

シニアクラブ長泉だより

～ 令和7年11月 ～



下土狩駅構内から 撮影日令和7年11月4日

《シニアクラブ長泉》

健康・友愛・奉仕作業で

生きがい、健康づくり、仲間づくりを基盤に

支えあう社会を目指す

目 次

P1 【トピックス】 詐欺電話多発中！

P2 【トピックス】 第33回輪投げ大会が開催されました！

P3 【トピックス】 第23回県シニアグラウンドゴルフ大会が開催されました！

P4 【活動投稿】 薄原下区・薄原上区合同のバスツアーが実施されました！

P5 【頭の体操】 ＜自然にまつわる漢字クイズ＞

P6 【頭の体操】 《先月の回答と当選者の発表》

巻末裏 令和7年11月号 頭の体操クイズ 応募用紙

巻末 ＜編集後記＞

【富士山の写真募集中！】

- 会員の皆さんの自宅周辺からの富士山の写真を募集しています。
 - ・ 撮影日 ・ 撮影場所 を明記して、事務局：尾崎まで 提出ください。
- 「シニアクラブ長泉だより」の表紙に、掲載させていただきます。
- ※皆さんが活動されている場所から見える富士山でもよいですよ！**

【活動紹介募集中！】

- 各クラブの活動紹介を募集しています。
 - A4用紙1枚を目途に、紹介文章と活動写真を、事務局：尾崎まで 提出ください。
- 「シニアクラブ長泉だより」に、掲載させていただきます。
- 各サークルの活動紹介を募集しています。
 - A4用紙1枚を目途に、紹介文章と活動写真を、事務局：尾崎まで 提出ください。
- 「シニアクラブ長泉だより」に、掲載させていただきます。

【トピックス】 詐欺電話多発中！

継続して、親族を騙った詐欺電話が多発しています。

特殊詐欺の被害は、1本の電話から始まります。
特殊詐欺の事前電話「サギ電話」に出してしまうと
被害に遭う可能性がとて高くなってしまう。



・**警察官を騙った詐欺電話が発生しています。**

「あなたの銀行口座が勝手に開設されている。」

「出頭してほしい。遠方で出頭できなければ、LINE で通話したい。」

等と電話をしてきて、個人情報、資産情報を聞き出そうとします。

さらに、お金を振り込ませようとします。

電話でお金の話があったら、それは詐欺です。

・**警察官を騙った詐欺電話が発生しています。**

「捕まえた犯人の情報からあなたの銀行口座の番号があった。」

「捜査にはお金が必要となる」

等と電話をしてきて、個人情報、資産情報を聞き出そうとします。

さらに、お金を振り込ませようとします。

電話でお金の話があったら、それは詐欺です。

・サギ電話をブロックするには、電話機対策をすること極めて有効です。

[NTTが提供するナンバーディスプレイ等の無償化]

・NTT西日本の電話回線を利用している

・70歳以上の方が契約者または70歳以上の方と同居している

を条件に、月額利用料等が無料化となります。

※1 ナンバーディスプレイ:かけてきた相手の電話番号がディスプレイに表示される。

※2 ナンバーリクエスト:電話番号非通知の相手に、電話番号を通知してかけ直すよう
音声メッセージで応答するサービス(着信音は鳴りません)

※ **NTTに申し込みが必要です。**



警視庁からのお知らせ

「宅配便等で現金送れ」は、すべて詐欺

宅配便で現金を送らせる「現金送付型」の特殊詐欺が発生しています。

現金書留で現金を郵送させる手口も発生しています。

「宅配便等で現金送れ」は、すべて詐欺ですので、現金は決して送らず、
最寄りの警察や警察相談専用電話(#9110)にご相談ください。

【相談窓口】

裾野警察署 生活安全課 電話:055-995-0110

※迷惑・悪質電話防止装置の設置をご検討ください

長泉町地域防災課 電話:055-989-5505

【トピックス】 第33回輪投げ大会が開催されました！

10月16日(木)にシニアクラブ長泉第33回輪投げ大会が、ウェルピア アリーナにて総勢294名(48チーム:男130名・女164名)の参加で、開催されました。

昨年よりも12名も多く参加がありました。有難うございます。



開会式



選手宣誓:上長窪



競技風景



優勝チーム:下長窪

[団体結果]: 上位2チーム(竹原と上土狩)が12月12日開催の県輪投げ大会に参加します。

順位	チーム名	得点	順位	チーム名	得点
優勝	下長窪A	417	4位	駅下A	374
準優勝	竹原A	410	5位	納米里A	360
3位	上土狩A	395	6位	本宿A	358

[個人結果] ※パーフェクト賞:杉本 すみ江さん(上土狩) おめでとうございます！

男子受賞者				女子受賞者		
順位	クラブ名	氏名	得点	クラブ名	氏名	得点
優勝	下長窪	遠藤 静男	93	駅下	塩川 幸子	109
準優勝	竹原	貝原 太和	87	上土狩	杉本 すみ江	88
3位	上土狩	笠原 猛	79	納米里	梅本 昌子	74
4位	下長窪	遠藤 豊	76	本宿	鈴木 ふみ子	73
5位	中土狩	加藤 福也	75	竹原	秋山 芳江	73
6位	鮎壺	大森 莊三	75	本宿	川上 和代	71
当日賞	納米里	八束 哲男	66	竹原	渡辺 勝世	59

90歳以上のエントリーが20名ありました！

【トピックス】 第23回県シニアグラウンドゴルフ大会が開催されました！

令和7年10月21日(火)、天候不順の下、島田市川越広場グラウンドゴルフ場で第23回シニアクラブ静岡県グラウンドゴルフ大会が開催されました。

県内21市町390名を超える参加で、日頃の成果を競い合いました。
長泉町からは、5月に実施された「第60回シニアクラブ長泉グラウンドゴルフ大会」の優勝：納米里。準優勝：上土狩が応援を含めて、16名のメンバーで参加し
両チームの精鋭たちが、団体(5名登録で上位3名の記録)と参加者全員の個人戦を赤・白・青の3組に分かれて、8ホール2ラウンドの計16ホールの合計打数で競い合います。
表彰対象は、団体(1～3位)と個人(各組1～5位)ですが、
長泉町は、団体：同率9位、個人：同率6位と、惜しくも対象外でした。



参加者&応援者



来年こそは、良い成績で最後まで滞在したいですね！

【活動投稿】 薄原下区・薄原上区合同バスツアーが実施されました！

令和7年10月31日(金)に薄原下ひまわりクラブと薄原上すすきの会合同で、バスツアーを企画し、23名の参加で楽しく過ごしました。当日は天候が懸念されましたが、内容の変更も含め、何とか無事に終了しました。主な行程は以下の通りです。

各区公民館でピックアップし、9時頃出発。

まずは、中伊豆「季多楽」にて手作り豆腐体験。

出来立ての投入や固まる前に飲んだ汁の美味しかったこと。

木綿豆腐づくりに多くの手間や温度管理など、勉強になりました。

出来上がった豆腐の美味しかったこと。

機会があれば、自宅でも手作りに挑戦してみたいですね！

昼食は、「ぐらんばる道の駅」でバーベキュー。

ボリュームもしっかりあったので、満足！

最後の観光先は、「伊豆シャボテン動物公園」

ここで、雨が降ってきましたが、館内の通路がメインで余り濡れずにすみしました。

シャボテン公園からシャボテン動物公園になっていたのが知っていましたが

以外に多くの動物がいることに驚きました。キリンやレッサーパンダもいましたよ！



海鮮バーベキューで舌鼓。量的には、まずまずでした！

動物ショーも、やってみました

バス内では、サロン仕様にしてもらいましたので、出発してから直ぐにビールで乾杯！

酒盛りにはなりませんでしたでしたが、楽しく語りました。

バスを降りた際に、皆さんの買い物欲にビックリ！

沢山の買い物をして、17時過ぎに解散しました。

バスの中では

「なかなか楽しいかったね！」

「来年も参加したい」「それまで元気でいよう！」

とワイワイガヤガヤ。

来年も同じ時期に実施を検討したいと思います。

他クラブの皆さんにも声をかけますので

是非、一緒に楽しみましょう！



『頭の体操』 <自然にまつわる漢字クイズ>

難読漢字を集めてみました。辞書を引いたり考えたりすることは、脳トレいいと云われています。今回は、「動植物の名前」・「食べ物の名前」を出題します。さあ、果敢に挑戦してみましょう！



- 問題1 「合歓木」 初夏に紅色の花が咲くマメ科の落葉高木。
- 問題2 「含羞草」 ネムノキ亜科の植物の一種。
- 問題3 「酸漿」 ナス科の多年草。観賞用や食用として栽培されます。
- 問題4 「罌葛」 虫を捕食する食虫植物。
- 問題5 「翻車魚」 独特の巨体が特徴の海水魚。
- 問題6 「卷耳」 キク科の一年草。果実にトゲあり、「ひつつき虫」と呼ばれています。
- 問題7 「牛酪」 牛乳から分離したクリームを練って固めたもの。元は塗り薬でした。
- 問題8 「御田」 日本の煮込み料理のひとつ。
- 問題9 「鱻鰭」 かつて世界一の輸出国は日本でした。
- 問題10 「芽花椰菜」 アブラナ科の緑黄色野菜。

クラブ名 _____ 氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

応募者全員の方から、抽選で15名の方に「粗品」を差し上げます！！

令和7年11月21日(金)迄に、福社会館事務所:尾崎まで

メール: nagaizumi.scc@gmail.com FAX:055-986-3794

巻末裏の解答用紙をご利用ください！！

『頭の体操』 <高齢者向け防災クイズ パート2>

先月の「高齢者向け防災クイズ」はどうでしたか？意外と知らないこともあったのでは！？
総合防災訓練で見直す機会にもなったのではないのでしょうか？
「備えあれば憂いなし」ですね！

第1問 地震が起きた時に、一番先にすべきことは何でしょうか？

② 自分の身を守る：地震が起きた時に下敷きにならないように自分自身の体を守る。

第2問 あなたが外にいるときに大地震が起きました。一番正しい避難場所はどこ？

② ガソリンスタンド：ガソリンスタンドは意外にも地震・火事にとっても強い建物です。

第3問 山や海にいるときに大地震が起きました。一番正しい行動はどれでしょうか？

③ 海辺にいたら、たとえ小さな揺れでもすぐに高いところに逃げる：大地震のあとは、津波が来る可能性があります。津波は川をさかのぼるので速やかに離れましょう。

第4問 東日本大震災で、高いところで何メートルの津波が押し寄せたでしょうか？

③ 40m以上：岩手県大船渡市の綾里湾で、局所的に40.1mが観測されました。

第5問 自治体が発令する避難情報で、危険度が高い順番に並んでいるのはどれ？

③ 避難指示＞避難勧告＞避難準備・高齢者等避難開始：避難指示は最も強いものです。

第6問 夜に台風が近づき道路が冠水したので避難を考えました。取るべき正しい行動は？

③ 何人かまとまって避難する：一人で、特に夜間に移動する場合は、複数で行動を。

第7問 火災を発見した時、最初にするべきことはどれでしょうか？

① 火災発生を周囲に知らせる：火災を発見したら、まずは周囲に、次に消防に連絡を。

第8問 火災が起きやすい時期はいつでしょうか？

② 2月～3月：冬場は空気が乾燥していることに加え、暖房器具の使用頻度が多くなる。

第9問 避難中に上着が足りずに寒い時、使える物はどれでしょうか？

③ 新聞紙：東京都は、11月19日を「備蓄の日」としています。

第10問 避難中に上着が足りずに寒い時、使える物はどれでしょうか？

③ かまど：公園のベンチは災害時に、座る部分を外すと‘かまど’として使用できます。

応募総数：39件。応募クラブ：8クラブ **応募ありがとうございました！**

	クラブ名	お名前		クラブ名	お名前
1	上長窪 百澤クラブ	黒川 俊美	9	上土狩 シニアクラブ	二村 みち子
2	下長窪 城山クラブ	関野 和代	10	新屋町下 いなり会	杉山 芳晴
3	下長窪 城山クラブ	高橋 節子	11	鮎壺 シニアクラブ	井口 繁男
4	下長窪 城山クラブ	渡辺 秀子	12	薄原上 すすきの会	荒川 絹子
5	上土狩 シニアクラブ	掛橋 智美	13	竹原 シニアクラブ	菅谷 常子
6	上土狩 シニアクラブ	勝又 京子	14	本宿 ニューライフクラブ	高田 美千代
7	上土狩 シニアクラブ	谷井 健二	15	本宿 ニューライフクラブ	山本 博
8	上土狩 シニアクラブ	谷井 裕子	おめでとうございます！！		

～ 頭の体操クイズ 令和7年11月号（締切:11/21）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

11月21日(金)迄に、シニアクラブ長泉事務局(尾崎)へ提出願います

～ 頭の体操クイズ 令和7年11月号（締切:11/21）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

11月21日(金)迄に、シニアクラブ長泉事務局(尾崎)へ提出願います

～ 頭の体操クイズ 令和7年11月号（締切:11/21）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

11月21日(金)迄に、シニアクラブ長泉事務局(尾崎)へ提出願います

<編集後記>

今年も、残り2ヶ月になってきました！

11月は、「グラウンドゴルフ大会」！

12月は、「役員研修旅行」！

となっています。怪我の無いように、楽しんで活動してくださいね！

皆様からの感想や掲載記事を募集しております。

ご協力をお願いします。

- ・ 自クラブの活動紹介や本部への要望など
- + ・ グラウンドゴルフ大会・輪投げ大会・スポーツ大会・フライングディスク大会
- ・ 新規大会の開催・健康ウォーキング・研修旅行
- ・ 交流研修会・他クラブとの交流・友愛活動
- ・ 各サークル活動の紹介
- ・ 頭の体操クイズ
- ・ ペット情報 他々

<下記へお気軽にご連絡下さい>

平瀬会長 電話：090-4089-1130 Mail：kyon1109@ozzio.jp

尾崎事務局 FAX：055-986-3794 Mail：nagaizumi.scc@gmail.com

