

シニアクラブ御殿場市

○総人口 87,054人 ○65歳以上人口 22,135人 ○高齢化率 25.4%
○シニアクラブ会員数 4,269人 ○シニアクラブ加入率 19.3%

～シニアクラブ御殿場市 永原永寿会～

《概況》

・魅力と活力にあふれたクラブ活動を促進するため、地域包括支援センターなどとの連携による介護予防活動、各種部活動やサークル活動の充実強化を図った。

(ボッチャ競技会の開催)

日 時：令和3年11月6日(土) 午前9時～11時

会 場：永原区コミセンホール

内 容：車椅子でも、椅子に座っても出来る競技「ボッチャ」の大会を開催。

会員だけでなく、全区民を対象に地域住民の交流を兼ねた大会です。

開催日程も土曜日にする事や開催時間も歩行困難者の送迎も考え午前9時～としたことで多くの参加者がありました。

(グラウンドゴルフ大会の開催)

日 時：令和3年11月30日(水) 午前9時集合、9時30分競技開始

会 場：永原公園

内 容：永原永寿会が静岡県コミュニティづくり推進協議会の活動賞を受賞したことを記念して会員だけでなく、全区民に呼びかけて開催。

(お誕生日会の開催)

日 時：令和3年12月23日(木)

会 場：永原区コミセンホール

参加者：人数制限もあり10月～12月生まれの会員と役員

内 容：3か月に1度全会員で開催していますが、人数を絞ってお祝い会を開催。

(ボッチャ競技会の開催)

日 時：令和4年2月5日(土) 午前9時～11時

会 場：永原区コミセンホール

内 容：真冬ですが、公民館に集い、楽しく競技で来ました。

(「健康長寿の延伸」「お達者度の向上」講演会の開催)

日 時：令和4年2月9日(水)

会 場：永原区コミセンホール

参加者：人数制限があり、地域各団体代表者のみ

内 容：元気なうちから介護予防の取り組みが大切であることを再認識することができました。

《成果》

・「ボッチャ」「グラウンドゴルフ」等のスポーツ事業の開催

会員だけでなく、全区民に呼びかけたことで非会員であった方から「仲間に入れてほしい」とのお声がけをいただき、2名子方が入会、3名の方が申込書を持っていかれた。

また、普段スポーツ競技に参加できなかった会員も参加していただき、交流を深めることができた。

活動をオープンにすることで、クラブの良さを区民にアピールできたことは大変意義のあることです。

・「健康長寿の延伸」「お達者度の向上」の講演会

地域包括支援センターの方のお話を聞き、「元気なうちからの介護予防の取り組みが大切」と再認識。

《今後の方針》

・スポーツ競技はこれからもオープンな形で開催し、全区民との良い交流の窓口となるよう継続していきたい。

・講演会を聴き、新しい事業を計画しました。

家にこもりがちな会員を外に呼び出し、活動を共にすることを目的に「永寿会三千歩隊」を結成します。「三千歩隊」の旗をつくり、それを持って区内を歩き、永原公園に向かいます。足の悪い方は、歩行器を使ったり、ストックを使っての参加でも構いません。それぞれのペースで区内を散歩して途中、草取り・カーブミラーの清掃・道路のごみ拾いなど、環境美化活動を兼ねた健康散歩を始めたいと思います。

《資料》

永原区民、永寿会会員各位

永寿会会長渡辺光雄
令和3年11月2日

ボッチャ競技開催のお知らせ。

この度コミュニティ活動の一環として全区民を対象にボッチャを行う事になりました。ボッチャはパラリンピックで皆さま馴染みになったと思います。この競技は車椅子でも、椅子に座っても出来る競技です。ボールも重くなく、どなたでも出来ます。しかしながらなかなか奥深く難しい部分もあります。コミセン迄歩行困難のかたでお家の方に送迎して頂く為に土曜日9:00~に致しました。今までスポーツに縁の無かった、どうぞ宜しくお願い致します。

第1回

日 時 令和3年11月6日(土) 午前9時~11時
今回は会場の都合がありますので都度お知らせします。

場 所 永原区コミセンホール

※ 競技方法は永寿会競技部員がご指導致します。
※ 感染症防止の為にマスク着用をお願いします。
※ 飲食物持ち込み禁止です。

以上

永原区民、永寿会各位

コミュニティ活動受賞受賞記念
区民グラウンドゴルフ大会のお知らせ

永寿会 会長渡辺光雄

11月2日

コロナウイルスも少しづつ落ち着いてきたようですが、まだまだ油断が出来ない今日この頃です。この度静岡県コミュニティづくり推進協議会様より活動賞を受賞致しました。これを記念して区民グラウンドゴルフ大会を下記により計画致しましたので、ご参加お願い致します。

日 時 11月30日(火) AM9時集合 9時30分スタート
予備日 12月3日(金)

場 所 永原公園
4ゲーム行います。御殿場市グラウンドゴルフ協会ルール及び永原公園特別ルールで行います。

表 彰 男子、女子、各1位 2位以下は男女混合順位で賞品があります。

ホールインワン賞 何個でもホールインワンした方には、差上げます。

申し込みバツ切 11月20日(土)までに
原田競技部長に TEL 【83-4889】して下さい。

※ 競技用品は体育振興会より借用致します。
※ 感染症防止の為にマスク着用をお願いします。

永原区長様・副区長様
・花笑の会代表様・永寿会役員各位

永寿会、会長渡辺光雄
令和4年1月吉日

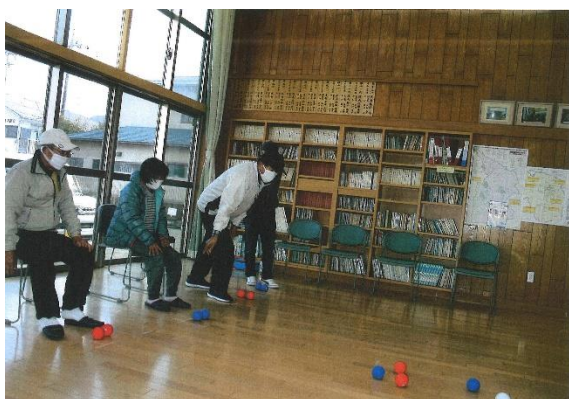
「お達者度」向上講習会のお知らせ

日 時 令和4年2月9日(水) 午前10:00~10:40
場 所 永原区コミセンホール

皆様既にご存知かと思いますが静岡県は「健康寿命の延伸」を推進しており、県独自の取り組みとして65歳における平均自立期間(介護を受けたり病気で寝たきりにならなったりせず、健康に生活できる期間)いわゆる「お達者度」を平成24年から算出しています。静岡県令和3年11月27日(土)に泉発表、市町別(お達者度、2018年)がありました。男性1位森町19.25年で5位までが発表がありましたが残念ながら我御殿場市は有りませんでした。女性は見事に我御殿場市が1位で22.34年でした。

本日は大変お忙しい中、包括支援センターから2名の先生方にお出で頂き「健康寿命の延伸」「お達者度」の向上についてご講演を頂きます。せっかくですので、多くの区民に聴講して頂きたいのですが新型コロナウイルス感染症防止の為に当会場の人数制限を守り、各団体の代表者にお出で頂きましたので、お帰りになりましたら多くの方々に伝えて頂き、我々高齢者がいつまでも生き生きと元気よく若者たち、行政に迷惑をかけずに過ごせますようお願い致します。

活動の様子 (ポッチャ)



(グラウンドゴルフ)



(介護予防講座)

