



大鰐町老人クラブ連合会

晴ればれ通信

【第20号】

発行：令和8年1月21日

◆大鰐町老人クラブ連合会

広報委員会

(町総合福祉センター内)

☎47-5151

女性部企画!! ウォーキング

9月26日(金)、五所川原市の芦野公園を歩いてきました。芦野公園は、作家の太宰治が遊んでいた、桜の名所でも有名な場所。高速道路を利用してあっという間に到着。薄曇りで、歩くのにちょうど良い気温でした。短いコースをワイワイと話をしながら歩き、飼育されているヒグマを観たり、近くを走っている津軽鉄道を観たりして楽しみました。その後、はくちょう亭で昼食をとり、中泊町の湯らパークに30分ほど寄り、温泉に入ったり、施設を見学。最後に、中泊町博物館に行き、博物館では、30分ほど時間をと



り、各自で自由散策をしました。中泊の歴史を原始・古代・中世・近世・近現代ゾーンの5つに分けた各ゾーンの体験コーナーがありました。駅員になって切符を切って楽しむなどして中泊の歴史に理解を深めました。



中南郡老連スポーツ交流会

12月16日(火)に中南郡老人クラブ連合会スポーツ交流会を大鰐町老人クラブ連合会主管の元、大鰐町総合福祉センターで開催しました。今回初めて、モルックというニュースポーツを行い、当日は、32名の方が参加し(大鰐町老連14名)、6チームで戦いました。参加した方々の半数以上の方が初心者ということで、運営協力していただいたスポーツ推進委員のみなさんに教えてもらいながら楽しく競技しました。決勝戦では白熱した試合に歓声が上がリ、優勝したのは、なんと全員初心者の藤崎町チームでした。参加者には大鰐町の特産品、大鰐温泉もやし、賞品には、マル七味噌・醤油等を準備しました。運営に協力していただいたスポーツ推進委員のみなさんありがとうございました。競技結果は以下のとおりです。

【競技結果】

- 優勝 藤崎町チーム
- 第2位 大鰐町Bチーム
- 第3位 大鰐町Cチーム



大鰐町老連芸能発表会

第24回大鰐町老人クラブ連合会芸能発表会が11月27日(木)に大鰐町総合福祉センターにて行われました。出場者は17組、観覧者は、一般の方を含み、約70名でした。今回は、オープニングステージには、かわいいゲスト、大鰐保育園の園児のみなさんをお呼びしました。保育園児とは思えないく

らいの立派な和太鼓演奏に観覧者からは大きな拍手が送られました。司会はお馴染みの熊野寅蔵さん。大いに会場を盛り上げていただきました。出演者の日頃から練習してきた舞踊・歌声にたくさんの拍手、声援が上がっていました。今回も通信カラオケを使用し、大変好評でした。芸能発表の後に津軽甚句(どだればち)を踊り楽しみ、最後は大鰐温泉もやしが当たる抽選会!!参加された皆さんから「楽しかった」という声が聞かれました。

No.	クラブ名	氏名	人数	演目
1	宿川原	山田たい子	1	歌 津軽海峡冬景色
2	三ツ目内	松たか子	1	歌 新宿そだち
3	蔵館	三上正義	1	歌 匠〜たくみ〜
4	上相生	岩淵照子他	11	歌 ポケない小唄
5	宿川原	山田司	1	歌 若い東京の屋根の下
6	下相生	澤田玲子	1	歌 お岩木山
7	三ツ目内	貴田範子	1	歌 人生いろいろ
8	居士	秋元健治	1	歌 風の坂道
9	九十九森	菊池耐子他	7	踊 元気な白寿
10	下相生	山内千佳子	1	踊 古城
11	宿川原	前田てつ子	1	歌 海峡浪漫
12	蔵館	田中信子	1	歌 いのちの歌
13	蔵館	松井秀雄	1	歌 北の旅人
14	上相生	岩淵照子他	11	踊 アロハオエ
15	下相生	今井美子	1	歌 じゃんから女節
16	蔵館	須藤ミエ	1	歌 ここに幸あり
17	三ツ目内	工藤信夫	1	歌 親子じゃないか
18	居士	熊野寅蔵	1	踊 トラジョサンバ
		全員で		踊 津軽甚句(どだればち)

中南郡老連芸能発表会

12月19日(金)中南郡老人クラブ連合会芸能発表会が藤崎町老人クラブ連合会主管の元、藤崎町文化センターで行われ、大鰐町からは2名の方が出場しました。最初の出場者の方は、力強い歌声で観客を魅了し、踊りを披露した方には、たくさんの歓声が上がっていました。抽選会では、数名の方がトキワの卵をもらい喜んでいました。出場された2名の方、お疲れさまでした!!



秋元健治さん  
唄 風の坂道



熊野寅蔵さん  
踊 T O F U

俳句・短歌・川柳コーナー

真つ向に武骨な若本年新た  
畑山好子

とりどりの雪搔杖に立ち話  
二川原幸子

新年の客間に活ける実南天  
鎮目志保子

足早に過ぎ去ってゆく十二月  
山本悦

雪やみて月影やさしひと夜かな  
油川信子



(オープニングステージ)



(熱唱中の松たか子さん)

## 功績をたたえて ～大鰐町社会福祉大会～

11月9日(日)第38回大鰐町社会福祉大会が福祉センターにて開催されました。社会福祉の向上に尽力され多大な功績を残された方々が表彰され、大鰐町老人クラブ連合会からは、3名の方が表彰されました。

### 【表彰の部】

菊池 つる (下相生老人クラブ会長)  
藤田 久雄 (寿楽会唐牛老人クラブ会長)  
成田 孝昭 (駒の台老人クラブ会長)



## おらほの活動紹介

### 年忘れトランプ大会 ～宿川原老人クラブ～

12月14日(日)年末恒例のトランプ大会を宿川原改善センターにて午前9時からゴニンカンの3組で3回戦を行いました。競技終了後、成績発表・表彰・乾杯と続き、その後杯を重ね合い、各自の近況や当クラブの現状を語り、大いに交流を深めました。お互いに楽しいひと時を過ごせたかなと思います。今回は奮発し、参加賞として大鰐温泉もやしを配りました。なお、3月に早春トランプ大会と称してもう1回開催する予定です。



### 交流を深めました ～下相生老人クラブ～

冬の厳しい寒さが身に染みる1月9日(金)に居酒屋「暖」にてランチを兼ねての親睦会を開催しました。会長からの「怪我なく元気に過ごしましょう」といった挨拶から始まり、その後、食事に続きました。おいしい手作り料理に舌鼓を打ちながら歓談して楽しい時間を過ごしました。参加された皆さんからは、「みんなで食べればおいしいね」「まだまだ健康で長生きしないかね」といった声が聞かれました。



## 町保健福祉課ミニだより

### 高齢者のうつ

年をとるにつれて何をやるにも大儀になる方はありますが、中には「高齢期うつ病」の可能性のある方もいます。高齢者のうつ病の特徴として、肩こりや頭痛、手足のしびれ、めまい、動悸などの身体の不調が現れる方が多く、内科等で検査しても異常がないと言われ診断が遅れ長く苦しい思いをする場合があります。以下のチェックリストで、1、2のいずれか、または両方にチェックがつき、1～9で5個以上チェックがついた方はうつ病の可能性がります。適切な治療を受けることで元の生活を続けることができるため、気になる方は主治医や専門医にご相談ください。

#### 【うつ病チェックリスト】

1. 気分が落ち込む
2. 興味がわかない、喜べない
3. 著しい体重減少または増加、もしくは食欲の衰退または増加
4. 不眠または睡眠過多
5. 焦って落ち着かなくてじっとしてられない、または逆に身動きがとれない
6. 疲れやすい、気力が出ない
7. 自分に価値がない、自分が悪いと思う
8. 物事に集中できない、決められない
9. 死について繰り返し考えてしまう



## 「私の本棚から②」 文：山田 司

「豊臣秀長、ある補佐役の生涯上・下」著者・堺谷太一、出版社PHP研究所、発行年月日1985年4月10日。豊後の大友宗麟が島津氏の豊後侵攻を訴え、秀吉の出兵を懇願するため大坂城を訪れた際にとりついだのが秀長である。その時「内々の儀は利久に、公儀のことは何なりとこの秀長に申されよ」と。その温かい心配りに安らぎを覚え、深い感銘を受けたと国元に書を送った。「秀吉の接待」という本に関東の北条氏規の対面の座配図を記載され、尾州内大臣(織田信雄)駿河大納言(徳川家康)大和納言と続く。なお、この小説は賤ヶ岳の合戦で終わっている。その後は、四国平定では総大将、九州攻めは一方の旗、小田原の北条攻めめるときは病床にあった。その生涯は、痛々しいまでの忠勤さ、それが命を縮めたのかもかもしれない。兄の影のように生き、その功績を意識的に消し去ろうとした感じを受ける。もし秀長が秀吉より存命ならば…。家康が百三十万石から関東に二百五十万石に加増転封となれば、当然秀長もそれに比例するように百五十万以上を超えたであろう。家康とは、自身の京や大坂における人脈を紹介したり、資材調達のみんどろを見たりと極めて良好な関係にあった。よく家康が奈良に下向したときは木津まで出迎えに赴いたという。利久や秀次は健在だったろうし、腹心の高虎や子飼いの武断派加藤や福島正幸も決して家康に組みしなないだろうし、はたして徳川の天下はあったろうか。なんて空想を楽しんでいる。居城は大和郡山城、大和郡山は金魚で有名であり、そこに墓所「大納言塚」がある。なお、前述した福島正幸は福島正則の間違いです。正幸はかつて輪界の三強といわれた阿部道、田中博、三角まくりの福島正幸です。豊臣秀長を語ろうとすればなぜか薩摩の小松帯刀がダブる。

(連載終了です。ありがとうございました。)

## 今後の事業予定

### 【室内ペタンク大会】

場 所：大鰐町総合福祉センター 3階 集会室  
※2月下旬(10:00～12:00)開催予定

### 【トランプ大会】

場 所：大鰐町総合福祉センター 2階 遊戯室  
※3月初旬(9:00～12:00)開催予定  
※女性部による手作り昼食を予定

日程が決まり次第、各単老会長を通じてお知らせします。

## 編集後記

新年あけましておめでとうございます。  
大鰐町ではスキーの大きな大会がある年は雪が少ないとどこかで耳にして、今年は雪が少ないんだろうなあ～と思っていたら、年末から降り続いた雪であつという間に銀世界に。仕事から帰っても雪片付けて全然疲れがとれない日々が続いています。さて、今年も会員の皆様を楽しませる事業を計画していますのでお楽しみに～。  
冬の期間、センターに除雪が入りますように…。最後に次回のカラオケ部会は、6月にスナックふるさとで開催予定です。次回の晴ればれ通信で詳細をお伝えします。会員のみなさん健康に気を付けてお過ごしください。

(事務局 K.I)