

令和 7 年 10 月 15 日
十条ふれあい館別館 2 階会議室

10 月十条高台ブロック会長会

1. 北シニア連・王子支部会長会報告・連絡事項

【報告・連絡事項】

①北シニア連福祉大会開催について

9/19 (金) 赤羽会館講堂

- ・舞踏大会 (午前中) : 16 組の有志会員により催行された (王子支部 8 組 52 名)
- ・式典 : ・クラブ功労者に対する感謝状授与 (8 クラブ)
 - ・シニア連退任役員への感謝状贈呈 (2 名)
 - ・長寿会員慶祝 (90 歳会員) に対する記念品授与 (88 名、代表表彰者 : 中十条福寿クラブ中村朋子様)

※追加は、やむを得ない事情があると認められ、かつ、大会 1 週間前までに報告があった場合に限ることとする (理由 : 追加について統一したルールがなかったため)

②令和 7 年度東老連会長表彰について (内定)

- (1)優良老人クラブ : 王子支部 2 クラブ (中一寿会・紅葉会)
- (2)老人クラブ育成功労者 : 王子支部 3 クラブ (東十条東四和会・王三暁クラブ・中十条長寿会)
- (3)老人クラブ会員増強賞 : 王子支部 8 クラブ (王二桜友クラブ・仲一延寿クラブ・十条仲原クラブ・上三八千代会・王子本町和朗会・中一寿会・堀船延寿会・王寿会)
- (4)活動賞「ボランティア活動部門」 : 王子支部 1 クラブ (王寿会)

◇令和 7 年度全老連会長表彰の決定について

若手リーダー老人クラブ育成功労者表彰 : 北シニア連文化部長 根木輝久氏

③北シニア連第 2 回健康教室「笑いの力で心も体も健康に」開催

9/25 (木) 滝野川会館 1 階大ホール (含む非会員参加)

講演 : 「笑いの力で心も体も健康に 100 歳現役の秘密」

参加者 : 45 クラブ 252 名 (王子 17/74/ 赤羽 8/50 滝野川 20/128)

④北シニア連女性部企画日帰り研修旅行について (支部ごとに催行)

9/30 (火) 霞ヶ浦方面 (栗拾い) 参加者 108 名

⑤北区・北シニア連共催「輪投げ大会」開催

10/8 (水) 滝野川体育館

出場チーム : 60 チーム (各支部 20 チーム) 当ブロック 3 チーム参加

⑥「北シニア連だより」第 52 号 (10/1 発行) について

配送期日 : 10/7 頃

⑦麻雀セット・ボッチャの貸出状況について (10/2 日現在)

*麻雀セット : 4 セット (在庫 6) *ボッチャセット : 1 セット (在庫 2)

⑧令和 8 年度「老人クラブ活動日誌」「老人クラブ会計簿」の斡旋について

「老人クラブ活動日誌」定価 700 円 (税込)

「老人クラブ会計簿」定価 400 円 (税込) *11/5 (水) 迄に【石鉢氏】に連絡

【協議事項】

①第46回北区シニア作品展について

10/18 (土) 10:00~16:30 19 (日) ~16:00 北とびあ地下1階展示ホーム

*同時開催：友愛実践活動「手作り品講習会」同時開催

②北区・北シニア連共催「グラウンドゴルフ大会」の開催について

10/23 (木) 北運動場

出場チーム：32チーム (赤羽8チーム、王子13チーム、滝野川10チーム)

③北シニア連友愛実践活動事業講演会「高齢者漫談」の開催について

11/14 (金) 13:30 (受付13:00) 北とびあつつじホール

講師：中村ひでゆき氏 (吉本興業所属)

④北シニア連第3回健康教室「筋力アップ体操」の開催について

12/18 (木) 10:00 (受付9:30~) 赤羽会館4階大ホール

内容 NPO法人JAM指導員による筋力アップ体操 締切11/12「水」

⑤北シニア連会報誌づくり講座に伴うアンケート調査について

スケジュール：10月会報誌に関するアンケート配布 (全クラブ)

11月講座参加者募集・アンケート回収 (全クラブ)

12月申込締切

(参加予定者30~50名 *1クラブ複数名申し込み可 (調整あり))

【その他事項】

①会員加入促進プロジェクトチーム会議 (協議内容抜粋)

*健康教室・友愛実践活動事業講演会への非会員参加を認め、会員加入のきっかけとする

*「空白区域」の加入希望者の支援

②今後の支部会長会の日程

11/12 (水) 岸町ふれあい館3階

12/5 (金) 岸町ふれあい館3階

8.1/19 (月) 岸町ふれあい館3階 (新年会開催)

③11月の提出物

*「北シニア連会報誌づくり講座」事前アンケート

*第3回健康教室「筋力アップ体操」参加申込書

2. 十条高台ブロック会長会

①

②11月 17 日 日曜日

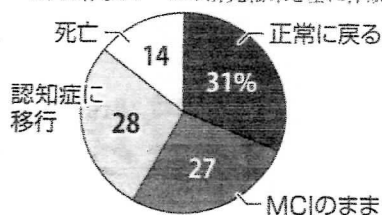
認知症「前段階」5年後3割正常

九州大調査 生活習慣病や筋力影響

認知症の前段階と診断された高齢者の約3割は、5年後に認知機能が正常に戻ったとする研究結果を、九

州大のチームがまとめた。生活習慣病がないことや、筋力が保たれていることなどが関係しており、認知症の発症予防につながる可能性があるという。日本老年精神医学会で報告され

●軽度認知障害(MCI)と診断された人の5年後の変化
※九州大のチームの研究結果を基に作成



た。

この研究は、福岡県久山町の65歳以上の住民を対象に1961年から行われていた追跡調査の一環。

調査は2012年と17年、認知症の前段階である軽度認知障害(MCI)と診断された高齢者計398人を対象に実施。このうち5年後の状況を追跡できた380人を分析した。正常に戻ったのは119人(31%)で、MCIのままだったのは102人(27%)、認知症に移行したのは106人(28%)だった。

認知機能が回復した人の背景を解析すると、糖尿病がないことや、血圧が低い、年齢が若い、握力が強いなどの要因があった。

九州大の二宮利治教授(公衆衛生学)は「認知症になる可能性は誰にでもある。診断を恐れて検査を受けるのを遅らせるよりも、早い段階から認知機能を理解し、対策に役立ててほしい」と話す。

九州大の二宮利治教授(公衆衛生学)は「認知症になる可能性は誰にでもある。診断を恐れて検査を受けるのを遅らせるよりも、早い段階から認知機能を理解し、対策に役立ててほしい」と話す。