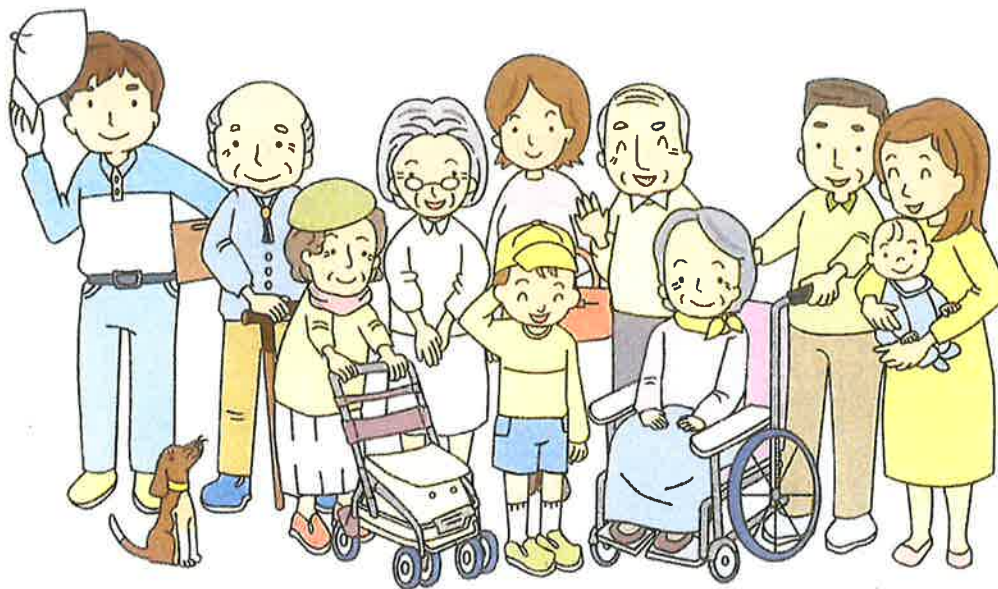


令和7年度

地域支え合い活動事例集



シニアクラブ静岡県

シニアクラブが進める 地域支え合い活動事例集

は じ め に

昨年、国が目指す「地域共生社会」の実現にとって、大きく前進させる「孤独・孤立対策法」と「認知症基本法」が施行されました。

私たちシニアクラブは、現在、「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をスローガンに、高齢者の健康づくりはもとより、高齢者相互の支え合い活動を通じた安心・安全の住み良い地域づくり、さらには、地域の子育て支援など、「みんなで地域の絆をひろめよう！」をメインテーマに、クラブ活動を展開しています。

シニアクラブ静岡県では、県・市町連合会連携事業を実施し、市町連合会や単位クラブが行う、地域の支え合い活動、その活動の母体となるシニアクラブ強化の取り組みに対し、様々な支援をしてまいりました。

しかしながら、4年以上にわたるコロナ禍・インフルエンザ感染症感染への不安やストレス、緊急的な行動制限、それによる孤立化などが高齢者の日常生活や活動に厳しく影響を及ぼしてきたところです。

そのような情勢にありながらも、創意工夫を凝らし活動を行った県内各地での取り組みを令和7年度「地域支え合い活動事例集」として取りまとめました。

この事例集を参考とされ、各市町連合会、単位クラブにおいて、これまで以上に、地域支え合い活動が活発に展開されることを期待しております。

令和8年3月

シニアクラブ静岡県
会長 山崎 好信

地域支え合い活動事例集

◎仲間づくり促進

シニアクラブ熱海

～市連合会の活動～

高齢者が集まるイベントの開催・・・・・・・・・・・・・1

シニアクラブ伊豆の国

～市連合会の活動～

そば打ち体験会事業導入で加入促進・・・・・・・・・・・・・4

女性部再構築による加入促進・・・・・・・・・・・・・7

御殿場市シニアクラブ連合会

～市連合会の活動～

各種加入促進事業の開催による加入促進・・・・・・・・・・・・・10

～中山上白寿会の活動～

未加入者を誘っての月1回の定例会開催・・・・・・・・・・・・・14

すこやか沼津

～我入道支部一本松壮寿会の活動～

自治会の協力を得ての加入促進・・・・・・・・・・・・・16

～下香貫支部連合会の活動～

各種懇親大会を開催しての加入促進・・・・・・・・・・・・・20

～愛鷹支部連合会赤坂凌壮会の活動～

自治会の協力での加入促進・・・・・・・・・・・・・24

～大平支部連合会の活動～

月2回の参加自由のGG練習会の開催・・・・・・・・・・・・・27

ふじさんシニアクラブ富士宮

～市連合会の活動～

各種大会への体験入会で加入促進・・・・・・・・・・・・・31

準会員参加のグループへのクラブ立上げ支援・・・・・・・・・・・・・34

シニアクラブ南伊豆

～町連合会の活動～

広報誌発行と全戸配布による加入促進・・・・・・・・・・・・・37

シニアクラブ長泉

～町連合会の活動～

広報活動とプラスワン委員会からの提言の実践・・・・・・・・・・・・・40

さわやかクラブやいづ連合会

～市連合会の活動～

グラウンドゴルフ大会開催で加入促進・・・・・・・・・・・・・44

輪投げ大会開催での加入促進・・・・・・・・・・・・・47

シニアクラブ掛川

～掛川支部連合会の活動～

「笑いと歌声ひろば」での加入促進・・・・・・・・・・・・・50

シニアクラブ掛川

～大須賀支部連合会の活動～

ノルディック、グラウンドゴルフ等体験入会での加入促進 53

シニアクラブ浜松市

～浜北支部連合会の活動～

文化作品展開催で加入促進 58

趣味部の活動紹介冊子配架での加入促進 63

～浜北支部亀玉地区連合会の活動～

地域自治会との連携を図り加入促進 68

～浜北支部西友会の活動～

自治会回覧板掲示板を利用した加入促進 71

～浜北支部道友会・楽友会連合の活動～

各種行事開催時、地域自治会回覧板を利用してアピール 74

～浜北支部中瀬第四親和会の活動～

「e-スポーツ体験教室」開催 での加入促進 79

こ・い・き・れ・ん（湖西いきいきクラブ連合会）

～市連合会の活動～

単々に「会員加入委員会」を設置。年3回の「加入委員会」を開催 83

◎地域クラブ活性化推進

シニアクラブ熱海

～市連合会の活動～

GG 大会、出前講座、多世代交流事業等の開催 89

シニアクラブ伊豆の国

～市連合会の活動～

e-スポーツ体験会の開催、地元新聞への取材依頼で活動アピール 92

シニアクラブ御殿場市

～塚原楽寿会の活動～

親睦パークゴルフ大会開催で活動アピール 95

～御殿場区長寿会の活動～

「女性手芸教室」「お誕生日会」の開催 97

シニアクラブ三島

～東部地区会の活動～

東部地区会10単クの合同事業年10回開催 99

ふじさんシニアクラブ富士宮

～市連合会の活動～

「スマホ教室」の開催と他団体との交流事業 103

ベイシニア浦安との交流会開催 107

シニアクラブ南伊豆

～町連合会の活動～

輪投げ大会の開催 112

シニアクラブ長泉

～町連合会の活動～

交流研修会・健康づくり・学び直し教室・広報活動 114

さわやかクラブふじえだ連合会

～大洲地区連合会の活動～

「高齢者向け e-スポーツ講座」の開催 118

～兵太夫南初霜会の活動～

「e-スポーツクラブ」の設立 120

さわやかクラブふじえだ連合会

～大新島白寿会の活動～

「白寿会モルック部」の立ち上げ 123

島田市いきいきクラブ連合会

～市連合会の活動～

「スポーツ大会」の開催 125

「会員のつどい」の開催 127

シニアクラブ菊川

～市連合会女性部の活動～

「女性部交流会・健康講演会」の開催 129

シニアクラブ浜松市

～三ヶ日地区連合会の活動～

地域広報誌へ「楽しむシニアクラブ」を掲載活動をアピール 134

～浜北支部東美蘭五八会の活動～

新名誉会員宅友愛訪問、誕生日会に炊き出し訓練、3世代交流お楽しみ会 136

～伊佐見地区連合会の活動～

介護予防講習と毎日の多種目活動で活性化 139

こ・い・き・れ・ん（湖西市いきいきクラブ連合会）

～市連合会の活動～

連合大会、いきいき健康フェスタの開催 141

森町シニアクラブ連合会

～町連合会の活動～

「フラワーアレンジメント教室」の開催 145

◎地域支え合い活動

いきいき下田

～市連合会の活動～

「サロン事業」「地域見守り事業」の実施 147

シニアクラブ伊豆の国

～市連合会の活動～

「サロン活動」「小学生との交流活動」の実施 150

シニアクラブ御殿場市

～大沢いきいきクラブの活動～

「環境美化」「地域見守り」「健康づくり」「社会奉仕」活動 153

シニアクラブ三島

～コスモス会の活動～

「三世代交流」「環境美化」「認知症予防」「居場所づくり」活動・・・・・・・・・・156

ふじさんシニアクラブ富士宮

～富士根南支部の活動～

「学校応援団」「高齢者学級」「公民館まつり」「e-スポーツ講習」・・・・・・・・・・162

さわやかクラブやいづ連合会

～市連合会の活動～

「クラブ大会」の開催・・・・・・・・・・・・・・・・・・167

「芸能祭」の開催・・・・・・・・・・・・・・・・・・170

「三市女性交流会」の開催・・・・・・・・・・・・・・・・・・173

～宗高第一常磐会の活動～

「一人暮らし・高齢夫妻のみの世帯」への友愛訪問活動・・・・・・・・・・176

さわやかクラブふじえだ連合会

～青島地区連合会 の活動～

地区連合会が実施する「すこやか 学級」開催事業・・・・・・・・・・178

シニアクラブ御前崎市

～市連合会女性部の活動～

「友愛訪問」「見守り」活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・182

シニアクラブ浜松市

～浜北支部赤佐7区亀楽会の活動～

「地域環境改善推進事業」の実施・・・・・・・・・・185

～浜北支部鹿玉地区連合会の活動～

「認知症対策講座」と安心・安全ネットワークの構築・・・・・・・・・・191

～伊佐見地区連合会の活動～

地区広場での環境美化活動と見守り・・・・・・・・・・194

こ・い・き・れ・ん（湖西市いきいきクラブ連合会）

～市連合会の活動～

愛の声かけ運動と友愛訪問の実施・・・・・・・・・・196

仲間づくり促進事業

あなたの参加で 楽しいクラブづくり



- 21世紀を展望し、社会に貢献する新しいクラブづくりに参加し、あなたの知識と技術をパワーアップします。

生活と地域を豊かにする 楽しいクラブ活動

- 遊び心を仲間ではぐくみ、親睦旅行や研修旅行を実施し、視野を広め、仲間同士のつながりを深めます。
- 民謡、踊り、習い事などの趣味や文化活動を展開し、多彩なサークル活動を開拓します。
- 高齢者死亡事故ゼロをめざして交通安全講習会などに参加します。



シニアクラブ熱海

○総人口 33,000人

○65歳以上人口 16,061人

○高齢化率 48.7%

○シニアクラブ会員数 817人

○シニアクラブ加入率

5.1%

～シニアクラブ熱海(市連合会)～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:54)			
	☐ 管内加入率の把握 ()			
	☐ その他()			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+2)			
	☒ 会員加入目標の設定 (各単位クラブ :30人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	×	×	×
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	×	○	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	×	×	×
	その他(課題把握のためのアンケート調査)			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数: 15			
6 取り組んで良かった点	・2地域からクラブ再興の提案があった。 ・1クラブから活動内容の見直しの相談があった。			
7 反省点	・クラブ再興の提案については、役員の成り手が課題となり、うまく話が進まなかった。 ・活動内容の見直しについてはイベントの開催や会員との交流を提案したが、地域性もあり、難しいとの回答を受けた。			

クラブ解散休会等再興支援モデル事業実施記録(令和7年度)

組織名:シニアクラブ熱海(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	(推進組織構成メンバー他) ・活動推進委員会:会長、副会長、顧問、活動推進委員等5名 ・連合会が把握していない状況で、急なクラブ解散が無いよう単位クラブの悩みを聞き取っていく。
	実施	令和7年4月	・活動推進委員会:会長、副会長、顧問、活動推進委員等5名 ・クラブ解散を阻止するべく「相談窓口」を設置。ささいなことでも相談できる環境を整え、クラブ内で解散を結論づけないよう活動した。
2 現状把握	計画	令和7年4月	・現在のクラブ数、会員数 単位クラブ数27 会員数817名 ・地域(地区)での対象人数の把握 市内全域:15,900人
	実施	令和7年4月	・現在のクラブ数、会員数の把握 単位クラブ数27 会員数817名 ・地域(地区)での対象人数の把握 市内全域:15,900人
3 目標設定	計画	令和7年4月	・事業終了時の結果を想定 R8年2月 30人
	実施	令和8年2月	・事業終了時の結果 R8年2月 15人
4 運 動	実施	令和7年8月11日	①会 場:いきいきプラザ4階・7階 参加者:会員6名、一般参加者100名 内 容:「みんなのおいしい笑顔の会(だれでも食堂)」 ・昔遊びブースを設け、こどもたちと交流をした ・広報誌を配布し、子育て世代にPRをした
		令和7年8月19日	②会 場:いきいきプラザ7階多目的会議室 参加者:会員15名 内容:「子どもさんと一緒に!わなげ大会」 ・対象者をシニア世代(会員外含)、こどもとしたが、参加はなかった。 ・広報に課題があるとして次年度改善して再度実施予定。
		令和8年1月8日	③会 場:福祉センター4階会議室 参加者:活動推進委員5名、小山錦松会会長 内 容:「クラブ活動について相談」 ・小山地区自治会長が変わり、行事がほぼなくなった。 ・役員も会長含め2名しか集まらない。
		令和8年2月5日	④会 場:熱海市役所第3庁舎3階会議室 参加者:会員15名 内 容:「eスポーツ実践研修」 ・機器の接続や操作について講師を招いて学習した。 ・各クラブでのイベント等で今後活用していく。

【活動の様子】

熱海市老人クラブ連合会
連携事業「解散・休会」



シニアクラブ伊豆の国

○総人口 45,791人 ○65歳以上人口 15,796人 ○高齢化率 34.5%

○シニアクラブ会員数 1,309人 ○シニアクラブ加入率 8.3%

～シニアクラブ伊豆の国(市連合会)～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等（クラブ活動推進相談員を含む）で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他（ ）			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握（自治会数： 28 ）			
	☒ 管内加入率の把握（ 45.1%）			
	☐ その他（ ）			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数： 3)			
	☒ 会員加入目標の設定（会員数:40人）又は(加入率:%)			
	☐ その他（ ）			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	×	△	×
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	○
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	△	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供		△	
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:3地域 加入会員数:2人			
6 取り組んで良かった点	- 初めて参加した会員が地域内の未加入者にクラブの事業等を話し新規会員獲得につながった。 - 地域での広報活動の重要性を再確認できた。			
7 反省点	単位クラブの取り組みに格差があり今後の課題である。			

仲間づくり促進モデル事業実施記録(令和7年度)

組織名:シニアクラブ伊豆の国(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	(推進組織構成メンバー他) ・クラブ活動推進委員会:会長・相談員等5名 ・そば打ち体験会(2地域:江間地域と長岡地域) ・そば打ち講師 選定 ・3支部の新規会員目標設定
	実施事例	令和7年4月 令和7年5月 令和7年11月 令和8年1月	(推進組織構成メンバー他) ・クラブ活動推進委員会:会長 ・相談員等5名で毎月新会員数の確認実施=役員の意識格差が問題 ・単位クラブ目標設置 ・そば打ち体験会:江間地域、千代田公民館 ・そば打ち体験会:長岡地区、天野公民館
2 現状把握	計画	令和7年4月	・全51地区中23地区1,309人が入会 ・休会、退会への取組:3地区 (菰山:奈古区)(長岡:鳥打区)(大仁:星和区)
	実施事例	令和8年1月	・星和区(10/15,11/15の2回) 鳥打区(11/22の1回) 奈古区(12/15の1回)訪問:区長に面会
3 目標設定	計画	令和7年5月	・新規会員目標の設定(菰山:39名)(長岡:15名) (大仁:9名)
	実施事例	令和8年1月	・毎月の理事会にて進捗管理実施 = 1月31日現在 (菰山:14名)(長岡:27名)大仁(12名)
4 運 動	計画	令和7年4月	・3地区への訪問:区長に現状のクラブの説明を行う ・本部理事会にて進捗確認 ・そば打ち体験教室2地区にての会場確認
	実施事例	令和7年10月15日 令和7年11月15日 令和7年11月22日 令和7年11月6日 令和8年1月24日	・大仁地区(清和区)公民館=藤池氏訪問 (藤池氏にクラブの現状等説明 検討を依頼) ・長岡地区(鳥打区)公民館=植松区長訪問 (区役員会にクラブの現状を説明検討依頼) ・菰山地区(奈古谷区)公民館=鈴木区長訪問 (クラブの現状説明と入会の依頼) ・そばうち体験会 江間地区:千代田公民館(30名) ・そば打ち体験会 長岡地区:天野公民館(31名)

注:この表は、「仲間づくり推進チェック表」の実施明細として記録して下さい。

【活動の様子】



(第3種郵便物認可)

手打ちそばに挑戦

シニアクイ豆の国体験会に24人

シニアクイ豆の国(石川博文会長)は24日、そば打ち体験会を伊豆の国市の天野公民館で開いた。会員24人が参加し、講師の手ほどきを受けながら手打ちそば作りに挑戦した。

天野さわやかクラブそば部会のメンバー7人が指導した。参加者はそば粉に水を加えて、丁寧に練り上げた生地を麺棒で均等に延ばして包丁で切り、打ちたてのそばをゆでて味わった。



生地を麺棒で延ばす参加者＝伊豆の国市の天野公民館

シニアクラブ伊豆の国

○総人口 45,791人

○65歳以上人口 15,796人

○高齢化率 34.5%

○シニアクラブ会員数 1,309人

○シニアクラブ加入率 8.3%

～シニアクラブ伊豆の国(市連合会)～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	■ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	□ その他()			
2 現状把握	■ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:28区)			
	■ 管内加入率の把握 (45.1%)			
	■ その他()			
3 目標設定	■ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+3)			
	■ 会員加入目標の設定 (:50人)			
	□ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	△	△	
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	△	△	△
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 加入会員数:			
6 取り組んで良かった点	・未加入地域での取り組み方、進め方について勉強になった。 ・来季への取組予定が見えてきた。			
7 反省点	・取組の開始が遅かった ・3支部との連携が弱かった			

クラブ解散休会等再興支援モデル事業実施記録(令和7年度)

組織名:シニアクラブ伊豆の国(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針 と 組織づくり	計画	令和7年5月	(推進組織構成メンバー他) ・会長と菰山・長岡・大仁の3理事と協議 ・未加入地区28区の内本年は3地区を対象に活動する ・3支部目標設定⇒単ク別目標設定 ・女性部の再構築 ・カラーリング事業
	実施	令和7年5月	・3区長に主旨説明と訪問予定打合せ ・資格対象者への案内と説明会 ・3支部進捗状況は定例理事会で確認 ・(女性部再構築)本部女性理事にて方針確認 ・(カラーリング事業)講師と日程打合せ
2 現状把握	計画	令和7年5月	・現状:23クラブ 1,309人 ・対象者:地域全体51区 18,778人 ・(女性部の再構築)3支部に女性部の組織づくり ・(カラーリング事業)長岡支部にて日程打合せ
	実施	令和8年1月 令和8年2月17日	・3地区継続中 新会員53名(1/31現在) ・(女性部の再構築)2支部の組織構築 女性会員全体会の開催 ・(カラーリング事業)長岡支部にて3回実施
3 目標設定	計画	令和7年6月	菰山支部:目標39名 長岡支部:目標15名 大仁支部:目標 9名
	実施	令和8年1月	菰山支部:目標39名⇒実績14名 長岡支部:目標15名⇒実績27名 大仁支部:目標 9名⇒実績12名
4 運 動	計画	令和7年5月	・訪問予定3区長に主旨説明と訪問 ・3地区対象者への案内依頼 ・資格対象者への説明会 ・月次理事会にて目標進捗の確認 ・(女性部の再構築)3支部の女性部組織の構築 ・(カラーリング事業)長岡支部にて3回実施予定
	実施	令和7年9月17日 令和7年11月2日 令和7年12月10日	(大仁支部:星和区) ・星和区代表と電話打合せ ・クラブの現状説明と今後の面談打合せ11月2日で了解を頂く ・対象者10名と
		令和7年10月26日 令和7年11月15日	(長岡支部:鳥打区) ・区長と電話打合せ区定例会への参加依頼と説明会開催の依頼。 ・区定例会参加し趣旨説明と入会依頼を行う。
		令和7年10月25日 令和7年11月22日	(菰山支部:奈古谷地区) ・支部理事より区長へ面談を依頼 ・会長と支部理事にて区長と面談。区長より前に進めるとのお言葉を頂く
		令和7年5月12日 令和7年6月1日 令和7年9月24日	・(女性部の再構築)協議会の実施その後6/16, 7/12にも協議 令和8年2月17日 女性会員前大会を開催 ・定例理事会にて支部別目標身長状況を確認 ・(カラーリング事業)体験講習を長岡体育館にて開催 その後10/27, 11/27の2回開催。
		令和8年1月31日	・定例理事会にて支部別目標進捗状況確認 菰山支部:目標39名に対し実績 14名 長岡支部:目標15名に対し実績 27名 大仁支部:目標 9名に対し実績 12名

今回の活動の中で大きな一歩となった女性部再構築の様子

435

生かす
実現へい

本部部長に菊池さん

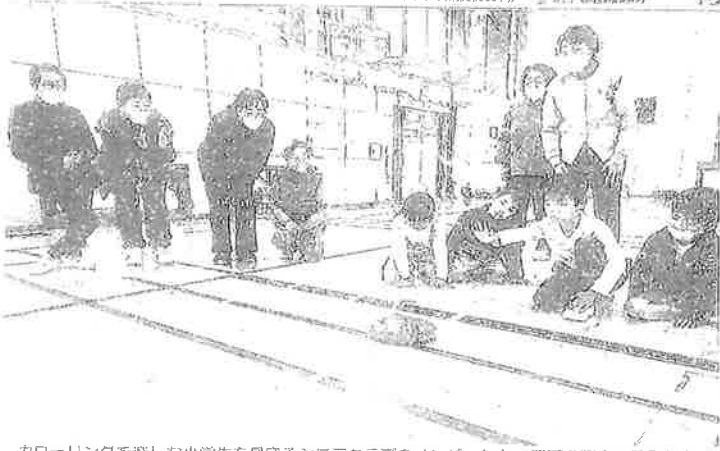
さつし性有 き華しのた夕を17なの

シニアクラブのくなく、自然消滅のよ

本部創部長 狩野
 子 〔山〕 餘未あつ
 子 〔山〕 新創部代 國
 〔山支部〕 支部長
 新創部と方 創支部
 〔山〕 狩野
 〔山支部〕 支部長
 新創部と方 創支部
 餘未あつ 創部相

記事は令和8年2月17日に開催された女性会員全体会議の様子ですが、年度内5月12日、6月16日、7/12日の3回の協議会を経ての開催です。女性部の皆さんの活躍に期待したい。

图 2-14 在 10 个数据文件中建立索引



カローリングを楽しむ小学生を見守るシニアクラブのメンバーたち＝伊豆の園市の観音北小

シニアクラブ 長岡と児童

「子どもたちか
をもらった」と
田中
いとうさん(2
「難しかったが
面白かった。ま
たい」と舌を弾

リングを楽しむ

子どもたちとカラーリングを楽しむ

御殿場市シニアクラブ連合会

○総人口 82,979人 ○65歳以上人口 22,273人 ○高齢化率 26.8%

○シニアクラブ会員数 3,202人 ○シニアクラブ加入率 14.4%

～御殿場市シニアクラブ連合会(市連合会)～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☐ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:10)			
	☐ 管内加入率の把握 () %			
	☐ その他()			
3 目標設定	☐ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:)			
	☒ 会員加入目標の設定 (4,000人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	×
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	×
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	×
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	×
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	×
	その他(課題把握のためのアンケート調査)			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 休会クラブ数:3 会員数:3,000 結果 202人減			
6 取り組んで良かった点	・未加入会員を誘って参加してもらった。昨年度までは「納涼映画上映会」を3年程実施してきたが、今年度は「納涼健康講座」を開催し、体操あり・演芸ありで、体験型の講演が聞けて喜んでもらった。			
7 反省点	・御殿場市文化協会など、市内にはシニアクラブ以外に、趣味の会などが多い為シニアクラブに加入しなくても、高齢期を生き生き過ごしています。と加入を断られてしまいます。しかし、シニアクラブは同じ地域に住む仲間が、繋がりがあって地域においてなくてはならない存在であることを強く発信したが、思うように共感してもらえない。 ・市長を訪問行政からの応援を依頼。地元FMラジオでの広報放送2回実施。地元広報紙、地元地方新聞への活動広報を実施するが加入希望は少ない。 ・連合会に加盟するより、地区高齢者同士仲良く活動をしていきたいと3クラブが休会する。			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ御殿場市(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	R7年4月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・評議員会:会長、副会長、活動推進相談員37名 ・毎月の定例会で、会員加入促進について確かめ合う
	実施 事例	R7年4月～R8年3月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・評議員会:会長、副会長6名、活動推進相談員37名、女性支部長5名 ・毎月の定例会で、会員加入促進について話をしてきた
2 現状把握	実施 事例	R7年4月	・現在の会員数の把握 3,202人
3 目標設定	計画	R7年4月	・会員加入目標の設定: 4,000人
	実施 事例	R8年3月	・現在のクラブ数、会員数の把握 39クラブ 3,000人
4 運 動 (経 過)	計画	R7年 5月	・市連グラウンドゴルフ大会の開催
		R7年 7月	・市連シニアクラブ大会の開催
		R7年 8月	・納涼健康講演会、市連親睦ペタボード大会の開催
		R7年 9月	・市連シニア作品展、市連ふれあい広場、市連輪投げ大会の開催
		R7年10月	・市連シニアスポーツ大会の開催
	実施 事例	R7年5月29日	・「市連グラウンドゴルフ大会」の開催 会 場:高根ふれあい広場 参加者:40チーム 約350名
		R7年7月16日	・「市連シニアクラブ大会」の開催 会 場:御殿場愛郷報徳会館 参加者:約600名(非会員10名) 内 容:白寿・米寿者のお祝い、役員功労賞表彰、芸能発表等
		令和7年8月12日	・納涼健康講演会「笑いと健康について楽しく学ぶ」の開催 会 場:御殿場市市民交流センター 参加者:約150名(非会員10名)
		令和7年8月26日	・「市連親睦ペタボード大会」の開催 会 場:御殿場市体育館 参加者:約300名(非会員10名)
	実施 事例	R7年9月9日～22日	・市連「シニア作品展」の開催 会 場:御殿場市体育館 出展者:50名
		令和7年9月27日	・「御殿場市ふれあい広場」の開催 会 場:御殿場市体育館 参加者:約 30名(非会員 10名)
		令和7年9月30日	・「市連輪投げ大会」の開催 会 場:御殿場市体育館 出展者:250名
		令和7年10月15日	・「市連スポーツ大会」の開催 会 場:御殿場市体育館 出展者:600名

御殿場市シニアクラブ連合会 会員加入促進事業

笑い与健康 講演会

大道芸人たつきゅうさんの ユーモアセラピー

笑いの効用に着目し、
大道芸人として培っ
た笑いの技術と、笑
いを取り入れた体操
「笑いヨガ」を融合
した、“笑いつばなし”
の
講演会をお楽しみに。



大道芸人「たつきゅうさん」

京大卒!! 異色の大道芸人として全国で活躍中
!!

令和7年 8月12日(火)

13:30～御殿場市市長講話

14:15～シニアコーラスひびき

14:30～笑い与健康講演



日 時

会 場

御殿場市民交流センター「ふじざくら」 1階交流ホール
@御殿場市萩原988-1

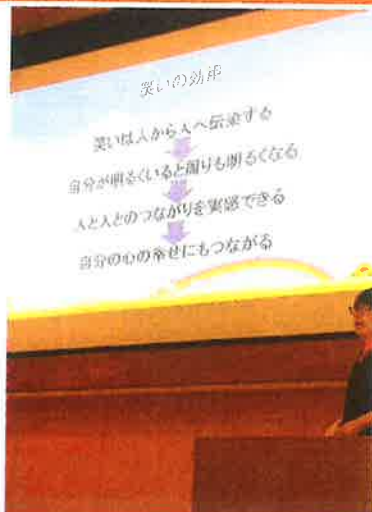
無料

参加費

どなたでも、自由に参加いただけます。
ご家族、お友達との参加もお待ちしております。

御殿場市シニアクラブ連合会

【事務局】御殿場市萩原988-1 御殿場市社会福祉協議会内
TEL 0550-89-2513 FAX 0550-89-5501



御殿場市シニアクラブ連合会

○総人口 82,979人 ○65歳以上人口 22,273人 ○高齢化率 26.8%

○シニアクラブ会員数 3,202人 ○シニアクラブ加入率 14.4%

～御殿場市シニアクラブ連合会 中山上白寿会～

様式5(2)＜単位クラブ用＞

仲間づくり推進事業チェック表(7年度)

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等で運動方針・実施内容を協議し、推進班を設置 (班長以下 人)			
	□ 全会員へ取組み内容(目標数を含む)を周知			
	□ その他()			
2 現状把握	□ 自治会や会員からの情報収集によるクラブ未加入者数の把握()			
	■ その他()			
3 目標設定	■ 会員加入目標の設定 (会員数: 41人、加入率 %)			
	□ その他()			
運 動 項 目		計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
4 運動内容	自治会等にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	×	×
	自治会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	サークル活動や講座等を積極的に企画(自治会と共催等)	○	○	○
	クラブ内での会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	×
	地域の公民館や公共的施設、商店等に入会案内チラシの配架を依頼	×	×	×
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	会員の配偶者が未加入の場合、積極的に入会又は行事参加を勧誘	○	○	×
	クラブ会報をクラブ未加入者へ提供	○	○	○
	地域内未加入者の意識調査(アンケート)	×	×	×
	その他(一人暮らし訪問)			
5 目標に対する実績	会員加入数:+2人 退会者:7人 最終会員数:36人 △5人			
6 取り組んで良かった点	・新しく加入に誘うと、役員にされてしまうから加入したくない、という方が多くいました。連合会に加入せず、クラブだけの活動をしていく方向で、縮小した活動にすることで、新会長を引き受けてくれる方をお願いすることができた。民生委員に会員になってもらい、活動を見守ってもらう。			
7 反省点	・新たな加入者は2名でしたが、現状の仲間の絆が深まりこれからの活動の方針について、確かめ合うことができた。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ御殿場市(中山上白寿会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	実施 事例	令和7年3月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・会長・副会長・女性部長・班長6名
2 現状把握	実施 事例		・現在の会員数 41人 ・中山上区は全体で250世帯。白寿会世帯数は 36世帯。
3 目標設定	実施 事例	令和8年1月	・会員加入目標の設定: 会員41人の現状から1割は増やしたい。
4 運 動 (経 過)	実施 事例	毎月15日 令和7年5月28日 令和7年5月29日 令和7年6月25日 令和7年7月13日 令和7年7月16日 令和7年7月23日 令和7年8月12日 令和7年8月27日 令和7年9月24日 令和7年9月30日 令和7年10月15日 令和7年10月23日 令和7年11月26日 令和7年12月23日 令和8年1月28日 令和8年2月25日 令和8年3月25日	・中山上神社清掃 ・定例会:誕生日会 参加者20人 ・市シニア連合会グラウンドゴルフ大会参加 参加者:10人 ・定例会:誕生日会 参加者17人 ・富士岡支部輪投げ大会参加 ・市シニアクラブ大会参加 ・定例会:誕生日会 中止 ・納涼健康講演「笑い与健康について楽しく学ぶ」 ・定例会:誕生日会 参加者25人 ・定例会:誕生日会 参加者20人 ・市シニア連合会輪投げ大会参加 ・市シニアクラブ大会参加 ・定例会:誕生日会 参加者22人 ・定例会:誕生日会 参加者25人 ・定例会:誕生日会 参加者19人 ・定例会:誕生日会 参加者21人 ・定例会:誕生日会 参加者20人 ・総会開催予定

【活動の様子】



地域福祉委員とシニアの合同脳トレ講習会



毎月の定例会・誕生日会



すこやか沼津

○総人口 184,563人

○65歳以上人口 60,762人

○高齢化率 32.9%

○シニアクラブ会員数 1,454人

○シニアクラブ加入率

2.4%

～すこやか沼津 我入道支部一本松壮寿会～

様式5(2)＜単位クラブ用＞

仲間づくり推進事業チェック表

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等で運動方針・実施内容を協議し、推進班を設置（班長以下14人）			
	■ 全会員へ取組み内容（目標数を含む）を周知			
	■ その他（ラジオ体操、輪投げ、空き地を借りての懇親会）			
2 現状把握	■ 自治会や会員からの情報収集によるクラブ未加入者数の把握（296人）			
	■ その他（現会員数63）			
3 目標設定	■ 会員加入目標の設定（会員数:10人）又は（加入率:10%）			
	□ その他（ ）			
運 動 項 目		計画の有無	取組みの有無	実施後の評価
4 運動内容	自治会等にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	サークル活動や講座等を積極的に企画（自治会と共催等）			
	クラブ内での会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域の公民館や公共的施設、商店等に入会案内チラシの配架を依頼	×	×	×
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	会員の配偶者が未加入の場合、積極的に入会又は行事参加を勧誘			
	クラブ会報をクラブ未加入者へ提供			
	地域内未加入者の意識調査（アンケート）			
	その他			
5 目標に対する実績	会員加入数:新規加入者5人 死亡会員7人 会員数:△2人			
6 取り組んで良かった点	・ラジオ体操、地区の啓発			
7 反省点	・老人会の改名			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:すこやか沼津(我入道支部一本松壮寿会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年5月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・会長・副会長3名、事務長 計5名で組織 ・地域(地区)自治会との連携を図りクラブ活動に親しみやすい環境の創出
	実施 事例	令和7年6月	・会員加入推進委員会の設置:会長、副会長3名、事務局、活動推進相談員 9名で組織 ・趣味活動・クラブへの体験入会や見学等クラブ活動へ親しみやすい環境作りの創出
2 現状把握	計画	令和7年6月	・自治会に依頼し現在の自治会会員数、年代別男女比、クラブ対象年齢会員数を調査 ・クラブ会員数の確認
	実施 事例	令和7年8月	・自治会内対象者数:296人、クラブ会員数63人 ・町内会に集会所が無く、壮寿会の会合の度に連合自治会館を有料で借用するため、現在の補助金では足りず自治会に補助金の増額を申し入れる。 ・自治会にラジオ体操、輪投げ、懇親会を開ける空き地探しについて相談する。
3 目標設定	計画	令和7年9月	・クラブ対象年齢を想定して新規加入者増人数目標を立てる10人
	実施 事例	令和7年10月 令和8年2月	・事業終了時の目標見直し ・残念ながら死亡会員が多く会員数:△2人
4 運動	実施 事例	令和7年10月	・輪投げ大会、ペタンク大会、グラウンドゴルフの練習等に非会員を誘う。 ・市連合会の行事や支部行事にも非会員を誘う
		令和7年10月	・自治会の紹介で活動場所として昼間空いている駐車場を利用させてもらうこととした。 ・ただし使用料がかかるため次年度から自治会補助金の増額を検討いただけることとなった。 ・今年度は、会員が7人死亡したことで、会員減となったが次年度は、既に3人の新規加入者が予定されている。

【活動の様子】

公園内清掃花植え作業



交通安全講習会



墓地清掃と地域の道路清掃活動



仲間づくり会議他



輪投げ練習とラジオ体操



お釈迦様法要



ペタンク練習風景



健康まつり



お精霊さん



グラウンドゴルフ大会



グラウンドゴルフ大会成績表

氏名	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	合計
山田 一郎	10	12	15	18	20	22	25	28	30	32	172
田中 二郎	11	13	16	19	21	23	26	29	31	33	178
佐藤 三郎	12	14	17	20	22	24	27	30	32	34	186
鈴木 四郎	13	15	18	21	23	25	28	31	33	35	194
高橋 五郎	14	16	19	22	24	26	29	32	34	36	202
中村 六郎	15	17	20	23	25	27	30	33	35	37	210
山本 七郎	16	18	21	24	26	28	31	34	36	38	218
佐々木 八郎	17	19	22	25	27	29	32	35	37	39	226
渡辺 九郎	18	20	23	26	28	30	33	36	38	40	234
小川 十郎	19	21	24	27	29	31	34	37	39	41	242
金田 十一郎	20	22	25	28	30	32	35	38	40	42	250
佐藤 十二郎	21	23	26	29	31	33	36	39	41	43	258
山田 十三郎	22	24	27	30	32	34	37	40	42	44	266
田中 十四郎	23	25	28	31	33	35	38	41	43	45	274
佐藤 十五郎	24	26	29	32	34	36	39	42	44	46	282
鈴木 十六郎	25	27	30	33	35	37	40	43	45	47	290
高橋 十七郎	26	28	31	34	36	38	41	44	46	48	298
中村 十八郎	27	29	32	35	37	39	42	45	47	49	306
山本 十九郎	28	30	33	36	38	40	43	46	48	50	314
佐々木 二十郎	29	31	34	37	39	41	44	47	49	51	322
渡辺 二十一郎	30	32	35	38	40	42	45	48	50	52	330
小川 二十二郎	31	33	36	39	41	43	46	49	51	53	338
金田 二十三郎	32	34	37	40	42	44	47	50	52	54	346
佐藤 二十四郎	33	35	38	41	43	45	48	51	53	55	354
山田 二十五郎	34	36	39	42	44	46	49	52	54	56	362
田中 二十六郎	35	37	40	43	45	47	50	53	55	57	370
佐藤 二十七郎	36	38	41	44	46	48	51	54	56	58	378
鈴木 二十八郎	37	39	42	45	47	49	52	55	57	59	386
高橋 二十九郎	38	40	43	46	48	50	53	56	58	60	394
中村 三十郎	39	41	44	47	49	51	54	57	59	61	402
山本 三十一郎	40	42	45	48	50	52	55	58	60	62	410
佐々木 三十二郎	41	43	46	49	51	53	56	59	61	63	418
渡辺 三十三郎	42	44	47	50	52	54	57	60	62	64	426
小川 三十四郎	43	45	48	51	53	55	58	61	63	65	434
金田 三十五郎	44	46	49	52	54	56	59	62	64	66	442
佐藤 三十六郎	45	47	50	53	55	57	60	63	65	67	450
山田 三十七郎	46	48	51	54	56	58	61	64	66	68	458
田中 三十八郎	47	49	52	55	57	59	62	65	67	69	466
佐藤 三十九郎	48	50	53	56	58	60	63	66	68	70	474
鈴木 四十郎	49	51	54	57	59	61	64	67	69	71	482
高橋 四十一郎	50	52	55	58	60	62	65	68	70	72	490
中村 四十二郎	51	53	56	59	61	63	66	69	71	73	498
山本 四十三郎	52	54	57	60	62	64	67	70	72	74	506
佐々木 四十四郎	53	55	58	61	63	65	68	71	73	75	514
渡辺 四十五郎	54	56	59	62	64	66	69	72	74	76	522
小川 四十六郎	55	57	60	63	65	67	70	73	75	77	530
金田 四十七郎	56	58	61	64	66	68	71	74	76	78	538
佐藤 四十八郎	57	59	62	65	67	69	72	75	77	79	546
山田 四十九郎	58	60	63	66	68	70	73	76	78	80	554
田中 五十郎	59	61	64	67	69	71	74	77	79	81	562
佐藤 五十一郎	60	62	65	68	70	72	75	78	80	82	570
鈴木 五十二郎	61	63	66	69	71	73	76	79	81	83	578
高橋 五十三郎	62	64	67	70	72	74	77	80	82	84	586
中村 五十四郎	63	65	68	71	73	75	78	81	83	85	594
山本 五十五郎	64	66	69	72	74	76	79	82	84	86	602
佐々木 五十六郎	65	67	70	73	75	77	80	83	85	87	610
渡辺 五十七郎	66	68	71	74	76	78	81	84	86	88	618
小川 五十八郎	67	69	72	75	77	79	82	85	87	89	626
金田 五十九郎	68	70	73	76	78	80	83	86	88	90	634
佐藤 六十郎	69	71	74	77	79	81	84	87	89	91	642
山田 六十一郎	70	72	75	78	80	82	85	88	90	92	650
田中 六十二郎	71	73	76	79	81	83	86	89	91	93	658
佐藤 六十三郎	72	74	77	80	82	84	87	90	92	94	666
鈴木 六十四郎	73	75	78	81	83	85	88	91	93	95	674
高橋 六十五郎	74	76	79	82	84	86	89	92	94	96	682
中村 六十六郎	75	77	80	83	85	87	90	93	95	97	690
山本 六十七郎	76	78	81	84	86	88	91	94	96	98	698
佐々木 六十八郎	77	79	82	85	87	89	92	95	97	99	706
渡辺 六十九郎	78	80	83	86	88	90	93	96	98	100	714
小川 七十郎	79	81	84	87	89	91	94	97	99	101	722
金田 七十一郎	80	82	85	88	90	92	95	98	100	102	730
佐藤 七十二郎	81	83	86	89	91	93	96	99	101	103	738
山田 七十三郎	82	84	87	90	92	94	97	100	102	104	746
田中 七十四郎	83	85	88	91	93	95	98	101	103	105	754
佐藤 七十五郎	84	86	89	92	94	96	99	102	104	106	762
鈴木 七十六郎	85	87	90	93	95	97	100	103	105	107	770
高橋 七十七郎	86	88	91	94	96	98	101	104	106	108	778
中村 七十八郎	87	89	92	95	97	99	102	105	107	109	786
山本 七十九郎	88	90	93	96	98	100	103	106	108	110	794
佐々木 八十郎	89	91	94	97	99	101	104	107	109	111	802
渡辺 八十一郎	90	92	95	98	100	102	105	108	110	112	810
小川 八十二郎	91	93	96	99	101	103	106	109	111	113	818
金田 八十三郎	92	94	97	100	102	104	107	110	112	114	826
佐藤 八十四郎	93	95	98	101	103	105	108	111	113	115	834
山田 八十五郎	94	96	99	102	104	106	109	112	114	116	842
田中 八十六郎	95	97	100	103	105	107	110	113	115	117	850
佐藤 八十七郎	96	98	101	104	106	108	111	114	116	118	858
鈴木 八十八郎	97	99	102	105	107	109	112	115	117	119	866
高橋 八十九郎	98	100	103	106	108	110	113	116	118	120	874
中村 九十郎	99	101	104	107	109	111	114	117	119	121	882
山本 九十一郎	100	102	105	108	110	112	115	118	120	122	890
佐々木 九十二郎	101	103	106	109	111	113	116	119	121	123	898
渡辺 九十三郎	102	104	107	110	112	114	117	120	122	124	906
小川 九十四郎	103	105	108	111	113	115	118	121	123	125	914
金田 九十五郎	104	106	109	112	114	116	119	122	124	126	922
佐藤 九十六郎	105	107	110	113	115	117	120	123	125	127	930
山田 九十七郎	106	108	111	114	116	118	121	124	126	128	938
田中 九十八郎	107	109	112	115	117	119	122	125	127	129	946
佐藤 九十九郎	108	110	113	116	118	120	123	126	128	130	954
鈴木 一百郎	109	111	114	117	119	121	124	127	129	131	962

お地藏さんお念仏



すこやか沼津

○総人口 184,563人

○65歳以上人口 60,762人

○高齢化率 32.9%

○シニアクラブ会員数 1,454人

○シニアクラブ加入率 2.4%

～すこやか沼津 下香貫支部～

仲間づくり推進事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等で運動方針・実施内容を協議			
	■ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	■ その他(自治会に実施内容を知らせる)			
2 現状把握	■ クラブ未設置自治会の把握(自治会数:12)			
	■ 管内加入率の把握(60%)			
	■ その他(各単クごとの65歳以上を対象)			
3 目標設定	■ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	■ 会員加入目標の設定(会員数:15人)(加入率:5%)			
	□ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	×
	自治会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地域にある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	×	×
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	×
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数: 5人			
6 取り組んで良かった点	・運動内容が未加入者に対して、少しずつ理解されてきているので、今後も継続して行なっていきたい。 ・社協に声掛けして懇親輪投げ大会に10名参加していただいたきシニアクラブへの理解と協力関係ができたので継続して行きたい。			
7 反省点	・単年度では実施内容の浸透が難しいので今後も継続して行きたい。 ・一度退会した自治会からはリーダーの成り手が出ないので非常に難しい。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:すこやか沼津(下香貫支部)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり		令和7年3月 9日 4月 2日 5月10日 7月10日 10月 2日	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・役員会(15名)にて県市町連携事業応募を決定する。 ・市連合会へ申込み ・役員会にて推進メンバー9名を選任 ・運動方針、実施内容を協議 ・懇親ペタンク大会の開催(5月) ・懇親グラウンドゴルフ大会の開催(7, 11月) ・懇親輪投げ大会の開催(8月) ・三世代輪投げ大会の開催(10月) ・日帰りバス旅行の開催(6月) ・連合自治会との行事に参加(11月) ・市連合会より県連からの連携事業決定通知があった旨、連絡いただく。 ・県連からの助成金を市連合会から頂く。
2 現状把握		令和7年6月10日 6月13日	・各単ク(7クラブ)ごとの現状報告を受ける。 ・実施内容の報告を受ける。 ・連合自治会・社会福祉協議会との打ち合わせを行う。
3 目標設定	計画	令和7年7月10日	・各クラブ新規加入会員数を5名以上とする。 ・懇親輪投げ・グラウンドゴルフ大会の参加人数を各クラブ5名以上とする。 ・懇親ペタンク大会の参加者人数を各クラブ3名以上とする。
4 運 動 (経 過)	実施 事例	令和7年5月26日 令和7年6月18日 令和7年6月23日 令和7年6月26日 令和7年8月27日 令和7年11月15日 令和7年11月28日	・「懇親ペタンク大会」の開催 会 場:中瀬長市民運動場 参加者:18チーム 58名(記録係を含む) 成 績:優勝 西村町A 準優勝 西村町C 3位 香貫が丘 ・千本プラザ主催の「七夕交流会」に参加 会 場:千本プラザ 多目的ホール 参加者:24名 内 容:霊山保育園園児23名との交流会 ・「懇親グラウンドゴルフ大会」の開催 会 場:中瀬町市民運動場 参加者:40名(記録係を含む) 成 績:優勝 山下克己 準優勝 眞野幸子 3位 山田勉 ・「日帰りバス旅行」の開催 旅行先:蒲郡オレンジパーク メロン狩り等 参加者:33名 内 容:シニアクラブ主催ウォーキング大会 ・「懇親輪投げ大会」の開催 会 場:第三地区センター 参加者:三世代の部(小学生2名父母及び祖父母2名以内シニア1名以上) 7チーム 一般の部 11チーム 計100名(記録係、応援者含む) 成 績:三世代の部 優勝 香貫が丘A 準優勝 東桃郷B 3位 香貫が丘B 一般の部 優勝 西村町A 準優勝 絆の会A 3位 東桃郷A ・下香貫連合自治会主催の「第2回ゆるーり恐竜まつり」への参加 会 場:第三中学校 グランド 参加者:5名(受付、ポップコーン担当として) ・「懇親グラウンドゴルフ大会」の開催 会 場:中瀬町市民運動場 参加者:35名(記録係を含む) 成 績:優勝 和田守良 準優勝 鈴木芳正 3位 高橋春子

【活動の様子】

① 懇親ペタンク大会 5月26日（月） 中瀬町市民運動場



② 懇親グラウンドゴルフ大会 6月23日（月） 中瀬町市民運動場



懇親グラウンドゴルフ大会 11月28日（金） 中瀬町市民運動場



③ 懇親輪投げ大会 8月27日（水） 第三地区センター



④ 三世代輪投げ大会 10月 4日（土） 第三地区センター



すこやか沼津

○総人口 184,563人

○65歳以上人口 60,762人

○高齢化率 32.9%

○シニアクラブ会員数 1,454人

○シニアクラブ加入率

2.4%

～すこやか沼津 愛鷹支部 赤坂凌社会～

仲間づくり推進事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☒ その他(赤坂サロンへの協力要請)			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:20)			
	☒ 管内加入率の把握 (16%)			
	☐ その他()			
3 目標設定	☐ クラブ新設・再興目標の設定()			
	☒ 会員加入目標の設定 (会員数 :5人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	×
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	○
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	×	×	×
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他			
5 目標に対する実績	加入会員数:3人			
6 取り組んで良かった点	・自治会内での仲間づくりに参加者が多かった。			
7 反省点	・まだまだ自宅から外出しない高齢者が多く、戸別訪問の必要性を感じた。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:すこやか沼津(愛鷹支部赤坂凌社会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり		令和7年4月9日	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・赤坂自治会 社協福祉委員1名 赤坂サロン 4名 シニアクラブ 4名
2 現状把握		令和7年4月9日	・現在自治会内居住の65才以上の住民は38% 内、シニアクラブ加入率は7%
3 目標設定		令和7年4月9日	・会員加入目標の設定:新規加入者5名
4 運 動 (経 過)	実施 事例	令和7年4月19日 令和7年4月26日 令和7年5月16日 令和7年7月11日 令和7年9月13日 令和7年10月29日 令和7年12月13日 令和7年12月29日 令和8年1月17日 令和8年2月3日	・「紙バンドの手提げカゴづくり」1回目開催 会場:赤坂公会堂 参加者16名 ・「紙バンドの手提げカゴづくり」2回目開催 会場:赤坂公会堂 参加者16名 ・ノルディックウォーク開催 コース:千本浜公園周辺 赤坂公会堂前集合 参加者17名 ・「救急介護」講座の開催 講 師:駿東伊豆消防本部 会 場:赤坂公会堂 参加者18名 ・「赤坂敬老会」の開催 ・プログラム:赤坂大正琴愛好会の演奏と合唱 青木敏堂 先生 尺八演奏 会 場:赤坂公会堂 参加者24名 ・「セルフ・ケア」講座の開催 講 師:渡邊 先生(沼津市鍼灸マッサージ協会) 会 場:赤坂公会堂 参加者15名 ・「クリスマスツリー制作」開催 松ぼっくりを使つてのクリスマスツリーの制作(お子様のしゃんかも歓迎) 会 場:赤坂公会堂 参加者18名 ・「お正月のお花」 お茉莉奈の先生が丁寧に教えてくれます 会 場:赤坂公会堂 参加者24名 ・「新春赤坂寄席」の開催 昨年に引き続きの開催(チンドン芸、演芸、落語) 会 場:赤坂公会堂 参加者26名 ・「紙バンドでポシェットづくり」開催予定 会場:赤坂公会堂



赤坂自治会の皆様
今回は紙バンドで可愛い
ポシェットづくりです



赤坂公会堂にて
 令和8年2月3日(火) 9時

持ち物 はさみ・ボンド・せんたくばさみ
 (用意のない方はこちらで用意します)

赤坂凌社会とボランティアの皆様

【活動の様子】

「紙バンドでの手提げカゴづくり」



「ノルディックウォーク」



「救急介護」講座



「赤坂敬老会」



「セルフ・ケア」講座

「クリスマスツリー制作」



「お正月のお花」

「新春赤坂寄席」



すこやか沼津

○総人口 184,563人

○65歳以上人口 60,762人

○高齢化率 32.9%

○シニアクラブ会員数 1,454人

○シニアクラブ加入率

2.4%

～すこやか沼津 大平支部～

仲間づくり推進事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議し推進班を設置(班長以下5人)			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握			
	☒ 管内加入率の把握 (未加入60%)			
	☒ その他(各単ク70才以上対象)			
3 目標設定	☐ クラブ新設・再興目標の設定()			
	☒ 会員加入目標の設定 (20人)(加入率10%)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	○
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	×
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	×	×
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	地域内未加入者の意識調査(アンケート調査)	○	×	×
	その他			
5 目標に対する実績	加入会員数: 2人			
6 取り組んで良かった点	・自治会のイベントに積極的に参加			
7 反省点	・加入促進、声掛けが行き届かなかった。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:すこやか沼津(大平支部)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	月1回理事会開催	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・理事会:(会長、副会長、女性部長、単ク会長、顧問) 理事会決定の行事は各担当者が取りまとめ理事会承認を得て実施。 (担当者の要望による会議アリ)
2 運 動 (経 過)	実施 事例	毎月2回実施 令和7年6月18日 令和7年6月30日 令和7年8月19日 令和7年9月28日 令和7年11月7日 令和7年11月8日 令和7年12月10日 令和8年2月	・グラウンドゴルフ促進会の開催(練習会は毎月2回:参加自由) 非会員も参加希望があれば自由に参加可能 年2回開催の大会への参加も可。 前期大会(第1回大老連GG大会):令和7年7月12日 参加者19名 後期大会(第2回大老連GG大会):令和8年2月21日 開催予定 ・ウオーキングと工場見学の開催 ヤクルトの工場見学と楽寿園散策 参加者24名 ・「大平こども園交流会」の開催 園児と風車づくりを楽しむ。 参加者24名 ・「老後対策について」講座開催 会場:香貫包括支援センター 老後対策は私たち高齢者にとって重要な課題であり大変参考になった。 参加者27名 ・「大平健康スポーツ祭」への参加 スポーツを通じての仲間づくり、体力増強を図る 参加者6名 スと捉え、非会員の加入を図る。 ・「秋のバス旅行」の開催 行 先:小田原方面 仲間との親睦づくり 参加者32名 ・「大平コミュニティ祭」キッズ・コーナーへの参加 地域の皆さんとの世代間交流を図る 参加者20名 ・「大平こども園交流会」の開催 園児と昔あそびを楽しむ。 参加者21名 ・「大老連輪投げ大会」、「後期グラウンドゴルフ大会」の開催を予定
活動総括			・本年度は猛暑に見舞われ熱中症が心配される中、十分な水分補給等の対策を取りながらの活動となりました。 活動を続けることで、仲間同士の親睦・体力強化・認知症予防に役立ちました。 ・今後も各種行事に参加する事で健康維持をするとともに、非会員の方にも気軽に参加いただけるような環境づくりをしていくつもりです。

【活動の様子】

令和7年6月18日
三島楽寿園にて散策昼
食後、裾野ヤクルト工
場見学
24名



令和7年6月30日
大平こども園と交流会
園児40名
おじいちゃん、おばあ
ちゃんと作って遊ぼう
指導者土屋さんのアイ
ディア作品かざるま
等を一緒に作り楽しみ
ました。
参加者24名



令和7年7月12日
大老連グランドゴルフ
大会 (前期)
19名
会員相互の親睦と交流
の目的



令和7年8月19日
健康講座
参加者27名
講師 沼津かめき包括
センター、鳴原センター
長
内容
介護保険制度
健康体操
頭の体操



令和7年11月7日
32参加
秋の小田原方面バス旅行
箱根生物博物館見学



令和7年11月10日
大平コミ祭りに参加
おばあちゃんコーラス
部出演
出演者17名
練習不足でしたがみんな
頑張りました。
子供用ギッズコーナーで
は大人も一緒にたのし
んでいました



令和7年12月10日
園児と昔の遊び交流会
参加者21名
竹馬、はねつき、おて
だま、あやとり等を記
憶をたどりながらの指
導です



ふじさんシニアクラブ富士宮

○総人口 126,348人

○65歳以上人口 39,267人

○高齢化率 31.1%

○シニアクラブ会員数 1,844人

○シニアクラブ加入率

4.7%

～ふじさんシニアクラブ富士宮(市連合会)～

仲間づくり推進事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☐ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☒ その他(交通手段の希薄さによるイベント参加者減少の対策としての環境整備。趣味活動を通じての加入促進。)			
2 現状把握	☐ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:)			
	☐ 管内加入率の把握 ()			
	☒ その他(イベント不参加の要因に移動手段が無いとの声が多い。)			
3 目標設定	☐ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:)			
	☐ 会員加入目標の設定 (各単位クラブ :人)			
	☒ その他(加入促進の対策を強化することで入りやすいクラブ環境の実現)			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	×	×
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	×	×
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	×	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 加入会員数:			
6 取り組んで良かった点	・タクシー代補助制度を設けることで、イベント参加につながり会員の閉じこもりを防ぐことが出来た。 ・趣味クラブ活動により他クラブ会員との交流が深まった。			
7 反省点	・タクシー代補助制度の周知を図り、イベントへの参加を促したい。 ・趣味活動については会員の声を聴き、関心を持っていただける活動に幅を広げ、仲間づくり、加入促進に繋げたい。 ・会員がシニアクラブの課題を共有し、クラブ活動が良好に継続して行く仕組み作りが必要です。 ・趣味活動を通しての会員増を狙ったが、新規加入には至らなかった。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:ふじさんシニアクラブ富士宮(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	・常任理事、クラブ活推進相談員を中心として計画 ・地区社協、自治会等のイベントに参画し、クラブ活動を見ていただく、体験 していただきクラブ加入への意識づけを計画。
	実施 事例	令和7年5月 令和7年8月 令和7年10・11月	・グラウンド・ゴルフ大会 ・輪投げ大会 ・干支づくり講座
2 現状把握	計画	令和8年1月	・単位クラブ新規立上げを検討している地区があったため、近隣の単位クラブ 役員、事務局が、立上げに向け打合せを行う。
	実施 事例	令和8年2月	・新規立上げ検討中の近隣の単ク役員、事務局が、立上げに向け「立上げ、 活動に対する不安等」を具体的に聴き取りを行い、不安解消できるよう説明 を行った。 【その他】単位クラブ会長の世代交替により、クラブ活動が活性化し、イベント への参加者増となり会員増に繋がった。
3 目標設定	計画	令和8年2月	・令和8年4月に新規クラブ発足を目標。
	実施 事例	令和8年2月	・令和8年4月まで立上げ支援を行う。
4 運 動 (経 過)	計画	令和7年5月 令和7年8月 令和7年10・11月	・ラウンド・ゴルフ大会 会場:外神スポーツ広場 ・輪投げ大会 会場:富士宮市立体育館 ・干支づくり講座 会場:富士宮市総合福祉会館
		令和7年5月16日(金)	・グラウンドゴルフ大会の開催 会場:外神スポーツ広場 単位クラブ内で、体調に配慮しながら大会を楽しむことができた。体育部会 役員を中心に、自主的な運営を行い役員同志、会員同志の交流を深めるこ うができた。
	実施 事例	令和7年8月22日(金)	・輪投げ大会 □ 会場:富士宮市立体育館 他の単位クラブと協力し合い、ゲームを進めることができた。 女性部によるレクレーションダンスの披露があり、単位クラブの活動のみで はない活動場面を知る機会の創出となった。
		令和7年10・11月	・干支づくり講座 会場:総合福祉会館 12月開催の文化祭展示に向け、干支(馬)の手編みを作成。会員ではない 方も参加し講師を囲み、皆で会話を楽しみながら作製。 シニアクラブの様々な活動、参加形態を知ってもらうことにより、加入への不安 を軽減することができた。

仲間づくり促進モデル事業 活動写真

グラウンドゴルフ大会



輪投げ大会



干支づくり講座



ふじさんシニアクラブ富士宮

○総人口 126,348人 ○65歳以上人口 39,267人 ○高齢化率 31.1%

○シニアクラブ会員数 1,844人 ○シニアクラブ加入率 4.7%

～ふじさんシニアクラブ富士宮(市連合会 活動推進相談員)～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☐ クラブ未設置自治会の把握 ()			
	☐ 管内加入率の把握 ()			
	☒ その他(クラブ立上げに前向きな地区の情報を得て支部長を中心に加入を呼び掛け)			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	☒ 会員加入目標の設定 (各単位クラブ :30人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	○
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 加入会員数:			
6 取り組んで良かった点	・グラウンドゴルフ大会や輪投げ大会に準会員として参加していたクラブが連合会加入に向け具体的な行動を開始した。支部長をはじめ事務局も同行し、立上げに向けた協議を行った。 ・次年度当初より、立上げが見込まれる。 また、移動手段の確保が困難で大会参加等への参加が難しかったクラブに対して、送迎補助制度を適用することで参加を即すことが出来た。			
7 反省点	・次年度以降、複数のクラブの解散・休会が見込まれている。 解散・休会を検討しているクラブの中には、FSCグラウンドゴルフ大会準優勝・県大会出場の実績を持つクラブも含まれている。 現在、支部長をはじめ事務局も同行し、活動の継続が可能な協議を重ねている。			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和 7年度)

組織名: ふじさんシニアクラブ富士宮(市連合会 活動推進相談員)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	(推進組織構成メンバー他) ・常任理事で構成 ・グラウンド・ゴルフ大会や輪投げ大会、ウォーキング、文化祭等準会員として参加を呼びかける。
	実施事例	令和7年5月 令和7年8月 令和7年10月 令和7年12月 令和8年1月	・グラウンド・ゴルフ大会 ・輪投げ大会 ・ウォーキング大会 ・文化祭の開催 ・初詣旅行の開催
2 現状把握	計画	令和7年4月	・現在の会員数や地域(地区)での対象人数の把握
	実施事例	令和7年4月	・現在のクラブ数、会員数の把握: 42クラブ 1,784人 ・地区での対象人数の把握: 市内全域 47,363人
3 目標設定	計画	令和7年4月	・各種行事に準会員として参加いただく
	実施事例	令和8年2月	・令和7年度 準会員参加者総数は100人であった
4 運 動 (経 過)	実施事例	・令和5年から令和7年にかけての動き	・昨年度よりシニアクラブの立ち上げに向けた活動を行っている地区において、クラブの組織化に向けた取り組みを進めてきたが、代表者の体調不良により、昨年度は立ち上げには至らなかった。今年度も代表者の体調に留意しつつ、支部長等と連携し、引き続き立ち上げに向けた準備を進める方針としたものの、体調の回復には至らず、クラブの立ち上げは実現しなかった。今後については、新たな代表者の選出も視野に入れながら、関係者との協議を重ね、選択肢を広げた形で組織化を検討していく。
		令和8年2月	・グラウンドゴルフ大会や投げ大会に準会員として参加しているクラブに対し、支部長がシニアクラブ立ち上げに向けた働きかけを行い、立ち上げに向けた話し合いを行うことができた。今後は、区長等も交えた話し合いを再度予定しており、クラブ立ち上げに向けた準備が進められている。次年度当初より、立ち上げが見込まれている。

クラブ解散休会等再興支援モデル事業 活動写真

グラウンドゴルフ大会



輪投げ大会



シニアクラブ文化祭



シニアクラブ南伊豆

○総人口 7,259人

○65歳以上人口 3,534人

○高齢化率 48.7%

～シニアクラブ南伊豆（町連合会）～

仲間づくり推進事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:14)			
	☐ 管内加入率の把握 ()			
	☐ その他()			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	☒ 会員加入目標の設定 (各単位クラブ :50人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他(課題把握のためのアンケート調査)			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 0 加入会員数: 約20人			
6 取り組んで良かった点	・各種のクラブ活動に会員以外の方にも参加を呼びかけ、加入促進につながった。また、広報紙を作成し全戸配布を行い、クラブ活動を伝える良い機会となった。			
7 反省点	・小規模な自治会単位クラブでは役員のなり手がなかったり、人数が少ないためクラブ活動が維持できない状況にあり、複数の地区で合流していかないと運営が難しいが、地区をまたぐ場合、自治会の理解が得るのが難しい			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ南伊豆(町連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	R 7年4月	(推進組織構成メンバー他) ・連合会本部役員8名で令和7年度の会員加入促の方針を検討。
	実施 事例	令和7年4月	・令和7年度は各種大会に未組織地区または会員以外の参加も広く呼びかけ、会員加入促進を進めることを決定。
2 現状把握	計画	R 7年4月	・現在のクラブ数:16 会員数:402人
	実施 事例	令和7年5月	・前年度末に会員数92名の大規模な単位クラブが解散したため、活動の継続を希望する方を把握し、自治会長、民生委員を役員が訪問し協議
3 目標設定		令和7年5月	・輪投げ大会。グラウンドゴルフ大云(年2回) スポーツ大会・老人福祉大会への会員以外への参加を呼びかける。
4 運 動 (経 過)	実施 事例	令和7年5月	・解散した地区の活動希望者を他地区の単位クラブで受け入れ。
		令和7年7月4日	・輪投げ大会168名参加内会員以外9名
		令和7年9月26日	・グラウンドゴルフ大会88名参加内会員以外6名
		令和7年10月17日	・スポーツ大会170名参加内会員以外11名
		令和7年11月11日	・老人福祉大会190名参加会員以外10名参加
		令和7年11月28日	・本部役員・若手委員で広報紙「みなみろうれんだより」発行のための協議
		令和8年2月15日	・広報紙「みなみろうれんだより」町内全戸配布
		令和8年2月17日	・グラウンドゴルフ大会84名参加内会員以外6名

みなみろうれんだより

第14号 春

～みなみろうれんだより 発刊にあたって～

「自らの生活向上に努める意欲を持とう」

「敬老の日」と「老人の日」があります。この違いを調べてみましたところ、その違いに驚きました。「敬老の日」とは、国民祝日法により9月の第三月曜日で「老人を敬愛し、長寿を祝う」と規定され、高齢者は皆から敬愛され長寿を祝福される日のようです。一方、「老人の日」は9月15日で、老人福祉法で「老人に対し、自らの生活の向上に努める意欲を促す」と規定され、老人に対し自助努力を求めているようです。つまり長寿と敬愛を糧に自助の精神で、生活向上に意欲をもって生きようと言っているのです。

我が町の人口構成は、世界一の長寿国日本のさらに30年先を窺うような超高齢社会となっています。

このようなことから、高齢者としていろいろな尽くしを受けるだけでなく、自助の精神をもって生活の向上に、そして地域の貢献に努め、地域に親しまれる老人クラブにしていきたいと考えています。



シニアクラブ南伊豆（南伊豆町老人クラブ連合会） 会長 渡辺 力

～『シニアクラブ手石わしず会』の活動紹介～

老人クラブに加入することに関し、自身はフレイル（加齢により心身が衰え健康と要介護の間にある状態）を自覚しつつも抵抗感があり、躊躇する人が多いと聞く。「老人」との言葉に自身はまだ老人ではない、若い者には負けたくないという気持ちが強いことも大きなことと思ったりはしますが……。しかし、老人クラブに入って交流する中で、フレイルの進行防止に少しは役立っているような気がするこの頃である。

今年度の秋がクラブの活動は、町老連主催の輪投げ大会、スポーツ大会、グラウンドゴルフ大会、演芸大会への参加に加え、独自事業としてリンゴ体操お茶会、日帰りバス旅行、そして新たに脳トレを兼ねた川柳教室を開催しています。年末には町老連役員との地区研修会を開催し、ピンゴ、川柳教室、カラオケなどで交流を深めました。

老人クラブ活動は、気持ちを活性化させ、体力維持、フレイル防止に効果があると確信することから、一層の加入促進に努めていきたいと考えています。



グラウンドゴルフ交流親善大会

7月22日、青野川ふるさと公園において、シニアクラブ河津との第3回グラウンドゴルフ交流親善大会を開催しました。

南伊豆は予選会選抜で、河津は地区別選抜で各30名、計60名が参加の大会になり、結果は南伊豆の3連覇となりました。

グラウンドゴルフは老人クラブ活動の中で最も人気のあるスポーツで、町の大会を年2回、河津との交流親善大会、女性部主催の初級者教室なども実施しました。



女性リーダー研修会

10月28日、町のバスを利用した女性リーダー研修会を開催しました。各支部から女性部長など23名が参加し、相互の交流と組織の充実強化に努めました。

バスの中で、シルバー川柳など笑い、リラックスした後、河津バガテル公園へ。満開の秋バラの色彩と香りの中を敬愛し、ペンチで女性部活動の新年度計画が話題となり、多くのアイデアが提案されました。終始笑いの絶えない研修会となり、新たな信頼関係が育まれました。

老人福祉大会

11月11日、旧南崎こども園体育館において第62回老人福祉大会を開催しました。式典部門では役員表彰を3名、85歳表彰を9名が授賞しました。

今回は町制70周年記念大会として、Eスポーツコーナーを設けたり、ものまね芸人の、そのまんま美川さんのショーも披露された他、各地区から選出された29組の出演者が歌や踊りを披露し、笑顔と歓声に包まれた楽しい大会となりました。



老人八訓

- ①よくよく生活に満足する（生活）
- ②よくよく心身が衰え（健康）
- ③よくよく心身が衰え（健康）
- ④よくよく心身が衰え（健康）
- ⑤よくよく心身が衰え（健康）
- ⑥よくよく心身が衰え（健康）
- ⑦よくよく心身が衰え（健康）
- ⑧よくよく心身が衰え（健康）



シニアクラブ長泉

○総人口 43,480人

○65歳以上人口 9,791人

○高齢化率 22.5%

○シニアクラブ会員数 965人

○シニアクラブ加入率 9.9%

～シニアクラブ長泉 町連合会～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☒ その他(プラスワン委員会の活動会員増強に関する提言のまとめ)			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数: 44地区うち未設置20地区) クラブ設置可能地区2地区			
	☒ 管内加入率の把握 (8.4%)			
	☐ その他(%)			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:1)			
	☐ 会員加入目標の設定 (各単位クラブ :人)			
	☒ その他(プラスワン委員会の提言の推進)			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	×	/
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	×	×	/
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他(町主催:くすのき学級入会者への案内)	○	○	○
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数: 加入率:変動なし			
6 取り組んで良かった点	・シニアクラブ長泉のHPや入会案内チラシにより一定数の新規入会希望者があった。 ・未入会の地域住民は声掛けを待っているだけでなく、入会方法が分からない、入会機会のないケースもあることが判明しており、積極的な声掛け、広報が効果的であることが判明している。			
7 反省点	・HPやシニアクラブ長泉だよりの発行等によって情報の交換はされたが、会員増強の取り組み自体は、プラスワン委員の健康ウォーキング事業と提言のとりまとめのみとなった。今後の話し合いを進めていく上での材料としていきたい。			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和7年度)□

組織名:シニアクラブ長泉 町連合会

仲間づくり推進 チェック表項目	年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	R7.6月	・シニアクラブ長泉理事(参加者:各単位クラブ会長) ・プラスワン委員会(各クラブ1名) ・プラスワン委員会からの提言の周知(会員増強活動)
2 現状把握	R7.4月	・令和6年4月1日 現在と前年の会員数の比較
3 目標設定	R7.4月	・プラスワン委員会の提言のみです内的な目標は設置していない
4 運 動	R.7年4月～ R.8年2月	・シニアクラブ長泉総会(4月) プラスワン委員会の提言発表 ・プラスワン委員会の開催(年3回)6, 12, 3月 健康ウォーキング事業(10月) ・広報活動 ①広報:シニアクラブ長泉だよりの町内委回覧(年2回)7,1月 ②広報折込チラシの全会員配布(令和7年2月) ③シニアクラブ長泉だより紹介冊子の作成 ④シニアクラブ長泉ホームページの活用 ・その他 町主催くすのき学級の受付にてシニアクラブ長泉だよりを配布予定

注:この表は、「仲間づくり推進チェック表」の実施明細として記録して下さい。

さわやかクラブやいづ連合会

○総人口 134,668人

○65歳以上人口 41,122人

○高齢化率 30.5%

○シニアクラブ会員数 670人

○シニアクラブ加入率 1.6%

～さわやかクラブやいづ連合会（市連合会）～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:15)			
	☒ 管内加入率の把握 (1.6%)			
	☒ その他(大富地区、大村地区、大井川地区に休会クラブがある)			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	☒ 会員加入目標の設定 (20人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	△	△	△
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	△	△	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	△	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他()			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数:+10人			
6 取り組んで良かった点	・大井川支部と直結クラブにグラウンドゴルフを主とする活動グループの委員会を組織した。 ・日頃、本部行事への参加が無い直結グループであったが、GG大会参加を機に、他の本部行事へも参積極的に加してくれるようになったことは、大変うれしく思います。			
7 反省点	・大井川地区の休会クラブや非会員の参加が無かったことは残念です。 ・参加者が固定化してしまうので、何とか新しい参加者が参加できる取り組みをしたい。			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和 7年度)

組織名:さわやかクラブやいづ連合会(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	実施 事例	令和7年9月	(推進組織構成メンバー他) ・三役、理事、若手、女性委員にて構成
2 現状把握	実施 事例	令和7年10月	・各単老でグランドゴルフを行っている人数は異なるが今回、直結クラブの内 6グループが趣味クラブとして参加した。
3 目標設定	実施 事例	令和8年2月	・事業終了時の結果: 新規会員20人
4 運 動 (経 過)	実施 事例	令和7年9月2日 令和7年10月7日 令和7年11月21日	・三役・理事で担当者を決める話し合い行う ・グランドゴルフを主として活動するグループと連携をとりあい会場予約、参加 者集め、スコア表等作成他事業にかかわるほぼ全般を協力して進める。 ・会 場:石津浜海岸公園(グランドゴルフ場) ・参加者:120名 ・内 容:非会員の参加を促すよう話をしたが今年は参加が無く残念であった が、ほぼすべての単位クラブの参加が有り日頃クラブの近くの公園 でのプレイとは違いリフレッシュ出来、他グループとの交流を図れた のではないと思う。昨年新たに直結クラブに入会したグループが 今回のGG参加を機に連合会の他事業にも積極的に参加するよう になった。又、GG未経験で様子を見に来ていた会員もあり、来年 は練習して是非グループで参加したいと話していたのが嬉しかった。

【活動の様子】



さわやかクラブやいづ連合会

○総人口 134,668人

○65歳以上人口 41,122人

○高齢化率 30.5%

○シニアクラブ会員数 670人

○シニアクラブ加入率 1.6%

～さわやかクラブやいづ連合会（市連合会）～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:15)			
	☒ 管内加入率の把握 (1.6%)			
	☒ その他(大富・大村・大井川地区に休会クラブがある)			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	☒ 会員加入目標の設定 (30人)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	△	△	△
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	△	△	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	△	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	△	△
	その他()			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 加入会員数: 15名			
6 取り組んで良かった点	・全クラブが大会に参加。 ・会員・役員が一丸となり会場設営・運営等準備を進め会員同士の結束を深めることが出来た。 ・目標数字には達しなかったが直結クラブで輪投げに力を入れているグループが会員を少しずつ増やし、輪投げ以外の行事にも積極的に参加するようになった。			
7 反省点	・残念ながら今回も大井川地区クラブの参加を実現できなかったことは残念です。 ・次年度は、是非参加を実現させたい。			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和 7年度)

組織名:さわやかクラブやいづ連合会(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	実施 事例	令和7年4月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・三役・理事・若手・女性委員の約20名で構成
2 現状把握	実施 事例	令和7年5月	・26チーム参加で補欠を入れると総勢約180名
3 目標設定	実施 事例	令和8年2月	・会員加入目標の設定:30名
4 運 動 (経 過)	実施 事例	令和7年3月21日 令和7年4月1日 令和7年5月7日 令和7年6月20日	・焼津市総合体育館打合せ ・役員選考等(配置、目標決め等、その他) ・参加チームを募集、組合せ・役員打合せ ・会 場:焼津市総合体育館(メインアリーナ) 時 間:10:00~12:00 参加者:180名 内 容:今回は昨年より6チーム増え26チームが参加し補欠も含めると 約180名の参加があった。 昨年度から加入した直結クラブのげんき会が会員を増やし参 加、団体戦では準優勝と好成績を上げ個人の部でも優勝を納 めた。 試合後も新規会員ができたと報告があった。

【活動の様子】



シニアクラブ掛川

○総人口 114,678人 ○65歳以上人口 33,050人 ○高齢化率 28.8%

○シニアクラブ会員数 3,497人 ○シニアクラブ加入率 10.6%

～シニアクラブ掛川 掛川支部～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等(クラブ活動推進相談員・若手委員)で方針・実施内容を協議			
	■ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	■ その他()			
2 現状把握	■ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:120)			
	□ 管内加入率の把握 (%)			
	■ その他()			
3 目標設定	□ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:)			
	■ 会員加入目標の設定 (会員数: 90人) 又は(加入率: %)			
	□ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	△
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	△	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	△	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	△
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 加入会員数:72人			
6 取り組んで良かった点	・地域内でのクラブ活動や支部主催事業に参加いただき、シニアクラブの活動を知っていただく良い機会になった。			
7 反省点	・活動、事業に参加いただいた未加入者に積極的な加入勧誘が出来なかった。			

仲間づくり促進モデル事業実施記録(令和7年度)

組織名:シニアクラブ掛川 大東支部

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり		R7.4	(推進組織構成メンバー他) ・活動推進委員5名、地区代表若手委員6名、会長、理事、 単位クラブ会長29名 ・今年度も、活動推進相談員と地区代表若手委員が合同で、新 規会員のお加入促進活動の事業計画及び実施を行うことに 決定した。
		R7.5	・支部若手委員全体会議の際に、今年度の事業計画を説明 し、地区での協力を仰いだ。
		6	・出演者の選定を行い、出演交渉に動き始めた。
2 現状把握		R7.7	・現在のクラブ数:30クラブ 会員数:1,416人 ・開催案を審議。未加入者の事業参加から、新規加入に繋げる ことに重点を置くこととした。
	昨年実績		・クラブ数:33クラブ 会員数:1,600人 ・集客目標:150人(内非会員29人) 参加者 :160人(内非会員24人)
3 目標設定		R7.6	・総集客目標130人(役員18人は除く)の内20%(27人)を非会 員と設定。 ・地区別集客目標:基礎数8人+会員数割で算出した非会員集 客目標数を6地区ごとに募集する。
		R7.8	・チラシ2,000枚を会員世帯に、非会員に1,400枚配布。
4 運 動	計画	R7.8.29	・会場:たまり～な 対象:正副支部長、理事、評議員 内容:「笑いと歌声ひろば」のチラシを配布。会員に参加を募 るとともに、非会員への声掛けで「笑いと歌声ひろば」 への参加者を募る。
		R7.9	・活動推進相談員/若手委員合同会議 集客確認と非会員有線の最終人数調整を行い正副支部長 会、理事会にて承認いただく。 ・単位クラブ会長あて参加者へのチケット配付。 ・出演者との最終打合せ
	実施 事例	R7.9.29	・「笑いと歌声ひろば」参加者:148人(内会員138人)非会員参 加者24人 数名の欠席者があつたが当日参加申込があり満席での開催と なり楽しんでいただくことが出来た。
		R8.1	・役員からシニアクラブ掛川の活動・存在意義を開催前にお伝 えてきたことは、非会員へのアピールとなり良かったと思う。 ・イベント終了後参加者に内容についてのアンケートを実施、今 後の活動に活かしていきたい。 ・活動推進相談員・若手委員合同会議を何度も開催したことで 達成感を得ることが出来た。加入促進が共通の目的でもあり、 今後も合同での活動が必要に思う。 ・広報誌「シニアクラブ掛川支部だより」(年2回発行)に若手委 員会・活動推進部の記事を掲載。旧掛川市内全戸への回覧 を実施。クラブ未設置地区の方にもクラブ活動を伝えることが 出来た。

注:この表は、「仲間づくり推進チェック表」の実施明細として記録して下さい。

【活動の様子】



シニアクラブ掛川
掛川支部だより
第42号

発行人 堀田市海老(ふるさと)
発行所 堀田市22-2のふたば
「たまたま」内
シニアクラブ掛川
掛川支部
支店長 堀田 浩一
TEL 0537-24-2754
FAX 0537-24-2735

発行日 2026年1月1日
制作・印刷 株式会社ニッポ

まだまだ若い

掛川支部長 鈴木 浩一

新年明けましておめでとうございます。今年も元気に活動してまいります。1月に掛川支部の新年会があり、2026年1月の月報も発行しました。また、1月に掛川支部の新年会があり、2026年1月の月報も発行しました。また、1月に掛川支部の新年会があり、2026年1月の月報も発行しました。

令和8年1月発行 掛川支部だより 第42号(4)

活動推進相談員との合同活動

若手委員会の活動

笑い と 歌声ひろば

新年会活動の様子。会場は笑顔でいっぱい。参加者たちは、歌を歌い、笑顔を交わしています。

また、相談員との合同活動も行われました。参加者たちは、相談員と交流し、活動の推進に協力しています。

シニアクラブ掛川

○総人口 114,678人 ○65歳以上人口 33,050人 ○高齢化率 28.8%

○シニアクラブ会員数 3,497人 ○シニアクラブ加入率 10.6%

～シニアクラブ掛川 大須賀支部～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員・若手委員)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:33)			
	☐ 管内加入率の把握 (%)			
	☐ その他()			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数: 1)			
	☒ 会員加入目標の設定 (会員数: 人) 又は(加入率:10%)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	△
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 0 加入会員数: 人			
6 取り組んで良かった点	・加入促進事業による未加入者の事業参加			
7 反省点	・会員の高齢化(80歳以上)により事業開催が困難になりつつある。今後、高齢者でも可能な事業に切り替えていく必要性を感じる。例えば、e-スポーツ事業			

仲間づくり推進事業実施記録(令和7年度)

組織名:シニアクラブ掛川 大須賀支部

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	実施 事例	R7.4.3	(推進組織構成メンバー他) ・年間5回若手委員会開催し仲間づくり事業を計画運営する。 ・代表:大脇健司(楽寿会会長)を中心に単位クラブ5名の若手委員で構成
2 現状把握	実施 事例	委員会開 催時	・委員会でクラブ活動を盛り上げるために「仲間づくり」「加入促進事業」を窓口にも1人でも多く新規加入者を迎えられるよう計画・反省検討を重ねる。
3 目標設定	実施 事例		・健康ノルディック・ウォーキング、親睦グラウンド・ゴルフ等の事業に参加いただきシニアクラブの楽しさを知ってもらい加入促進を促す。
4 運 動		R7.5.19	・ <u>健康ノルディックウォーキング</u> 大須賀支部若手委員会主催事業第1弾 会 場:つま恋 参加者:41人(内5人の非会員) 内 容:ノルディックウォーキングを通じて、クラブの魅力を感じてもらう。今後加入に期待したい。
		R7.10.17	・ <u>親睦グラウンド・ゴルフ会</u> グラウンドゴルフは大変人気が高く非会員の希望者も多いため開催。 参加者:23人(内非会員1人)
		年間を通しての活動	・支部事業全般に協力
		9月・2月	・加入促進用広報紙「活動だより」を年間2回発刊 発行部数:1,500部

注:この表は、「クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表」の実施明細として記録して下さい。

【活動の様子】

若手委員主催仲間づくり促進事業活動

5月19日（月）つま恋/健康ノルデックウォーキング開催



10月17日（金）加入促進グラウンドゴルフ親睦会





【広報紙】

シニアクラブ掛川大須賀支部 活動だより 第20号

発行 2025.8.31
発行人 シニアクラブ掛川
大須賀支部 藤 定治
シニアクラブ大須賀事務局
Tel 0537(48)0055
編集 若手委員会

令和7年度支部長挨拶

9月も楽しい夏が過ぎていきます。会員の皆様はいかがお過ごしでしょうか。
令和7年度シニアクラブ掛川大須賀支部では4月総会で5クラブ382名の会員でスタートしました。
シニアクラブでは高齢化が進んでいることや、就職年齢が高くなり福祉加入、若年層の減少が顕著に
なっている状況にあります。5月に「若手会」の健康ノルディックウォーキングには
39名が強い意欲で参加された。インストラクターの指導により4周を歩く中で出会いは隔ちない
若手会地味な運動で成長した。楽しかったと喜んでくれました。大須賀地区高齢者は約3,600人(高齢
化率35.3%)。ほとんどは高齢化で一人暮らしが多くなっています。
掛川市高齢者福祉協議会へは「見守り活動」の協力をお願いし、地域高齢者全員を一人一人取り残されるこ
とのないようにしたい。シニア遊技場一戸もよろしくお願ひします。



シニアクラブ掛川大須賀支部 支部長 藤 定治

「令和7年度大須賀支部会」(4/16)



令和7年度大須賀支部会開催中。

令和7年度大須賀支部役員

支部長 藤 定治 会計 山下 元典
副支部長 大迫 健司 相談員 大石 孝恵
副支部長 石川 シズ 相談員 星目 健治
監 事 野中 晴生 監 事 大石よし子

令和7年度単位クラブ会

保寿会:平松 湯 白根会:奥田 健治
興寿会:佐藤 次郎 八千代会:斎 彦治
栄寿会:大塚 健明

会費:1000円(会費)

「健康ノルディックウォーキング」(5/19)



インストラクターの方にストックの使い方を教えていた
だき、とても勉強になりました。静寂は見守り活動に
参加しました。

「健康教室」(6/23)



31名が参加して体験型の健康チェックと肺
内の健康に関するセミナーを開催しました。
参加費:1000円(会費) 講師:掛川市健康推進員

「役員研修会」(7/18)



22名が参加して鎌倉市内の神社仏閣を見学しまし
た。大仏の大きさと穏やかな表情に感動しました。
会員同士の親睦も深まり充実した役員研修会になり
ました。(茶寿会 松下 操)

「大須賀支部輪投げ大会」(7/23)



12チーム75名が一室に集い、体を動かしてみ
んなで楽しみました。
無難が繰り返され、会場いっぱい笑い声
があふれました。
優勝した興寿会Aチームは12月に開催される
県大会に出場します。

八千代会からの投稿



6月中旬 16名が参加して日帰り旅行に出かけました。
小瀬神社参拝・鶴に囲まれ心地よい温泉。こまち横丁
にて買い物。着し着にておいしいコース料理を頂き、
会費も弾み楽しい時間を過ごしました。

茶寿会からの投稿



第1回 誕生会にて、「掛川市防犯リーダーの会」の
皆さんにお話しをいただき、「振り込め詐欺防止」の
ビデオ・寸劇・お話を聞かせていただき大変参考
になりました。

今後の予定

グラウンドゴルフ親睦会
10月16日(木)9時スタート
会 場/緑地公園 GG 場
参加費/30名参加
参加費/500円(会費)
締切り/9月25日(木)

健康ノルディックウォーキング
12月3日(水)9時30分～
参加費/会費 500円
会費 1000円
参加費/40名参加
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)

ふれあい作品展
11月29日(土)・30日(日)
会場/福祉センター大ホール
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)
参加費/500円(会費)

行くところですが「つまみ」の4kmのコースで、途中休憩をしながら最後まで楽しく歩くことができました。
(白根会 鈴木節子)

多岐種「ハッピー」が世界の平和を願っての優待良い機会となりました。

お問合せ

参加希望の方は単位クラブ会長又はシニアクラブ事務局(448-0055)までお問合せ下さい。定員になり次第受付終了となりますのでご了承ください。

大須賀支部所属のクラブ紹介

大須賀支部には5クラブがあり、382名が所属し各クラブで活発に活動しています。各クラブでは、ここで紹介する活動以外にも様々な活動を行っています。情報交換を兼ね単位クラブ会長を中心に大いに大須賀支部を盛り上げていきましょう。

真砂会(刈之浜・会員251名)



刈之浜八幡神社・社会福祉協議会・年2回大勢の皆さんが参加して行っています。

八千代会(十六軒町・大谷町・新田町・会員40名)



令和7年度(2025年)の手数料加入促進率

	令和7年度	令和6年度	令和5年度
真砂会	0	0	0
白根会	1	2	3
八千代会	1	1	0
真砂会	5	8	3
茶寿会	0	1	1
合計	7	12	7

茶寿会(市橋・会員48名)



ボッチャ大会に向けて練習会を2回行いました。選手の高さが揃って雰囲気いいと楽しめました。

白根会(刈之浜・刈之浜・会員21名)



グラウンドゴルフの定例活動日に合わせて役員会を行い期を定めています。

茶寿会(市橋・会員22名)



第3回誕生会はビンゴゲームを行いました。品物の買物や野菜を見ながらビンゴになるとおもしろい。会場も盛り上がり、会後も楽しい会になりました。

大須賀老人福祉センターのホームページ

シニアクラブの情報を掲載しています!!
お持ちの携帯電話カメラや、QRコード(パソコン)で当館の中央にあるQRコードを読み取り、お申し込みください。

シニアクラブは、大須賀支部には、市内に多くの高齢者が住んでいます。私たちと一緒に活動していきましょう。

シニアクラブ掛川大須賀支部 活動だより 第21号

発行 2024年2月1日
発行人 シニアクラブ掛川大須賀支部
支部長 堀 定治
シニアクラブ掛川大須賀支部事務局
〒435-0055
TEL 0537-48-0055
編集 若手委員会

支部員という大旗をお引き受けして間もなく3年が過ぎようとしています。当時は、新型コロナウイルスが5類に移行したばかりでシニアクラブ活動は、工夫を重ねて徐々に活況を呈していました。初めての仕様に単位クラブを訪問して南さんと交流を深めようという目標を達成することができました。
高齢者は「活動ではなく楽しみが欲しい」で早速「孫と遊ぶひろば」を開催、約300名が中央公民館に集い楽しみましたとの声が聞かれました。
最近の明るい話題は12月17日「高齢者の集い」で表参道の「歌舞伎座」は演劇者と会場の皆さんが一体となって盛り上げたことでした。
今後とも単位クラブの皆さん頑張って「楽しくやろう」でいきましょう
シニアクラブ掛川 大須賀支部長 堀 定治

第21回掛川市シニアクラブ大会(12/11)



掛川市民会館に集まり総勢350人のもと、功労者を表彰。
アトラクションは掛川吹奏楽団の演奏を楽しみました。

第21回 高齢者の集い(12/17) 会場:大須賀中央公民館



8名のご来賓をお迎えして大勢の参加者で盛大に開催されました。
式典では、功労者表彰の伝達や功労者表彰が行われました。
アトラクションではレクダンスやカラオケの披露、そして恒例の抽選による抽選品は全て会場に集った皆さんが参加し、抽選品が当たるまで続々と続きました。

シニアクラブ掛川 大須賀支部 活動紹介

ボッチャ大会(9/17)



季節や天候に左右されず屋内でできる安心・安全で楽しいスポーツです。
大須賀支部は4年前からボッチャ大会を開催しています。今では人気の種目です。

グラウンドゴルフ練習会(10/17)



未加入者を対象に26名が参加し、グラウンドゴルフの楽しさを学びました。皆さん初挑戦で、楽しかったと好評でした。

秋の旅行(10/23)



22名が参加して清水方面に行きました。昼食はおいしい軽食の海鮮料理。清水港では遊覧船で港内を回り、夢テラスでは富士山も見え楽しい旅行でした。

グラウンドゴルフ大会(11/11)



50名が参加して大須賀運動場で行いました。当日は曇り空でしたが寒い日でした。それでも試合が始まれば全員一丸に集中し、ボールインワンも1回出ました。来年度の県大会出場も目指して頑張っています。

ふれあい作品展(11/29,30)



出品者 50名 170点



会員の作品は秀作ばかりで見学者の目を惹きつけてくれました。

フラワーアレンジメント教室



講師:伊藤千寿子先生
トリコ講座を中心に様々な花材でアレンジメントの楽しさを学びました。

健康/リラクゼーション(12/3)



インストラクターから歩き方を学び、女性専用「トリコ」市内の歴史を学びました。途中、甘酒の工場の見学もあり、昼食は大いに盛り上がりました。

レクダンス練習会



講師:小池幸子先生
先生のご指導はユーモアが満載で「間違ってもいい」で楽しく練習を続けました。

放課後児童クラブ協力



横須賀小学校(9/29)



大須賀小学校(10/8)

横須賀小学校・大須賀小学校に出かけて放課後児童クラブの児童と交流しました。始めは終戦の無き児童もゲームを遊べる中でルールを覚え、メキメキ上手になりボッチャの楽しさを知ることができたと思います。

堀巻連 グラウンドゴルフ大会(10/21)



支部大会の上位6名が大須賀支部代表として出場しました。

堀巻連 輪投げ大会(12/12)



支部大会優勝の真砂会 Aチームが活躍しました。

ボッチャ協会主催 ボッチャ大会(12/8)



支部大会の上位2チームが参加し、真砂会 Bチームが2位になりました。

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人

○65歳以上人口 226,281人

○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人

○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部連合会～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☒ その他(活動推進相談員を中心に地区自治会に協力依頼)			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:30)			
	☐ 管内加入率の把握 (%)			
	☒ その他(協力的自治会の把握)			
3 目標設定	☐ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:)			
	☒ 会員加入目標の設定 (会員数:+15人) 又は(加入率: %)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	×
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他(関係団体との連携)	○	○	×
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数:不明			
6 取り組んで良かった点	・地域内でクラブ活動を知っていただく良い機会となった。 ・加入に踏み込めない人の問題点を把握することが出来た。 ・地域活動の参加により、孤立化を防ぎ、フレイル予防、認知症予防など健康面への理解を得ることができた。			
7 反省点	・加入促進を進めるためのノウハウの勉強の必要性を感じた。 ・役員と会員との意識の差があり会員加入促進に向けた話し合いの場と研修が必要である。 ・社会福祉協議会とも連携し、サロン活動などと共有化を図り、魅力のある活動と参加し易い環境作りをする。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部連合会

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年3月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・総務会・理事会:会長、副会長、活動推進相談員等 7名 ・会員加入推進活動で地域(地区)自治会との連携を図りクラブへの体験入会や見学等クラブに親しみやすい環境の創出
	実施事例	令和7年4月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・会員加入推進委員会の設置:会長、副会長、活動推進相談員7名で組織 ・趣味活動で地域(地区)自治会との連携を図り、クラブへの体験入会や見学等クラブに親しみやすい環境の創出
2 現状把握	計画	令和7年3月	・現在の会員数 不明 ・地区での対象人数 不明
	実施事例	令和7年4月	・現在のクラブ数、会員数の把握:47クラブ 3,500人 ・地区での対象人数の把握:市内全域 不明
3 目標設定	計画	令和8年1月	・会員加入目標の設定: 令和8年2月 3,550人
	実施事例	令和8年2月	・事業終了時の結果: 令和8年3月 3,520人
4 運 動 (経 過)	実施事例	令和7年6月1日	・シニアクラブ広報紙「飛龍」を発行(年2回6/1, 12/1) 配布先:会員及び自治会へ全世帯回覧を依頼 内 容:会員の活動内容、趣味クラブの紹介、年間行事等の掲載。 会員募集を掲載し加入促進を勧めた。 区内公共施設への配架を依頼
		令和7年5月、10月、 11月、3月	・グラウンドゴルフ大会の開催 会 場:天竜川運動公園 参加者:会員 内 容:グラウンドゴルフ大会浜北予選会、郵便局長杯、チャンピオン大会等への選抜大会
		令和7年5月27日	・いきいきフェスティバルの開催 会 場:サーラグリーンアリーナ 参加者:会員 492名 内 容:会員相互の交流と体力増進
		令和7年10月30日	・シニアクラブ悠々ウォーキングの実施 会 場:富士川クラフトパーク 参加者:会員 215名 内 容:シニアクラブ主催ウォーキング大会
		令和7年7月11日～13日	・シニアクラブ浜北主催「文化作品展」の開催 後援:浜松市 会 場:プレ葉ホール 入場者:会員及び一般入場者:700人 内 容:会員の作品を展示。生活意欲を高め、生きがいづくりと福祉の向上に努める。今回も一般商業施設での開催であり、会員獲得のチャンスと捉え、買い物客等の非会員の加入を図る。
		令和7年6月1日	・ふれあい広場への参加 会 場:サーラグリーンアリーナ 参加者:一般区民 内 容:企業、各種団体、協議会、施設等による模擬店・チャリティーバザー等実施。絶好の機会と捉えシニアクラブのPR、加入促進を図り、加入申込書を設置。会員獲得を狙う。

【活動の様子】



↑開場してすぐに盛況です



↑「絵と一緒に撮ってあげる！」
見てもらえる喜びを味わう



↑新企画、夏らしく
「自分だけの手描きうちわ」



↑おじいちゃんと一緒に



↑「家にある物で手作り風鈴」
展示は会員提供の竹を使用



↑三世代交流のお手本のような
風景でした。



↑子、孫がアンケート記入中。
シニア達のパワーをどう感じたか



↑土日だからこそ、見に来られる
買い物しながら、涼みながら…



↑日本の文化に触れる体験。
笑顔で見てくださった親子でした

手作り風鈴を募集します！

令和7年度のシニアクラブ浜北

文化作品展は



令和7年7月11日(金)～13日(日)

会場：プレ葉ウォーク浜北 2階プレ葉ホール

の開催になります！

夏の風を感じる

風鈴を

みなさんの感性で
手作りしてください！



材料：ペットボトル、おりがみ、紙コップ
おうちにあるもので工夫して！

きりとりせん

手作り風鈴出展 申込書

地 区 名 【 浜 名 ・ 北 浜 東 ・ 北 浜 西 ・ 中 瀬 ・ 赤 佐 ・ 亀 玉 地 区 】
(該当する地区を○で囲んでください)

単位クラブ名 【 _____ 】

氏 名 【 _____ 】

シニアクラブ浜北

文化作品展出展募集



令和 7 年度の文化作品展は

7月11日(金)～13日(日)

会場：プレ葉ウォーク浜北 プレ葉ホール

の開催になります！

夏にピッタリの涼しげなうちわを

みなさんのオリジナルデザインで作ってください!!

ちぎり絵、水墨画、絵手紙、押し花・・・なんでも OK！

材料：ご自宅にあるうちわ、扇子、紙と割りばしなど手作りでも可



きりとりせん

うちわ出展申込書 【しめきり：3月31日(月)】

地 区 名【浜名・北浜東・北浜西・中瀬・赤佐・鹿玉 地区】

(該当する地区を○で囲んでください)

単位クラブ名【_____】

氏 名【_____】

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人 ○65歳以上人口 226,281人 ○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部連合会～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☒ その他(自治会、単位クラブ、協働センター、地元銀行に配架)			
2 現状把握	☒ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:30)			
	☐ 管内加入率の把握 (%)			
	☒ その他(協力的自治会の把握)			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:+1)			
	☐ 会員加入目標の設定 (会員数: 人) 又は(加入率: %)			
	☐ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	×
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他()			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数: 1 加入会員数: 10+α名			
6 取り組んで良かった点	・地元銀行の展示スペースに 部紹介パンフレットを設置したところ、 「パンフレットを見たので、部活動を見学してみたい」と来てくださった方がいらっしゃいました。 単位クラブへの入会も検討してくれたので手ごたえを感じました			
7 反省点	・チラシがもっと分厚くなるぐらいに、広い世代にも関心を持ってもらえる部活動を増やしていけたらよかった。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部連合会(趣味部会)

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年6月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・趣味部会(理事: 8人趣味部部長15人)で会員数の減少と趣味部員の減少対策として行う。
	実施事例	令和7年4月	・趣味部会で冊子案(各々クラブを紹介及び魅力)を作成して15の趣味部に作成を依頼する。
2 現状把握	計画	令和7年4月	・コロナ前より新入部員が少なく趣味部を通じて全体の会員数を増やす。
3 目標設定	実施事例	令和7年6月	・各趣味部:1人以上の部員増
4 運 動 (経 過)	実施事例	令和7年6月	・趣味部でのかがやきのつどい実施日までに冊子を作りかがやきのつどい来場者に配布する。冊子で各趣味部の紹介をする。 ・配布先:かがやきのつどい会場130部、各趣味部の会員全員275部、各単位クラブ139部、理事に30部、浜北地区共同センター4か所閲覧用20部配布予定 ・作成部数:600部
		令和7年7月	・趣味部会で冊子の案の検討と制作依頼をする
		令和7年9月	・各趣味部から出てきた原稿をチェックし原稿をまとめて印刷所に発注する
		令和7年10月	・冊子600部制作完で計画どおり配布する。
		令和7年11月～1月	・冊子をもとに各趣味部及び単位クラブで勧誘を行なう。
		令和8年2月	・成果の集計

【活動の様子】

・配布案作成

シニアクラブ浜北・令和7年度計画表

項目	人数	金額
1. 会費	10	100
2. 入会費	10	100
3. 会費	10	100
4. 入会費	10	100
5. 会費	10	100
6. 入会費	10	100
7. 会費	10	100
8. 入会費	10	100
9. 会費	10	100
10. 入会費	10	100
11. 会費	10	100
12. 入会費	10	100
13. 会費	10	100
14. 入会費	10	100
15. 会費	10	100
16. 入会費	10	100
17. 会費	10	100
18. 入会費	10	100
19. 会費	10	100
20. 入会費	10	100
21. 会費	10	100
22. 入会費	10	100
23. 会費	10	100
24. 入会費	10	100
25. 会費	10	100
26. 入会費	10	100
27. 会費	10	100
28. 入会費	10	100
29. 会費	10	100
30. 入会費	10	100
31. 会費	10	100
32. 入会費	10	100
33. 会費	10	100
34. 入会費	10	100
35. 会費	10	100
36. 入会費	10	100
37. 会費	10	100
38. 入会費	10	100
39. 会費	10	100
40. 入会費	10	100
41. 会費	10	100
42. 入会費	10	100
43. 会費	10	100
44. 入会費	10	100
45. 会費	10	100
46. 入会費	10	100
47. 会費	10	100
48. 入会費	10	100
49. 会費	10	100
50. 入会費	10	100
51. 会費	10	100
52. 入会費	10	100
53. 会費	10	100
54. 入会費	10	100
55. 会費	10	100
56. 入会費	10	100
57. 会費	10	100
58. 入会費	10	100
59. 会費	10	100
60. 入会費	10	100
61. 会費	10	100
62. 入会費	10	100
63. 会費	10	100
64. 入会費	10	100
65. 会費	10	100
66. 入会費	10	100
67. 会費	10	100
68. 入会費	10	100
69. 会費	10	100
70. 入会費	10	100
71. 会費	10	100
72. 入会費	10	100
73. 会費	10	100
74. 入会費	10	100
75. 会費	10	100
76. 入会費	10	100
77. 会費	10	100
78. 入会費	10	100
79. 会費	10	100
80. 入会費	10	100
81. 会費	10	100
82. 入会費	10	100
83. 会費	10	100
84. 入会費	10	100
85. 会費	10	100
86. 入会費	10	100
87. 会費	10	100
88. 入会費	10	100
89. 会費	10	100
90. 入会費	10	100
91. 会費	10	100
92. 入会費	10	100
93. 会費	10	100
94. 入会費	10	100
95. 会費	10	100
96. 入会費	10	100
97. 会費	10	100
98. 入会費	10	100
99. 会費	10	100
100. 入会費	10	100

・配布計画実施計画表の作成

シニアクラブ浜北・令和7年度計画表

項目	人数	金額
1. 会費	10	100
2. 入会費	10	100
3. 会費	10	100
4. 入会費	10	100
5. 会費	10	100
6. 入会費	10	100
7. 会費	10	100
8. 入会費	10	100
9. 会費	10	100
10. 入会費	10	100
11. 会費	10	100
12. 入会費	10	100
13. 会費	10	100
14. 入会費	10	100
15. 会費	10	100
16. 入会費	10	100
17. 会費	10	100
18. 入会費	10	100
19. 会費	10	100
20. 入会費	10	100
21. 会費	10	100
22. 入会費	10	100
23. 会費	10	100
24. 入会費	10	100
25. 会費	10	100
26. 入会費	10	100
27. 会費	10	100
28. 入会費	10	100
29. 会費	10	100
30. 入会費	10	100
31. 会費	10	100
32. 入会費	10	100
33. 会費	10	100
34. 入会費	10	100
35. 会費	10	100
36. 入会費	10	100
37. 会費	10	100
38. 入会費	10	100
39. 会費	10	100
40. 入会費	10	100
41. 会費	10	100
42. 入会費	10	100
43. 会費	10	100
44. 入会費	10	100
45. 会費	10	100
46. 入会費	10	100
47. 会費	10	100
48. 入会費	10	100
49. 会費	10	100
50. 入会費	10	100
51. 会費	10	100
52. 入会費	10	100
53. 会費	10	100
54. 入会費	10	100
55. 会費	10	100
56. 入会費	10	100
57. 会費	10	100
58. 入会費	10	100
59. 会費	10	100
60. 入会費	10	100
61. 会費	10	100
62. 入会費	10	100
63. 会費	10	100
64. 入会費	10	100
65. 会費	10	100
66. 入会費	10	100
67. 会費	10	100
68. 入会費	10	100
69. 会費	10	100
70. 入会費	10	100
71. 会費	10	100
72. 入会費	10	100
73. 会費	10	100
74. 入会費	10	100
75. 会費	10	100
76. 入会費	10	100
77. 会費	10	100
78. 入会費	10	100
79. 会費	10	100
80. 入会費	10	100
81. 会費	10	100
82. 入会費	10	100
83. 会費	10	100
84. 入会費	10	100
85. 会費	10	100
86. 入会費	10	100
87. 会費	10	100
88. 入会費	10	100
89. 会費	10	100
90. 入会費	10	100
91. 会費	10	100
92. 入会費	10	100
93. 会費	10	100
94. 入会費	10	100
95. 会費	10	100
96. 入会費	10	100
97. 会費	10	100
98. 入会費	10	100
99. 会費	10	100
100. 入会費	10	100

・浜北趣味部会令和7年度計画書

シニアクラブ浜北・令和7年度計画表

項目	人数	金額
1. 会費	10	100
2. 入会費	10	100
3. 会費	10	100
4. 入会費	10	100
5. 会費	10	100
6. 入会費	10	100
7. 会費	10	100
8. 入会費	10	100
9. 会費	10	100
10. 入会費	10	100
11. 会費	10	100
12. 入会費	10	100
13. 会費	10	100
14. 入会費	10	100
15. 会費	10	100
16. 入会費	10	100
17. 会費	10	100
18. 入会費	10	100
19. 会費	10	100
20. 入会費	10	100
21. 会費	10	100
22. 入会費	10	100
23. 会費	10	100
24. 入会費	10	100
25. 会費	10	100
26. 入会費	10	100
27. 会費	10	100
28. 入会費	10	100
29. 会費	10	100
30. 入会費	10	100
31. 会費	10	100
32. 入会費	10	100
33. 会費	10	100
34. 入会費	10	100
35. 会費	10	100
36. 入会費	10	100
37. 会費	10	100
38. 入会費	10	100
39. 会費	10	100
40. 入会費	10	100
41. 会費	10	100
42. 入会費	10	100
43. 会費	10	100
44. 入会費	10	100
45. 会費	10	100
46. 入会費	10	100
47. 会費	10	100
48. 入会費	10	100
49. 会費	10	100
50. 入会費	10	100
51. 会費	10	100
52. 入会費	10	100
53. 会費	10	100
54. 入会費	10	100
55. 会費	10	100
56. 入会費	10	100
57. 会費	10	100
58. 入会費	10	100
59. 会費	10	100
60. 入会費	10	100
61. 会費	10	100
62. 入会費	10	100
63. 会費	10	100
64. 入会費	10	100
65. 会費	10	100
66. 入会費	10	100
67. 会費	10	100
68. 入会費	10	100
69. 会費	10	100
70. 入会費	10	100
71. 会費	10	100
72. 入会費	10	100
73. 会費	10	100
74. 入会費	10	100
75. 会費	10	100
76. 入会費	10	100
77. 会費	10	100
78. 入会費	10	100
79. 会費	10	100
80. 入会費	10	100
81. 会費	10	100
82. 入会費	10	100
83. 会費	10	100
84. 入会費	10	100
85. 会費	10	100
86. 入会費	10	100
87. 会費	10	100
88. 入会費	10	100
89. 会費	10	100
90. 入会費	10	100
91. 会費	10	100
92. 入会費	10	100
93. 会費	10	100
94. 入会費	10	100
95. 会費	10	100
96. 入会費	10	100
97. 会費	10	100
98. 入会費	10	100
99. 会費	10	100
100. 入会費	10	100

・浜北支部趣味部会紹介パンフ(表紙)

シニアクラブ浜北
趣味部の紹介
“部員募集中”



2025年10月

(裏表紙)



・趣味部会会費は、
シニアクラブ浜北事務局へ
・シニアクラブ会費は、
地域の福祉センターへお支払いください。

シニアクラブ浜北支部
〒105-8587 東京都港区有明 1-1-1
TEL: 03-5587-4830 FAX: 03-5587-4831

(・各部紹介ページ)

シニアクラブ浜北趣味部紹介

NO.1	趣味部名	活動日
1	グラウンドゴルフ	大会年3回
2	舞踊	月1回、第1土曜日
3	囲碁	毎週2回
4	カラオケ	月2回、第2第4土曜日
5	大正琴	月1回、第3木曜日
6	銭太鼓	月2回、第2第4土曜日
7	ウォーキング	年4回、5,6,10,3月
8	パソコン	月2回、第1第3土
9	いきいき健康体操	月1回、第4月曜日
10	レクダンス	月1回、第3月曜日
11	マージャン	奇数月第1日曜日
12	絵手紙	月2回、第2第3日曜日
13	写真	随時
14	ぬり絵	月1回、第2水曜日
15	コース	月1回、第1水曜日

カラオケ部の紹介

- 1 開催日: 月2回(第2第4土曜日)
- 2 開催時間: 17:30~19:30
- 3 開催場所: ふれあい交流センター北
- 4 会費: 会費なし
- 5 連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530



「カラオケは健康に良い」

- ・腹式呼吸によって多くの酸素を取り込むことができ、全身がリフレッシュされる。
- ・大きな呼吸により、血液も良くなる。
- ・歌うことで、口の周りの表情筋が刺激される。
- ・新代謝もある。
- ・自己表現として使えるツールである。
- ・強力なコミュニケーションツールでもある。

“一度見に来てください”

シニアクラブ浜北 大正琴部

～あなたも参加してみませんか?～

大正琴

4パートでのアンサンブル演奏

ソプラノ アルト テナー ベース



見学
体験
未経験者
大歓迎

場所: ふれあい交流センター北

時間: 第2、4水曜日

午後13:00~14:00

連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530

銭太鼓部の紹介

- 1 開催日: 月2回(第2第4土曜日)
- 2 開催時間: 9:00~11:00
- 3 開催場所: ふれあい交流センター北
- 4 会費: 会費なし
- 5 連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530



「銭太鼓」は、その名の通り銭を使い、銭の入れ合う音でリズムをとり、音の調子として使用する楽器です。

この楽器は、旧暦地方の伝統的な楽器としてあらゆるシーンに用いられてきたそうです。

“一度見に来てください”

絵とクラシックの活動紹介

- 1 開催日: 毎月第2第4土曜日
- 2 開催時間: 9:00~11:00
- 3 開催場所: ふれあい交流センター北
- 4 会費: 会費なし
- 5 連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530



シニアパソコン部の紹介

- 1 活動日: 毎月第1月曜日 と 第3土曜
- 2 時間: 約30分より午後3時30分まで
- 3 場所: ふれあい交流センター北 1F 作業室
- 4 会費: 無料
- 5 代表: 藤原雅子
- 6 連絡先: TEL 090-6594-5696



「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

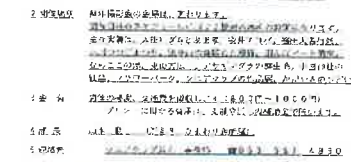
「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

「パソコン」は、生活に欠かせないツールです。

写真部の紹介

- 1 開催日: 毎月第2第4土曜日
- 2 開催時間: 9:00~11:00
- 3 開催場所: ふれあい交流センター北
- 4 会費: 会費なし
- 5 連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530



「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

「写真」は、生活に欠かせないツールです。

マーじゃん部の紹介

- 1 開催日: 毎月第2第4土曜日
- 2 開催時間: 9:00~11:00
- 3 開催場所: ふれあい交流センター北
- 4 会費: 会費なし
- 5 連絡先: シニアクラブ北 電話 053-587-4530



「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

「マーじゃん」は、生活に欠かせないツールです。

あおぞら めり絵部

めり絵部が、つなぐ仲間を募集しています。

“皆様” 一度教室遊びに来てください。

お待ちしております。

自分流の色付けを楽しんでみませんか。

先生からのヒントも得られますよ。

場所： ふれあい交流センター北

教室日： 毎月第2水曜日

時間： 13:00～15:30

会費： 授業料として700円/1回

連絡先： シニアクラブ浜北

電話 053-587-4830

シニアクラブ浜北 コーラス部 紹介



シニアクラブ浜北あひる会では、音楽の楽しさを、皆様に伝えます。

場 所： ふれあい交流センター北

時 間： 第1水曜日

午後 13:30～15:30

連絡先： シニアクラブ浜北事務局

電話 053-587-4830

シニアクラブ浜北



健康

「地域の絆」を
深めよう

友愛



奉仕

健康・友愛・奉仕は私たちシニアクラブのスローガンです。これからの人生をみんなでより楽しく豊かに過ごすために一緒に活動しませんか。心豊かな生活を目指す趣意部を紹介します。

シニアクラブ浜北

(各部活動紹介ページ)

いきいき健康体操部



銭太鼓部



めり絵部



絵手紙部



グラウンドゴルフ部



舞踊部



大正琴部



シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人

○65歳以上人口 226,281人

○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人

○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部亀玉地区連合会～

仲間づくり推進事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等(クラブ活動推進相談員を含む)で方針・実施内容を協議			
	■ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	■ その他(活動推進相談員を中心に地区自治会に協力依頼)			
2 現状把握	■ クラブ未設置自治会の把握 (自治会数:3)			
	□ 管内加入率の把握 (%)			
	■ その他(協力的自治会の把握)			
3 目標設定	■ クラブ新設・再興目標の設定(クラブ数:2)			
	■ 会員加入目標の設定 (会員数:+30人) 又は(加入率: %)			
	□ その他()			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼	○	○	×
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	△
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	△
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他(単ク活動内容の把握と情報交換)	○	○	○
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数:0 加入会員数:20人			
6 取り組んで良かった点	・地域内でクラブ活動を知っていただく良い機会となった。 ・加入に踏み込めない人の問題点を把握することが出来た。 ・地域活動の参加により、孤立化を防ぎ、フレイル予防、認知症予防など健康面への理解を得ることができた。			
7 反省点	・加入促進を進めるためのノウハウの勉強の必要性を感じた。 ・役員と会員との意識の差があり会員加入促進に向けた話し合いの場と研修が必要である。 ・社会福祉協議会とも連携し、サロン活動などと共有化を図り、魅力のある活動と参加し易い環境作りをする。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部亀玉地区連合会

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年5月10日	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・仲間づくり実行委員会の結成役員選出と委員 27名 ・各単位クラブの会員増強につなげ、元気で頼れるシニアクラブの活動創出
	実施事例	令和7年6月10日	・実行委員会正副役員を選出し、推進実行委員25名、推進相談員5名の組織構成で月1回開催 ・地域自治会と連携を図って再興に向けての働きかけと体験入会・見学会等親しみやすい環境の創出を決定
2 現状把握	計画	令和7年6月10日	・現在のクラブ数:9 クラブ会員数:691人 ・地域での対象人数の把握数:300人
	実施事例	令和7年6月10日	・現在のクラブ数9 会員数の把握:700人 ・地区での対象人数の把握:全域 300人
3 目標設定	計画	令和7年5月～ 令和8年2月	・会員加入目標の設定: 令和8年2月 750人
	実施事例	令和8年2月	・事業終了時の結果: 令和8年2月 720人
4 運 動 (経 過)	計画	令和7年5月～ 令和8年2月	・「実行委員会」を月1回開催 会 場:四大地会館 参加者:実行委員・相談員 内 容:仲間づくり自治会への働きかけ 会員の交流と研修PR活動
	実施事例	7年5月10日～ 8年2月20日	・「実行委員会」の開催 会 場:四大地会館 参加者:実行委員・相談員 内 容:仲間づくり自治会への働きかけ 会員の交流と研修会 P R活動チラシ作成配布
		令和7年7月5日	・「亀玉地区自治会連合会との打合せ会」の開催 会 場:亀玉協働センター 参加者:自治会長推進委員(23人) 内 容:シニアクラブ現状・未設置自治会への再興支援依頼
		令和7年10月10日	・「災害対策について」の研修会開催 講 師:市危機管理課職員2名 会 場:四大地会館 参加者:実行委員・相談員(29人) 内 容:災害時における対応と日頃からの準備シニアクラブの果たす役割 分担などを学ぶ
		令和8年2月19日	・「亀玉地区演芸大会」の開催 会 場:市内浜北文化センター 参加者:会員150名(非会11名参加) ・活動のアピールと非会員との交流も生まれ加入への声かけができた

【活動の様子】



シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人 ○65歳以上人口 226,281人 ○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部西友会～

様式5(2)＜単位クラブ用＞

仲間づくり推進事業チェック表(7年度)

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等で運動方針・実施内容を協議し、推進班を設置 (班長以下 12人)			
	■ 4月申請報告。8月決定報告し全会員へ取組み内容を周知			
	□ その他()			
2 現状把握	■ 自治会や会員からの情報収集によるクラブ未加入者数の把握 (会員達から20人位)			
	■ その他(一人暮らし世帯は約40世帯)			
3 目標設定	■ 会員加入目標の設定 (会員数: 5人、加入率14.7%)			
	□ その他()			
運 動 項 目		計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
4 運動内容	自治会等にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	○
	自治会行事等への積極的参加と連携	×	×	×
	サークル活動や講座等を積極的に企画(自治会と共催等)	○	○	○
	クラブ内での会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域の公民館や公共的施設、商店等に入会案内チラシの配架を依頼	△	△	△
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	×	×	×
	会員の配偶者が未加入の場合、積極的に入会又は行事参加を勧誘	△	△	△
	クラブ会報をクラブ未加入者へ提供	○	○	○
	地域内未加入者の意識調査(アンケート)	×	×	×
	その他(単身者宅訪問)	○	○	○
5 目標に対する実績	会員加入数:+2人 加入率:6%			
6 取り組んで良かった点	・単身高齢者の自治会主催の昼食会に代表2名参加させていただき、会の様子や内容を説明させていただきました。「いいね。」とは言うものの入会には至りませんでした。			
7 反省点	・現状は、役が回ってくるとか、今仕事が忙しくてとか、自分の自由さが欲しいとか言って賛同していただけません。60歳代はもちろん70歳代でも老人会、シニア会と聞くだけで首を横に振る人が多い。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部西友会

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	(推進組織構成メンバー他) ・推進役員会:会長、副会長(男・女)、会計、班長等 12人で構成する
	実施 事例	令和7年4月	・推進役員会を開催する ・回覧で回し呼びかける ・一人暮らしの人たちとの交流並びに訪問をする ・魅力ある会にする(歌唱・ゲーム・花壇づくり)
2 現状把握	計画	令和7年4月	・現在の会員数は、34名である ・自治会の世帯数は550世帯 ・一人暮らしの方はおよそ40世帯
	実施 事例	令和7年4月	・自治会の総会の資料で確認
3 目標設定	計画	令和7年4月	・昨年の様子から入会者を5人ぐらい増やしたい
	実施 事例	令和8年2月	・事業終了時の結果: 入会者2名人
4 運 動 (経 過)	計画	令和7年4月	・回覧のお願いをする。 ・一人暮らし昼食会に参加する ・掲示板に案内を掲示する ・常時入会用紙を設置しておく ・魅力ある定例会・同好会にする
	実施 事例	令和7年5月	・魅力ある会にするため誕生日のある月にケーキで祝いました。 ・植栽をして花壇をきれいに皆で整えました
		令和7年6月	・クリーン作戦をしました ・遠州弁など面白いお話をしていただきました ・一人暮らしの昼食会に出席し、会の内容を披露しました ・入会の要綱を大広間の入り口に設置し、わかりやすくしました。
		令和7年8月	・交通教室で歩行についてのマナーを守ることや特殊詐欺について学びました。昼食の後、踊りをし、花壇の作業もやりました。
		令和7年10月	・ロコモティブシンドロームのお話で理学療法士の素晴らしいお話でした。健康保持がつづくといいなあ ・入会の掲示の様子です
		令和7年11月	・DVDで体操をしました ・赤十字地域奉仕団をお呼びして防災の炊き出し訓練をしました ・花壇の作業をしました。
		令和7年12月	・ゲーム大会で午前中は、将棋やトランプ、囲碁などをやり、午後は、ボッチャの大会でした。楽しく過ごせました
		令和8年1月	・マジックショーをやっていただきました。午後はモルックの学習をやりました

【活動の様子】

花壇の作業
(5月)



クリーン作戦
(6月)



遠州弁
(6月)



入会要綱
合口



交通教室
(8月)



決北踊り
(8月)



入会掲示 案内 など(毎月)



DVD 健康体操 (11月)

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人 ○65歳以上人口 226,281人 ○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部道友会・楽友会連合～

様式5(2)＜単位クラブ用＞

仲間づくり推進事業チェック表(7年度)

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等で運動方針・実施内容を協議し、推進班を設置 (班長以下道友会9人・楽友会15人)			
	☒ 全会員へ取り組み内容(目標数を含む)を周知			
	☐ その他()			
2 現状把握	☒ 自治会や会員からの情報収集によるクラブ未加入者数の把握 (道友会25人・楽友会45人)			
	☒ その他(現在会員数道友会47人・楽友会176人)			
3 目標設定	☒ 会員加入目標の設定 (会員数:7人、加入率 %)			
	☐ その他()			
運 動 項 目		計画の有無 (○×)	取り組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
4 運動内容	自治会等にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	×
	自治会行事等への積極的参加と連携	○	○	○
	サークル活動や講座等を積極的に企画(自治会と共催等)	○	○	○
	クラブ内での会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域の公民館や公共的施設、商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	△
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	会員の配偶者が未加入の場合、積極的に入会又は行事参加を勧誘	○	○	○
	クラブ会報をクラブ未加入者へ提供	○	○	○
	地域内未加入者の意識調査(アンケート)	×	×	×
	その他(一人暮らし訪問)	×	×	×
5 目標に対する実績	会員加入数:道友会1人・楽友会2人計3人、又は加入率:			
6 取り組んで良かった点	・両地区での作品展・誕生日・グランドゴルフ大会、合同での演芸大会などを企画運営し、会員以外からも参加して頂き其れなりの宣伝効果はあったと思っています。実施状況を写真にまとめて、自治会から各戸に回覧して頂き高評価を頂いております。			
7 反省点	・会員の平均年齢が年々高くなり、活動自体が難しくなっている実情は否めない。各行事での準備・運営には固定した人達しか参加して頂けず、大きな負担をかけています。参加して頂くのと入会して頂けるのが中々一致しない。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部道友会・楽友会連合

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年4月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・推進役員会:双方の会長・副会長・会計・女性役員等10名で構成する
	実施 事例	令和7年4月	・推進役員会を開催する ・回覧及び訪問で呼び掛ける ・誕生日会・作品展には自治会を通して参加を呼びかける
2 現状把握	計画	令和7年4月	・現在の会員数は道本47名・本沢合176名である ・自治会の世帯数は両方で1,250世帯である
	実施 事例	令和7年4月	・各々の自治会との打合せで確認
3 目標設定	計画	令和7年4月	・入会者7名以上
	実施 事例	令和8年2月	・事業終了時の結果:入会者3名
4 運 動 (経 過)	計画	令和7年4月	・会の催し、各広報誌を自治会回覧板を使ってアピールする。・各行事を開催し、地域住民にシニアクラブをアピールする。・作品展に一般の方々からの作品を出展して頂き来場者増とシニアクラブのアピールを行う。
	実施 事例	令和7年4月	・誕生日会を開催、21名参加 ・転倒防止講習18名参加
		令和7年6月	・広報誌飛竜配布、自治会には全戸回覧して頂いた。シニアクラブ。活動の状況を周知して頂く(255世帯)
		令和7年8月	・今年度第2回誕生日会開催、18名参加 おしゃべりタイム・カラオケ・ビンゴ大会などで楽しい時間を過ごしました。
		令和7年10月	・四寿会演芸大会を開催四地区から200名余の方々が参加・観覧に訪れ地域交流・意見交換をして頂きました。
		令和7年11月	・本作品展を開催、出展者31名・来場者115名。何れも力作でした。クラブ員以外からの出展者数のほうが多く、アピール出来ました。
		令和7年12月	・本沢合作品展、出展者55名・来場者175名作品を見ながら和やかなムードでした。 ・広報誌『飛竜』・シニアクラブ通信配布。自治会には全戸回覧して頂き、シニアクラブ活動の状況を周知して頂く。 ・第3回目の誕生日会を開催、19名参加カラオケ用モニターを増設し、皆さんからも画面が見えるように改善しました。以前より盛り上がっています
		令和8年2月	・第4回目の誕生日会を開催22名参加 おしゃべりタイム・カラオケ・ビンゴ大会で盛り上がり、楽しく有意義な時間を過ごしていただきました。

【活動の様子】
(道友会誕生会の様子)

会長挨拶ののち乾杯



団らんの後、カラオケ大会が始まります



今回皆さんに、より楽しんで頂くため、モニターを追加しました



部屋の隅からでもはっきり見えますし、歌い手と同じ画面を見て歌えます



今年度の仲間づくりモデル事業で、設置させて頂きました。
今までモニターがなく、盛り上がり欠けていましたが、皆でより楽しむことが出来ております。
このモニターでパソコンと連携し、写真などが映写でき、皆さんと行事などを共有できるようになりました。
(楽しみが増えました)

(転倒予防講座の様子)

① 現状の把握



② データのまとめ及び分析して頂いたもの
の発表をお願いします。



転倒による事故を防ぐ為、現在の状況を把握し
各自が自覚する必要があります。
その為調査・分析を行い、今回まとめて頂きました。

(グラウンドゴルフ大会の様子)

緊張の中の開会式



今日はうまく打てるかなあ～



優勝者・入賞者の方々



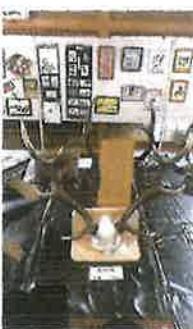
(道友会作品展)



作品展特集

道友会通信

令和 7 11・26



作品観覧中の皆様



令和7年11月21日～23日の間、道本公民館にて令和7年度『道友会作品展』を開催させて頂きました。出展作品は何れも趣味を超える力作で、御鑑いただいた皆様からも高い評価を頂きました。天候にも恵まれ、盛大に開催する事が出来ました。厚く御礼申し上げます。

(本沢合作品展の様子)



(四寿会演芸大会の様子)

今年も開催できました
役員の皆様ありがとうございました

開会式

北浜北幼稚園の皆さんの演技から



シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011人 ○65歳以上人口 226,281人 ○高齢化率 29.0%

○シニアクラブ会員数 15,894人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部第4親和会～

様式5(2)＜単位クラブ用＞

仲間づくり推進事業チェック表(7年度)

1 実施方針と組織づくり	■ 役員会等で運動方針・実施内容を協議し、推進班を設置 (班長以下 12人)			
	■ 全会員へ取組み内容(目標数を含む)を周知			
	□ その他()			
2 現状把握	■ 自治会や会員からの情報収集によるクラブ未加入者数の把握(80人)			
	□ その他()			
3 目標設定	■ 会員加入目標の設定(会員数: 10人、加入率 %)			
	□ その他()			
運 動 項 目		計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
4 運動内容	自治会等にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼	○	○	△
	自治会行事等への積極的参加と連携	○	○	△
	サークル活動や講座等を積極的に企画(自治会と共催等)	○	△	△
	クラブ内での会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域の公民館や公共的施設、商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	△	×
	クラブ未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	会員の配偶者が未加入の場合、積極的に入会又は行事参加を勧誘	○	○	○
	クラブ会報をクラブ未加入者へ提供	○	○	△
	地域内未加入者の意識調査(アンケート)	×	×	×
	その他()			
5 目標に対する実績	会員加入数: +7人 加入率: %			
6 取り組んで良かった点	・高齢者の健康増進と介護予防の一環として、eスポーツ体験教室を開催した。コンピューターゲームの対戦競技により脳の活性化と認知症予防の向上が図られ、コミュニケーション作りができた。今後、月1回の予定で実施することとなった。			
7 反省点	・待ち時間の有効活用を考える。			

仲間づくり推進事業実施記録(令和 7年度)

組織名:シニアクラブ浜松市 浜北支部第4親和会

仲間づくり推進 チェック表項目		年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	令和7年3月	(推進組織構成メンバー、活動目的) ・幹事会:会長以下12名 ・幹事会で高齢者の健康作りと認知症予防対策として、eスポーツ体験教室を提案する。
	実施事例	令和7年4月	・単位クラブ会長、副会長、幹事10名で組織 ・地域(地区)自治会との連携を図り、クラブへの体験入会や見学等クラブ活動に親しみやすい環境の創出
2 現状把握	計画	令和7年3月	・現在の会員数 不明 ・地区での対象人数 不明
	実施事例	令和7年4月	・現在のクラブ数、会員数の把握:112人 ・地区での対象人数の把握:地区内全域 不明
3 目標設定	計画	令和8年1月	・会員加入目標の設定: 令和8年1月 120人
	実施事例	令和8年2月	・事業終了時の結果: 令和8年2月 130人
4 運 動 (経 過)	計画	令和7年6月1日	・地域福祉社会(しゃべらまい会)に協力依頼 ・地区社会福祉協議会と協働しサロン活動に取り入れることを検討。
	実施事例	令和7年11月27日	・eスポーツ体験会(太鼓の達人) 開催 会 場:コミュニティセンター 参加者:21名
		令和7年12月6日	・中瀬地区社会福祉協議会と協働し「福祉講演会」としてゲーム「太鼓の達人」を開催。 会 場:中瀬協働センター 参加者:41名
		令和8年1月9日	・役員を対象としてeスポーツ体験会「太鼓の達人」の開催 会 場:コミュニティセンター 参加者:13名
		令和8年1月14日	・区民を対象としたeスポーツ体験会を無料で開催 会 場:コミュニティセンター 参加者:34名
		令和8年3月	・4月より「e一脳活倶楽部」として発足する。 毎月第1月曜日を開催日とし、地域高齢者の健康増進、認知症予防、コミュニティ作りとしての体験教室を開催する。 ・地域区民を対象として、誰でもが自由に参加でき、無料とする。 ・地域のサロン活動の一環としても活用する。

【活動の様子】



eスポーツ体験会開催のお知らせ

eスポーツとは「エレクトロニック・スポーツ」の略で、コンピュータゲームやビデオゲームを用いて行われる対戦競技を楽しむときに用いられる名称です。

デジタル機器への抵抗感解消や健康増進、コミュニケーションを目的としたスポーツ体験会を次の日程により開催いたします。

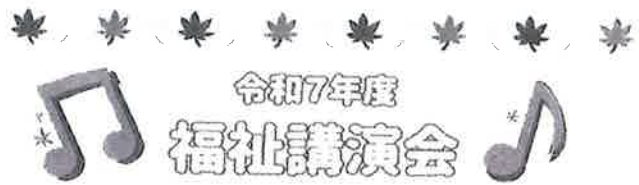
日 時	令和7年11月27日(木) 13:00～ 令和8年 1月 9日(金) 13:00～ 令和8年 1月14日(水) 10:00～
場 所	4区コミセン2階
対 象	会員及び区民の皆さん

◆ 皆さんお問い合わせの上ご参加下さい。



(問合せ先)

4区親和会 平山 裕
☎ 090-1748-5955
しゃべらまい会 鈴木美也子
☎ 090-2779-6166

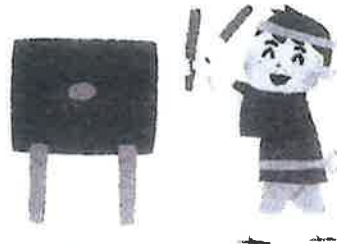


ゲーム「太鼓の達人」に挑戦！

若者のゲームだと思いませんか？

「たたく」という動作は頭と筋肉を刺激します。

是非体験してみてください。



12/6(土) 10:00～12:00

中瀬協働センター 2Fホール

講師 就労継続支援B型事業所 ONE GAME浜松
施設長 黄桜さん

主催 中瀬地区社会福祉協議会

eスポーツ体験教室開催のお知らせ

主 催： e-脳活倶楽部

(シニアクラブ4区親和会)

eスポーツとは「エレクトロニック・スポーツ」の略で、コンピュータゲームやビデオゲームを用いて行われる対戦競技を楽しむときに用いられる名称です。

デジタル機器への抵抗感解消や健康増進、コミュニケーションを目的としたスポーツ体験教室を開催いたします。

日 時	毎月 第1月曜日 13:00～15:00
場 所	4区コミセン2階
参加費	無料
対 象	会員及び区民の皆さんどなたでも・・・

◆ 皆さんお問い合わせの上ご参加下さい。



(問合せ先)

4区親和会 本多 雄大
☎ 090-1982-6156
平山 裕
☎ 090-1748-5955
しゃべらまい会 鈴木美也子
☎ 090-2779-6166

こ・い・き・れ・ん(湖西市いきいきクラブ連合会)

○総人口 56,971人 ○65歳以上人口 16,587人 ○高齢化率 29.1%

○シニアクラブ会員数 1,184人

○シニアクラブ加入率 7.1%

～こ・い・き・れ・ん（市連合会）～

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業チェック表(令和 7年度)

実施した事項は、□にチェックを入れる。

1 実施方針と組織づくり	☒ 役員会等（クラブ活動推進相談員を含む）で方針・実施内容を協議			
	☒ 単位クラブへ方針・実施内容等周知			
	☐ その他（ ）			
2 現状把握	☐ クラブ未設置自治会の把握（自治会数： ）			
	☒ 管内加入率の把握（ 5.9 %）			
	☐ その他（ ）			
3 目標設定	☒ クラブ新設・再興目標の設定（クラブ数： 2 ）			
	☒ 会員加入目標の設定（会員数： 78人）又は（加入率： %）			
	☐ その他（ ）			
4 運動内容	運 動 項 目	計画の有無 (○×)	取組みの有無 (○×)	実施後の評価 (○×)
	自治会連合会にクラブ紹介や入会案内チラシの配布を依頼			
	自治会連合会行事等への積極的参加と連携			
	クラブ未設置地区のある自治会連合会に設置に向けた協力を依頼			
	単位クラブ役員と会員加入促進に向けた話し合いや情報交換	○	○	○
	地域内の公共的施設や商店等に入会案内チラシの配架を依頼	○	○	○
	未加入者に対するクラブ事業への体験機会を提供	○	○	○
	その他			
5 目標に対する実績	新設・再興クラブ数： 1 加入会員数又は加入率： 2月現在不明			
6 取り組んで良かった点	年3回の加入促進会議では昨年同様の課題があり、改善できていない。 合同レクにおいては多くの未会員者が来てくれた。			
7 反省点	促進会議では毎回同じ課題が取り上げられてその具体策案が出なかった。 (課題 会長のなりてが無い 交通手段)			

クラブ解散・休会等再興支援モデル事業実施記録(令和 7年度)

組織名:こ・い・き・れ・ん(市連合会)

仲間づくり推進 チェック表項目	計画	年月日	内 容
1 実施方針と 組織づくり	計画	年3回	・湖西老人クラブとして単位老毎に加入促進委員を設け、年3回の会員加入委員会を開催
	実施	第1回 7/11 第2回 12/19 第3回 3/19(予)	(推進組織構成メンバー他) ①湖西老人クラブとして単位老毎に加入促進委員を設け、年3回の会員加入委員会を開催し、単位老の抱えている課題及び成功事例の発表し水平展開を実施。また、来年度に向けた活動内容を検討討議し会員増減の確認と対策の検討を実施。 また、課題について会員加入促進委員と協議検討を実施 ②女性部の活動のレグダンスに会員以外の人達に声をかけ参加してもらい輪を広げる。 ③過去に解散された単位老へのアクション。 ④いきいきクラブ通信を湖西市内全戸に回覧し、クラブの地域活動情報や仲間になろう記事を紹介をいたしました
2 現状把握	計画	2025年4月	地区別・単位老別会員数の把握
	実績	2024年4月	添付資料1参照 ①単位老毎に促進活動計画を作成し、各々抱えてる課題を確認。 ②特に若手男性への「仲間づくり」の呼びかけ活動してもなかなか進まない。
3 目標設定	計画	2025年4月	地区別・単位老別会員数の把握
	実績	2025年7月	①各単位老毎に仲間づくり(新規会員)の目標78名。 ②いきいきクラブ合同レク発表会での参加呼びかけ231名 ③女性部ふるさと探訪での合同イベント開催。27名
4 運動 (経過)	実施	5/15	①3H運動の実施 (一人が一人に一声かけよう！) いきいきクラブを紹介するリーフレットを配布し、会員一人が一人の新規会員獲得を合言葉で活動。 ②毎年恒例の湖西いきいきクラブ全体のレグ発表会を開催。 今年は231名が参加し、内非会員の方が41人参加してくれました。 会の楽しさを十分と分かってもらった。 添付資料 2 参照
		1/17	③女性部のふるさと探訪で袋井市の大塚製薬 袋井工場見学に出かけました。 添付資料3参照

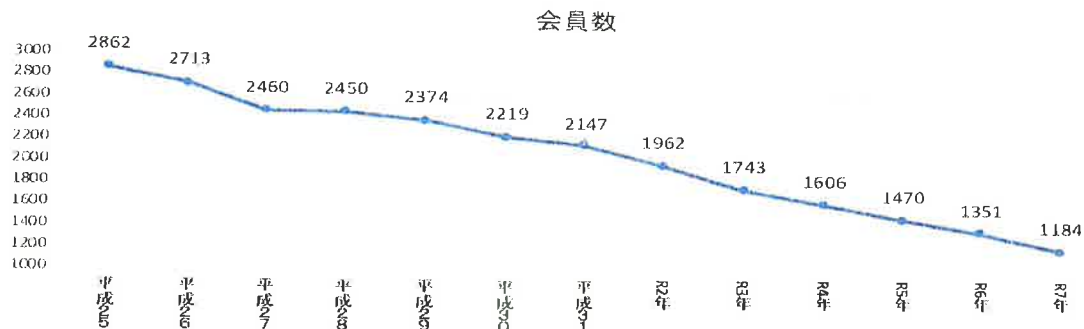
【活動の様子】

添付資料1-1

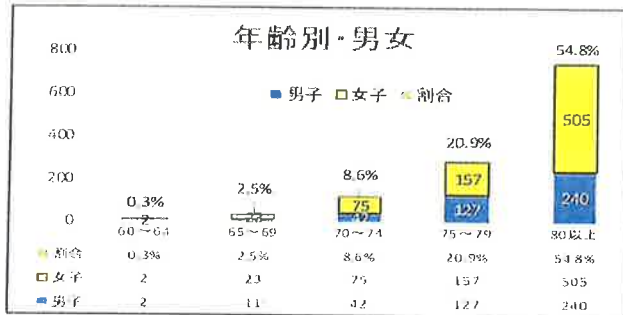
令和7年度 クラブ年齢層別会員数一覧表													令和7年4月1日現在 確定			表1	
No.	老人クラブ名称	男 性						女 性						会 員 数			増減
		60～64	65～69	70～74	75～79	80以上	小計	60～64	65～69	70～74	75～79	80以上	小計	R5	R6	R7	
1	長寿会表鷺津					8	8				6	20	26	41	37	34	
2	長寿会鷺津			2	3	3	8			3	2	25	30	40	40	38	
3	長寿会河原				3	15	18			1	5	21	27	56	52	45	
	長寿会みのわ						0						0	36	24	0	
4	川尻万年斉会		1	2	15	16	34				1	30	31	79	74	65	
5	市場天寿会					5	5				2	13	15	26	24	20	
6	白須賀クラブ			2	7	4	13			1	10	10	21	33	38	34	
7	新所東部			2	4	3	9					10	10	18	19	19	
8	新所中部				6	4	10		1		3	13	17	34	31	27	
9	新所西部				11	14	25			1	6	19	26	61	56	51	
10	上ノ原立花会	2	3	4	14	17	40	2	0	5	23	31	61	100	111	101	
11	南上の原常盤会		2	5	17	42	66		1	6	17	31	55	85	107	121	
12	新所原寿楽会		1		9	16	26		3		10	21	34	70	62	60	
	梅田蒼空会						0						0	82	78		
13	入出寿クラブ			7	6	11	24		14	41	30	51	136	157	162	160	
14	太田シニアクラブ			4	7	17	28			2	7	25	34	52	65	62	
	湖西小計	2	7	28	102	175	314	2	19	60	122	320	523	1002	980	837	
15	柏原・柏寿会				1	3	4			5	8	41	54	59	59	58	
16	ひばりヶ丘・ひばり会		1	2	2	8	13		1		2	9	12	23	25	25	
17	新居井天・千鳥会				2	2	4			1	4	10	15	18	18	19	
18	内山・長寿会			1	5	15	21				1	15	16	46	41	37	
19	飯町・多和良会			1	3	1	5			1	1	6	8	16	16	13	
20	向島・浜友会			3	2	2	7				4	8	12	19	18	19	
21	仙川・喜楽会			1	1	5	7					12	12	21	19	19	
22	若磯・喜楽会		2	2	4	10	18			1	4	15	20	38	44	38	
23	大倉戸・恵比寿会				2	6	8				1	15	16	30	30	24	
24	郷北・郷寿会			1		3	4				1	21	22	24	26	26	
25	三ツ谷・郷寿会					2	2				1	19	20	28	26	22	
26	あけぼの・どんぐりの会		1	3	3	8	15		3	7	8	14	32	44	49	47	
	新居小計	0	4	14	25	65	108	0	4	15	35	185	239	468	371	347	
合計(A)		2	11	42	127	240	422	2	23	75	157	505	762	1,470	1,351	1,184	
構成比率(%)		0.2%	0.9%	3.5%	10.7%	20.3%	35.6%	0.2%	1.9%	6.3%	13.3%	42.7%	64.4%	100.0	100	100	
湖西市人口(B)		1,849	1,610	1,845	1,920	2,237	9,461	1,673	1,636	1,934	2,078	3,338	10,659	20,136	20,374	20,120	
加入率(A/B)		0.1%	0.7%	2.3%	6.6%	10.7%	4.5%	0.1%	1.4%	3.9%	7.6%	15.1%	7.1%	7.3%	6.6%	5.9%	
は会員0人 は脱会																	
* 人口(B)は2025年4月30日現在の60歳以上の湖西市人口																	

1.湖西いきいきクラブ連合会の会員数推移

表 2



2.年齢別構成



3.会員の男女別平均年齢

	平均年齢
男子	80.7歳
女子	81.5歳
合計	81.1歳

今年度も連合会脱会1クラブ 休会1クラブ 発生した。休会のクラブは「役員のなりて無し」が理由。

会員数は10年間で半減以下。毎年行ってる加入促進対策の成果が上がっていない。

- ・このうちでも前年増3クラブ（南上の原常盤会・向島浜友会・弁天千鳥会）、前年同数3クラブ。
- ・会員の平均年齢は全体で81.1歳で前年より0.3P上昇。男性は80.7歳、女性81.5歳。
- ・年齢層別では前年度より80歳構成率が61.1%から54.8%と下がった。

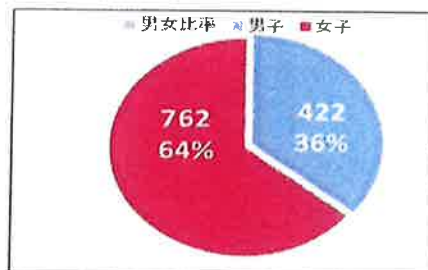
これは80歳未満は増加していないため、80歳以上の会員の減少（自然減）の影響と考える。

- ・特に男性74歳以下は計55名で勧誘するもなかなか加入促進していない。

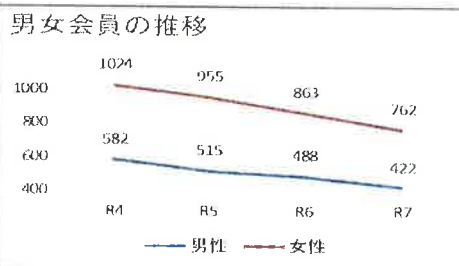
これは「まだ現役で働いている」「まだ老人ではない」「入会すると役をやらされる」などの理由が考えられる

- ・特に表1の74歳以下（表の  ）が男性0人のクラブ8クラブ、女子10クラブと増加傾向。存続をかけて積極的な勧誘が必要。

4.会員 男女比率



5.男女会員の推移



- ・男女構成率は女性64%占めている。
- ・入会する比率も女性が多いと予想する。
- ・R4からの会員減少は女性262人、男性は160人で歯止め効かず！

対策案として
地域内の未会員対象者をリスト化し現会員全員でクラブ活動に参加を促す必要がある。

2025年度 合同レクリエーションダンス

5/16湖西市アメニティープラザにおいて、各地区・単老より女性部会員が中心となり昨年より多い220名が集まり合同レクリエーションダンスが行われました。石田連合会長のご挨拶後、今年から就任された山本女性委員長の進行で、地区ごとに大きな輪を作り全員で10曲を軽やかな足取りで息の合ったダンスを踊り切りました。



最後に山本委員長の閉会のお言葉の後、鷺津東地区の皆様でモップかけをして無事終了いたしました。



(成田真美)

三重の輪をつくり
笑顔でレクダンス
湖西いきいきクラブ
湖西いきいきクラブ(湖西市老人クラブ)の合同レクリエーションダンス(レクダンス)発表会が16日、市アメニティープラザで開かれた。会員約230人が三重の輪をつくり、アニメソングや歌謡曲などに合わせて踊った。写真。
各地区で月1、2回練習し、年1回合同発表会を開いている。「素敵にランデブー」「星降る街角」「サザエさん」「世界に一つだけの花」などに合わせて手足を動かして汗を流した。曲ごとに振り付けは異なり、披露した10曲中4曲を新たに練習してきた。
女性委員長の山本洋子さんは「楽しんでいる人が多く、レクダンスの会員は増えていく。これからも元氣よく一緒に踊っていきましょう」と笑顔だった。

2025年度 ふるさと探訪の様子

令和8年1月 9日

「高齢化社会」における生きがいと健康づくりのため、学び 楽しむを趣旨としたふるさと探訪が行なわれ、今年度は大塚製薬 袋井工場などを探訪しました。

女性委員・女性リーダーを主体に25名が参加してくれました。

◆AM10:30 袋井市愛野にある「大塚製薬(株)袋井工場の工場を探訪いたしました。
袋井工場ではスライドで大塚ホールディングス、大塚製薬、袋井工場の概要をご説明を受け、
ポカリスエット500mlペットボトルの生産ラインの映像を拝見し、地球環境にやさしくなっ

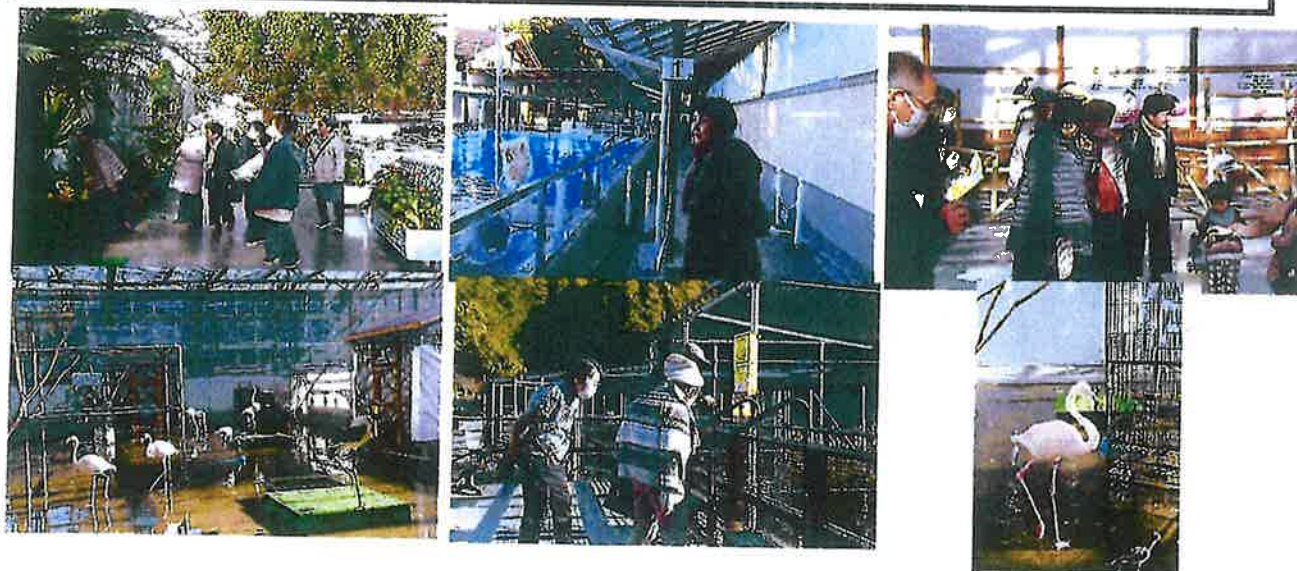


◆AM12:00

お楽しみの「海鮮亭いっき」で昼食を！一品はとても美味しかったですが、期待が大

きかった事もあり少しだけ残念な思い・・・

昼食後は掛川花鳥園に！ 近くにある施設ですが、初めて行く方も多かったようです。



地域クラブ活性化推進事業

はつらつとした クラブづくり

- 会報や文集を発行し、高齢者の活動や考え方などを語り合い、みんなで新しい時代の知識を学習します。



心とからだの健康づくり

- 高齢者に適したスポーツや体操、レクリエーションダンスを普及し体力測定を行うなど体力の維持と健康の増進に努めます。



シニアクラブ熱海

○総人口 33,000 人 ○65 歳以上人口 16,061 人 ○高齢化率 48.7%
○シニアクラブ会員数 817 人 ○シニアクラブ加入率 5.1%

～シニアクラブ熱海～

《概況》

- ・ 5 月 21 日 「春季グラウンドゴルフ大会（個人戦）」
参加者 47 名 親睦を深めた。



- ・ 6 月 16 日 会員研修①「食育出前講座」

参加者 15 名 各単位クラブでは実施していたが、連合会では初の試み。
市の栄養士よりフレイル予防講座の話を受け、全員で調理し、共食を楽しんだ。



- ・ 8 月 11 日 「みんなのおいしい笑顔の会」

参加者 だれでも食堂として初めての試み。市内子ども食堂・子育て
サロン等の団体と実行委員会を編成し、当日昔遊び・ペタボードブース
を担当した。



・9月13日 「熱海市子ども会育成指導者連絡協議会合同ペタをたちボード大会」

参加者12名（こども15名） 子どもたちと合同チームを作り、盛り上がった。



・10月25日 「福祉まつり」出展

参加者12名 ニュースポーツ体験コーナーを運営。手作りのペン立てを景品として配った。



・11月11日 「秋季グラウンドゴルフ大会（個人戦）」

参加者54名 合同チームでまわることで親睦を深めた。



・12月13日 「熱海市子ども会育成指導者連絡協議会合同ペタボード大会」

参加者16名（子ども11名）

《成果》

「グラウンドゴルフ大会」

会員同士の交流が図られ、日頃のクラブ活動の成果を発揮することができた。
移動手段の確保ができないクラブが増えてきており、課題となっている。

「食育出前講座」

各クラブが熱海市に講師派遣を依頼している事業を連合会事業として初めて実施した。今まで依頼したことがなかったクラブへの PR となり、また調理に対して尻込みをしていた男性会員も簡単なレシピにすることで参加ができた。

みんなで食事をすることの大切さを学ぶことができた。

「市子連合同ペタボード大会」

市子連が主催する「リーダー研修」のひとつとしてシニアクラブと合同で開催、3年目となった。数少ない多世代交流事業として、今後も継続していきたいが、高齢化に伴い、参加者を集めることが課題となっている。

《今後の方針》

「会員研修」

今年度まで役員研修として実施してきたが、参加者が減少傾向にあるため来年度より会員研修として広く会員に向けて発信する。

「食育出前講座」、「グループ LINE の活用（安否確認）」をテーマとする。

「グラウンドゴルフ大会」「ペタボード大会」

会員の健康づくり、交流を目的として今後も継続して開催する。移動手段、参加しやすさを考え、開催場所などを検討していく。

「みんなのおいしい笑顔の会」

市内子ども食堂・子育てサロンの協力し、多世代交流の機会として今後も事業を盛り上げていく。e スポーツも取り入れていきたい。

シニアクラブ伊豆の国

○総人口 45,791 人 ○65 歳以上人口 15,796 人 ○高齢化率 34.5%
○シニアクラブ会員数 1,309 人 ○シニアクラブ加入率 8.3%

～シニアクラブ伊豆の国～

《概況》

・【e スポーツ体験会の開催】

(本部主催)

日 時：令和 7 年 7 月 25 日 13：00～ 一回目
：令和 7 年 12 月 2 日 13：00～ 二回目
会 場：韮山福祉・保健センター
参加者：60 名
第二回：40 名
内 容：3 ブロックに分かれて体験教室
(フレール対策に最適で参加者は大いに楽しんだ)

(韮山支部)

日 時：令和 7 年 4 月 24 日 10：00～ 役員
内 容：(四日町公民館 参加者 15 名 真剣に体験した)
日 時：令和 7 年 5 月 29 日 10：00～ 全会員
内 容：(四日町公民館 参加者 26 名 楽しく体験した)

(長岡支部)

日 時：5 月 12 日 9：00～
内 容：(あやめ会館 5 月役員会にて説明会と体験会を行う)
・6 月以降は 1 ヶ月毎に単位クラブ交代で体験実施中

(大仁支部)

日 時：令和 7 年 12 月 13 日 9：00～
内 容：(くぬぎ会館 役員会 参加者 8 名 体験会)
・12 月 21 日 立花クラブ 19 名で体験会行う

・【広報活動】

- ・日々新聞に取材の依頼を行い行事の掲載が多く出来た
(新聞を見て 6 名の入会の問合せ)
- ・シニアクラブだよりの有効活用が出来た

《成果》

《e スポーツ体験会》

〈本部主催〉

- ・参加者は支部役員が主であり、講師による勉強会となっています。
- ・他理由は各支部理事会にて説明化を行いボケ防止、フレイル対策として活用してもらいます。
- ・参加者は始めての人が多く熱心に又楽しくゲームのめり込んでいます。
- ・支部役員会後の活動が楽しみです。

〈葦山支部〉

- ・四日町公民館にて開催、最初はあまり出ていなかったが時間が経過し各自が積極的に参加するようになりました（役員主体）
- ・役員の呼びかけで参加者多くなり体験した人は楽しいねと話していた

〈長岡支部〉

- ・5月の役員会にて説明及び体験会を実施ボケ防止やフレイル対策に最適との声が多く出ていた。6月より各単位クラブに貸出体験会を実施して行くすでに月々の貸出予定表は完成⇒単位クラブ会長は早く行いたい様だった
- ・単位クラブでは始め出たがらなかったが時間と共に楽しそうだった

〈大仁支部〉

- ・12月の支部役員会にて体験会実施した
- ・単位クラブ立花で行い楽しそうに会話が弾んでいた。又やりたいねの声を聞いた

《広報活動》

- ・日々新聞担当者と年間の事業について打合せを行い昨年の倍以上の取材を依頼した。
- ・伊豆の国だよりを未加入地区への訪問時持参、高齢者へ配布願います

《今後の方針》

《e スポーツ》

- ・各支部役員に機器の説明及び操作方法等の早期マスターの推進を図る
- ・単位クラブの会員への教育⇒マスターされたら⇒未加入者への声掛け
- ・本部では出前講座の出来る人材の育成を行う

〈支部〉

- ・支部間で取組みに大きな差があり会員に不公平さが生じている
- ・各支部において年間スケジュール表の作成を実施する
- ・導入されていない団体への出前体験会の実施を計画する

《広報活動》

- ・日々新聞への更なる取材のお願いと静岡新聞への話合いの実施
- ・広報誌の有効活用の推進構築⇒具体的な指示を行う
- ・チラシ製作⇒公共施設への掲載依頼（具体的に指示）実施

【活動の様子】

e-スポーツ体験会の様子



新聞記事は
良い広報となった

伊豆新聞 令和7年(2025年)6月30日

シニアク
伊豆の国 「eスポーツ」本格導入

伊豆の国(伊豆市)のシニアク(シニアの国)が、本格的に「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。

伊豆の国(伊豆市)のシニアク(シニアの国)が、本格的に「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。

伊豆の国(伊豆市)のシニアク(シニアの国)が、本格的に「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。伊豆市は、高齢者の健康増進と交流の促進を図るため、シニアクに「eスポーツ」を導入する。

御殿場市シニアクラブ連合会

○総人口 82,979 人 ○65 歳以上人口 22,273 人 ○高齢化率 26.8%
○シニアクラブ会員数 3,202 人 ○シニアクラブ加入率 14.4%

～御殿場市シニアクラブ連合会 塚原楽寿会～

《概況》

地域クラブ基盤強化事業

第 1 回親睦パークゴルフ大会

日 時: 6 月 23 日

会 場: 塚原里山

参加者: 会員 32 名

内 容: 4 名組 8 チーム対抗

社会奉仕の日

日 時: 9 月 15 日

会 場: 塚原公民館周辺

参加者: 会員 45 名

内 容: 駐車場の草取り、公民館広場草取り

輪投げ大会

日 時: 9 月 30 日

会 場: 市体育館

参加者: 会員 8 名

内 容: 楽寿会代表者出場

スポーツ大会

日 時: 10 月 15 日

会 場: 市体育館

参加者: 会員 12 名

内 容: 楽寿会代表者出場

第 2 回親睦パークゴルフ大会

日 時: 11 月 地域の吉田神社祭りと行事が重なり中止

会 場: 塚原里山

参加者: 会員 32 名

内 容: 4 名組 8 チーム対抗

《成果》

地区内に、地主さんの好意により、休耕田が芝生になっている場所があります。そこには、パークゴルフができるよう、コースが作られ、地区住民なら自由に使用することができます。シニアクラブでも、遠くのゴルフ場に出かけずに楽しめることから、多くの会員に声掛けをし大会を計画しました。

秋に実施予定の第 2 回目は、地区の大きな祭典と重なったため、中止となりましたが、皆さん楽しみしてくださり、会員同士の親睦が深められるとても良い事業となりました。

《今後の方針》

地域クラブ基盤強化として、昨年度に引き続き「親睦パークゴルフ大会」を計画しました。同じ地域に住む仲間が、顔を合わせ、元気を確かめ合う事ができる、このような事業は、とても有意義なものと痛感しました。

会員や、まだシニアクラブに加入せず、退職後家にいる仲間を誘い合ういい機会になるので、パー

クゴルフ以外にも、モルック大会、輪投げなどで、みんなが楽しめる事業を計画し、地域の高齢者の結束と笑顔を増やしたいと思います。

また、運動だけでなく「健康講座」「交通安全講義」「詐欺防止講話」「脳トレ体操」など地域福祉委員と共に計画し共同事業で、行ってもいいな!と考えています。

【活動の様子】



ました。疎遠にな
っていた仲間と久
しぶりのおしゃべ
り、疲労感と満足
感で満たされた半
日でした。体育役
員さんの気遣いと
アイデアに、感謝
して終わりました。

塚原榮寿会、初の試
みで「親睦パークゴル
フ大会」を開催しま
した。マイクラブを
持参するベテラン組
と、本日が初めての
初心者混合四人組
編成が9チームで、二時間好プレー珍
プレーを繰り広げました。終了後は公
民館で表彰式。成績だけで決めず、多
くの方に賞がいきわたるよう、大会役
員の温かな配慮で、上位入賞・ブリー
フ賞・最多打点賞・ブリーフ一歩手前
賞など、他ではないユーモア溢れる賞
が手渡され、大きな拍手と笑顔にな
りました。



杉山眞樹江

塚原榮寿会

親睦パークゴルフ大会



御殿場市シニアクラブ連合会

○総人口 82,979人 ○65歳以上人口 22,273人 ○高齢化率 26.8%
○シニアクラブ会員数 3,202人 ○シニアクラブ加入率 14.4%

～御殿場市シニアクラブ連合会 御殿場区長寿会～

《概況》

・「誕生日会」の開催

日 時: 4月26日 10時～

8月24日

2月 1日

会 場: 御殿場区公民館

参加者: 35人(非会員、常時3人参加)

内 容: 多くの会員の集まる場として、4か月ごとの誕生日会を年間3回開催。

班長、女性部が担当し、演芸、交通安全講座、脳トレなど、毎回趣向を変え、お食事を提供しました。

・「女性手芸教室」の開催

日 時: 令和8年10月9日 9時～11時

会 場: 御殿場区公民館

参加者: 17人(今回は非会員の参加なし)

内 容: 市の文化協会より折り紙講師を依頼。折り紙飾りを作成し認知症予防を兼ね脳元気のために開催。

《成果》

・「お誕生日会」

外部からの講師をお招きしての交通安全講座を実施したり、民謡部の皆さんの発表の場として、出演する人も楽しみ、高齢者にとって楽しめ、有益な講座だったと評価いただき良かったです。スポーツ行事に参加しない会員にとって、この集まりはとても楽しみされている会員が多く、これからも続けていきます。

・「女性手芸教室」

班長が声掛けをし、女性会員を募り、脳トレを兼ねた折り紙教室を実施。

会話が弾み楽しく実施できました。会員同士の親睦が深まりました。

会員以外の地域の高齢者が、顔を出してくれるようになり、新しい交流が生まれてほしいと願いましたが、班長の声掛けが思うように広がらず残念でした。

《今後の方針》

・「誕生日会」

参加者から大変好評で、普段会えない会員とも話ができるいい社交の場になっていますので、来年度もぜひ開催していきたい。シニアクラブの事務局で余興サロン講師紹介をしてもらるので、来年度は、ニコンサートの一緒に楽しめるオカリナ演奏や、手品を見せてくれる演芸なども、申し込みし、お楽しみの場を広げたい。

・「女性手芸教室」

市シニアクラブ連合会の、女性部研修会で学んだ「折り紙」「モップ作り」押し花」などは、下準備が大変だと、敬遠していたが、事務局に手伝ってもらい、準備して実施してみたいと思います。やはり、実用的なものが喜ばれることが分かったので、家に帰って手軽に復習できるような作品作りを紹介していきたい。

【活動の様子】



シニアクラブ三島

○総人口 104,401 人 ○65 歳以上人口 32,291 人 ○高齢化率 30.9%
○シニアクラブ会員数 1,555 人 ○シニアクラブ加入率 4.8%

～シニアクラブ三島 東部地区会～

《概況》

地域域クラブ基盤強化事業

三島市老人クラブ東部地区会(10クラブ)の会員同士の絆を深め、出席者を増加させるための事業として推進した

介護予防推進事業

日 時:毎月第木曜日(6月・9月休会) 年9回開催 午前10時～

会 場:三島市老人福祉センター

参加者:平均77名(合計772名)

- 内 容: 1.風船付きボール入れゲーム(4/3)
2.空き家対策とクイズなぞなぞ(5/1)
3.ハープ演奏観賞とジャンケンゲーム(7/3)
4.キッズダンス観賞と折紙教室(花火作成)(8/7)
5.ミニ芸能祭とジャンケンゲーム(10/3)
6.悪質商法の手口と対策とミニボッチャゲーム(11/6)
7.火災予防の話とクリスマスソング合唱及びクリスマスプレゼント交換(12/4)
8.フラダンス観賞とおみくじジャンケンゲーム(1/8)
9.優しいヨガと節分ゲーム(2/4)

《成果》

- ①東部地区会として市老連の各行事に参加クラブが増え、三島市老連の中では参加率がよくなってきた
- ②東部地区会の女性には大変好評で、来年度以降も企画、実施の要望がある
- ③各単老クラブの会員同士が絆を深めてきた旅行等の参加人数も増えてきた
- ④定例会の時もクラブ同士お互い挨拶や話題に花が咲くようになってきたまた情報交換も頻繁に出来るようになった

《今後の方針》

- ①来年度以降、引き続き教室を開催し、更に参加者や新入会員の増に繋げていきたいこのムードを壊さないよう努力が必要と考える
- ②来年度もう一年補助金申請をして要望に応えていきたい
- ③補助金が承認されなかった場合の対応を検討する必要がある
- ④男性も参加できる教室を検討したい
- ⑤囲碁クラブ・麻雀クラブを起ち上げる予定したい

【活動の様子】

令和7年5月1日



空き家対策講演会
令和7年7月3日



本日の出演：青木不二子さん



健康体操を実施

令和7年8月7日



折り紙中



グループで出来た花火の折り紙



キッズダンスの披露



キッズダンスの披露

令和7年10月3日



加茂献寿会 フラダンス



シャルマンクラブ：仮装してカラオケ



若松会 合唱



コスモスの会：マジック



じゃんけんゲームをする参加者達



じゃんけんゲームの景品

R7年11月6日



悪質商法の手口と対処法



ミニボッチャゲーム

令和7年12月4日



クリスマスソング合唱の指導（柏木恵美子さん）



三島消防署より出前講師



プレゼント交換に集まった品物



プレゼント渡す人と貰う参加者

令和8年1月8日



フラダンス観賞



令和8年2月4日



優しいヨガ体操



ふじさんシニアクラブ富士宮

○総人口 126,348人 ○65歳以上人口 39,267人 ○高齢化率 31.1%
○シニアクラブ会員数 1,844人 ○シニアクラブ加入率 4.7%

～ふじさんシニアクラブ富士宮～

《概況》

・【スマホ教室の開催】全3回

クラブ内におけるスマートフォンを活用した会員相互の連携強化および情報取得力の向上、あわせて災害時における迅速な情報共有体制の構築を目的として、3か月に1度、粟倉2区公会堂にてスマホ教室を開催した。

・第1回

日 時:令和7年6月13日(金)9:30～

会 場:粟倉2区公会堂参加者:15名

内 容:LINEの基本的な使い方について実施。メッセージの送受信、写真の共有、通話機能の操作方法等を学び、クラブ会員同士の連絡体制強化を図った。

・第2回

日 時:令和7年9月11日(木)9:30～

会 場:粟倉2区公会堂参加者:15名

内 容:LINEの復習および応用編として、グループ機能の活用方法や写真・位置情報の共有方法を学習した。また、災害発生時を想定し、スマートフォンを用いた情報伝達の重要性について理解を深めた。

・第3回

日 時:令和7年12月18日(木)9:30～ 会 場:粟倉2区公会堂参加者:15名

内 容:キャッシュレス決済の基本操作について学習し、安全な利用方法や詐欺防止の注意点について理解を深めた。

・【文化祭にて「おしるこの振る舞い」を実施】

日 時:令和7年12月13日(土)

会 場:富士宮市総合福祉会館

内 容:文化祭において、クラブ間のつながり基盤の強化を目的に「おしるこの振る舞い」を実施した来場した会員・準会員にふるまいを行った。

・【ACC国際交流学園と食を通じた交流会】

日 時:令和8年1月18日(日)

会 場:富士宮市総合福祉会館

内 容:市内の日本語学校であるA. C. C.国際交流学園生徒との「お国自慢料理」を通じた交流会を開催した。

《成果》

・【スマホ教室(全3回)】

3回の開催を通して、スマートフォンの使い方に対する不安が和らぎ、会員同士の連絡が取りやすくなった。特に LINE の使い方を学んだことで、クラブ内の情報共有がスムーズになり、つながりの強化につながった。

また、災害時を想定したスマートフォンの使い方を学ぶことで、防災への意識も高まった。キャッシュレス決済についても理解が深まり、安全に利用するための知識を得ることができた。

・【文化祭「おしるこの振る舞い」】

文化祭でのおしるこの振る舞いを通して、クラブ間で協力する機会が増え、自分の所属しているクラブ以外の会員との親睦が深まった。来場者にも喜んでもらい、文化祭の温かい雰囲気を作ることができた。

・【ACC 国際交流学園と食を通じた交流会】

A. C. C.国際交流学園の生徒との交流会では、食を通じて自然な会話が生まれ、楽しい時間を共有することができた。普段なかなか接することのない外国出身の方との交流は刺激となり、参加した会員の意欲向上にもつながった。

また、普段料理をあまり経験しない会員も、地元の料理を作る中で、はりきって取り組む様子が見られ、料理の楽しさや達成感を実感できたのではないかと感じる。ただの交流だけではなく、会員にとって、料理を通じた体験は、員にとって新たな趣味づくりのきっかけにもつながっていくことが期待できる。

《今後の方針》

・【スマホ教室】

スマホ教室では、引き続き定期的な開催を行い、LINE や防災情報の活用、キャッシュレス決済などを通じて、会員のデジタル機器活用力の向上を図る。今年度は、一部のシニアクラブでのみ実施となり、FSC 全域でのスマホ教室の開催は実現できなかった。今後は、シニアクラブ全体でスマホ教室を実施できる体制づくりを整えていく。また、参加者が学んだ内容をクラブ内で共有できる仕組みを整え、情報連携の強化につなげていきたい。

・【文化祭「おしるこの振る舞い」】

おしるこを食べられた方からは、大変好評の声を頂いた。多くの FSC 会員が集まる文化祭で振る舞いを行うことは、会員同士のつながりを強化する大きなきっかけとなると考えられる。文化祭に限らず、FSC 会員同士のつながりを深めるための取り組みとして、今後も実施を検討していきたい。

・【A. C. C.国際交流学園と食を通じた交流会】

食だけでなく、「昔のあそび」など文化体験を通じた交流の形も検討し、継続的に交流を実施していく。加えて、新しい活動を通じて、趣味づくりの機会を提供することで、会員の主体的な活動意欲の向上を図っていきたい。

【活動の様子】

① スマホ教室



② おしるこの振る舞い



③ACC 国際交流学園と食を通じた交流会



ふじさんシニアクラブ富士宮

○総人口 126,348人 ○65歳以上人口 39,267人 ○高齢化率 31.1%
○シニアクラブ会員数 1,844人 ○シニアクラブ加入率 4.7%

～ふじさんシニアクラブ富士宮～

《概況》

令和7年6月に開催された関東甲信越ブロック大会において、ふじさんシニアクラブ富士宮が事例発表した「楽しけりゃ何でもやっちゃおうヨ」にベイシニア浦安の相原会長が共感・賛同され、浦安の冬季会長研修会に仲田氏を講師としてお誘いをいただきました。富士宮市も他のシニアクラブとの交流会で学ばせていただくことも大事だと役員一同賛成され常任理事会において役員視察研修として実施する運びとなりました。

※実施時期は浦安の会長会議日程にて調整

ベイシニア浦安とふじさんシニアクラブ富士宮の交流研修会

日時 令和8年2月2日(月) 12:30～16:05

場所 浦安市文化会館

〒279-0004 千葉県浦安市猫実^{ねこざね}1-1-2 Tel 047-353-1121

出席者 ふじさんシニアクラブ富士宮役員等

〈20名／男性14名、女性6名〉

浦安市長 福祉部部長、福祉部次長、高齢者福祉課課長

ベイシニア浦安役員(15名)・単位クラブ会長(35名程度)

演芸チーム(4名)ベイシニア浦安事務局(2名)

・歓迎セレモニー『ベル演奏3曲(弁天クラブ)』(4名)

♪ふじの山、♪小さな世界、♪君といつまでも

・開会式《会長挨拶(両2名)、福祉部部長挨拶・福祉部次長

高齢者福祉課課長、事務局紹介》

①-1 ふじさんシニアクラブ富士宮の概要説明 会長 山崎好信氏

-2 事例発表『楽しけりゃ何でもやっちゃおうヨ』

副会長 仲田 育美(なかだ いくみ)氏

②-1 ベイシニア浦安の概要説明 会長 相原勇二氏

-2 活動発表『アールフォーラムクラブ活動状況』

アールフォーラムクラブ 会長 佐藤 篤(単位クラブ)

・情報・意見交換会

・閉会式

《成果》

- ・ 役員の交流研修会では、富士宮の良いところの再確認ができました。
 - ① 役員が楽しく活動することが一番である。
企画運営していくうえで、参加される会員にも楽しんでいただけることが再確認できました。
楽しいと思える活動とは、参加される仲間みんなが楽しめること。
活動発表では、仲間と一緒に何よりも楽しいんだ！と、楽しい活動の様子が、お伝えできました。
 - ② 交流クラブから学ばせていただいた良いところ
両市で取り組んでいる「準会員」について、浦安市の良いところを富士宮でも参考にしながら取り入れていきたい。
浦安市の2つのクラブに所属してもよいという取り組みは、趣味の会活動を通して、会員を増やしていくきっかけになるのでは？と、富士宮で取り組むための課題等を、今後の役員会で協議していく。
同じクラブに夫婦で所属する場合の、夫婦割も参考事例として、FSC 富士宮各単位クラブに伝えていく。
 - ③ 役員同士のつながりが広がり、非常に効果のあった交流研修会でした。

《今後の方針》

- ◇ 年に1回は、他の市町のシニアクラブとの交流研修を実施していきたい。
 - ・ 交流研修会を通して、わがシニアクラブ活動の振り返りもでき、良いところの再確認はこれからの活力にもなる。
先方の良いところを参考に、役員一同課題への取り組みについて共有でき、役員の士気も高まる。
 - ・ 今後の大きな課題である、単位クラブの存続がスムーズにいくように、現在の役員と、これからの役員候補になる皆さんにも参加を呼びかけて地域でのシニアクラブのあり方について協力体制を構築していきたい。

【活動の様子】

令和7年度 冬季単位クラブ会長等市内研修会
～「ふじさんシニアクラブ富士宮」との情報・意見交換会～

日 時 令和8(2026)年2月2日(月) 12:30～16:00

場 所 浦安市文化会館 大会議室
〒379-0004 千原町浦安市鶴栗1-1-2 TEL 047-353-1131
◆昼食会場：単位クラブ会長・若手委員(大会議室/担当：秦・春日)
ふじさん20名：役員15名(中会議室/担当：役員)
演芸チーム(第1会議室/担当：安藤)
◆控え室：ふじさん(第2会議室/担当：小野)
演芸チーム(第1会議室/担当：安藤)

出席者 ふじさんシニアクラブ富士宮役員等(20名/男性14名、女性6名)
福祉部部長、福祉部次長、高齢者福祉課課長
ペインニア副委員長(15名)、単位クラブ会長(28名)、若手委員(3名)
演芸チーム(4名)、ペインニア浦安事務局(2名)

※1日のタイムスケジュール

時間	単位クラブ 会長	ペインニア浦安 役員	ふじさんシニアクラブ 富士宮	演芸 チーム
11:00～				到着 昼食(4) (安藤)
11:30～	昼食(大宮(座))	歓迎会(浦安・丸根)	登壇	
11:45～		紹介・昼食(15名+20名) 第1会議室(1名)		
12:30～	司会：副委員長 歓迎レセプション『ベル演奏3曲(弁天クラブ)』(4名) ♪ふじの山♪♪小さな世界♪♪若々といふまでも			
12:40～	閉会		解散	
13:00～	①-1 ふじさんシニアクラブ富士宮の概要説明 会 長 山崎 好信氏			
13:20～	② 事例発表『まじけりや何でもやっつけろ』 副会長 仲田 育美氏			
13:50～	③-1 ペインニア浦安の概要説明 会 長 和原 邦夫氏			
14:20～	② 活動発表『オールフォーラムクラブ活動状況』 オールフォーラムクラブ(浦安クラブ) 会 長 佐藤 直			
14:30～	閉会・意見交換会			
16:00				

※ふじさんシニアクラブ富士宮より支部/42クラブ/1,794名

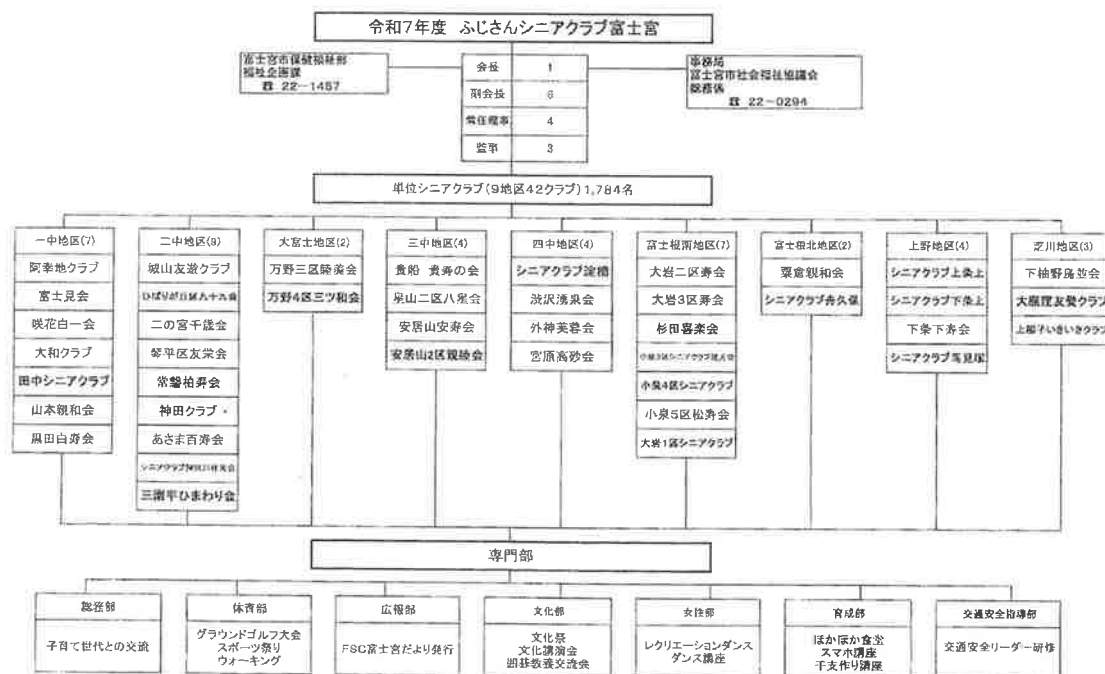
以上

ペインニア浦安

名前

単位クラブ名

- | | |
|-----------|-------------|
| 1 山崎 好信 | シニアクラブ下条上 |
| 2 仲田 育美 | 小泉3区シニアクラブ |
| 3 遠藤 修一郎 | 田中シニアクラブ |
| 4 若林 孝 | シニアクラブ淀橋 |
| 5 小笠原 佐能 | 神田クラブ |
| 6 小島 猛志 | 万野4区三ツ和会 |
| 7 大河原 邦夫 | 栗倉親和会 |
| 8 佐野 俊史 | 安居山安寿会 |
| 9 宮代 高雄 | シニアクラブ舟久保 |
| 10 佐野 貴久雄 | 上稲子いきいきクラブ |
| 11 望月 忠雄 | シニアクラブ淀橋 |
| 12 石川 安一 | 外神美蓉会 |
| 13 伊藤 寿彦 | シニアクラブ上条上 |
| 14 神山 照夫 | 小泉3区シニアクラブ |
| 15 佐野 ひろみ | シニアクラブ舟久保 |
| 16 溝口 つや子 | 宮原高砂会 |
| 17 神山 房子 | 小泉3区シニアクラブ |
| 18 仲田 尚代 | 小泉3区シニアクラブ |
| 19 青沼 美好 | 富士宮市社会福祉協議会 |
| 20 中野 美晴 | 富士宮市社会福祉協議会 |



ベイシニア浦安 役員名簿
【任期：令和7年10月6日～令和9年度定期総会の日】

No.	役 職	定数	氏 名 ・ 所属単位クラブ	備考
1	会長	1	相原 勇二 [30] 海風の街これから会	
2	副会長	若干名	宮坂 照代 [28] 舞浜レインボーくらぶ 安藤 俊明 [08] 弁天クラブ 谷口 昇 [07] 今川若潮会	
3	会計	2	佐藤 和彦 [48] 美浜16サロンの会 小野 千恵子 [10] 海楽菜の花クラブ	
4	書記	2	金子 敏明 [36] 海園の街盛年会 秦 美代 [14] 入船中央寿会	
5	監事	2	大塚 真理子 [6] 八区若寿会 露木 雅美 [1] 江川第一クラブ	
6	女性部会部会長	1	(兼) 宮坂 照代 [28] 舞浜レインボーくらぶ	
7	体育部会部会長	1	須山 龍 [12] 入船つつじ会	
8	文化部会部会長	1	大塚 勝幸 [6] 八区若寿会	
9	広報委員長	1	(兼) 金子 敏明 [36] 海園の街盛年会	
10	防犯防災委員長	1	(兼) 須山 龍 [12] 入船つつじ会	
11	福祉委員長	1	今野 正喜 [19] M3イズミクラブ	
12	交通安全委員長	1		不在
13	若手委員長	1	春日 英世 [6] 八区若寿会	
14	顧問	1	渡邊 武 [32] 舞浜三丁目マイアミクラブ	

※ 太字は単位クラブ会長（9名）、(兼)は兼務（3名）、下線は新任 / 実人数《15名》

ベイシニア浦安

冬季単位クラブ会長等市内研修会

「ふじさんシニアクラブ富士宮」

情報・意見交換会

開催日 2月2日
会場 文化会館 大会議室
参加者 71名

・ふじさんシニアクラブ(FSC)富士宮 20名
・ベイシニア浦安(BS) 46名
・来賓 福祉部長 並木 美砂子
福祉部次長 八田 綾子
高齢者福祉課長 竹森 望
・事務局 2名(羽崎、岩城)

内容

◆歓迎セレモニー 《ベル演奏/弁天クラブ 4名》
♪ふじの山 ♪小さな世界 ♪君といつまでも

◆開式

一 歓迎の挨拶 ベイシニア浦安会長 相原 勇二
一 ご挨拶 ふじさんシニアクラブ富士宮会長 山崎 好信

一來賓のご挨拶

福祉部長 並木 美砂子
福祉部次長 八田 綾子
高齢者福祉課長 竹森 望

◆講演

- ① ふじさんシニアクラブ富士宮の概要説明
講師 会長 山崎 好信
- ② 事例発表「楽しけりや何でもやっちゃおうヨ」
講師 副会長 仲田 育美
- ③ ベイシニア浦安の概要
講師 会長 相原 勇二
- ④ 活動発表「オールフォーラムクラブ活動状況」
講師 会長 佐藤 篤

◆情報・意見交換会



シニアクラブ南伊豆

○総人口 7,259 人 ○65 歳以上人口 3,534 人 ○高齢化率 48.7%
○シニアクラブ会員数 402 人 ○シニアクラブ加入率 11.4%

～シニアクラブ南伊豆～

《概況》

南伊豆町老人クラブ連合会輪投げ大会

日 時：令和 7 年 7 月 4 日（金）

会 場：南伊豆町武道館

参加人員：26 チーム名 168 名

内 容：町内老人クラブ会員の交流と輪投げを通しての健康づくりを図る。

《成果》

- 1 老人クラブに加入していない高齢者の方にも呼びかけを行い、会員の交流と健康づくり、会員加入促進のため、7 月に大会を実施した。
- 2 大会当日は、660 代、70 代の会員も多く参加し、会員になっていない方々にクラブ活動の周知を行なうことができた。
- 3 輪投げは町内全ての単位クラブで活動の中に取り入れており、26 チーム 168 名の参加で盛大に大会が開催され、会員の交流とスポーツ事業の啓発が図られた。

《今後の方針》

- 1 来年度以降も、本年度と同様に開催する計画である。
- 2 会員以外の参加も広く呼びかけ、会員加入促進の一助として実施していき
- 3 各地区の行事や他団体での催しの際に輪投げ用具一式を貸し出し、会員でなくても多世代の方に親しんでもらい、会員加入促進につなげていきたい。

【活動の様子】



シニアクラブ長泉

○総人口 43,480 人 ○65 歳以上人口 9,791 人 ○高齢化率 22.5%
○シニアクラブ会員数 965 人 ○シニアクラブ加入率 9.9%

～シニアクラブ長泉～

【概 況】

交流研修会

活動日：7/4（3クラブ）、8/5（3クラブ）、9/3（3クラブ）
10/2（3クラブ）、11/12（3クラブ）、12/19（4クラブ）、1/13（3クラブ）
会 場：長泉町福祉会館2階研修室
内 容：町交通指導員による交通安全指導と裾野警察署による生活防犯講座

長泉音頭&レクリエーションサークル

練習日：全10回
会 場：いずみの郷3階集会室
内 容：長泉音頭の練習と啓発、レクリエーションダンス

健康ストレッチ教室

活動日：第2・4水曜日（全24回）
講 師：健康運動指導士1名
内 容：簡単な体操を通じて、健康の喜びを感じながら、自らの健康を維持・向上を目的とする。

学び直し教室

活動日：年20回（火曜日）10：00～11：30
会 員：約40名登録毎回30名程度の参加
講 師：ボランティア講師2名体制
内 容：幅広い学習を仲間とともに楽しく学びながら勉強。仲間のコミュニケーションを図る学習教室。

シニアクラブ長泉だより発行事業

発行回数：毎月
発行部数：毎月220部
内 容：情報共有のため毎月広報誌を発行するとともに毎回頭の体操クイズを設けて全問正解者の中から抽選で粗品をプレゼントした。

シニアクラブ長泉HP作成

内 容：シニアクラブ長泉の体制、行事のほか単位クラブの活動情報を掲載してシニアクラブ活動を広くPRしてクラブ活性化を図る。

【成 果】

交流研修会

交流研修会は、町交通指導員による交通安全指導と裾野警察署による振り込め詐欺防止対策講座を中心に開催し、シニア世代の交通事故防止と今だ増加中の振り込め詐欺防止の啓発を推進した。併せて2～3地区の単位クラブと合同で実施することで町内に分布した地区ごとの交通事情を把握することもでき、地域の交通事情などの情報交換を通じて単位クラブ間の交流も図れた。全7回とも会員20名程度が参加し、一定の成果を得ていると思われる。

長泉音頭&レクリエーションサークル

長泉音頭&レクリエーションダンスサークルは、町行事に積極的に参加することで住民に「シニアクラブ長泉」を紹介することで地域に広くシニアクラブの存在感を向上させることを目的としている。また、長泉音頭とレクリエーションダンスを目当てに若年世代が人合している例もあり、会員増強目的もある。年間8回ほど全体練習会を設け、練習では、踊りやダンスの他におしゃべりなどサロンの・居場所的な雰囲気の中で介護予防的な効果も期待されている。練習には毎回30～60名以上が参加し、行事では、30～100名程度が参加して増加傾向にある。

健康ストレッチ教室

健康ストレッチ教室は、健康運動指導士の専門講師による簡単な体操を通じて、健康の喜び、また、自らの健康を維持・向上していることを感ずることができるので長く続けていける活動です。前期、後期に分け、半期2,000円ではあるが、年々受講者が増えており、講師も常に内容を新しくしているので大変喜ばれている。

学び直し教室

学び直し教室は、学校のような雰囲気のなかでの学習を通じて、脳の活性と仲間づくりを目的として実施している。ボランティア講師のご協力のもと、計算ゲーム、古文、漢詩から国際情勢など幅広い学習を仲間とともに楽しく学んでいただいた。脳トレとは違い積極的に勉強したい方を対象としているため有意義な勉強会となっている。当番制で朝礼の挨拶と授業終了後の感想を述べていただく場を設けているため必然的に参加意識を向上させ、講師と勉強仲間のコミュニケーションを図っていただいている。好評のため生徒は増加している。また、シニアクラブ会員外の加人問い合わせもあり、会員増強に繋げている。

【今後の方針】

交流研修会

交流研修会は、シニア世代の交通安全と振り込め詐欺等生活防災の啓発、会員の交流事業として継続して実施する。

長泉音頭&レクリエーションダンスサークル

長泉音頭&レクリエーションダンスサークルは、シニアクラブの看板事業であり、サロンのかつ介護予防的健康事業でもあり、レクリエーションダンスが若年世代に人気であることから今後も積極的に事業展開して活動PR、会員増強にも繋がるため継続して実施する。

課題としては、男性の参加が少ないことで男性でも気軽に参加できるような体制・対策を

取入れていきたい。

健康ストレッチ教室

健康ストレッチ教室は、専門の講師に指導頂いているため、更に募集をおこない、こちら
もサロンのかつ介護予防・認知症予防的健康事業でもあり、また、高齢者の居場所的な活動、
専門的なアドバイスがいただける場としてさらに強化していきたい。

学び直し教室

学び直し教室は、学校のような雰囲気の中での学習を通じて、脳の活性化と仲間づくり
を目的とした教室である。ボランティア講師のご協力のもと、計算ゲーム、古文、漢詩から
世界の国旗、仏像の見方、国際情勢など幅広い学習を仲間とともに楽しく学んでいただい
だ。脳トレとは違い積極的に勉強したい方を対象としているため有意義な勉強会となっている。
学校感覚に近く当番制による朝礼の挨拶と授業終了後の感想を述べる機会を設けているため
参加意識を向上させながら、講師と勉強仲間のコミュニケーションを図っていただいている。
講師と生徒とも継続を望んでいることから、生徒を追加募集しながら拡大を図っていき
たい。この教室への入会を求めてシニアクラブに入会するケースが多い。

シニアクラブ長泉だより発行事業

シニアクラブ長泉だよりは、各クラブや会員から情報の共有のために欠かせないものとの
意見が多く、今後も継続して発行していく予定である。

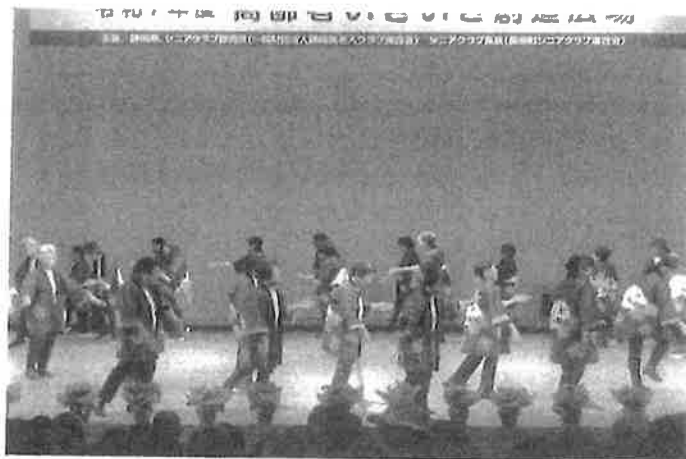
e-スポーツ事業も地域での交流の場として徐々にではあるが、広がりを見せているので引き続
き継続して行きたい。

【活動の様子】

【交流研修会】



【長泉音頭&レクリエーションサークル】



【健康ストレッチ教室】



【高齢者向けeスポーツ】



さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 139,290人 ○65歳以上人口 43,987人 ○高齢化率 31.6%
○シニアクラブ会員数 1,603人 ○シニアクラブ加入率 3.6%

～さわやかクラブふじえだ連合会 大洲地区連合会～

《概況》

「高齢者向けeスポーツ講座」開催

第1回 開講日：令和6年12月18日（水） 出席者：32名

会 場：大洲交流センター

内 容：初心者講座

第2回 開講日：令和7年7月2日（水） 出席者：28名

会 場：大洲交流センター

内 容：ステップアップ講座

「eスポーツ教室」開催

開講日：令和7年5月～8月 第1・3水曜日 計8回実施

会 場：大洲交流センター

参加者：各回25～30人

「eスポーツ大会」開催

開講日：令和7年8月20日（水）

会 場：大洲交流センター

参加者：大洲地区単クより10チーム 34人

《成果》

高齢者向けeスポーツ講座

「しずおか健康長寿財団」主催の講座で講師4名を招き開催。

参加者全員が興味を持ってくれ、当地区連合会のイベントとして取り組むこととした。

第2回のステップアップ講座では具体的な競技方式を取り入れ、大会開催に備えた。

eスポーツ教室

計8回開催

毎回25～30人が参加し、少しずつ上達しながら楽しめた。他の単ク会員とも親睦の輪を広げることが出来た。

eスポーツ大会

各チーム練習の成果を競い合った。

熱戦を繰り広げる中でも時には笑面碁絵が出てとても有意義な時間を過ごすことが出来た。

次回2月の大会が楽しみである。

《今後の方針》

- ・当地区連の4番目の健康増進種目として定着を図っていきたい。そのためにも参加者の増加、実施競技の増加を図りたい。8月、2月に定期的に大会を開催していきたい。

【活動の様子】



さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 139,290 人 ○65 歳以上人口 43,987 人 ○高齢化率 31.6%
○シニアクラブ会員数 1,603 人 ○シニアクラブ加入率 3.6%

～さわやかクラブふじえだ連合会 兵太夫南初霜会～

《概況》

「e-スポーツクラブ」の設立

クラブ活動活性化に向け、「e-スポーツ」を取り入れるべく、機材購入し講習会を開催し普及を図る。

第 1 回講習会の開催

開講日：令和 7 年 7 月 16 日（水） 09：30～12：00 参加者 6 名

講 師：藤美園 石神課長

会 場：兵太夫南町内会館

内 容：機器のセットアップとソフトのオペレーション

第 2 回講習会の開催

開講日：令和 7 年 7 月 17 日（木） 13：30～15：00

講 師：藤美園 石神課長

会 場：兵太夫南町内会館

内 容：前回の復習

勉強会の開催

開講日：令和 7 年 8 月 18 日（月） 13：30～15：00 参加者 10 名

講 師：杉本 廣行

会 場：兵太夫南町内会館

内 容：勉強会終了後、役員会を開催「e-スポーツクラブ」を設立メンバー：7 名
活動日：毎週土曜日 13：30～15：30 と決定。

練習会の開催

開講日：令和 7 年 8 月 30 日（土）参加者 7 名

令和 7 年 9 月 06 日（土）参加者 6 名 クラブ新規加入者 3 名

令和 7 年 9 月 20 日（土）参加者 6 名

令和 7 年 9 月 27 日（土）参加者 5 名

《成果》

- ・まだ、目に見えた成果は感じられないが、e-スポーツという言葉さえも知らなかった者が、講習会に参加し、週一の練習会に参加することで、e-スポーツの楽しさを感じ、今では夢中になり楽しくやる者たちが増えてきた。この夢中になることが大事であるとする。夢中になって e-スポーツを楽しむことが成果であると思っている。

《今後の方針》

- ・クラブ活動を盛んに市、会員のみならず、町内の皆さまにも、e-スポーツの楽しさを PR して、会員を増やしていこうと思っています。会員を増やす一つ的手段として三世代が楽しめるイベントの開催を考えています。

【活動の様子】

初習会役員の皆様

令和 7年 7月11日

初習会会長 村松浩郎

「eスポーツ」第1回講習会開催の件

この度、eスポーツのセットを購入しました。年度初、役員会で検討した通り「eスポーツ」のクラブを設立したいと思います。が、誰も操作方法等解っておりません。そこで、講師を招いて下記の通り講習会を開催しますので、役員の皆様にはお忙しい所恐縮ですが、ご出席をお願いします。

記

- ① 日 時 令和 7年 7月16日(水) 9:30～
- ② 場 所 町民会館 南の間
- ③ 講 師 藤岡剛 石神龍長 様
- ④ 内 容 ① 機器の操作方法
② ゲームのオペレーション
③ その他

以 上



初習会役員の皆様

令和 7年 7月16日

初習会会長 村松浩郎

「eスポーツ」第2回講習会開催の件

この度、eスポーツのセットを購入しました。年度初、役員会で検討した通り「eスポーツ」のクラブを設立したいと思います。が、誰も操作方法等解っておりません。そこで、講師を招いて下記の通り講習会を開催しますので、役員の皆様にはお忙しい所恐縮ですが、ご出席をお願いします。前回で覚え切れない所を重点的に講習を受けます。

記

- ① 日 時 令和 7年 7月17日(木) 13:30～
- ② 場 所 町民会館 南の間
- ③ 講 師 藤岡剛 石神龍長 様
- ④ 内 容 ① 機器の操作方法(不明な所)
② ゲームのオペレーション
③ その他

以 上

初習会会員の皆様

令和 7年 8月 1日

初習会会長 村松浩郎

e スポーツ

勉強会開催の件

自分でゲームをして楽しみましょう

この度7月12日、「eスポーツのセット」を購入しました。7月16日・17日と2回の講習会を開催し、操作方法を不十分ではありますが覚える事が出来ました。多くの方に操作方法を覚えていただくと同時にゲームを楽しんでいただきたいと思います。そこで下記の通り勉強会(メインはゲームの練習)を開催しますので、ご参加をお願いします。

記

- ① 日 時 令和 7年 8月18日(月) 9時30分後編会
終了次第eスポーツの勉強会
昼食を用意しますので、終了は14時。用事のある方は時間の許すまで。
- ② 場 所 町民会館 南の間
- ③ 講 師 杉本廣行様をメインとし、皆で覚える。
- ④ 内 容 ① 機器の操作方法・ゲームのオペレーション
② その他・・・実際にゲームをやってみよう

以 上



令和 7年 8月18日

初代会員の皆様

初代会長 杉本隆郎

「eスポーツ」クラブ設立の件

この度、eスポーツのセットを購入しました。年度初、役員会で検討した通り「eスポーツ」のクラブを設立いたしましたので、ご報告いたします。クラブの内容は下記のとおりです。今後ともよろしくお願いいたします。

記

- ① クラブ名 eスポーツクラブ
- ② 活動日 毎週 土曜日 / 午後 2時 ~ 5時
- ③ メンバー 役員を員の友人をお願いします、
部 長 杉本隆郎
副 長 山村隆司 村松逸郎
幹 事 八木富行 藤田恒次
会計 青木芳敏 松江トモ子 佐々木俊正
田村洋子

※ その他大勢の方の人数をお待ちしております。
連絡先 杉本隆郎 tel 054 635-0659
携帯 090-7676-8720



さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 139,290 人 ○65 歳以上人口 43,987 人 ○高齢化率 31.6%
○シニアクラブ会員数 1,603 人 ○シニアクラブ加入率 3.6%

～さわやかクラブふじえだ連合会 大新島白寿会～

《概況》

白寿会モルック部の活動

白寿会モルック部の練習日は、毎月第 1・3 木曜日午前 8 時 30 分から参加自由で開催。

【4 月】

4 月は 3 日と 18 日が練習日 参加者延べ 27 名

さわやかクラブ大会（市連合会大会）に向けて、公式ルールでの練習。

【5 月】

令和 7 年 5 月 15 日「さわやかクラブ・モルック大会」白寿会からは 4 チームが参加

5 月は 2 回の練習日を含め参加者延べ 35 名

【6 月】

5 日と 19 日が練習日 参加者延べ 26 名

【7 月】

27 日は「町内夏祭り」にてエキジビションゲームを行う。町内役員、一般の方も大勢参加いただいた。

3 日と 17 日の練習日を含め参加者延べ 41 名

【8 月】

23 日に「三世代もるっくたいかい」を開催 子ども会と壮年会の協力を頂く。

7 日と 21 日の練習日を含め参加者のべ 46 名

【9 月】

4 日と 18 日の練習日 参加者延べ 22 名

【10 月】

2 日と 30 日の練習日 参加者延べ 40 名

【11 月】

6 日と 20 日の練習日 参加者延べ 27 名

【12 月】

18 日に「白寿会歳忘れモルック大会」を開催

4 日の練習日を含め参加者延べ 37 名

【1 月】

29 日に「白寿会新春モルック大会」を開催

15 日の初投げ練習日を含め参加者延べ 34 名

【令和 7 年度活動のまとめ】

令和 7 年 4 月～令和 8 年 1 月の 10 ヶ月 練習日と試合を 24 回開催延べ参加者数 335 名

《成果》

- ・ 10 ヶ月間の活動 24 回開催延べ参加者数 335 名
- ・ 白寿会会員の健康促進、仲間同士の親睦を深めることが出来た。
- ・ モルック競技を通して会員以外の方の参加が得られた。
- ・ 屋外競技で体調も良く食事が進みます。
- ・ ゲームの休憩時間や終了後に仲間との懇談の時間が楽しみです。

《今後の方針》

- ・自治会長、町内会長も会員になっており、他の団体等との連携を図り、会員の増員に結び付けていきたい。
- ・モルック、グラウンド後等屋外競技での健康増進を進めていきたい

【活動の様子】

令和8年1月29日「白寿会新春モルック大会」の様子



島田市いきいきクラブ連合会

○総人口 94,270 人 ○65 歳以上人口 30,644 人 ○高齢化率 32.5%
○シニアクラブ会員数 1,009 人 ○シニアクラブ加入率 3.3%

～島田市いきいきクラブ連合会～

《概況》

・スポーツ大会のつどい

開催日：令和 7 年 11 月 27 日（水）9 時～14 時

会 場：島田市総合スポーツセンター・ローズアリーナ

参加者：約 300 人

内 容：市連合会島田支部を 7 地区に分け、地区対抗で競技を行い得点を競った。

例年 6 種目を実施しており、本年度は、新競技としてフリスビーゲーム、釣りゲームの 2 種目を取り入れ、メディシングボール、ボッチャリレー、スポットボールリレー、玉入れの 6 種目を行った。

競技を通して、各クラブ会員の交流促進を図ることが出来た。また、大会に備えて練習会を開催する地区もあり、こうしたことが体力づくり、健康づくりにつながるものと考えている。

《成果》

・スポーツ大会のつどい

1 高齢者（一人暮らし含む）の外出機会の創出

- ・一般のお高齢者も自由に見学できることとしており、日頃、外出機会のない高齢者に外出のきっかけ作りができた。

2 高齢者同士の支え合い、仲間意識の醸成

- ・6 種目とも団体戦で参加者は助け合い、声かけながら競技を行った。
また、応援する会員も元気よく、楽しい時間を過ごした。

3 高齢者の生きがい、やりがいの醸成

- ・同世代の会員が元気に体を動かす様子は、参加者だけでなく見学する会員にも刺激になった。対抗戦形式で行うことで、緊張感ややりがいを感じることが出来た。

《今後の方針》

・スポーツ大会のつどい

1 来年度以降の大会継続の可否の検討

- ・本大会の玉入れ協議の練習中、玉入れの支柱が倒れ、会員の肩に支柱がぶつかる事故が発生した。昨年も救急車を呼ぶ事故が発生しており、来年度以降の大会については、実施の可否を含め役員会で改めて協議することとしたい。

2 来年度以降実施する場合の安全確保

- ・来年度以降も大会を実施する場合は、安全面を第一に考え、競技種目、競技時間、対抗戦のあり方等について検討して行きたい。

【活動の様子】

島田市いきいきクラブ連合会 島田支部 スポーツ大会



島田市いきいきクラブ連合会

○総人口 94,270 人 ○65 歳以上人口 30,644 人 ○高齢化率 32.5%
○シニアクラブ会員数 1,009 人 ○シニアクラブ加入率 3.3%

～島田市いきいきクラブ連合会～

《概況》

・会員のつどい

開催日：令和 7 年 9 月 27 日（土）10 時～15 時

会 場：島田市総合施設プラザおおるい大ホール・ホワイエ他

参加者：約 400 人

内 容：(1) 会員の作品展

プラザおおるいの大ホール前エントランス部分を会場に、会員の作品展示会を開催。陶芸、絵画、手芸作品等 94 点のしゅってんがありました。

(2) 会員の演芸大会

プラザおおるいの大ホールを会場にダンス、コーラス等 23 の発表がありました。

《成果》

・会員のつどい

1 高齢者（一人暮らし含む）の外出機会の創出

・一般のお高齢者も自由に見学できることとしており、町内会には単位クラブを通して来場の PR をお願いした。日頃、外出機会の少ない高齢者や、一人暮らしの高齢者に外出の機会を創出できたものと思います。

2 高齢者同士の支え合い、仲間意識を高めることが出来た。

・発表の順番は事前に怪異を開催しくじ引きで決定しています。くじ引きの際にも参加者の皆さんが和気あいあいと会話をされ楽しんでおられた。
・演技者は、自身の発表時間以外は、観客として観客席で他の演技者の演技を観て楽しんでおり、舞台と客席が一体となったようで、仲間意識が向上したように思われる。

3 高齢者の生きがい、やりの醸成

・作品展、演芸発表いずれも日々のクラブ活動の中で制作したり、練習してきたものです。日頃の活動を目に見える形で発表する場となり生きがい・やりの出たと思われる。
・非会員にとっては、同世代の高齢者が元気に活躍する姿は、いろいろな面での刺激になったことと思われる。

《今後の方針》

・会員のつどい

1 高齢者（一人暮らし含む）の外出機会の創出

・継続開催することで、高齢者の外出機会をつくっていききたい。また、参加者を増やしていくためにも内容のマンネリ化を防ぎ、より魅力的な内容となりよう工夫をしていきたい。

2 高齢者同士の出会い・友達作りの機会の創出

・来場者が共通の話題を持つことで友達作りの機会にしていきたい。

3 高齢者の生きがいづくり、やりのづくりの創出

・会員には日頃の活動の成果の発表の場として、来場者には興味を持った趣味や演技を自分

の趣味に取り入れて生きがいづくりに、孤立防止・健康づくりの活動に繋げていきたい。

4 シニアクラブ未設置地域への働きかけ

- ・ 来場された方の中にはクラブ未設置地域から来られた方もありました。シニアクラブ活動の楽しさを感じていただきクラブ創設のキッカケになればと思います。

【活動の様子】



シニアクラブ菊川

○総人口 46,961人 ○65歳以上人口 13,420人 ○高齢化率 28.6%
○シニアクラブ会員数 229人 ○シニアクラブ加入率 1.7%

～シニアクラブ菊川～

《概況》

○女性部 交流会

開催日：令和7年12月5日(金)
会 場：六郷地区センター 多目的ホール
参加者：18名（シニアクラブ菊川会員）
内 容：モルック体験
講 師：静岡県レクリエーション協会 派遣指導員
開催日：令和7年12月8日(月)
会 場：中央公民館 多目的ホール
参加者：39名（シニアクラブ菊川会員）
内 容：フライングディスク交流会
講 師：菊川市身体障害者福祉会 フライングディスク部

○女性部 仲間とのコミュニケーションを深めるための研修。

開催日：令和7年6月18日（水）
会 場：ひらかわ会館 多目的ホール
参加者：33名（シニアクラブ菊川会員・非会員）
内 容：健康体操
手品 「マック マサ」
開催日：令和7年11月5日（水）
会 場：ひらかわ会館
参加者：29名（シニアクラブ菊川会員）
内 容：寄せ植え教室

○女性部 生きがいがづくり交流会

生きがいがづくりとしての目標を持ち、会員同士交流を楽しむ

開催日・参加者：	令和7年7月9日（水）	10名	8月26日（火）	14名
	7月23日（水）	12名	9月9日（火）	14名
	7月28日（月）	12名	9月22日（月）	14名
	8月6日（水）	11名	10月10日（金）	8名

会 場：六郷地区センター 多目的ホール

内 容：令和7年9月25日（金）焼津文化会館で開催される「高齢者いきいき創造広場」の芸能交流ひろば出演のための「ライス・ベジタブル・ミート」の練習
自宅でも継続してできるよう芸能交流ひろば開催後行う。

○健康講演会 出前講座

会員と一般市民を対象に高齢者の健康についての講演会を開催

開催日：令和7年8月8日（金）
会 場：中央公民館 多目的ホール
参加者：53名（シニアクラブ菊川会員・非会員）
内 容：熱中症対策と誤嚥防止
講 師：健康福祉部 健康づくり課 2名

《成果》

○女性部 交流会

会員加入促進仲間づくりとして実施「モルック」「フライングディスク」がどんなものか知らない方が殆どでした。

「モルック」は、ルールがシンプルなので、初心者でもすぐ理解してプレイすることが出来ました。認知予防にもなり、今後のスポーツの幅が広がると思いました。

「フライングディスク」は身体障害者福祉会のフライングディスク部の方が講師をやっていたので、その方々との交流やゲームを楽しむことが出来ました。

○女性部 生きがいきづくり交流会

練習開催日だけでは補いきれないので各自が自宅でビデオを見ながら練習をし、練習日に全体合わせをする方法を取りました。ひたすらその繰り返しを行いました。回数を重ねることにより、仲間同士の交流の輪が広がり、練習日に仲間に会えることを楽しみながら足を運んでくれました。高齢者いきいき創造広場で舞台に立ち「ライス・ベジタブル・ミート」で舞台に立ち、皆さんに披露することが出来ました。

また、自身の健康のためにも自宅で継続して行っている方もいました。

この活動により、女性部の団結を深めることが出来ました。

○健康講演会について

以上に暑い夏を乗り切るための熱中症対策と誤嚥防止の対策についての内容であったので、興味深く聞いていました。

講演会を聴き地震の対策の見直しができました。

《今後の方針》

- ・今後も女性部の交流の輪を広げながら、健康で活動的な生活を送ることが出来る取り組みを企画するとともに、自ら健康であり続けるための講座を開催します。
- また、軽スポーツの交流も引き続き開催していきたい。
- ・さらに、会員同士、非会員との親睦の取り組みについても、引き続き開催しながら、シニアクラブ会員の増員に繋げていくよう努めます。

【活動の様子】

モルック体験



フライングディスク交流会



寄せ植え教室



生きがいきくり交流会

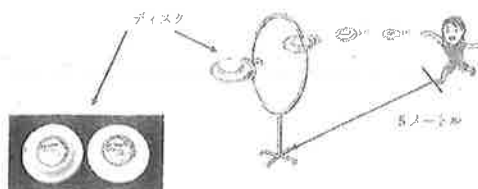


高齢者いきいき創造広場での舞台



フライングディスク体験

・前方5メートルに設置した輪に向かってディスクを10枚投げ、
輪を通過した合計の回数を競う



実物はこのようなディスク

参加者

単位クラブ名

代表者名

単位クラブ名	代表者名

フライングディスクの補助作業

①ディスク拾い

①枚数
コマー

②ディスク投げ

②枚数
コマー

③の記録 本人の記録(必ず多量あり)
④ディスク投げ ⑤枚数 ⑥ディスク投げ ⑦枚数 ⑧枚数 ⑨枚数
⑩枚数 ⑪枚数 ⑫枚数 ⑬枚数 ⑭枚数 ⑮枚数 ⑯枚数 ⑰枚数 ⑱枚数 ⑲枚数
⑳枚数 ㉑枚数 ㉒枚数 ㉓枚数 ㉔枚数 ㉕枚数 ㉖枚数 ㉗枚数 ㉘枚数 ㉙枚数
㉚枚数 ㉛枚数 ㉜枚数 ㉝枚数 ㉞枚数 ㉟枚数 ㊱枚数 ㊲枚数 ㊳枚数 ㊴枚数
㊵枚数 ㊶枚数 ㊷枚数 ㊸枚数 ㊹枚数 ㊺枚数 ㊻枚数 ㊼枚数 ㊽枚数 ㊾枚数
㊿枚数

1サイト

①枚数
コマー

2サイト

②枚数
コマー

③ディスク投げ

③枚数
コマー

④ディスク投げ

④枚数
コマー

7654321 順番

7654321 順番

単位クラブ女性部長 宮 位

令和7年4月25日

シニアクラブ 菊川
女性部長 津川 忠子



手品観賞について (ご案内)



は、本会の運営に多大な御理解と御協力を賜り、誠に有難うございます。
さて、観賞の件について上記のとおり開催いたします。
つきましては、御参加いただけますようお願い申し上げます。

記

- 1 日 時 令和7年6月18日(水) 午後1時30分～午後2時30分
- 2 場 所 ひろかつ会館
- 3 内 容 健康体操等 午後1時30分～午後2時00分
手品「マジック」等 午後2時00分～午後2時30分
- 4 申し込み期日 令和7年5月20日(火) 午後1時30分～
(女性部会開催中)

問い合わせ シニアクラブ 菊川
電話 35-3724
担当 宮 位

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 30.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 三ヶ日地区連～

《概況》

◇活性化のための「活性化委員会」設置

5 月から毎月定期的(第 1 木曜日)に開催し、シニアクラブ活動の課題を話し合う。

◇シニアクラブ広報誌の「老想」発行

シニアクラブ連合会・広報誌「老想」を 6 月。2 月に発行し、会員増の取り組みの必要性を広報した。

◇地域の広報誌「かわら版三ヶ日」(年 4 号)へ広告の掲載

シニアクラブ活動「楽しむシニアクラブ」を広報し加入促進につなげる

◇自治会連合会長・民生・児童委員会においてシニアクラブ活動を発表

退会した単位クラブについては、自治会連合会長会(5 月)や自治会サロン活動推進者に結成を呼び掛けた。

《成果》

◇広報誌の発行、地域広報誌への活動掲載により会員が増加している。

「趣味同好クラブ」は現在 9 クラブが定期的に(月又は季節ごと)活動している。

◎現在 227 人の会員で活動し、広報により少しずつ会員が増えている。

◇解散(退会)した単位シニアクラブの再結成が見えてきた。

《今後の方針》

◇「活性化委員会」は、今後も継続して開催し、シニアクラブの課題解決を図っていきたい。

◇「広報誌」の発行だけでなく、機会をとらえ他のメディア、他団体等へ積極的に「シニアクラブの楽しさを」アピールして行きたい。

《活動の様子》

三ヶ日西小学校

〒900-0043 三ヶ日町三ヶ日 1-2-1
TEL 023-222-1111

創立100周年記念
10月23日(日) 10時～12時
三ヶ日地区スポーツ大会
シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

三ヶ日西小学校
〒900-0043 三ヶ日町三ヶ日 1-2-1
TEL 023-222-1111

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(女子)
1位 井村 朝江 (サンクチュアリ)
2位 都生志生江 (フタツクラフ)
3位 中嶋かつ子 (小波会)
4位 藤田真代子 (稲島会)
5位 山本えつ子 (稲島会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(男子)
1位 山崎 健治 (辰野会)
2位 山崎 浩二 (宝珠会)
3位 鈴木 賢司 (辰野会)
4位 大野 孝彦 (宝珠会)
5位 藤田 剛弘 (宝珠会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

団体の部 総合
1位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
2位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
3位 三ヶ日西小学校 (辰野会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(女子)
1位 井村 朝江 (サンクチュアリ)
2位 都生志生江 (フタツクラフ)
3位 中嶋かつ子 (小波会)
4位 藤田真代子 (稲島会)
5位 山本えつ子 (稲島会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(男子)
1位 山崎 健治 (辰野会)
2位 山崎 浩二 (宝珠会)
3位 鈴木 賢司 (辰野会)
4位 大野 孝彦 (宝珠会)
5位 藤田 剛弘 (宝珠会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

団体の部 総合
1位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
2位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
3位 三ヶ日西小学校 (辰野会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(女子)
1位 井村 朝江 (サンクチュアリ)
2位 都生志生江 (フタツクラフ)
3位 中嶋かつ子 (小波会)
4位 藤田真代子 (稲島会)
5位 山本えつ子 (稲島会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

競技は個人の部(男子)
1位 山崎 健治 (辰野会)
2位 山崎 浩二 (宝珠会)
3位 鈴木 賢司 (辰野会)
4位 大野 孝彦 (宝珠会)
5位 藤田 剛弘 (宝珠会)

シニアクラブ三ヶ日地区連合会 第46回スポーツ大会

10月23日
8時～9時 体育館で開催 氏別な運動と和やかな雰囲気の中で！ (団体7チーム 参加者125人)

団体の部 総合
1位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
2位 三ヶ日西小学校 (辰野会)
3位 三ヶ日西小学校 (辰野会)

令和7年度「**楽しむ**」シニアクラブ三日活動報告 (広報誌「おき」52期)

4月1日現在人口→

三日のみなさん
招いてますか?

三ヶ日域内の人口
13,098人
男性 6,280人
女性 6,818人
年齢別 15,192人

三ヶ日以上の人口
4,946人
男性 4,935人
女性 5,011人
年齢別 9,946人

シニアクラブ三日
会員数 440人
女性 497人
男性 47人
95%シニア会員

シニアクラブ委員会であつた
下座席・井口康行自治会議員さん！
・自治会館を大切にすることは自治会
活動活性化の第一

皆さんの住んでいる
自治会に
高齢者の活動する
組織がありますか？

シニアクラブ三日の「趣味同好クラブ」入会案内と紹介
高齢者のみなさん！お誘い合せて参加してください。見学も可也。
参加して、「人との輪も、食事も、笑顔も」広がりー健康長寿の源になります。
気軽に参加してください。現在、210人の方が楽しんでます。

ゴルフ 偶数月にコンパ 年5回 近隣のゴルフ場予定 代表 山崎 周二	舞臺座楽 毎月第1・3火曜日 午後1時半～5時 座楽・阿弥陀堂 代表 堀越 英夫	シニアの皆さん 入会を待て います！ 希望者は代表へ	レクダンス 毎月第3木曜日 午後1時半～5時 福祉センター 代表 小池 環子	歌・舞 毎月第3木曜日 午前9時半～11時 福祉センター 代表 田辺小夜子
染・手(手織) 毎月第2火曜日 午前9時半～午後6時 福祉センター 代表 井村 昭江	カラオケ 毎月第4火曜日 1時半から5時 オレンジハルス 代表 外山 富江	旅行 本年度 4回 近隣の観光地へ 出来れば泊り 代表 大野 保彦	てくてく 本年度4回計画 4月・6月・10月・3月 三ヶ日市内めぐり 代表 小野 美樹	園遊 毎月第3金曜日 午後1時半～5時 福祉センター 代表 比佐 美穂

シニアクラブ善平グラウンド・ゴルフ大会結果 5月23日 三ヶ日グラウンド 75名参加 反響大会は7月17日(日)

男子の部

第1位～5位 1位 横江達 10位～6位のみなさん 69.3歳を超える善平2人！

女子の部

第1位 堀越 英夫
第2位 山崎 周二
第3位 山崎 周二
第4位 山崎 周二
第5位 山崎 周二
第6位 山崎 周二
第7位 山崎 周二
第8位 山崎 周二
第9位 山崎 周二
第10位 山崎 周二

三ヶ日市議会議員
No.041
令和7年度 6月 発行

かわら版三ヶ日
三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告

平山小学校
三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告

三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告
三ヶ日市議会議員の活動報告

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 30.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部東美蘭五八会～

《概況》

新名誉会員宅友愛訪問

日 時：令和 7 年 4 月 27 日
対象者：4 名(令和 7 年度に 88 才到達者)
内 容：三役で戸別訪問し、健康面や近況を確認
会費免除を伝え、金一封を贈呈

春・秋の親睦バス旅行の開催

日 時：令和 7 年 5 月 30 日、10 月 22 日
参加者：33 人、25 人
行 先：熱海・小田原御前崎・牧之原
内 容：会員間の親睦向上を目的に年 2 回開催
1 時間毎にトイレ休憩をとり、買い物やバス車内でビンゴゲームも楽しむ

炊出し訓練・誕生日会の開催

日 時：令和 7 年 11 日、11 月 15 日
参加者：19 人、23 人
内 容：午前中に、女子会員を中心にカレーライス、野菜サラダ、おにぎり等を作り、午後から誕生日会参加会員が試食後、誕生セレモニーやポッチャゲームを楽しむ

3 世代交流お楽しみ会の開催

日 時：令和 7 年 11 月 30 日
会 場：東美蘭公民館
参加者：52 人
内 容：3 世代交流促進を目的に開催
午前中は、紙芝居。腹話術・日本舞踊で
楽しみ昼食をはさみ午後から e スポーツで太鼓の達人・バドミントン・ボウリングを行なった。
講 師：静岡県 e スポーツ連合代表理事畑雅樹氏

《成果》

新名誉会員宅友愛訪問

年度中内で来寿 88 歳となる会員宅を訪問するが、喜んでくれ会話もはずみ有意義に実施できている。入会しそうな人も、紹介してくれて仲間作りに協力してくれている。

春・秋の親睦バス旅行の開催

個人ではいけなくなった旅行も会員だけで気兼ねなく行け家族や孫へのお土産購入が1番の人もいるバスの乗降時、助けてあげたり歩行困難者には寄り添って歩く手荷物を網棚へ入れたり協力しあって楽しんでおり、主催者としてやりがいを感じている。

炊出し訓練・誕生日会の開催

公民館の厨房設備や備品を使う事でコミュニケーション効果があり時間差開催の誕生日会で試食でき食材の活用ができた。

3世代交流お楽しみ会の開催

地元の県議会議員、市議会議員、自治会三役、民生委員を招待し、会話を通じて交流ができた。紙芝居や腹話術、日本舞踊など会員の特技を披露することで、演技者、参加者ともに大変喜んでくれた。新たな取り組みであるeスポーツも好評で、器材購入をして定期的開催できないかの提案も多数の会員からいただくなど、高評価であった

《今後の方針》

新名誉会員宅友愛訪問

取り組みは高評価であるが、高齢化が進んで名誉会員の在籍割合が増えると資金面で支障が心配される為、取り組み内容を検討して行きたい。

春・秋の親睦バス旅行の開催

特に問題なく評価も良いので継続して行く。行先の要望を聞いた広旅行プランを増やしてより参加しやすい環境を作って行きたい。

炊出し訓練・誕生日会の開催

炊出し訓練は、担当者が交代でき後継者の育成にもなっており、継続して行く。

誕生日会は、マンネリ化が進み内容も限定される為、取り組み範囲が広がる名称に変更をして行く。

3世代交流お楽しみ会の開催

3世代交流が目的の1つであるが、クラブ会員の参加率が高く、若年層が参加できる取り組みを進めて行く。

《活動の様子》

3月1日 八幡川沿お花見



4月12日 定期総会 於:公民館



5月30日 乳岩峽ハイキング



5月30日 春の旅 熱海・小田原



6月17日 悠々ウォーキング 浜北森林公園



6月30日 地域ボランティア公民館除草作業



8月16日 納涼祭子供会グランドゴルフ指導



8月23日 美園児童公園芝生散水作業



10月22日 秋の旅 池宮神社・大鐘家



令和7年度 五八会事業実績

月	事業内容
4	4/12 第61回 定期総会 参加 52名 4/27 新名書会員宅友愛訪問 (対象者 4名・祝金持参)
5	5/14 第1回悠々ウォーキング 参加 10名 森林公園 5/27 いきいきフェスティバル 参加 13名 サーラグリーンアリーナ 5/30 春の日帰りバス旅行実施 参加 33名 熱海方面 6/1 ふれあい広場 会員より物品を提供
6	6/17 第2回悠々ウォーキング 参加 9名 森林公園 6/20 ボランティア活動・町内ごみ拾い・公民館敷地内草取り 参加 47名 輪投げ大会(育成会主催) 参加 38名
7	7/28 炊出し訓練 兼 誕生日会(4月~7月生まれ対象) 7/30 交通安全教室(自治会主催) 参加 45名 文化作品展 贈り絵・手芸作品提供 8名 (7/11~7/13)
8	8/14 納涼祭(自治会主催) 参加=祭り券販売、グランドゴルフ指導 8/15 納涼祭(自治会主催) 参加=祭り券販売、グランドゴルフ指導
9	9/15 敬老会(自治会主催) 行事参加 44名
10	10/17 ボランティア活動・町内ごみ拾い・公民館草取り 参加 44名 10/22 秋の日帰りバス旅行実施 参加 25名 御前崎・牧之原方面 10/23 かがやきの集い 参加 1名カラオケ 10/30 シニアクラブ 浜北支部悠々ウォーキング 参加 14名(富士川クラブパーク)
11	11/15 炊出し訓練 兼 誕生日会(8月~11月生まれ対象) 11/30 3世代交流お楽しみ会(自治会委託) 参加 52名
12	12/7 防災訓練 参加
1	自治会友愛支援 みどりの樹・郷ホーム タオル配布 新旧役員(三役)顔合わせ・次年度事業計画総討会
2	2/8 健康教室 → 衆議院選挙により、中止
3	3/1 炊出し訓練 兼 誕生日会(12月~3月生まれ対象) 予定 3/11 第3回悠々ウォーキング 都田公園 済 3/20 ボランティア活動・町内ごみ拾い・公民館敷地内草取り 済 〃 新旧役員引き継ぎ会 済 3/31 令和7年度会計監査・役員反省会 済
他	・シニアクラブ 浜北東地区会長会 1回/月 ・悠々ウォーキング役員会 4/22 5/20 7/22 9/30 1/20 3/24 ・定例役員会(庶務会) 1回/月 (第3金曜日 9:00~11:00) ・クラブ活動 カラオケ クラブ 毎週 月曜日 18:00~17:00 輪投げ クラブ 第2、第4 水曜日 9:00~11:00 グランドゴルフ クラブ 毎週 火、木曜日 8:00~12:00 レインボー クラブ 第1、第3月曜日 9:00~12:00 子供見守り隊 北浜小、北浜北小 金曜校日 東美園歩こう会 春秋ウォーキングの実施(年3回)

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 30.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 伊佐見地区連合会～

《概況》

介護予防推進事業

活 動 日：7/31、9/19、10/25、2/20 10：30～12：00

参 加 者：25～30 名

講 師：白梅ケアホーム湖東病院社会福祉士、支援相談員

内 容：今年のテーマは「感染症」
予防・発病時の対策について

地域基盤強化事業

活 動 日：ほぼ毎日 午前 08：30～10：30 の間

参 加 者：毎週 50～60 名

内 容：毎日何らかの種目の活動が行われている。
個人の判断で月曜は輪投げ、火曜はウォーキングと自由に活動できる。

《成果》

介護予防推進事業

今年で 3 年目を迎える事業で皆さん楽しんでおられるようで、講習後の質疑応答が活発で、病院での対応についての質問が多く予定時間をオーバーしてしまう。

地域基盤強化事業

毎日、午前中活動ができる事は大変評判が良く、もう 1 つ 2 つ種目を増やしてもと考えている。

《今後の方針》

介護予防推進事業

前年の認知症をテーマとした講座に引き続き好評であった。今後も参加者の意見、社会の動態を加味し参加者の興味を引くテーマを取り上げていきたい。

地域基盤強化事業

参加者には好評であるが、輪投げの様に人気のある種目は、希望者が多く 2 組に分ける等の対策が必要です。また、健康マージャンの種目設定を希望される方が多く検討が必要です。今後、活動種目の増設や他クラブとの交流等、より広範な活動を目指したいものです。

《活動の様子》

介護予防推進事業の様子



こ・い・き・れ・ん（湖西いきいきクラブ連合会）

○総人口 56,971人 ○65歳以上人口 16,587人 ○高齢化率 29.1%
○シニアクラブ会員数 1,184人 ○シニアクラブ加入率 7.1%

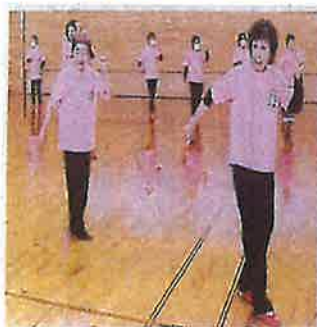
～市連合会の活動～

《概況》

2025年度 「合同レクリエーションダンス発表会」の開催

令和7年5月16日アメニティプラザにおいて、各地区・単クより女性会員が中心となり昨年より多い約220名の仲間が集まり、「合同レクリエーションダンス」発表会を開催した。

石田連合会会長の挨拶の後、今年度から女性委員長に就任された山本洋子さんの進行で、地区ごとに大きな輪を作り全員で10曲を軽やかに息の合ったダンス踊り切りしました。



三重の輪をつくり
笑顔でレクダンス
湖西いきいきクラブ
湖西いきいきクラブ（湖西市老人クラブ）の合同レクリエーションダンス（レクダンス）発表会が16日、市アメニティプラザで開かれた。会員約230人が三重の輪をつくり、アニメソングや歌謡曲などに合わせて踊った。写真。
各地区で月1、2回練習し、年1回合同発表会を開いている。「素敵なランデブー」「星降る街角」「サザエさん」「世界に一つだけの花」などに合わせて手足を動かし、汗を流した。曲ごとに振り付けは異なり、披露した10曲中4曲を新たに練習してきた。
女性委員長の山本洋子さんは「楽しんでいる人が多く、レクダンスの会員は増えていく。これからも元氣よく一緒に踊っていきましょう」と笑顔だった。
（成田真美）

「湖西いきいきクラブ連合大会」の開催

令和7年6月ボートレース浜名湖にて盛大に開催された。

開会にあたり、石田会長があいさつ、その後日頃活動に尽力された5名の方に感謝を込めて表彰状が授与された。田内市長をはじめ来賓の皆様からも心温まる祝辞を頂戴し、会場は大きな拍手に包まれた。

次に、湖西警察署による交通安全講話と事故や詐欺などの被害防止に関する寸劇を楽しんだ。昼食休憩後、開催された芸能広場では、日頃の練習の成果を存分に発揮。バラエティーな演目でステージを華やかに彩り観客を魅了した。

第 51 回湖西いきいきクラブ連合大会



「湖西いきいき健康フェスタ」の開催

令和7年10月15日（水）アメニティプラザで開催

市内28のシニアクラブで健康づくりと交流を図った。参加者は約430名。地区別に8チーム別れ5種類の競技を行った。種目は、輪投げや玉入れ、ボール転がしリレーなど、観客席からの声援を受けながら和やかに競技を楽しんだ。

成績は、連覇中の入出地区を抑え新所地区が優勝。準優勝に入出地区。第三位に鷺津地区であった。上位3位は昨年度と同じ顔ぶれとなった。

種目	地区	順位
輪投げ	新所	1
輪投げ	鷺津	2
輪投げ	入出	3
輪投げ	新所A	4
輪投げ	鷺津A	5
輪投げ	入出A	6
輪投げ	鷺津B	7
輪投げ	新所B	8



種目	地区	順位
玉入れ	新所	1
玉入れ	鷺津	2
玉入れ	入出	3
玉入れ	新所A	4
玉入れ	鷺津A	5
玉入れ	入出A	6
玉入れ	鷺津B	7
玉入れ	新所B	8



種目	地区	順位
ボール転がし	新所	1
ボール転がし	鷺津	2
ボール転がし	入出	3
ボール転がし	新所A	4
ボール転がし	鷺津A	5
ボール転がし	入出A	6
ボール転がし	鷺津B	7
ボール転がし	新所B	8



種目	地区	順位
ボール転がし	新所	1
ボール転がし	鷺津	2
ボール転がし	入出	3
ボール転がし	新所A	4
ボール転がし	鷺津A	5
ボール転がし	入出A	6
ボール転がし	鷺津B	7
ボール転がし	新所B	8



種目	地区	順位
玉入れ	新所	1
玉入れ	鷺津	2
玉入れ	入出	3
玉入れ	新所A	4
玉入れ	鷺津A	5
玉入れ	入出A	6
玉入れ	鷺津B	7
玉入れ	新所B	8



種目	地区	順位
ボール転がし	新所	1
ボール転がし	鷺津	2
ボール転がし	入出	3
ボール転がし	新所A	4
ボール転がし	鷺津A	5
ボール転がし	入出A	6
ボール転がし	鷺津B	7
ボール転がし	新所B	8



総合成績

地区	総合順位
新所	1
鷺津	2
入出	3
新所A	4
鷺津A	5
入出A	6
鷺津B	7
新所B	8



「2025 年度ふるさと探訪」の開催

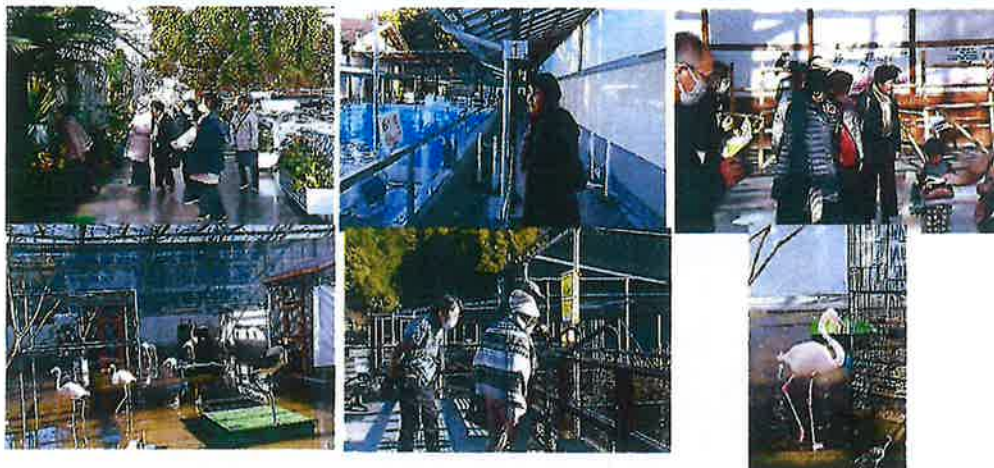
湖西いきいきクラブ連合会では、「高齢者社会」における生きがいつくりと健康づくりのため“学び・楽しむ”を趣旨とした「ふるさと探訪」を開催している。

今年度は、令和8年1月9日（金）袋井市愛野にある大塚製薬袋井工場の工場を探訪しました。参加者は女性委員・女性リーダーを中心に25名

◆AM10:30 袋井市愛野にある「大塚製薬㈱袋井工場の工場を探訪いたしました。
袋井工場ではスライドで大塚ホールディングス、大塚製薬、袋井工場の概要をご説明を受け、
ポカリスエット500mlペットボトルの生産ラインの映像を拝見し、地球環境にやさしくなっ



◆AM12:00
お楽しみの「海鮮亭いっき」で昼食を！一品はとても美味しかったですが、期待が大きかった事もあり少しだけ残念な思い・・・
昼食後は掛川花鳥園に！ 近くにある施設ですが、初めて行く方も多かったようです。



森町シニアクラブ連合会

○総人口 16,871 人 ○65 歳以上人口 6,268 人 ○高齢化率 37.2%
○シニアクラブ会員数 222 人 ○シニアクラブ加入率 3.5%

～森町シニアクラブ連合会～

《概況》

フラワーアレンジメント講座の開催

日 時：令和 8 年 1 月 23 日（金）

会 場：森アリーナ 研修室

参加者：森町シニアクラブ会員 計 10 名

内 容：1 人 1 鉢、10 種類の花を準備。講師の説明を聞いたり、見本を参考にしたりしながら、切ったり挿したりしてアレンジメントを完成させた。

《成果》

講師の説明を聞きながら、どの長さで切るか、どこに挿すか、周囲とのバランスなど、見本を見ながらであったが、考えたり悩んだりしながら作っていて、脳への良い刺激となった。完成した作品は一人一人それぞれ違って、会員同士見せ合いながら褒め合ったり自分の作り方を振り返ったりしていた。皆さん喜んで持ち帰っていった。

フラワーアレンジメントは、視覚（彩り）、嗅覚（香り）、触覚（花の柔らかさ）が心地よい刺激を高齢者に与え、五感を刺激することで、認知症予防・認知症進行抑制にも繋がるとのこと。今回の講座ではそんな効果が見られたように思う。

単位クラブを越えた会員同士の交流、仲間づくり、脳の活性化や生きがいづくりの場として楽しんでもらうことも目的としたが、他のクラブ会員とも楽しそうに会話する姿に良い交流の機会となった。

《今後の方針》

昨年度まで行ったことのない活動、会員が興味のあるような活動を検討し、今年度初めて計画した。しかし、予想に反し参加者が集まらず、声掛けにより参加者を募った。参加してみれば、楽しい活動に皆さん喜んでくれ、実施しがいがあった。

連合会の会員減少、移動手段が確保できる方であっても、自身のクラブ活動以外（連合会の活動）に参加したいという会員が減っているのが現状です。

対象となる人数は少ないが、今後も会員が興味を持ちそうな活動・モチベーションが上がる活動を調べ、各単位クラブ会長に募集の声掛けをもう少し強くしていこうと思う。

《活動の様子》



地域支え合い活動促進事業

高齢者が相互に支え合う 友愛活動



- ねたきりや病弱な人を訪問したり、おたより等により慰め、励ます、友愛活動を行います。

安全・安心・美しい街を 次の世代につなげる活動

- 花いっぱい運動を進め、児童などと世代交流を行います。

- あかるく住みよい街づくりのため
美化活動などの社会奉仕活動に
取り組みます。



いきいき下田

○総人口 19,016 人 ○65 歳以上人口 8,292 人 ○高齢化率 43.6%
○シニアクラブ会員数 342 人 ○シニアクラブ加入率 4.1%

～いきいき下田（市連合会）～

《概況》

【ふれあいサロン事業】

※会場は全て下田市総合福祉会館 教養娯楽室（時間 10：00～12：00）

開催日	人数	内 容	開催日	人数	内 容
4/21	20	輪投げ	10/27	23	脳トレ体操
5/26	15	e スポーツ・ゲーム 第一興商によるイベント	11/25	12	ハンドベル
6/23	19	はつらつ健康劇 大塚製薬による講座	12/22	22	クラフト教室
7/22	20	海藻押し葉体験	1/19	27	マジックショー
8/25	20	健康ヨガ	2/24	22	ロコモ体操
9/29	27	ボッチャ	3/23		お楽しみ会

【ボランティアサロン事業】

※会場は全て下田市総合福祉会館 教養娯楽室（時間 10：00～12：00）

開催日	人数	内 容
2/2	10	使用済み切手の仕分け作業

【地域見守り事業】

毎月、お誕生日を迎える方に、絵手紙（お誕生日カード）をお届けしました。
また、定例会に参加できない方や、独居の非会員宅へ会報誌をお届けし、声掛けを実施しました。

《成果》

【ふれあいサロン事業】

今年度のふれあいサロン事業は、運営方法を刷新して行いました。運営スタッフには社協職員のほか、ボランティアスタッフを募集し、9 名の方にご協力頂きました。色々な方が参加できるよう、毎月内容を変え、単位クラブ会員以外の市民の方には SNS での発信を行いました。サロンを開催した事で、外出する機会を創出し、高齢者の孤立孤独化を防ぐ事が出来たのではないのでしょうか。また、サロンの後半に行う茶話会では、お茶を飲みながら、楽しいおしゃべりに花を咲かせたり、脳トレクイズに挑戦したりと、顔の見える関係作りに繋がりました。昨年までのふれあいサロン事業と比較して、障害を持った方の参加が増えた事、男性の参加が増えた事は大きな成果だったように思います。

【ボランティアサロン事業】

※会場は下田市総合福祉会館 10：00～12：00
R8.2.2 10 名参加 使用済み切手の仕分け作業

【地域見守り事業】

毎月、お誕生日を迎える方に、絵手紙（お誕生日カード）をお届けしました。
また、定例会に参加できない方や、独居の非会員宅へ会報誌をお届けし、声掛けを実施しました。訪問した事で、老人クラブへの新規加入につながった事も大きな成果の一つであると感じています。

《今後の方針》

【ふれあいサロン事業】

- ・令和8年度も年間を通しての開催とします。新たに発足した、ボランティアスタッフ「うきうきエプロンの会」さんによる運営をサポートしながら、新たな企画を取り入れていきたいと思っています。また、参加者のいない地域の方へのアプローチや、送迎サービスの実施を検討しています。

【ボランティアサロン事業】

- ・女性委員を中心に、今後も社会貢献事業として継続していきたいと思っています。

【地域見守り事業】

- ・超高齢化がすすむ下田市では、地域での見守りが必須です。今後も絵手紙や会報誌のお届けを通じて、高齢者世帯の見守りを継続します。

【地域環境美化活動】

- ・今年度は実施する事ができなかったのですが、令和8年度では地域の観光イベントの際の清掃活動を計画しています。地域への恩返しとして奉仕したいと考えています。

《活動の様子》



5/26 ふれあいサロン（eスポーツ）15名



6/23 ふれあいサロン（健康劇）19名



7/22 ふれあいサロン（海藻おしぼ）20名



9/29 ふれあいサロン（ボッチャ）27名



1/19 ふれあいサロン (マジックショー) 27名



ふれあいサロン ボランティアスタッフ



2/2 ボランティアサロン



お誕生日カード (協力: 絵手紙教室の皆様)

誰もが気軽に集える交流の場

ふれあいサロン

【時 間】10:00~12:00
 【場 所】下田市総合福祉会館 2階 教養倶楽室
 (下田市四丁目1-1)
 【対 象】地域にお住まいの方
 【内 容】健康体操、脳トレ、ゲーム、茶話会
 レクリエーション等
 お茶を飲みながらおしゃべりしたり、
 みんなで体操や脳トレをしたり、
 楽しい時間を過ごしましょう。

健康
づくりの場

生きがい
づくりの場

仲間
づくりの場

事前申込不要!! マスク着用でお願いします

R7年度【年間開催予定日】

4月21日(月) わなげ	10月27日(月) 脳トレ体操
5月26日(月) ゲーム	11月25日(火) 笑いヨガ体操
6月23日(月) はつらつ健康劇	12月22日(月) クラフト教室
7月22日(火) 海藻おしぼ体操	1月19日(月) マジックショー
8月25日(月) 健康ヨガ体操	2月24日(火) ロコモ体操
9月29日(月) ポッチャ	3月23日(月) お楽しみ会

サロンの後に! 温泉もいかがですか?

福祉会館には温泉があります。おおむね60歳以上のか
 たを対象として、平日(月曜日~金曜日)※祝日を除く
 12時~15時00分まで無料でご入浴することができます。



※タオル、石鹸、シャンプーなどは、各自でご持参
 下さい。※利用する際には登録が必要です。

【問合せ先】

下田市社会福祉協議会
 ☎22-3294

居場所・サロン活動、
 シニアクラブの立ち上げ
 支援も行っています。
 お気軽にお問合せ下さい。



運営ボランティア募集!!

サロンの受付や、湯茶の準備、
 片付けなど、運営にご協力いた
 だける方を募集しています。

【主 催】下田市社会福祉協議会
 【共 催】下田市老人クラブ連合会



シニアクラブ伊豆の国

○総人口 45,791人 ○65歳以上人口 15,796人 ○高齢化率 34.5%
○シニアクラブ会員数 1,309人 ○シニアクラブ加入率 8.3%

～シニアクラブ伊豆の国（市連合会）～

《概況》

サロン活動

日 時：令和7年11月18日（火）09：30～12：00

会 場：韮山四日町区公民館公民館

参加者：67名

内 容：イ）伊豆中央警察署（警察官による振り込め詐欺寸劇）
ロ）伊豆の国市音頭会による踊り（3曲 12人）
ハ）四日町ダンス部による踊り（3曲 15人）
ニ）カラオケ 有志5人
ホ）ビンゴゲーム（盛り上がりました）

※来賓祝辞：区長

※非常に楽しく盛り上がり良い交流会となった。

小学生との体験学習会活動

日 時：令和7年12月15日（木）08：00～

会 場：長岡北小学校

参加者：北小学校1.2年生31名、シニアクラブ会員12名

内 容：カローリング体験会（楽しい体験会となり来年度の実施をお願いされる。）

※小学生との交流は楽しく是非継続して行きたいと思います。

日 時：令和7年11月27日（木）09：30～

会 場：菊池農園

参加者：小学校2年生60名

内 容：講師を菊池農園主、狩野農園主が務め天野柿についてお話しいただく。
校外学習体験会で生徒たちも生き生きとしていた。

日 時：令和8年2月4日（木）08：00～

会 場：長岡南小学校

参加者：北小学校1年生30名、シニアクラブ会員15名

内 容：残念ながらインフルエンザのため、休校となり中止

《成果》

サロン活動

- ・参加は来賓を含め70名であり四日町公民館はほぼ一杯で大いに盛り上がった。
- ・伊豆中央警察署4名による寸劇「振り込め詐欺」があり国外からの詐欺電話等危ない電話番号の話は大変勉強になった。

- ・伊豆の国市音頭保存会、四日町レクリエーションダンス部による踊りで楽しいひと時を過ごすことが出来た。
- ・ビンゴゲームでは参加者みなが童心に帰り大いに盛り上がった。

小学生との体験学習会活動

- ・カラーリング体験会、天野柿の話等の小学生体験学習会はいずれも、次年度もお願いしますとの声上がる成果があった。
- ・特に、皇室献上の実績があった天野柿の話では、治郎柿・富有柿を各1個ずつ貰い皆熱心に話を聴いていた。

《今後の方針》

サロン活動

- ・非常に良い雰囲気で行われた。
- ・各支部での開催を検討し実現を図りたい。
- ・会員加入促進にも有効な行事であり、来年度以降も継続開催していきたい。

小学生との体験学習会活動

- ・参加者からも多くの声が上がっていたとおり、継続して行きたい。
- ・実施内容を検討して行きたい。(休耕地が多くあるのでサツマイモ等の自分たちで育て・収穫する喜びを体験する会など)
- ・家庭・学校を通じて交流の輪を広げ、新規会員作りにも活用していきたい。

《活動の様子》

サロン活動





小学生との体験学習会活動



御殿場市シニアクラブ連合会

○総人口 82,979人 ○65歳以上人口 22,273人 ○高齢化率 26.8%
○シニアクラブ会員数 3,202人 ○シニアクラブ加入率 14.4%

～御殿場市シニアクラブ連合会 大沢いきいきクラブ～

《概況》

地域環境美化活動

日 時:毎月1回
場 所:穂積神社
参加者:6組班別に当番制
内 容:神社清掃、周辺道路清掃

高齢者の孤独・孤立を防ぐための健康づくり活動や支え合い活動

5月・8月・12月・2月3か月ごとの誕生日会毎月第3木曜日温泉の日
5月29日・8月27日・2月25日北畑区交流ペタボード交流会
1月20日地域福祉推進委員合同新年会
2月10日定例会

高齢者が居住地において、同世代又は世代を超えてお互いを支え合う活動

2月12日双葉保育園交流会

《成果》

地域環境美化活動

成 果:公民館の花壇に花植え、散水なども行い、近隣の皆様、公民館主事からも感謝されています。

高齢者の孤独・孤立を防ぐための健康づくり活動や支え合い活動

成 果:会員にお声がけし、家にこもらず行事のある時は公民館に集まるようにしている。
定期的に、お互いの元気を確かめ合うことができ孤独を防いでいる。

高齢者が居住地において、同世代又は世代を超えてお互いを支え合う活動

成 果:子どもたちは、高齢者をいたわる気持ちや、甘えて優しくしてもらえる幸せな気持ちを味わっていました。接する高齢者も元気と笑顔をもらえました。

《今後の方針》

地域環境美化活動

地域の中での、シニアクラブの大切な役割として継続します

高齢者の孤独・孤立を防ぐための健康づくり活動や支え合い活動

シニアクラブの活動を絶やすことなく、会員の健康長寿に役立つ活動を続けていきます。

高齢者が居住地において、同世代又は世代を超えてお互いを支え合う活動

地元双葉保育園とは、最低年1回は交流会を続けていきます。

【活動の様子】「双葉保育園卒園記念品制作」





園児の皆様といまいきクラブ会員で仲良く卒園記念品作製中！！



真剣に取り込み中！！

ここに車のパーツを付けよう！

完成品



園児15名（欠席4名）・園長・先生2名個性豊かな作品が出来ました。



完成品を手に皆でハイポーズ！

完成品は3月に包装して卒園記念品として贈呈いたします。

シニアクラブ三島

○総人口 104,401人 ○65歳以上人口 32,291人 ○高齢化率 30.9%
○シニアクラブ会員数 1,555人 ○シニアクラブ加入率 4.8%

～シニアクラブ三島 コスモスの会～

《概況》

【子育て支援三世代交流事業】

「子供との交流及び体験教室」写真⑩

(クリスマス会と伝統ゲーム)

日 時： 12月21日(土曜日) 午前9時30分～午前11時30分

場 所： 大宮町2丁目公民館

参加者： 総数68人(子供22人・父兄20人・会員他26人)

内 容： 子供はゲーム(ガチャガチャ・鰐の危機一髪・マグダーツ)

皆でマジック、クリスマスソング合唱、会食、土産にケーキ。菓子で解散

「流しソーメン体験会事業」写真④

日 時： 7月13日(日曜日) 午前10時～午前11時30分

場 所： 大宮町2丁目公民館前庭

参加者： 120名位

内 容： 竹竿2本割って繋げ勾配を付け水で流す

ソーメンを茹で上から流し箸で掬ってつゆを付け食す

子供には菓子や飲物を用意

「環境美化活動」写真⑦

日 時： 5月20日・6月24日・11月26日の年3回

場 所： 大宮町2丁目コスモス花壇

参加者： 9名～12名

内 容： 今までの古い花を撤去したり、・施肥・耕作をし新しい花苗をデザインを考えながら植替え、随時水やり・草取り・花摘み・剪定をしている

【認知症予防と元気回復事業】

「歌声喫茶」写真⑪⑫

日 時： 毎月第1月曜日午後1時～午後2時30分(11回実施)

場 所： 大宮町2丁目公民館

参加者： 最多34名～最少26名総参加数297名

内 容： ピアノ・ギター・アコーディオン伴奏で唱歌・歌謡曲を合唱する
中間にコーヒータイムで団欒

「健康体操」写真⑬⑭

日 時： 毎月第2月曜日午前10時～午前11時20分(年11回実施)

場 所： 大宮町2丁目公民館

参加者： 最多29名～最少15名11回総参加数218名

内 容： ストレッチ体操・脳トレ体操・シズオか長寿体操等を織り交ぜて

「教養的講座」写真①②

日 時： 毎月第3月曜日午前10時～11時(年12回実施)

場 所： 大宮町2丁目公民館

参加者： 最多38名～最少10名総参加者数187名(1月まで10回実施)

内 容： 特殊詐欺防止・薬剤師講話・歴史(源氏物語)・ハーブ演奏者写真⑳・総会・栄養講座・

三嶋暦について写真①・糖尿病予防講話・マジック・役員会・忘年会等

「居場所づくりと交流事業」写真⑩⑬サロン活動

日 時： 毎月第4月曜日 10時～11時30分 1月まで10回実施

場 所： 大宮町2丁目公民館

参加者： 最多39名～最少26名総参加者数388名

内 容： ハーモニカ演奏・フラダンス観賞写真⑩・脳トレゲーム・防犯講座・キッズダンス
観賞・介護サービスのあれこれ・お箏観賞写真⑬を実施・その後会食をしながら
情報交換・団欒している写真⑬参加者負担200円徴収

「声掛け見守り安否確認事業」写真⑩

日 時： 4月・1月年2回実施

場 所： 町内会員宅参加者：会員107名

内 容： 4月は総会議案と記念品・1月は新年会に替え天井弁当を持参・安否確認と近況を
聴取

町内イベント協力・支援活動

町内納涼祭参加露天出店写真⑭

日 時： 7月20日

場 所： 大宮町2丁目公民館

町内餅つき大会参加手伝い写真⑮

日 時： 11月16日

場 所： 大宮町2丁目公町内

ミニ美術展写真⑮⑯

日 時： 1月18日

場 所： 大宮町2丁目公民館

市老連事業参加

芸能祭参加 合唱で参加写真⑮

日 時： 9月18日

作品展参加写真⑮事前に手芸教室写真⑮⑯

日 時： 12月10日

場 所： 三島市生涯学習センター

輪投げ大会参加AB2チーム参加(Aチーム準優勝する)写真⑮

日 時： 1月27日

場 所： 三島市立体育館

《成果》

【三世代交流事業】

クリスマス会は子供がゲームを楽しんだりマジックなど目を輝かせて前に来たり合唱には指導者のピアノに合わせ楽器をもってリズムをとって楽しむ様子は大成功に感又父兄も普段会う機会の少ない方が参加し交流が図れて良かったと感じた

流しソーメンは準備が大変だが普段参加が少ない男性会員が手伝ってくれて暑い中での行事だがこれからも続けたいと感じた

「環境美化活動」

住民からもまた道路を通る方からも街がきれいになると喜ばれて感謝されているコミュニケーションが図れて良かったと感じた認知症予防と元気回復事業にも繋がっていると感じた

「認知症予防及び健康回復事業」

歌声喫茶・健康体操・教養的事業は会員も慣れて楽しく参加している

「居場所づくり交流(サロン)事業」

やはりみんなが集まって楽しく和やかに元気よく和気あいあい出来ているので健康寿命延伸に貢献していると思われる

世話人が買物やら準備・作業は大変であるが誰一人愚痴を言ったり辞めようと言わないの

で、コミュニケーションが取れているのかなと喜んでいる 4 月より参加者負担
200 円徴収するも異議なし

「声お掛け・見守り・安否確認事業」

普段参加できない会員にも役員が面談しながら近況を聞いて来るのでやってよかったと感じる又、記念品やお弁当も好評で待ちわびている会員もある程好評である
定期的にかつ実施日も変更せず毎月発行している「コスモス便り」で連絡したりスマホグループ連絡で当日も予定を広報しているので参加者も徐々に増え好評である
市連事業に参加したり町内イベントに協力・支援して皆で楽しく和気あいあい絆づくりに貢献している

《今後の方針》

「認知症予防と元気回復事業」

永年定期的に継続して実施している事業だから会員も承知しているし、喜ばれて楽しく参加しているので引き続き計画実施する予定（歌声教室健康体操教養的講座サロン運営）

「居場所づくりと交流事業」

準備や買い物作製等大変だが会員も喜んでおり参加者も増加傾向なので継続してやりたいと思う

「声掛け・見守り・安否確認事業」

なるべく参加を呼び掛けているが身体的又は勤務の都合で無理な方もあるので年 2~3 回の実施を計画している

「三世代交流事業」

「クリスマス会」と「流しソーメン」は子供達と触れ合える上で大切と考える父兄からも継続を願う声もあるのでもう少し続けて計画実施の予定

「環境美化活動」

特に夏場の暑い作業が多いので熱中症対策に留意しながら高学年の小学生・中学生に声掛けして地域の事業として育ててみたい

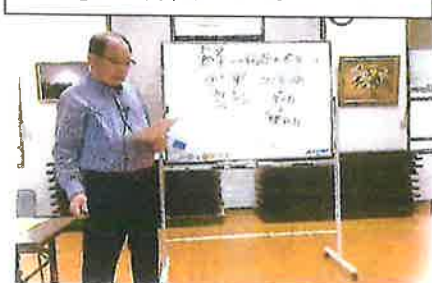
市老連事業・町内イベントにも積極的に参加交流をして健康寿命の延伸に努力したい

その他

これだけ活動実施すると運営経費が枯渇するので引き続き助成金を活用させてもらいたい

【活動の様子】

① 三島暦について



②



③ 手芸教室



④ 流しソーメン



⑤ 市連芸能祭参加



⑥ 手芸教室



⑦ お餅つき大会



⑧ 市連作品展展



⑨ 市連輪投げ大会参加 (A チーム準優勝)



⑩ フラダンス観賞 (サロン前座)



⑪ 歌声喫茶 (年 12 回開催)



⑫



⑬ 健康体操（年 11 回開催）



⑭



準備体操：本日の参加者達（27人）

⑮ サロン（年 12 回開催）



お箏の演奏を聴く

⑯



お汁粉づくり

写真⑰



クリスマス会

写真⑱



花壇植替え

写真⑲



声掛け・見守り・安否確認

写真⑳



ハーブ演奏

写真⑳



納涼祭

写真㉑



餅つき大会

写真㉒



町内美術展

写真㉓



ふじさんシニアクラブ富士宮

○総人口 126,348 人 ○65 歳以上人口 39,267 人 ○高齢化率 31.1%
○シニアクラブ会員数 1,844 人 ○シニアクラブ加入率 4.7%

～ふじさんシニアクラブ富士宮 富士根南支部～

《概況》

『学校応援団』

昨年度同様に、富士根南小学校応援団(PTA 及び地域)が実施している奉仕活動の協力を申し込み、根南支部単位クラブ会員の力をお借りしました。

(活動計画)

- ・環境整備応援(花壇花苗植え)
- ・愛育会奉仕作業応援(草刈り奉仕)
- ・クラブ活動応援(手芸、科学クラブ見守り)
- ・家庭科授業応援(ミシン手縫い授業補助)
- ・その他昔の遊び名人へ参加

※別紙添付予定表照

〈活動実績〉

環境整備

① 5 月 16 日事前準備として、花壇の掘り起こし、残根除去や堆肥施肥及び周辺への除草剤散布を学校の下承をえて平日実施(1 名協力)

6 月 13 日の花壇花植えには、支部会員 8 名が花の植え付けを協力

② 10 月 18 日秋の花植えに備え、花壇の掘り起こし、施肥に 4 名参加

※クラブ活動応援の協力者なし、家庭科応援については、事後報告有りませんがシニアの女性が参加されたことを聞いています

昔遊び名人

昨年同様、1 年生対象に「昔の遊び」を学ぶ授業がありシニアクラブから 9 名今年も、10 月 28 日に実施され得意とする遊びを教えたのしみました

シニアの方が子供の頃に遊んでいた種目で楽しい時間を過ごしていました。

『高齢者学級』

本事業は、地域住民を対象に公民館が主管して実施する「高齢者学級」の教場の確保、会場準備、講師接待などをシニアクラブ会員が協力する

(活動計画)

- ・今年度は、6 月・7 月・9 月・11 月に実施(日程は、別紙参照)
- ・開催教場は、小泉 2 区区民館、富士根南公民館(小泉 3 区・小泉 4 区・小泉 5 区 小泉 6 区対象)、杉田区民センター(杉田 1 ～ 6 区対象)、大岩 2 区公会堂、大岩 3 区区民館にて開催された

〈活動実績〉

各教場にて、会長が主体で準備、運営を実施した教場による参加者は、未確認

『公民館まつり』

本事業は、富士根南公民館の閉館にあたり「支部役員会」にてお世話になったお礼をこめて初出店しました。

《活動実績》

10月18日(土)の祭り会場にて、「おさかなつりゲーム」を実施して来場者を楽しませた。

『eスポーツ講習』

本事業は、しずおか健康長寿財団の派遣事業に応募し支部単位クラブへの導入を目的に取り組んだ。

(活動実績)

- ・5月20日小泉3区 区民館にて実施した。支部単位クラブ員他30名の参加を得て「太鼓の達人」と「ボウリング」ゲームを童心に帰って脳活をしました。
- 以後の確認では、導入したのは小泉3区のみで少し寂しい取り組みでした。

《成果》

各単位クラブ支え合い活動実績

○小泉3区シニアクラブ陸美会

(環境美化活動)(地区清掃活動)

- ・実施日:5月10日、6月10日、10月11日、11月10日、2月10日、3月10日
- ・場所:若宮八幡宮、社宮司神社、若宮天王社、若宮蛭子神社(区内の4神社)
- ・参加者:各清掃日に6~10名の参加者
- ・内容:神社境内の除草及び清掃、グラウンド整備とトイレ清掃

(地域支え合い活動)

- ・地域の祭典である「若宮天王社」へのお籠り
- ・年中行事である「どんど焼き」への補助作業へ協力した。

(応援団・昔の遊び)

- ・場所:富士根南小学校
- ・参加者:延べ人数12名

(公民館まつり)

- ・場所:富士根南公民館
- ・参加者:4名

(高齢者学級)

- ・場所:富士根南公民館
- ・準備片付けに、開催日1名参加

○小泉4区シニアクラブ

(環境美化活動)(地区清掃活動)

- ・実績報告なし
- (応援団・昔の遊び)
- ・場所:富士根南小学校
- ・参加者:延べ人数は会長以下4名

○小泉5区松寿会

(環境美化活動)(地区清掃活動)

実績報告なし(例年同様実施しているが記録なし)

(応援団・昔の遊び)

- ・場所:富士根南小学校
- ・参加者:延べ人数1名

(公民館まつり)

- ・ 場所:富士根南公民館

- ・ 参加者: 1 名

(高齢者学級)

- ・ 場所:富士根南公民館

- ・ 準備片付けに 1 名/1 回参加

○大岩 2 区寿会

(環境美化活動)(地区活動)

- ・ 別紙、報告書参照

(応援団・昔の遊び)

- ・ 場所:富士根南小学校

- ・ 参加者:延べ人数 1 名

(高齢者学級)

- ・ 場所:大岩二区公民館

- ・ 準備片付けに、開催日 2 名参加

○大岩 3 区寿会

(環境美化活動)

(地区清掃活動)

- ・ 昨年度と同じ活動をしてきました。

報告用紙を作成してありません。

(応援団・昔の遊び)

- ・ 場所:富士根南小学校

- ・ 参加者:延べ人数 3 名

(公民館まつり)

- ・ 場所:富士根南公民館

- ・ 参加者: 1 名

(高齢者学級)

- ・ 場所:大岩 3 区区民館

- ・ 準備片付けに、開催日 4 名にて対応した。

《今後の方針》

富士根南支部も高齢化による会員減少を声に出すクラブも増えてきています。

※会長の成り手がいない、若い方の入会が進まない等

支部のつながりを、まだまだ押しすすめる必要を感じています。

「楽しい、生きがいを見つけられる」クラブ活動を目指す取り組み計画を画策していく。

それには単位クラブだけの問題点ではなく、各市町すべてのシニアクラブを巻き込む大きな課題を提示しての検討が必要である。

県にも「シニア問題」を「子育て問題(少子化)」と同等にとらえていただく、前向きになっていただく活動を提案したい。

【活動の様子】

シニアクラブ静岡県

地域の活動投稿用紙

投稿日	令和 7年 6月15日	地区名:	東部
投稿者	仲田 育美	電話番号	090-6350-1933
住所	富士宮市小泉2344-7		
シニアクラブ名	ふじさんシニアクラブ富士宮	単位クラブ名	小泉三区シニアクラブ睦美会
タイトル	学校応援 花壇への花植え手伝い		
実施日	令和 7年 6月13日(金)		
撮影日	令和7年6月13日		

<活動の様子>

昨年から協力する取組の、富士根南小学校『学校応援団』からの要請による花壇の花植えに参加しました。

本来は土曜日の予定でしたが、荒天が予想されたため前日の夕方(18時から)実施となりました。

平日の実施のため、本来の「学校応援団メンバー」の参加が少ないのが予測されたので、シニア仲間の力に期待が寄せられた中、シニア9名及び応援団9名の18名にて250鉢の花を短時間にて植えつけることが出来ました。

夕食時間でしたが参加いただいた、9名のシニア仲間には感謝を申し上げます。

又、シニア仲間から「花植え楽しいね・・・」の声が聞こえたことも、地域支え合いに役立っていると感じました。



この花、此处の方が彩いいね！



きれいに咲いてくれるよう植え付けを!!



早く植え付けちゃおう！ お腹すいたから……？



学校応援団メンバーが、花を配置する

シニアクラブ静岡県
地域の活動投稿用紙

投稿日	令和 7年10月19日	地区名:	東部
投稿者	仲田 育美	電話番号	090-6350-1933
住所	富士宮市小泉2344-7		
シニアクラブ名	ふじさんシニアクラブ富士宮	単位クラブ名	小泉三区シニアクラブ睦美会
タイトル			
実施日	令和 7年10月18日(土)		
撮影日	令和7年10月18日		

<活動の様子>

平成2年から地域交流の場として利用されてきた「富士根南公民館」が、来年1月末で閉館となる。

我々、FSC富士宮富士根南支部も支部役員会の会場として利用させていただいており、最後の公民館祭りを盛り上げようと、支部会員の協力を得て出店をさせていただいた。

出展内容は『お魚を釣ってお菓子をもらおう』を実施した時の様子を報告します。

公民館祭りのため子供さんの参加が少ないにも関わらず、大人の方が夢中で魚を釣って楽しんでおり予定していた参加賞が、午後早々に無くなる盛況で最後の祭りを盛り上げる手助けが出来ました。。

《公民館まつりの様子》



開会式にも参加しました。
出店は、会場駐車場を借りる



大人も魚つりに夢中!!
童心に帰って楽しんでいます。



数少ない『子供の釣り師』には、丁寧な指導で楽しんでもらう。
大物釣ってニコニコ顔



さわやかクラブやいづ連合会

○総人口 134,668人 ○65歳以上人口 41,122人 ○高齢化率 30.5%
○シニアクラブ会員数 670人 ○シニアクラブ加入率 1.6%

～さわやかクラブやいづ連合会（市連合会）～

《概況》

事業名： 安心・安全ネットワーク構築事業

「令和7年度さわやかクラブやいづ連合会 クラブ大会」

実施日： 令和7年9月30日（火）13：30～15：00

会 場： 焼津市総合福祉会館 多目的ホール

参加者： 表彰対象者92名内45名出席

一般会員70名参加

合計 115名

来 賓： 焼津市副市長飯塚様・焼津市社会福祉協議会会長岩崎様
焼津市自治会連合会会長岡本様・焼津警察署長菊地様

内 容： 単位クラブ役員の永年の活動に対する謝辞の意を表する大会又、喜寿・米寿・白寿になられる会員の慶祝と加入促進運動表彰をおこなうと同時に加入促進を呼び掛けた。

《成果》

「令和7年度さわやかクラブやいづ連合会 クラブ大会」

毎年9月の敬老月間にこのクラブ大会を行っている。

表彰者には永年の活動に対する謝辞を表し又、今後もさわやかクラブの活動に積極的に参加し、現状維持はもちろんの事今後も新会員を増やして行くことに努めていくようお願いした。

今回表彰されなかった会員にも先輩方のように活動を永年頑張れば健康的に生活していける、意欲的に頑張ってみようとする機会になったのではないかと。

今回の大会では表彰者には記念品が贈られ会員からの寄贈で鶴の折り紙が喜寿・米寿・白寿の会員に配布され温かな手作りの会であった。

式典後には第2部として演芸サークルG&G ボランティアグループのお2人がハーモニカ・腹話術人形・マジックショーを行って下さり楽しい時間を過ごす事が出来た。

表彰者以外の一般会員にも参加賞が配布され又、焼津警察署から職員が来て下さり来場者全員に詐欺防止チラシ、ティッシュ、スポンジ等の啓蒙用品を配布いただき詐欺防止にもつながったのではないかと。

このように連合会行事に参加すれば社会参加又、高齢者の孤独・孤立を防ぐ機会ともなっている。

《今後の方針》

「令和7年度さわやかクラブやいづ連合会 クラブ大会」

今後もこのクラブ大会は継続し、後継者育成や会員同士の支え合いを続け高齢者の孤独・孤立を防ぐ為の活動としていきたい。

【活動の様子】





さわやかクラブやいづ連合会

○総人口 134,668 人 ○65 歳以上人口 41,122 人 ○高齢化率 30.5%
○シニアクラブ会員数 670 人 ○シニアクラブ加入率 1.6%

～さわやかクラブやいづ連合会（市連合会）～

《概況》

事業名： 安全・安全ネットワーク構築事業

「令7年度さわやかクラブやいづ連合会 芸能祭」

実施日： 令和7年12月24日（水） 9：30～11：30

会 場： 焼津市文化会館 小ホール

参加者： 会員 230 名+藤枝市老連 13 名+島田市老連 8 名
非会員 40 名

合計 291 名

内 容：焼津文化会館の改修工事が R8.1～R9 年度までの長期で始まる為 R8 年 2 月に当初予定していた芸能祭で有りましたが少し早め R7.12 月の運びとなった。

《成果》

「令7年度さわやかクラブやいづ連合会 芸能祭」

日頃練習を重ねてきている女性部・単位クラブ・多くの直結会員の踊りグループが日々の成果を力一杯披露してくれ今年直結クラブに新しく入会したグループ会員からの出演が幾つかあり 3 グループ増え今年度は 14 グループの出演となり 19 曲を熱演し会場は大いにお盛り上がり大変楽しい芸能祭であった。

今年度は準備期間が少ない中、会員の意に沿った芸能祭となるよう R7.10 月 20（月）・11 月 28（金）に役員、出演者と 2 回打合せを行い進めて行った。

島田市いきいきクラブよりキラリ健やか座の友情出演もあり又、藤枝市老連にもお誘いをかけたところ観覧ではあるが 13 名の参加申し出が有り、島田市老連の出演者 8 名を含むと合計 251 名と昨年より参加者が増え会員同士の交流や情報の共有を図れたのではないのでしょうか。

今回は焼津市広報誌へも芸能祭の案内を掲載していただき一般観覧の参加もあり、受付時さわやかクラブやいづ連合会の会報誌と入会のご案内パンフを渡す事ができ加入促進にもつながる活動ができた。

来年度は、大井川ミュウジコで芸能祭を行う予定であります

《今後の方針》

「令7年度さわやかクラブやいづ連合会 芸能祭」

今回出演した幾つかのグループは現在も高齢者施設や各地域の集まりの場や慰問へ出向き活動しており大変力強い活動を続けている。

今後も引き続きこの事業を継続し高齢者の居場所・健康づくりの一環になるようさわやかクラブやいづ連合会をよりよく理解していただき加入促進にもつなげていきたい。

【活動の様子】



令和7年度
さわやかクラブやいづ連合会
芸能祭

日 時 令和7年12月24日(水) 午前9時30分～午前11時30分

場 所 焼津文化会館小ホール

次 第

- 1 開会のことば さわやかクラブやいづ連合会副会長 石田善秋
- 2 市民歌斉唱
- 3 会長あいさつ さわやかクラブやいづ連合会会長 遠藤新輔
- 4 来賓祝辞 焼津市社会福祉協議会会長 岩崎四郎様
- 5 演技披露
- 6 閉会のことば さわやかクラブやいづ連合会副会長 浅井立子

焼津市民歌

海が呼んでるととうとうと
思ふしふくわが焼津
いくたび秋はすすきふとも
七つのお月にかぎりない
夢をもとめて君はゆく
舟の市民に栄あれ

富士が呼んでるれいろうの
最勝の里わが焼津
たらばなかりみどり朝え
土の息吹にたくましい
心とからだ育まれ
生きる市民に栄あれ

空が呼んでるはてしなく
世界にのびるわが焼津
千古の歴史伝えきて
今打ち鳴らすあかつきの
希望の船よどこまでも
進む市民に栄あれ

< 芸能祭プログラム >

(9時30分～11時30分)



順	種 目	曲 名	クラブ名	出演者	時間
1	踊り	平成ちやっさり節	さわやかクラブやいづ 女性部	鉄内正枝他15名	4分
2	踊り	武田節	島田市いきいきクラブ キラリ健やか座	石橋和子他7名	5分
3	踊り	きよしのズンドコ節	五雲クラブ	中川房子他6名	5分
4	コーラス	四季の歌	長寿会	増井のぶ子他18名	4分
5	踊り	ロックリード大井川	大井川支部	池田きよ子他10名	5分
6	踊り	深川恋なげ	カトレア会	戸塚千浪	4分
7	歌	留郷ながれ唄	和田浜会	池田正枝	5分
8	歌	ほろにが酒	第3浜友会	久保山陽子	5分
9	踊り	暴れ太鼓	なぎさ会	河合久和子他4名	5分
10	踊り	鹿兒島おはら節	島田市いきいきクラブ キラリ健やか座	石橋和子他7名	5分
11	鼓太鼓	真室川音頭	富士見会	太石鈴代他5名	3分
12	フラダンス	月の夜は	飯沼観和会	池田きよ子他6名	4分
13	剣詩舞	歌謡時詠 「あゝ雄の浦を渡る」	旭会	小倉澤陸子他5名	4分
14	踊り	大瀬明い込み 「遠島甚句」	カトレア会	増田幸代他4名	3分
15	踊り	焼津黒はんぺん音頭	智 美子ときずな会	高富美智子他13名	5分
16	踊り	新焼津音頭	智 美子ときずな会	高富美智子他13名	3分
17	踊り	忠治流れ旅	大住美和会	月丘さくら	5分
18	鼓太鼓	凧として咲く花の如く	富士見会	太石鈴代他5名	4分
19	踊り	ダンシング・ヒーロー	さわやかクラブやいづ 女性部	鉄内正枝他15名	4分

R7-12.5

さわやかクラブやいづ連合会

○総人口 134,668 人 ○65 歳以上人口 41,122 人 ○高齢化率 30.5%
○シニアクラブ会員数 670 人 ○シニアクラブ加入率 1.6%

～さわやかクラブやいづ連合会（市連合会）～

《概況》

事業名：安心・安全ネットワーク構築事業

「令和 7 年度三市シニアクラブ女性部交流研修会」

実施日：令和 8 年 2 月 13 日（金）10 時～14 時 30 分

会 場：焼津市総合福祉会館 多目的ホール

参加者： 48 名

内 容：藤枝市・島田市・焼津市の三市で女性部を主としての交流会を行った。

各市町の会長・女性委員長の挨拶・意見交換を行い、その後レクダンス講習、焼津地域交流センター（アトレ庁舎）で毎月活動を行っているボランティアグループの「アトレオカリーナ」様からオカリナの演奏をしていただきその後、会場を焼津さかなセンターへ移し昼食・買い物と交流を図り解散となった。

《成果》

「令和 7 年度三市シニアクラブ女性部交流研修会」

各市町の会長、女性委員長が挨拶・活動報告をされ参加者全員、各市町の様子を学び今後の活動の参考になったのではないかと。

会議後レクダンス講習を行ったが、レクダンスの曲目は以前いきいき創造広場で焼津が踊った「マカレナ」という曲で、島田市の女性委員から又機会があったら教えてほしいとラブコールをいただいていた曲でした。

今回、その機会に恵まれ焼津の女性委員 17 名が中心となり、「マカレナ」を男性も含め踊る事ができ高齢者同士の絆を高める事ができました。

又、安心・安全に健康づくり活動や、支え合い活動となり大変有意義な時間となった。

次年度は藤枝市老連の当番、益々の交流会となることでしょう

《今後の方針》

「令和 7 年度三市シニアクラブ女性部交流研修会」

今回レクダンス「マカレナ」を焼津女性部が中心となり藤枝、島田の女性部に講習することになったが又機会があれば他市町にも中心となつていただき、皆で交流を図り、健康づくり活動や支え合いとなる会としていただければと思います。

【活動の様子】





三市シニアクラブ女性部交流研修会

日時：令和8年2月13日（金）10：00～14：30

場所：堺津市総合福祉会館ウエルシップ 多目的ホール

10：00～10：30 説明

さわやかクラブふじえだ連合会女性部長 岡崎伸枝様
 島田市いきいきクラブ連合会女性委員長 太向響代様
 さわやかクラブやいづ連合会女性委員長 森内正枝
 さわやかクラブふじえだ連合会会長 古川豊和様
 島田市いきいきクラブ連合会会長 酒井 弘様
 さわやかクラブやいづ連合会会長 近藤耕輔

10：30～11：20 体験 レクダンス講習

11：30～12：30 演義会 アトレオカリーナ

12：50～14：30 昼食 泉澤さかなセンター（食事・お買い物）
 自由解散

参加者名簿

さわやかクラブふじえだ連合会		島田市いきいきクラブ連合会		さわやかクラブやいづ連合会	
1 会長	古川 豊和	1 会長	西井 弘	1 会長	近藤耕輔
2 理事	小松剛志	2 副会長	竹内ヒサ子	2 理事	園田勝幸
3 副会長兼女性部長	寄島清枝	3 副会長	堀田竹子	3 副会長	浅井立子
4 女性副部長	鈴木喜久枝	4 女性委員長	太向春代	4 副会長	池田きよ子
5 女性部長	井口つぎ子	5 女性委員	市川恵子	5 女性委員長	森内正枝
6 女性部長	本郷きの江	6 女性委員	小鏡千代	6 女性委員	松永安子
7 女性部長	堀島みや子	7 女性委員	石橋和子	7 女性委員	小泉れい子
8 女性部長	鈴木朋子	8 女性委員	宮住良枝	8 女性委員	岡村富子
9 女性部長	鈴木みね子	9 女性委員	児玉郁美子	9 女性委員	小長谷賢乃
10 女性部長	藤部美代子	10 女性委員	三浦きよ子	10 女性委員	柴田洋子
11 女性部長	池田静枝	11 女性委員	太田みち子	11 女性委員	岩田幹枝
12 事務局	杉山利治	12 女性委員	横山ゆきえ	12 女性委員	須田宮枝
		13 女性委員	藤ヶ谷美智子	13 女性委員	河合久和子
		14 女性委員	鷺山和子	14 女性委員	佐藤和子
		15 女性委員	鈴木光子	15 女性委員	池田けい子
		16 女性委員	成岡美代子	16 女性委員	戸塚静子
		17 事務局	宮村瑛子	17 女性委員	望月みき子
				18 事務局	森内一恵

シニアクラブ静岡県 金丸 様



さわやかクラブやいづ連合会

○総人口	134,668 人	○65 歳以上人口	41,122 人	○高齢化率	30.5%
○シニアクラブ会員数	670 人	○シニアクラブ加入率		1.6%	

～さわやかクラブやいづ連合会（大井川支部宗高第一常磐会）～

《概況》

地域見守り活動

「さわやかクラブやいづ連合会」「県連合会」の支援を得ての活動。

「一人暮らし・高齢夫婦のみの世帯」への友愛訪問の実施

実施日：令和 7 年 12 月 22 日～24 日

参加者：11 名

内 容：一人暮らし及び老々介護家庭（いずれも 75 歳以上）への友愛訪問を実施。

対象者：20 軒

《成果》

- ・友愛訪問する中で第一常磐会で実施している「歳末助け合い募金」への協力要請をしたところ 14,050 円のご寄付を頂く。
- ・新規加入者 2 名あり。

《今後の方針》

- ・地域活動を通し、「児童がすくすくと育つ環境づくり」、「高齢者・認知症患者も含め安心して穏やかに暮らせる地域づくり」をと思います。
- ・今回の訪問活動を定例会へ誘う形で勧められたらと考えています。（頭も含め体力的な心配もありますが・・・）

【活動の様子】
友愛訪問の様子



さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 139,290 人 ○65 歳以上人口 43,987 人 ○高齢化率 31.6%
○シニアクラブ会員数 1,603 人 ○シニアクラブ加入率 3.6%

～さわやかクラブふじえだ連合会 青島地区連合会～

《概況》

(すこやか学級開催活動)

- ・年間 9 回、藤枝市文化センター大ホールにて 13 時 30 分から開催
- ・令和 7 年
 - 5 月 13 日 開講式北村正平藤枝市長市政講話(参加 81 名)
 - 6 月 13 日 小池幸子氏脳トレ体操(参加 68 名)
 - 7 月 14 日 増田里恵志氏他 2 名志太室内楽団による歌とピアノトリオ (61 名)
 - 9 月 9 日 小澤正人氏日本映画～全盛期のヒロ達(参加 66 名) 10 月 10 日 楽遊会魅惑のテナーサックス演奏(参加 72 名)
 - 11 月 14 日 小俣消費者生活センター職員あなたの財産を狙う悪質商法あれこれ(参加 64 名)
- ・令和 8 年
 - 1 月 16 日 プロバノタレディーズプロバノータ鑑賞(参加 69 名)
 - 2 月 27 日 ふまねっと藤枝「ふまねっと」脳トレ運動《予定》
 - 3 月 10 日 閉講式アトラクション、ビンゴゲーム《予定》

(グラウンドゴルフ大会)

- ・令和 7 年
- 10 月 30 日 大井川河川敷グラウンドゴルフ広場にて開催参加会員 102 名 2 回戦ゲーム

《成果》

(すこやか学級開催活動)

学級活動を年 7 回開催延べ 481 名の参加者を得た。
健康管理・促進、交通安全、防犯などの情報提供やアトラクション活動等により会員同士の交流の機会を造成できた。
従来は、女性会員のみの活動対象であったが、会員以外の参加呼びかけや、後期からは男性会員も対象として参加者の増加に努めて、地域住民との交流や効果の増大を図れた。

(グラウンドゴルフ大会)

青島地区さわやかクラブでは毎年、グラウンドゴルフ大会を開催して会員の健康増進と地域住民の参加を得て会員との交流に努めている。

《今後の方針》

(すこやか学級開催活動)

今後とも、学級講座内容の充実を図り、会員の生活や健康促進の情報提供に努め、会員同士の交流を図るため、会員入会促進の効果を得るために継続して開講していきます。

又、男性会員の参加増進にも努めていきます。

(グラウンドゴルフ大会)

会員同士の交流、健康促進を図り、継続して実施していきます。

地域住民との交流やさわやかクラブへの入会促進を図るため、地域住民への大会への参加も呼びかけていきます。

【活動の様子】

すこやか学級



今年度は男性会員への呼びかけも行った

さわやかクラブ青島連合会の男性会員の皆さんへ
すこやか学級へのお誘いです。

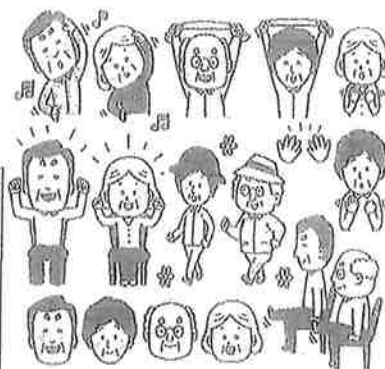
明るく 楽しく 元気よく をテーマに

高齢者の生き方、健康と食事、軽い体操や歴史、音楽等の趣味など 幅広いテーマで、月に1回（4、8、12月を除きます）の文化センターでの集いです。

従来は、女性会員のみの参加学級でしたが
席に余裕ができていますので男性会員の
皆さんにも味わって戴けます。是非ご参加を

令和7年度前期実施内容

- 5月：開講式 北村正平市長講話
- 6月：脳トレ、体操教室「笑顔はあなたの宝物」
- 7月：歌とピアノトリオによる七夕コンサート
- 9月：日本映画・前世紀ヒーロー
- 10月：唄って！笑って！ボランティア（楽遊会）



後期は検討中ですので昨年度実績の紹介

- 11月：足芸、テナーサックス・歌姫、演歌、詩吟
- 1月：ふまねっと・脳トレ体操
- 2月：楽しく歩いて賢く食べる日本一の健康づくり
- 3月：閉講式 アトラクション ビンゴゲーム

楽しく健康で過ごす、生活のヒントをみんなで見つけましょう！

- 1.さまざまな学びを通じて、健康で生きがいのある日々を送ること
 - 2.いろいろな人と出会い、交流し、友達の輪を広げること
- 皆さんも入級し、楽しく笑ってタメになる学級講座を通じて、素敵な仲間づくりと素晴らしい居場所づくりを！

※入級申込みは、各クラブのすこやか学級班長さんへお願いします。

今年度は、年会費（1,500円）の半期分750円をご協力願います。

*学級内容の詳細問い合わせは

さわやかクラブ青島連合会女性部長 鈴木みね子まで

電話 635-5663

グラウンドゴルフ大会



大会プログラムと 大会成績

令和7年10月30日

第18回 令和7年度 青島地区老連 第18回 令和7年度 青島地区老連グラウンドゴルフ大会 成績表

第18回 令和7年度 青島地区老連

グラウンドゴルフ大会

開催日 令和7年 10月30日(木)

予備日 令和7年 11月5日(水)

会 場 大井川河川敷グラウンドゴルフ場

開会式 9時00分 競技開始 9時30分

若さと健康に向かって

今日も楽しくやろう!

大会次第

(開会式)

立会開始 9時30分

1. 開会宣言
2. 会旗披露
3. 競技上の注意
4. 第1ゲームのコースに移動
5. 第1ゲーム開始(12ホール)
6. 第1ゲーム終了
7. 集合
8. 第2ゲームのコースに移動
9. 第2ゲーム開始(12ホール)
10. 第2ゲーム終了
11. 集合
12. 成績(銀票・スコアカード)授与

令和7年度 担当車老名

- №. 14 追分 友和会
- №. 15 内瀬戸 寿会
- №. 16 友野せいなん
- №. 17 三軒屋 三寿会

(開会式)

13. 開会式の場前に集合

14. 勝評

15. 閉会宣言

※大会終了予定 12時00分

№. 18 駿河台シルバークラブ

№. 19 瀬古3 かたらい会

№. 20 三井台 寿会

順位	地区名	車老名	氏名	打数	表彰
1	志太	おもとクラブ	後藤 勝昭	50	優勝
2	青木	福和会	仲田 光雄	52	準優勝
3	志太	おもとクラブ	仲田 昌子	53	3位・指定本賞
4	東町	東寿会	松浦 一郎	54	4位
5	田沼南	千寿会	大石 正志	55	5位
6	三軒屋	三寿会	青木 勝子	56	6位
7	章士見	富久寿会	安藤 寛	56	7位
8	田沼北	福寿会	加藤 泰宏	56	8位・指定本賞
9	田沼北	福寿会	袴田 文江	56	9位
10	東町	東寿会	法月 武英	56	10位
11	田沼南	千寿会	久保田 昌宏	57	11位
12	田沼南	千寿会	落合 宏画	57	12位
13	追分	友和会	青島 秀之	57	13位
14	志太	おもとクラブ	岸嶋 薫	57	14位
15	瀬戸新屋	和栄会	高島 健一	58	15位
16	田沼南	F寿会	横井 幸司	58	16位
17	青葉南	さわやかクラブ	柴 上げ子	58	17位
18	田沼南	千寿会	杉本 実	58	18位
19	田沼北	福寿会	袴田 文雄	59	19位
20	三軒屋	三寿会	露坂 直省	59	20位
21	青葉南	さわやかクラブ	柴 榮三	59	ラッキー賞
22	青葉中	岩城会	市川 勝弘	59	
23	田沼北	福寿会	鈴木 武	59	
24	青木	福和会	松村 俊	59	
25	追分	友和会	浜田 平作	60	
26	青木	福和会	鶴橋 忠美	61	指定本賞
27	前島	楽寿会	川村 高則	61	
28	追分	友和会	伊藤 五男	61	
29	青葉中	岩城会	加納 康弘	61	
30	田沼中	明和会	大村 泰良	62	ラッキー賞・指定本賞
31	田沼北	福寿会	益田 正雄	62	
32	前島	楽寿会	増田 恭一	62	
33	田沼北	福寿会	佐久間 清	63	

シニアクラブ御前崎

○総人口 29,479 人 ○65 歳以上人口 9,830 人 ○高齢化率 33.3%
○シニアクラブ会員数 611 人 ○シニアクラブ加入率 6.2%

～シニアクラブ御前崎（市連合会女性部）～

《概況》

①友愛訪問活動

施設訪問をしました。

特別養護老人ホーム
東海清風園
灯光園

ディサービス
東海清風園ディサービス
灯光園ディサービス

②見守り活動

戸別訪問活動を実施

選出は単老会長と相談の上決めました。

訪問は数人で行いました。

下岬	3 人	比木	10 人
白羽	10 人	本町	12 人
白浜	11 人	中町	8 人
塩原	11 人	合戸	8 人
門屋	2 人		

合計 75 人

上記の活動を実施するにあたり、友愛委員会を佐倉地区センターにおいて
7 回開催しました。

令和 8 年 1 月 29 日、研修として御前崎市 AI オンデマンド交通サービスについて、
市の職員より説明を受けた。

各単老に帰って報告し、次年度の活動のひとつとして説明を受ける機会を作り、一
人でも多くの人が利用でき、高齢者の生活を豊かにしたい。

《成果》

① 友愛訪問活動

特別養護老人ホーム

東海清風園

灯光園

を訪問しました。

ディサービス

清風園ディサービス

灯光園ディサービスへ慰問を訪問しました。

感染症予防のため部屋までの訪問はかなわず、持参した日用品は大変感謝され喜ばれたが、訪問の意味がどこにあるのか疑問に思った。

② 見守り活動

単老別戸別訪問は、長居はできないものの、健康状態や生活での不自由なことはないか聞いた。問題になることは委員会にて検討した。

持参したトイレトペーパーやティッシュペーパー等は大変喜ばれました。

心の交流である見守る活動は有意義なものとなりました。

《今後の方針》

①友愛訪問活動

特別養護老人ホーム、ディサービスの訪問は、今後も感染症予防のため、入居者さん、利用者さんと交流できないでしょう。

日用品を持参し、喜ばれることが私たちの励みです。

また、ウエスが必要とも言ってくれたので、次年度はそれも考えてゆきたい。

②見守り活動

何年も前から続けられている活動のひとつで、お互いを思いやるやさしい心にふれあう大切な活動です。

訪問する人も年々高齢化し、車での訪問が心配ですが、助け合いの絆が太く、長く続くことを願っています。

【活動の様子】



シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 29.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部赤佐 7 区亀楽会～

《概況》

地域環境改善推進事業：町内の花壇や家庭で、花を楽しむ生活を盛上げたい。

1. 町内花壇の管理

- 1) シニアクラブメンバー中心の花クラブ活動
日 時：常時
場 所：町内 4 箇所の花壇
参加者：花クラブメンバー 11 名
内 容：花壇での植栽、水やり・肥料・除草等
- 2) 更に活動の輪を広げるボランティアの募集
自治会を通じてチラシ配布 11 月 1 日 実施
- 3) 高齢者に楽な作業資材の購入
水や作業物を運ぶ 4 輪運搬車、アルミ製鋏などの購入 10、11 月に実施
- 4) 他地域の「花の会」を見学し交流を深める
令和 7 年 10 月 19 日 浜松市花コンクール表彰式への出席
会場にて情報収集と他地域の花壇見学 12 月実施

2. 町内花いっぱい運動

- 1) 令和 7 年 10 月 21 日 園芸家による花の講演会、ワークショップを実施
制作した花鉢を各自持ち帰る
参加者：30 名
- 2) 令和 7 年 11 月 1 日 一人暮らし・外出困難な高齢者宅を中心に花のプランターの設置
を希望する家を募集する。
令和 7 年 12 月 2 日 作業実施 20 件のお宅に配置

3. 子どもたちとの交流

- 1) 令和 7 年 12 月 20 日 子ども会の子たちに花鉢を贈り、家で育ててもらおう運動
参加者：メンバー 3 人でセットし、12 月 21 日 30 名に配布
- 2) 令和 7 年 11 月 11 日 保育園児とともに町内花壇で一緒に花上を行う。
今後、その生育を見守らってもらう
参加者：園児 23 名+会員 7 名

《成果》

他地域の「花の会」が縮小していく中で、当会の「花の会」は、問題はあるもののどうにか乗り切ることが出来た。地域の方からも「綺麗に咲いているね」と喜んでいただいている。

1. 町内花壇の管理

- 1) 町内4箇所の花壇を年中花を絶やさないう心掛けることに神経を使った。
特に猛暑の夏の時期には、水やりが大変だった。
- 2) 活動の中心は80歳を超すシニアメンバーであり、自治会の若い人の参加が欲しかった。
- 3) 4箇所の花壇は離れており、それぞれ自宅に近い花壇の管理に集中いただいた。
- 4) 浜松市花壇コンクールで優良賞を頂いた。
これを機会に他地域の「花の会」との交流を図った。

2. 町内花いっぱい運動

身の回りで花を育て飾ることで、生活に明るさや癒しをもたらす効果を実感できた。

- 1) クラブの月例会に園芸家を招き花の育て方の講演を実施。初の試みであったが、良い勉強になった。
- 2) 講演後、開催したワークショップで各自ビオラの花苗を鉢に植え各自持ち帰った。
後日大きく育った育って聞く花を目にし、大変喜んでもらえた。
- 3) メンバーでパンジーの花苗をプランターに植え、募集に応募いただいた一人住まい、外出困難者宅を中心に道路沿いに置いていただいた。

3. 子どもたちとの交流

登下校の際に花壇の花を愛で、生育を見てもらうことは、自然観察眼の向上に寄与できたのではと思う。

子どもたちとの共同作業は、大変楽しい時間となった。

《今後の方針》

浜松市の「花いっぱい運動」に呼応した形で、町内の花壇を整備し、道路沿いにプランターを配置できたことは、町内美化運動の一助となったことと自負している。

当会の「花クラブ」のボランティアメンバーも80歳を超える高齢者が中心の為、自治会にも強く働きかけて、メンバーも増員を図るとともに、花壇管理も近くの自治会の班にしたい。

また、花壇の管理には、子どもたちにも協力してもらい、一緒に作業する機会を増やし、地域の全世代の交流の場となるような活動にしていきたい。

《活動の様子》

赤佐7区亀楽会 花クラブの活動の一端

浜松市花コンクール入賞

花クラブメンバー

管理花壇の1つ



支援資金で購入資材



花壇作業作業

月例会での園芸家による講演とワークショップ



1人暮らし高齢者を中心にプランター花の配布



子供会、保育園児との交流



募集 プランターの花を飾りましょう(無料)

浜松市の“沿道花いっぱい運動”に賛同しています。

7区町内で 道路沿いのお宅に花を飾ってくれる方を募集します。

限定 10名様

- 条件：
- ・お宅の道路沿いに花のプランターを置いてくれる方。
 - ・一人住まいのお宅を優先します。

無料提供： 花苗（1回のみ）と培養土を詰めたプランターをお届けします。



（連絡先）

7区花クラブ

猿田克美 ☎ 583-3059

亀楽会だより

会長 井出 登

暑かった後急に朝夕の気温が下がり、今では寒さを感じるほどの陽気になりましたが、今年はサンマ、イワシ、スルメイカ等が豊漁だそうです。栗やみかんも出てきました。美味しいものをたくさん食べて寒い冬を乗り切る体力をつけましょう。

シニアクラブの行事も順調に実施され、先日「かがやきのつどい」が文化センターで開催され、亀楽会からはレクダンスとカラオケの出演をしました。これからはウォーキングやグランドゴルフの大会が続きます。スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋を楽しみましょう。

1. 報告事項

- (1) 9月07日(日) 山王大権現祭(ないしょ祭り)が山住神社で行われました。
- (2) 9月20日(土) 誕生会・月例会 防災に関するビデオ研修を行いました。午後はカラオケを楽しみました。
- (3) 9月24日(水) 赤佐研修会が尾野公民館でありました。15名参加
亀楽会からレクダンス部と3名のカラオケ出演をしました。
- (4) 9月27日(土) 第3回山住神社草取りを行いました。
- (5) 10月21日(火) 誕生会・月例会 地域包括支援センターに「口腔体操」について講演をしていただきました。午後は西鹿島マルサダ園芸のグリーンアドバイザー ささせ さちよ先生に「花を育ててみよう」をテーマに講演をしていただきました。その後ビオラの苗をポットに植える指導をしていただき、家で育てるように各自持ちかえりました。



包括支援センターの宮城センター長と鈴木さん



グリーンアドバイザーのささせさん

- (6) 10月23日(木) かがやきのつどいが文化センターでありました。亀楽会からレクダンスとカラオケの出演をしました。 9名参加

- (7) 10月30日(木) 支部主催のウォーキングが富士川クラフトパークでありました。6名参加

2. 行事予定

- (1) 11月04日(火) 第2回グランドゴルフ赤佐大会が御馬ヶ池多目的ひろ場であります。
- (2) 11月05日(水) フラワーパークウォーキング 参加者は8:45公民館に集合下さい。
- (3) 11月12日(水) 厚生会・施設 桃山見学 参加者は9:40公民館に集合下さい。
施設内はマスクをつけてください。

- (4) 11月19日(水) 誕生会・月例会 市からトレーナーを派遣していただき「浜松いきいき体操」の指導をしていただきます。軽い体操のできる服装で参加ください。 午後はカラオケを楽しみます。
- (5) 11月20日(木) 秋の旅(美濃市・杉原千畝記念館等見学)があります。
- (6) 12月20日(土) 誕生会・月例会(お餅を食べる会)
午前中門松の準備とあんこ餅を作り、お昼にお餅を食べます。
- (7) 12月27日(土) そばを食べる会 午前中に門松の飾り付けと、山住神社の草取りを行い、お昼にそばを食べて今年の仕事納めとします。

口の周りの衰え対策のための口腔体操

今回は先日地域包括支援センターに講演していただいた内容を紹介します。

(口や舌を鍛えて、誤嚥や食べこぼしなどを防ぎ、硬い物でも良く噛めるようにする体操)

1. 口・舌の動きをスムーズにするための体操
 - i 唇を中心とした口の体操
 - ① 口をすぼめる(うーの発音状態) ② 口を横に開く(いーの発音状態)
 - ii 唇とほおの体操
ほおを膨らませたあと、すぼめるという動きを数回する。口の中に水が無くてもOK
 - iii 舌の体操(舌圧訓練)
 - ① 舌を左のほおの内側に強く押し付ける。 ② 自分の指で、口の中の舌の先を、ほおの上から抑える。 ③ それに対抗するように、舌をほおの内側にゆっくり10回押し付ける。 右のほおでも同じことを繰り返す。
 - iv パタカラ体操 ①「パ」唇をはじくように。②「タ」舌先を上の前歯の裏につけるように。③「カ」舌の奥を上あごの奥につける様に。④「ラ」舌を丸める。
 - v 唾液腺マッサージ ①耳下腺マッサージ 指数本を耳の前に当て10回ほど円を描くようにする。②顎下腺マッサージ 顎のラインの内側のくぼみ部3〜4か所を順に押し当てゆく。目安は各ポイントを5回ほど行う。③舌下腺マッサージ 顎の中心当たりの柔らかい部分に両手の親指を揃えて当て、10回ほど上にゆっくり押し当てる。
2. 飲み込むパワーをつけるための訓練・体操
 - i 開口訓練 ①ゆっくり大きく口を開け10秒保持する。②しっかり口を閉じて10秒間休憩する。 1日10秒間×2セット(朝・夕)行う。
 - ii ベロだしごっくん体操 ベロをだしたまま、口を閉じて唾を飲み込む。
 - iii おでこ体操 ①指先を上に向け、手のひらでおでこを押し合うようにする。 ②おへそを覗き込みながら、5つ数える。
 - iv ごっくん体操 ①喉ぼとけに手を当てごくんと飲んで喉ぼとけを上げる。②上げたまま5秒保つ。③息をしっかりと(一気に)吐き出す。
3. 咀嚼訓練 一口で30回以上噛む。一口ごとに箸をおく。歯ごたえのある食材を使う。
4. 活舌を良くする訓練 「なまむぎ なまごめ なまたまご」、「すももも もも もものうち」などの早口言葉を3回続けて言う。
5. 舌トレーニング 舌を出し上下、左右、口の周りをぐるっと回す。

シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 29.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 浜北支部亀玉地区連～

《概況》

認知症サポーター養成講座の開催

日 時：令和 7 年 10 月 10 日（金） 09：30～10：30
会 場：四大地会館
講 師：地域包括支援センター看護師
参加者：25 名
内 容：「認知症を学びみんなで考える」

防犯・交通安全教室

日 時：令和 7 年 12 月 10 日（水） 10：30～11：30
会 場：四大地会館
講 師：宮口駐在所警察官と交通安全指導員
内 容：「振込詐欺の被害者にならない為には」
「地域の交通事故の状況」等
「横断旗の振り方」指導

亀玉地区交差点注意個所入り「見守りウォーキングマップ」

- ・「見守りウォーキングマップ」の活用
亀玉地区内自治会、町内会へ配布。
地区小・中学校へ配布し、学習の折活用していただく。

《成果》

認知症サポーター養成講座

- ・自分や家族、身近な人が認知症になったらどのように生活したいと考えるでしょうか？
どのような地域社会でも暮らしていけるためには、“周囲の人の理解”が大切であり、
また、“認知症と共生する街”をつくるためには、何よりも周囲の方たち（シニアクラブ会員同志）が支え合っていく事が大切であると確信することが出来た講演であった。

防犯・交通安全教室

- ・「新聞・テレビ・ラジオ等でオレオレ詐欺にあったと盛んに報道されています。なぜ相も変わらず犯罪が減らないのでしょうか？」
その対応と日頃、気を付けることを学びました。
また、指導員による横断歩道での旗振りの注意点を学びました。
ひごろのかつどうで児童たちが安心して通学できるよう次世代につなげていきたい活動
と思います。

亀玉地区交差点注意個所入り「見守りウォーキングマップ」

- ・「見守りウォーキングマップ」を活用して、ノルディック・ウォークを開催した。地域
住民と情報を共有できることが、これからの活動の励みとなり、安心・安全ネットワー
クの構築につなげたい。

《今後の方針》

認知症サポーター養成講座

- ・高齢者が誰でも日常生活で不安を考える問題であり、認知症を正しく理解し
それによる差別をなくしていく事が大切で、次年度以降もぜひ継続して開催し、
家族・友人達と一緒に考えていきたい。

防犯・交通安全教室

- ・新しい情報を得るためにも是非継続して行きたい。

亀玉地区交差点注意個所入り「見守りウォーキングマップ」

- ・地区内の危険個所等は道路事情等で常に変化している、住民と情報を共有し
マップの更新作業は今後も続けていきたいものです。

《活動の様子》



シニアクラブ浜松市

○総人口 781,011 人 ○65 歳以上人口 226,281 人 ○高齢化率 29.0%
○シニアクラブ会員数 15,894 人 ○シニアクラブ加入率 7.0%

～シニアクラブ浜松市 伊佐見地区連合会～

《概況》

地域環境美化活動

1 「さん広場」周辺の美化活動

日 時：毎月土曜日 13：30～15：00（夏季）
15：00～16：30（冬季）

場 所：「さん広場」、広場前バス停周辺

参加者：6 名（+3 名）

内 容：広場の花壇造成、植栽、剪定、バス停周辺除草等

2. 「さん広場」の整地・美化活動

「さん広場」の整地・美化活動の結果、広場に児童・高齢者の散歩コース・あそび場スペースの確保。

安心・安全ネットワーク構築活動活動

1. 高齢者の孤立・孤独防止策の実施

組ごとにリーダーを選定。頻繁に友愛訪問活動を実施。

2. 地域見守り活動

年に 5・6 回会員全員のお宅訪問を実施。会報を配布するとともに、各種相談事等を聴きながらお互いの安否を確認。

《成果》

地域環境美化活動

花の会の活動で、「さん広場」に児童・高齢者の居場所が出来、広場としての本来の機能が戻りつつあるとの評価を頂く。

安心・安全ネットワーク構築活動活動

友愛訪問活動により、会話を交わすことで、お互いの安否を確認し合い。安心・安全ネットワークが深まるように感じる。

《今後の方針》

地域環境美化活動

この活動は当会においてのメイン事業ともいえるもので、地域の児童・住民にとって充実した公園機能を発揮できるよう市公園課と協力し、今後も活動を続けていきたい。

安心・安全ネットワーク構築活動活動

今後も、高齢者の孤立・孤独防止を図るため友愛訪問・交流事業を活発化させる事業を開催し、地域全体の安心・安全ネットワークを充実させていきたい。

《活動の様子》

環境美化活動で講演機能を取り戻した「さん広場」



こ・い・き・れ・ん（湖西いきいきクラブ連合会）

○総人口 56,971人 ○65歳以上人口 16,587人 ○高齢化率 29.1%
○シニアクラブ会員数 1,184人 ○シニアクラブ加入率 7.1%

～市連合会の活動～

《概況》

1.安心・安全ネットワークの構築

友愛訪問活動

愛の声かけ運動と友愛訪問活動の実施

※おはよう！こんにちは！元気ですか！の声かけ運動

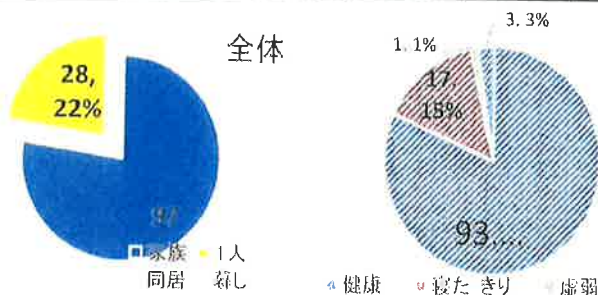
①「例会」への参加呼びかけ ⇒ 安否、健康状態確認

②戸外での世間話 ⇒ 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

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）

ブロック	会員数	対象者			訪問結果								
		該当者			90歳以上 内訳			症状等					
2025 4/1	現在	男	女	計	家族同居	1人暮らし	計	健康	寝たきり	虚弱	認知症	その他	計
新居地域	347	15	35	50	41	9	50	41	1	7	0	1	50
湖西地域	837	18	50	68	49	19	68	54	2	10	0	2	68
合 計	1184	33	85	118	90	28	118	95	3	17	0	3	118
構成率					76.3%	23.7%	100.0%	80.5%	2.5%	14.4%	0.0%	2.5%	



会員数の約1割に当たる118名の90歳以上の方々を訪問いたしました。全体的には健康で活躍している方が80%と多く健康寿命は確実に伸びている事がわかります。しかしながら23.7%の方は一人暮らしで、今後も頻繁に見守り活動が必要と感じます。

95歳以上の方の訪問状況です。

		体調	状況	訪 問 の 状 況
1	96歳 大倉戸 女性	健康	同居	彼女は96歳とは思えないほど元気で、週2回ディサービスへ行っています。 家族の方はイチゴを作られているので、少しでも畑の草取りをして元気で。
2	96歳 大倉戸 女性	健康	同居	彼女も96歳とは思えないほど元気いっぱい庭の草取りをしているようです。お見上げを大変喜んでくれました。
3	95歳 郷北郷寿会 女性	健康	同居	足が悪い為自分の部屋でいつも一人にいるけれど食事は家族と一緒に頂くようです。 郷寿会の会合にも手押し車で来てくれます。会の中で一番のオシャレさんです。 また、色々な事を知っているの、私も話し込んでついおしゃべりをしてしまいます。 しっかりしている方なので私も教わることが多いです。
4	97歳 郷北郷寿会 女性	健康	同居	一時は入院していましたが、今は家にいます。 丁度息子さんも家にいたので、一緒に話をしました。いつもニコニコして耳は遠いのですが、郷寿会には友達と来てくれます。
5	98歳 郷北郷寿会 女性	健康	同居	彼女は耳が一番遠い人ですが、とても98歳とは思えない。足腰達者で、私が行くと満面のほほ笑みで迎えてくれます。息子さん夫婦とは棟続きの別棟にいて食事の時だけ一緒に食べるようです。去年は草取りをしていましたが、この暑さなのでテレビを観ているようです。
6	97歳 千鳥会 女性	健康	同居	とても元気で、ディサービスへ週3回通っています。 娘さんと二人暮らしです。時々孫たちが来てくれるのが楽しみだそうです。
7	95歳 若磯 男性	健康	同居	奥さんと二人暮らし、車で買い物とかよく出かけたりしています。 お元気で毎日過ごされています。
8	95歳 内山 男性	健康	同居	家の事、食事の支度は自分でやっているとの事 長寿会の行事は出来るだけ参加している。目も耳も悪くなってきているけど出来るだけ人と交わることを心がけているそうです。
9	100歳 河原 男性	健康	一人暮らし	転んで骨折をして入院をされていたんですが、今は家に帰って週に一度ディサービスに行かれています。 顔色も良く話し方もしっかりしていて、もうすぐ100歳とは思えません。訪問した時は娘さんがいらっしやいました。
10	98歳 新所中部 女性	健康	同居	週2回ディサービスに通所しています。 食事、トイレ、入浴も一人でできて大変お元気です。
11	95歳 新所東 女性	健康	同居	週2回ディサービスへ通所、食事、トイレ、入浴も一人でできます。 セニアカーで涼しい時間は草取りもしています。娘さんと二人暮らしで、娘さんはビニールハウスでクルクマ草を作って出荷していると楽しそうに話をしてくれました。
12	95歳 新所東 女性	健康	同居	日中はほぼ一人で生活している。日常生活に支障はない。 明の園こえが悪いのを会話で感じました。お元気そうです。

5月9日（金）、女性部が中核となり、年間活動の基本方針を策定し、118名の訪問先を定めて実施。各地区クラブ毎の23の友愛訪問チームが、90歳以上のシニア者及び寝たきりシニア者の方々を訪問、「話し相手」となる事を基本にして慰問し、訪ねる人と心待ちする会員の方との友愛の心が通い合い、更に「絆」が深まり大変喜ばれ、皆様から高い評価を頂きました。

総 評

自立されている皆様が多いことに大変驚きました。それぞれがご家庭で役割を持ち、はつらつと笑顔で生活されている姿が伝わってきます。私たちも若々しさと元気をいただき、これからも頑張っていきたいと思います。今後の行事へのご参加も楽しみにしております。たくさんの笑い声、そして真剣な表情に触れ、皆様がさらに若々しく元気になられることと思います。

料理教室の開催

令和7年6月6日（金）

おぼと料理実習室で女性部女性委員とリーダー、男性役員 23名が参加し開催。

講師は湖西市役所健康増進課 磯村栄養士

「楽しく学ぼう “健康づくり”骨コツ貯金で健康生活」

テーマは「骨粗しょう症など骨の予防について」甲州前に参加者全員が骨密度検査を行う。

骨粗しょう症予防のための食事のお基本や、事前に測定したカルシウムセルフチェックをしたり、今までとは違った講習となりました。

なお、今年度は男性の料理教室は会場の都合により中止させていただきました。



