

こ・い・き・れ・ん

○総人口 58,551人

○65歳以上人口 16,675人

○高齢化率 28.5%

○シニアクラブ会員数 1,606人

○シニアクラブ加入率 9.6%

～こ・い・き・れ・ん（湖西市いきいきクラブ連合会）～

【概況】

1. 安心・安全ネットワーク構築事業

①友愛訪問活動

愛の声かけ運動と友愛訪問活動の実施

※お早う！こんにちは！元気ですか！の声かけ運動

- ①「例会」への参加呼びかけ ⇨ 安否、健康状態確認
- ② 戸外での世間話し ⇨ 情報の収集、情報の伝達
- ③ 各種行事への誘い ⇨ 仲間づくり、話し相手になる 等
- ④ グループ活動としての友愛訪問の実施

訪問対象者 ①高齢老人（90歳以上） ②寝たきり・虚弱老人（年齢問わず）

訪問結果

今年度は男子35人、女子130人の合計165人の対象者に友愛訪問活動を実施いたしました。

訪問の感想

湖西地区 訪問での感想

友愛訪問の集計によると90歳になるとどうしても体力が衰えてくるせいかディサービスに行かれる方が多くみられます。

コロナの影響があると思われます。本来なら仲間同士で行動ができるはずで、たのしさが奪われたことも多かったのではと思います。

私事ですが、足の手術で入院して初めてわかりましたが、日頃のウォーキングなどの運動することにより回復が早まることがわかりました。

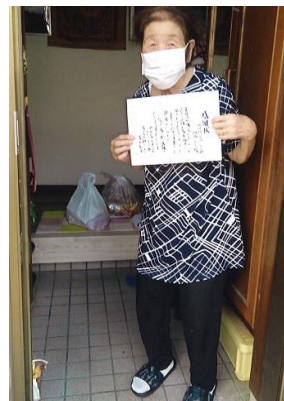
例えばレクダンスのサザエさんの歌に合わせて体を動かすだけでも良い運動になると思います。また、運動ができない方も家にこもっていないで、みんなと逢って話をするだけでも楽しいので、皆さん！多くの行事に参加して、お互い頑張りましょう。

新居地区 訪問での感想

今回の友愛訪問で、あけぼのどんぐりの会が独自で感謝状を作成し、訪問者に授与されましたのでご紹介いたします。

「感謝状 貴殿は地域のためにおしみなくいろいろの活動に参加、協力して頂き、ありがとうございました。これからも人生の先輩として引っ張って行ってください。ここに〇〇歳を祝って感謝をたたえ表彰いたします。」

受賞者は大変喜んでくれたそうです。是非皆さんも参考にしてみてくださいはいかがでしょうか。



②健康増進活動の展開

今年度は新型コロナ感染拡大予防のため、連合会全体での大会は自粛し、代わりに各地域で色々な健康増進活動を企画して実施していただきました。

その楽しそうな活動をご紹介します。

●鷺津西地区&白須賀地区合同グラウンドゴルフ大会

(川尻万年青会・古見ゆうゆう会・市場天寿会・白須賀クラブ)

2022年10月18日湖西市多目的グラウンドで、鷺津西と白須賀での親善グラウンドゴルフ大会が行われました。秋晴れの下、とはならなかったが、広い運動公園多目的広場を一杯に使って、参加者全員元気にグラウンドゴルフを楽しむことが出来た。参加者は4つのクラブの人たちということで、初めて会う人。顔なじみの人、久しぶりの人と、親交を深めながらプレーを楽しんでいた。これを機会に、今後相互に交流するグラウンドゴルフをしようというご意見もあり、多くの賛同を得ました。



●新居地区 全体での新居地域老人クラブ演芸広場 (新居地区15クラブ合同)

2022年11月2日 今回新居地区で初めての演芸広場の開催を計画し実行に移し、会員はじめ約120名人に集まっていただき、大盛況で終わることができました。

会場は湖西市新井地区センターをお借りし、舞台あり、音響も素晴らしく、又司会者もテンポよく進行されスムーズに進んで出演された人たちも気持ちよく演技ができた事と思います。多くの人にも「良かった！来年もやってほしい」との意見をいただきました。



●入出地区 年忘れ輪投げ大会

2022年12月17日入出集落センターにおいて会員71名で「年忘れ輪投げ大会」を開催いたしました。久々に大勢の人と競技ができ会えて楽しかったこれからもこのような大会を出来ればいいですなど喜びの感想をいただきました。成績の良かった人、悪かった人も楽しい時間を過ごし、良い新年を迎えることができそうです。



● 鷺津東地区 地区全体「輪投げ大会」
(長寿会鷺津クラブ・長寿会表鷺津クラブ・長寿会河原クラブ・長寿会みのわクラブ)

2022年11月25日(金)表鷺津多目的センターで4クラブの60名が参加し、輪投げ大会を行いました。新型コロナの感染拡大で各種行事が中止になって、楽しみがなかった唯一の集いで、みんな楽しく体を動かすことができました。また、3自治会の自治会長にも参加していただき交流とクラブのPRができました。次回開催には期待するが、この時期は待ち時間の寒さ対策が必要で、もっと動きやすい気候の時に検討したいです。その時は審判教育してスムーズな大会にしたいと思います。



● 新所地区&知波田地区合同 「レクリエーションダンス」
(新所クラブ 東部・中部・西部 ・太田シニアクラブ・知波田青平会・大知波たちばな会)

2022年11月12日(土)新所幼稚園をお借りし、新所地区と知波田地区合同でレクリエーションダンス大会を開催しました。緊張感もあり交流することにより仲間づくりにもなり、皆さん喜んでいただけて良かったと思います。



● 岡崎地区 グラウンド大会
(上の原立花会・南上の原常磐会・新所原寿楽会・梅田蒼空会)

2022年11月12日(土)に南上の原公園で4単老の参加でグラウンドゴルフ大会を行いました。単老ではグラウンドゴルフを始めたばかりのクラブもあり、参加人数は37名と少なめでしたが、皆さんに賞品をもらってもらうように年齢別に分け、またコースも1階が都に変えるなど工夫を凝らして行いました。参加者からはとても楽しかったと好評いただき、次回はもっと多くの選手に参加してもらいたいとの声が上がりました。

