



発行 高知市老人クラブ連合会

〒780-8015 高知市百石町3丁目1-30 高知市南部健康福祉センター2F ☎(088)831-3324

【市老連HP】<https://kochi-shiyouren.com> 【E-mail】koutisirouzinkurabu@lapis.plala.or.jp

編集協力 (株)博報社 〒546-0043 大阪市東住吉区駒川15-4-11 KADOMA BUILDING 2F ☎(06)6797-0212



北川村『モネの庭』マルモッタン



高知市老人クラブ連合会
会長 小寺 雅夫

会員の皆様には平素から、高知市老連の事業運営に格別のご理解とご支援を賜り厚くお礼を申し上げます。老人クラブにおいては、「健康づくり、支え合いづくり、生きがいづくり、地域づくり」を目指して、スポーツや文化活動をはじめ、見守り安全確認といった友愛活動や多世代交流など幅広い取り組みを行っています。

こうした取り組みは、人と人とのつながりが途切れがちな時代において、豊かで活力のある地域づくりをしていくために、これ以上なく重要な役割を果たしていくものと考えられます。私たち老人クラブには地域共生社会を築き上げていくため、その一環を担うことが求められています。ボランティアは活動することも大事ですが優しい声かけをすること、名誉、地位、お金より信頼できる友人をつくり、人脈をつくるのが「自分自身の健康管理」の次に大事だと思います。

最後に、会員皆様方のご健康とご多幸を祈願申し上げ私の挨拶とさせていただきます。

令和8年度 受賞者名簿

(敬称略)
(6月4日表彰時点)

◎市老連役員受賞者

【三 里】種崎一区千笑会

理事 山岡 富子

【長浜第二】瀬戸西団地第一寿クラブ

理事 中平 正和

【鴨 田】あったかクラブ

理事 西岡 知江

◎優良老人クラブ会員受賞者

【朝 倉】朝倉三和会第三老人クラブ

会長 宮田 登

【朝 倉】若草ほのぼの会

会計 門田 寿子

受賞おめでとうございます

令和8年6月4日(木)に高知会館において、ご来賓の桑名龍吾高知市長、清水おさむ高知市議会議長（氏原嗣志副議長代理出席）、長尾達雄高知市町内会連合会会長、小畑和正高知市高齢者支援課長のご臨席のもと、委任状含め77人



第65回市老連定例総会の開催

様おめでとございます。総会では、議長に選出された大崎副会長の進行のもと、第1号議案令和7年度事業報告、第2号議案令和7年度決算報告及び監査報告、第3号議案令和8年度事業計画（案）・予算（案）、第4号議案会則の変更（案）

の参加者により定例総会が行われました。黙とうを行った後、高知市高齢者憲章を浜田副会長の発声に合わせて唱和しました。総会恒例の市老連会長表彰では、市老連役員が3名、地域老人クラブの役員が2名受賞されました。（受賞された皆

各種事業報告では、健康まつりが三里地区で盛大に行われたことや、出発式に「チロちゃんばあちゃん」を1日交通部長としてお迎えした、無事故・無違反チャ

が提出され、すべて承認されました。第1号議案の事業報告では、まずクラブ数や会員数の減少傾向が続いている現状の説明がありました。図ー1に示すように、令和3年度から令和7年度までに休止あるいは解散したクラブは34クラブとなっており、その主な要因としては、高齢化に伴う会長等の役員の後継者がいないことや会員の減少などがあげられます。また、近年は定年後も仕事に就かれる方が増え、趣味の多様化などもあって、若年層の老人クラブへの参加意識が薄れていることも要因の一つと考えられ、今後も市老連の広報活動はもとより、地域での声掛けなど会員増に向けた積極的な取り組みが望まれます。

た。これは昨年度に引き続き実施したレジャー農園の整地工事等の費用に、繰越利益剰余金を充てたことによるものです。また監査報告では、会計が適正かつ正確に処理されている旨の報告とあわせて、「財政的支援の継続・強化」、「運営面

レンジ100、日頃の修練の成果を発表するシニア文化祭などについて報告がありました。あわせて高知市老人クラブの高齢者福祉への寄与度として、表ー1のとおり、年間13万375人の方が各種活動に参加されたとの報告がありました。クラブ数、会員数が減少する中でも、老人クラブは高齢者の社会参加の拠点の一つとして、しっかりとその役割を果たしています。第2号議案の決算報告では、貸借対照表に示すとおり当期損失がマイナ

総会後の懇親会は、小寺会長の挨拶に続いて氏原市議会議長の乾杯の音頭で開宴し、宴半ばにアトラクションとしてアロハレダンス、憩民踊さんの踊りが披露され、会場は大いに盛り上がりしました。

最後に第4号議案の会則の変更では、クラブ数及び会員数の減少が続く中、柔軟に役員体制が維持できるよう、副会長の定数を5名から若干名に変更しました。次に第3号議案の令和8年度事業計画については、地域活動、連合会活動、憩所活動を継続することとしましたが、予算は高知市の事務事業の見直しに伴い、老人憩所運営等の委託事業費が縮小したことから、昨年度と比べ総額は収入支出とも108万9000円の減額となっています。



役 職	ブロック	氏 名
会 長	春野	小寺 雅夫
副会長	大津	藤岡 省次
副会長	鏡	大崎 達美
副会長	薊野	北代 俊雄
副会長	朝倉	浜田 礼子
副会長	一宮	福原 次善
理 事	鴨田	西岡 知江
理 事	潮江北	山本 哲也
理 事	潮江南	藤戸 重光
理 事	長浜第一	中平 正和
理 事	三里	山岡 富子
理 事	五台山	長崎 正字
理 事	介良	
理 事	高須	田所 初美
理 事	江ノ口	野村 洋一
理 事	秦	
理 事	旭	高島 敏博
理 事	学識経験者	明坂 啓司
監 事	一宮	石橋 照久
監 事	外部監査	松井 成起
監 事	外部監査	岡村 隆夫
事務局長	事務局	岡林 孝之



貸借対照表				【表-1】高知市老人クラブの高齢者福祉への寄与度			【図-1】ここ5年間のクラブ休止・解散の状況及びその要因	
[税込] (単位:円)								
資産の部		負債の部		事業区分	延べ活動人数(概数)	備 考	令和3年度 6クラブ 令和4年度 10クラブ(うち解散4) 令和5年度 10クラブ(うち解散2) 令和6年度 5クラブ 令和7年度 3クラブ 計 34クラブ	
科 目	金 額	科 目	金 額	単位老人クラブ	78,091人	102クラブ 3,415人		
【流動資産】		【流動負債】		ブロック研修会	269人			
(現金・預金)		未払金	2,536,316	ミニデイサービス事業	6,915人	28カ所		
現金	531,248	未払費用	914,470	生き活き大学	370人			
普通預金	3,113,691	前受金	176,000	後援事業への参加	1,782人			
定期預金	3,000,000	預り金	312,694	友愛活動部研修	160人			
現金・預金 計	6,644,939			グラウンド・ゴルフ大会	52人			
		負債の部合計	3,939,480	室内スポーツ練習	131人			
(その他流動資産)		純資産の部		無事故無違反チャレンジ100	128人	高齢者交通事故防止企画		
前払費用	262,800	【純資産】		ワナゲ大会	23人			
未収入金	1,349,620	前期繰越純資産	4,582,555	健康ウォーキング	44人			
その他流動資産 計	1,612,420	当期損失	△264,676	ボウリング大会	23人			
		純資産の部合計	4,317,879	カラオケ大会	24人			
資産の部合計	8,257,359	負債・純資産の部合計	8,257,359	憩所定例・自主講座事業	10,810人	50講座		
令和8年3月31日現在				憩所囲碁・将棋・健康コーナー	6,528人			
				特別行事参加	193人	世代間交流他		
				シニア文化祭	399人			
				西部健康福祉センター講座	18,981人			
				西部囲碁・将棋・健康コーナー	3,160人			
				春野あじさい会館講座	540人			
				高齢者ふれあいセンター講座	737人			
				東部高齢者いきいきセンター講座	875人			
				県老連主催事業	140人	スポーツ大会等		
				計	130,375人			

令和8年度事業計画（要旨）

市老連の主要事業の実施

①地域活動の推進

②市老連活動の推進

③専門部活動

④健康まつり

⑤第39回健康ウォーキング

⑥第12回ボウリング大会

⑦第3回カラオケ大会

⑧第19回市老連グラウンド・ゴルフ大会

⑨第2回市老連ワナゲ大会

⑩室内スポーツの練習

⑪地域交流デイサービス事業（ミニデイ事業）

⑫生き活き大学

ブロック活動・地域老人クラブの活動

令和8年度のブロック数は17、老人クラブ数は82クラブ、会員数は27,266人となっています。ブロック活動を通じて地域内の老人クラブの連携強化を図るとともに、地域老人クラブは地域に根差した活動を実施し、地域に親しまれるクラブを目指します。また、地域内の他の団体等とも協力し活動の輪を広げ、地域福祉の充実に努めます。

本年度も5専門部（女性部、友愛活動部、保健体育部、成年部、文化・事業部）・役員・事務局が一体となり各事業を推進します。

ホームページのイベント情報や各種講座案内等をタイムリーに更新します。また、全会員向けの「市老連だより」をはじめ、「憩所ニュース」、会員増チラシ「のぼそう健康寿命担おう地域づくり」などを通じて老人クラブの活動を積極的に紹介していきます。

県老連主催ろうれんピックは、市老連が参加を奨励しているスポーツ大会であり、参加するためのタクシー等交通費について、事前申請により市老連独自で助成することとします。

交通手段を持たない高齢者が増加する中、市内中心部に参集して行う事業形態ではなく、各ブロックで連携共同して行う健康まつりを実施します。令和7年度は三里ブロックで行いました。今年度は10月15日(木)に高知市朝倉総合市民会館で実施予定です。

令和9年1月（場所）鏡川周辺3km及び6kmの各コース

（実施予定時期）9月中旬（場所）「ボウルかつらしま」を予定

（実施日）7月10日(金)午後から（場所）南部健康福祉センター2階ホール

（実施予定時期）11月（場所）東部総合運動場多目的広場（主管）高知市グラウンド・ゴルフ協会

（実施予定時期）10月（場所）南部健康福祉センター2階ホール

（実施予定曜日時間）毎月第1または第2金曜日13時30分から15時30分（場所）南部健康福祉センター2階ホール（種目）ワナゲ、フロッカー、室内モルックを予定

閉じこもりがちな高齢者や、出られないことはないが病弱な高齢者を誘い合い連れ出し、自らの健康寿命を延ばすための高齢者同士のサロンのな集まりです。

百歳体操や様々な趣味の講座、健康づくりの話などをするこによって楽しいふれあいの中で生きがいを感じ、寝たきりや認知症の予防を目的として24カ所で行います。

市老連会員に幅広い学習の場を提供することで、仲間づくりと新しい知識や刺激を吸収することに生きがいを持ち、心豊かな生活の実現を目的に本年度も生き活き大学を開講します。

高齢者ドライバーの交通安全意識高揚と、高齢者の交通事故を防止するため、1チーム5人の高齢ドライバーを編成し、100日間、交通違反をしない等、交通ルールの順守及び交通マナーの向上を図ります。

老人憩所は60歳以上の高知市民を対象として昭和48年7月から業務を開始しており、令和8年度は定例講座、自主講座を左記の場所で開講する予定です。

（南部健康福祉センター）西部高齢者いきいきセンター（西部健康福祉センター）・春野あじさい会館・高齢者ふれあいセンター（保健福祉センター）・東部高齢者いきいきセンター（東部健康福祉センター）なお、定例講座は今年度から1講座1回100円の受講料が必要となります。

ふくし園の保育園児との世代間交流、戦争と平和を語る会など多彩な行事を開催します。

定例講座、自主講座の発表の場として、令和8年度も南部健康福祉センターで実行委員会方式により実施する予定です。

令和7年度 研修会ブロック報告	ブロック	実施日	場 所	講演内容等	参加数
	三里	4月6日	シリーズ	「医者にかかる10箇条」	65
	高須	5月24日	高須公民館	「あなたもできる救命活動」	21
	潮江南	6月26日	高知医療生協潮江支部	「体の痛みとの付き合い方」	24
	鏡	7月13日	高知市鏡構造改善センター	「生活習慣病と熱中症対策の関係」「フレイルについて」	22
	長浜第一	10月6日	瀬戸東町大ホール	「戦争と少年～私の少年時代」	61
	朝倉	9月20日	朝倉ふれあいセンター	「特殊詐欺について・事故防止について」	17
	旭	10月11日	木村会館	「自転車の交通ルールについて」	36
	鴨田	2月22日	西部健康福祉センター	「自分らしいしまい方」	23
参加者数合計					269



5/7 第48回 こどもの日の集い



去る5月7日に保育園との世代間交流事業として48回目の「こどもの日の集い」を南部健康福祉センターで開催しました。会場の真鯉や緋鯉がふくし園年長ゆり組さんをお迎えしました。みんなで手遊びなどを楽しんだ後、ゆり組さんから手作りメダルをプレゼントしていただき、とても楽しいひとときを過ごすことができました。こどもたちみんなが健やかに成長することを願っています。



6/19 令和8年度 市老連 友愛活動部推進員研修会

高知市基幹型地域包括支援センター北川愛美さんを講師にお迎えし、「みんなで取り組む栄養改善」をテーマに10食品群チェックシートを使って、老化を遅らせる栄養改善について学習しました。参加されたミニデイ推進員のみなさんはメモを取りながら熱心に聞いていました。日頃のミニデイ活動に役立てていただけたらと思います。



7/10 成年部 第3回カラオケ大会



梅雨明け直前の曇りの日に開催となったカラオケ大会も早3回目。新規参加者6名、見学の方も含めると総勢57名という大人数での大会となりました。歌い手は華やかな衣装を着ていたり、歌に合わせた小道具を持ったりと楽しそうに歌っていて、見学・応援の方も楽しくキレイな歌声に魅せられて、今年も大いに盛り上がりました。



結果（カラオケJOYSOUND 機械採点小数点以下3桁による・敬称略）

優勝	大庭ミサゴ
準優勝	柿本 安彦
第3位	小野 茂久
成年部賞	渡辺今日子

入賞おめでとうございます！

右から2番目が優勝の大庭さん、右から3番目が準優勝の柿本さん、左から3番目が3位の小野さん、左から2番目が成年部賞の渡辺さん



「イチ、ニ、サン、
シィ！」毎週水曜
日の午後になると田
辺島公民館から聞こ
えてくる百歳体操の
かけ声です。通院や
ボディーケア通いで忙
しい人を除いて「年
齢の制限はありません
から！」とお誘い
して、今年は50代か
ら90歳代の10数人が
通ってきています。
2階まで上がる階段
からしてすでに足鍛
え。「これがリハビ
リよ！」と気合いを

入れた先輩の顔が浮かびま
す。20年以上の歴史ある
(?)会場です。
伝統の体操後の「お茶の
会」でも最近は「いたたく
前にまず脳トレ」と、鉛
筆を走らせての頭の体操。
皆で知恵を出し合って答え
が見つかった時は「ワァ!!」
と歓声があがります。
「いきいき百歳体操」の
あとミニディ行事に取り組
むことも。地域包括支援セ
ンターや医療生協、近森病
院等の協力を得てのミニ講
座ではいつも発見があり質
問続出。皆で折紙や風船バ

す。
高齢者が気軽に



大津

田辺島(隼人老人クラブ&睦会)の活動

隼人老人クラブ 会長 藤原 尋子



今年はいくまで東警察署からの交通安全講話、専門家による「足と靴のミニ講座」、「正しい血圧の測り方」講習を行ってきました。今後も2回に渡る防災講座、土佐のお料理再点検(食生活見直し講座)、筆文字アートの実技、いきいき舟入りシスターズ(地元の体操グループ)のハーモニカ等の楽器演奏鑑賞など、楽しみながら取り組みが続きます。

立ち寄り、つながりを広げ深めることのできる場として公民館の環境整備と内容の充実を図っていきたくと考えています。



ジョン万次郎がNHKの大河ドラマで取り上げられることが発表され、長年待望していた県民には朗報となりました。江ノ口長生会では、第一長生会の江村会長の早速の発案で、ジョン万次郎研究の第一人者で現在土佐史談会事務局長の青野博氏に講演を依頼することとなりました。『ジョン万次郎

講演の内容は、私達の今まで知らなかったことがあまりにも多く、随分勉強になりました。特に一緒に遭難した宇佐の漁師たちのその後の生活については、ほとんど知識が無く、詳しい説明で演題に納得しまし

た。助けられた捕鯨船のホイットフィールド船長のことや、アメリカ本土のフェアヘブンでの生活についても改めて教えられました。その後全員での帰郷を計画し、当時のゴールドラッシュに便乗して金山で資金を調達し、再び捕鯨船に乗りハワイにいる仲間と再会しました。結果として3人で琉球に上陸帰国したわけですが、当時の日本は鎖国で3人は大罪人として厳しく尋問されます。その後、宇佐の2人は土佐藩の監視下、郷里で生涯を終えています。万次郎はその豊富な知識を買われ、関心のある諸藩の事情聴取に応じて、後の明治維新に活躍した偉

人に影響を与えています。ペリー来航時には通訳として期待されましたが、幕府側のスパイの懸念で実現していません。しかし、咸臨丸には通訳として乗り、勝海舟等と渡米しています。万次郎自身は帰国後二度結婚していることも初めて知りました。



江ノ口ブロック報告



江ノ口長生会連合会のジョン万次郎研修会について

江ノ口長生会連合会 野村 洋一

現在、万次郎の故郷土佐清水市とフェアヘブンは姉妹都市として交流しています。講師の青野博氏も両市のイベントには毎回のように参加しているそうです。宇佐の2人の墓参りもされています。多数のスライドの紹介もありました。予定の時間をオーバーしましたが、会場の質問にも答えて

いただきました。全員大満足でした。後日、聴講しなかった人が聴講した人から話を聞き大変残念がっていました。

介良

介良小学校

ミニデイ活動報告

代表推進員 石建東洋子

初めまして。介良小学校ミニデイ推進員は石建を含め、小松、公文の3名で、頑張っております。会員は、現在18名です。

月1回、第2の水曜日に活動していますが、前日には推進員が交代で会員全員に声かけ電話連絡をしております。

ミニデイの内容は、元気な体作り、健康体操、昔なつかしい童謡の音楽に合わせて脳トレ、柔軟体操、ヨガマットを使用してのストレッチや、トランプ遊びをしたり、前後の歩き方を入れたリズムダンス、マンボ、また、会員のリクエストで、東京音頭や炭坑節の踊りなど、和やかなみんなの輪作りを、モットーに励

んでいます。

音楽は童謡や歌謡曲を中心にリクエストを出し合いながら歌い、輪唱を楽しみ、お茶会で昔話しをしながら盛り上がっています。また、毎回工夫しつつ会員のアイディアも参考にして、小物作り、お酒の箱に色紙を貼って鉢カバーやホウ酸団子を作ったり、割り箸を利用し、素敵な鉢カバーを作ったり、いろいろ。ぬり絵もよくします。

年に一度はお楽しみ会としてダンスの発表会を。全員参加でダンスや民謡を踊ったりして、2時間ぐらいの会ですが楽しく遊んでいます。



◎音楽指導 岩神 純子

◎講師 石建東洋子（社交ダンス教師）

また、毎年12月には、小学生との昔遊び交流会があります。おはじき、おじゃみ、おりがみ、けん玉とか、タイムスリップをした感じで負けまいと頑張っております。

ところで、月日の経つのは早いものです。介良小学校ミニデイが発足して、早や今年で25年目になります。長い間お世話になりました。感謝の気持ちでいっぱい。25年が経ち、私もあつというまに老人になりました（笑）。



生き活き大学開講

令和8年度 生き活き大学 開講

令和8年6月26日（金）、高知市南部健康福祉センター2階ホールにて、新入生3人を迎えてのスタートとなった令和8年度の生き活き大学が開講しました。本年度は来賓として高知市高齢者支援課長の小畑和正様に来ていただき、お言葉を頂戴しました。

第1回目の講義は、高知県の公共交通の大半を担ってきた、とさでん交通株式会社の小森白乗合課計画係長と柏井守和乗合課主任に路線バスや高速バスについての講演を行っていただきました。今までも利用してきた交通機関でしたが、マイ時刻表の利用方法など、知らない情報が盛り沢山でした。

2回目からも、様々な分野の講師をお迎えする予定です。今年も楽しくお話を聞き、学習し、生き活きとした1年を過ごしていきましょう。



7/2 女性部 夏の奉仕活動





洋裁

講師：佐野 真利子



今年も夏を待たずして最高気温が30度を超えています。真夏ともなれば猛暑日が続くことも珍しくありません。人生百年時代。何歳になってもおしゃれを楽しみたいものです。

最初は、初めてのことばかりです。失敗を繰り返しながら完成していきます。上手にできなくても、失敗をしてもいいのです。皆さんも、日常から少し離れ、『楽しい!』『おもしろい!』と感じ

ながら夢中になれる時間を仲間と一緒に持ってみませんか。細かい作業に取り組むことで脳が刺激を受けて活性化します。

作品が完成した時の喜び、完成するまでのワクワク、ドキドキは、心が躍ります。作品が完成すると、次に何を作ろうか、早く作って着たいと、次から次へと何を作ろうかと想いをめぐらせます。作品を完成させた達成感や成功体験が、今まで眠っていた、才能、個性を開花させるかもしれません。皆さんの未知の能力を自分で引き出してみませんか。



皆さん和気あいあい楽しみながら頑張っています。作品を自分で仕上げたと自信をもってくれることが、一番の喜びです。皆さんも楽しく笑いながら仲間づくりをしながら、世界で一つだけの自分に似合った、心豊かな服作り、おしゃれを楽しみましょう。



定例講座紹介

ピラティス

講師：西内 勝範



「最近、背中が丸まってきた気がする」「階段の上り下りで足元が不安…」そんなふうに、ご自身の体の変化を感じることはありませんか？

「何か運動を始めたいけれど、続けられるか心配」と迷われている方にもお勧めしたいのが「ピラティス」です。

この講座では難しいポーズは一切行いません。まずは姿勢のポイントを知り、呼吸を整えなが

ら無理のない範囲で体を動かしていきだけで、体の深部がほぐれ、立ち上がる動作や歩く時の軽やかさが変わっていきます。大切なのは誰かと比べることではなく、ご自身の今の体と丁寧に向き合う時間を持つこと。マイペースに、ご自身の心地よさを一緒に探していきましょう。

「ここに来ると体が軽くなる」そう感じていただけるよう、皆様をお待ちしております。

ぜひ、お気軽にご参加ください。



室内スポーツ練習日のお知らせ

下記のとおり室内スポーツに親しんでいただけるよう練習日を設定しました。どなたとでもお誘い合わせのうえご参加ください。

- ◎練習日時 令和8年9月4日(金)、10月2日(金)、11月6日(金)、12月4日(金)、令和9年1月8日(金)、2月5日(金)、3月12日(金) ※時間は全て13:30～15:30
- ◎場 所 南部健康福祉センター 2F ホール
- ◎練習競技 フロッカー・室内モルック・ボッチャ(3人一組) ワナゲ・シャッフルボード等



★動きやすい服装でお越しください。

★水分補給のための飲み物は各自ご準備ください。



1/24 (土) 成年部主催 第38回健康ウォーキング

- 場 所：高知市鷹匠町 鏡川緑の広場
- 参加者：59名（内待機スタッフ2名）
- ①みどりの広場 → 紅葉橋 → 月の瀬橋 → みどりの広場（6kmロングコース／34名）
- ②みどりの広場 → 新月橋 → みどりの広場（約3kmショートコース／23名）

今年で38回目となる今回の健康ウォーキングは、雪のちらつく大寒の日の開催となり、皆様「寒いね」「風があるとすごく寒い」と言い合いながら集合されました。しかし、歩き始めてしばらくすると寒さはあまり感じず、むしろ丁度いいと感じるようになり、景色を見て、話をしながら楽しく歩き切りました。

来年も開催する予定ですので、どなたでもお誘い合わせのうえご参加ください。多くの皆様のご参加をお待ちしております。



ご協賛頂いた皆様へ御礼

このたび「高知市老連だより」第91号に、広告掲載のご協力を賜わり誠にありがとうございました。本紙は、会員の生きがい・健康・教養を高めるとともに、すべての高齢者が豊かで幸せな老後を過ごせるよう願って刊行しております。今後とも一層の努力をして参りますので、引き続きご支援をいただきますようお願い申し上げます。 高知市老人クラブ連合会

担当副会長：北代 俊雄
部 長：浜辺 美子
委 員：福留 聖造
〃 石橋 照久
〃 山本 哲也
事務局 長：岡林 孝之
担 当 職 員：門外永美子
〃 井上久瑠美



6/10 (水) 県老連主催 ろうれんピック(室内)

- 場 所：県立春野総合運動公園 体育館大アリーナ
- 高知市老連参加人数：20名（ワナゲ：8名、フロッカー：3名、ボッチャ：9名）

梅雨のさなかの晴れの日、ワナゲとフロッカーとボッチャの3種競技が行われました。フロッカーやボッチャで接戦となり、仲間に応援の声を上げるチームもいれば、ワナゲでパーフェクトを獲得した方もいて、大盛り上がりとなっていました。

さんさんテレビが取材に訪れ、会場の皆さんの元気に笑いながら競い合う姿を取材していました。

- 成 績（高知市老人クラブ連合会関係）
ボッチャ：2位（3人娘チーム）
ワナゲ：4位（西森 直人 ※パーフェクト達成）



編集後記 某月某日の着信。迂闊にも相手先を確認しないまま応答してしまった。「もしもしお爺ちゃん。」と若い男の声。（いつ孫ができたのだろう。と不審に思いながら聞いていると。）「〇〇の理由で急にお金がいることになったので送って」やっぱりと言うべき詐欺電話。電話があったこと自体に心が乱れて、この時ばかりはマゴついてしまった。続いて「こちらN O T ファイナンスです。料金の未納がありますので、1番のボタンを押してください」との架空請求。世の中魑魅魍魎が跋扈している。皆様もお気をつけてくださいませ。甘い勧誘と安易な儲け話。少しでも変だと思ったら、近くの誰かに相談してみましょう。（棧橋六太郎）