



開会式



令和7年度ろうれんピック ~ワナゲ・シャフルボードの部~

5/30に安芸市体育館で県老連主催のろうれんピック東部地区大会が開催され、安芸市からは25名の方が参加されました。競技を通して安芸市外のクラブ会員さんともたくさん交流ができました。次回は10月1日にグラウンドゴルフとモルックの部が開催されます。興味のある方はぜひご参加ください！



皆で決勝戦を見守り中...



ワナゲ受賞者



シャフル受賞者



活動紹介 山田老人クラブ

5/30に山田老人クラブで人生会議・リビングウィル（生前の意思）について包括支援センターによる出前講座が行われ13名が参加しました。パンフレットを使って今後やってみたいことや、今心配している事、生涯続けたい趣味など…今現在の自分の思いや価値観についてそれぞれが意見をだしながら考えました。

安芸市作成のパンフレット↓



活動紹介 黒岩長寿会

安芸市の介護予防の取り組みとして、各地でフレイルチェックが実施されています。6/5には黒岩長寿会の5名が参加し体力測定と結果をもとにした理学療法士・歯科衛生士によるアドバイスが行われました。



活動紹介 老人クラブいなほ

7/24に老人クラブいなほ主催のフリーマーケットが川北公民館で開催されました。おいしい料理やお菓子、手作りの手芸品に寄せ植えなどが出店され大盛況でした。



大盛況！

料理教室

7/8に今年度第1回目の料理教室を開催し、9名の会員が参加しました。講師は高知県栄養士会の野町先生です。先生は季節の食材でいつもと違った少し珍しい料理でありながら、自宅でも作れるようなレシピをいつも提案してくれています。参加者同士で「切り方はこれであっちゃううか？」「火加減はこんな感じで大丈夫？」と声をかけあいながら協力して調理ができました♪



今日のメニューは豆乳ソーメン、なすのシツつくね、カレーピルス、ココアケーキ！！



行事予定

- 8/28 (木) 13:00 健康づくり研修会 田野町老人福祉センター
- 9/9 (火) 9:30 料理教室 女性の家
- 9/11 (木) 14:30 安芸郡市老連モルック交流会 安田町文化センター
- 10/1 (水) ろうれんピック (モルック・Gゴルフ) 安芸市宮球場・ドーム
- 10/17 (金) 安芸郡市体育大会 安芸市体育館

