

老人クラブ三大活動

健康

友愛

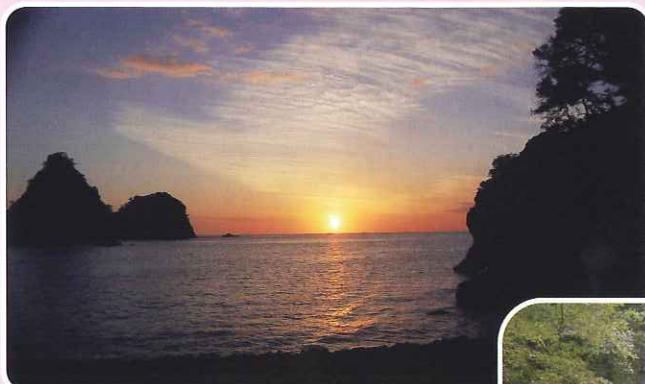
奉仕

ふれあい秦莊

— 第40号 —

発行/愛莊町秦莊老人クラブ連合会 (有線)2042 TEL0749-37-4104

10月24~25日 会員一泊親睦旅行の思い出 (静岡県 堂ヶ島方面)



秦莊老人クラブ会員の皆さんには、お元気で毎日を送つておられる事とお喜び申し上げます。町老人クラブでは、現在までの行事を計画通りに実施する事が出来ました事は、会員皆さんのご協力のおかげであり感謝申しあげます。

新しい年を迎えては、一月九日に第一回目の本部役員会を開催して、二十五年度の行事計画等の話し合いをしました。平成二十五年度は、各単位老人クラブとの話し合いができる限り行い、会員の皆さんとの交流を深め、老人クラブ連合会の事業など理解をしていただければと思います。

今後も各行事に格別のご指導ご協力を願い申し上げるしだいでございます。

秦莊老ク連
会長

西澤義孝

二十五年度に向って

ごあいさつ



愛莊町長

村 西 俊 雄

日ごろは、老人クラブ連合会や単位老人クラブの活動を通して、福祉のまちづくりに温かいご支援・ご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

さて、わが国は本格的な超高齢社会を迎える世界有数の長寿国になり、高齢者がいかに「健康長寿」を全うできるかが、何よりも重要な課題です。

昨年4月に制定された『愛莊町高齢者保健福祉計画および第5期介護保険事業計画』では、特に高齢者の方の健康づくり・介護予防に着目しております。

閉じこもりや孤立を防ぐ活動やサロン活動、地域の子どもたちの見守り活動や多世代交流、花づくりや清掃活動などの活動をはじめ、地域が豊かになる活動を地域に広げるため、みなさんの「力」に期待し、元気な高齢者が参入できる地域が大切であ

ると考えます。「安心・生きがい・幸せあふれ・ホツとするまち愛莊町」を目指して、何歳になつても「人生の主役」と感じられ、住み慣れた地域においていきいきとし、安心して生活で生きるシステムの構築に向けて、高齢者施策の総合的な取り組みが必要であります。

一方、現代社会の個人を重視する風潮やライフスタイルの変化により、役員の選出や活動の継続が年々難しくなりつつあるとお聞きしております。こうい

った時こそ、友愛活動・奉仕活動といつた高い意識の活動や伝統文化の継承など、地域で活躍する老人クラブの存在意義を改めて見直す必要があると感じております。

高齢者の方がいきいきしている町は元気な町だと言えるでしょう。愛莊町のより良い町づくりを促進するために、高齢者の方の生きがいづくりの一環である老人クラブの活動は、今後ますます重要となつてきております。老人クラブ連合会や単位老人クラブと連携を図りながら、今までの活動をさらに積極的に

お取り組みいたくことが、ふれあいや活動力を高め、健康寿命を延ばすことにつながると思なっています。

最後にあたり、秦莊老人クラブ連合会会員の皆様方のご健勝とご活躍を祈念いたしまして、ご挨拶といたします。

新しい年に！

愛莊町秦莊老人クラブ連合会

副会長 上林村治

年末に三年ぶり政権交替があり、株価の上昇と円高は正が急速に進みました。新政権の積極財政等で、景気回復の希望がもてる已年になればと願っています。

さて、老人会は健康、友愛、

奉仕の三活動を中心進めています。会員が自身の健康保持のため、互いに活動することで友愛奉仕につなげていくものと思

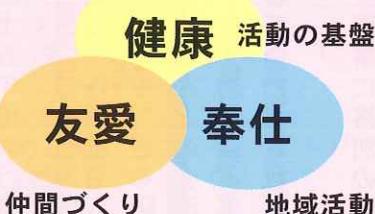
います。私は昨年、マジック教室に参加しました。もちろん初めての経験で元来手先が不器用で無理と思いましたがやつて見ると童心に帰つて楽しい活動でした。

振り込め詐欺に注意!!

振込む前に 110番



秦莊老ク連の基本理念



会員の皆さん、自身の健康のため一つでも多くの活動に参加されることをお願いします。

自分の健康は自分で守ろう！

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

理事 上林

健

平成二十四年度の老ク連の役員（健康づくり担当）として三回のウォーキング大会実施に取り組んできましたが、当初予定の成果があつたのか少々不安であります。

わが町もご多分に漏れず高齢社会から超高齢社会へと突き込んでいます。こうした中で私たち高齢者は、心身ともに健康であります。こうした中で私は腰が痛んだり、ときには心の病を患つたりすることがあります。

私の集落では、地域のサロン活動の中で介護予防運動をメニューの一部にしています。今のところ目立った効果はみられませんが、続けていくことにより徐々に一人ひとりの健康状態が改善することを期待しています。老ク連活動の中でも特にこの分野の推進が最も重要なことのひとつと認識しています。

皆さんも常に「自分の」健康管理に留意され、今後も引き続き実施予定のウォーキング大会

等健康づくり事業に積極的に参加して、お互いの健康増進に努めたいものです。



ウォーキング大会

思いのまま

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

監事 北村政治

楽しく老いていきたい

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

監事 荻田久子

東北地震の後、絆々と騒いだが義理か厄介で差出すより心込めて年末に相手を気使い自分も元気を知らせたいと思うのは、元気を知らせたいと思うのは、私が最近の年賀状で思う事がある。便利な世の中であるが、貴が、最近の年賀状で思う事がある。便箋で百枚以上もらつた。私もそれなりにお返ししている話であるが、今年も年賀状が家内共で百枚以上もらつた。

原稿依頼があつたのが年末から年始だったので時期はずれの私だけだろうか。

ている・・・が、表書きで毎年間違つて届く年賀状がある。こちらの名前をきちんと書いているのに差出人も義理なら受取人も義理で味わいがない。

パソコンの時代か、本文には本人の写真がどこにも写っていない。息子家族の写真であり誰がどう言う気持ちで書いているのか、せめて一言自筆で元気でいる、お互いに頑張ろうと書いてはどうだろう。

会員さん達と一緒に活動させて頂いています。活動の中では、お喋りや笑いがあり、時間の経つのが早く感じられます。

また、友愛活動の中で簡単な小物と手芸をしましたところ、「区に持ち帰つて作り、一人暮らし、寝たきりの方々を訪問してきました」と嬉しい言葉もいただき、地域の温かい絆にほっこりした気分になされました。サークルで沢山のお知り合いも出来ました。先輩方に生活の知恵も教えていただきました。

老人会活動に参加するには早いと思つた時もありましたが、この一年、健康、友愛、奉仕の活動を通して、人との交わりの中から思いがけない新たな喜びを見出しが多くありました。

皆さんもどうぞ行事やサークルに参加して下さい。そして、日々の生活の中で身の回りの草や木にも、ゆっくりと目を留かれてはいるようになります。

老後の資産の第一は、健康であることと一緒にいると楽しい人（仲間）だそうです。私も「自

分らしく楽しく生きる」をモットーに、ウォーキング・体操・フォーカダンス・料理と多くの会員さん達と一緒に活動させて頂いています。活動の中では、お喋りや笑いがあり、時間の経つのが早く感じられます。

また、友愛活動の中で簡単な小物と手芸をしましたところ、「区に持ち帰つて作り、一人暮らし、寝たきりの方々を訪問してきました」と嬉しい言葉もいただきました。

地域の温かい絆にほっこりした気分になされました。サークルで沢山のお知り合いも出来ました。先輩方に生活の知恵も教えていただきました。

老人会活動に参加するには早いと思つた時もありましたが、この一年、健康、友愛、奉仕の活動を通して、人との交わりの中から思いがけない新たな喜びを見出しが多くありました。

皆さんもどうぞ行事やサークルに参加して下さい。そして、日々の生活の中で身の回りの草や木にも、ゆっくりと目を留かせられる豊かな時間をもちつつ、共に仲間と笑つて楽しく健康で老いていきましょう。

単位クラブの活動だより

一泊研修旅行

松尾寺北老人クラブ 松峰会

会長 丸橋政夫

十月二十三、二十四日に長野

県甲信地方の横谷温泉に会員十九名で松尾寺を八時半に出発しました。高速道路を一路長野県

へ信州野沢葉レストランこまがねで昼食し、養命酒駒ヶ根工場を見学して横谷温泉へむかいました。別荘の中の温泉で川のほとりに露天風呂があり、江葉も美しく「とつても良い温泉や！」と会員さんも喜んでいただきました。

宴会ではカラオケなどして酒、ビールも進み、楽しい一夜でした。

翌朝九時に出発し、霧ヶ峰高

原では車中からススキの広原を見ながらバスは一路頂上へ。頂上からは北アルプスも良く見え、富士山もはつきりと見られ会員一同感激していただきました。

帰りにりんご狩りをし、皆さんおみやげにたくさんりんごをかい、帰りバスの中はりんご

の匂いでいっぱいでした。たのしい一泊旅行になり五時半頃に無事帰つてきました。会員のみなさんには御協力していただきありがとうございました。

会員のみなさんには御協力していただきありがとうございました。

元気で和がいっぱい」という標語で終了しその後、交通安全教室は県警ふれ合いチームの寸劇を見ながら事故の恐しさ、お年寄りの交通安全に対する姿勢等を勉強し笑いの中楽しい一日を過すことが出来ました。

今年度から新しい取り組みとして、字の運動場でグランドゴルフを始めました。ホールは8ホール作りましたが、土の上なのでなかなかうまくいきません。ボールがよくとんだり、何打もかかりホールにたどりつきます。月に3回か4回しております。グループでコースを2回ほどまわると一休みして、もう一回まわり終りにしています。

寿会の大役を微力ながらもお受けして、役員様を始め会員皆様のご協力を頂きながら今日まで参りました。行事の予定表を参考にしながら一つ一つ済ませて頂いています。



人権学習と交通安全教室

松・上老人クラブ 延寿会

会長 水野秀雄



新しい取り組み

香之庄老人クラブ 寿会

会長 村川敏雄



秋の取入れも一段落ついて去る一日、講師の方をお招きし会員四十余名参加のもと研修会を開催いたしました。

人権学習では大きく変化した地域内の生活環境による和の大切さを学び最後に「延寿会今日

の句いでいっぱいでした。たのしい一泊旅行になり五時半頃に無事帰つてきました。

会員のみなさんには御協力していただきありがとうございました。

自助、共助、近所(助)の大切さ

竹原老人クラブ
福智会

会長 西堀 剛

め最も大切なことを改めて認識することが出来ました。

旅は楽しく盛況裏に

栗田老人クラブ
高砂会

会長 磯 鳥 喜久夫

宴をお開きとしました。

年を老いてくると楽しみは何と言つても集い、語らいそして食べること。そのいずれも満足できるのが旅行です。

栗田高砂会では、日帰り及び一泊研修旅行を春と秋に実施しています。とりわけ、本年度の南信州への一泊研修は大盛況の旅でした。妻籠宿では昔ながらの宿場を散策し歴史を肌で感じ、また保存のための並々ならぬ努力を学びました。

元善光寺では、おもしろおかしく説かれる法話の中に、心に響く人生論があり、明日への支えとなるお話を聴けました。

旅のもう一つの愉しみは、ゆつたりのんびり湯につかることです。真紅に染まる紅葉の深山を眺めながらの星神の露天の湯は、至福のひと時でした。夕べの宴では美味しい料理に舌鼓みをうちながらカラオケで大変盛り上がりました。最高潮になつたところで、全員が舞台に上がりました。「星影のワルツ」の大合唱で



最近は、田舎でも隣近所の結びつきが薄れつつあるように感じますが、この研修を通じて、向こう三軒両隣をはじめ、地域住民の結びつきを密にすることが、高齢者が安心して暮らすた

として、帰路の車中ではビンゴゲームや頭の体操で銳気を養い、楽しい思い出の一ページとなりました。



旅のことならなんでもおまかせ!!

- ・各社パッケージ旅行
- ・個人、団体旅行
- ・ディズニーランド、USJ等の入場券
- ・吉本新喜劇等の観劇券
- ・航空券、JR券、船車券 等

**国内、海外問わず
全力でお手伝い致します!!**

NTour JA東びわこ旅行センター

いい旅発進

お問い合わせは TEL 0120-86-9381 (ハロークミアイ)

自然は神さま

軽野老人クラブ 明生会

会長 宇野 清之

自然は不思議な神さまである。偉大な力を持つている良い神さま大きな恵みを与えてくれる。農耕、産業商売の発展、しいては幸せ、安らぎを。

恐い神さまは時には猛威を振る。台風巻、地震、雷、火事、津波等これ皆自然の営みである。自然は歴史を繰返す。

水は水蒸気になつて雲となり雨となつて地に落ちて水となる。季節は春から夏になり秋冬と変つて春に戻る。

人間動物も同じ事も繰返す。

自分がつて親があり祖父母があり先祖がある。子が出来、孫が出来、子孫へと繋がり順次繰返す大自然の営みである。自然を大切にしなければ取返しがつかない事になる。

今問題になつてゐる原発の恐い神さまの一人でもある神さま

は、色々な所に潜んでいる。天には天の神さま、山には山の神、海には海の神、里には氏神さま、東西南北には方角の神さま。教え切れない程おられる。豊作祈願、無病息災を祈願し感謝するのが祭り事である。自然を観察していると自然に神さまが力になつて教えてくれる。

今一度自然を見つめ直しては如何かと思う。未来の為、大切な事である。

園児達とのふれあい交流

島川老人クラブ 春秋会

会長 廣島 昇

私は54年間働き70才で仕事を辞め、その間に肺腫瘍が出来、手術で命拾いをし、人肺と言わされました。私には老人会の重責が務まるかと心配しておりますが、役員様のお陰でここまで行事を終えて感謝で一杯です。さて島川春秋会はいろんな行事を予定通り行つております。

その一つに八木荘保育園とのふれあい交流会が9年間つづいています。年三回あり、一回目は私達の子供の時代の遊びで、

老人会の活動は、一年を通じて神社の清掃、空き缶拾い、年



老人会の活動

日加田第二老人クラブ 福寿会

会長 小幡 満



二回の花壇造り、春の大祭への参加、子供会と一緒にラジオ体操、公園掃除などをを行い、また東主催のスポーツ大会への参加等多々行事があり、区役員の負担も多くなっています。また、少子高齢化で老人会の会員が増加する中、会員の中にはまだ現役で働いておられる方もたくさんおられます。今後、入会年令を引き上げることも考えていくべきではないかと思います。

区の人口全体で老人会員が半数以上を占める中、今後は、老人会の役割も今迄以上に求められるでしょう。

今迄とは違つた取り組みも見当していかねばならないかと思ひます。

水鉄砲と竹とんぼ作り、2回目はおはぎ作り、3回目はしめなわ作りです。古い先短い老人には心さみしい中での園児との交流はなくしてはならないと思つております。園児達の立ち振舞仕草を目の当たりにすると心が和み、思わず顔が微笑んでしまいます。寿命が延びる様に思われ、この交流がいつまでも行われる事を望んでおります。

私は長い一年でしたが皆々様のお陰を持ちまして終える事が出来ました。

私は長い一年でしたが皆々様のお陰を持ちまして終える事が出来ました。

私は長い一年でしたが皆々様のお陰を持ちまして終える事が出来ました。

人生総仕上げ糸を大切に

元持老人クラブ 報恩会

会長 川口善弘

本会は高令化ではありますが、大変まとまりの良い団体であります。

今年は美浜原発桜見から始まり交通安全教室、防災教室、人権学習等々を実施致し、全てを多数の出席にて終了する事が出来ました。

他字の方々と交流が深まり貴重な一年でした。人生の出合いは笑顔で誉め、年令は深くなつていつても限りなき前進の心で明日に向つて挑戦したいものです。



地域の糸を

円城寺老人クラブ 寿会
会長 吉田哲郎

春が過ぎ秋も去り、いつしか一年が過ぎていきます。近年、特に月日の経つのが早く感じます。平成二十二年二十三年は特に町老人会の会員様にはいろいろお世話になりましたがどうございました。

今年度は単位会長を務めさせてもらっています。

寿会の行事として人権学習・交通安全教室・八坂神社グラン

ドの除草作業及び役員で花壇（葉牡丹）植え等無事終らうとしています。

今年の町老ク連行事で恒例の会員親睦旅行で一番良かつた観光地と言えば浄蓮の滝が良かつたと思いました。

年々年を取つて行き、いつまでも町老ク連の親睦旅行に参加出来るか不安です。

会員皆様の、ご健勝・ご多幸をお祈り申し上げます。

人権学習で人をきずつけるまえに、自分をみつめてみる事が大切、腹がたつて又むかついても恕してみる。自分がすこぶる樂になる。まあいいかで、樂しく過しましよう。元気に長生きしなはれ。

一、安孫子に生きて、長いけど遊ばず、金をためこんで使わず暮らす、ただの人、人のせいにはせぬこつちや。よろこぶために、ばらまいて。桿な父ちゃん、きもちよくぼけたらあかん、長生きしなはれや。

二、となりのばあちゃん、おじょうちゃん皆に声かけ、朝夕に暮らす安孫子の日だまりに、おててつないで幼稚園、糸ひろげる、おじいちゃんすてきな人になりなはれ、ぼけたらあかん長生きしなはれや。

つぎに、福寿会一日旅行のバスの中は、笑い、おしゃべり楽しい研修の旅となりました。身体がゆれることは、気持ちもゆかいになりますね。福寿会が

恕（ゆるすこと）

安孫子老人クラブ 福寿会

会長 松下日吉

和の中で、なごやかに、いつまでも。



思い出の一 日旅行

南野々目老人クラブ 高砂会

会長 野々村 英男

今回、私は老人クラブ会長という重責を二度もさせていただき、会員皆様に迷惑をおかけしながらも、この一年を無事終えることができそうです。これもひとえに会員皆様のご協力があつたからこそと感謝しております。

さて、過日の老人クラブ旅行、宇治の平等院への参加は多数ご出席下さり日頃の疲れを忘れる

ほど、たのしい旅行になりました。平等院の鳳凰堂は立派な建物で、10円硬貨に刻まれており古い歴史を感じました。又立派な仏像を参拝させていただき、心が自然と、落ち着き無心になりました。

そして、月桂冠では試飲があり、ほろ酔いとはいきませんが、楽しい旅行でした。

残り少ない月日となりました

が、精一杯、努めさせていただきますのでよろしくお願ひします。

朝倉氏遺跡への研修旅行

蚊野老人クラブ 愛寿会

第一会長 北村耕二
第二会長 大菅三郎

新緑さわやかな一日、蚊野愛

壽会は日帰りで福井県朝倉氏遺

跡の研修旅行に、総勢五十三名参加のもと、バスにて蚊野を出発しました。天気も良く、途中のバスガイドさんのお話に皆笑いが絶える事無く、ほどなく朝

倉氏遺跡に到着しました。

戦国時代朝倉氏一〇〇年の榮耀榮華を誇った一乗谷も、織田信長の軍勢に敗れ、地中深く長い眠りにつきました。

四百年を経た近年、深い眠りから覚め発掘調査が進められ、復元作業が施され昔の榮華の一端を見学しました。

歴史に「もしも」が許され、勝者と敗者が逆転したなら、日本の中世も大きく変わり、我が郷土「蚊野」もその影響を受けたであろうと、感慨にふけりながら、次の「ジョイフル福井」に移動し、お風呂に食事にお酒に、最後はお芝居を観て楽しみました。

無事全員、多くのお土産をもつて帰りました。



春の朝倉氏遺跡





今年度、長寿会の会長という大役を、無学、無力な私が、あずかる事になり、早や、八ヶ月がすぎ、その間、役員様又会員の皆様には、老人会活動に対し、ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。二十四年度の行事も、まだ残っておりますが、引き続きご協力を宜しくお願ひいたします。残る任期も、皆様と共に、頑張つていきたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。

感謝

東出老人クラブ 長寿会

会長 森 杉 敏 征

平成24年度から始めたサークル活動



マジック 教室



絵手紙 教室



女性料理 教室

建設機械レンタル
太陽光発電のことなら

滋賀建機株式会社

本社：愛荘町中宿 160-1
電話：0749(42)8668
サービス工場：愛荘町北八木 92
電話：0749(37)4605

◆家庭料理弁当 (500円～)
自家農園の野菜と安心食材を使った、素朴な家庭手づくり仕出し弁当を始めました。各種団体イベント、会議賄い食等にお使い下さい。

ご注文、お問い合わせは、
0749-37-4001
まで、まずお電話下さい。

カレーテイニング **ASIAN**
アジアフ
愛知郡愛荘町安孫子700-1

世界の旅・日本の旅
いつでもご用命下さい。

⑥**名鉄観光サービス(株)**
大津支店

TEL (077) 510-0100
FAX (077) 510-0030

E-mail otsu@mwt.co.jp

〒520-0056 滋賀県大津市末広町1-1
日本生命大津ビル2階

第24回 スポーツ大会

とき 5月26日(土) 場所 秦荘スポーツセンター

成績
 優勝 第3ブロック(安孫子・東出チーム)
 準優勝 第6ブロック(香之庄・元持チーム)
 故闘勝 第2ブロック(蚊野・軽野チーム)



健康づくり活動

ウォーキング



フォークダンス



健康体操教室



男性料理教室



第5回 グラウンドゴルフ大会



とき 10月5日(金)

場所 宇曽川グラウンドゴルフ場

成績 (敬称略)

上位8名 小川 勇、岡部 巳津夫、小林 美夫、村川 孫次、吉岡 耕
吉岡 美知子、吉岡 輝子、前川 のぶ子
ホールインワン賞 21名

友愛研修



アルミ缶回収



アルミ缶回収
ご協力お礼
売上総金額 四三、二〇〇円
総重量 四八〇kg
障がい者福祉向上の
ためにご協力ありがとうございました。

老人クラブ会員に お手頃なケガの保険

クラブを通じて 何歳でも / お一人でも / いつでも

① 年間掛金 500円からの
お手頃な保険

② 加入年齢に制限なし

③ 掛金の年齢割増なし

クラブ活動型
のケガを補償します。
のケガ活動中の往復途上
(はづ)

年間掛金

500円

1,000円

2,000円

ケガをした時の状況	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険	50万円	
後遺傷害保険 ^(注1)	50万円	
入院保険金日額 ^(注2) (1事故につき30日限度)	1,000円	補 償 な し
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	650円	

ケガをした時の状況	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険	100万円	
後遺傷害保険 ^(注1)	100万円	
入院保険金日額 ^(注2) (1事故につき30日限度)	2,000円	補 償 な し
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	1,300円	

ケガをした時の状況	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険	200万円	
後遺傷害保険 ^(注1)	200万円	
入院保険金日額 ^(注2) (1事故につき30日限度)	4,000円	補 償 な し
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	2,600円	

クラブ活動中のケガの場合は、白地のみの補償額が支払われます。クラブ活動中以外のケガの場合は補償されません。



編集後記

今回の広報は、今年度の各単位の活動報告が満載です。みなさん、じっくり読んでください。そして、健康・友愛・奉仕の精神に基づき、健康づくり・介護予防、子どもとの交流、環境美化活動、高齢者相互の支え合いなど地域の絆を深めることに、さらに発展すれば素晴らしいことだと思います。

秦荘老人クラブでは健康づくり教室として健康体操教室・男性クツキング・ウォーキング・フォーカダンスを、また、趣味のサークルとして女性料理教室・マジック・絵手紙・盆栽をしています。同じ趣味や活動を通して今まで付き合いのなかつた人ともつながり、コミュニケーションが豊かになります。来年度はあなたの感性に響く活動に参加し、健康寿命を伸ばしませんか。最後になりましたが、広報「ふれあい秦荘」の発行にあたり、原稿をお寄せいただきまし

た皆様方に厚くお礼申し上げます。

◆ ◆
高齢期の健康維持に努め
地域における仲間の輪（和）
友愛の輪を拡げ
さらに、世代間交流の懸け橋となるよう
地域の環境美化に心を配り
地域活動の担い手として
存在感のある高齢者となり
感謝の心をもって輝いて生きよう

広報委員