

老人クラブ三大活動 **健康** **友愛** **奉仕**

ねんりんおうみ

— 近江シニアクラブ 第94号 —

米原市近江老人クラブ連合会発行 電話 0749 (52) 4393



大雄山西円寺 山門前にて

楽しく歩く 楽しく遊ぶ

「近江歩こう会」始めました

近江シニアクラブではウォーキングを中心にしたサークル活動を始めました。写真は第一回「近江歩こう会」に参加された皆様です。

ウォーキングは必要な道具や環境を必要とせず、「いつでも」「どこでも」「誰でも」行うことができる最も手軽な運動です。

- ・ウォーキングは心地よい運動で、シニアにもぴったりのです。気軽に始められます。
- ・歩くことで体を活性化させ、健康をサポートします。穏やかな運動なので関節に負担がかかりません。

- ・自然の中を歩くことでリフレッシュし、ストレスを軽減できます。美しい景色や新鮮な空気を楽しめます。

- ・友人や仲間と一緒に歩くことで、楽しい時間を過ごせます。会話や笑い声がウォーキングをさらに楽しくします。

ここでウォーキングの達人を紹介します。江戸時代末期、日本で初めて実測日本地図をつくった伊能忠敬は、延べ17年間の測量で4万km以上を歩いたそうです。

これは、ほぼ地球1周分にあたります。忠敬が測量事業を開始したのは50代半ば過ぎ。70代はじめて日本全国を歩き続けたことになり、当時の寿命を考えると、正に伊能忠敬はウォーキングの達人です。



評議員 女性部長 合同会議開催

令和5年度、評議員・女性部長合同会議が4月20日午前9時30分よりやすらぎハウスで開催されました。

米原市社会福祉協議会吉田事務局長様のご出席を賜り、議長に高橋明満様が選任され、各議案について慎重審議の結果、いずれも原案どおり可決、承認されました。

令和5年度 近江老人クラブ連合会(近江シニアクラブ)役員名簿

役職	氏名	字名	役職	氏名	字名	
会長	藤田 一雄	舟崎	体育部	部長	宮野 節児	能登瀬
副会長(厚生友愛部兼務)	堤 正純	宇賀野		部員	原田 義隆	多和田
教養部	部長	吉野 和雄		世継	サポート委員	中野 光夫
	部員	木田 勝幸	寺倉	監事	池田 源一郎	多和田
	サポート委員	高居 芳美	能登瀬		高橋 明満	長沢
	サポート委員	古野 芳幸	多和田	事務局(創造推進員)	北川 惣一	多和田
厚生友愛部	部長	堤 正純	宇賀野			

【敬称略】

字名	単老名	会長名	女性部長名	世帯数	会員数		
					男	女	計
多和田	大宝クラブ	○池田 源一郎	筒井 玉美	48	23	42	65
	大宝クラブニ	古野 芳幸		50	24	37	61
能登瀬	長寿会松組	○上田 三郎		37	27	15	42
	長寿会竹組	木田 勝人		35	26	17	43
寺倉	寿会	廣田 明良	廣田 篤子	43	30	41	71
舟崎	長生会	藤田 丈衛	藤田 世津子	26	16	16	32
高溝	長生会	木寄 洋二	川村 絹代	42	31	35	66
母の郷NT	シニア会	北村 清		22	15	16	31
長沢	長生会	高橋 明満	木村 昭子	19	10	11	21
宇賀野	宇賀野老人クラブ	北村 幸雄	堤 豊子	143	101	96	197
世継	福寿会	土川 勇蔵	吉野 照子	77	37	62	99
個人会員	(秋桜会)			4		4	4
合計				546	340	392	732

・ ○印は2単老クの代表者です ・ 4月1日現在

女性部長会議と プリザーブドフラワー アレンジメント

6月14日「近江老ク連女性部長会議」が開催され、今年度の友愛訪問品は「ネットワークウォーマー」と決まりました。

首を暖かく保つアイテムで、寒い季節や戸外活動に重宝します。

冬になると段々と寒さが体にこたえる様になり、少しでも暖かく過ごしていただきたく思います。

その後、県老ク連の出前講座「プリザーブドフラワーアレンジメント」を体験しました。

専門の講師による丁寧な指導のもと、プリザーブドフラワーアートの基本技術やアレンジのコツを学び、花との触れ合いを楽しみお素敵な時間となりました。

参加者は自らの感性を存分に発揮し、美しい花々を使って個性豊かなアレンジメントを完成させました。

近江老ク連は、会員の皆様の充実した日々をサポートするため、様々な活動を企画してまいります。今後も楽しい講習会やイベントを通じて、会員の皆様の心豊かな暮らしを支えてまいります。

(厚生友愛部)



カラーバリエーションや花の種類が豊富



女性部長会議



長い茎がついているものは少ないので、花首にワイヤーを通して茎の部分を長くする(ワイヤリング)



ワイヤリングの方法を聞く



~ずっと美しい魔法のお花~



給水スポンジの上に草花をアレンジしていく



コロナに負けるな！ ふれあい体育祭開催

第32回ふれあい体育祭が5月26日(金)長浜バイオ大学ドームにて開催されました。前年度同様、開会式を簡素化し、閉会式・昼食を取りやめ、競技は午前中のみとしました。186名の代表選手が出場し、グラウンドゴルフ、ペタンク、ワナゲの種目で熱い戦いを繰り広げました。選手は勿論、応援にも力が入りドーム内が大変盛り上がりました。日頃の練習の成果を十二分に発揮され高得点が続出、又、久しぶりに会う会員もいて相互の親睦・絆も深まり有意義な大会となりました。今大会で入賞されましたチームは10月の近江高齢者大会で表彰の予定です。 (体育部)

種目	1位	2位	3位	4位	5位
グラウンドゴルフ	世 継	宇賀野C	宇賀野A	宇賀野B	寺 倉
ペタンク男子	多和田	世 継	長 沢	能登瀬	寺 倉
ペタンク女子	多和田	長 沢	高 溝	世 継	宇賀野B
ワナゲ男子	宇賀野A	寺 倉	世 継	母の郷	能登瀬
ワナゲ女子	舟 崎	寺 倉	長 沢	多和田	宇賀野B





徳川家康公 ゆかりの地を巡る

近江若狭連の皆様
徳川家康です
岡崎への旅
心より歓迎します

徳川ゆかりの地が
いっぱいあるですよ

家康公ゆかりの地巡り

～ 滝山東照宮・真福寺
大樹寺・岡崎城 ～

6月6日、あいにく朝から曇り空で午後には小雨の予報でしたが、参加者43名で元気に岡崎へ出発。

最初に行った滝山東照宮は工事中でしたが、二大東照宮の一つで厳かな雰囲気にも包まれていました。

次の真福寺では美しい庭園を眺めながら笥フルコース料理に舌鼓を打ち、贅沢なひとときを過ごしました。

午後は徳川將軍家の菩提寺である大樹寺へ。桶狭間の戦いで敗れた家康公が逃げ帰り自害を図りますが、住職から「泰平の世を目指す」教えを受けて思い留まったという、歴史的に大きな役割を果たした寺です。

歴史の重みを感じました。

最後は家康公が生誕し、天下統一の基礎を固めた岡崎城です。

家康公の足跡に触れ、壮大な建物とその歴史に圧倒されました。

岡崎の旅、この旅行で会員同士の絆を深めると共に、心に残る素晴らしい思い出ができました。

次回も魅力あるコースを用意します。皆様のご参加をお待ちしています。

(厚生友愛部)



松平八代 家康公墓所 (大樹寺)



岡崎城

ふるさとの歴史を訪ねてみよう

近江歩こう会

西円寺まめでっか広場にて

第一回 近江歩こう会

〜箕浦・西円寺

寺倉・新庄編〜

近江シニアクラブ主催第一回近江歩こう会が、5月9日に開催されました。15・3度53%快晴。

5月の爽やかな空のもと、午前10時、24名がやすらぎハウスを出発しました。経路地として箕浦城跡、箕浦市場跡、八幡神社、西円寺朝妻街道跡、旭明学校跡、塚の越古墳を訪れました。

歴史研究家高居芳美氏がそれぞれの箇所での歴史的な説明を行い、参加者は興味深く聞き入りました。新緑薫る爽やかな風に心地よい汗を流し全員が完走しました。



全行程 6.6km

当会は、今後も歩こう会を企画し、会員の健康増進にお役に立てるべく、努めていく予定です。

次回のイベントにも多くの参加をお待ちしています。



西円寺 まめでっか広場



箕浦 なごみ公園(箕浦城跡)



昼食後のひと時



新庄 塚の越古墳(前方後円墳)



午後のひと時をモルックで



寺倉 朝妻街道(朝妻湊と中山道を結ぶ道)

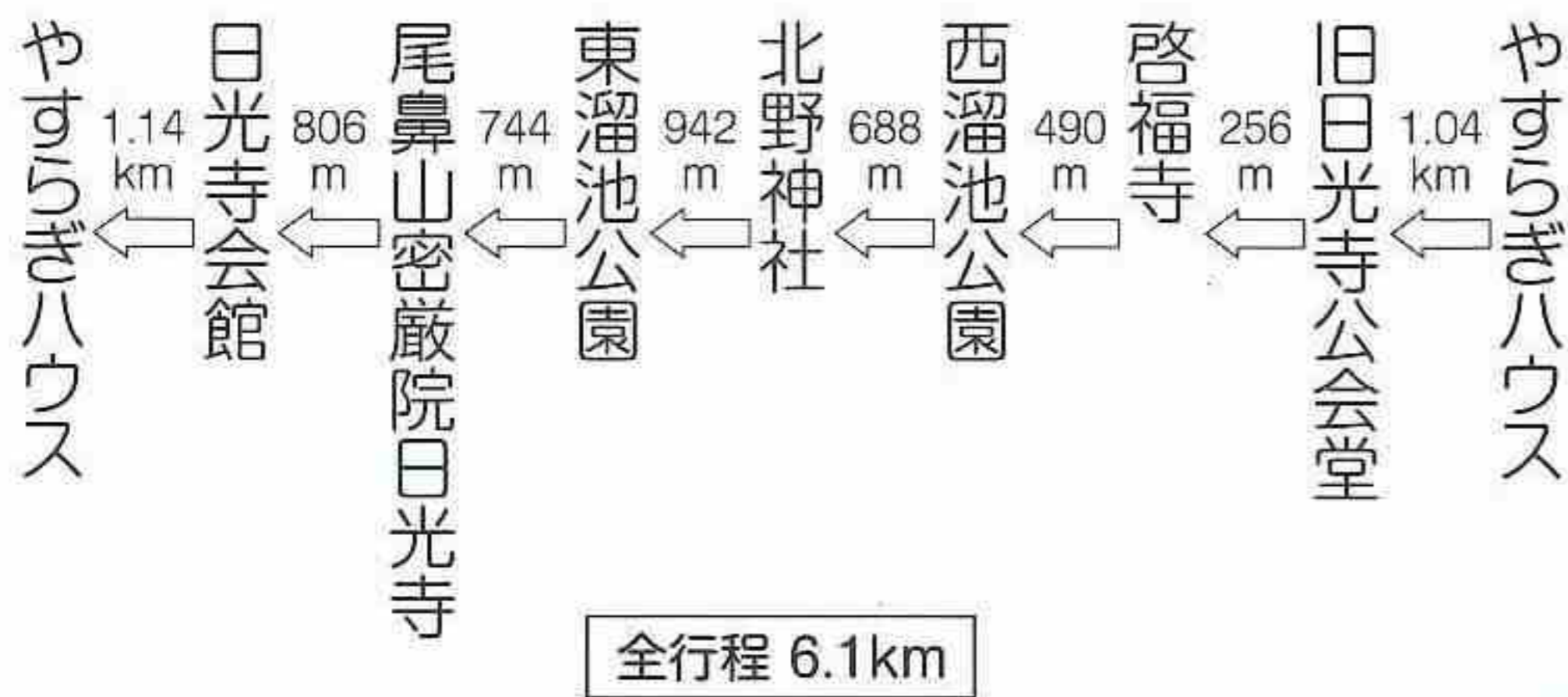
第二回 近江歩こう会

日光寺編

5月31日、19・6度72%曇り。
午前10時、あいにくの曇り空でしたが19名が
やすらぎハウスを出発。経由地は東溜池・西溜
池自然公園と日光寺。高居氏より歴史的な説明
がありました。



尾鼻山密厳院日光寺にて



京極家の内部抗争に終止符を打った日光寺の講和について話を聞く



東溜池自然公園にて昼食



田園地帯を歩く



西溜池自然公園にて



西溜池自然公園へ

第三回 近江歩こう会

～ 飯・岩脇編 ～

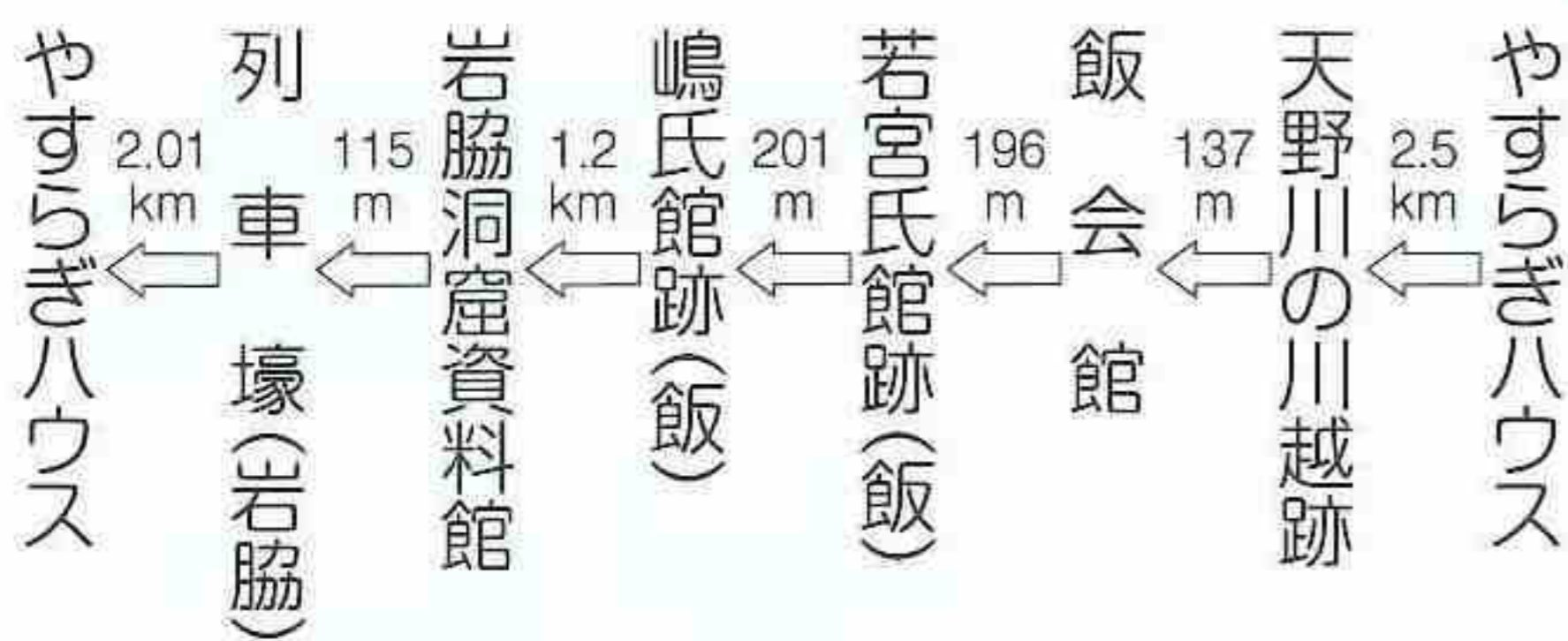
6月9日、19・8度91%曇り。
午前10時、18名がやすらぎハウスを出発。
經由地は飯村の若宮氏・嶋氏館跡、岩脇の岩脇氏・列車壕。飯自治会長と高居氏よりそれぞれの歴史的な説明を伺いました。



やすらぎハウスにて



岩脇集落の氏族 岩脇氏について話を聞く



全行程 6.4km



昼食時のひと時



自治会長より川越について話を聞く

各自治会館ではトイレ休憩とさせていただきました。
又、飯自治会長には現地で説明頂きました。
ありがとうございました。



館跡で若宮氏について話を聞く



館跡で嶋氏について話を聞く