

令和8年1月

第25号

いきいき広報

発行 刈谷市いきいきクラブ連合会 <事務局 TEL.(0566)62-1063>

編集・制作 株式会社ニチコミ 名古屋市中村区名駅南1-20-12 ヨンゴービル4階 TEL.052-485-4645 <http://www.nichicomi.com>

生きるとは

スポーツ



グラウンド・ゴルフ大会

ゲートボール大会

趣味



囲碁大会

将棋大会

健康

共に語らい集うこと

学び



会長一日研修

会長会議

秋の歩け歩け大会

共に生きがい見つけよう

私たちは刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

新しい年、 若さは自分で決めましょー！



刈谷市いきいきクラブ連合会

会長 早川 清巳



「まだまだ若い」と思えば、若さを保ひねじよう。

明けましておめでたひ

「」と

会員の皆様におかれましては、晴れやかに新春をお迎えのひとびと心よりお慶び申しあげます。さて、私たちも新年を迎えたびて、自らの年齢に思いを馳せ、これから歩みを練じるのになってまいりました。

年齢についてふと考えることがあります。皆さんのが「歳」といひつたが、それは単なる年齢だけではなく、身体的な「歳」、精神的な「歳」と二つの側面を使い分けられてゐるのではないかじよつが。

「歳の翻には若」、「老

かし見えぬ」などの中葉には、年齢に対する身体や心の若さ・老いが表現されていまおあ。

今の私たちは、多くの方が「若く見られたい」「若々しくありたい」と願つてゐるではないですか。

3 失敗を恐れない
4 あきらめない

たゞやばカラオケで新曲に挑戦する皆さんの姿

は、まさに若さの象徴です。最初は難しく感じるが、何度も歌いつかに曲も、何度も歌いつかに自分が、何よりも活動が重要

です。若々しく振る舞つたひとが、若さの本質だと思ひます。

私は、若かつた頃を思ひ返しながら、「若さ」とは何かを考えてみました。そ

れは、次のような深淵では

たとえば、年齢に封する身体や心の若さ・老いが表現されてしまおあ。

たとえばカラオケで新曲に挑戦する皆さんの姿は、まさに若さの象徴です。最初は難しく感じるが、何度も歌いつかに曲も、何度も歌いつかに自分が、何よりも活動が重要です。若々しく振る舞つたひとが、若さの本質だと思ひます。

私は、若かつた頃を思ひ返しながら、「若さ」とは何かを考えてみました。そ

れは、次のような深いところから「若さ」が、若さの本質だと思ひます。

しかし、人生の「歳年」は、自分自身が決めるものだ。この年齢になつたから、もう何もしたくない」と思えば、老化はすぐになります。逆に、若々しく振る舞つて生きがいを持つて暮らせば、周囲から「歳を感じさせない」と言われる「こと」でしょう。

私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

いきいきクラブ活動発表会

支え合いでつくる、いきいきとした地域の未来



活動発表会の様子



私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

令和7年7月24日(木)
に、いきいきクラブ活動
発表会が、刈谷市産業振興センターの004
会議室にて開催され、
次の方々に各クラブの取り組みについて発表していただきました。

一里山福寿会
会長 酒井英明さん

刈谷中部亀楽会
会長 高橋忠夫さん

半城土鶴亀会
会長 野村 貞行さん

発表の後、活発な意見交換が行われました。増加する一人暮らしの方や高齢者世帯への日常生活支援のため、いきいきクラブの活動はますます重要になつてきます。また、少子高齢化が加速す

るなか、今いきた高齢者相
互の支え合いが一層求め
られます。



第15回いきいきクラブ 将棋大会



技と笑顔の いきいき将棋大会

令和7年8月25日(月)に「第15回いきいきクラブ将棋大会」が、高齢者交流プラザひまわり大集会室にて15名参加のもと、開催されました。

今回も腕に自信のある参加者が勢ぞろいし、熱い対局が続きました。勝っても負けても笑顔があふれ、和気あいあいとした雰囲気のなかで楽しい時間を過ごしました。



将棋大会の様子



参加者のみなさん

Aクラス(県大会代表選抜)

優 勝:宮本 正明(一ツ木五月会・写真右)

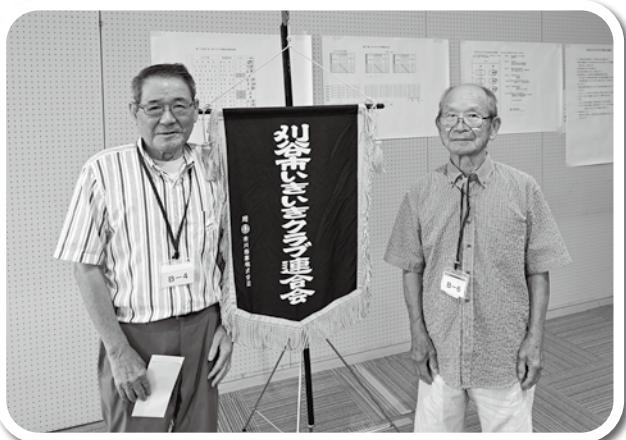
準優勝:原田 吉昭(板倉双葉会・写真左)



Bクラス(一般参加)

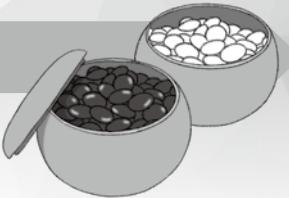
優 勝:丹羽 洋二(桜区若桜会・写真右)

準優勝:山口 勝利(小山寿楽会・写真左)



私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

第15回いきいきクラブ 囲碁大会



真剣勝負に笑顔の花が咲く いきいき囲碁大会

令和7年9月8日(月)に「第15回いきいきクラブ囲碁大会」が、高齢者交流プラザひまわり大集会室にて16名参加のもと開催されました。

各クラブより、日頃から腕を磨いている参加者が集まり、真剣ななかにも笑顔の絶えない和やかな雰囲気で対局が行われました。大会を通じて会員同士の親睦がさらに深りました。

また、今岡いきいきクラブ寿会の清水孝美さんが、令和7年11月11日(火)、12日(水)に開催されました愛知県老人クラブ主催の県大会において、参加者43名中5位に見事入賞されました。



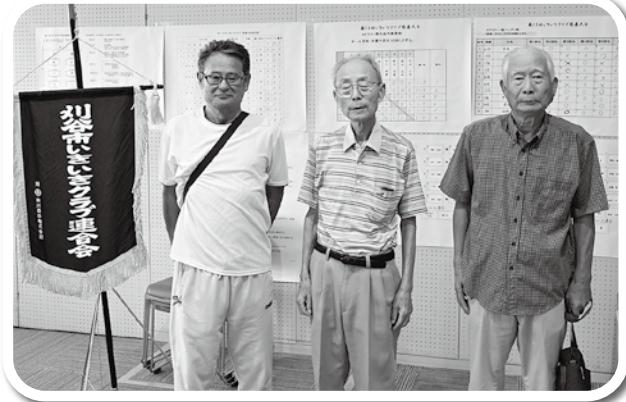
囲碁大会の様子



参加者のみなさん

Aクラス(県大会代表選抜)

優 勝:星野 勝利(一ツ木五月会・写真中)
準優勝:清水 孝美(今岡いきいきクラブ寿会・写真左)
第3位:岡田 忠和(東刈谷双葉会・写真右)



Bクラス(一般参加)

優 勝:辛島 正敏(東刈谷双葉会・写真左)
準優勝:岡下 牧生(野田西双葉会・写真右)
第3位:高井 昇(西境あじさいクラブ三春会)



私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

令和7年度 いきいきクラブ会長会議

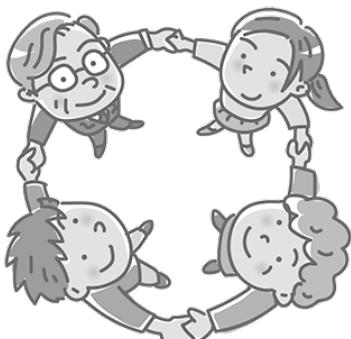


会長会議の様子

活性化アンケートの明日を考える

令和7年9月12日（金）、催されました。令和7年度前期連合会事業報告、令和7年度後期連合会事業計画の他、センター4階ホールにて開催された「いきいきクラブより提出された「い

いきいきクラブ活性化アンケート」について、早川会長より取りまとめ結果の報告がありました。



私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています



令和7年度 いきいきクラブ会長一日研修会

AEDや防災を楽しく学ぶ一日研修



AED講習会



応急処置の方法



フレイル予防のために

「命をつなぐ」を
テーマに学ぶ

災害時のトイレの使用方法を学ぶ

（令和7年11月13日（木）、「令和7年度いきいきクラブ会長1日研修会」が、刈谷市産業振興センター604会議にて開催されました。）

今回は、「災害時の命をつなぐ～その時どうする～」をテーマに、刈谷市赤十字奉仕団の皆さんをお迎えし、災害時や緊急時に役立つ様々な内容を学びました。

研修では、人形を使つ

た心臓マッサージの方法や、AEDの使い方を実際に体験しながら学習しました。また、災害時のトイレの使用方法、フレ

イル予防のポイント、防災グッズの紹介など、日々から備えておきたい知識を分かりやすく教えていただきました。

最後は、お座敷小唄の替え歌「ボケます小唄」「ボケない小唄」を参加者全員で楽しく合唱しました。

平日の昼間は街に高齢者が多く、いざという時には自分たちで対応しなければならない場面もあります。今回の研修は、地域で安心して暮らすためには大変有意義な学びの機会となりました。

お座敷小唄のメロディーは、どなたも自然と口ずさむことができ、会場は笑顔と歌声に包まれました。

私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています



秋の歩け歩け大会



秋空の下、軽快にスタート！

秋の風景と柿や焼き芋も楽しむ歩行イベント



柿の販売、完売しました！



骨密度測定

令和7年11月5日（水）に、「いきいきクラブ秋の歩け歩け大会」が刈谷市総合運動公園にて開催されました。

408名の参加者があり、約3kmの行程を周りの風景を楽しみながら歩きました。

今回は地元農家さんにによる柿の販売やシルバー人材センターさんによる焼き芋の販売のほか、（株）森乳東海さんによる無料の骨密度測定や乳製品の試飲などが設営されて、大変好評でした。多くの皆さんから「次回もぜひ参加したい」との声が聞かれました。

私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています



築地一味会の皆さん



会話も弾む、楽しいウォーキング



早川会長あいさつ



ホクホクの焼き芋販売



みんなで記念撮影



東刈谷双葉会の皆さん



私たちちは刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

第25回 いきいきクラブグラウンド・ゴルフ大会



元気に選手宣誓



男子

順位	氏名	クラブ名
優勝	酒井 俊則	一ツ木五月会
準優勝	宮崎 寛	野田中双葉会
3位	長谷川能則	重原巴会
4位	神谷 明也	小垣江和合クラブ
5位	平野信一郎	小垣江和合クラブ
6位	北山 静雄	半城土鶴亀会



女子

順位	氏名	クラブ名
優勝	近藤 征子	今岡いきいきクラブ寿会
準優勝	原田美和子	今川桜会
3位	内場比登美	板倉双葉会
4位	酒井 康子	一ツ木五月会
5位	酒井 明子	一ツ木五月会
6位	神谷キヨ子	熊老社会

令和7年10月23日(木)に、「第25回いきいきクラブグラウンド・ゴルフ大会」が刈谷市総合運動公園自由広場にて開催されました。

237名の参加者があり、盛大な大会となりました。仲間やライバルたちはスコアを競い合いながらも、和気あいあいとプレーを楽しんで、多くの方々との交流のなかからより一層の親睦を深めました。



目指せホールインワン

237名が親睦深める グラウンド・ゴルフ



よく狙って…

私たちは刈谷市いきいき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

強者揃いの寿華会のメンバー

【チーム名】寿華会

	氏名
選手(主将)	江坂 勢三
選手	長谷川博康
選手	木塚 武
選手	中嶋 好子
選手	稻垣あけみ
選手	板倉 健三
選手	藤岡 孝治

また、出場選手のうち最高齢の江坂勢三さん(96歳)に、最高齢賞が授与されました。



真剣な表情で一打に集中



打球の行方は…



力強いショット



勝利への一打

私たちは刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています

令和7年度 第60回愛知県老人福祉大会

功労をたたかべ！二胡の音色に包まれた福祉大会

令和7年8月29日(金)に、「第60回愛知県老人福祉大会」が、名古屋市公会堂にて開催されました。8月下旬の

残暑厳しいなか、刈谷市からは9名の方方が出席し、第1部式典で、次とおり当市の単位クラブ会長3名と一つの単位クラブが表彰を受けました。

第2部はコンサートで

二胡奏者の中村ゆみこさんほかの皆さんによる二胡の演奏に聞き入りました。また、演奏に合わせて、出席者全員で高齢者にはなつかしい唱歌「ふるさと」「村祭り」などを合唱しました。心に響く二胡の不思議な音色に魅了されて、余韻覚めやらぬまま家路につきました。



二胡奏者の中村さん



◆老人福祉事業功労者（県知事感謝状）

久米 隆夫（元刈谷常盤会）

◆優良老人クラブ（県老連会長表彰）

野田西双葉会（会長 森山 美喜子）

◆老人クラブ育成功労者（県老連会長感謝状）

岡田 正子（桜区若桜会）

浅井 英夫
(西境あじさいクラブ春和会)



奇跡のバランス不思議な聖地の岩「ゴールデンロック」

刈谷西部司クラブ会長 岡崎 洋

「ロナ騒ぎの前は、海外旅行が趣味でした。2025年3月、ミャンマーで大地震がありましたが、とても気になつてゐることがあります。写真の岩は、「ゴールデンロック」の名称で知られる宗教的聖地ですが、見ての通り非常に不安定に見えます。これが地震で転げ落ちたのではないかと気になつていたわけです。しばしばインターネットで検索してはいましたが、6月になつてようやく状況がわかりました。転げ落ちてはいませんでした。あれほど不安定に見える岩が、なぜ落ちないのか?力学的にどう説明できるのか、無事だつたと知つてからずつと考えています。

ミャンマーは女性が優秀で、働き者であることで有名です。大学の入試も、合格ラインが女性の方が高い。男は下駄を履かせてもらつています。また、ホテルのスーツケースを運んでくれるポーターを女性がやつてゐる。そんな国はミャンマー以外では経験がありません。少々の力仕事も女性が担つてゐる、誠にたくましい。と云つて、男が少々不甲斐ない。

なかなか内戦が終結しないミャンマーですが、真に女性が権力を掌握すれば、内戦なんか早々に収まるのではないかと考えたりもします。

先に募集されました「高齢者交通安全川柳」につきまして、審査の結果選ばれた入賞者に対し、令和7年9月開催「交通安全総決起大会」において、刈谷警察署長から表彰状の授与がありました。

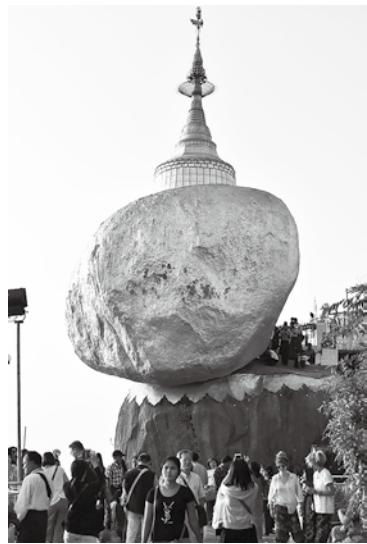
一句に込められた交通安全への想いをぜひ感じ取つてください。なお、入賞作品は、令和8年のカレンダーに掲載されます。

令和7年度受賞者名簿

掲載月	作 品	団体名	作者名
1月	免許証返す勇気が身を守る	東境東光南クラブ	菅原 則昭
2月	飲酒事故 家庭・人生ブチ壊す	重原第一巴会	野村 定利
3月	自転車もルールとマナーで身を守る	東刈谷双葉会	中根 君子
4月	逆走はだめ暴走もアウト老	小垣江かもめクラブ	清水 徹
5月	黄信号無理して渡らず次を待とう	桜区若桜会	杉田 昭恵
6月	お互に譲り合えれば事故は無い	東境東光東クラブ	
7月	おまもりはスマホの中の孫の顔	熊老壯会	
8月	挙げるよ 渡る合図のモミヂの手	築地一味会	
9月	自転車もスマホ片手は「青切符」	重原第二巴会	
10月	青信号手つなぎ渡る老夫婦	野村 裕子	
11月	赤を無視 黄(危)険な自転車 青切符	成瀬登美子	
12月	安全に心と車磨きあげ	野田中双葉会	前田 登



令和7年度高齢者交通安全川柳



ミャンマーにある巨大な黄金の石
「チャイティーヨー・パゴダ(仏塔)」

野田西双葉会



『元気なクラブを紹介します』

広報委員 渡部 修

令和7年4月1日現在の会員数は、79名で会長は森山美喜子さんです。6月24日の社会見学会はアイシン・コムセンターへ、参加者は20名。この日は野田地区からこの車に乗り合わせで訪

館。到着すると会員の息子さんがアイシンの案内役でびっくり、会社の歴史等を聞き、シアターではアイシン・コムセンターを見てから館内を回りました。

未来の車や昭和の懐かしい車【カローラ】や【コニツ】を見て当時を思い出して樂しそうです。アイシンといふれば【トランミッショն】【カーナビ】が思い出されますが、【ミシン】も作っていたんですね。【トヨタ】の文字が刻まれていました。



アイシンってこんなことしている会社なんだ



すごい技術に皆、関心！

企業内のスポーツ活動も盛んで相撲やバスケットボールが有名で毎年、好成績を収めています。1時間程の見学を終えて古い名車の前で記念写真を撮り、来年はどこの企業に行こうか楽しみと森山会長と会員の皆さんは盛り上がっていました。これからも皆さん元気に仲良く活動してください、野田西双葉会の益々の発展をお祈りしています。



米原市醒井へ写友と撮影に行つたとき、地蔵川べりの桜の幹にできた猿の腰掛にちょこんと座り

こちらを向いている「アマガエル」がすぐ近くにかつたので撮りました。

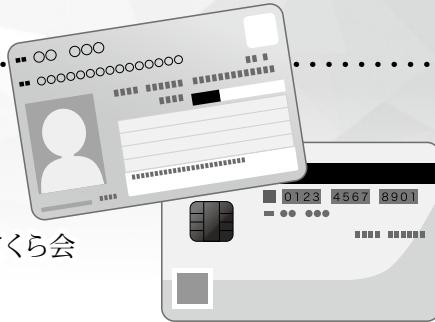
刈谷文協美術展で奨励賞受賞

高津波寿華会 深谷 徳子



マイナンバーカードの紛失と再取得

井ヶ谷いきいきクラブさくら会
駒田 忠一



先日、マイナンバーカードの受け取りのため、市役所本庁に行きました。妻の交付書類などを一つのビニール袋にまとめて手に持ち、駐車場から役所の受付まで向かっていたのですが、受付で袋から書類を取り出そうとしたところ、中身が入っていないことに気づきました。

慌てて玄関を出て駐車場方面へ引き返しながら、大声で「ビニール袋に入っていた重要書類を落としてありません」と両手を高く上げ手を振りながら歩いていたところ、中年の紳士が「私が拾って役所の受付係に届けましたよ」と知らせてくれました。私は驚いて深々と頭を下げ、心からお礼を申し上げました。紳士はそのまま役所

の中へ入って行かれました。

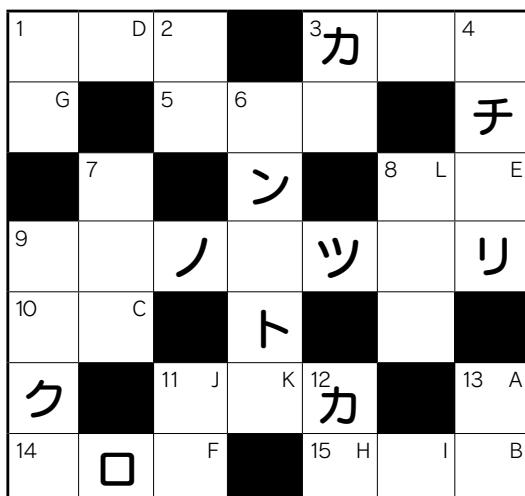
このように、わずかな落とし物を役所の受付係まで届けてくださる行為に、心から感謝しています。もし届けていただけなければ、再発行に1ヵ月以上かかり、マイナンバーカードの期限に間に合わなくカードを使用できなかったかもしれません。再発行が間に合い、大変ありがとうございます。

見知らぬ人の落とし物を拾い届けることは、大変勇気が必要で、誠意と正直さの表れだと感じます。このような親切な方が社会にいらっしゃることは、私にとって大きな喜びです。心から感謝申し上げます。

刈谷市いきいきクラブ クロスワードパズル 2026

刈谷市にちなんだクロスワードパズルです。カギによりマス目を埋めてください。A～Lの文字をつないでできる言葉が答えです。一部の文字を入れてあります。

出題：野田西双葉会 鈴木 哲



脳トレ



ヨコのカギ

- 公園:亀城公園と並ぶ桜の名所。
- 「エライトの父」 (5 letters)
- 土産(みやげ)を持参しないこと。
- も甘いも噛み分ける。
- 初代刈谷藩主。「かつなりくん」。
- 物を納めておく小屋。
- 海驥。人になれやすく、芸を仕込む。
- 水野勝成(藤十郎)は徳川家康に仕え功をあげたが、父忠重と不和となり各地を。
- 江戸後期の俳人・中島秋挙は碧海郡小垣江村にを結んだ。

タテのカギ

- の松山:宮城県多賀城市。歌枕。
- 温めた牛乳にエスプレッソを加える。
- 手形:実行されない約束。
- 忠臣蔵:赤穂義士の。
- 刈谷市「人が輝く安心快適な産業」。
- 茶室の隅に設け、茶事の用意を整える。
- 人生に必要な知恵は幼稚園ので学んだ。
- 刈谷駅南口:刈谷
- は別れの始め。
- より始めよ。
- 刈谷市市章:が羽ばたく形。

答え

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

答えは裏表紙に掲載してあります。

刈谷市いきいきクラブ連合会

会員大募集



刈谷市いきいきクラブ連合会では、「健康・友愛・奉仕」の三本柱を掲げて各クラブで活動しております。おおむね60歳以上なら誰でも入会できます。お気軽にお問い合わせ下さい。

健康

ゲートボール、
パークゴルフなどの
スポーツ
いきいきクラブ体操など



友愛

カラオケ、ダンスなどの
趣味や文化活動
会報の発行
旅行会、誕生会
など



奉仕

公園、町内清掃
保育園、小学校との交流
地域の見守り、
パトロールなど



刈谷市いきいきクラブ連合会事務局
(刈谷市役所長寿課内)

0566-62-1063

あなたの参加まってます!

15ページ クロスワードパズルの解答：カリヤハイウェイオアシス

編集後記

『いきいき広報』第25号の発行にあたり、ご協力を賜りました会員の皆様、今回も写真で大変お世話になりました広報委員の渡部修様及び株式会社ニチコミ様のおかげをもちまして、無事発行することができました。今後とも、ご投稿、ご意見などお力添えをよろしくお願いいたします。

刈谷市いきいきクラブ連合会 事務局

◆スポンサーへのお礼◆

『いきいき広報』第25号の発行にあたり、今回も広告掲載に格別のご協力を賜りました関係の皆様に厚くお礼申し上げます。末永くご支援くださいますようお願い申し上げます。

刈谷市いきいきクラブ連合会

私たち刈谷市いきいきクラブ連合会の活動を応援しています