

3年ぶり開催の宮園地区夏祭りで出店

宮園会では、文化部のメンバーを中心に「芋けんぴ」を販売、盆踊りにも参加。

2面に関連記事掲載



宮園会だより

発行所
宮園 9-9-5
中高年クラブ 宮園会
発行責任者 高橋 正
TEL (0829) 38-3055

「健康」と「友愛」「奉仕」

宮園会会長 高橋 正

秋高く馬肥ゆる――

素晴らしい時節です。〈収穫〉におぼしき「出来事」はいかがですか。異質だがワウクライナ・ロシアの戦いワイスラエル・パレスチナ情勢に世界の耳目が集まっています。歴史をみれば紀元前四世紀、古代ギリシアの哲学者アリストテレスは『互いに親しければ正義をことさらに必要としな

い』友愛は国家をも結びつける』と相互関係の在り方をいみじくも喝破しています。

さて、全国老人クラブ連合会(宮園会の最上部組織)は「健康」「友愛」「奉仕」をモットーに活動をつづけて60年。昨年、創立60周年記念式典を東京国技館で開きました。

わが宮園会にもへ収穫がありました――コロナ禍で4年休会の「第7回宮園・四季が丘地区老連演芸大会」を開催、盛会裏に行うことができた【友愛】。

また宮園市民センターとの共催事業「健康相談」も健康意識の高まりと相まって、参加者が増加(今回は25名参加)【健康】。

十一月には、日帰り旅行(ランチ会)【友愛】と小学校・保育園の花壇手入れ【奉仕】を行います。

ふりかえると老人クラブは、戦後の厳しい中、高齢者自身の願いが作り上げたものです。今日、その組織は関係者の理解と協力のもと健康、友愛、奉仕を柱とした様々な活動に取り組み全国に普及を見るまでになりました。

引き続き健康を第一にして、高齢者社会、地域づくりでの役割をはたしていきましよう。キーワードは健康、友愛、奉仕。活動のポイントはその循環関係づくり。

明日も健康・コロナ感染予防です!! マスク、手洗い、うがいの励行。

8月8日実施の地区老連主催ボウリング大会のひとこま



「不易」と「流行」

「学校教育の目指すもの」

宮園小学校校長 向井畑 透



向井畑校長先生

います。教育内容は時代とともに変化しますが、「挨拶」「礼儀」「思いやり」など、人として大切なことは昔から大きく変わることはないと思います。

秋も少しずつ深まってまいりました。宮園地区にお住いのみなさまいかがお過ごしでしょうか。今年度4月より、宮園小学校の校長をさせていただいている向井畑 透(むかい はた)とお

タイトルにある「不易」と「流行」という言葉は、学校教育の中で良く使われる言葉です。「不易」はいつまでも変わらないもの、「流行」は変化していくものという意味でつかわれますが、辞書によれば「いつまでも変化しない本質的なものを忘れない中にも、新しく変化を重ねているものを取り入れていくこと」と書かれています。

では、令和時代の学校における「不易」と「流行」とは何でしょう。私はいつの時代も学校は、「人としてのより良い生き方」を身に付けるところだと思っ

今、宮園小学校では自分で学習計画を立て、タブレットを使ったり、友達と意見を交流しながら自分のペースで学習を進める「自由進度学習」に取り組んでいます。この取組みは「流行」の部分になると思います。が、「不易」の部分、すなわち人として大切な部分はしっかりと育ち、さらに新しい技術や考え方も身に付けている...そんな素敵な人になつてもらいたいという願いをこめて行っています。私たち教職員は子供たちが「安心感」を持って、のびのびと学校生活が送れるよう、教育的愛情をもつて子供たちに接していきたいと思っています。

宮園地区のみなさま、将来の宮園地区を背負っていく子供たちが健やかに成長できますよう、引き続きご支援ご協力をお願いいたします。

宮園地区夏祭り出店

芋けんぴを売りました

盆踊りにも参加!

文化部のメンバーを中心に、「とにかく参加することに意味があるね」と宮園地区夏祭り出店について話し合いました。以前の「炊込みご飯」は、会員の高齢化に伴い体力的にも厳しく、また保健所の衛生管理基準をクリアするのも難しいとの結論に達し、今年は「芋けんぴ」の製品を仕入れて販売することに決まりました。

夏祭りの前日に、100gの袋入りを120袋準備、当日には、50g紙コップ入りも販売しました。結果的には「炊込みご飯」時とは比較になりませんが、わずかの利益を上げることが出来ました。

元氣いっぱい谷本さん、杉田さんの呼び込みにて、子供連れの若い家族から、若者グループ、年配の方たちと沢山の方々が買いに来られ、日暮れ前には完売となり、「もつと仕入れておけば良かったね」は「あとのまつり」

お買い上げ有難うございます!



でした。

中でも会員が手作りした「芋けんぴ」の看板は、どこの店にも負けない良く目立つものでした。また今年は、ゆかた姿で参加した盆踊りは、多くの踊り手の中で一際目立つ存在で多に祭りを盛り上げることが出来ました。来年も夏祭りに楽しく参加したいと思

ます。(記事 藤田)

ゆかた姿で盆踊りにも参加



廿日市市老連主催 第7回 作品展

9月6日(水)〜9月10日(日)

表題の作品展は、

はつかいち美術ギャラリーにて、5日間実施されました。市内老連の各所より絵画、写真書、手工芸品、服飾品など、96点もの出展があり、出展者それぞれ力作揃いでした。

宮園会からは、掲載の5点を展覧し、多くの方から好評が寄せられました。(記事 永岩)

隅田仁美(鉛筆画) 「まなざし」



佐藤八重子(書) 「雲從龍」



西村雅永(鉛筆画) 「街並み(竹原市)」



高橋幸子(鉛筆画) 「釣ったよ!」



永岩良啓 (鉛筆画) 「シクラメン」



スライドとテキストによる講演



(記事 永岩)

7月20日(木)に、市民センターとの共催で、「いきいき学級 認知症の理解と予防」についての講演会が実施されました。

講演は、地域包括ケア推進課の岡崎のり子氏を講師として、認知症の種類、早期診断や早期治療の必要性、また認知症の予防とリスクを下げる食品、更に、口腔ケアの重要性を学びました。最後に認知症の人を「地域で支える」ことの大切さも説かれました。

今回は、男性の受講者が多かったのが特徴的でした。

市民センターとの共催
いきいき学級
「認知症の理解と予防」についての講演会

百歳体操を始めて1年半が経過しました。参加日数が30回に達すると「がんばったで賞」としてゴミ袋中をプレゼントしています。現在12名の方が受賞しています。9月には最高齢の岡本さんが受賞しました。もう少しで達成、また2回目にも到達する方も引き続き頑張りましょう。

百歳体操活動報告



岡本さん受賞!

スクラッチアート作品
(付属のペンで絵を削り出す)



6月27日火 参加15名
フェルトでバッグ作り
7月25日火 参加11名
盆踊りの練習
8月29日火 参加10名
スクラッチアート作品作り
9月26日火 参加17名
「社明カルタ」更生保護女性会作成で遊ぶ

すみれ倶楽部活動報告

8月24日(木) 市老連主催
カラーリング大会へ参加
於 サンチエリーアリーナ



今年の大会は、市内各地域の老人クラブから150名の参加にて実施されました。

大会は、参加チーム45組と多数のため、AとBの2つのブロックに分け、それぞれ3チームによるリーグ戦を戦い、リーグを勝ち抜けたチームがトーナメントへ出場できるという形で進行了ました。

宮園会からは3チームが参加しましたが、残念な結果となり、3チームともトーナメント戦への進出は出来ませんでした。

カラーリングは、市民センターにて、毎週月曜日の午後、3時間程度のゲーム形式の練習を行っています。興味のある方は、男女問いませんので、是非一度のぞいて見てください。
(保健体育部部长 小泉)

市老連発行の
メンバーズカード



現在宮園会に於いて、この近郊(主に廿日市市内の協力店で買い物や飲食の際に提示すると割引やドリンクのサービスなどを受けられるカードが2種類あります。うまく活用してそのメリットを受け取ってください)▲但し、バラネットでは新たに入会された方や紛失された方へは、発行・再発行の準備中ですので、暫くお待ちください▲また、メンバーズカードの利用可能な店舗や事業所は市老連ホームページで確認できます。バラネットについても、近いうちに整理して、協力店などをお知らせの予定です。(三野)

会員カードの
有効活用について

宮園会発行の
バラネット会員証



健康ひとくちメモ

「高齢者の目の病気」

高齢者に多い目の病気は、「白内障」「緑内障」「加齢黄斑変性」の3つ。これらは失明の恐れがある目の病気ですが、片方の目が見えにくい状況でも、もう一方の目で見えにくさを補う機能があるため、気づかないことが多いようです。私の主治医も、対象物の見落としを家族に指摘されるまで、緑内障であることに気づかなかったと言っていました。

白内障は70代では9割、緑内障は1割が発症すると言われています。ステロイド剤使用や白内障などから視野が狭くなることや、糖尿病が進むと糖尿病網膜症などから視力が低下することがあります。

最近ではスマホを長時間見ることで、視力低下につながる方が多いようです。同じ距離で画面を見続けることで、目の筋肉が使われずピント調節機能が衰えることから生じます。時々遠くを見たり、目を休めて目を守りましょう。

様々な目の病気がありますので、定期的な眼科受診をお勧めします。

医療法人 ハートフル
広島西地域リハビリ支援センター長
作業療法士 寺田 千秀先生

会 員 動 向

新会員紹介

11名の方が新たに入会されました
令和5年10月1日現在(敬称略)

田代 雅之 (二丁目)	地守 宏介 (二丁目)
板倉 昌彦 (二丁目)	二岡 克己 (二丁目)
氏田 憲秀 (三丁目)	黒田 幸恵 (三丁目)
院去 幹雄 (三丁目)	楠木 仁義 (四丁目)
狭間 幸男 (八丁目)	土屋 賢一 (九丁目)
後 幸男 (上五丁目)	

皆様宜しくお願ひします！



宮園会恒例行事の宮園小学校・保育園の花壇の水やりを実施。7月21日～8月31日の夏休み期間、20名が7グループに分かれ、1グループ3名で、それぞれ6日間担当▲梅雨明けした7月から8月は猛暑が続く、汗だくとなりながらの作業となりました。雨が降ると草花だけでなく、人もホッとすることができた。水やり・除草を実施した延べ人数は93名となりました。ご協力いただいた方々に大変感謝しています。有難うございました。

(記事 牛尾)

ポランテア活動報告

宮園小・宮園保育園
花壇の水やりと除草

麻雀クラブ活動報告

宮園健康麻雀クラブでは、手、指、体を動かして、頭で考えることで認知症を予防することを目的としたクラブです。宮園市民センターで、毎週火曜日活動しており、卓を囲んでポン、チー、ロンとゲームを楽しんでいます。



掲 示 板

9月度までの主な関連行事 ※は参加行事

- 6月7日(水) 宮園・四季が丘地区老連総会 宮園会から8名出席
- 6月7日(水)～9月27日(水) 百歳体操実施(8丁目集会所) 延べ147名参加 (但し、8月16日・8月23日は休止)
- 7月20日(木) いきいき学級「認知症の理解と予防について」市民センターとの共催 27名参加(※3面記事参照)
- 7月21日～8月31日 宮園小、保育園の花壇への水遣り(※4面記事参照)
- 8月5日(土) 宮園夏祭り出店 芋けんぴ販売(※2面記事参照)
- 8月8日(火) 宮園・四季が丘地区老連ボウリング大会 7名参加
- ※8月24日(木) 市老連主催カローリング大会(サンチェリー) 10名参加 (※3面記事参照)
- ※9月6日(水)～9月10日(日) 市老連主催作品展(※2面記事参照)
- 6月～9月 各クラブ定例実施 鉛筆画教室、麻雀クラブ すみれ倶楽部、ゴルフクラブ、着付け教室、カローリング、百歳体操

今後の主な関連行事予定 ※は参加行事

- 10月19日(木) 健康相談会、廿日市市健康福祉総務課
- 10月22日(日) 宮園・四季が丘地区老連演芸大会
- 11月2日(木)・9日(木) 宮園小、宮園保育園の花壇整地と植栽
- 11月14日(火) 日帰り旅行(ランチ会)
- ※11月16日(木) 市老連主催芸能大会(さくらびあ小ホール)
- ※11月26日(木) 市老連主催ペタンク大会(小田島運動公園)
- 1月13日(土) 新年互礼会(市民センター)
- 2月15日(木) 健康相談日 宮園市民センターとの連携行事
- 10月～1月 カローリング練習、鉛筆画教室、麻雀クラブ、すみれ倶楽部、ゴルフクラブ、着付け教室、百歳体操は定例実施

次号の会報発行予定は令和6年2月です。

編 集 後 記

10月に入り、朝夕の急速な冷えにやつと秋の訪れを感じられる気候になりましたが、今年の夏は異常続きでした▲世界では、地球規模とも云える異常気象による山火事や大水害が起つています。また、トルコでの大地震も発生しました▲さて、日本では、この時期二百十日(立春から起算)は昔から台風が多く近づく時期といわれており、10月と

は云え、風水害の発生が皆無ではありません。そこで、近年広島県で発生した大きな災害をネット上で調べてみました▲記憶に新しいところでは、平成26年8月には安佐南区・安佐北区で豪雨災害、平成30年7月には、坂町、呉市、熊野、東広島地区での豪雨災害、平成13年3月の芸予地震では、瓦が飛んだり壁にヒビが入るなどの被害が発生。

(記事 永岩)

編集委員 藤田、岡本、山口、村岡、牛尾、永岩