

寿楽 観音寺

令和6年3月発行

第9号

【発行】 観音寺市老人クラブ連合会
香川県観音寺市
坂本町一丁目1番6号
TEL/25-7708
FAX/25-7736

【編集・印刷】 株式会社ニチコミ
神戸市中央区元町通4丁目
4-8タイムビル10階
TEL/078-351-3387
FAX/078-351-3343

根あがり松

太さ約1m、高さ約3mほどの黒松で、根が地上に露出しても力強く生き続ける非常に珍しく貴重な松です。「根あがり」を「値上がり」とかけて株価や給料アップなどを祈願する人が訪れる金運スポットになっています。



写真提供：観音寺市観光協会

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています



あきらめんでえんで 望むくらしを最後まで

観音寺市老人クラブ連合会
会長 茨木 大

第68・69回 市老連ゲートボール大会

ゲートボールしませんか

観音寺市ゲートボール連合会 会長 大西 宏和

10月2日、好天に恵まれて第69回市老連ゲートボール大会が開催された。11チーム47名の精鋭が萩の丘ゲートボール場で熱戦を繰り広げた。4・4・3グループに分かれ予選が行われた。全体の4位以内に入ら

ないと優勝はできない。各チーム知恵と日ごろ鍛えた技術を駆使して競技に取り組んだ。真剣であるが、親睦を深め和気あいあいとした。やかな大会になった。ゲートボールは団体競技なのでルールは多く、作戦



テクニックと作戦が勝負を分ける

は多様である。止まっているボールを打つので誰でも出来るスポーツである。頭と少しの体力を使う健康的

なスポーツである。ゲートボールに多くの方が親しんでほしいと願っている。

令和5年度大会結果	優勝
第68回大会(R5.4.7) 参加 11チーム	萩中紀チーム
第69回大会(R5.10.2) 参加 11チーム	栗井Bチーム

コロナにより中止されていた秋祭りも4年振りに行われ、各地で賑やかに太鼓の音が聞こえると、身も心も浮き浮きといたします。祭りができるようなり本当に良かったと思います。また、当老人クラブ連合会の活動も、以前

のように賑やかに和気あいあいと、笑顔一杯の楽しい行事ができるようになりました。市老連、各地区老人クラブで思いきり汗を流し、一生懸命頑張っています。ほしいと考えております。先日『80歳でも脳が老

化しない人がやっている積極的な活動に、人と人



市老連総会での「防災講演会」

こと』脳科学者 西 剛志先生の本を読みました。その中に、趣味が多い人は認知症になりにくい、と書かれていました。65歳以上の人の約3割は、趣味の数がゼロだそうです。趣味に熱中しているとき、子どもや家族、友人と接しているとき、美味しいものを食べ

ているとき、などに脳の認知機能にいい影響を及ぼしているそうです。したがって我々は、老人クラブのいろいろな活動に

とが繋がることにより健康で、認知症予防になると思われます。

これからますます老人クラブ活動に参加して元気で年を重ねたいものだと考えています。

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

健康第一

グラウンド・ゴルフ

豊浜グラウンド・ゴルフ・クラブ

会長 吉田 正一

私は観音寺に帰郷し、ロードバイクを楽しんでいます。頭を悩ませる面がある時、一の宮公園に出会いました。

私は頭痛の経験があり、倒なことは沢山あります。が、俗に言う頭痛ではなく、「忙しいのでストレスが大きいのでしよう」と言われてもストレスを感じたことがないんです。「忙しいのが大好き」です。

時計台、椰子の木、青い海、そして夕日、素晴らしい景色と綺麗な緑地はアップダウンがあり変化に富み、グラウンド・ゴルフを楽しむ方々には嬉々として生気に溢れています。

皆さん、私たちと一緒に思い切りボールを叩き、日ごろのウップンを吹き飛ばしましょう。健康にとってもいいですよ。

「ここでグラウンド・ゴルフをさせて下さい」と入会いたしました。

◆第24回大会 (R5.9.8)	
参加者 73人	
優勝	岡田 勉 (萩原)
準優勝	横内 瀧夫 (豊浜)
第3位	佐野 清一 (豊浜)
★最高齢賞	
(男性 91歳)	石村 卓夫 (萩原)
(女性 87歳)	合田 美代子 (豊浜)



ラッキー賞を抽選中

◆第25回大会 (R5.12.8)	
参加者 79人	
優勝	鈴木 利明 (大野原)
準優勝	北井 眞一 (大野原)
第3位	大西 節子 (豊浜)
★最高齢賞	
(男性 94歳)	藤下 彰義 (萩原)
(女性 87歳)	平野 明美 (五郷)

(敬称略)



あと1打で決める!!

市老連ペタンク交流大会



真剣勝負

ペタンク交流大会は、萩の丘公園ゲートボール場で年2回開催しています。組合せやコート設営、大会当日の運営等、観音寺市ペタンク協会の御協力をいただいています。



健康の秘訣

◆第25回大会 (R5.11.10)		
参加49チーム、147名		
1位リーグ		
優勝	中姫中央	(大野原)
準優勝	一ノ谷	(一ノ谷)
第3位	トヨタハイース	(豊田)
2位リーグ		
優勝	ノーザン	(紀伊)
3位リーグ		
優勝	大長	(豊田)



ビュット目指して

◆第24回大会 (R5.6.9)		
参加44チーム、132名		
1位リーグ		
優勝	南部F	(豊浜)
準優勝	一ノ谷	(一ノ谷)
第3位	萩原愛球会B	(萩原)
2位リーグ		
優勝	萩原愛球会A	(萩原)
3位リーグ		
優勝	井関A	(五郷)

観音寺支部



私もてますわ



なかよく二人でルンルン



ラジオ体操



ペタンク

第48回観音寺支部
スポーツ大会

令和5年10月20日(金)
観音寺市立総合体育館
参加 326名 32クラブ



ドリブル競争



協力一致



銭形踊り



玉入れ



老健はがみ苑



特養長寿苑

9月6日(水)支部理事
会終了後、特別養護老人
ホーム長寿苑と介護老人
保健施設はがみ苑の2
施設を訪問し、施設での
生活で役に立つ品物を届
けました。

友愛施設訪問

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

わが会の自慢

茂木町若竹会

会長 瀧本 久雄

現在の会員数は52名である。わが会の自慢は「茂木町いきいきサロン…料理教室」という名のグループ活動です。毎月1回、茂木自治会館又は東公民館で午前9時から12時で出来るおやつ類を作り、その中で季節

ごとに春(チラン寿司)、夏(赤飯)、秋(三色おはぎ)、冬(三色あん餅)を全会員に贈って皆さんに大変喜ばれています。今年で16年目に入りますが、御多分にもれずクラブの高齢化が顕著であり、来年からは縮小も考えています。

また、地域には財田川が流れており自治会行事である年4回の草刈りにも積極的に参加し、河川敷で行うグラウンド・ゴルフにも健康と実益を兼ねて週3回行っています。この他にも

とコミュニティ社会の一体感を担って活動しています。ラジオ体操と草刈り(7月)、グラウンド・ゴルフ大会(10月)、新春餅つき大会(2月)等です。また、地域には財田川が流れており自治会行事である年4回の草刈りにも積極的に参加し、河川敷で行うグラウンド・ゴルフにも健康と実益を兼ねて週3回行っています。この他にも



大好評！
季節ごとの料理をお届け

日帰り研修旅行

高屋老人クラブ

会長 五味 勲

朝7時過ぎに出発し、会員16名で徳島方面へ行ってきました。

から「素晴らしい作品ができました」と喜びの声が聞かれました。

われていましたが、人形遣いは淡路の人から教わり、みんな上手にできるようになりました」という話の後、一体に3人がついて手際はととても素晴らしかったです。

修となりました。

また、藍染め体験での作品は11月12日に開催された地区文化祭で展示することができました。

最初の見学地は上板町の『技の里』です。藍染めの説明を聞いたのち、白いハンカチを自分思いに絞りをかけ、藍染め液中へ何度も何度も入れたり出したりし、染め上がりを楽しみに待ちました。染め上がった作品を見た参加者

酒名は『鳴門鯛』といい、140余年の歴史ある立派な老舗で、酒の試飲や買い物を買った。昼食は徳島市内のホテルで懐石料理をゆつくりいただきました。

最後は、新しい道の駅『ぐるぐる鳴門』で買い物をして帰路につきました。

午後からは、徳島県立阿波十郎兵衛屋敷です。「人形作りは昔から盛んに行

阿波十郎兵衛屋敷です。「人形作りは昔から盛んに行

行程を工夫したので参加者が増えて、とても良い研

阿波十郎兵衛屋敷にて



阿波十郎兵衛屋敷にて

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

大野原支部

研修旅行

3年ぶりに研修旅行に行くことができました。今年には会員74名で、神社巡りと倉敷美観地区を堪能しました。親睦を深めるとともに、たくさん歩いたので、良い運動にもなりました。

〔令和5年6月23日（金）〕



大野原三楽クラブ連合会は60周年を迎えました。



最上稲荷



吉備津神社



備中国分寺



RSKバラ園



倉敷美観地区

施設訪問花生け

毎年8月と3月に老健ひうち荘と特養ひうちを訪問して行う花生けボランティアですが、今年もコロナの感染拡大の影響を受け、8月はフラワーアレンジメントのお届けとなりました。再び入所者の皆さんと一緒に花生けができる日を楽しみにしています。



萩の丘公園清掃活動

10月3日（火）午前7時から会員48名が参加し、「全国一斉社会奉仕の日」の活動を行いました。土や落ち葉が湿って作業しにくい場所があったものの、天候に恵まれ、手際よく終わることができました。



私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています



ゲートボール大会 (6.11月)



ペタンク大会 (6.11月)



グラウンド・ゴルフ大会
(9.3月)

3大スポーツ大会

大野原三楽クラブ連合会では、ゲートボール、ペタンク、グラウンド・ゴルフ大会を年2回ずつ行っています。大野原町ゲートボール連合会、大野原ペタンク同好会、大野原グラウンド・ゴルフ協会の協力のもと開催することができ、会員の健康づくり・仲間づくりの良い機会の場となっています。

第20回三楽クラブ運動会

令和5年10月26日 (木)

今年の三楽クラブ連合会の運動会も、コロナ感染予防のため縮小しての開催となりました。会員総勢約160名が参加し、穏やかな天候の中、競技に奮闘し合いました。役員の方々のおかげでスムーズに運行できました。ありがとうございました。



輪投げ



ラジオ体操



玉入れ



ピンポン玉リレー



ボールころがし



風船引き競争

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

世代ふれあいスポーツ大会

日時 令和5年10月15日(日)

午前10時～12時

場所 豊浜小学校体育館

参加者 206人

(高齢者149人・保護者24人・子ども33人)



1. 開会式

豊浜支部

待ちに待った
4年ぶりの開催!



4. キックボール



3. フラフープでゴー



2. ラジオ体操



7. 協力一致



6. ボール転がし



5. パンツでデート



10. とよはまクイズ



9. 輪投げ



8. スプーンレース



南部広場



七福神社



八幡神社



一の宮公園

奉仕作業
9月25日、午前
7時から、323
名が参加し、ちよ
うさが集まる神社
4か所で行いまし
た。

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

一年間の行事紹介

5月 令和五年度総会

5月12日(金)

48名が出席し、佐伯市長、茨木会長を迎え総会を開催しました。



6月 ハイキング

6月4日(日)

天候にも恵まれ、48名が、瀬戸内の風に吹かれおしゃべりしながら、約3kmを歩きました。



7月 セタまつり

7月4日(火)

豊浜保育所の子もたちの歌や紙飛行機を折って一緒に飛ばしたり、楽しい時間を過ごしました。



9月 女性部健康教室

9月5日(火)

理学療法士川瀬範久先生の指導で、約90分、肩こり・腰痛・ひざ痛等に効く体操をしました。体がとても楽になりました。



9月 交通安全 キャンペーン

9月15日(金)

国道11号線豊浜支所横の交差点で、交通指導部がドライバーに「交通安全」を呼びかけました。



11月 交通安全教室

11月10日(金)

香川県交通安全協会交通安全全教育推進隊の長尾俊則氏を講師に迎え開催しました。クイズゲームで実年齢を知り、喜ぶ人やショックを受ける人など。



11月 親睦旅行

11月9日(木)

紅葉の名所円通寺で、色づいたもみじに秋を満喫。昼食のまったけ御膳に満足、篠山城大書院では、見事な障壁画や甲冑がずらりと並び見事でした。



12月 クリスマス会

12月5日(火)

豊浜公会堂にて女性部主催で開催しました。今年はマスクを外すことができ、カラオケ大会での素晴らしい歌声とケーキ、楽しいおしゃべりに大満足でした。



私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

第52回全国老人クラブ大会

全国老人クラブ連合会会長表彰
【育成功労表彰】
阪上 耕造 (豊浜町)

ぼちぼち香川みんなの集い
第39回香川県老人クラブ大会

香川県知事表彰

【老人クラブ功労者】
茨木 大 (大野原町)

香川県老人クラブ連合会会長表彰
【老人クラブ功労者】 (会員の部)

大西トシ子 (柞田町)
藤田 一 (大野原町)
合田 勉 (豊浜町)

【「プラス1作戦」達成クラブ表彰】

- ・10人以上増員達成クラブ
萩原第2クラブ 福田 利臣
小山第1クラブ 森 宗義
花稲第2クラブ 入江 利廣
・5人以上増員達成クラブ
伊吹老人会 三好 兼光
萩原第1クラブ 横山 孝志

第34回 市老連囲碁・将棋大会

Table with 2 columns: 碁の部 (Go) and R 5. 8. 1 8. Rows include 優勝 (A/B級) and 準優勝 (A/B級) with names like 松本 佳和, 牧 泰宏, etc.

Table with 2 columns: 将棋の部 (Shogi) and R 5. 8. 1 9. Rows include 優勝 (A/B/C級) and 準優勝 (A/B/C級) with names like 香川幸一郎, 牧 泰宏, etc.



第35回 市老連囲碁・将棋大会

Table with 2 columns: 碁の部 (Go) and R 6. 1. 1 9. Rows include 優勝 (A/B級) and 準優勝 (A級) with names like 松本 佳和, 大広 精一, etc.

Table with 2 columns: 将棋の部 (Shogi) and R 6. 1. 1 8. Rows include 優勝 (A/B/C級) and 準優勝 (A/B/C級) with names like 岡田 繁満, 藤井 賢一, etc.



(敬称略)



碁の色紙

11月8日の手芸教室では、『碁の色紙』を作りました。
椿がキラキラ...。
9月の健康教室、7月のお菓子作り料理教室では、元気いっぱい、お腹いっぱい、笑顔いっぱい楽しい時間を過ごすことができました。
次回の教室に期待し楽しみに心待ちしています。

市老連女性委員会
絆で元気で楽しく

副委員長 田井千恵子

令和5年度の事業計画を決め、それにより行事を進めてまいりました。健康教室、料理教室、手芸教室の3教室です。



手芸教室



健康教室



料理教室

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

寿楽訪問 vol.8



多田 稔さん
昭和10年生まれ
豊浜町在住



健康の秘訣は、日々の生活

11月に高松市で開催された香川県老人クラブ大会に参加中の多田さんにお話しを伺いました。関谷長寿会の会長であり、西かがわ漁業協同組合監事。合併前の旧豊浜町で町議会議員を2期務められ、現在も地域のために色々な世話をされています。

「健康の秘訣と趣味を書き出してみよう」と、につきり微笑んで用意してきた紙を渡してくれました。毎朝の愛犬との散歩と家庭菜園の手入れが趣味であり日課。天気の良い風

の日は所有している船で漁に出て、獲れた魚を家族と食べるのが楽しみ。また、近くに住む孫がひ孫を連れてやって来て、わいわい賑やかな様子を見ると元気が出るとのこと。

健康法は、早寝早起きをする事と、友人の家を歩き来して社会情勢や日常生活、健康について話し合い、生活に取り入れること。

最後に、好きな食べ物や質問すると「バナナ、リンゴ、トマトとやっぱり魚だな!」とやさしい笑顔で教えてくれました。どうぞ末永くお元気で、ご活躍を期待しております。

【川柳】

いりこだし味は天下のうどんつゆ
彼岸花畔に陣どるわが農地
松林花と想えば驚の群れ
ドンドンと赤いちようさが衆を呼ぶ
いりこ出汁官民唸る太鼓判

豊浜町 横内十三枝
豊浜町 筒井 弘子
豊浜町 久保 初美
豊浜町 石川富士子
豊浜町 田中 和代

【短歌】

百歳を祝ひくるるか碧空に
熟れ色冴ゆる柿もりんごも

大野原町 平岩マス子

薪を背に本を読みみる尊徳像

子ら育ちたる廢校の庭に

【俳句】

風にのる稽古ばやしや闇涼し
収穫を終へし安堵やあきあかね
朝夕のかすかな風に秋をまつ
演奏を終へし車窓に虹二つ
菊日和誕生日同じ友来たる
南溟に死すと墓碑に彼岸花
子供らの笑顔であれと月今宵

池之尻町 片山 祐子
池之尻町 篠原 秀子
池之尻町 細川 公子
池之尻町 石川 茂子
観音寺町 加地 泰子
原町 徳丸 築
坂本町 高木 松美

編集後記

「寿楽観音寺第9号」が発行の運びとなりました。取り上げる記事やスペーの關係で毎号気をつけているのは、偏りを少なくすることです。たとえいい取り組み(行事)であつても、公平の原則から考えてできるだけ各支部平等な扱いにすべきことは御理解いただけたと思います。

なお、豊浜町の阪上さんが全国老人クラブ連合会会長表彰を、大野原町の茨木さんが香川県知事表彰を受けられました。おめでとうございませう。(片山記)

委員長 片山 和幸

編集委員 茨木 大

篠原 一 森 宗義

山下 光子

スポンサーへの御礼

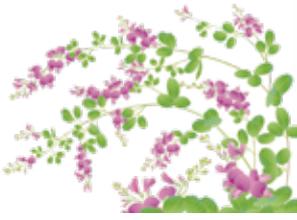
この度、「寿楽 観音寺」の発行にあたりまして、広告掲載のご協力を賜り、誠にありがとうございました。今後とも末永きご支援をお願い申し上げます。

【観音寺市老人クラブ連合会】

開基1200年以上の深い歴史を持つ 萩原寺

萩原寺（はぎわらじ）は香川県観音寺市大野原町萩原に所在する真言宗大覚寺派別格本山の寺院で、巨鼈山（きよごうざん）、地藏院（じぞういん）と号されます。

「萩寺」とも呼ばれ、9月中旬から下旬に境内いたるところで30種約2500株の萩の花が咲き乱れ、多くの見物客や参拝客の目を楽しませてくれます。同時期に開催される萩まつりでは、本堂で琴の演奏会や本堂前広場で茶会が行われます。



県指定自然記念物 萩原寺のハギ

ハギは古くから日本人に親しまれ、「万葉集」で最もよく読まれる花です。しなりのある丈夫な枝、蝶のような形の小花が特徴的で、素朴でありながらしなやかさや逞しさ、儂さが感じられます。



写真提供：観音寺市観光協会

萩原寺は、平安時代初期の大同2年（807）空海（弘法大師）が建立したといわれ、江戸時代には280余寺の末寺を従える大寺となっています。また、文化財所蔵寺院としても知られており、国の重要文化財に指定されている急就章、観経曼荼羅図、法華曼荼羅図のほか数百点もの寺宝が納められています。

私たちは観音寺市老人クラブ連合会の活動を応援しています