

## ⑧シニア横戸台

**会 長:** 石橋 政信

**会 員 数:** 129名(男性69名、女性60名)

**入会条件:** 町内会区域外対象

**主な活動場所:**

横戸台集会所・横戸台高齢者スポーツ広場



### サークル活動

- |               |           |          |
|---------------|-----------|----------|
| ①小旅行チーム       | ②歩こう会チーム  | ③麻雀チーム   |
| ④観劇・コンサートチーム  | ⑤囲碁・将棋チーム | ⑥カラオケチーム |
| ⑦ゴルフチーム       | ⑧園芸チーム    | ⑨輪投げチーム  |
| ⑩グラウンド・ゴルフチーム | ⑪女子会      |          |

(当会ではサークルをチームと称する)

### 活動内容

- ①例会: 定例会(月3回)
- ②全員参加行事: 7アイテム
- ③サークル活動: 11クラブ
- ④社会奉仕活動: スポーツ広場の管理・運営及び奉仕活動
- ⑤その他: 各老連行事参加



### メッセージ

「地域の仲間とのふれあいを通じ、新しいライフスタイルが生まれることを願って」の趣旨のもとに、老人クラブ「シニア横戸台」が設立されて7年目に入りました。

会員数も毎年確実に増えていき、スタート時から倍増しました。

シニア横戸台では、11チームあるサークル活動を中心として取り組みながら、「心身ともにおける健康保持と認知症予防」を重点におき活動しています。

横戸台で、より元気に！！

そして笑って過ごしていきましょう。

## 【高齢者スポーツ広場】 石橋政信

千葉市より老人クラブ「シニア横戸台」が管理運営を任されているグラウンドです。高齢者が自由に使用できます。グラウンド・ゴルフやゴルフ練習場として、時にはバーベキューも行います。多くの老人クラブ会員がワイワイ、ガヤガヤ、青年のごとく楽しんでいきます。



## 【小旅行チーム】 若槻幹雄

ちょっと行って見たい…  
こんな所があったのか…  
東京近辺日帰りの、穴場捜しで  
津々浦々。

山道や浜辺を歩き、神社仏閣、博物館。時には迷い(子)爺、迷い婆になりながら、美味しいものを色々パクパク、アツと云う間の八千歩。デ、健康ノルマ達成の一日。駅に着いたら有志で一杯。この為に参加の人もいるとか、いないとか。歩きも達成 おなかも満足。結論＝シアワセ。

毎回和気あいあい、延べ十二回、総参加数二百二十名余。コロナ禍で一年オフとしたものの、本年は是非復活したいと思いめぐらす、シニア横戸台小旅行チームです。

## 【歩こう会近況報告】 宮本



新型コロナウイルスの拡大により、  
各クラブチームの活動は自粛となりました。

我が歩こう会も止む無く中止。

自粛太り、ストレス太り？を強いられていましたが、

九月から三密を避けながら毎月二回のウォーキングを再開、実施しています。

スニーカーを履いて(マスクをして)自由なスタイルで四季それぞれを観て、  
感じて、近隣の風景の変化と自然の美しさを仲間のペースに合わせて歩き  
を楽しんでいます。

時には、コンビニで珈琲タイムを楽しみ、汗する爽快感を満喫して自己満足  
しています。

ジジ・ババどなたでも参加OKです。

皆様も一緒にアウトドアで活動しましょう。大歓迎です。

## 【麻雀チーム】 鳴尾

参加メンバーは「元気なのは女性」今の世を反映するが如く、6対4の割合で  
女性が多数を占めています。

男性達は遠い昔に夢中になっていた酒、金、徹夜を3悪付の不健康麻雀から  
様変わりし今は健康麻雀で仲間たちとの親睦を中心にそれなりに楽しんで  
います。



その昔亭主のバカ麻雀に怒りを覚えていた  
女性達は麻雀チームスタート時ではパイの  
読み方等も全く知らない初心者でしたが、  
今や麻雀の面白さに目覚め「百倍返した」と  
言わんばかりに男性以上に麻雀の楽しさには  
まり、ポン、チー、ロンと馴れない中国語を  
使い熱気で新型コロナを吹き飛ばす勢いで  
張り切っている今日この頃です。