

千葉県老人クラブ大会

令和7年1月20日、第64回千葉県老人クラブ大会が「ホテルポートプラザちば」の会場で行われた。

14時開会、始めに千葉科学大学副学長藤本一雄講師による千葉県を襲った自然災害について、昨年の能登半島地震、2011年東日本大地震を含めて過去の震災について講演があった。

第2部表彰式にて、県知事表彰2名、県理事長表彰47名、優良クラブ表彰12クラブ、ホームヘルパー表彰3名、会員増表彰28クラブ等々の後、最後に県老連大会宣言の確認を行い無事大会が終了した。



県理事長表彰
においでコス
モスシニアク
ラブよ
り、山
下豊昭
会長、
内山幸江
副会長が
受賞し
た。

山武地区老連交流事業

令和7年1月24日、横芝光町民会館において山武地区老連交流事業が実施された。コスモスシニアクラブからは山下会長を含め10名の役員が参加した。今までになかった交流事業で、内容はレクリ

エーションスポーツ大会で、新しい趣向を取り入れた次の7項目について地区ごとの団体戦で競い合った。



① 上手に投げられるか？各地区女性4名

② 輪投げゲーム 各地区3名
③ ボッチャビンゴゲーム 各地区3名

④ 相思相愛 各地区4名
⑤ 力加減ゲーム 各地区5名

⑥ 振れ振れボトル各地区4名
⑦ この絵なあに？各地区5名

ゲームが始まるまでゲームの内容が知らされず、説明を聞いてからスタートで、どれも楽しいものばかりであった。

初詣日帰り研修旅行

令和7年1月27日、コスモスシニアクラブの初詣「築地本願寺参拝と豊洲千客万来」の日帰りバス旅行が実施された。

参加者は83名（役員、事務局含む）でバス2台に分乗して実施した。最初の目的地豊洲千客万来では場外市場を散策した。店構えが時代風の作りで趣を感じた。次に築地本願寺を参拝した後「すしさんま」で昼食をとった。



築地場外市場にくりだし散策・買物を楽しんで帰路となった。

行き帰りのバス内では事務局の計らいで、じゃんけんゲーム、替え歌合唱・ビンゴゲーム等で沢山

の景品にみんな大いに盛り上がった。本当に楽しい1日であった。

「介護予防と健康寿命」研修会

1月17日午前10時から参加者30名（内、役員11名）で、農村環境改善センター（いずみの里）で「介護予防と健康寿命」の研修会が行われた。

講師の岩沢妙子先生によるロコモ体操で健康法の実技を習った。

体操では、足ふくらはぎ「つり」の予防法、タオルを使ったストレッチで呼吸のしかた、頭と身体の筋トレバランスとみっちり1時間身体の筋を伸ばした。

普段意識しない筋のストレッチなのでみんな真剣に取り組み終わった体が柔らかく感じた。



ポールウォーキング講修会

12月24日、ポールウォーキング講習が季美の森地区で開催された。冬晴れの朝10時にセブンイレブン近くの公園に集合し準備体操をしてスタートした。

参加者は季美の森先人会、一般参加者、コスモスシニアクラブのメンバーで計25名、コースは季美の森小学校を通り、ヌーベルゴルフ場手前で8キロコースと5キロコースに分かれた。

途中サザンカの花に癒され、寒桜に癒され、セブンイレブンに戻った。ポールを持って歩いたせいか足腰が鍛えられた感じであった。



風も なく冬 晴れの 天候に 恵まれ 最高の ウォーキング日和だった。また参加した。

大人の塗り絵体験会

令和7年2月1日午後1時からコスモス荘で大人の塗り絵体験会が参加者22名（事務局、役員含む）で開催された。



塗り絵の絵柄は、動物・野菜・風景等が有り参加者は思いの絵柄を選び塗り絵に取り組んだ。

みんな色彩を合わせるのに没頭して一時は静寂をもたらす程熱中した。作品は後日事務局から大人の塗り絵コンクールへ申し込まれた。

単なる塗り絵かと思って挑戦したが、なかなか思うような色合いが取れず苦労した。本当にみんな真剣であった。

老連ホームページ開設・ブログ作成研究会

市町村老連ホームページ開設・ブログ作成研究会が令和7年2月14日、千葉市のプラムシックス、セミナールームで7市から11名が参加し行なわれた。

開催にあたりなのはなシニア千葉事務局より、ブログ投稿数は首都圏で千葉県が断トツです、どんな記事でも投稿してください。マスコミも良く見ていると話された。

投稿者は複数人いる方が望ましいと言われた。講習内容は先輩より学んでいたのもう難しくはなかった。それでも、4〜5の新操作メニューの取得があった。

講師の方々が優しく丁寧であった。



女性部日帰り研修旅行

令和6年度、コスモスシニアクラブ女性部日帰り研修旅行が令和7年2月14日実施された。

参加者は19名で行き先は早春の南房総であった。

当日は温暖無風で最高の日和となり、車中研修では全員発言にて一年の振り返りと次年度に向けた抱負を述べあった。桜祭り開催中の佐久間ダムを見学したが、まだ3分咲きとちよつと残念であった。昼食予定地の富浦町へ向かい、地元南総ヤマト寿司を堪能して、午後からフラワールインで千倉海岸を経由、おおつの里にて全員旬のストックや金魚草の花摘みを行った。車中では脳トレ、イントロクイズ、ビンゴ等で楽しみながら充実した研修となった。



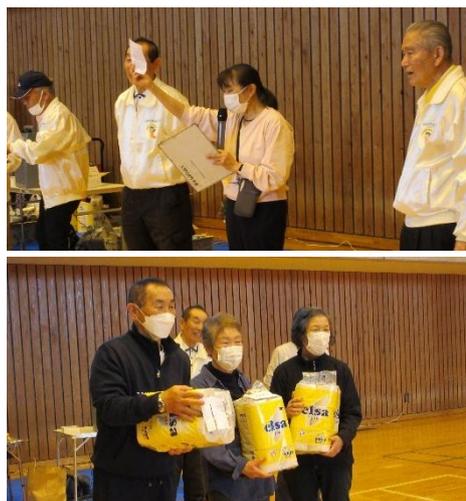
令和6年度、軽スポーツ交流大会

令和7年3月13日午前8時30分
大網アリーナ集合で会場準備、東金市老連長寿の会との軽スポーツ交流大会が10時開始で行われた。



参加者は東金市長寿の会から19名、大網白里市シニアクラブから71名の合計90名が、①スポーツガラッキ、②ゲーゴルフゲーム、③輪投げ、④モルック、⑤ポッチャ、⑥スカイクロス、⑦大網白里一本釣り、の7種目の競技に挑んだ。
競技①から⑥は決められた条件をクリアするとシールが貰え、シールの数で賞品と交換した。
⑦は8グループに分かれて釣り竿で紙コップを釣って中に書かれた数字で等賞を受けた。

みんな、どの協議でも夢中で楽しんでいた。



令和6年度、中之条町老連と大網白里市老連交流会

令和7年3月13日午後2時から4時、中之条町老連（参加18名）・大網白里市老連（参加19名）の交流会が金坂市長、永野社協会長を迎え開催された。

開催にあたり金坂市長、永野会長の挨拶を受けコスモスシニアクラブ山下会長、中之条町老連剣持会長が挨拶され交流会に入った。

活発な意見交換が行われた後、eスポーツ（ボウリングゲーム）での交流で更に盛り上がった。

第2部は懇親会会場をサンライズ九十九里へ移し午後6時より開宴した。

来賓は金坂市長、小倉議会議員、永野社協会長、古川高齢者支援課長、鶴澤社協局長、本間事務局含む総員41名で時間の経過と共にカラオケではいろいろなパフォーマンスマまで出大盛會にて無事終演となった。



いろいろなパフォーマンスまで出大盛會にて無事終演となった。



2024年加入促進シンポジウム

加入促進シンポジウム立ち上げと会員拡大にむけての会議が2月25日ポートプラザちばで開催された。コスモスシニアクラブから阿部、安齋の2名が参加した。10時から12時半まで県内各老人クラブからの参加者で熱心さが伝わる会議だった。



加入促進シンポジウム立ち上げと会員拡大にむけての会議が2月25日ポートプラザちばで開催された。コスモスシニアクラブから阿部、安齋の2名が参加した。10時から12時半まで県内各老人クラブからの参加者で熱心さが伝わる会議だった。

女性部第2回全体会議

令和6年度、女性部第2回全体会議が令和7年2月26日、コスモス荘にて9時30分～11時30分、参加者13名（会長、事務局含む）にて開催された。年度内事業報告8件について感想と反省を行い、令和7年度活動計画について協議した。

※会報に関する問い合わせ先

大網白里市老人福祉センター

「コスモス荘」電話(77)4466

大網白里市高齢者支援課

高齢者支援班 電話(70)0332