



第27号

令和7年1月 発行

—発行元—

稚内市老人クラブ連合会

令和六年度いきいき表彰受賞されました



今年度も、老人クラブ活動や地域での社会貢献活動等に「尽力いただいた会員に対し「いきいき表彰」をお渡しいたしました。

「第二十二回いきいき芸能発表会」開会式に授賞式を執り行い賞状及び記念品をお渡しいたしました。受賞者の皆様おめでとうございます。

稚内市長賞

西海 政雄 さん (はまなす福寿会)

蒲原 昭子 さん (栄寿会)

稚内市老人クラブ会長賞

戸川 弘 さん (北栄長寿会)

新山 光司 さん (今恵恵寿会)

山田 孝雄 さん (仲好長寿会)

佐藤 利雄 さん (港五亀鶴会)

長根 道子 さん (日吉宝和会)

令和六年度功労者表彰受賞

功労者表彰は単位老人クラブ会長として永きに亘り活動されている方に対する表彰です。今年度は4名の単位クラブ会長に賞状と記念品をお渡しいたしました。

恵比須長寿会会長	池田 昭良 さん
抜海鈴蘭会会長	森 寛泰 さん
上勇知老人クラブ会長	山元 正雄 さん
はまなす福寿会会長	西海 政雄 さん

第32回

いきいき芸能発表会開催しました

今年で32回目となりました「いきいき芸能発表会」は、去る11月14日(木)稚内総合文化センター大ホールにおいて開催されました。

令和2年から令和4年までの3年間は新型コロナウイルス感染症の蔓延と感染予防により中止になりましたが、昨年より再開させていただき、今年は昨年より多い31名の方が日頃の練習成果を大ホールの舞台上で披露しました。

この事業は、来年度も開催する予定です。皆さんも来年の開催に向けて、練習をしてみてもどうでしょうか？

カラオケの他、舞踊や手品等々皆さんの出演をお待ちしております。



宗谷北小ブロック研修会参加報告

去る10月23日（水）に幌延町において「令和6年度宗谷北小ブロック研修会」が開催されました。

新型コロナウイルス感染症蔓延等があり、5年振りに開催された今年は「幌延深地層研究センター」の見学でした。

本来は、各单位クラブにご案内をさせていただくところですが、見学する幌延深地層研究センターは見学者数に制限があることから、やむを得ず稚老連役員で参加させていただきました。

来年度は、稚内市が開催担当になりますので、多くの会員に参加していただき、豊富町、幌延町の会員と交流できる内容にしたいと考えております。



令和6年度

老人クラブ活動研修会開催します

単位クラブ会員や老人クラブ活動に興味のある方が一同に会し活発な情報交換、講話等を聞き一人ひとりが積極的にクラブ活動や地域活動に参画参加することを目的に本研修会を開催します。

開催日時 令和7年2月12日（水）10:00～
開催場所 稚内総合文化センター小ホール
内 容 「介護予防教室（仮称）」
参加費 無料
参加申込 令和7年1月31日（金）までに事務局まで参加者人数をお知らせ下さい。



注意

除雪作業の注意！

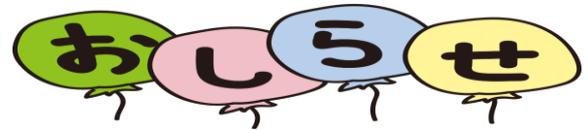
新年を迎えましたが、今年の冬は雪も多く厳しい寒さになっております。

今年の冬は昨冬よりも雪が多いので、除雪の回数も増えますので、くれぐれも除雪作業中の事故には十分注意して下さい。



【除雪作業のポイント！！】

- ① 無理はしない！
- ② 落雪や転落にはきをつけましょう！
- ③ 屋根に上る作業は2人以上でしましょう！
- ④ 除雪車の作業中は除雪をしないこと！
- ⑤ 暴風雪警報等の天候が悪い時は、天候が回復するのを待ってから、除雪作業をしましょう！



健康づくりリーダー養成講習会開催します

北海道老人クラブ連合会主催事業として、フレイル（虚弱）・サルコペニア（筋量の低下）等の状態にならないよう、地域で健康づくりをより促進するためのリーダーを養成し、地域での健康づくり活動の推進を図る事を目的に開催します。

開催日時 令和7年3月4日（火）10:00～
開催場所 稚内総合文化センター小ホール
内 容 ①認知症予防について
②薬との上手な付き合い方
③レクリエーション体験講座
参加費 無料
参加申込 令和7年2月17日（月）までに事務局まで参加者をお知らせ下さい。

高齢者体力づくり講習会開催します

北海道老人クラブ連合会主催事業として、高齢者の生きがいと健康づくりの一環として「高齢者の体力づくり講習会」を実施し、フレイル予防（虚弱）予防等に役立つ講習会を開催します。

開催日時 令和7年3月5日（水）10:00～
開催場所 稚内総合文化センター小ホール
内 容 ①ポッチャを通して体力作り
②ポッチャミニゲーム
参加費 無料
参加申込 令和7年2月17日（月）までに事務局まで参加者をお知らせ下さい。