

令和4年度 シニアクラブ掛川 大東支部女性部だより

令和4年3月発行

掛川市大坂 2443 老人福祉センター山王荘

☎0537-72-7171 ・ Fax72-7172

発行人：シニアクラブ掛川大東支部女性部役員一同

≪女性部に期待を込めて!!≫

今年も待ちわびた桜の開花時期がめぐってまいりました。女性部の皆様方におかれましては、日々お健やかに活動されておられると存じます。二年前の改選から、支部役員、地区役員の皆様は元より会員の皆様方に暖かいご支援ご協力を賜りましたことをこの場をお借りして厚く御礼申し上げます。

さてスタート当初、シニアクラブは老人福祉法に基づいた自主組織と伺ったときの衝撃がありましたが、ご縁があった仲間と只々楽しく活動したいと思った事を鮮明に覚えています。シニアクラブ静岡県からは健康寿命の3要素、栄養・運動・社会参加を柱に介護保険料の値上げに歯止めをかける為のひとつに、会員の居場所づくりを進めています。その責任に十分添えなかった自分でしたが、お陰をもちまして女性部は幅広い年齢層でありながらそれぞれ地域に楽しく関わり生きがいをもって活動されている姿に力強さを感じさせられました。

一人一人が居場所を見つけ住み慣れた地域で年を重ねられれば素敵なことだと思います。

これからも会員皆様の健康第一に、先人の想いと共に担おう地域づくりを携えて

女性部の魅力を発信していけますよう皆様の頑張りに期待をしたいと思います。



令和3・4年度 シニアクラブ掛川大東支部女性部長 土井久美子(小貫長寿会)

令和4年度 女性部 活動報告

月日	参加人数	内 容	場 所
5月17日(火)	6名	女性部第1回 地区役員(6地区) 事業計画作成	山王荘
6月2日(木)	15名	第1回女性部着物リフォームクラブ	山王荘
6月13日(月)	3名	女性部3支部 第1回交流会(部長・副支部長)	たまり～な
6月21日(火)	16名	女性部第1回 役員会(17地区) 活動報告・計画	山王荘
7月20日(水)	11名	第2回女性部着物リフォームクラブ	山王荘
8月17日(水)	12名	第3回女性部着物リフォームクラブ	山王荘
9月14日(水)	13名	第4回女性部着物リフォームクラブ	山王荘
9月17日(土)	78名申込 72名参加	女性親睦グラウンド・ゴルフ交流大会	大東総合G・ゴルフ場
10月5日(水)	3名	女性部3支部 第2回交流会(部長・副部長)	たまり～な
10月16日(日)	3名	ふれあい広場参加(レクリエーションダンス発表)	生涯学習センター
10月31日(月)	(3支部) 75名	市老連 3支部レクリエーションダンス交流会	さんり～な
11月10日(木)	16名	女性部第2回 役員会(17地区) 多肉植物寄せ植え	山王荘
12月7日(水)	1名	県老連女性リーダー研修会(部長・副部長)	浜松市福祉交流センター
1月17日(火)	16名	女性部第3回 役員会(17地区) ポッチャ交流会 他	山王荘
1月23日(月)	3名	女性部3支部 第3回交流会(部長・副部長)	大須賀老人福祉センター

黒:支部行事 緑:市老連行事 青:県老連行事

シニアクラブ大東支部 令和4年度 女性部活動報告

5月17日(火) 女性部第1回地区役員会(6地区) 開催

顔合わせ、自己紹介の後に、今年度の事業計画を話し合いました。女性部だよりの担当も決めました。大東支部女性部の皆さんが楽しく活動出来ますように。



6月21日(火)女性部第1回地区役員会(17地区)開催

森下支部長のご出席をいただき開催することができました。今年度の活動計画、自己紹介、大広間にて森下支部長にも参加いただき「リンゴの唄」の替え歌で、じゃんけんゲームを行い緊張感も解けてマスクの中で大笑い、最後にレクダンス「サザエさん」を踊りました。楽しい時間を過ごすことが出来ました。(浜野さわやかクラブ 杉山茂子)



女性親睦グラウンド・ゴルフ交流大会 9月17日(土) 開催

G・G協会の皆様のご協力も頂き無事開催することができました。残暑厳しい中、78名の申込みがありました。当日72名の参加をいただき楽しく交流できました。最後はラッキー賞A、B、C、D、どれが当たるかドキドキしながらの抽選、楽しい時間を過ごせました。



Aグループ(総合)
優勝(国浜)中山くみ子
準優勝(中)樽林時枝
3位(三井)中山邦子
4位(中方)鈴木和江
5位(上土方)青野美代子

着物リフォームクラブ開催 1回~4回 完成まで

6/2(木)、7/20(水)、8/17(水)、9/14(水)

初めての企画に不安一杯でした。15名の参加を得て思い出がある着物の傷んでいる箇所をさせて、素人でも作成できるデザインで、お互いに助け合って挑戦しました。4回目の最終日にミニファッションショーで着物の柄の良さで感動しどこに着て行こうかとワクワクしました。(小貫長寿会 土井久美子)



10月16日(日)掛川市生涯学習センター

令和4年度掛川市
ふれあい広場

市老連女性部役員が参加し「サザエさん」の曲に合わせてレクダンスを披露しました。大東支部から役員3名参加いたしました。



3支部レクリエーションダンス交流会



3支部(合計)75名参加

10月31日(月)さんり~な

シニアクラブで活発に取り組んでいるレクリエーションダンス♪掛川市内在住の65歳以上の方を募集。大東支部では10名の参加でした。小池幸子先生に指導していただき、お口の体操、柔軟体操の後にレクダンス。とても楽しく交流ができました。(千浜東福寿会 藤沢とみ子)

女性リーダー研修会

12月7日(水)

コロナ対策のため、県内を3ブロックに分けて、西部地区は浜松交流センターに約70名の参加を集めて3年ぶりの開催となりました。「シニア生き方講座」をテーマに野末あけみ先生の講演で2025年問題から“健康寿命をのばして介護保険を抑えるには・・・”を趣旨に、ユーモアに富んだお話で終始爆笑の渦でした。(土井久美子女性部長)

11月10日(木)女性部第2回役員会(17地区)健康講座と多肉植物寄せ植え

健康講座は栄養士さんからこれから必要な栄養素の話の伺いました。日常の食生活と運動の必要性を再確認いたしました。その後は多肉植物の寄せ植え、多種多様な種類に皆さんウキウキして寄せ植えを行い素敵な寄せ植えが完成いたしました。

(下北 三井年江)

(下北 三井年江)



R5 1月17日(火) ヒモトレーニングとポッチャ交流会

第3回17地区女性部役員会が山王荘の大広間で開催されました。初めてのヒモトレーニングでは身体の整え方を教えていただき、「替え歌 北国の春」で心をほぐし。その後にポッチャ交流会を行いました。最後はR4年度事業報告会を行い閉会となりました。とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。(三井シニアクラブ 小澤幸子)



「北国の春」の替え歌を歌いました。

令和4年度 シニアクラブ 大東支部 女性部活動への皆様のご協力に感謝致します。1年間ありがとうございました。

令和4年度 シニアクラブ 大東支部女性部役員一同

女性部長 土井久美子(小貫)・副部長 小澤幸子(三井)・副部長 杉山成子(浜野)
地区役員 藤沢とみ子(千浜東)・三井年江(下北)・松下みさ(西之谷)