

第50号

平成25年7月

友 愛

編集・発行 愛荘町愛知川老人クラブ連合会

〒529-1313 滋賀県愛知郡愛荘町市731
福祉センター「愛の郷」内 ☎0749-42-7757



交流旅行「アルペンルート室堂散策」

会長あいさつ

愛知川老人クラブ連合会会長

久保田 九右衛門



梅雨もあけ夏のまぶしい季節となり、会員皆様にはお元気でお過ごしのこととお慶び申し上げます。

4月初め今年度事業計画を承認頂き、今日迄計画通り事業活動も順調に進んで参りました。

特に6月13・14日の一泊旅行、富山県の金太郎温泉では、和やかなムードで親睦がはかれたことと喜んでいきます。

本年10月3日予定のスポーツ大会は老ク連最大の行事です。多くの会員が一堂に集まり体力増進と仲間同士の親睦に楽しい一時を過ごして頂きたく思っております。

最後に何時も言っておりますが「交通事故」「振込詐欺」には十分注意し、気を付けて下さい。

今後も格別のご指導ご協力を宜しくお願い申し上げます。

平成二十五年年度

愛知川老ク連主要事業計画

- 4・19(金) 愛知川老ク連単老正副会長会
- 6・13(木) 親睦一泊旅行
- 14(金) アルペンルートと金太郎温泉
- 21(金) 友愛リーダー研修会・介護予防教室
- 28(金) 第12回ゲートボール大会
- 7・12(金) 人権学習・交通安全教室
- 下旬 会報「友愛」第50号発行
- 26(金) 第16回グラウンドゴルフ大会
- 8・30(金) 単老正副会長会
- 9・21(土) 老人クラブ「社会奉仕の日」
- 10・3(木) 愛知川老ク連スポーツ大会
- 18(金) 日帰り交流旅行
- 25(金) 第17回グラウンドゴルフ大会
- 愛犬老ク連福祉大会
- 30(水) // 女性リーダー研究集会 (甲良)
- 11・7(木) 第52回滋賀県老人クラブ大会 (米原)
- 15(金) 友愛リーダー研修会
- 26(木) 第13回ゲートボール大会
- 12・下旬 友愛協力者研修交流会
- 1・下旬 会報「友愛」第51号発行
- 3・25(火) 単老正副会長会
- 28(金) 第18回グラウンドゴルフ大会



平成25年度 愛知川老人クラブ連合会 歳入歳出予算書

(単位円)
△減印

歳入

平成25年4月1日

項	科目	25年度予算額A	24年度予算額B	差引A-B	附 記
会 費	会 費	710,000	720,000	△10,000	18単老 1,200名
補 助 金	補 助 金	2,300,000	2,300,000	0	補助金の内訳
繰 越 金	繰 越 金	478,555	439,296	39,259	(活動事業補助金 560,000円 推進員補助金 816,000円 友愛事業・スポーツ 275,000円 生きがいづくり事業 150,000円 社協活動補助金 250,000円他)
雑 入	預 金 利 息	300	300	0	
	雑 収 入	20,000	100,000	△80,000	
合 計		3,508,855	3,559,596	△50,741	

歳出

項	科目	25年度予算額A	24年度予算額B	差引A-B	附 記
運 営 費	会 議 費	250,000	250,000	0	正副会長会・理事会議費
	旅 費	80,000	100,000	△20,000	旅費交通費
	交 際 費	30,000	30,000	0	慶弔費
	推 進 員 手 当	1,032,000	1,032,000	0	推進員手当
	通 信 費	60,000	60,000	0	電話代・送料
	需 用 費	60,000	60,000	0	文房具・写真代・OA機器用
	小 計	1,552,000	1,532,000	△20,000	
活 動 費	保健体育部費	250,000	250,000	0	スポーツ大会・ニュースポーツ大会
	文化社会部費	300,000	300,000	0	[友愛]年2回発行費用
	友愛事業費	200,000	200,000	0	友愛活動・研修費・介護予防教室等
	福祉大会費	10,000	10,000	0	福祉のつどい
	生きがい事業費	300,000	300,000	0	料理教室・フォークダンス・コーラス等
	単老組織強化費	186,000	200,000	△14,000	単老組織強化費
	小 計	1,246,000	1,260,000	△14,000	
研 修 費	研 修 費	180,000	200,000	△20,000	県外・県内研修費
負 担 費	負 担 費	320,000	330,000	△10,000	県・愛犬老ク・保険料他
備 品 費	備 品 費	100,000	100,000	0	OA機器・ニュースポーツ用具
予 備 費	予 備 費	130,855	117,596	13,259	
合 計		3,508,855	3,559,596	△50,741	

平成25年度 愛知川老人クラブ連合会 役員名簿

連合会役員理事

役 職	氏 名	字 名	役 職	氏 名	字 名
顧 問	藤 居 春 夫	百々町	理 事	久 保 川 幸 雄	磯 部
顧 問	出 目 幸 子	沓 掛	理 事	森 野 久 嗣	長 野 西
会 長	久 保 田 九 右 衛 門	東 円 堂	理 事	福 永 司 郎	百々町
副 会 長	福 永 一 枝	百々町	理 事	徳 田 良 子	東 円 堂
副 会 長	青 木 信 吉	市	理 事	有 村 章 子	市
理 事	小 西 義 男	畑 田	理 事	日 永 と し 子	中 宿
理 事	浦 部 好 弘	石 橋	事 務 局	東 平 信 昭	長 野 東
監 事	第1学区 中村 龍太郎 第3学区 北川 幾三				

単位老人クラブ役員

学区	字 名	会 長	副 会 長	会 員 数	男	女
第 一 学 区	畑 田	中 西 勇	藤 田 喜 美 子	43	21	22
	平 居	西 沢 信 一	楠 神 圭 子	44	19	25
	沓 掛	山 岡 清 明	山 岡 三 代 子	25	12	13
	東円堂東	◎ 中 村 龍 太 郎	松 浦 つ た	66	29	37
	東円堂西	荒 木 惣 四 郎	● 徳 田 さ と	85	33	52
	豊 満	山 田 清 史	山 田 孝 子	70	30	40
第 三 学 区	中 宿	北 村 一 彦	勝 馬 武 子	80	29	51
	沓 掛	須 田 誠 一	田 中 静 江	53	21	32
	市 東	青 木 栄 蔵	牧 谷 満 子	103	45	58
	市 西	大 道 定 夫	青 木 美 江 子	73	33	40
	磯 部	石 部 安 一	石 部 重 子	26	12	14
	川久保	村 田 末 一	久 保 田 栄 子	68	32	36
	石 橋	◎ 北 川 幾 三	● 本 屋 貴 美 子	113	49	64
第 四 学 区	長 野 東	中 居 和 雄	本 持 喜 代 子	61	26	35
	長 野 西	居 原 田 俊 和	藤 居 清 津 子	151	62	89
	川 原	◎ 里 西 甚 吾	● 里 西 裕	46	21	25
	百々町	北 河 実	北 河 美 代 子	22	8	14
	山川原	佐 々 木 秀 典	丸 野 房 子	89	38	51
合 計				1218	520	698

◎学区長 ●副学区長

平成25年度第1回単位老人クラブ正副会長会開催

青木 信吉

去る4月19日(金) 愛の郷で本年度第1回目の各単位(区)老人クラブの正副会長会議が開催されました。1単老は欠席でしたが、連合会役員と合わせて45名の出席でありました。

この会議は、愛知川老人クラブ連合会の総会に代わる重要な会議であります。冒頭久保田連合会会長が挨拶され、つづいて来賓としてご臨席下さった愛の郷所長代理福田局長心得よりご挨拶を頂きました。

その後、本年度初めての会議でありますので自己紹介をされました。そして、連合会規約により会長が議長になり議題が進められ、第1号議案「平成24年度 事業報告並びに決算報告について」審議され全員賛成で原案どおり可決されました。(この事業計画・予算については2頁に掲載されています)

平成25年度の1年間この事業計画に基づいて取り組みを進めていきますので、正副会長さんをはじめクラブ員

皆様のご協力をお願いする旨挨拶され、議題は終了されました。

その後事務局より事務的な内容について説明をされ、特にフォークダンスや男性料理教室の会員募集について依頼されました。

多くのクラブ員さんが応募され健康づくりに取り組んで頂きたいと思えます。

最後に認知症キャラバンメイトの小泉勇一先生より「認知症からとおさかるため」のお話を紙芝居をしながら概略のお話をして頂き、各単老で取り組まれるよう正副会長さんに依頼されました。

その後、連合会副会長の挨拶で単老の正副会長会が閉会となりました。



第15回グラウンドゴルフ大会

保健体育部

ホールインワンに小雨降る中、大きな歓声、拍手が挙がる。平成24年度、愛知川老人クラブ行事の最後を締め括る事業として、平成25年3月28日グラウンドゴルフ大会が宇曾川グラウンドゴルフ場で開催されました。朝早くから130名程の方々が参加され、開会式のあと一斉に決められたコースからホールインワンを目指してスタートしました。

当日は小雨が降り芝の状態が悪く、苦戦されておりまして。皆さんは優勝を目指して笑いあり、拍手あり、上手いかんと嘆きありの大会でしたが、楽しく半日を過ごしていただきました。成績は左記の通りです。

- 優勝 須田 誠一(沓掛)
- 準優勝 廣島 国男(東円堂)
- 第三位 牧野 信吾(市)
- 第四位 中村 勝(川久保)
- 第五位 藤居 忠治(長野西)
- 第六位 阿藤 文子(長野西)
- 第七位 阿藤 文子(長野西)
- 第八位 上橋 久子(市)



第12回ゲートボール大会

保健体育部

6月28日の午後、愛知川老人クラブ連合会主催の親善ゲートボール大会が、秦荘ドームで約70名の参加選手で開催されました。久保田会長の挨拶に始まり前回優勝チームからの優勝杯返還、競技上の諸注意、選手宣誓に続き競技が始まりました。顔見知りの選手に交って新人選手が先輩の指導を受けながら和やかに競技を進めていきました。新人の選手はゲートの通過やボールのタッチが思うように出来ず苦労しながら楽しんでおられた姿に、明日の老人クラブの盛り上がり期待を寄せながら時間の経つのも忘れてしまいました。閉会式後、参加者全員が抽選で景品が当たるくじ引きをされ、和やかなうちに大会が閉じられました。

- 入賞されたチームは左記の通りです。
- 優勝 平 居Bチーム
- 準優勝 長野西Aチーム
- 第三位 畑 田Aチーム
- 敢闘賞 沓 掛チーム



交流親睦旅行

アルペンルート「室堂散策」と

金太郎温泉の旅

東円堂 徳田 良子

紫陽花が色づき始めた六月十三日一泊二日の旅行に出掛けました。晴天に恵まれ北陸自動車道を立山に向けて走ります。我が町と違い行きかう自動車も少なく一寸淋しい思いでした。

車中ガイドさんの説明に武生の菊人形、越前和紙、鯖江は眼鏡フレームで有名等聞きながら、富山の中心街に着ぎ昼食を頂きました。昼からは菓の池田安兵衛商店、歴史ある廻船問屋、かまぼこ工場等見学に行き、やがて魚津のホテルに早めに到着、早速露天風呂に入り、一日の疲れを癒し、六時よりお楽しみ会の宴会、お酒やビールやご馳走を存分に頂きながら、人と語らい、カラオケ等楽しい一時を過ごし、夜は更けていきました。

一夜明け八時にホテルを出発、国立公園立山へ、バスのまま雲上の別世界へと、ところによっては斜度20〜25度位ありそうな急な原生林の山道を登り、雲海



をくぐり抜け、下から一時間程で目的の室堂に到着、意外と晴天で一同記念写真を撮り廻りを散策しました。見渡す限りすばらしい大自然のパノラマ、下界の憂さも忘れてしまう程感動致しました。少し溶けていた雪の壁、大谷を通り下山、別世界より現実に戻りました。アルペン村で昼食、その後海産物店に立ち寄り、皆様沢山のお土産を買われ無事家路に就く事が出来、大変楽しく良かった旅行でした。

友愛研修会・介護予防教室

中宿 日永とし子

去る6月21日、愛の郷で友愛協力者研修会と介護予防教室が開催されました。最初に町健康推進課の保健師による熱中症予防と対処法の話がありました。熱中症は戸外だけでなく室内でも多く発生しているとの事で、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給する事や、エアコン、扇風機を上手に使い温度管理をする等々の予防法と、シャワーやタオルで体を冷やしたり涼しい服装をする等の対処法を学びました。また管理栄養士の松本富先生からは、美味しく食べて元気で長生きの話とユーモアを交しえ飾らないおしゃべりで楽しく聞かせて頂きました。元気で過ごすためには日々の生活の大切さを。特に主食、主菜、副菜をバランスよく摂取する事の重要性も話されました。と同時に水分も忘れてはなりません。体重60kgの人では1.2ℓの水が(一日)必要だそうです。また面白い言葉も聞かせて頂きました。教育、教養、この漢字を高齢者用に置き換えると今日行く所がある、今日用があるに置き換えるそうです。用事を作り少しでも人と交流をする事は、脳の活性化にもつながるでしょう。歌を唄う事は30人の人と会話したことになるそうです。シヨッピングに行った時は遠い所に車を駐車すると運動にもなるとの事です。何事もプラス思考で楽しく元気で長生きしましょう。



地区活動の取り組み

中宿老人クラブ松葉会

会長 北村 一彦

現在のクラブ員数は80名であります。高齢の方もおられますので、常時活動していませんのは約30名であります。その30名が、毎月1回区内にあります河脇神社境内の清掃活動を行っています。

また、神社内の森の一部を先輩たちが汗を流し梅の植栽をして頂いていますので、その梅林の下草刈なども老人クラブの活動として取り組んでいます。

ちなみに今年の梅の収穫は20kg程ありました。

その他、年に2回の昼食会や年1回の日帰り親睦旅行などに取り組むクラブ員のふれあいと交流を図っています。

そして、友愛事業として、

「いきいきサロン」を年4回実施しています。このサロンでは、有志の方が昼食に旬の野菜を取り入れた手作りの料理で参加者が、美味しく舌鼓をされ食べられることの幸せを感謝されています。

食後は、健康づくりのお話を聴いたり、皆で歌を歌ったり体操をしたりと、和やかに楽しく一時を過ごされています。

今後も老人クラブの活動として「健康」「友愛」「奉仕」をスローガンに取り組んでいきたいと思っています。



新しい老人クラブ

創造推進員としての所感

愛知川老人クラブ連合会 創造推進員 東平 信昭

愛知川老人クラブ連合会の生い立ちには、書庫の記録によると、昭和49年初代森野久右衛門会長が創設されて以来、39年間、現久保田九右衛門会長迄12代に亘って受け継がれ発展して参りました。創造推進員につきましては、平成三年に設置。中村武男氏が就任されご活躍頂いておりましたが、平成11年健康上の都合により、小生に後任を託されました。

当時のクラブ数は21、会員数1357名でありました。

翌12年には磯部老クが参加され22クラブとして以降順調に歩み続け、平成14年には会員数1476名となりました。

しかし、この時点をピークに高齢者人口が増加し続ける中、会員数が減少へと転じ25年度にはクラブ数18、会員数は1218名となりました。この現象は老人クラブに限らず、子ども、青年、女性等の各団体も同様の現象となり、各組織とも共通の課題を抱えております。

ただ、老人クラブには「健康・友愛・

奉仕」という骨太の三大モットーがあります。

老ク連としましては、会長はじめ、役員の皆様の献身的なご努力により、基本的には会員の皆様にご理解を頂き、ご協力を頂いておりますが、残念ながら老人クラブにご加入頂けない方々迄には、中々行き渡らないのが現実であります。

この問題は全国的な問題でもありますが、高齢者の皆様自身が「各個人」として役員任せではなく、自らが組織し、運営に参画し、活動することこそ老人クラブ活動の原動力となり、ひいては現代社会における活力の源になるものと信じております。

自身これからは、三浦雄一郎氏の「人生80歳からのスタート」と思えば人生楽しくなる」を念頭に、嘉田知事の提唱される滋賀の元気創造の実践者足るべく、元気で活動的な85歳を目指して、レイカディア大学の仲間とのボランティア活動を通して高齢者のチャレンジをしてみたいと思っております。

一歩踏み出してみよう

「生きがい対応型デイサービス」 利用しませんか？

「最近、友だちと会うことが減ったなあ」、「テレビのおもりばかりしているなあ」、「気は若いんやけど、足腰が痛むし、出掛けるのがおっくうだなあ」

そのような気持ちで、毎日家に閉じこもりがちになっていませんか？

愛荘町では、介護認定を受けてはならないが、このままでは介護が必要になるおそれのある高齢者の方を対象に、『生きがい対応型デイサービス』事業を行っています。



生きがい対応型デイサービスでは、健康チェックや手芸、塗り絵、お菓子作り等の趣味活動、室内でのグラウンドゴルフや体操など、高齢者の皆さんが、楽しみや張り合いを持てるような活動を行っています。利用は週1回となっています。

「興味はあるけど、まだ若いし、利用するには早いだろう」、「どんなところなんだろう?」、「ぜひ行ってみたい」、「説明だけでも聞いてみたい」と、思われた方は、愛荘町地域包括支援センター(37) 8080までご連絡ください。生きがいを持って、住み慣れた地域で元気に暮らし続けられるよう、応援します！



愛の郷だより

愛の郷 所長 楠原純信

「シュウカツ」していますか

「シュウカツ」という言葉聞いたことがありますか。学生が就職活動をする「就活」ではありません。「就活」「婚活」そして今はやりの言葉として「終活」が新しく加わりました。

なかなか難しいのが実情です。《量の上で死ぬ》条件として、長野県南相木村診療所長の色平哲郎医師は「大往生の条件」として第1に、大きな病気をしないこと。

第2に、子や孫、隣人から尊敬されるお年寄りであること。

第3に、年寄りを尊敬する、よい子や孫を育てていること。

第4に、在宅で看取れる人的物的環境が整っていること。

の4つを挙げています。しかし、少子高齢化、核家族化、地域コミュニティの崩壊などにより私たちの暮らしは少しずつ変わりをしてきたことにより、新しく「終活」がいわゆるようになったのであります。あなたも、終活を始めてみませんか！

一部インターネット Yahoo! 百科辞典「終活」より引用



俳句

愛知川俳句会

みづたまりいつ生まれのあめんぼう
 山百合や風しなやかに峡渡る
 誰もかも首にへらへら夏帽子
 万緑や駆け出しさうな神馬像
 白百合や待合室の女学生
 麦秋の色深めつつ風渡る
 梅漬を了へし厨の香りかな
 鬼百合やおじぎするとて風のまま
 人のなきプラットホームや梅雨しとど

- 後藤志満子
- 廣瀬 文子
- 塚本美知子
- 辰巳 静子
- 小林 渥子
- 中村 章子
- 三浦喜代子
- 岡田 そゑ
- 岡山ふじ子

短歌

愛知川短歌会

聞き馴れぬ社名を告ぐる低き声に
 われは黙して受話器を置きぬ
 名古屋にて大空襲に会い焼夷弾
 落ち来る様の今も目に浮かぶ
 夕餉早く整へ今日は高倉健の
 映画「あなたへ」をひとり見にゆく
 目の術後ひと月過ぎて図書館に
 好きな作家の本選びるる
 父とわれ弟競ひて登りたりき
 遠きあの日の若草山恋ほし

- 伊谷 昌子
- 福原 幸子
- 中村 佳子
- 野崎 恵子
- 辻野 愛子

老人クラブ会員の皆さまへ

平成24年7月1日改定
(平成24年6月1日以降のお申込みから適用)

老人クラブ傷害保険のご案内

クラブ活動型 (クラブ活動中とその住居途上^(注1)) のケガも補償します。

年間掛金	500円		1,000円		2,000円	
	ケガをした時の状況	24時間型	24時間型	24時間型	24時間型	24時間型
死亡保険金	50万円	50万円	100万円	100万円	200万円	200万円
後遺障害保険金 ^(注1)	50万円	補償なし	100万円	補償なし	200万円	補償なし
入院保険金日額 ^(注2) <small>(1事故につき30日間限度)</small>	1,000円	補償なし	2,000円	補償なし	4,000円	補償なし
通院保険金日額 ^(注2) <small>(1事故につき30日間限度)</small>	650円	650円	1,300円	1,300円	2,600円	2,600円

クラブ活動中のケガの場合は、(注1)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。

総合型 (クラブ活動中以外の日常生活全般^(注1)、24時間型^(注2)のケガも補償します。)

年間掛金	3,500円		5,000円		10,000円	
	ケガをした時の状況	24時間型	24時間型	24時間型	24時間型	24時間型
死亡保険金	50万円	115万円	100万円	143.5万円	200万円	287万円
後遺障害保険金 ^(注1)	50万円	50万円	100万円	243.5万円	200万円	487万円
入院保険金日額 ^(注2) <small>(1事故につき30日間限度)</small>	1,000円	750円	2,000円	950円	4,000円	1,900円
通院保険金日額 ^(注2) <small>(1事故につき30日間限度)</small>	650円	500円	1,300円	700円	2,600円	1,400円

クラブ活動中のケガの場合は、(注1)と(注2)の合計(注3)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、(注2)のみの補償額が支払われます。

全国老人クラブ連合会 (保険係) (保証代理店) 有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768 FAX番号 03-3597-8767

03-3597-8770 受付時間 9:30~17:30 (土・日・祝日除外) (引当金準備金総額) 資本金5億1千万円 総資産140億2千万円 登録資産119億5千万円

※注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因する損害のみを補償の対象とします。後遺障害の程度に応じて、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金総額の90%~100%が支払われます。
 ※注2 入院保険金の支払いは、手術の開始日から入院保険金日額の10倍、回復期を48日と見做します。
 ※注3 後遺障害上は、自宅(マンション、アパート)などの固定住居を補償。隣接しては固定住居(宅)を出てから、活動場所までの通算距離を以てします。

あとがき



▼老人クラブ員や老人クラブ団体が、全国的に減少しています。この現象は時代の流れかも知れませんが、本町においてもその傾向があり減少しており何か寂しさを感じます。

高齡化社会の中で老人パワーをクラブを通じて発揮したいものです。

▼さて、クラブの加入に当たって満65歳では「老人」という言葉に抵抗があるから老人クラブに加入しないという方がおられるようですが、何歳になっても「老人」という言葉に抵抗がなくな

るのでしようか?

このことは、単に老人クラブに加入したくないから、断る理由として言っておられるのではないかと思います。

▼また、老人クラブに加入しても何もメリットがないからという考えの方もおられます。これはクラブに各種の事業活動が計画されていますが、参加されないからではないでしょうか。

抵抗という理由をすてクラブに加入し、事業活動に参加し多くの方との出会いや交流を通じて自分なりの生き方を見つけて頂きたいものです。老人倶楽部は共に楽しむ部です。

(広報部 青木)