

いきいき元気 だより♪

第5号

令和4年3月作成
黒潮町老人クラブ連合会事務局
(黒潮町社会福祉協議会佐賀支所内)
電話 0880-55-3371



会員さん達のたくさんの笑顔と活躍を一部ご紹介します。

11月18日
町老連ウォーキング

仁淀川町の中津溪谷へウォーキングに出かけました。晴天に恵まれ22名の参加者がそれぞれ自分のペースで、溪谷を散策、自然の中でお弁当を美味しく頂きました！



一休み
♡



楽しい昼食♡



仁淀ブルー!!



みんな揃って
はい、チーズ!!



6月29日
町老連ペタンク講習会・競技会

優勝：錦野 A (宮地 要・宮地成子・尾崎春子)
準優勝：上田ノロわかば B (野並出豆男・川村末美・森 静代)
第3位：浜の宮 C (文野 勲・松本英子)

いい勝負です！



一球入魂！



7月13日
ユーユーペタンク大会

優勝：上田ノロわかば A (宮地春樹・野並成美)
準優勝：芝 A (坂本清子・千谷章彦・渡辺尚希)
第3位：上田ノロわかば C (谷岡君子・宮地幸子・松岡正子)
第4位：上田ノロわかば B (野並出豆男・川村末美・森 静代)

どっちが近い？



えいっ！



10月1日
第3回ボッチャ交流大会

優勝：上田ノロわかば C (宮地 要・宮地成子・野並成美)
準優勝：入野本村 (酒井隆昌・酒井澄子・浜田 衛)
第3位：上田ノロわかば E (宮地幸子・渡辺 栄)

講師：岡崎 裕 氏



10月21日
集え！競おう！ろうれんピック 2021

グラウンドゴルフ

優勝 酒井 隆昌 (入野本村)
4位 金子 広子 (蜷川)
(参加者94名)



ペタンク

優勝：芝 A (千谷温勇・中川泰子)
準優勝：上田ノロ A (宮地春樹・松岡正子・川村弘子)
3位：上田ノロ C (宮地 要・宮地成子・野並成美)



11月5日 町老連チャレンジスポーツ大会

昨年度に引き続き開催されたこの大会は、競技を1つ増やし8種類の競技の総合得点を個人で競い合いました。

優勝 野並 出豆男(上田ノ口)
準優勝 野並 成美(上田ノ口)
第3位 谷岡 君子(上田ノ口)



ご夫婦で仲良く優勝・準優勝!



新種目：フライングディスク

12月19日 黒潮わなげ交流大会

寒い中、西南体育館にて町内61名の参加者が年齢関係なく、世代を超えた交流を楽しめた大会となりました。



優勝おめでとう
ございます

優勝 野並出豆男(上田ノ口)
準優勝 篠田 博(芝)
3位 宮地 要(錦野)
4位 宮地 尋美(有井川)
5位 池添 亀夫(芝)

気合い
入っています!



6月・10月 町老連 春・秋の花いっぱい運動

春と秋に花の苗植えをして、街角を花で彩る社会奉仕活動です。お陰様で今年も綺麗な花が咲きました。



各地区のみなさん
お世話ご苦労様です。



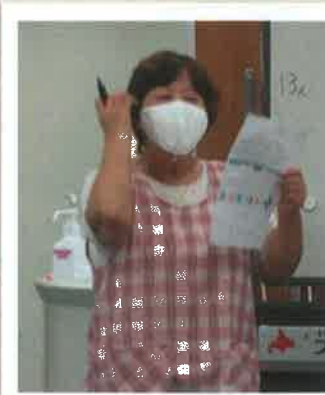
9月・10月 町老連料理講習会

講師に濱田佐恵氏をお迎えし、大方地区と佐賀地区にてそれぞれ2回ずつ開催されました。



～今年度のテーマ～

* 歯ごたえのある**カムカム調理**
かみごたえのある食材
大きく切る
加熱を短く
水分少なく
* **エネルギーとタンパク質**の摂取と**水分補給**も大切



講師：濱田佐恵氏



おいしく
できるかな?



11月11日 第61回高知県老人クラブ大会

ふくし交流プラザで開催された大会において、黒潮町老連から4名の方が、功績をたたえ表彰されました。

受賞された方

宮地 春樹さん
森近 陽一さん
出島 正勝さん
川村 渡さん



11月29日 第41回高知県老人芸能大会・幡多地区大会

2年ぶりに開催された芸能大会に、黒潮町老連から4組が出場し、大いに盛り上がりました！



優秀賞を受賞しました！



12月16日 女性部講習会

黒潮町保健センターにて『ペーパークイリング』でお正月用の飾りを作りました。15名の方が参加され、初めてのことに悪戦苦闘しながらも、とても素敵な作品が出来上がりました。

『ペーパークイリング』とは？

細長く切った色画用紙をクルクルと巻き、形をととのえて台紙に貼って作ります。

どれも
最高♡



みなさん
真剣！



2月28日 町老連グランドゴルフ講習会・競技会

- 優勝：金子 広子（蜷川）
- 準優勝：山下 豊明（佐賀）
- 3位：宮地 優典（有井川）
- 4位：金子 照代（上川口浦）
- 5位：井上 愛子（入野本村）
- 6位：酒井 隆昌（入野本村）
- 7位：中山 次男（入野本村）
- 8位：池田 章夫（新町）

おめでとう！



キラリと光る！黒潮町民のご紹介 『夫婦で184歳の力走』



2/6 町民マラソンにて
酒井隆昌さん、澄子さん

《募集中》

みなさんの周りに紹介したい人物、植物、風景などの写真があれば『タイトル』をつけて町老連事務局まで、お送りください。お待ちしております！

令和3年度 黒潮町老人クラブ連合会事業（概要） ※抜粋

4月	町老連監査、市町村老連会長・事務担当者会
5月	町老連理事会、町老連評議員会
6月	町老連ペタンク講習及び競技会、町老連春の花いっぱい運動、県老連理事会、県老連若手委員総会
7月	ユューユーペタンク大会、幡多地区老連会長・事務担当者会
8月	町老連理事会
9月	町老連健康づくり料理講習会、社会奉仕の日(全国一斉)
10月	第3回ポッチャ交流大会、町老連健康づくり料理講習会、町老連秋の花いっぱい運動、県老連集え！競おう！ろうれんピック2021(西部大会)
11月	町老連スポーツチャレンジ大会、町老連ウォーキング、第41回高知県老人芸能大会・幡多地区大会 第61回高知県老人クラブ大会
12月	町老連女性部講習会、第9回黒潮町わなげ交流大会、県老連元気ハツラツ&はちぎん大会
1月	コロナウイルス感染拡大の為事業延期
2月	町老連グランドゴルフ講習会及び競技会、
3月	町老連理事会、町老連評議員会、町老連フロッカー講習会及び競技会、 町老連リフレッシュ教室、県老連会員パワーアップ研修会、

～お知らせ～

令和3年度はコロナウイルス感染予防対策をして、いろいろな事業をおこないました。スポーツ、芸能大会、講習会（料理、作品づくりなど）初めての方でも、すぐ参加できるものばかりです。老人クラブに加入されませんか？興味があるものだけの参加でも大丈夫！一緒に楽しい時間をすごしましょう！お問い合わせは、下記の老人クラブ、又は黒潮町老人クラブ連合会事務局まで、ご連絡お待ちしております。お気軽にどうぞ！（^v^）

大方地区

伊田郷寿クラブ	入野本村老人クラブ
伊田浦長命老人クラブ	錦野老人クラブ
有井川老人クラブ庄司会	浜の宮老人クラブ
上川口高齢者恵比須会	新町老人クラブ
蜷川長寿会	芝老人クラブ白寿会
浮津老人クラブ	馬荷長寿会
鞭上はまゆうクラブ	馬荷若草会
鞭下はまゆうクラブ	上田の口わかば会
今花クラブ北郷	田野浦上老人クラブ
早咲鶴亀会	田野浦下老人クラブ

佐賀地区

横浜たきもと学級	上分老人クラブ
町分長寿会	藤縄老人クラブ
浜町老人クラブ	荷稻うぐいす会
明神老人クラブ	川奥老人クラブ
会所老人クラブ	鈴ひまわりクラブ
大和田老人クラブ	

老人クラブに入会すると…

- ◎ 新しい仲間ができる・懐かしい友人に会える
- ◎ 研修会や講演会で、幅広い知識が身につく
- ◎ スポーツや体操で、健康維持・増進
- ◎ たくさん笑って、認知症予防♪
- ◎ 友愛活動で社会貢献ができる



随時、**会員募集中**です！
お問い合わせはこちらまで
待ってまーす♡



黒潮町老人クラブ連合会事務局

（黒潮町社会福祉協議会佐賀支所内）

電話 0880-55-3371