

2023 年度いきいき同窓会第 1 回理事会レジメ

日時: 2023 年 5 月 13 日(土)13:00~14:30

場所: 薬円台公民館講堂

1. 開 会.....井上部長
2. 慶弔関係報告.....井上部長
 - ① 米寿 該当なし
 - ② 訃報 該当なし
3. 会長挨拶石川会長

4. 配布資料
 - ①第 1 回理事会レジメ ②2023 年度所属部別理事一覧③会員数状況(会費入金状況)
 - ④2023 年度いきいき同窓会年間主要活動計画⑤いきいき同窓会年間スケジュール
5. 各部の報告連絡事項等
 - ①総務部 ②会計部 ③広報部 ④文化部 ⑤健康スポーツ部 ⑥同好会推進部

6. 議題 (議長 井上副会長)
 - 6.1 年会費納入状況と会員数推移(報告事項).....高橋部長
 - 6.2 今年度の主要行事活動計画(承認事項).....井上部長
 - 6.3 所属部ごとの話し合い.....井上部長
 - 2023 年度各部長が座長
 - ①部員の自己紹介
 - ② 部の主要事業及び課題等の説明
 - ③ 2023 年度の部長・副部長選出(会長承認)
 - 全体集合
2023 年度各部の部長・副部長の自己紹介

7. その他
8. 閉会
.....今後の予定.....

◎ 理事会: ・ 6 月 10 日(土)13:00~14:30 海神公民館講堂
・ 10 月開催予定:日時・場所の確認は 8 月 20 日以降ホームページ掲載

◎ 部長会: ・ 5 月 20 日(土)9:30~11:30 海神公民館第 4 集会室
・ 6 月 17 日(土)9:30~11:30 海神公民館第 4 集会室

◎ 同好会各部への予算配布
・ 6 月 23 日(金)15:00~ 中央公民館第 2 集会室

◎ ルームアドバイザー・部長会メンバー意見交換会
7 月 26 日(水)10:00~11:30 中央公民館第 8 集会室

☆ 競技大会
・ パークゴルフ 5/25(木) オスカーパーク船橋
・ ペタンク 5/27(土) 夏見台まちかどスポーツ広場
・ グランドゴルフ 6/14(水) 法典グラスポ

以上

船橋市いきいき 同窓会 会員推移表

2023. 5. 13 現在 (会計部)

単位：名

	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年(令和5年)度
2000人					
1,900	前年比▲122				
1,800	会員数実績				
1,700	1750				
1,600					
1,500					
1,400					
1,300	(内一般会員)	前年比▲456			
1,200	1293	1,294			
1,100					
1,000			前年比▲308		
900		917	986	前年比▲112	前年比▲124
800				874	<u>目標会員数750</u>
700					719 (95.8%)
600			643		
500	(内協力会員)			549	
400	457				
300		377	343	325	
200					
100					
	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年(令和5年)度
会費収入 (単位千円)	1,521	1,105	814	711	(目標900) 862 (95.8%)

※2022年(令和4年)度迄、一般会員(会費1000円)・協力会員(会費500円)の2区分組織。

↓

※2023年(令和5年)度より、会員区分の一本化・会費も一律1200円に改定。

2023年度いきいき同窓会年間主要行事活動計画

I.同窓会全体行事

1. 同窓会行事活動

- ① 第36回体育祭:会員相互の親睦と健康保持向上を確認し合う。
開催日:2023年10月11日(水) 会場:船橋市運動公園。
- ② 第33回作品展:会員の生涯学習活動の成果作品を発表・展示し、市民に披露する。
開催日:2024年3月13日(水)~17日(日) 会場:「船橋市民ギャラリー」
- ③ 第32回芸能大会:会員が日頃研鑽している芸能的文化的活動の成果を披露・発表する。
開催日:2023年11月20日(水) 会場:「きららホール」
- ④ 市民大学校いきいき学部在校生への同窓会活動説明会。
【趣旨】在校生の同窓会への入会を促進する為に、同窓会活動の紹介と説明会を行う。
開催日:2024年1月10日(水) 全体説明 会場:船橋市民文化ホール
- ⑤ いきいき同窓会第41回定期総会。2024年4月11日(木)予定 会場:(宮本公民館講堂)

2. 関係団体との協力活動

- ①「2022スポーツ祭典実行委員会」主催の「スポーツの祭典」に協力する。
開催予定日:2023年10月1日(日)予定 主会場:船橋市運動公園
- ②クリーン船橋市民会議主催の「船橋市をきれいにする日」に参画する。
開催日:2023年11月19日(日)予定 集合場所:天沼弁天池公園

II.市役所関係部門との連携強化

- 1.高齢者福祉課との同窓会活動に関する話し合いと資料・情報の交換
 - ① 同窓会への補助金申請と活動・決算報告
 - ② “健やか活動”を含む健康保持向上に関する講座等の推進と連携
- 2.社会教育課との同窓会活動に関する話し合いと情報の交換
 - ① 市民大学校運営協議会への参画による大学校への協力支援(ルームアドバイザーの推薦等)
 - ② 市民大学校講座や生涯学習活動の支援、協力
- 3.高齢者福祉課、社会教育課(含市民大学校事務局)、いきいき同窓会(含ルームアドバイザー)との意見交換会を開催する。8月予定 会場市民大学校舎

III.同窓会としての主要対処事項

- 1.顧問との意見交換会を開催:9月予定。
- 2.広報活動強化の柱として昨年立ち上げた「いきいき同窓会HP」の浸透一層強化。
- 3.同好会推進部を中心に、魅力ある同好会活動の一層の活性化を図る。
- 4.合理化と同時に魅力ある行事活動実施の為、役員員の総力を結集した企画立案に注力する。

年間事業スケジュール(2023年度)

部	事業	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	備考
総務	総会	◎13													
	部長会(7回)	○22			17 ●										
	理事会(5回)	○1		13 ●	10 ●										
	意見交換会														
	市主催行事									◎					(船橋をきれいにする日)
広報	会報発行 (1,300部)					(106号)									(107号)
	ホームページ運営														(108号)
会計	会費受納 (特設窓口開設)														
文化						27日 ●									13~17日
	健やか活動講演会					27日 ●					20日				作品展 文化講演会
	健康管理講演会														囲碁大会
健スポ	各種競技会*														
	市主催行事 (スポーツの祭典)														
同好会推進	同好会の活性化 設立の窓口・指導・支援														
	市大在校生入会説明会														
	同窓会ガイドブック発行 (350部)														10日

*ペタンク・ディスク
ゴルフ
・グラウンドゴルフ・
パークゴルフ
・ゴルフ

春季

秋季

23日助成金交付

11日

20日

13~17日

10日

糖尿病とは？症状(初期症状)

大きく分けて1型と2型、2つのタイプがあります

糖尿病になると、体内のインスリンの作り方や使い方に問題が起き、摂取した食物エネルギーを正常に代謝できなくなります。

インスリンはすい臓で作られ、血糖を正常範囲に保つ役割をしますが、インスリンの作用不足により、血糖が高くなってしまいます。
糖尿病には大きく分けて次の2つのタイプがあります。

2型糖尿病(インスリン分泌不全とインスリン抵抗性による糖尿病です)

すい臓はインスリンを作り出しますが、2型糖尿病では、量が十分ではない(インスリン分泌不全)か、作られたインスリンが十分作用しません(インスリン抵抗性)。以前は「インスリン非依存型糖尿病」と呼ばれていました。

2型糖尿病は最も一般的な糖尿病で、10人に9人以上はこのタイプです。若い人でも発症する場合がありますが、40歳を過ぎてから発症する 경우가ほとんどです。糖尿病になる要因はさまざま、食生活などの環境因子と体質(遺伝)の組み合わせで起こると考えられています。

糖尿病と肥満を結びつける方がいらっしゃるかもしれませんが、病気の名前に「糖」という文字が入っているからといって砂糖などの甘いものの取り過ぎといったことだけが原因ではないのです。

なお、2型糖尿病の治療の基本は適切な食事指導と運動で、これらを続けながら薬による治療を行います。

2型糖尿病の治療に使われる薬にさまざまな種類があり、糖尿病の状態に合わせて使います。

最初は飲み薬から始めることが多いですが、血糖値が下がらないときは GLP-1 受容体作動薬 という注射が 選択肢 の1つとなります。また、インスリンの分泌量が十分でないときは、注射で インスリン を補います。

第1回 健やか活動講演会

記

日 付 : 2023年6月27日(火曜日)
場 所 : 船橋市中央公民館 5階 第8集会室
時 間 : 15:00~17:00
テ ー マ : 糖尿病
講 師 : セコメディック病院 糖尿病内科 一樹 泰一 先生

第63回 いきいき同窓会 春季グラウンドゴルフ大会開催のご案内

日時： 令和5年6月14日(水) 予備日6月15日(木)

(9:20 受付開始) <10:00 開会> <13:30頃閉会>の予定

場所： 法典公園多目的広場(グラスポ) 船橋市藤原5-9-10 (☎047-438-3500)

参加方法： 参加者申込書にご記入の上、下記事務局に郵送又はFAXでお願いします。

又、申込代表者は、申込書記載の合計人数分の参加費を一括して、大会当日受付へ納付願います。(欠席者の参加費は返却致しません)

※今回から参加者の方をいきいき同窓会に加入しているか確認を致します。

事務局(申込先) 〒274-0077 船橋市薬円台6-24-13 齋藤 孝雄
☎ 090-6007-0039 FAX 047-464-5569

申込締切日 5月31日(水)まで 大会当日の参加申込は受付出来ません。

尚、大会当日のドタキャンは極力遠慮願います。参加者に徹底願います。

参加費：300円(在校生外の同窓会未加入者は、参加費の他同窓会年会費相当を頂きます)

組合せ： 競技の組合せは大会実行委員会が行い、組合せ表は大会当日受付で

申込代表者に参加費納入と引き換えに、お渡します。

競技方法： 24ホール(A. B 各12ホールづつ)とし、ハンディキャップ無し、

男女別にグロススコアで順位を決定します。

(打順はローテーション方式)打ち止めなし)

表彰： 男女各々の優勝～10位とBB賞 (参加者全員には参加賞があります)

駐車場等： 法典公園の駐車場は、有料となっております。

(法典公園の開門は8時です。多目的広場への入場は8:30からです)

*駐車場料金は、4H以内で400円、4H以上で500円

第63回 いきいき同窓会 春季 グラウンドゴルフ大会 参加申込書

期	学部	氏名	性別	参加費	所属クラブ
1		代表者 ☎		300円	
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
		合計人数	名	合計金額	円

いきいき同窓会 第1回ポッチャ大会の案内

2023.5.13

- 日 時 6月22日(木) 12時～15時
- 場 所 中央公民館講堂
- 参加費用 無料(本年度は試期間として、参加費は無料で行います。)
- 募集人数 24名
- チ ャ ム 1チーム3名又は2名(当日くじ引きで決めます)
- 参加資格 いきいき同窓会会員とする。
- 参加申込 先着24名(郵送、自宅留守電、スマホ)
申込締切日 6月15日(木)
申込先 別府義博 〒274-0805 船橋市二和東6-35-3
TEL 047-448-9548(留守電対応)
スマホ 080-6682-2563
- 表 彰 1位～3位

ポッチャは室内競技で、天候に左右されず、誰でも簡単に楽しめる競技です。いきいき同窓会では、現在2セットのポッチャ用具を準備しています。今年は試行期間として実施しています。今後、人数の増加によっては、ポッチャ用具の買い足しや、会場を市の体育館にするなど、前向きに考えていきたいと思っていますので、宜しくお願い致します。

..... き り と り

第1回いきいき同窓会春季ポッチャ大会参加申込書

No.	氏 名	期	学 科	性 別	年 齢	電 話 番 号
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						