

城西きずなクラブだより

お花ばたけ



第67号

編集発行
城西きずなクラブ
事務局 城西公民館内
TEL 26-2659

印刷
千鳥印刷株式会社
TEL 21-7155



新年のご挨拶

城西きずなクラブ会長 楠田 耕一

新年明けましておめでとうございます。
会員の皆様にはご家族おそろいで健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は皆様のご支援を戴き、健康面では各種単老対抗運動競技大会、友愛面では観桜会及び日帰り旅行、奉仕面では交通安全運動参加、各所清掃活動など諸活動が積極的に推進できましたことを感謝しお礼申し上げます。

さて、今年はどう進めばよいか、色々ある中で先ず当面の問題として、会員加入促進であります。年度内、後2ヶ月少々単老平均5名以上を目標に頑張りたいと思います。

又高齢者生きがい事業についても、健康寿命を延ばすため積極的に参加をしていただきたいと思えます。

以上今年も色々な活動を通して皆様元気に過ごされますよう祈念いたします。



城西きずなクラブ活動の記録

9月24日 女性部料理教室 19名参加

29日 城西きずなクラブ研修旅行 83名参加

9月27日～10月13日 秋季千鳥茶屋開設



女性部料理教室

10月1日 10月理事・評議員会

4日 健康ウォーキング 21名参加、城山一周

15日 松江市高齢者福祉大会 38名参加

18日 健康ウォーキング 23名参加・

大橋經由岸公園美術館方面

24日 交通安全研修会

25, 26日 城西まつりバザー出店

30日 市高連若手、女性委員会視察研修会 委員長参加



研修旅行



きずなクラブ バザー

11月1日 健康ウォーキング 15名参加 城山一周

6日 11月理事・評議員会

11日 市高連指導者研修会

11日 青パト講習会

15日 健康ウォーキング 23名参加 城山周辺

16日 松江市環境フェスティバル 6名参加

19日 松江城山清掃奉仕活動 10名参加

26日 きずなクラブ単老対抗スカットボール大会

26日 保健・健康部会開催

27日 研修部 健康講座、公民館との共催100名参加
講師・松江赤十字病院秦公平院長



スカットボール大会



健康講座

12月3日 「お花ばたけ」編集会議

3日 12月理事・評議員会

6日 健康ウォーキング 18名参加

13日 城西地区交通安全総決起大会

18日 市高連理事会

20日 健康ウォーキング 12名参加



健康ウォーキング

友愛部



懇親会

きずなクラブは、9月29日、楠田耕一会長以下83人が観光バス2台で、はわい温泉への旅行を楽しみました。温泉は松江市から88キロ、周囲12キロの東郷湖西岸にあります。お世話になった望湖楼は、8階建、重厚な客室、湖上露天風呂は素晴らしく、行き届いたサービスと山海の珍味に飲み物で懇親会は盛り上がりました。食後は周囲の散策、20世紀梨などショッピングを楽しむグループもありました。

参加者の中に90歳代のもつても元気な女性がおられました。その姿は、落ち葉の身には力強い旅の褒美となりました。



一路はわい温泉へ



バスの中での懇談

鳥取県はわい温泉への 目帰り旅行

友愛部 渡部 治

健康・保健部

単老対抗 秋期スカットボール大会 盛會裏に終った

団体戦優勝は国屋上 2位中原 3位新国屋！
個人戦4・5位は同点者6人で激戦を展開！

健康・保健部 武志 幸雄

今回は、競技中の各単老の皆さんから大会に参加された感想を聞きましたのでまとめてみました。

皆さん上手で初めて試合に出る者は、高齢者の方にも勝てません。(内中原・男)
誘われ今日で2回目の参加だけれど出かけて良かった。楽しくやっています。

(内中原・女)
みんな元気でスポーツが出来ることは良いことだ。出来れば回数を増やしてほしい。

楽しく皆と触れ合うチャンスが出来た。役員会の時よりもリラックスして話しが良くてできる。(外中原・女)
頑張ります。大勢参加されて老人パワーで楽しめた。(中原・男)

上手下手関係なく練習してなくても即気軽に試合に入れる。球が入ると見せかけてスリットと逃げる根性が悪い。(中原・女)
球を打つ時にスティック(棒)のバランスを考えなくてはならぬ頭の活用の活性能になる。年をとってからの運動になる。

(茶町・男)
練習時は良く入ったが、本番はうまくいかなかった。優勝を意識し過ぎたかな。(茶町・女)

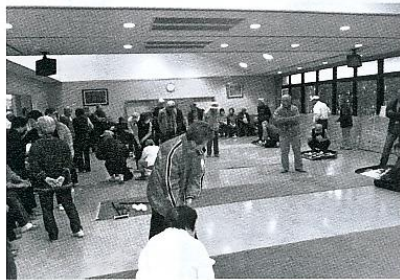
元気で和気あいあいスポーツできることは良いことだ。(国屋上・男)
和気あいあい本当に楽しい。但し運動にはならないのもうちよつと運動できるゲームをやりたい。(国屋上・女)

みんな楽しく参加させてもらいました。(国屋下・男)

楽しく皆とのふれあいを大切に行っているので参加させてもらっています。スカットボールでスカットします。(国屋下・女)
余り技術を要せず又身体に負担をかけず楽しめるスポーツだ。(新国屋・男)
勝ち負けより楽しくやりましょう。(新国屋・女)

初めて参加された人が楽しくできて良かった。(南平台・男)
何よりもスカットボールを待つてまーす。下手でも必ず出ます。(南平台・女)

順位結果発表までの待ち時間を利用してのストレッチ体操は、身体がほぐれて良かったと好評でした。勝ち負けにはこだわらず皆さんがそれなりに楽しんで参加されている様子が伺えました。各単老の皆さんご協力ありがとうございました。



女性部から

城西まつりバザーを終えて

女性部長 山崎美智子

今年も恒例のバザーを実施しましたところ
ぎずなクラブ会員の皆様、城西地区の皆様
のご協力により沢山の品をご提供、ご購入い
ただき厚くお礼申し上げます。搬入の折には、大
雨でしたが、まつりの2日間は、天候にも恵ま
れ、大盛況の内に終らせていただきました。若
い方から「こんな楽しそうな会、年齢がきたら
入会したい、この品役立てて下さい」とうれ
しいお言葉もいただきました。又毎年一生懸命
育てられたメダカ、今年も行列を作って待た

研修部から

研修部 阿部 國廣

城西公民館との共催で健康講座を 11月27
日(木)公民館にて開催いたしました。松江赤
十字病院院長の秦公平先生をお迎えし、「骨
粗鬆症について」と題して、大変有意義な講
演がありました。会場は1000人を超える参
会者でいっぱいになりました。
松江赤十字病院にリハビリテーション科
を設置されたのも秦先生とのことです。もと

れる子どもさんの生き生きとしたお顔、うれ
しそうに「ありがとう」、ぬくもりを感じまし
た。メダカに携わっていたいただいた会員さん、あ
りがとうございました。

この様に、女性部の活動に、多方面からのお
力添えをいただきました。今後も生きがい
を持って活動して行きたいと思えます。今後と
もよろしくお願い致します。



バザー準備



バザー会場

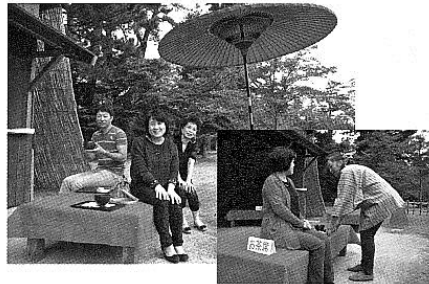
もと先生は、整形外科を担当されておられた
ようで、具体的な事例をもとに予防や治療は
どうしたらよいか、わかりやすく解説をされ
ました。一人一人に講演のスライドをコピー
したプリントが渡
され、よ
い勉強に
なりまし
た。



秋季千鳥茶屋

女性部長 山崎美智子

今年9月27
日(土)〜10月13日
(月)まで行われ、
城西きずなクラ
ブは、4日・5日
の2日間当番で
したが、5日は雨
のため中止とな
り、4日に3名で
50名のお客様の
おもてなしをし
ました。



奉仕部から

11月19日城山清掃に参加しました。
心配されていた天気も当日は落ち着き、完
全武装した服装も途中から少し汗ばむほど
でした。

高連会員推定百名くらい、内城西からは10
名の皆様に参加いただきました。我々城西組
は松江神社の境内を清掃し、大変綺麗にな
りました。

楠田



南平台ときわ会

会長 松鹿 慎



南平台ときわ会 食事会

南平台地区は近年空き地、空き家が目立つようになり、さらに以前は元気な子供の声が出ていましたが、この頃は子供の数が減りお年寄りが目立つようになりました。年寄りといっても元気な人が多く、ときわ会は約120名の会員がいます。

主な行事は4月の総会、6月のあじさい祭り、11月の日帰り旅行、12月の忘年会などです。その他夏の南平台祭りへの協力、年間を通して環境美化活動として花壇の手入れ、1月の

とんど祭りの協力等自治会による行事にも積極的に協力しています。

これらの活動は10名で組織する幹事が企画し全員に呼びかけます。

ただし近年は参加する人が大体同じような顔ぶれとなりこれがときわ会の悩みの一つです。

今後は若い活動的な会員の促進運動によりときわ会の会員増強が急務です。

新国屋さわやか会

会長 渡部 治

さわやか会は、毎月第2水曜日に月例会を開催しています。加えて会員の健康と新しい仲間づくりを目的として自治会へ働きかけてADL体操を主体としたさわやか体操を5月から実施しています。

毎月第2日曜日9時30分〜10時、自治会集会所で、山崎美智子講師により、ADL体操、ボール遊び、コーラス(松江市の歌、ふじの山、故郷など)楽しんでいます。

季節で気を付けたい事、体操の効果などをユーモア交えながらの指導で新鮮な雰囲気も魅力の一つです。

さわやか体操、話し合いの輪がやがて仲間となることを期待しています。





葉が寒... 大雪の御出雲郡は... 前号以降

平成26年 国屋上集会所 17名の参加 平成26年 城西きずなクラブ

各半老から三種の献立... 献立案の、皆様に

【以降の行事予定】 平成26年1月 通学児童の挨拶

平成26年1月 出前講座 酒場 形 国屋 時間 午前 講座 松岡 多数のご参加



寒さがそと、毎日が日曜なのでした。これから健康管理には充分

【前号以降の挨拶】 平成26年10月 通学児童の挨拶



【前号以降の挨拶】 平成26年10月 出前講座 高齢者

平成26年10月 出前講座 高齢者 松江市高齢者福祉 高齢者福祉センターに松 余名の参加があり 平成26年10月 第36回城西まつ



、猛烈な寒波を連れて、師定がやってきましたもう12月、加齢と共に月日の過ぎることの速さを感じます。12月、2月と寒さは続きます。インフルエンザ等に掛からないよう健康には充分心がけて下さい。

【前号以降の実施行事】 平成26年11月20日(水曜日) 城ノ口緑地公園清掃活動 担がりの日でしたが、12名の会員さんの参加で綺麗に成りました。



予選を行い、精鋭の選手を送り出したおもて会は、見事2位にダントツの得点差をつけ見事に優勝しました。選手の皆さんご苦労様でした。来年2月にはジャンケンパントムの大会が有ります。

平成26年12月1、2、3、4、5日 通学児童の挨拶運動に、見守り隊活動として地区各所で協力(7名は全登校日活動) 平成26年12月21日(日曜日) 国屋上おもと会忘年会

【以降の行事予定】 平成27年1月8、9、13、14、15日 通学児童の挨拶運動に見守り隊活動として地区各所で協力。

【以降の行事予定】 平成27年1月15日(水曜日) 国屋上集会所及び周辺の清掃活動 午前9時ごろからお願ひします。

【以降の行事予定】 平成27年1月24日(土曜日) おもて会・ういす会新春サロン

【以降の行事予定】 平成27年1月24日(土曜日) おもて会・ういす会新春サロン

【以降の行事予定】 平成27年1月24日(土曜日) おもて会・ういす会新春サロン

【以降の行事予定】 平成27年1月24日(土曜日) おもて会・ういす会新春サロン

【以降の行事予定】 平成27年1月24日(土曜日) おもて会・ういす会新春サロン

今回も毎月発行されている通信が届けられました。すでに1005号にもなりました。編集部

国屋上おもと会 会長 小川 武



総会後の懇談



変わりゆく国屋下

国屋下ことぶき会は、男性19名、女性16名、計35名です。一年の行事としましては、新年会、総会、ニュースポーツのスカットボール及びジャンケンペタンコで会員の顔合せをしております。町内の集会所が有りませんので近くの城西公民館を利用させていただいております。国屋下も田んぼが埋り新興住宅と化しました。当然、朝夕車輛も多く事故が心配になります。新入会員様の入会増員に力を入れていきたいと考えております。

国屋下ことぶき会 会長 渡野勝徳

お仲間紹介

城西ウォーキング

世話役 関谷 満

私達城西ウォーキングの仲間は毎月2回、県立図書館の前に集

合し約1

時間(約

3~4km)

ウォーキ

ングを楽

しんでい

ます。

人数は

20人前後

ですが、お

話しをし

ながら毎回、行先は違っておりま

すが気楽に参加出来る様にして

います。新年の神社参りから歴史

探訪を兼ねたもの、季節を感じる

所、などのコースを巡っております

。案外近くに居てもここは知ら

なかつたとか又新鮮さを感じる

とかの感想も出てきます。

夏には納涼会、年末には忘年会

と家族同伴で楽しい一時を過ご

しております。

皆様、どなたでも参加できますのでお待ちしております。



小泉八雲像の前で

城西のお宝 その8

「土手」の呼名は防災の指標

安部博之

昭和47年、松江市は大水害に遭遇しました。そのとき、荒隈橋から城西公民館に向う道路は冠水しませんでした。この道路は400年前から、宍道湖の洪水から城西を守るための土手だったのです。

この道路に面する人達は、今でも土手東・土手西町内会の名称を受け継ぎ、洪水の度毎に感謝の念を新たにしています。

また、一畑電鉄線路敷設高さの決定、旅館団地の建物地盤の高上等、その都度この土手の高さが参考にされていると考えられます。

この土手は、水害対策の立派な指標であり、城西のお宝だと思えます。



千鳥公園から見た土手

でも、宅地の問題は簡単ではありません。無視されることもありますが、知らずに事を行うことは大きな損失を伴います。そして今、四十間堀川放水路新設と狹窄部拡幅工事が30年計画で始まろうとしています。私は年齢の都合で成果を知ることができないのが残念です。

会員加入促進運動

会員増強への呼びかけ

若手委員会 高橋美行

近年、全国的に会員が減少傾向にあるなか、城西きずなクラブ会員数の推移をみると、平成19年度には581名の会員も年を重ねることに増え続け、25年度末では705名を数えるに至っています。今年度(4~12月)においては、9名の

脱会(物故者)はありますが、それを補うべき10名もの新規加入者がありました。会員の高齢化が進む中で、若い高齢者(60歳代)の方の加入に力を入れて頂いて

います。地域の住民には、クラブの存在を知らない。知ってはいるが活動は知らないという人達が意外と多いようにも思えます。地域の高齢者を対象として、クラブや公民館の行事・活動等への参加を呼びかけていくことにより、クラブの存在を知って貰うきっかけづくりも必要ではないでしょうか！

市高連では、1~3月までを特別強化期間として設定されています。既に取り組みを始められているところですが、より一層の活動で会員加入に結びつけて頂きますようご協力の程よろしくお願いいたします。

南平台文化祭

南平台4つの自治会は 11月22・23日の2日間にあつて集会所で文化祭を開催しました。

これまででは作品の展示だけでしたが、今年から同好会などの発表も取り入れ、一段と幅広い文化祭となりました。

ときわ会の皆さんも大活躍でした。



ファッションショー



第17回 新国屋ふれあい文化祭

さわやか会 渡部 治

恒例の文化祭は 11月1日、2日、集会所で開催。書、絵画、手芸、陶芸、盆栽など充実した作品が会場を飾り来場者を魅了。



編集後記

島根では大きな風水害に、お隣広島県でも島根と同じ花崗岩の山の斜面で大規模な地滑り災害が起きました。御岳山での火山災害、長野県での地震災害、日本列島の広い範囲での豪雪災害、等々昨年は様々な大きな自然災害に見舞われ、多くの方々の尊い命も奪われました。

しかし、長野県北部地震はマグニチュード6.8という大きな地震でありながら、一人の犠牲者も出さなかったのは住民どうしが見守りあい支えあう日頃からの生活があったということでした。とても大切なことを教えてもらいました。

今年も城西きずなクラブが元気で、さらにきずなが深まり、すてきな一年でありますように。

編集委員

阿部國廣