

自然の力は偉大です。10℃を切る寒さの中に、今年も元気良く土筆が頭を出しました。『老人も負けずに元気出せよ・・・』と言っているかのようです。H28年度も海蔵小1年生との交流会を最後に、全ての行事を終える事が出来ました。会員皆様方の温かいご支援、ご協力有難うございました。

海蔵まちづくり協議会も発足され本格的に住みよい、楽しい街をめざし活動されます。私達若生会も私達にできる範囲で協力して行きます。会員増強に努め、絆を深め29年度も頑張ってお参りしましょう。 会長

若生会だより

No.93号

平成29年3月10日

海蔵地区連合若生会



第二回目 教養講座

平成29年2月23日海蔵地区市民センター2階に於いて、四日市北警察北防犯協会の松岡様を講師に迎えて特殊詐欺・高齢者の交通事故防止について色々講演して頂きました。参加者35名でとても有意義な内容でした。息子(孫)を名乗る者からお金を貸してほしい。又 行政から還付金があるからとの電話があったら、これは全部詐欺です。私たち高齢者が自己判断しないで家族の皆に相談しましょう。私たち若生会会員の中にもこの様な電話を経験された方もいらっしゃると思います。不審に感じたら最寄りの警察に通報して下さい。平成28年度 特殊詐欺被害額が三重県で約5億1千960万円だそうです。老後の生活に貯めた大切なお金、この様な被害に合わないよう注意しましょうね。

「オレオレ詐欺」対策として家族間で「合言葉」を決めて置くことと良いとの事です。

免許返納で運賃半額になるサービスが3月1日より三重交通・三交伊勢志摩交通・三重急行自動車・八風バスの四つの三重交通グループの乗り合いバス路線で利用できるサービスです、年齢制限は無いとのこと。この割引を受けるには県内最寄りの警察や運転免許センターで運転免許証を自主返納し、過去の運転経歴を証明する「運転経歴証明書」を取得した方が対象です。この証明書を提示するだけで本人と同伴者の計2名の運賃を半額にして頂けるそうです。運転更新時迄に手続きが必要。期日切れの場合には単なる返納で「運転経歴証明書」は発行されません。尚 この証明書は一生有効だそうです。免許証返納をお考えの方はお早めの手続きがお勧めです。

グランドゴルフ大会 第二回開催

当初予定されていたグランドゴルフ大会が雨の為順延となり、平成28年10月27日に開催されました。

秋晴れの下、参加者38名、8チームに分かれてプレー開始。コース内は雨で少しぬかるんでいる所もあったり、草の中に入ったり、ボールの転がりが悪く参加者を苦しめているようでした。

皆さん元気に「入った!!」「一打で入ると気持ち良いだろうなあ」と「出た?」と歓声を上げ、日頃の練習の成果を存分に発揮され和気あいあいと楽しく、2ラウンドが終了しました。

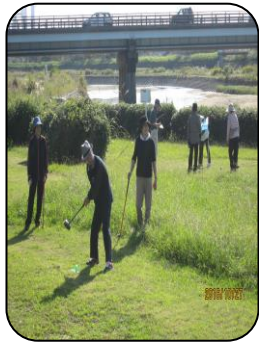
ゲーム終了後は、お楽しみみの表彰式、優勝 平野清吾さん・準優勝 伊藤洋子さん・三位 大西誠治さん、に表彰状と賞品が手渡されました。ホールインワン賞・飛び賞等、抽選でたくさんさんの賞品をいただき、皆さん大喜びでした。

会員の皆さん、体を動かすにはとても良い季節です。一歩前に踏みだし、自分のできる範囲で体を動かすことにより、筋肉の衰えが予防でき、体力増強につながります。

次回にはたくさん

の方をご参加をお待ちしています。

会員同士の親睦を深めましょう。



第一回 教養講座

平成28年8月8日、第一回教養講座が開催されました。四日市健康づくり課、小沢真衣先生の講師で「熱中症予防法」や「生き生き健康体操」等のご指導いただきました。熱中症予防法には

- ・こまめに水分補給をする。
 - ・エアコン、扇風機を上手に使用する。
 - ・外出時には日傘、帽子を準備して出かける。
- 等、これらに注意して熱中症の予防法が出来るかチェックし、暑さに負けず元気で過ごしましょう。

その後、ヘルスリーダーの方に手足を使った脳トレ体操を教わり、「エンジョイよっかいち」の歌詞を覚え、それに合わせて歌って体操を行いました。反射神経が衰えて中々手足が思うように動きませんが毎日リハビリの為に思い、日常生活の中に取り込んで自

分の健康は自分の手で！、健康で明るく生活できるように努力していきたいと思いました。



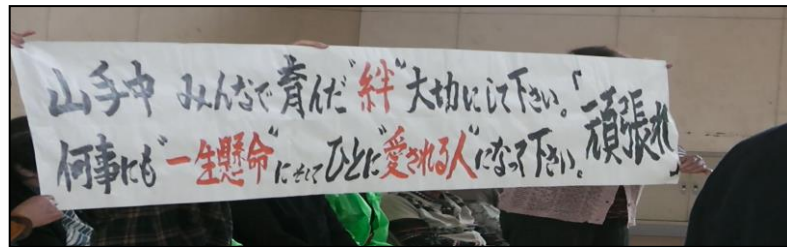
山手中学校三年生と若生会との
世代間交流会

平成28年11月15日、山手中学三年生と若生会の世代間交流会が行なわれました。前日の雨でグラウンドがぬかるんでいた為、体育館で初めてのニュースポーツ大会。クロリテイ・ペタンク・スカットボール・カーリング等、四種類の競技を行いました。競技説明後、各班に分かれ競技に入りました。生徒達は運動神経と理解力が良く会員と一緒にゲームをスムーズに行い、大きな歓声を上げて楽しんでいました。ボール拾い等手伝ってくれる生徒もあり、優しい一面を感じる事が出来ました。

調理室では豚汁作りの交流会となりました。会員の皆さんと調理担当の生徒は、豚汁・おにぎり作りを行い、野菜の切り方・味付けを会員から教わりながら調理完成。お昼には、おにぎりと具材の味がしつかりとしみ込んだ豚汁を美味しく戴きながら、残り少ない学校生活・将来の夢を話してくれました。

昼食後体育館にてニュースポーツ・調理班の表彰式が行われ、元氣よくガッツポーズをする姿に笑いと拍手が体育館に響き渡りました。

又生徒から私達に、山手中学の校歌・世界に一つだけの花等、数曲素晴らしい声量で聴かせてくれました。



最後に生徒代表によるお礼の挨拶があり、「地域の皆さまにいつも支えて頂き有難う御座います。今日はとても楽しかったです」とお礼の言葉をいただきました。

若生会会長より「山手中で育んだ絆と言う宝を大切にして下さい。何事にも一生懸命にそして人に愛される人になつて下さい」と紙製横断幕にメッセージを入れ、エールを贈り閉会となりました。

生徒の落ち着いた態度、いたわりの心、何事にも一生懸命の姿が印象に残る素敵なお一日でした。有難うございました。

敬老記念品作成しました



若生会女性部では毎年、会員の中で90歳以上の寝たきり会員さんに手づくり記念品をお渡ししています。本年度(平成28年度)は「ハスの花」を乾燥させた物を材料に使用して、ひまわりの花を作りました。

敬老の日に箱テッシュ5個と共に該当の会員様にお渡ししました。

いつまでも長生きして下さいね。

海蔵小一年生と若生会との
交流会二回目

平成29年3月3日海蔵小一年生の子ども達と、若生会会員との交流会が体育館にて行われました。

昨年入学して間もなく行われた昔遊びの交流会、あれから約一年 幼かった子ども達も今ではずいぶん成長して、4月からはお兄さん・お姉さんとなる風格が出来ていて頼もしく感じました。

子ども達から「若生会のみなさん今日はよろしく願います」と元気な声で挨拶があり、その後手作りペットボトルと新聞紙を丸めて作った輪で、輪投げを楽しみました。

「きみはほんとうにステキだね」というかたり劇を一人ひとりのセリフで披露してくれました。

最後に『「こんな海蔵っ子になろう!」授業に真剣に取り組む子・きまりを守る子・あいさつする子・友だちと仲良くする子を頭に置いて、4月からの新入生を優しく迎えてくださいね。』と会長より挨拶があり閉会となりました。

帰りには子ども達の作ってくれた花道を握手をしながら通り抜け帰りました。

先生方の熱心なご指導と、ご家族の温かい見守りで成長した子ども達も、4月から2年生おめでとう! 頑張ってくださいね!



初詣 伊勢神宮参拝

平成29年1月5日、恒例の「伊勢神宮初詣」バスツアーに参加しました。「外宮・内宮の両参り」で海蔵地区から35名の参加者。顔見知りの方ばかり、車内は和やかな雰囲気が出発。車中ガイドさんの説明に外宮・内宮周辺に、一二五宮社ある事を聞き、一度ゆつくり時間をかけて参拝してみたいと思いました。

外宮参拝後、内宮へと向かい、お昼には「手こね寿司・伊勢うどん」をいただき内宮参拝。宇治橋を渡り境内に入って玉砂利を踏む足音が心地よく、広大な敷地にはたくさんのお木々が綺麗に手入れされていて身も心も引き締まる思いがしました。そして御正殿にて家族や

自分の健康を祈願して無事参拝することが出来ました。その後、おかげ横丁へ、とても活気がありました。人と人との間をくぐり抜け、お土産等買い求め、一見ヶ浦の「夫婦岩・與玉神社」の参拝も済ませ一路帰途へ。車中、「生姜糖」を戴き、風味が子供の頃と変わりなく懐かしく思い出されました。今年も皆さんのお陰で願い事を祈願し参拝できたこと、健康で楽しい旅が出来た事を、心から喜び感謝しています。



編集後記

各単位クラブの情報をお寄せください。順次載せさせていただきます。記事と写真添えて下さいね、今後も新しい事に挑戦したいと思います。ご協力よろしくお願致します。今回載せられなかった記事などホームページで見てください。

編集委員

- 豊田好弘・吉原孝夫
佐久間照子・岡本ひさ子・堀内きぬ子