

天白区シニアクラブ連合会会報紙

天シ連

Tempaku Ward Senior Club Association Newsletter

No.4

令和7年1月 発行



● 天白区シニアクラブ連合会 50周年 演芸大会

令和7年2月に天白区シニアクラブ連合会は結成から50年の節目を迎えます。記念行事の一環として、令和6年11月20日（水）、天白区シニアクラブ連合会50周年演芸大会を開催しました。出演した10組は日頃の練習の成果を発揮し、多彩な演目を披露。来場者が参加できるカラオケ大会も行い、熱いパフォーマンスに会場は大いに盛り上がりました。

笑顔あふれるひとときを共有し、仲間との絆がさらに深まり、意義深い催しとなりました。



新年の ごあいさつ



天白区シニアクラブ連合会
会長 安江 春彦

天シ連会員の皆さま、
あけましておめでとござい
ます。

今年2月1日に、天シ
連は天白区とともに創立
50周年を迎えます。

孔子が「知名」と言っ
た50歳です。知名は天命
を知るといふ意味で、天
シ連の天命は、会員の皆
さまが生活の質を高め、
健康で心豊かな生活を送
れるような取り組みを行
うことです。

昨年11月に行った天白
文化小劇場で行った演芸
大会は、コロナ禍でしば
らく中断していたものが
6年ぶりに開催できまし
た。実に100名以上の
出演者が、ステージで日
頃の成果を熱演されるの

を見て私は胸が熱くなり
ました。

また12月に行った健康
づくり教室は、「笑うヨガ
には福来る」「コグニサイ
ズで健康100歳」と
いうタイトルで、100
名近くの参加者が笑いヨ
ガで朗らかに笑いながら
幕を閉じました。正に人
生100歳時代にふさわ
しい楽しい内容でした。

天シ連は、これまでの
活動実績が認められ、昨
年秋の全国老人クラブ大
会で「優良老人クラブ連
合会」として表彰を受け
ました。

今年60周年を迎える名
古屋市老人クラブ連合会
の中では、名東区老連と
並んで最も若い天シ連で

はありますが、半世紀の
歴史を経て、また新たな
気持ちで、会員の皆さま
が楽しく健康に100歳
を迎えられるよう、これ
からもいっそう頑張りま
す。

会員の皆さまのお知り
合いで、まだ天シ連に加
入していない方がおられ
ましたら、一緒に楽しく
有意義な人生を送れるよ
うお誘いいただきたいと
思います。



目指せ優勝！ 1打にグラウンド・ ゴルフ大会 込めて！



チップインを狙う



令和6年10月16日（水）、天白学校体育センターにて、天白区制50周年天シ連グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。お天気が危ぶまれましたが、幸い雨は降らず無事に大会を行えました。各クラブより選手95名と大会役員35名が参加し、日頃の練習の成果を十分に発揮しました。

試合は4コートに分かれ、白熱した戦いが繰り広げられました。ホールインワンが決まるたびに歓声が上がリ、満面の笑顔。各グループは同じクラブの人と重ならないように組まれているため、競技を通じて親睦を深めることができました。



おめでとうございます！

▲真っすぐ打つのは難しい



50年の歴史を継承

令和6年11月20日（水）、天白文化小劇場にて、天白区シニアクラブ連合会50周年を記念する演芸大会を開催しました。

出演した10組は民謡やコーラス、歌謡吟など、多彩な演目を披露。熱のこもったパフォーマンスに、会場からは大きな拍

手と温かな声援が送られました。

全ての演目が終わると、役員等が登場し、流れてきたのは「こんぱく音頭」。会場から手拍子が湧き起こり、一体感に包まれました。

続いて行われたのは、来場者

も気軽に参加できるカラオケ大会。4組の参加者がステージに立ち、自慢の歌声を披露しました。

最後はお楽しみみの福引大会です。抽選番号が読み上げられると、当選者は満面の笑みで景品を受け取り、大会は最

後まで盛り上がりを見せました。

記念行事として、参加者全員で楽しいひとときを共有し、仲間との絆が一層深まりました。これからも地域の皆さんとともに、さらに素晴らしい活動を続けていきます。

天白区シニアクラブ連合会

50周年演芸大会

歌謡吟「白雲の城」



歌謡吟「武田節」



民謡「ああ名古屋城」



健康サロン合唱隊



コーラス「名古屋エレジー」



夏の日帰りの研修旅行

心もおなか也大満足!
仲間と楽しむ



全国から多くの参拝者が訪れる
樺大神社



昼食ではお肉を堪能し、みんな笑顔

令和6年7月12日（金）、夏の日帰り旅行を実施しました。この日は朝から土砂降りの雨に見舞われてしまいました。74名の参加者は2台のバスに分かれ、最初の目的地「樺大神社」（つばきおおかみやしろ）へ向かいました。開運を導く神様として知られる猿田彦大神を祀るこの神社は、全国



から多くの参拝者が訪れる名所です。木々に囲まれた境内に二歩足を踏み入れると、空気が一変し、厳かな気持ちで参拝しました。その後はお楽しみみの昼食タイムです。「オーシャン」では、品数豊富な焼肉バイキングを存分に堪能し、心もおなか也大満足！会話も弾みました。

次の目的地は「御城番屋敷」。ここは江戸末期に紀州藩士が松坂城を警護するために移り住んだ武家屋敷です。全国的にも珍しい組屋敷の一つで、今も人々が生活を営む歴史ある場所。散策する頃には朝から降り

続いて訪れたのは、食育や緑育をテーマにした「松阪農業公園ベルファーム」。池や芝生広場を含む広大な敷地内にはイングリッシュガーデン、カフェ、産直市場など多彩な施設があります。皆さんは自由に散策や買い物などを楽しみ、思いの時間を過ごしました。笑顔と発見に満ちた一日。終始和やかな雰囲気の中、仲間との交流も深まり、夏の思い出にふさわしい有意義な旅となりました。

最後に訪れたのは、食育や緑育をテーマにした「松阪農業公園ベルファーム」。池や芝生広場を含む広大な敷地内にはイングリッシュガーデン、カフェ、産直市場など多彩な施設があります。皆さんは自由に散策や買い物などを楽しみ、思いの時間を過ごしました。笑顔と発見に満ちた一日。終始和やかな雰囲気の中、仲間との交流も深まり、夏の思い出にふさわしい有意義な旅となりました。



御城番屋敷の石畳



趣味の 作品展

仲間と共に創る アートの

世界



素晴らしい作品を鑑賞中

令和6年9月25日（水）から27日（金）までの3日間にわたり、趣味の作品展が天白区役所講堂にて開催しました。
絵画、写真、書、手工芸など、114点の力作を一堂に展示。会場には延べ146名の来場者が訪れ、多彩な作品の数々を興味深く鑑賞しました。



当日担当の役員



区制50周年



作品の説明を受ける来訪者

会場では会員が作品や制作過程について来場者と会話する場面も。文化芸術活動を通じて、仲間や地域の人々との交流がより深まりました。

今回の作品展は、日頃の趣味活動の成果を披露することにも、地域交流や文化芸術への関心を高める場としても成功を収めました。



笑う門には福来る 「ケイ」は 天百薬の長



会場には笑顔がいっぱい! (認知症予防体操)

指導員としても大活躍の「バンザイ順ちゃん」こと渡辺順子さん



いすに座ったままで簡単にできるヨガニサイズ

令和6年度 天シ連 健康づくり教室

令和6年12月11日
(水)、天白区役所講堂にて恒例の健康づくり教室を開催しました。

今年度のテーマは「笑うヨガには福来る」コグニサイズで健康100歳。天白福祉会館リーダー11名による指導のもと、●●名が参加しました。当日は免疫力アップやストレス解消に効果があると言われる「笑いヨガ」と、認知機能向上に役立つ「コグニサイズ」などを体験。認知症予防と健康増進を目指し、充実したプログラムが展開されました。

笑いヨガでは「アハハハハハ」と会場全体に声が響き渡り、笑顔の花が満開に。こんなに笑ったのは久しぶり」「本当に楽しかった」などの感想が寄せられ、心も体もリフレッシュできた一日となりました。



ゲストのクニちゃん登場! 軽快なトークに会場は爆笑の渦



笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせ「笑いヨガ」



準備運動も入念に! ホームエクササイズ

私たちは天白区シニアクラブ連合会の活動を応援しています



旅行・ グラウンドゴルフ 大好き!

天白学区 池場地区若鷺会
会長 宮田 勝子

毎年恒例の旅行大好き
の池場地区若鷺会
は、春は日帰りメロン
狩り、秋は12月3〜4
日京都御所・メタセコ
イヤ並木の紅葉を満喫
する一泊親睦旅行を楽
しんできました。

京都御所内の楓が
色鮮やかに紅葉、
緑・黄色・橙色

のコントラストのグラ
デーシヨンに思
わず「ワー
きれいな
声をだした
場面でした。
メタセコイヤ
並木2・4km
の並木通りにも
感激!目を奪われ

ました。

夕食の宴会はカラオ
ケで大盛り上がり「元
気でいる限り旅行は継
続に決まりです」と
全員皆さんの声です。

毎週3回のグラウ

ンドゴルフは年2回、
春・秋に大会を実施、
大会には35名程が参
加、賞品ゲットに皆さ
ん真剣です。「ナイス
ホールインワン」とあ
ちらこちらで声が飛
び交っています。

「ふれあい生き生き
サロン」では、毎週月
曜日午後1時30分〜3
時30分皆さん美味しい
コーヒーとスタツフ手
作りの茶菓子でおしゃ
べりに華を咲かせて
ます。サロン活動内容
(卓球・ボツチャ・囲
碁・将棋・絵手紙等)
毎月一回のコグニ体操
は脳トレ体操を取り入
れた笑いの多い人気活
動です。春には天白川
河川敷でお花見会を楽
しみに参加してくれて
います。学区町内会長
に回覧板でお知らせし
て、地域の皆さんとな
たでも参加できるよう
になっています。

私たちは天白区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

みんなの
広場