

# 暮らしのサポートセンター通信



令和7年 2月 1日発行 第15号  
発行：暮らしのサポートセンター連絡協議会



## 会長あいさつ

新年明けましておめでとうございます。今年は巳年です。巳年は新しい挑戦や変化・成長、変革を象徴とする年とされております。

我らが暮らしのサポートセンターも、持続可能なものに(新しい挑戦や変化、成長)していくために、今年も明るく元気に楽しく、そして仲良く過ごしましょう。

3月には改選のため私は連絡協会長の任を終えますが、暮らしのサポートセンターは、永久に不滅です。

今年も、  
どうぞよろしく  
お願いいたします



会長 濱中 克美

## くらサポ大広場

今年のテーマは、  
『活動会員の交流・親睦!』

毎年1回、竹田市に7か所ある“くらサポ”合同で開催している大広場。今年のテーマは『活動会員の交流・親睦』ということで、グランドゴルフ大会を開催しました。寒空の中でしたが、64名の活動会員が参加し、大変白熱した大会となりました!他のくらサポとの混合チームで競技したことで、普段話す機会のない会員同士の会話が弾み、親睦も一層深まりました。

「来年はあったかい時期にまたリベンジやな〜」と、早くも来年の開催に向けて意気込んでいる会員さんも♪

初めての試みでしたが、会員同士の交流・親睦の大切さを実感することができ、とても有意義な時間となりました。

濱中会長が  
上着を脱ぐと…  
「ガンパロウ!」と  
気合の入った  
ゼッケンが♪



ホールインワン賞も  
続出していました!!

## くらサポ短歌

人生は 流れの早い 川の様 思い出多く 涙もたまる



ここで一句 会員の中には色々な趣味をお持ちの方がいます。会員の詠んだ短歌を紹介します。

# いきいき! 地域づくりによる介護予防活動表彰

くらサポからは17名の方が受賞されました!おめでとうございます♪

大分県では幅広い住民の方の介護予防体操の普及と、週1回の住民主体の通いの場の普及を目指して、地域で介護予防の活動に積極的に取り組む個人の方や団体を表彰しています。その中でも、週1回通いの場に参加し、継続して3か月以上「めじろん元気アップ体操」に取り組まれている90歳以上の方を対象とした“いきいき元気で賞”では、竹田市から31名の方が受賞し、内17名がくらサポの会員でした(\*^^\*)

- ゆめはな 小代 英子さん 森田 タヨ子さん 田北 良一さん 仁部屋 ミツコさん 小坂 勢津子さん
- しらみず 後藤 笑子さん
- あけぼの 内藤 信子さん 伊藤 洋一さん 後藤 花子さん 渡邊 清子さん 和田 トモ子さん 野仲 信廣さん 吉良 末子さん 児玉 修さん 工藤 昭子さん 野田 昌吾さん 吉良 アヤコさん



目指せ、健康長寿!  
受賞された方々、  
おめでとうございます♡

<令和6年12月10日(火)に行われた表彰式の様子>

## 元気の秘訣を 教えてください!



『自然任せ』  
色々考えても仕方がない。  
なるように、なるんよ♪



『睡眠♪運動♪  
食事!』

安達ナツヨさん(99)



新しいことにチャレンジする  
『精神力』

大塚ミヨ子さん(97)



『いっぱい食べて、  
気ままに好きな事をして  
楽しく過ごす』

本田ハルエさん(93)



『お唄と三味線』  
50~80歳まで、民謡教室に  
通って頑張っていました♪

森きみ子さん(98)



『良いと聞いたことは、  
試してみる!』

渡邊涼子さん(91)



『できるだけ外に出て  
多くの仲間と、  
おしゃべりや運動!』

志賀美佐子さん(92)