

【荒牧町長寿会 平成27年度 事業計画】

1、『荒牧町長寿会の事業』

- 1) 4月11日(土)平成26年度定期総会
- 2) 4月～28年3月 高齢者教室です
- 3) 6月・11月 春・秋の研修旅行を予定します。
- 4) 8月・地域ふれあいコンサートを予定します。
- 5) 9月20日(日)第30回全国一斉社会奉仕の日で活動への参加・「荒牧神社剪定作業」
- 6) 10月福祉親善事業としてスポーツ大会を予定します。
- 7) 4月・9月・12月・2月と本年度は健康講座の教室を多く企画致しました。
- 8) 4月～12月 荒牧神社清掃作業(毎月、1日の1回)を実施予定。
(但し雨天の場合は15日に行い、8月のみ17日の予定です)
- 9) 4月～28年3月 各サークルが活動しております。(詳細は、10ページ参照)

2、『町内の諸事業』

- 1) ①納涼祭(8月1日(土)) ②運動会(9月上旬)
③老人福祉親善行事(10月中旬・グラウンドゴルフ大会)への参加と協力

3、『南橋地区及び市老人クラブ連合会の事業』

「南橋老人クラブ連合会」

- 1) 第16回輪投げ大会 *8月17日(月)・南橋公民館
- 2) 第9回グラウンドゴルフ大会 *10月中旬 会場は未定
- 3) 役員宿泊研修会 *12月上旬・会場は未定
- 4) 第39回芸能大会 *12月14日(月)・南橋公民館
- 5) 第22回スマイルボウリング大会 *28年1月18日(月)・南橋公民館

「前橋市老人クラブ連合会」

- 1) 交通安全推進大会 *7月14日(火)・総合福祉会館
- 2) 第41回囲碁・将棋大会 *7月28日(火)・総合福祉会館
- 3) 第39回芸能大会 *28年2月4日(木)・市民文化会館
- 4) 第39回作品展示会 *28年3月5日(土)～7日(月)総合福祉会館

4、『関連事業』

- 1) 南橋地区「のびゆくこどものつどい」への参加と協力
*5月10日(日)細井小学校・輪投げ指導
- 2) 南橋地区市民運動会への参加と協力
*10月4日(日)南橋中学校校庭・「さわやか群馬踊り出演」
- 3) 南橋地区社会福祉協議会主催「敬老会」
*10月5日(月)～9日(金)南橋公民館
- 4) 第36回「ろばたのつどい」への参加と協力
*12月13日(日)南橋公民館・わら細工指導

【荒牧町長寿会 平成27年度・活動方針】

高齢者の自主的な組織として、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、地域の諸団体と共同し、地域を豊かにする社会活動に取り組み、友愛・奉仕をスローガンで本年は次の事項を重点に活動致します。

1、『各種スポーツ活動と趣味・文化・芸能の会』

各種スポーツ活動の積極的な推進と、趣味・文化・芸能の会の充実を図ります。

- 1) ①ゲートボール②グラウンドゴルフ③スマイルボーリング④輪投げ⑤フォークダンス⑥民踊おどり⑦カラオケ⑧パソコン⑨荒牧八木節等への促進を図ります。
- 2) 趣味の会 囲碁・将棋・等の設立に取り組めます。
- 3) 荒牧町公民館(老人憩いの間)及びふれあいセンターの活用を図ります。

2、『地域の子供の安全確保』

- 1) 荒牧町「まちの安全広げたい」への、参加と協力。
(主に子供の登下校時のパトロール)

3、『子供会育成会と長寿会の交流』

- 1) 夏休み中のラジオ体操への参加と協力
- 2) 南橋地区「のびゆくこどものつどい」への参加と協力

4、『組織の強化』

- 1) 組織内のバランスの良い組織づくりを目指します。
- 2) 会員の高齢化が進む中、該当する人達への入会促進を図ります。
- 3) 南橋地区老人クラブ連合会・前橋市老人クラブ連合会の活動へ積極的な参加を図ります。

【荒牧町長寿会 平成27年度 実施計画表】

月 日 時 間	学 習 課 題	学 習 内 容	備 考
4月11日(土) 午前10時	総 会	荒牧町公民館
4月20日(月) 午前10時	開校式・健康講座 ラフター・ヨガ	笑いのエクササイズで体を少し動かし ヨガの呼吸法を組み合わせたものです。	植栗よね子先生 荒牧町公民館
6月上旬	春の研修旅行 茨城・平磯海岸	茨城県庁展望台・ひたち海浜公園 那珂港おさかな市場・めんたいパーク等見学	客室からは太平洋を望む絶景 絶品！海鮮料理・平野屋本店
7月24日(金) 午後13時30分	健康講座 外山卓二先生	知っておきたい狭心症、心筋梗塞	外山内科・循環器内科クリニック 荒牧町公民館
8月上旬 午前10時30分	地域ふれあい コンサート	シンセサイザーとボーカルの演奏 (100曲以上のレパートリーの中から)	泉荘パラダイス・フレンド 荒牧町公民館
9月下旬 午前10時	健康講座	体験しよう！「ピンジャン元気体操」	前橋市介護高齢課 荒牧町公民館
10月中旬 午前9時	老人福祉親善 スポーツ事業	グラウンドゴルフ荒牧町長寿会大会	荒牧町長寿会(第2回) 荒牧町中央公園
11月中旬	秋の研修旅行 ナガノカケユ 長野・鹿教湯温泉	紅葉です 懐古園・真田宝物館 上田城・北向観音	源泉かけ流し ロクメイノ 鹿鳴荘(家庭のおもてなし)
12月上旬 午前10時	健康講座	元気ひろげ体操・筋力・持久力・柔軟性・調整 力などを向上させ、健康づくりを図ります。	市・文化スポーツ振興財団 荒牧町公民館
1月23日(土) 午前10時	娯楽講座	歌と踊りのつどい(pato-4)	町内各サークルとの 交流会(荒牧町公民館)
2月上旬 午前10時	健康講座	認知症を学び、地域で支えよう 「認知症サポーター養成講座」	前橋市介護高齢課 荒牧町公民館
3月5日(土) 午前10時	歌の教室 閉講式	みんな楽しく歌いましょう	講師・古谷秋男 荒牧町公民館

* 前年度と同じく11回の教室を計画致しましたが、都合で変更する事もあります。

* 12月・2月に於いては自治会行事の「いきいきサロンの参加」でしたが長寿会独自で

「健康講座」の教室を企画致しました。そして7月・9月も健康講座です

(本年度は1に健康2に健康3,4がなくても5に健康です)

* 又、7月の健康講座においては地元の外山内科・循環器内科クリニックの外山卓二先生が
来てくれますので身近なお話しが伺えると思います。午後13時30分からになります

* 6月・11月の研修旅行は30名以上の送迎となりますので参加の協力をお願い致します。

尚実施時期、方面、費用等はアンケートに基づき神奈川・千葉・茨城等の海方面が良いと
ありましたので、尊重して費用等も鑑み茨城のひたちなか市の平野屋本店に決定致しました。

* 8月・10月には地域ふれあいコンサートとグラウンドゴルフ大会を行います。