

# はえばる 老連だより



発行：南風原町老人クラブ連合会  
編集：広報委員会 南風原町字宮平697番地10  
事務局：TEL 098-889-3213 (町社協内)

健康 友愛 奉仕

2022年 11月発行 第57号

令和4年度 南風原町老人クラブ大会  
本土復帰50周年記念芸能鑑賞会

## 健康で魅力ある クラブを目指して

5月28日(土) 町中央公民館・黄金ホールにて令和4年度町老連老人クラブ大会および本土復帰五十周年記念芸能鑑賞会が開催され、来賓、単位クラブ会員等約200名が参加しました。

はじめに、神里良光町老連会長から「当連合会は、健康で楽しい魅力ある活動を目指します」と、力強くあいさつがあり、赤嶺正之町長や玉城勇町議会議員、徳村政福南部地区老連会長から祝辞をいただきました。

そして、令和3年度の活動報告および決算報告、監査報告、令和4年度の役員紹介の後、活動計画と予算報告を行いました。

また、町老連の発展、活動に貢献



琉球舞踊 飛翔節～飛び安里の立志～



来場者も一緒に大盛況

今年度の方針を決定



された方々へ表彰状、感謝状が授与され、会場よりあたたかい拍手が送られました。

続いて、本土復帰50周年を記念して県立芸術大学有志による若々しく躍動感あふれる演舞を鑑賞。会員からは「ぬちぐすいしたさ～」 「素晴らしい！」 「元気もらえるね～」 と喜びの声があがり、アンコールのカチャーシーでは会場が揺れるほどの大盛況で、令和4年度の会活動の始動に弾みがつきました。

### 令和4年度 被表彰者

(敬称略)

| 個人：表彰状       |  |
|--------------|--|
| 小橋川 恒一 (大 名) |  |
| 金城 盛功 (大 名)  |  |

| 個人：感謝状      |  |
|-------------|--|
| 金城 信吾 (宮 城) |  |
| 中村 勉 (宮 平)  |  |
| 野原 広政 (喜屋武) |  |
| 仲里 勝一 (津嘉山) |  |
| 神里 正幸 (山 川) |  |
| 赤嶺 義光 (神 里) |  |
| 神山 光永 (新 川) |  |
| 西原 忍 (宮 平)  |  |



表彰の様子

受賞者の皆さんおめでとうございます！

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

**YOKOHAMA ADVAN PRGR GOLF**

沖縄ヨコハマタイヤ株式会社

本社：南風原町字津嘉山1358番地1  
TEL 098-996-4025

～住みよい環境作りをお手伝い～

総合土木建設業  
有限会社 **南 開 発**  
Minami

南風原町字津嘉山1800-11  
TEL 098-889-6558

(般)第9122号



総合建設業



株式会社

**金城組**

【本社】那覇市字安里45番地  
TEL 098-860-7977  
【営業本部】南風原町字津嘉山733番地1  
TEL 098-889-5414

## 会長あいさつ

呼びかけ強化し  
会員減に歯止め

南風原町老人クラブ連合会  
会長 神里 良光

吹く風もさわやかで大変しのぎやすい季節となり、会員の皆さんには、お元気でお過ごしのこととお慶び申し上げます。

新型コロナウイルス感染症も新しい生活様式の遵守と、度重なるワクチン接種の普及により、ようやく沈静化の兆しで、社会・経済活動も始動し、観光立県である沖縄県へ10月、11月の入域観光客がすでに毎月60万人余が見込まれると報道されています。また、巷では各種イベント等の入場制限が緩和され、運動会の太鼓の音が鳴り響き、これからお互いの活動拡大で、仲間の皆さんとの再会・交流ができると思うと胸がワクワク（ちむどんどん）する今日この頃です。

会員の皆さんには、健康が一番（自分の健康は自分で守る）という意識を肌身で感じ、いろいろ考えさせられたコロナ禍の歳月ではなかったでしょうか。

歳を重ねていくにつれ、シワも増え、白髪になるなど身体の変化は致し方ないものですが、笑顔が消えないよう、心のシワが寄りすぎないように努め「おじーちゃん、おばーちゃん元気で、いつもキレイね」と言われないものです。そのために

は、日々漫然として過ごすのではなく、その日、その日の目標を持って行動し、仲間との交流を通して常に新たな気づきが必要であると思います。家グマイせず、老人クラブ活動へ積極的に参加しましょう。

さて、令和4年度町老連は、役員全員が再選され、新たな決意のもとスタートしました。会員の皆さんのさらなるご支援をお願い申し上げます。活動計画については「健康・友愛・奉仕」の全国三大運動を基本に、9項目の重点目標を設定し、引き続き県老連活動活性化モデル地域として、これまでの活動計画に加え、新規活動として復帰50周年記念芸能鑑賞会をはじめ、パークゴルフ大会、ペタンク大会を行う等、活動の充実を図りました。ちなみにこれまでの活動はコロナ対策を講じながら規模を縮小しつつ、計画通りに執行できたことをご報告します。

一方、超高齢社会が進み、老人クラブの使命、活動の強化がますます重要視されている今日、町老連においても、会員の高齢化・会員数の減少が大きな課題となっています。今年度も5月と2月に会員増強月間を設定し活動を続けていますが、コロナ禍で活動もままならず、新規会員の確保に苦慮している実態です。会員の皆さんからも、ぜひ働きかけをよろしくお願い申し上げます。

結びに、今後とも会員の皆様のご要望を拝聴し、健康で楽しく、生きがいのある活動を推進し「老人クラブに参加して良かった」「多くの仲間ができた」と満面の笑みがある老人クラブを目指して、頑張っていきたいと思います。

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

**みやぐに皮フ科**

| 診療時間          | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00~12:00 | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ○ |
| 午後 2:00~ 6:00 | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ※ |

休診日／水曜日・日曜日・祝祭日 ※午後2:00~5:00  
南風原町字津嘉山 1490 番地  
メディカルプラザつかざん 3F  
☎098-888-4112

**オキナワ  
デンタルオフィス**

| 診療時間                  | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-----------------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~13:00(受付~12:30)  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:30~19:00(受付~18:30) | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — |

※土曜日 13:00までの診療(受付12:30まで) ※休診日 日曜日・祝日  
南風原町字津嘉山1339-1  
☎(098)888-2087  
http://okinawa-dentaloffice.com

**はえばる歯科医院**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~13:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:30~19:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

一般歯科  
小児歯科  
口腔外科  
在宅歯科診療等

休診日：日・祝日  
※土曜日は18:00まで  
南風原町字照屋368番  
☎098-889-8788

**つかざんクリニック**

内科・胃腸内科・肝臓内科

院長 島袋 容司樹

南風原町字津嘉山1315-1 カノンビル1F  
☎(098)888-6789

**はえばる皮ふ科医院**

| 診察時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:00~18:00 | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ／ |

休診日：日曜日・祝日／水曜日・土曜日の午後  
南風原町字兼城 725  
☎(098)889-7557

**みなみ歯科医院**

医療法人 明歯会

島尻郡南風原町字宮平 248-5  
TEL.098-888-1482

## 令和4年度 活動計画書

### 1. 活動目的

高齢期をともに生きる仲間づくり活動を通して、会員相互の親睦をはかり、“健康・友愛・奉仕”の全国三大運動を基本に「生活を豊かにする楽しい活動」「地域を豊かにする社会活動」に取り組み、健康で生きがいのある生活の実現と、高齢者の福祉増進に寄与することを目的に次の活動を展開する。

### 2. 重点目標

※沖縄県老人クラブ連合会活動活性化モデル地域に指定される（令和3年度～令和4年度）

- (1) 新規会員の加入促進と強化
- (2) 健康づくり・介護予防活動の推進
- (3) 友愛訪問活動の推進
- (4) 社会奉仕活動の推進
- (5) 講演会、各種研修会等の開催と派遣によるリーダーの養成
- (6) 広報活動の充実（老連だよりの発行・町広報誌等の活用）
- (7) 子どもたちの安全を守る地域見守りパトロール活動の充実・強化
- (8) 本土復帰50周年記念芸能鑑賞会の開催
- (9) 新型コロナウイルス感染症拡大予防への協力

### 3. 活動計画

※別添月別活動計画書 参照

### 4. サークル活動の充実・強化

- (1) ゲートボール
- (2) グラウンド・ゴルフ
- (3) ノルディックウォーキング
- (4) 囲碁
- (5) 民謡
- (6) カラオケ



ボウリング大会



社会奉仕活動

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人ネプロス  
**吉クリニック**

| 受付時間           | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前 8:30~12:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後 13:30~17:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

休診日 日曜日・祝日・木と土曜日の午後  
南風原町字神里495番地  
TEL.098-888-5552

**まじきな歯科  
クリニック**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~13:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:30~19:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ▲ |

▲土曜18:00まで 休診日/日・木曜  
南風原町新川215-3  
TEL 098-996-1506

CHUO 医 “心と体の健康”  
**(株)中央医療器**

南風原町字神里409番地の5  
TEL.098-888-0070

合同会社  
MSK LIVELY

**Lively**  
訪問看護リハビリステーション  
**らいぶりー**

島尻郡南風原町字宮平308番地1F  
☎098-996-5186 FAX098-996-5187

**アカミネ**  
有限会社

南風原町字神里443-1  
TEL 098-889-1461・1002

**TKi** 地質調査・土質調査  
合同会社 **大成基礎開発**

代表者 古 堅 寛  
那覇市安謝1丁目1-16  
TEL/FAX 098-867-6289

## 令和4年度 予算書・月別活動計画書

南風原町老人クラブ連合会では、以下の予算をもとに各月で様々な活動に取り組んでいきます。

### 《一般会計 歳入・歳出予算書》 (単位：千円)

| 歳入の部 |       |
|------|-------|
| 会 費  | 1,050 |
| 補助金  | 1,706 |
| 寄付金  | 1     |
| 繰越金  | 603   |
| 繰入金  | 1     |
| 雑収入  | 520   |
| 合 計  | 3,881 |

| 歳出の部    |       |
|---------|-------|
| 会議費     | 378   |
| 事務費     | 387   |
| 活動費     | 2,401 |
| 育成費     | 130   |
| 負担金・助成金 | 520   |
| 雑支出     | 40    |
| 財政調整基金  | 20    |
| 繰出金支出   | 1     |
| 予備費     | 4     |
| 合 計     | 3,881 |

## 《月別活動計画》

| 月       | 日  | 曜日 | 活動内容                                                   |
|---------|----|----|--------------------------------------------------------|
| 4       | 8  | 金  | 定時会長会                                                  |
| 5       | 28 | 土  | 会員増強月間（前期）                                             |
|         | 31 | 火  | 南風原町老人クラブ大会<br>および本土復帰 50 周年記念芸能鑑賞会<br>第 30 回シニアスポーツ大会 |
| 6       | 3  | 金  | 新旧役員歓送迎会（延期）                                           |
|         | 28 | 火  | 第 1 回ベタンク大会                                            |
| 7       | 11 | 月  | 第 19 回ボウリング大会                                          |
|         | 12 | 火  | リーダー宿泊研修会                                              |
|         | 13 | 水  |                                                        |
|         | 19 | 火  |                                                        |
| 9       | 20 | 水  | 女性部第 1 回友愛訪問                                           |
|         | 21 | 木  | 社会奉仕活動                                                 |
| 10      | 21 | 水  | 第 24 回チャリティーグラウンド・ゴルフ大会                                |
|         | 7  | 金  | 第 1 回パークゴルフ大会                                          |
|         | 17 | 月  | 女性部福祉レク講習会                                             |
| 11      | 22 | 土  | 第 38 回老人大運動会                                           |
|         | 8  | 火  | 女性部第 2 回友愛訪問                                           |
| 12      | 9  | 水  | 意見発表大会および第 23 回カラオケ大会<br>老連だより（第 57 号）発行               |
|         | 15 | 火  |                                                        |
| R5<br>1 | 2  | 金  | 講演会・役員交流会                                              |
|         |    |    | 女性部料理講習会                                               |
| 2       |    |    | 新春パークゴルフ大会                                             |
|         |    |    | 女性部手工芸講習会                                              |
|         |    |    | 会員増強月間（後期）                                             |
| 3       | 7  | 火  | 女性部第 3 回友愛訪問                                           |
|         | 8  | 水  |                                                        |
| 3       | 10 | 金  | 第 17 回見守りパトロール報告会                                      |
|         |    |    | 女性部視察研修会                                               |
| 3       |    |    | 女性部活動報告会                                               |

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

業務用冷凍冷蔵庫 空調工事・電気工事  
住宅設備機器販売 設計 施工 管理



有限会社 浜冷機工業

代表取締役社長 前 濱 潤

南風原町字神里251番地

TEL 098-888-2795

FAX 098-888-3301



高圧・低圧設備  
冷房機設備  
省エネ設計施工

株式会社 沖設備商会

南風原町字山川432番地

TEL:098-888-1856



株式会社

アサヒプラント

<http://www.asahiplant.jp/>

本 社 那覇市小禄2丁目8-10

本 店 島尻郡南風原町字宮平85番地

TEL.098-889-7204 FAX.098-889-0079

装 置 部 門 冷凍・冷蔵・凍結・クリーンルーム 他  
管 工 事 部 門 空気調和設備工事・給排水衛生設備工事 他  
サ ー ビ ス メ ン テ ナ ン ス 部 門

— 事務用品のご用命は —



有限会社 たけ事務

本 社 TEL 098-889-1311

那覇営業所 TEL/FAX098-960-3418

東風平店 TEL/FAX098-998-9835

総合土木建設業

モ (株) キン・ショウ

代表取締役 金城 朋博

南風原町字津嘉山546

TEL 098-996-4439

FAX 098-996-4437



バス事業部…南観光バス

株式会社 Umi Tourism

ウ ム イ ツ ー リ ズ ム

代表取締役 大城 隆司



沖縄県南風原町字山川379

TEL:098-888-2253

FAX:098-888-2223

Mail:info@umi-tourism.com

## 令和4年度 南風原町老人クラブ連合会 役員紹介

### 監事

会長



神里 良光  
(山 川)

副会長



儀保 博康  
(津嘉山)

副会長



平田 峯子  
(本 部)



照屋 照守  
(神 里)



宮城 正夫  
(本 部)

### 健康増進部

部長



宮城 澄雄  
(山 川)

副部長



野原 廣榮  
(喜屋武)



大城 弘司  
(照 屋)



中村 勉  
(宮 平)



城間 正喜  
(津嘉山)

### 女性部

部長



照屋 勝子  
(神 里)

副部長



大城 恵美子  
(喜屋武)



田場 勝子  
(宮 城)



浜元 洋子  
(第二団地)



金城 勝子  
(大 名)

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

第一種圧力容器製造許可工場

 (株)太陽工業所

南風原町字喜屋武 532-1  
電話 098-882-6690



有限会社 新京建設

代表取締役 新崎 佑 悟  
南風原町字照屋45番地 TEL.098-889-8825



株式会社 新崎開発

代表取締役 新崎 京 子  
南風原町字照屋126番地 TEL.098-888-2627



株式会社 新崎不動産

代表取締役 新崎 長 慎  
南風原町字照屋40-6 TEL.098-996-2433

不動産の 賃貸 売買 管理 相続  
満足 信頼 迅速 情報  
家じまん

株式会社

セレクト産業

南風原町津嘉山492-3  
TEL:098-851-7700

機器・重量物 搬出入設置  
機器解体撤去

はち や  
八 谷 工 業

 空研工業サービス代理店

那覇市安謝1-13-7  
TEL 098-863-0324



電気・管・土木  
空調設計・見積・施工

株式会社 新共電気工業

本 社 那覇市字国場1183-8  
TEL 098-855-5589  
南風原町字津嘉山1538-3  
TEL 098-889-4031

給・排水 空調 消防設備 土木工事



株式会社 日動水道

南風原町字照屋305-1 (1-C)  
TEL.098-987-4311

## 令和4年度 単位クラブ会長紹介

与那覇健寿会  
城間 正吉宮城羽衣うりずん会  
與那嶺 俊和大名若水会  
金城 勝子新川かりゆし会  
花城 清和宮平福寿会  
赤嶺 松男兼城兼翔会  
赤嶺 豊光本部老人クラブ  
大城 廣一郎喜屋武老人クラブ  
野原 信一照屋幸の会  
大城 正雄津嘉山老人会  
金城 計邦山川老人クラブ  
神里 勝信神里老人クラブ  
赤嶺 秀善兼本ハイツ青ノ会  
渡口 政明北丘ハイツ結の会  
與那嶺 勇第二団地百十会  
知念 勝盛宮平ハイツ黄金森の会  
仲村 郁夫

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

PLANNING

トータルサイン・企画・施工  
**プランニング・ユウ**  
南風原町字兼城398番地  
TEL 098-888-6270環境にやさしく美しい装いの頂点を目指す  
総合塗装・防水・改修・土木有限会社 **ツネダ塗装工業**

代表取締役 常田 省三

〒901-1101  
沖縄県島尻郡南風原町字大名186番地の4  
TEL (098) 889-1809  
FAX (098) 889-5173建築金物・各種公共工事用金物  
大工道具・電動工具株式会社 **伊波金物**南風原町字兼城115-2  
電話 098-889-3289おきなわ米販 株式会社  
南風原町字山川286-1  
TEL.098-888-4090

さくがわ司法書士事務所

司法書士 佐久川 聡  
南風原町字兼城683番地12 仲里ビル3-A  
☎ 093-889-8831

登記 測量



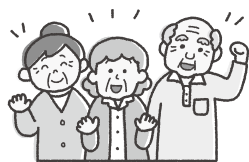
土地家屋調査士

**大城事務所**土地家屋調査士 大城 学  
南風原町字与那覇512番地1  
電話 098-888-2189



## クラブの輪

各単位クラブの日頃の活動をご紹介します！



北丘ハイツ結の会 会長 與那嶺 勇

### 高齢化の今「結の会」の出番

北丘ハイツは分譲から36年経たことから高齢化が進み、65歳以上の高齢化率が46.9%（南風原町全体19.4%）になっています。このことから、結の会、自治会、小地域福祉ネットワークが一体となった活動を行っています。

北丘ハイツの老人会は平成19年に「むつみ会」として結成され、26年に「結の会」として引き継がれ今日に至っています。

新型コロナウイルスの影響で、この2年間は恒例行事がほとんど中止となり、残念ながら活動が鈍っています。それでも運動公園でのグラウンド・ゴルフの練習は継続しており、週2



今だからこそ積極的に

回から月水金土の週4回開催に増やし、参加者数も増えています。また、そのメンバーで定期的に公園の草刈りや清掃活動、有志の方数名で月曜から金曜まで北丘小学校裏門にて見守り活動も続けています。

平常時の主な行事としては、総会・懇親会、観月会、忘年会、バスツアーなどです。また、納涼祭への舞台出演など、自治会行事への参加や、ミニデイ・高齢者サロンへの協力、中央公民館まつりへの出演など、外部団体の取り組みにも積極的に参加し、楽しく活動しています。

## 普段の生活の中でトレーニング



### ■ 出かけたら、出会った人を思い出す

「あの曲がり角で犬の散歩をしている人を見かけた」など、どんな人を見たのかを思い出します。



日常に無理なくトレーニングを取り入れ、スッキリとシャキッとした脳を呼び覚ましませんか？

### ■ TV番組を見たらどんな内容だったか冒頭から

今見たTV番組の内容をどんどん思い出していきます。出題形式の番組ならどんな問題が出たか、答えは何だったか。ドラマだったらあらすじは大体こんなふうだったとか。



私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

 **下地寛税理士事務所**  
税理士 下地 寛  
南風原町字兼城293番地  
シュエダゴンキャッスル池原・梅105  
☎ 098-851-8595

 **クボデン**  
KUBODEN  
東芝電機制御サービスステーション  
合資会社 **久保田電設工業**  
南風原町字津嘉山1688番地  
TEL 098-889-1285

次につなげる架け橋  
未来への社会づくりに貢献してまいります  
 **株式会社 サンクリエイト**  
南風原町字与那覇115-1  
電話 (098) 996-5371

 **認知症に勝つ！**  
**楽しい脳トレ**  
クロスワード  
クイズ など  
まずはクリック！  
脳トレ ニチコミ 検索

食事のヒント  
**高血圧予防**  
ポイント  
塩は  
1. だしを効かせる  
2. 香りを利用する  
3. 酸味を利用する  
4. 油を利用する  
5. 食材本来の持ち味を生かす

築130年の古民家でお食事をご堪能下さい。  
**こみや 古民家食堂**  
  
南風原町字大名260-1 ☎098-888-3918  
ホームページ PC用 <http://komiya-shokudo.com>  
スマホ用 <http://komiya-shokudo.com/sp/>  
定休日：毎週水曜日

津嘉山老人会 会長 金城 計邦

## 介護予防にスクエアステップ

津嘉山老人会は、数え61歳以上の会員で構成されています。役員は年代別の交代制で今年度は、昭和29年生まれを中心に役員を置いております。

月2回の役員会の後は、見守りパトロールを行います。6月には町ボウリング大会の代表選考を兼ねて、サザンヒルにてボウリング大会を実施し、男女34名の参加がありました。得意、不得意を越え、いいプレーには皆がガッツポーズ、残念なプレーにはガックリポーズ。自分のことのように一喜一憂しながら、若い人にも負けない素晴らしいプレーが多数ありました。



また、今年度から老人会の事業活動として組み込まれた健康体操は、毎週金曜日に行っています。約1時間体を動かし、その後スクエアステップを行います。高齢者の転倒・要介護化防止、認知機能向上、体力づくりに効果があるエクササイズで、何パターンもあるステップを踏みながら和気あいあいと笑い声が絶えません。今後も無理をせず、続けていけたらと思います。

その他、グラウンド・ゴルフ大会（年2回）、ふれあいゴルフ大会、カラオケ大会、社会見学、津嘉山史跡巡りなど老人会の事業として取り組んでおります。また、社会奉仕活動として見守りパトロールをしながら通学路のゴミ拾い、年2回の津嘉山資料館周辺の清掃などを行っています。

コロナ禍で三密になるような室内での行事ができない現状ですが、開催できる行事は楽しく笑顔で交流しながら推進していきたいと思っています。

山川老人クラブ 会長 神里 勝信

## 「学童見守り隊」が表彰

このたび、令和4年度秋の全国交通安全週間の出発式にて、山川老人クラブの「学童見守り隊」に対し、与那原署の交通安全課より表彰を受けました。



山川老人クラブでは、字のクリーンアップ作戦



にも参加しており、字内の清掃に協力しました。

今回の受賞を励みに、今後も安全・安心なまちづくりのため、できることから取り組んでいきたいと思っています。

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

地域と共に

**株式会社 美玉開発**

代表取締役 照屋 一盛

本社 〒902-0074 那覇市仲井真356番地の1  
TEL (098) 831-7143 FAX (098) 889-8966

リサイクルセンター 〒901-1114 南風原町字神里409番地  
TEL (098) 889-7143

**技能試験免除!!**

普通第二種・中型・準中型・普通・牽引  
大型特殊・大型二輪・普通二輪

沖縄県公安委員会指定

**(株)津嘉山自動車学校**

**☎098-889-5542**

島尻郡南風原町字津嘉山593番地1

## 冬場のお風呂に要注意

- 急に熱いお湯に入ると、血圧が急激上昇して脳卒中や狭心症、心筋こうそくなどの発症の原因になります。
- 特に心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。入浴時間を短くし、胸のあたりまでしかつかないように気を付けましょう。
- お湯の温度や浴室の温度だけでなく、脱衣所の温度にも気を配り、寒すぎないように心掛けましょう。



夜間外出の際は

**反射材**

の着用を!!

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。

北海道から  
沖縄まで

全国の老人クラブ活動を紹介!

まずはクリック!

クラブ特集 ニチコミ 検索

## 新川かりゆし会 会長 花城 清和

### 花いっぱい！元気いっぱい！ 老人クラブは楽しいな～！

新川かりゆし会はコロナ禍に負けず、第2・4火曜日に新川公園でグラウンド・ゴルフ大会を開催しています。18～23名が集い、楽しくプレイしユンタクしています。



これに飽き足らない会員は、月～金に行っているグラウンド・ゴルフ同好会にて10～12名が集い「アイエナー！」と叫びながら元気にスティックを振っています。



毎週月曜日に行っている登校見守りは、隊員が昨年より3名減りましたが、区内6カ所

で計7名が活動を続け、北丘小学校の卒業・入学式には、北丘階段の上に看板を掲げ、お祝いと激励の声をかけました。



また、公園の一角に設けた花壇には、夏にきれいなひまわりをたくさん咲かせ、公園を訪れる人々や、ひまわりの種を食べるハトや小鳥たちに喜んでもらっています。

台風の恐れが薄れてからまいたコスモスがすくすく育ち、花いっぱいになる日が来るのが今から楽しみです。

3年ぶりに開催したボウリング大会では、町代表を送り出しました。

その他、来たる11月には、拡大グラウンド・ゴルフ大会と、バーベキュー&ビンゴゲーム、さらに何か講習会を企画し「昨年の参加者40名よりさらに多くの会員の方に参加してほしい」と班長さんたちは張り切っています。



## 第二団地百十会 会長 知念 勝盛

### 平和だからこそできること

第二団地は、現在216世帯で、三期工事が終わり次第396世帯の中堅団地となる。329号線から見上げるとまるで巨大な航空母艦を彷彿とさせる。コンクリート造りは硬く見えるが、中に住んでいる住民は、こんにやく並に柔軟性にみちた人々である。南風原町は南の要所として空港も近くハイウェイで山原まで1時間余り。近年、那覇市のベッドタウンとして人口も増える一方である。その中で老人クラブの会員

は30名(女性25名、男性5名)で、初代会長の大城和雄氏(故人)から七代目になろうか。約15年の歴史がある。私たちのクラブには、カラオケ大会の優勝者が3名おり、三味線サークルも10数名で行っている。また、グラウンド・ゴルフは団地内広場で月2回楽しんでいる。

その他、会の山原みかん狩り、桜見学、社会見学も行っている。去る4月頃には、会員20名で大型バスに乗り、恩納村の米軍基地跡を見学しに行った。そこは、沖縄にあった4カ所のミサイル基地の最後の1カ所で、内外から見学者がたえないそうだ。昔みたハリウッド映画で「猿の惑星」のラストシーンを思い出す。「さて、早まるな、話せば分かる。そのスイッチを押すな」と猿のリーダーが人間のリーダーを追いかける。「うるさい、猿ども、死なばもろともだ、くたばれ」赤いボタンが押され一瞬、大画面が真っ白に。この死なばもろともだの考えは「今ある危機」である。各国の指導者は、今こそ冷静に判断してもらいたい。平和だからこそカラオケも歌える、平和だからこそグラウンド・ゴルフもできる。

すべてにおいて、平和が最優先されるべき課題であろう。

照屋幸の会 会長 大城 正雄

## 三方良しの地域を目指す

平成23年に「照屋老人会」から「照屋幸の会」に名称を変更し、琉舞愛好会、三線島唄愛好会、ボウリングサークル、照屋区の伝統芸能保存会の指導や保存、後継者の育成に力を注いできました。現在の主な活動内容は、ゲートボール、グラウンド・ゴルフ、美ら花愛好会、地域福祉のネットワーク等で、年1～2回貸切バスを利用して、県内視察研修や旅行を行い、会員相互の親睦、健康増進に努めています。

また、自治会と連携をとりながら、綱引き棒、歌などの指導や照屋区の伝統芸能の保存に取り組み、青年会との親睦を図りながら、見守り隊を中心に、にぎわいのある安全で暮らしやすい地域を

目指し活動を行っています。

コロナ禍でも感染対策に配慮し、屋外でのスポーツ活動を通して親睦を図りつつ体を動かし健康管理を行ってまいりました。近隣の小学校や中学校の子どもたちとも交流を図り、よい関係を築きながら楽しく、幸の会での活動を通し、地域貢献に寄与できるよう活動を行っていききたいと思います。

「楽しく元気な幸の会」をスローガンに、地域と会員の皆さんが安全で安心な「住んで良し、招いて良し、学んで良し」の三方良しを目標にアフターコロナを笑顔で乗り越え、仲間とのふれあいをより一層大切にしていきたいと思っています。



グラウンド・ゴルフで健康づくり

喜屋武老人クラブ 会長 野原 信一

## 東あしびなーの敷地を管理

当クラブは、約310名、193世帯（字人口約1,200名、約380世帯）の概要であります。

私は初めての会長役だが、どうにか1年（任期）の半分は無難に勤めてこれたと思う。喜屋武は比較的、地域活動が活発で、例年は綱引き、十五夜あそび、社会見学、グラウンド・ゴルフ大会など盛んに行われていたが、昨今のコロナ禍で2年前からほとんど地域行事活動ができない状態である。しかし、今年は徐々に各行事も実践されてきており、住民参加の機会も増えてきたと思う。

地域の中に字有地（東あしびなー）約500坪があるが、コロナ禍に入ってから、まったく活用されず少し残念である。（以前は、数十名ほどが、グラウンド・ゴルフを楽しんでいた）ただ、女性のみのあるサークルは、空港道路のケタ下で毎週



年4回敷地の草刈りを実施

3日はグラウンド・ゴルフを楽しんでいる。一方、老人クラブが従来通り、その東あしびなーの敷地の維持管理（年4回の草刈り作業）などを続けているが、もっと地域住民も参加してほしいため声かけをしたところ、今回（3回目）は、多数の協力が得られ、地域交流の一助にもなったと思う。

今後は、そのような形での協同作業（地域交流の場）として位置づけた方が地域の活性化も図られると思料するものである。（区長に懸案事項として、提案計画中）余すところ、任期もあと半年ほどになったが、その間はクラブの皆さんが有意義で健康的に活動できるように図っていききたい。

## 地域見守りパトロール 子どもたちの笑顔のため



元気なあいさつが響く

南風原町老人クラブ連合会では、地域の子どもたちの登下校時の安全を見守る活動を平成17年より継続しています。

朝の立哨時には「おはようございます」とあいさつを交わし、子どもたちから元気をもらい、下校時の見守りパトロールでは、楽しくユンタク（おしゃべり）しながら歩くことで、会員同士の交流と、健康維持にも役立っています。

長く活動をしている会員からは「子どもたちの成長を見るのが楽しみ」と嬉しそうに話しています。



# はえばる 町老連活動紹介

## 第3回ペタンク大会

### 念願の開催に32名が全力投球

6月28日(火)、本部公園多目的広場にて第3回ペタンク大会を開催しました。本来16日の開催予定でしたが、雨天延期となり、まちかんでい〜の開催に9チーム32名が出場しました。

ペタンクは、目標球(ビュット)にブル(重いボール)を投げ合い、よりビュットにブルを近づけることで得点を競う競技です。町老連では今年度28年ぶりに大会を開催し、初心者も多く、当初は戸惑っている様子もありましたが、沖縄県ペタンク協会より指導者が駆けつけて



くださり、サポートしていただきながら楽しくプレーすることができました。

また、リードしていても、最後の一投で味方のボールを弾き飛ばし、逆転されるなど、先のわからない展開にコートのおちこちで歓声があがり、盛り上がりを見せていました。

## 大会結果

【敬称略】

### ■Aブロック

【優勝】大名若水会

(金城盛功、真境名光子、金城勝子)

【準優勝】新川かりゆし会 A

(富本祐吉、石川美智子、奥浜愛子、島袋光子)

### ■Bブロック

【優勝】本部老人クラブ

(平田峯子、宮城竹子、宮城恵美子、東恩納廣江)

【準優勝】役員チーム

(城間正喜、中村勉、儀保博康、大城弘司)

## 第19回ボウリング大会

### 95名が地区大会目指し熱戦

7月11日(月) エナジックスポーツワールドサザンヒルにて、生きがいつくりと親睦を深めることを目的に第19回ボウリング大会を開催しました。

前大会がコロナ禍の影響で中止となったため、2年ぶりの開催に会員95名がエントリー。団体・個人男女1位〜3位の入賞と南部地区への派遣(上位男女それぞれ6名の計12名)を目指して熱戦が繰り広げられました。なお、大会結果は、以下のとおりです。



## ～大会結果～ 【敬称略】

### ■団体の部

【優勝】津嘉山老人クラブ B

(神里則子、城間美好、桃原恵子、儀保良江)

【準優勝】津嘉山老人クラブ A

(亀谷長英、大城弘明、金城重光、新垣成恒)

【第3位】兼城兼翔会 B

(比嘉善彦、新城セツ子、町田宗義、藤原洋子)

おめでとう  
ございます!



【団体優勝】津嘉山老人クラブB

### ■個人の部(男性)

【優勝】大城 弘明(津嘉山) スコア: 350

【準優勝】松元 稔(新 川) スコア: 320

【第3位】亀谷 長英(津嘉山) スコア: 314(ハデ 20)

### ■個人の部(女性)

【優勝】神里 則子(津嘉山) スコア: 361

【準優勝】瑞慶覧 絹枝(宮 平) スコア: 341

【第3位】砂川 美知子(与那覇) スコア: 340(ハデ 30)

※前大会(令和2年度)1〜3位入賞者へは、ハンデが10〜30点マイナスされます。



## 令和4年度リーダー宿泊研修会

## 親睦と学び深める2日間

7月12日(火)～13日(水)南風原町老連役員と各字単位クラブ役員等20名が参加し、リーダー宿泊研修会を行いました。

はじめに、町中央公民館視聴覚室にて各字単位クラブの活動状況や会員数、補助金についての報告を行い、様々な意見を交わしました。

その他には、宜野座村でのパークゴルフ交流会や国の重要文化財である赤瓦屋根の泡盛酒造所(津嘉山酒造所・名護市)、個人で2万点余りの沖縄の古民具や古民芸品を収集・展示している民俗資料博物館(名護市)、沖縄市の歴史が学べる沖縄市ヒストリートなど、施設見学も充実



津嘉山酒造所の中庭にて  
スタッフの秋村さん(写真左)とともに撮影



【轟の滝】

し、学びの多い2日間でした。

轟の滝公園では、久しぶりに訪れた方が多く、綺麗に整備された園に感動！落差30メートルの滝からのマイナスイオンに癒やされました。



【津嘉山酒造所】

おいしい泡盛も試飲しました

【民俗資料博物館】

## 女性部やいび～ん ～イヤサッサ踊らな～

町老連女性部では、友愛訪問活動や福祉レク講習会、料理講習会、手工芸講習会、視察研修研修会など、楽しく活動しています。

10月17日(月)には、恒例の福祉レク講習会を、ちむぐくる館ホールにて午後2時から開催しました。

今回は、運動会に向けて団体演技の踊り「笑い福節」「ちゃーがんじゅー体操」の2本立てで、コロナの感染防止を考慮し、人数を縮小して行いました。参加者は、各支部から3名、町役場、各支部の会長の皆さんへ呼びかけ、結果30名の方が参加されました。おそらく平日だからまだ現役の方が多いのでしょうか。それとも踊りが苦手？

イヤサッサと踊るたびに皆さん上手にな



大運動会に向け練習中

り「すごい！」と拍手で称え合います。なかゆくに平田副会長からゼリーの差し入れがありました。ゼリーを食べながら「毎日やってもいいねー」と喜びの声が会場に響きます。どうぞ本番にご期待を！



勝連城址にて(令和4年3月)



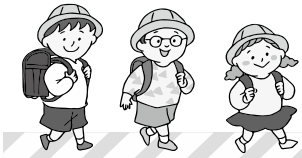
### 社会奉仕活動

## 清掃で通学路の安全を守る

9月15日(木)、南風原町老人クラブ連合会は、児童や生徒の登下校時の安全を確保することを目的に地域の通学路の清掃活動を行いました。

各地域から、ちむぐくる館の駐車場へ集められたゴミは、みんなで分別作業を行い、南風原町に処分を依頼しました。

神里良光町老連会長からは「孫の世代の子どもたちも、明日からまた気持ちよく登校できることでしょう!」と参加者を労いました。



### 第24回町老連チャリティーグラウンド・ゴルフ大会

## 4年ぶり182名がプレー

9月21日(水)、黄金森公園陸上競技場にて南風原町老人クラブ主催のチャリティーグラウンド・ゴルフ大会を開催し、4年ぶりの開催に182名が爽やかな汗を流しました。今大会の収益金195,373円は、南風原町共同募金会へ寄付されました。



### 《大会結果》 【敬称略】

| 団体の部                                                |
|-----------------------------------------------------|
| 《優勝》兼本ハイツ青ノ会Bチーム<br>仲村清光、宇栄原ふさ子、松島和男、島元興栄、玉城潔、金田さつ子 |
| 《準優勝》兼本ハイツ青ノ会Aチーム<br>下地義正、川村波子、川村貢、糸数直一、前川義美、上原和代   |
| 《第3位》照屋幸の会Aチーム<br>大城康広、桃原善雄、桃原武雄、桃原善之、大城正雄、知念優      |

| 個人の部               |
|--------------------|
| 《優勝》川村 貢 (兼本ハイツ)   |
| 《準優勝》仲村 清光 (兼本ハイツ) |
| 《第3位》仲里 周正 (兼 城)   |

### 第1回町老連パークゴルフ大会

## 上位16名が地区大会へ

10月7日(金)、与那原パークゴルフ場において、第1回町老連パークゴルフ大会を開催し、会員96名が参加しました。

当日は天気にも恵まれ、日頃の練習の成果を遺憾なく発揮し、好プレーが続出していました。

なお、今大会は南部地区大会派遣の選考も兼ねており、個人成績上位16名が選出されました。

表彰式の様子



### 《大会結果》 【敬称略】

| 団体の部                                       |
|--------------------------------------------|
| 《優勝》山川老人クラブAチーム<br>神里操也、神里良信、神里正幸、神里守      |
| 《準優勝》新川かりゆし会 Aチーム<br>小嶺長三、平良保明、石川美智子、波平ミツ子 |
| 《第3位》兼城兼翔会Aチーム<br>嘉手刈盛雄、仲里周正、城間恵美子、津波古ヨシ子  |

| 個人成績上位者 (南部地区派遣選手)  |
|---------------------|
| 《優勝》小嶺 長三 (新 川)     |
| 《準優勝》嘉手刈 盛雄 (兼 城)   |
| 《第3位》宮城 光雄 (兼 城)    |
| 《第4位》前濱 宏榮 (神 里)    |
| 《第5位》小波津 和清 (新 川)   |
| 《第6位》宮城 吉信 (本 部)    |
| 《第7位》神里 正幸 (山 川)    |
| 《第8位》平良 保明 (新 川)    |
| 《第9位》与座 幸治 (津嘉山)    |
| 《第10位》仲西 惣一 (北丘ハイツ) |
| 《第11位》前川 美代 (兼本ハイツ) |
| 《第12位》大城 栄一 (本 部)   |
| 《第13位》金城 秀和 (津嘉山)   |
| 《第14位》野原 尚子 (北丘ハイツ) |
| 《第15位》玉城 勇 (宮 城)    |
| 《第16位》石川 美智子 (新 川)  |

上位入賞おめでとうございます!

# ☆☆ちゅら★キラ人☆☆

人々の笑顔のために



夫婦で力合わせ  
頑張っています

長元朝顕さん・和江さん  
(山川老人クラブ)

## 愛をみつけた！

ご夫婦は、10年前から国道の街路地に季節ごとにいろいろな花を咲かせ、道行くドライバーやウォーキングをする人々の目を楽しませている。

また、中央公民館や周りの保育園等にも種から育てた花の苗を二人三脚で環境美化に貢献している。

その姿に愛♡を感じた。和江さんいわく「子育てと一緒にだよ。愛情かけて育てると、ちゃんと花を咲かせてくれるから楽しいね」さて、朝顕さんは「しきんや、ぬうかどーがんでーいみそらんどー」

※「ちゅぐとう そうけー、いちか、いいくとうぬあさ」

皆さん意味が理解できましたか？大事にしたい、親から子への黄金言葉やいびん！



## 会員文芸

### 琉歌

金城 盛功（大名）

グランドゴルフや  
御万人ぬ遊び  
ヒヤミカチ打てば  
ホールインワン！

打つるペタンクや  
頭までちかてい  
痴呆老ぬ予防  
なゆる遊び

的にくるがらち  
打つるペタンクや  
老けていく頭  
予防なゆさ

松堂あつお（兼本ハイツ）

しんかはい集りてコロナ禍まかち  
互いに手を取りちばて行かな

（注釈）

皆が互いに協力しコロナ禍に勝って頑張って行こう

### 俳句

松堂あつお（兼本ハイツ）

耳元にラジオの音色こちち良い

（注釈）

小さなラジオをポケットに入れ持ち歩く  
高齢の日々

# あなたはどれが好き？

サークル活動でいきいき元気に！

南風原町老人クラブ連合会では、民踊、カラオケ、囲碁、ノルディックウォーキングの4つのサークルがあり、楽しく活動しています。ぜひ皆さんも一緒に生きがいを見つけませんか。



カラオケ



囲碁



ノルディックウォーキング

| サークル名        | 活動日                      | 世話人<br>会長名 |
|--------------|--------------------------|------------|
| 民踊           | 毎週月曜日 午後2時<br>ちむぐくる館ホール  | 平田 肇子      |
| カラオケ         | 毎週金曜日、土曜日<br>午後1時        | 照屋 敏夫      |
| 囲碁           | 毎週日曜日 午後1時<br>ちむぐくる館会議室3 | 玉榮 徳和      |
| ノルディックウォーキング | 毎週月曜日、水曜日、金曜日<br>黄金森運動公園 | 比嘉 善彦      |

## 第31回沖縄民踊フェスティバル

### 南風原町老連民踊サークル 優良団体表彰



受賞した南風原町老連民踊サークルの皆さん

10月19日（水）、第31回沖縄民踊フェスティバルが沖縄市体育館にて開催されました。

南風原町老連民踊サークルは、与那原民踊愛好会、南城市民踊愛好会との合同で参加し「いろは歌」を披露しました。

今年は、沖縄復帰50周年の記念すべき大会となっており、南風原町老連民踊サークルは、最多の30回出場ということで、このたび優良団体表彰を受けることになりました。

「生きがいづくり、健康づくり、仲間づくり」をモットーとする沖縄民踊をこれからも生涯の趣味とし、踊りの輪を地域へと広めていけたらと思います。



## 編集後記

コロナ禍で私たちは外出の機会や人との交流が少なくなり、多くのものを失いました。2020年より幾度となく出された、緊急事態宣言、拡大し続ける感染拡大の波は第7波まで数えられ、そのたびに私たちは翻弄（活動の中止や延期）され続けられました。このように長期化するコロナ禍も今年に入り8月上旬から感染者数は少傾向にあり、収束しつつあると思います。

しかし収束の方向に向かっているとはいえ、いまだ気を緩められません。国が示した新しい生活様式をもとに感染予防と不安のない老人クラブ活動に取り組んでまいります。



広報委員の皆さん

## スポンサーへのお礼

このたびは「はえばる老連だより」の発行にあたりご協賛いただきましたスポンサー各位に対し、厚くお礼申しあげます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申しあげます。

南風原町老人クラブ連合会





コールマーリレー

バランスをとりながら



グラウンド・ゴルフリレー



災害脱出救済リレー



ペタンクニアピン競争



やった!ゴール!

風船割り



チームで協力して勝負!

初心者も手軽にできます♪



ノルディックウォーキング体験

## 第38回南風原町老人大運動会 ～コロナ禍で、今青春!～

10月22日(土)、第38回南風原町老人大運動会を開催し、会場となった黄金森陸上競技場に約300名の会員が集まりました。今回は4年ぶりの大会となり、グラウンド・ゴルフやペタンクを取り入れた競技や、会員の皆さんには懐かしいコールマーリレーなどで盛り上がり。また、ノルディックウォーキングを体験する時間も設けました。なお、今回はNPO法人日本防災士会様のご協力により災害脱出救済リレーも行い、参加者の皆さんは防災について学びながら楽しく体を動かしていました。

私たちは、南風原町老人クラブ連合会の活動を応援しています

門 門(じょう) 一般建築士事務所

南風原町字津嘉山750-1 TEL:098-888-2401

UNIC  
古河ユニッククレーン  
沖縄販売代理店

株式会社 嘉数重工

南風原町字宮平568  
TEL 098-889-2413

専門スタッフによる説明会行っております

ソーラー 展示中  
両面発電  
カーポート

太陽光資材と蓄電池の事、ご相談下さい!

(株)オネストワン  
(お問合せ)098-882-7212  
沖縄県島尻郡南風原町字宮平631番地

キャンピングカーが  
レンタルできる  
タクシー会社

(資)つきしろ交通

パンダ無線 0120-89-2394

島尻郡南風原町字兼城 606-1  
TEL.098-889-6387 FAX.098-889-6487

上里整形外科  
院長 上里 博光

整形外科(一般整形外科・リウマチ・スポーツ障害)  
リハビリテーション科

| 受付時間        | 月 | 火 | 水  | 木 | 金 | 土  | 日祝 |
|-------------|---|---|----|---|---|----|----|
| 9:00~12:30  | ● | ● | ●  | ● | ● | ●  | 休診 |
| 14:00~18:00 | ● | ● | 休診 | ● | ● | 休診 | 休診 |

休診日 日曜、祝日、ウーイ、年末年始

南風原町字兼城401 ☎098-888-2227