝倉氏遺跡博物館見学



14クラブ(市野々・荒谷)

令和5年7月27日
みんなでラジオ体操会開催



第1クラブ(吉峰・藤巻・市荒川)

令和5年5月14日
ほうの葉ごはん作り(吉峰)



第2クラブ(中島・竹原)

令和5年4月24日
川上神社境内清掃草刈り
(中島)



第3クラブ(石上・栗住波・せせらぎ)

令和5年5月11日
たこやき教室(せせらぎ)
(中島)



第4クラブ(清水・大野島・市右エ門島)

令和5年5月26日
道の駅 花植え



第5クラブ(山王)

令和5年7月4日
輪投げ



第6クラブ(大月)

令和5年5月30日
大月神社境内草刈り

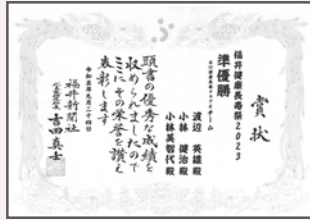


第6クラブ(牧福島)

令和5年6月20日
輪投げ練習



ふくい健康長寿祭2023 パタンクの部



谷口健康長寿クラブEチーム

渡辺 英雄様 小林 健治様 小林 美智代様

老人クラブの役員・リーダー活動は 長生きのご褒美

健康長寿は、みんなの願い。
どんどん入会して
健康長寿の町を目指しましょう!

令和5年度永平寺町健康長寿クラブ連合会
クラブ数・会員数

クラブ数	会員数
31クラブ	1,590人

- 会長 総括 南保秀樹
- 顧問 和田高枝
- 副会長 副総括 西尾喜弘
- 副会長 副総括 大谷進
- 副会長・女性部長 清水八千子
- 企画・総務部会長 南部晴一
- 企画・総務部会長 赤井龍三
- 企画・総務部会長 赤井龍三
- 保健・体育部会長 中山晶
- 保健・体育部会長 中山晶
- 保健・体育部会長 松田裕展
- 友愛・奉仕部会長 齋藤秀康
- 友愛・奉仕部会長 藤川美津江
- 友愛・奉仕部会長 川中恵美子
- 女性部副部長 川中恵美子
- 女性部副部長 川中恵美子
- 監事 (松岡地区) 大関政英
- 監事 (永平寺地区) 岡井憲夫

永平寺町健康長寿クラブ連合会役員
(任期：令和5年4月1日～令和7年3月31日)

永平寺町健康長寿クラブ連合会単位クラブ会長

- 松岡地区健康長寿クラブ連合会**
- 神明あかね会
 - 神明神和会
 - 神明さくら台
 - 葵椿会
 - 春日三峰クラブ
 - 芝原元気クラブ
 - 吉野第1長寿クラブ
 - 吉野第2老人クラブ
 - 御陵第1健康クラブ
 - 五領楽寿クラブ
- 永平寺地区健康長寿クラブ連合会**
- ゆずり葉の会
 - 京善・寺本老人クラブ
 - 諏訪問睦会
 - 谷口健康長寿クラブ
 - 轟明生会
 - 栃原結の会
 - 光明寺友輪会
 - 鳴友会
 - 紫雲会
 - 東古市永寿クラブ
 - 東古市・高橋永寿クラブ
 - 東古市・法寺岡永寿クラブ
 - 飯島寿クラブ
 - 14クラブ (市野々・荒谷)
- 上志比地区健康長寿クラブ連合会**
- 第1クラブ (吉峰、藤巻、市荒川)
 - 第2クラブ (中島、竹原)
 - 第3クラブ (石上、栗住波、せせらぎ)
 - 第4クラブ (清水、大野島、市右門島)
 - 第5クラブ (山王)
 - 第6クラブ (大月、牧福島)
 - 第7クラブ (浅見、野中)
- 石木田武則 鈴木下義一 酒井真新 松田清志 南田裕伸 多田金正 中村孝二 横井講治 伊藤博夫 長谷川サチ子 松山芳宏 大谷重進 澤山庸成 加藤勝夫 藤井義一 南井晴子 問部憲子 坪井金次 中川晶展 長谷川通世 奥野正司 西尾喜弘 山元龍雄 稲葉行雄 和善信三 永岡信夫 辻善則 竹原秀二 宮川美津江 山内幸男



全国老人クラブ連合会
シンボルマーク
「末広鶴と日の丸」



町の木
「油桐」



町の花
「梅」

永平寺町の人口 17,919人
◆65歳以上 5,715人
◆99歳 15人

永平寺町の世帯数 6,640世帯
◆70歳以上 4,558人
◆100歳以上 13人

(2023.11.1現在)