

シニアクラブ長泉だより

～ 令和8年1月 ～



駿河平にて(本宿:加藤 種雄様 提供) 撮影日令和7年12月3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】 役員研修旅行が開催されました！

P3 【トピックス】 ～ 観戦記 ～ 県輪投げ大会に参加しました！

P4 【トピックス】 健康ストレッチ教室 クリスマスバージョン

P5 【頭の体操】 <難読地名クイズ>

P6 【頭の体操】 《先月の回答と当選者の発表》

巻末裏 令和8年1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。



・病院を騙った詐欺電話が発生しています。

「病院で保険証やキャッシュカードを預かっています。」

「保険証がおかしいので警察から連絡がいきます。」

等と詐欺につながる電話が自宅の固定電話や携帯電話にかかってくる。
騙されないで下さい。

・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。

・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】 役員研修旅行が開催されました！

12月4日(木)、少し肌寒い一日でしたが、令和7年度役員研修旅行を開催！
今回は、小田原の偉人「二宮尊徳記念館」の見学と「漁港の駅」での買い物。
「熱海温泉ホテル・サンミ」での忘年懇親会。という比較的楽なルートでした。
参加者は、40名と少なかったですが、バス1台での行程のためスムーズに進行。

「二宮尊徳記念館」では、数多くのむらむらの復興に取り組み大きな業績を上げ
「報徳仕法」と呼ばれる復興策は、領主や幕府の政策にも取り入れられたとのこと。

「熱海温泉ホテル・サンミ」での昼食懇親忘年会では、美味しい料理に舌鼓！
カラオケから友愛部で練習している踊りを多くの方々と踊るなど。

大変楽しいひと時でした。次回もいい行程を考えていきますので楽しみに！
参加いただいた皆さん、お疲れ様でした(^O^)



二宮金次郎生家 見学



二宮尊徳記念館内 見学



【トピックス】 ～ 観戦記 ～ 県輪投げ大会に参加しました！

12月12日(金)焼津市体育館で、第13回県シニア輪投げ大会が開催されました。今年も会場へ2チームと応援を含め、17名で参加してきました。

いつもは寒くて震えていましたが、意外と暖かくその点は良かったのですが成績は、17位・32位とふるいませんでした。

確実に西部地区のレベルが上がっているのを実感しました。

上土狩チームは、ピンチヒッターとして出場して頂き、感謝しています。

更に、寒いだろうからとポット持参していましたので、昼食時に暖かいお茶も頂くことも出来ました。

バスでの移動も和気あいあいと楽しく、焼津さかなセンターでも恒例の買い物をし、賞品はゲットできなかったものの、お土産はドッサリ！

来年に向けて捲土重来を誓って一日を終えました。

参加して頂いた方々、お疲れ様でした。

投稿：武田 登 健康部長



【トピックス】 健康ストレッチ教室 クリスマスバージョン 🎄

月2回実施している「健康ストレッチ教室」は、現在30名を超える登録があり、毎回、27～28名以上の方々が参加しています。

12月24日(水)に、今年最後の「健康ストレッチ教室」を開催しました。
この日は、クリスマスイブ。講師の先生と相談して、クリスマスバージョンで実施！
雰囲気をクリスマスイブにして、風船を使用したストレッチなどを盛り込んで
楽しいストレッチ体験をしてもらいました。

新年の最初は、1月14日(水)10時からとなりますので、お試しでも結構ですから
顔を出してみてもいかがでしょうか。



『頭の体操』 <難読地名クイズ>

難読地名の問題です。漢字[①～⑮]と正しい読み[A～O]をつないでください。

地図で場所を探してみるのもいいですよ！

【問題】

- ① 神久保
- ② 雪車町
- ③ 比作
- ④ 水主町
- ⑤ 呉服
- ⑥ 九品仏
- ⑦ 彼浜
- ⑧ 狼森
- ⑨ 歴木
- ⑩ 十二月田
- ⑪ 間人
- ⑫ 弟子屈
- ⑬ 丁
- ⑭ 満水
- ⑮ 生琉里

【解答欄】

- A そりまち
- B くほんぶつ
- C おいのもり
- D ひつつくり
- E くれは
- F いものくぼ
- G あちばま
- H かこまち
- I よろ
- J たまり
- K てしかが
- L たいざ
- M ふるさと
- N しわすだ
- O くぬぎ



----- キリトリ -----

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄	問題	解答欄
①		⑥		⑪	
②		⑦		⑫	
③		⑧		⑬	
④		⑨		⑭	
⑤		⑩		⑮	

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8年1月23日(金)迄に、福祉会館事務所: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』 <先月の問題：バラバラ漢字 二字熟語クイズ>

バラバラ漢字の二字熟語クイズの出題でした。いかがでしたか？

介護施設でも活用されており、記憶力と空間認識能力が鍛えられ、
認知症予防に効果があるといわれています。

[設問]

[ヒント]

[正解]

【問題1】 己 日 言	→ コレを日課にしている人も。	→ 日記
【問題2】 糸 本 会	→ 子どもはコレが大好きです。	→ 絵本
【問題3】 日 門 人	→ 私たちはみんなコレですよ。	→ 人間
【問題4】 日 寺 言 十	→ 毎日何度も見ますよね。	→ 時計
【問題5】 立 木 子 見	→ 井ものの種類にもありますよ。	→ 親子
【問題6】 糸 羽 東 白	→ コレを繰り返すと上達します。	→ 練習
【問題7】 頁 周 川 言	→ 問題のない様子です。	→ 順調
【問題8】 十 十 月 日 日	→ 一日の始まりです！	→ 朝日
【問題9】 口 水 糸 白 口	→ 電話やインターネットが関係します。	→ 回線
【問題10】 糸 口 口 口 色	→ おいしい料理はコレですね。	→ 絶品

応募総数：71件。応募クラブ：11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	寺尾 政治	9	鮎壺 シニアクラブ	牛窪 洋子
2	下長窪 城山クラブ	小川 不二子	10	鮎壺 シニアクラブ	三好 淳一
3	下長窪 城山クラブ	加藤 竹春	11	西 大いちょうクラブ	遠藤 隆子
4	池田 悠遊会	大場 義男	12	薄原上 すすきの会	濱岡 久子
5	納米里 シニアクラブ	佐々木 啓子	13	竹原 シニアクラブ	中野 佐智子
6	上土狩 シニアクラブ	江間 富芳	14	本宿 ニューライフクラブ	有泉 彰
7	上土狩 シニアクラブ	掛橋 将信	15	本宿 ニューライフクラブ	加藤 静江
8	上土狩 シニアクラブ	山口 陽子	おめでとうございます！！		

～ 頭の体操クイズ 令和8年1月号（締切:1/23）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄	問題	解答欄
①		⑥		⑪	
②		⑦		⑫	
③		⑧		⑬	
④		⑨		⑭	
⑤		⑩		⑮	

1月23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8年1月号（締切:1/23）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄	問題	解答欄
①		⑥		⑪	
②		⑦		⑫	
③		⑧		⑬	
④		⑨		⑭	
⑤		⑩		⑮	

1月23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8年1月号（締切:1/23）～

クラブ名 _____

氏名 _____

問題	解答欄	問題	解答欄	問題	解答欄
①		⑥		⑪	
②		⑦		⑫	
③		⑧		⑬	
④		⑨		⑭	
⑤		⑩		⑮	

1月23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>

新年 明けまして おめでとうございます 🐉

去年は シニアクラブ長泉の事業に 協力いただき 有難うございます 😊

本年も 宜しく お願いいたします 🌱

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

