

いなしき老連

2/5 稲敷市福祉・芸能大会

芸能発表



各クラブの会員の皆さんが、歌や舞踊など趣向を凝らした演技を披露。最後は新利根支部女性部と江戸崎、東支部の有志も参加して「稲敷たから音頭」で賑やかにフィナーレを飾りました。

老人クラブ信条

- 一、お互いに健康で、だれとも仲よく楽しい毎日をおくりましょう。
- 一、お互いにその経験をいかし、人のため世のために協力しましょう。
- 一、お互いに敬愛と奉仕の一念で、親しみ期待される人となりましょう。
- 一、お互いに過去にとらわれず、時代とともに進みましょう。
- 一、小さな親切運動、小さな感謝運動を展開し、明るい町づくり、村づくりに努めましょう。

稲敷市老人クラブ連合会

単位クラブ数：38クラブ

会 員 数：1080名

※令和7年4月1日現在

発行・編集：稲敷市老人クラブ連合会

事務局：稲敷市社会福祉協議会

住 所：稲敷市江戸崎甲1992番地

T E L：029-892-5711

F A X：029-892-5922



国の施策は 積極的に利用しましょう

稲敷市老人クラブ連合会

会長 本橋 正勝

令和七年十一月に全国から千二百余名の都道府県の代表が集まり、第五十四回全国老人クラブ大会が水戸市民会館で実施されました。

日本ではすべての団塊の世代が七十五歳以上になって、現役世代の減少が著しく社会・経済にとって大きな課題となっている今、全国老人クラブ連合会としては「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに掲げ次の取り組みを進めていくことを宣言しました。

一、健康長寿をめざす「健康活動」の推進

一、暮らしを見守る「支え合い活動」の展開

一、高齢期を豊かにする「生きがい活動」の充実

一、あらゆる世代と連携した「地域貢献活動」の推進

一、すべての人々の尊厳が守られる「社会保障制度」の確立

稲敷市老人クラブ連合会において

もこの方針に基づき活動を進めていきます。会員の皆さんには会の計画する行事に積極的に参加して健康の維持増進を図り、仲間の輪の中に入って笑い語り合って精神的な満足感を味わい、老後を楽しんで頂きたいと思っています。

老人クラブは高齢者の福祉を目的とした国の施策の一つであり、行政の支援を受けている団体です。我々高齢者は大いに利用して恩恵にあずからなければもったいないと常日頃思っていました。関心を寄せていない人達のなんと多い事か、残念に思っています。

高齢者の皆さん！自分の健康のため、生きがいのため老人クラブでの活動に積極的に参加しましょう。



仲間をふやそう

稲敷市老人クラブ連合会

理事 有坂 勝芳

今年度より新しく編集委員になり、自己紹介の意味でペンを執ることになりました。

稲敷市の老人クラブ連合会の単位クラブ数や会員数も、年々減少しています。稲敷市の六十歳以上の人口に対して、老人クラブの加入率は六・六%となっています。

現在は核家族化が進み、夫婦二人だけや一人暮らしの世帯が多くなりました。家の中では会話が少なくなり、身体を動かす機会も少なく、退屈な毎日を過ごしていませんか。

老人クラブは、高齢者の生きがいや健康づくりを推進し楽しく明るい長寿社会を作る目的で活動しています。そして仲間との交流は日常生活に必要な情報交換に役立ち、心配事や悩み事の相談も容易になり、精神的な充実感、心と身体の健康の保持・増進に繋がります。仲間と共に過ごし、楽しく語り合うことは、脳の

活性化にもなり、認知症予防にも繋がるのではないのでしょうか。

人口減少と少子高齢化が進行する今日、高齢者が自ら健康作り、支え合う活動を仲間と共に実践することが大切だと思います。

老人クラブの活動では、輪投げ、グラウンドゴルフ、ペタンク、運動会、旅行、物作り、芸能発表会など、数多くの楽しい行事があります。

ご近所におられる高齢者の皆さんに、老人クラブの楽しい活動の様子をお話して仲間を増やしましょう。

老人クラブではいつでも新たな仲間を歓迎します。皆と一緒に明るく楽しく、ストレスのない毎日を過ごしましょう。一日でも長く健康寿命を伸ばしましょう。多くの方のご参加をお待ちしています。

令和7年度稲敷市老人クラブ連合会事業報告

| | | | |
|-----|--------------------------------------|-----|--|
| 4月 | 市老連役員会 | 11月 | 全国老人クラブ大会（水戸市民会館） 新利根・東地区高齢者運動会 江戸崎・桜川地区高齢者運動会 |
| 5月 | 定期総会 第38回ペタンク大会 | | |
| 6月 | 第27回グラウンドゴルフ大会 | 12月 | 市老連役員会 |
| 7月 | 第37回輪投げ大会 市老連役員会 | 2月 | 市福祉・芸能大会 第38回輪投げ大会 |
| 8月 | 各支部単位会長会議 | | |
| 10月 | いばらきねんりんスポーツ大会（笠松運動公園） 第39回ペタンク大会 | 3月 | 第4回シニアグラウンドゴルフ交歓大会 広報誌いなしき老連 第5号発行 |

ペタンク 第4位
花指ゴルフドクラブ



輪投げ 第3位
伊佐部さくらクラブ



**いばらきねんりん
スポーツ大会**

表彰

全国老人クラブ大会
(茨城県開催)

老人クラブ
育成功労表彰

茨城県老連常任理事
稲敷市連会長
本橋 正勝

茨城県老人クラブ大会
知事表彰

下君山平成会
小林 三令

老人クラブ功労者

戸張張寿会
栗山 光夫

伊佐部第一
さくらクラブ
鳥羽 益男

中山老人クラブ
宮本 武









医療法人 盡誠会 **宮本病院**

～地域と共に歩む医療を目指して～



透析室



リハビリ室



診察室



病棟

●診療日 月曜日～土曜日

●診療時間

9:00～12:00
(11:30 受付終了)

14:00～17:00
(16:30 受付終了)

TEL 0299-79-2114 (代)

〒300-0605
茨城県稲敷市
幸田1247

無料送迎あります

◆外来予定表や送迎情報の詳細は [こちらから→](#)



わたしたちは「稲敷市老人クラブ連合会」の活動を応援しています

第38回・39回 ペタンク大会

令和7年5月28日(水)と10月29日(水)に新利根総合運動公園多目的グラウンドで開催されました。38回優勝チームはねりんスポーツ大会に出場しました。



38回大会優勝と準優勝の花指チーム

- ◎第38回結果
- 優勝：花指 A
 - 準優勝：花指 D
 - 第三位：田宿 A
- ◎第39回結果
- 優勝：浜
 - 準優勝：鳩崎 C
 - 第三位：荒野



小さな標的を狙って球を投げ近い方が得点になります。



39回大会入賞チーム

第37回・38回 輪投げ大会

令和7年7月9日(木)と令和8年2月18日(水)に江戸崎総合体育館で開催され、各支部の大会を勝ち抜いた40チームが参加しました。37回大会の優勝チームはねりんスポーツ大会に出場しました。38回大会は集計中に三投ゲームを行い、参加者みんなで楽しみました。



37回大会の入賞チーム

- ◎第37回結果
- 【チーム】
- 優勝：伊佐部 A
 - 準優勝：鳩崎 A
 - 第三位：小野寺内 A
- 【個人】
- 優勝：大湖金四郎 (荒野)
 - 準優勝：松浦規 (九軒)
 - 第三位：加藤武 (鳩崎)



38回大会の入賞チーム

- ◎第38回結果
- 【チーム】
- 優勝：小野寺内 A
 - 準優勝：角狸 A
 - 第三位：荒野
- 【個人】
- 優勝：大湖金四郎 (荒野)
 - 準優勝：木内清勝 (小野寺内)
 - 第三位：青木勝久 (新山)



個人3連覇の大湖さん



試合後、江戸崎警察署から交通安全の講話があり、交通事故防止歩行者リーダーの委嘱状を授与されました。

第27回 グラウンドゴルフ大会

令和7年6月13日(金)

江戸崎総合運動公園野球場

雨で延期となり、予備日開催でしたが120名が参加し、暑さ対策をしながら無事に終了しました。

◎第27回結果

優勝…小河 美智子(戸張)
 準優勝…中桐 誠一郎(田宿)
 第三位…木津 正志(荒野)



第4回 市シニアグラウンドゴルフ交歓大会

令和8年3月6日(金)

江戸崎総合運動公園野球場

この大会も雨で延期となり、予備日開催でしたが、一般の参加者も含め、112名が参加しました。

◎第4回結果

優勝…木津 正志(荒野)
 準優勝…大野 勲(椎塚)
 第三位…大湖 治江(岡)



令和7年度 高齢者運動会

2つの会場合わせて約500人が大集合。会員の皆さんは元気に各競技に参加し、仲間に声援を送っていました。

◎新利根・東支部運動会

令和7年11月14日(土)
 新利根体育館



↑簡単なようでむずかしい
フラフープ玉ころがし

◎江戸崎・桜川支部運動会

令和7年11月22日(土)
 江戸崎体育館



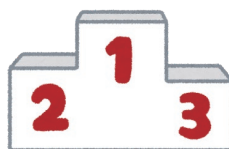
↑勝敗は運任せだから面白い
おみくじリレー



↓10秒間の勝負
みんな夢中の玉入れ



↓運動会のしめくりは
全員参加のお楽しみ、宝さがし



プログラム

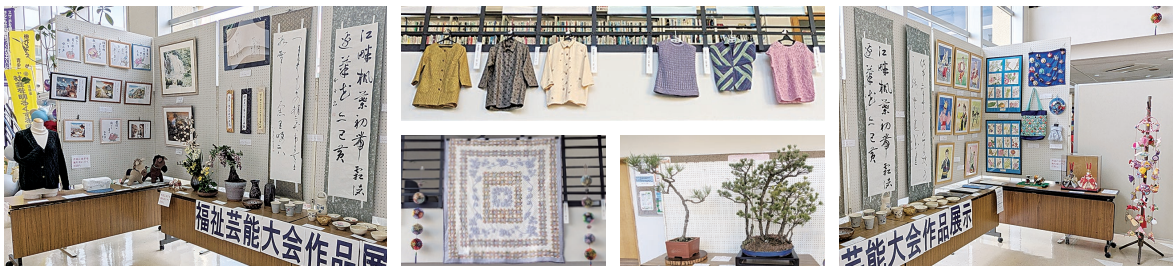
- ・ピンころがしリレー
- ・フラフープ玉ころがし
- ・おみくじリレー
- ・輪投げ
- ・紅白玉入れ
- ・宝さがし

令和7年度 稲敷市福祉・芸能大会

令和8年2月5日(木) 江戸崎中央公民館で開催され、役員功労者の表彰や90歳以上、米寿・喜寿の方へ記念品贈呈を行ったあと、芸能発表が行われました。



作品展示



会場ロビーに絵画や手工芸、盆栽など会員の皆さんの手の込んだ力作が勢ぞろいしました。

印刷・事務用品

株式会社 アサヒビジネス

〒314-0022 茨城県鹿嶋市長栖1879-275
TEL.0299-84-6121(代)
FAX.0299-84-6125
 E-mail: abc.p@isis.ocn.ne.jp
 U R L: http://www.asahi-business.com/

事務用品・印刷・事務機器

取扱品目

株式会社 エイエス
 〒300-0504
 茨城県稲敷市江戸崎甲 684-1
 ☎ 029-893-5756

●診療日/月曜日～土曜日
 (金・土曜日は午前中のみの診療)

●受付時間/ 8:30～11:30 (午前診療)
 8:30～17:00 (午後診療)

●診療時間/ 午前/ 9:00～12:00
 午後/ 13:30～17:30 (火曜日・木曜日)
 16:00～17:30 (月曜日・水曜日)

みずみかい 医療法人 美湖会 理事長 岩瀬 剛 茨城県稲敷郡美浦村宮地596 (病床数/186床)
TEL 029-885-3551
FAX 029-885-5220
 予約なしで診察できます。

美浦中央病院

眼科の医師(常勤)がおります。

眼科

白内障
 日帰り手術
 (入院治療も対応可)

緑内障手術
 硝子体手術
 施行いたします。

わたしたちは「稲敷市老人クラブ連合会」の活動を応援しています

支部活動紹介

東支部 地域交流いろいろ

支部長 鈴木 敬俊

「伊佐部さくらクラブ」が中心に活動している、地域社会との交流活動を紹介します。

①みんなの学校 流しそうめん大会

みんなの学校行事に協賛しクラブの有志が加勢して、満願寺境内の孟宗竹をを切り出し、半割にして節とバリ取り、流し台組み上げまで、暑さにもめげず老体に鞭打って頑張りました。流しそうめんや手作り水鉄砲などで、夏休みの子供達との楽しい交流の場となりました。

②生涯学習センター行事 ASOBIBA(あそびば)のお手伝い

けん玉、コマ回し、ボードゲーム、わたがし造り、お化け屋敷など、昔あそびのレジェンド達のサポートで、手づくりの「あそび」を通して子供達との触れ合いを楽しみました。東支部老人クラブでは輪投げコーナーを担当しました。

③フレイル予防教室出前講座

伊佐部クラブのいこいのプラザ出前講座初回受講に続き、光葉ヒルズクラブが受講。「野菜の摂取が足りているか？」など数値で見える化し、管理栄養士・理学療法士・歯科衛生士による体組成計測に基づく大変わかりやすい講義と、レクリエーション的な楽しい内容で好評でした。

④明治座観劇

伊佐部さくらクラブの自主企画研修。秋の明治座鑑賞会はもちろん、行き帰りのバスの中も楽しく大満足の日でした。「次は歌舞伎座へ行くぞ！」と皆意気込んでいます。

流しそうめん大会



ASOBIBA(あそびば)



フレイル予防出前教室



江戸崎支部 駒塚駒寿会

正月を迎える寄せ植え 会長 飯沼喜見古

駒塚駒寿会では、今年で三回目となる正月に向けた寄せ植え造りを行いました。昨年は12名でしたが、今年は増えて17名が参加しました。12月7日、天気にも恵まれ温かい静かな日曜日、各自植木鉢やシャベル持参で駒塚公民館に10時に集合しました。

花と土を用意して、それぞれ好きな花を選び、高さや色合いなどを考えて自分の納得するように植えつけます。皆であれこれ話し合いながら楽しい時間が過ぎました。

完成した17個の寄せ植えを並べると「きれいだね」「今年も楽しく迎えられるね」「正月が待ち遠しいね」など、皆の嬉しそうな声が聞かれました。

この寄せ植えが、新年の各家の玄関を華やかに飾ることでしょう。会員の皆さん、来年も良い年をお迎えください。



稲敷市老人クラブ入会のお誘い

あなたの入会をみんなで待っています!

おおむね 60 歳以上の方であれば、どなたでも入会できます。

なお、ご入会はお住まいの地区の老人クラブとなります。お住まいの地域に老人クラブが無い場合は最寄りのクラブに入会するか、新規クラブを設立することも出来ます。

仲間を増やして、楽しく生き生きとしたシニアライフをともに送りましょう!!

問合せ・連絡先 稲敷市老人クラブ連合会事務局 (稲敷市社会福祉協議会)

☎029-892-5711 ㊚029-892-5922

【新利根支部・日帰り研修旅行】

新利根支部では6月と11月に日帰り旅行を開催しました。

11月は会員44名で赤坂迎賓館を見学。豪華絢爛な外観、内装の素晴らしさに皆感嘆し、貴重な経験になりました。



▼編集後記

第5回の広報誌の発行にあたり、ご協力いただいた関係各位の皆様感謝申し上げます。

本年度は、任期満了に伴い役員改選があり、新たな顔ぶれでの一年となりました。

様々な行事の中で会員の皆様の元気に活躍する姿を拝見し、「老人クラブ活動」への熱量と温かさに触れることが出来ました。

特にねりんスポーツ大会では、昨年度に引き続き輪投げとペタングの部で入賞の好成績を収め、この紙面にてお伝えすることが出来て、うれしく思います。稲敷市の底力を感しました。

今後とも事務局として、皆様と共に会員数の増加と活性化を目指し、スムーズな事業運営に努めて参りますので、よろしくお願いたします。

編集委員

本橋正勝 黒田伸治
仲川政秀 鈴木敬俊
有坂勝芳 大湖金四郎
飯沼喜見古

(事務局 木内)

『おいしく楽しい食事』がいちばん!



明るい日差しがいっぱい、木のぬくもりが心地よい家で一緒に過ごしませんか。

デイサービスうさぎ

営業日：月曜日～土曜日

お休み：12月29日～1月3日



TEL 0299-77-9173

稲敷市福田1597

患者様お一人おひとりに
思いやりのある医療を

清原歯科医院

ご予約・お問い合わせ：029-893-1182
〒300-0505 茨城県稲敷市村田 129-1



わたしたちは「稲敷市老人クラブ連合会」の活動を応援しています