

◇ 支えあい ひとりの心 みんなの力 ◇

江 高 連 だ よ り

れんたい！

第51号（通算63号）

平成29年3月15日発行



平成28年6月23日 第45回大運動会

江別市高齢者クラブ連合会

（この情報誌は、赤い羽根共同募金の助成を受けて作成しています）

江高連の今後の活動に向けて

江別市高齢者クラブ連合会 会長 阿 部 実

会員の皆様方には日頃より、江高連の運営・活動にご理解とご協力を頂き心よりお礼を申し上げます。平成28年度も全ての行事・活動が大過なく無事終了することが出来ました。有難うございました。

平成28年度を振り返りますと、多くの事業を進めることが出来ました。

例年の行事として・女性の集い ・大運動会 ・演芸大会 ・GB大会 PG大会

・会員作品展示交流会 ・体力測定会 ・親睦研修旅行

研修会、友愛活動・女性の集い ・友愛活動研修会 ・交通安全 ・シニアスクール

・社会奉仕の日・見守りサポーター養成講座・クラブリーダー研修会

道老連関係 ・石狩管内小ブロック研修会 ・全道老人クラブ研修会

上記のように、江高連行事以外に各地区の活動、単位クラブ活動と多くの事業に参加して活動してくれた会員の皆様方にあらためて感謝を申しあげたいと思います。

さて、道老連では平成26年度より「3万人会員増強運動」がスタートしております。江高連も平成12年より会員の減少傾向が続き何とか歯止めを掛けようと、各クラブに協力を頂きながら平成27・28年と増員が実現し、昨年度道老連より表彰を受けました。これからは組織の基盤となる会員の増強に積極的に取り組み、各クラブは現状維持（最低限）に先ず目標を立てて知人友人に「声掛け」を進めて頂きたいと思います

今後、高齢者の健康増進に向けて、江高連の活動内容も時代に合った充実したものを求められる時が来ると思います。会員の確保・財政の強化など事業内容を活性化し、魅力ある組織に取り組んでいかなければなりません。江高連としても江別市に平成29年度の市の予算編成にあたり「予算要望書」を提出し江高連の現状を理解してもらいお願いを致しました。

平成29年度に向けて「江高連」「地区高連」「単位クラブ」が、それぞれ連携を取りながら健康増進・仲間を増やし・クラブの活性化を図り、楽しく活動の出来る江高連として努力して行きたいと思っていますので、皆様のご理解とご協力を宜しくお願い致します。



平成28年12月14日単位クラブ会長会議で会員増強について講演する阿部会長

江別A地区高連の活動について

江別A地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 正木 久 夫

平成28年4月に暫く休会中であつた、角山協和アヤメ会が再開されA地区協議会に再入会し、クラブ数4クラブ会員数204名になりました。

私達は三年前に解散した美原みすず会がもう一度立ち上げてもらい共に活動したいと願っております。

活動の取組みとして6月中旬に美原地区にある江別市農村環境改善センター周辺美化運動「花壇づくり」に保育園児、小学生、地域住民の方々と共に参加させていただき老若男女の交流の場にもなりました。

また、メイン行事であります「ふる里再発見」も7回目を迎え8月25日に参加者23名で元野幌にある米澤煉瓦株式会社を訪問、米澤社長の案内で工場内を見学し、レンガ製造工程、種類別等の説明を戴きました。

レンガ構築物で有名なのは道庁赤レンガ庁舎ですが江別市内のレンガ建造物も温もりと美しさを魅せています。改めて、レンガの魅力を感じました。

引続き厚別小野幌にある北海道開拓の村に行き、昼食後、ボランティアの方の案内で村内を廻り、明治時代の建物、原始林の開墾、蚕繭糸紬、ぞうり作りの実演を見て先人の苦勞が偲ばれました。

午後3時には集合場所の改善センターに無事到着し、今年度の研修も有意義に終了いたしましたことで、今後も「ふる里再発見」を継続していきたいと思ひます。

会員皆様方のご協力に感謝し、併せて多くの方の参加を願ひます。



「ふるさと再発見」米澤煉瓦(株)工場見学



「ふるさと再発見」北海道開拓の村にて

江別B地区高連の活動について

江別B地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 平尾 尚志

平成28年度の諸活動は、総会の決定の基づき「親善パークゴルフ大会・演芸の集い」の2大行事を主軸に実施し、12単位クラブの会員相互の親睦と連帯感を深めることが出来ました。また、江高連の事業活動にも、積極的に参加いたしました。

1 第16回親善パークゴルフ大会

7月8日(金)あけぼのパークゴルフ場において、午前9時にプレーを開始。江別管工事業協同組合の鈴木理事様のご挨拶を頂き、天候にも恵まれ、終始和やかな雰囲気の中で選手95名・運営委員9名の参加で実施しました。

当日の成績結果は次のとおりです。

(個人賞)

★男子

優勝 増井 清一 (上江別コスモスクラブ)
準優勝 今西 岩雄 (東光はまなすクラブ)
3位 渡辺 博明 (あけぼのみどりホットクラブ)
4位 国井 美明 (上江きららクラブ)
5位 今野 玄悦 (東光はまなすクラブ)

★女子

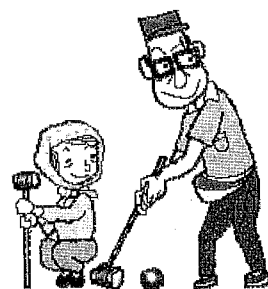
杉田 昭子 (朝日町ほほえみ会)
宮崎美代子 (早苗クラブ)
松下トメ子 (東光はまなすクラブ)
田代 静子 (上江別拓寿会)
笹崎トシ子 (朝日町ほほえみ会)

(団体賞)

★金賞 上江別きららクラブ

★銀賞 東光はまなす会

★銅賞 あけぼのみどりホットクラブ



2 第21回演芸のつどい

10月1日(土)午前10時江別市コミュニティセンターに於いて、江高連木村副会長さんのご挨拶の後、和やかに賑やかに実施されました。今回は21回の節目に当たるという事で、過去の反省を生かした運営を心掛けました。地域の市民の皆さんと共に、楽しい一日を過ごす事ができました。

種別	カラオケ	日舞及び洋舞	社交ダンス	観客・実行委員
件数	26件	7件	1件	
人数	28人	17人	10人	260人・30人

3 江高連主催の行事参加について

- (A) 6月23日(木)第45回大運動会には8クラブが参加、健闘する。
- (B) 9月2日(金)第44回演芸大会には7クラブ13名が出演しています。
- (C) 9月15日(木)第4回パークゴルフ大会には男性27名女性10名が出場しました。
- (D) 10月16日(日)～19日(水)に開催された第2回会員作品展示交流会には、6クラブから20名が出品参加しました。

江別C地区高連の活動について

江別C地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 鈴木 進

- ・江別C地区高連のようす（平成28年4月1日現在）

クラブ数 11クラブ（前年同様） 会員数 723名（前年比－11名）

5月11日（火）第20回年次総会を福祉センターにおいて、11クラブ64名の出席により開催し年間事業を確認しました。本年度は従来どおりの次の2行事の実施で終わりました。

1 第14回パークゴルフ大会

- ・期 日 平成28年7月6日（水）8：30開会式 9：00スタート
- ・会 場 昭和の森パークゴルフ場 東コース 36ホール
- ・参加者数 51名（男性35名 女性16名）

優勝 男性 尾田知司（向ヶ丘ひばり会） スコア94

女性 星 綾子（一番町新生クラブ）スコア101

江高連大会の予選会を兼ねた大会でもありましたが、終始和やかな、楽しい大会でした。



パークゴルフ大会表彰式（男性）



パークゴルフ大会表彰式（女性）

2 親睦・研修日帰り旅行

- ・期 日 平成28年8月31日（水）
- ・行 き 先 由仁町 ユニの湯
- ・参加者数 62名

余興としてのジャンケン大会も我を忘れての大熱戦で楽しい一日を過ごしました。



親睦研修旅行のひとこま



親睦研修旅行ジャンケン大会

野幌地区高連の活動について

野幌地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 阿 部 実

野幌地区は、26クラブ（1,601名）でクラブ数・会員数共に増え、28年度事業計画に基づいて事務局中心に活動を実施しています。パークゴルフも年々盛んになり、参加者も多く4月～10月まで7回の大会を実施しました。健康増進のためにも屋外の活動を積極的に進めています。主な活動状況を報告します。

1 主な活動

- | | | | |
|------------------|----------------|------|--------|
| 1) パークゴルフ大会（同好会） | 昭和の森 | （7回） | 4月～10月 |
| 2) 演芸の集い | 野幌公民館 | | 6月 |
| 3) 親睦グリーンボール大会 | 錦町公園コート | | 7月 |
| 4) 研修旅行（一泊二日） | はぼろ温泉 サンセットプラザ | | 9月 |
| 5) 新春の集い | 野幌公民館 | | 1月 |
| 6) 会員研修（交通安全） | 野幌公民館 | | 9月 |

2 活動の状況

1) パークゴルフ同好会

各クラブの活動状況の中で「パークゴルフ」が各クラブよりの参加者数が増加して28年度は年7回の大会を実施しました。（計679名平均97名）
会員の皆さんにようやく、楽しんでもらえる様な同好会になりました。
江高連の大会も実施され今後益々盛んになることを期待しています。

2) 第19回演芸の集い

時 期 平成28年6月8日（水） 野幌公民館
種 目 舞踊（6） カラオケ（36） 詩吟（2） 総出演者数（44）
入場者 約500名以上の会員が参加して、手拍子、拍手等会場が熱気に包まれ最後まで熱心に観覧してもらいました。

3) 会員研修旅行

時 期 平成28年9月8日（木）～9日（金） 参加者 31名
行 先 はぼろ温泉サンセットプラザ
内 容 留萌からは日本海を眺めながら、羽幌からは「天売島」・「焼売島」が見え最高のパノラマ気分を満喫し、天然温泉リゾートホテル「はぼろ温泉サンセットプラザ」は豪華客船をイメージしてデザインされたもので、客室からは日本海を望み、露天風呂も楽しめて最高の研修旅行でした。



パークゴルフ大会のひとつま



会員研修旅行「はぼろ温泉サンセットプラザ」

大麻・文京台地区高連の活動について

大麻・文京台地区高齢者クラブ連絡協議会 会長 平 沼 俊 之

大麻・文京台地区は、9単位クラブにより会員数529名で組織され、平成28年度の事業計画に基づいて事務局を中心に各行事ごとに実行委員を選任し実施しております。

主な、事業計画に基づく各行事の実施について下記の通り報告いたします。

1. 第33回大運動会（実行委員44名） 6月18日（土）

- ・会 場 大麻体育館 参加者 延べ206名
- ・競技種目 9種目（団体競技4種目・個人競技5種目）
- ・成績（団体）1位 沢町16丁目長生クラブ 2位 大麻第二住区睦会
3位 文教クラブ

2. パークゴルフ大会（実行委員7名） 年5回開催 参加者 延べ392名

- ・第1回大会 5月26日（木）るるまっぷ 参加者 74名 （セリオ協賛）
- ・第2回大会 7月 7日（木）のっぽろPG // 87名
- ・第3回大会 8月 3日（水）福移の杜PG // 78名 （セリオ協賛）
- ・第4回大会 9月 8日（木）昭和の森PG // 79名
- ・第5回大会 10月 6日（木）のっぽろPG // 74名 （セリオ協賛）

4. 第34回演芸大会（実行委員29名）8月20日（土）

- ・会 場 大麻西地区センター 参加者165名 観客数延べ350名
- ・演 目 参加チーム43組ステージでコーラス・社交ダンス・カラオケ・舞踊
民謡・器楽演奏・詩吟

どうしても、カラオケが最多となるので、カラオケの前後にダンス・コーラス・舞踊などを配置しバランスのとれたプログラムにしている。

- ・構 成 午前の部と午後の部の2部に分け、昼食後参加者・観客来場者が一体となって社交ダンスで楽しみました。



5. 親 睦

- （1）第1回カラオケとダンスの会開催（実行委員5名）11月22日（火）

会場 大麻駅前セリオむすめやホール（セリオむすめやご支援）

- （2）単位クラブ役員を中心に「年忘れの会」を実施 12月6日（火）

会場 大麻西地区センター 参加者35名

- （3）会員の親睦と情報交換を目的に宿泊研修旅行を実施

今年度はパークゴルフを一緒に行うため29年5月を予定

※地区高連活動により大運動会、パークゴルフ大会、演芸大会を中心に単位クラブ同士の交流が盛んとなり、情報交換、社会奉仕など会員が一体となって頑張っております。また、健康寿命に対する取組みや会員数の増強運動にも力を入れ会員が「元気で明るく楽しい生活を」をモットーに皆で努力し進めたいと思います。

新設クラブ紹介

角山協和アヤメ会 会長 岩 井 一 男

角山協和アヤメ会は、江高連と地元自治会のご指導のもと平成28年4月に会員40名をもって設立いたしました。

当地区には10数年前まで高齢者クラブがありましたが、高齢化が進み入会者がなく解散に至りました。数年前に江高連の方より「角山に高齢者クラブを立ち上げ江高連に入っ
て一緒に活動しませんか」とのお話がありました。色々な事業に参加し友好を図れます
し勉強になることが沢山ありますよ、とのことでした。

それでは、地元に帰って相談してみますと話
しました。そして自治会に相談し各地区で話し
合って頂き、2年程色々な角度から協議をして
頂き今年度の設立に至りました。

設立し1年近くになりますが色々な問題も出
て来ました。当地区は酪農地帯で、現役の方や
一部分手伝っている方、野菜を栽培されている
方等大変忙しい方と広大な地区ですので会場ま
での足の確保も大変です。初年度であまり事業
も出来ませんでした。月1回の例会を行って
きましたが次年からはもう少し事業に参加でき
るよう頑張っ
て参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



月1回の例会に参加の会員の皆さん

ロイヤルクラブ 会長 鈴木 康 弘

我が「ロイヤルクラブ」は、江高連の助言や既存の高齢者クラブの運営状況を参考にし
て、平成28年3月22日会員33名をもって設立しました。

ロイヤルシャトー野幌Ⅱ自治会を母体として、当自治会の高齢化（65歳以上40戸／
95戸42％）対策の一環を担うものでした。江別市内の高齢者クラブとしては大変遅咲
きとなりますが、自治会内の高齢者の活動は、以前から「茶会」や「愛のふれあい事業の
一部」において実績がありました。

さて設立早々の我がクラブは今年は「今まで無かった活動を試行錯誤しながらとりあ
えず実施」することを念頭に置き下記事項を実施しました。



ウォーキング（当マンションから江別駅）

①教養の向上（学習活動、サークル活動）

博物館見学、講話「歯の手入れ」医療
講座参加・・・・・・・・・・6回

②健康の増進（健康を進める活動、スポーツ

活動）パークゴルフ、ウォーキング
ラジオ体操、ボーリング・・・・6回

③レクリエーション活動（趣味、レクリエーション）

カラオケ・・・・・・・・・・1回

④地域社会との交流・活動（他世代との交流、

交通安全活動、防火活動、伝承文化活動）

安心安全講座、コンサート、演芸の集い・4回

上記を踏まえ来年はこの中から皆が参加しやすく、持続的に実施できる項目を会員全体
で選出し立ち上げたいと思います。

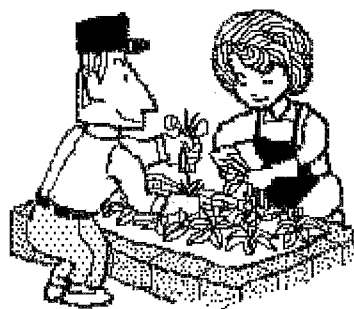
単位クラブの活動状況について会員の声をお届けします

「健康・友愛・奉仕」をテーマとして、各クラブが取り組んでいる活動について
会員の自由な声を寄せていただきました。

文教クラブ 早瀬美知子さん

いつも笑顔で居たいと願うのは、会員全員の願いです。楽しく健康で在りたいと、昨年度より冬期間の健康づくりに室内パークを開始しました。健康増進に・・・、はたまたおしゃべりの楽しさに集うのは15名ほどのメンバー。わいわいがやがやとおしゃべりの花も咲きますが、プレーは真剣そのものです。奉仕活動では文教通りの花壇造りがあり、近くの小学生と一緒に活動を行ったり、地域の大学と共同で行っており、何時も25名以上が参加します。この事業は小学生や大学生の若いパワーを頂く秘策です。ますます元気に若さもあふれ、年々若返るような心持となって・・・

『みんなで元気に生きよう』が続く事を願っています。



松並クラブ 佐々木幸康さん

平成28年度会員数は62名

当クラブは昭和62年、会員相互間の親睦と融和を図り、住みよい地域づくり、楽しい生活を送ることを目的に発足しました。今年度で30周年を迎え、7月に江高連阿部会長、野高連高橋事務局長、松並町自治会吉田会長を来賓にお迎えし、記念祝賀会を盛大に行いました。年4回の例会は、会員の最大の楽しみ、常に会員の7割以上が参加。奉仕活動では、自治会と連携し、春は「花のある街並みづくり」「自治会内の春の清掃」9丁目通り鉄道高架下開通に伴い「交通安全旗の波啓発活動」を当クラブが自治会に提案し自治会の皆さんと実施、サークル活動についてはクラブ発足当時から続けているグリーンボールの他、パークゴルフにも力を入れています。もちろん、カラオケは松並クラブに欠かせないサークルです。

江高連・野高連の行事には積極的に参加し、他のクラブとの交流を図るよう努めています。当クラブも高齢化が進み施設入居などで、会員数が減少しつつありますが、自治会の皆さんに、年数回発行している広報紙「松並クラブ情報」などを活用し、会員増を目指し取り組んでいます。



豊幌豊寿会 笹木澄子さん

会の目的 親睦と健康・趣味の向上に努め、福祉の増進・生き甲斐のある生活（短略）

入会して十数年になり始めは戸惑いもありましたが、次第に皆様と仲良くなり色々な活動に参加、花壇の床作りに始まり、小学校三年生との花植えから後片付け、神社の清掃奉仕と小学校一年生との「昔の遊び」で奉仕と交流、昔の若い頃を思い出し、楽しい時間を過ごす、主体的な活動は例会で年12回、忘年会、新年交礼会（自治会内9名招待交流）ビngo、舞踊、カラオケ等で親睦を深める、研修旅行年3回、施設恵明園との友愛活動、タオル100枚贈呈取組み、盆踊り、のど自慢大会、カラオケ交歓会、お風呂と年越しそば交流等楽しい時間と生き甲斐をみつける、これからも活動に参加し、いい時間を過ごしたいと思っています。

ニコルハイツ野幌シニアクラブ 奥山弘治さん

当クラブは発足以来、足掛け8年となります。発足時の会員数は40名でしたが、現在は47名で活動しています。

友愛活動としてパークゴルフ及び日帰り研修旅行を実施していますが、研修旅行は回を重ねる毎に行き先の選定が難しくなっておりま。近間で低料金（あるいは無料）の資料館・各種企業の工場見学等いい情報があれば是非お知らせ願います。

奉仕活動は、月1回ですが野幌駅～道銀野幌支店までの「8丁目通り」の清掃（ゴミ拾い冬期間休み）を実施しています。ここ数年は道路工事中の為ゴミが多い傾向にありますが、工事終了後はきれいになることを期待して「社会の支え手として」頑張っております。

若葉秋春クラブ 関川尚志さん

当クラブは昭和48年4月、50名の会員で発足しました。平成7年の140名をピークとして、平成20年代からは100名を切り、現在は75名の会員数になっています。これも多様化の時代の流れだと思っています、奉仕活動として、高速道路沿い道路の清掃活動（ごみ拾い）を行っています。雪解け後の春先には大量のごみが出てきます。かなり大変です。日頃の健脚を生かしてのごみ拾いが、少しでも地域の美観を保つことになればと思っています。例会として月1回、50名近くの会員が集まる誕生会が主な活動です。約2時間、軽食、飲み物を用意して、談笑、カラオケ、舞踊、演芸を楽しみます。誕生会は年数回、福祉、防災、健康、交通などについての講話も行います。今年は特殊詐欺についての話もありました。当クラブだけのユニークな行事、活動ではないと思いますが、パークゴルフ、麻雀、カラオケの愛好会もあり、楽しい時間を過ごしています。



あさひが丘シニアクラブ 牧田暁夫さん

近年全国的にも会員数の減少傾向が続き、クラブの正常な運営や活性化を図るため会員の加入促進が当面の課題となっています。当クラブでは昨年4名が新規加入し会員は41名となりました。この間「クラブPRパンフレットの作成と住民への周知」「加入対象者の掘り起こしと加入の進め」など会員の協力あって会員増となりました。なお「互いに支え合い楽しく健康生きがいが出来る」「地域に信頼される」ことがクラブの原点ですのでこれを大切にしながらクラブの維持発展のため、今後もこの課題を継続することが重要と考えております。

あけぼの寿楽会 加藤愛子さん

私たちの寿楽会は「向こう3軒両隣り」の“絆”を大切に、食事会・パークゴルフ・カラオケ等を仲間の皆さんとなごやかに楽しく過せる、とってもホットな集まりとしてスタートし、もう13年になります。

会員の中でも、元気な金子ハツさん（95歳）の長寿を誇りにして、自治会の「愛のふれあい交流会」や「花いっぱい運動」の花壇づくりに積極的に参加し、会員相互の理解と協力を共有して元気に頑張っている姿はほえましいですよ。

また、夏の「さわやかラジオ体操」や「元気の達人養成講座」（江別市第二地域包括支援センター主催）の介護予防等の健康づくりに関心が深く、続けることの大切さを実践されております。これからも、歳を重ねることを“老”と思わず、人との“おしゃべり”を活力としてシニアパワーを発揮して楽しく過ごせる日々を嬉しく思っている次第です。

文教クラブ 高島勝さん

文教クラブは専門部活動が活発です。いくつかの専門部活動について紹介いたします。保健体育部では、7月の大運動会で15年ぶりに優勝して大いに盛り上がり、パークゴルフ大会では男女とも優勝者を輩出、毎月の例会では熱中症や食中毒など日頃の健康管理の留意点を強調し、喜ばれています。社会奉仕部は、4月から10月まで8日間、延べ人数は200人を超え、花壇起こし、清掃、水やり、除草、剪定などを実施しました。文京台小学校の児童との共同作業、北翔大学の協力もあり、雨で濡れながらの作業もありましたが、ラベンダーが咲き誇る時は圧巻です。教養部は、昭和59年5月に創刊した「文教クラブ便り」を毎月発行し、今年1月で第393号になりました。また、文集の「ふれあい」も発行しています。「ふれあい」の創刊は昭和60年3月です。第23号（平成19年）まで、毎年、随想や私の一言・俳句・川柳などを満載し発行されていましたが、現在は5年毎の発行で、来年4月に第27号を発行する予定です。他のクラブの活動に学ぶとともに、先輩たちの取組みからさらに学び、今を生き生きと活動し今後につないでいかなければと、願っています。

豊幌豊寿会 土田藤仁さん

会員70余名の豊寿会は月1回の例会を催し、近況報告、宴会、ゲーム、カラオケによって会員同志の友愛を深めております。そして、豊幌小学校の3年生とは、地区センター会館の花壇手入れを共に行い、1年生の「むかしの遊び」授業に参加して“むかし取ったきねづか”を発揮し、豊幌神社とは、境内の草取りや個人資格での例大祭行事お手伝い。恵明園養護施設とはカラオケ大会、年越しパーティ等々の交流、を通じて豊幌地域内との融和を図っております。



しらかば親和会 田中洋子さん

しらかば親和会が取り組んでいる健康活動は年間を通して多数あります、毎月開催の誕生会の中での研修会は医師、保健師、看護師を講師としての研修が半数以上を占めております。会主催のパークゴルフ大会、ウォーキングも開催されます。また、小集団活動の中では卓球クラブ、ジョギングサロン、ニコニコ体操クラブ、Eリズム体操があり毎週の活動が盛んです。毎月の誕生会には血圧測定を行い、会員の健康状況を把握しております。この様に健康人を対象としたWHOの概念にのみ固執することなく病者に対する対応も必要と思われれます。

高砂クラブ 笹谷照夫さん

28年の6月から高砂クラブに入り、町内のごみ拾い、会館の清掃、花壇の後始末、「交通安全旗の波」等の奉仕活動に参加しました。また、温泉旅行や運動会そして誕生会等を通じて健康・友愛の活動を実践しています。その中で特に興味深いのは、防災訓練で市民会館地下施設を見学できた事です。以前の職場で新幹線のトンネル工事を見学した時と同じ感動を味わいました。この様な機会が計画される事を楽しみに、微力ではありますがクラブ発展のため頑張りたいと思っています。



定期総会で新任挨拶する会長・副会長



サン・ハーモニーと対雁長生クラブ
「オカリナ同好会」の皆さんの演奏



親睦研修旅行 登別地獄谷での記念撮影



第45回大運動会 ボール送りの場面



安来節を披露する野幌中央クラブの皆さん



会員作品展示交流会で作品を鑑賞する方々



新年交礼会で合唱する会員有志の皆さん