

老人クラブ三大活動

健 康

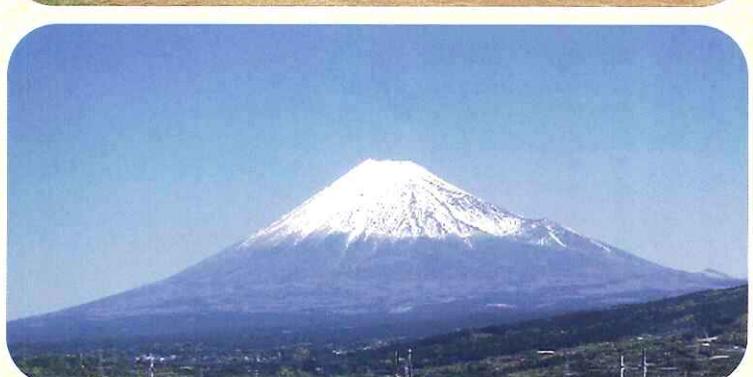
友 愛

奉 仕

ふれあい秦莊

—第41号—

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



10月23~24日 会員一泊親睦旅行の思い出 (世界遺産 富士山・三保の松原と大井川鉄道)

なお一層のご協力を



秦莊老人
クラブ連
合会
西澤義孝

秦莊老人クラブの皆さんには、お元気で毎日をお過ごしのことと思います。平素は、それぞれの単位で多くの活動に取り組んでいただき、また、当老人クラブ連合会の事業にご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、平成25年度の事業も計画と一緒に進み、5月にはスポーツ大会、10月にグラウンドゴルフ大会と会員親睦一泊旅行、11月には老人クラブのつどい等実施いたしました。これも会員お一人おひとりのご協力のおかげと感謝いたしております。

色々な研修を受けて、高齢者にとって一番大切なことは、健康と体力保持に努め、同じ地域で住むものの同士が支えあうことが大切だと思いました。

最後になりましたが、3月に入りました新役員のもとで、新年度の事業の準備が始まります。会員皆さまのご協力とご支援をいただきながら、皆さま方の益々のご健康とご多幸を祈念申し上げご挨拶といたします。

ごあいさつ



愛荘町長

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、当町の高齢化率が昨年 20・12% に達しました。高齢者の生きがいづくりの一環となる老人クラブの活動は、ますます重要なつながりであります。

今年は『愛荘町高齢者保健福祉計画』および第 5 期介護保険事業計画』の最終年となります。

引き続き高齢者の健康づくり・介護予防に着目し、「安心・生きがい・幸運あふれ・ホッとするまち愛荘

町」を目指し、高齢者が住み慣れた地域でいきいきと暮らせる町づくりを推進してまいりたいと思います。より一層のご支援・ご協力をよろしくお願ひいたします。

江戸時代の偉人の中には隠居後に本來やりたかったことに精を出し、大業を成し遂げた人もあると聞きます。

定年後、社会の第一線から退いたら趣味に生きるのも楽しいし、またスポーツで健康保持に努めるのも結構なことですが、いま一つ近隣の仲間づくりに努め、地域に役立ち喜ばれる活動があればなお一層存在感が高まり輝くことでしょう。

地域の輪

豊かに年を重ねておいでの方々が、これまで培つて来られた様々な知識と経験を、惜しみなく地域に還元され、健康づくりやサークル活動だけでなく、子育て支援や地域の環境美化など、地域の活性化に繋がる活動を進めていただきたく思います。

近年、「隠居」という用語が使われなくなつたように思います。

古い言葉なのでしょう。隠居とは、生業を離れて好きなことをして暮らすこと(人)と言わわれていますが、人生わずか五十年の時代では現在の私たちよりずっと若かつた筈です。

われらが連合会です。

地域で輝いて生きよう

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

副会長 小川美智子

仲間づくりです。みんなで輝いて生きようでありませんか。

豊かに年を重ねておいでの方々が、これまで培つて来られた様々な知識と経験を、惜しみなく地域に還元され、健康づくりやサークル活動だけでなく、子育て支援や地域の環境美化など、地域の活性化に繋がる活動を進めていただきたく思います。

豊かに年を重ねておいでの方々が、これまで培つて来られた様々な知識と経験を、惜しみなく地域に還元され、健康づくりやサークル活動だけでなく、子育て支援や地域の環境美化など、地域の活性化に繋がる活動を進めていただきたく思います。

豊かに年を重ねておいでの方々が、これまで培つて来られた様々な知識と経験を、惜しみなく地域に還元され、健康づくりやサークル活動だけでなく、子育て支援や地域の環境美化など、地域の活性化に繋がる活動を進めていただきたく思います。

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!!

TOUR 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)

秦荘老ク連の基本理念



行事に参加して 仲間をつくろう

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

理事 西谷茂

二年前本部役員をお引き受けした時、未熟な私に勤まるだろうかと不安に思つておりましたが、皆様のお陰で勤める事が出来ました。

私の担当の健康づくり「健康体操教室」も先生のご指導の下、年十回の講座を無事終える事が出来、会員の皆様からも楽しい教室だつたと好評をいただきました。何事も参加してみると、続ける事が楽しくなってきます。

会員の皆様一度、健康づくり教室に、参加してみて下さい。一步を踏み出す事で、新しい明日が来るかも知れませんよ。

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

理事 岡部巳津夫

私は、秦荘老ク連の役員（研修・若手会）の岡部です。各単位クラブ様での若手加入会員の促進に

少しでもお手伝い出来ればと役員で協議を重ねて参りました。しかしながら「入会年齢」「歴史」等、違いも様々で思つたような取組みも見つかりません。

他府県との交流会、また県内の研修会に出席しましたが、どこも老ク連も同じ悩みを抱えておられます。魅力ある老ク連は当然必要なことですが、それ以外に「老人クラブ」と聞くだけで入会しても、どういった活動をどのようにしたら良いのか、見返りの無い事には取組みにくいのでしょうか。

秦荘老ク連では、三大活動「健康」「友愛」「奉仕」とそれぞれを活かしたサークル活動があります。自分に合ったサークル活動で人とのふれあいを通して、皆様と行動を共にすることにより、やりがいを感じられるかと思います。新しい出逢いで人との繋がりが生まれ、お互い楽しい日々を過せることが自分への見返りではないかと思ひます。

各単位クラブ様、いろいろご事情もあるかと思いますが、一人でも多くの若手会員の参加にご尽力頂きますよう、重ねて宜しくお願ひ申し上げます。

ところで、老人会では、健康や食に関わる教室があります。人と会つて喋る事も沢山あります。老人会があるから仲間とも会えます。是非皆さんも参加して下さい。そして、その集いが楽しくて大きな繋がりの輪となる事を願っています。

寿司・料理・会席

宴会・法事などに
座敷でご利用頂けます。
御気軽に御一報下さい。

大忠

愛荘町蚊野
☎(37)2336
有線3087



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

カレーダイニング **ASIAN** アジアフ

愛知郡愛荘町安孫子700-1

創業八十年余の
伝統の味をご賞味ください。

日本料理
あじい家

0749-37-2016

愛荘町秦荘老人クラブ連合会

監事 荻田久二子

健康と和食

シニアの健康維持に、多くのサ

プリがテレビやチラシで目に入つ

てきます。ぼちぼち体のいたる所で衰えを感じた時、一度は私も購入しましたが効果は何とも言えません。

昨年、ユネスコ無形文化遺産に

和食の登録が決まりました。これ

を機に、コレステロール値や消化

器不良を改善するよい機会と思い、

一年の目標を「一汁三菜」を欠か

さず、ご飯に合う和食を考え、献

立することに決めました。幸い旬

の野菜も沢山採れます。太陽の陽

を浴びて畑作業をしていると脳や

体全体を使うので健康にもつながります。

ふれあい

各単位クラブ様、いろいろご事

情もあるかと思いますが、一人でも多くの若手会員の参加にご尽力頂きますよう、重ねて宜しくお願ひ申し上げます。

繋がりの輪となる事を願っています。



単位クラブの活動だより 努力した花壇づくり

松・上老人クラブ 延寿会

会長 水野清文

今年度伝統ある延寿会会長の重責をお預かりすることになりましたが、役員の皆様を始め会員各位の暖かいご理解ご協力によりまして今日まで滞りなく計画通り事業を進める事が出来ました。特に今

年年度花壇に力を入れ、今までと違った形で花の種類も増やし、デザイン的にもまとまり立派な花壇になりました。しかし、残念ながら夏の暑さにやられてしまい肝心の審査時には見る影もなく、ご努力頂いた皆様に申し訳なく思つております。

現在 松・上・延寿会最高齢 92 歳の方を始め 73 名の会員で構成されています、ほぼ全員の皆様が元気でお健やかにお過ごしされておられ、なによりの喜びとすることろであります。

蚊野老人クラブ 愛寿会
第一会長 外野川正良
第二会長 宇野章隆

春の研修旅行

緑さわやかな 5 月 28 日蚊野愛寿会の研修旅行を会員 64 名の参加をいただき、バス 2 台で大津方面に出発しました。



↑梅の間（波迫了慶作の複数）

それぞれの複数から、上の間を羅漢の間、次の間を梅の間と呼び、大額の文字は、共に法華経よりの法語である。

内仏殿→

ご本尊は薬師如来、両脇に天台・伝教両大師を奉安、日々不斷に國家の安泰と国民の幸福を祈願している。

奥殿には後醍醐天皇・後水尾天皇と明治天皇、また徳川歴代将軍、そして江戸初期より明治に至る天台座主の宮、さらに明治以降の天台座主の位牌が祀られています。



入浴後昼食を摂り、カラオケなどで賑やかな会になりました。帰る途中、琵琶湖博物館にたちよりめずらしい琵琶湖の魚や民具など見学し、無事 6 時前に帰ることができました。



↑座主接見の間

庭園→

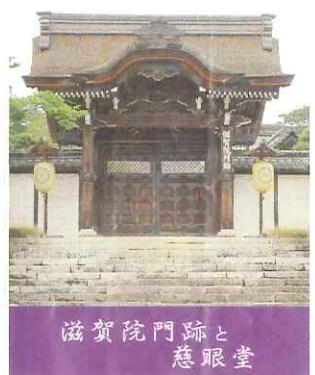
宸殿の西側に三代將軍家光公の命により南北に細長く池泉観賞式に作庭されている。特徴としては、蓬莱山形式を用い、左手に龜島を、右手の滝に巨石で鶴石組をなし、正面を蓬萊山とし、池中央には豪華な切石で橋を架けて細長い池庭を引き締めている。

南北にある船着石は、崩石の手法をとり、切石橋と共に江戸初期の作風を表している。作庭は小堀遠州と伝えられる。また二階書院より眺める庭園は琵琶湖を借景としており、蹴鞠の庭と呼ばれる。



↑二階書院

六室からなり、最も古い桜の複数(桃山時代)を始めとする障壁画は、書院と呼ぶにふさわしい。



滋賀院門跡と慈眼堂



ふれあい秦莊

**ふれあいの深まる
町づくりを！**

東出老人クラブ 長寿会

会長 上林 健

新しい年が明けて早くも一月が過ぎます。年々歳々時間の移り変わりが段々と早く感じられるようになつてきました。

昨年四月から二度目の東出長寿会会长を引き受けまして年間八回の例会・研修会・集落の美化活動奉仕等を会員のみなさんの大きなご協力のお陰でほぼ順調に消化し、予定どおり進めることができました。その中で感じたことは、このごろのマスコミ等の報道によくあります、人の心が荒んできてお互いに思いやるとか感謝の心が薄れてきたように思われてなりません。これからは、私たち老人の働きかけ（老人パワー）で今住んで

会長 上林 健

新規の看板が風雨にさらされ、心配していましたが、大変器用な役員さんの御協力のもと立派な看板を作つて頂きました。

保持が不可欠でスポーツなどに親しみ心身の強化に努めたいもので

す。

今年度の行事「会員日帰り旅行」「交通安全教室」「人権学習」「区民運動会」参加「防災研修」など無事終ることが出来ました。



老人会でのふれあい

香之庄老人クラブ 寿会

会長 村川孫次

私は、老人会に入つて3年ですが、早くも会長と言う重責をあずかり、今までこの会を皆様と共に、楽しく活動して参りました。

寿会の皆様の活動に感謝

円城寺老人クラブ 寿会

会長 村木博

今年度寿会の会長をお受け致しまして早や10ヶ月がすぎ、その間役員様や会員様には活動に対しても大変な御協力を頂き、厚くお礼申し上げます。

皆様のふれあいの場として日帰り旅行で芝居を見ながらの食事や、温泉に入りながらゆっくりとした時間を共に過ごす事が出来ました。字内で食事代わりにそうめん作りは、薬味等、各家庭でいろいろな食べ方があると感心した一日でした。

役員の皆様にはお世話になりました。後3ヶ月ですが、皆様の協力を得ながら頑張りたいと思います。が、そのためには自分自身の健康続く限りいろんな社会福祉活動に積極的に参加していくつもりです

今年度は9年に一度の「堅井の大宮」さんの一番山の渡り番でし



た。翌日は会員様の協力により境内の清掃やあき缶ひろいが出来ました。ほんとうにありがとうございました。

私は少ないので人生「感謝」「感謝」ですごしく思います。寿会の皆さんほんとうに有難うございました。

見えにくいところで

日加田

第二老人クラブ 福寿会
会長 西澤光男

常日頃から思っていることのひとつに自分の心のあり様があります。

これはある本の一筋ですが、とにかくこの一年老人会の役員をさせていただいて改めて感じている言葉です。

私たち、人のことはよく見えても自分の事は意外に見えていない部分もあるものです。自分の心を見つめ直しては、人のためによかれと思っているつもりでも、内心は自分への評価を期待していることはないでしょか。正しいことをしているつもりでも、心の中では人を責め、知らず知らずのうちに相手を傷つけていることはないでしょか。

その、見えにくい自分の心が人間関係のトラブルなのかもしれないせん。

自分の心をしつかりと見つめ温かい心を育んでいこうではないでしょうか。

○当福寿会の大きな行事としては、

いけれど集落内の大きな力だと思っています。

維持しながら、高齢化社会に楽しみを抱き、過して行きたいもので

日帰りバス旅行・岐阜東洋健康ランドへ行きました。風呂に入る人、観劇を楽しむ人、お酒飲む人、ゲームに楽しむ人、一日子どもに返った気持の一日でした。

○また、当福寿会の恒例行事としては、神社境内・お旅所の除草、

農村公園の除草、お盆前の墓道の除草および公民館等の葉刈り、また、集落周辺の空き缶拾い等々があり、これらの奉仕活動に毎回大勢の会員参加で、地味で目立たな

元持老人クラブ 報恩会
会長 平林光明

例年の如く花見を兼ねた研修会から始めた今年の行事、当然三月に入れば準備です。活動の第一歩はこの月からのスタートでした。研修地として滋賀県警察本部を選び、先ずはお堅い勉強からの始まりでした。

月例会と称した学習教室は六項目を組み、奉仕作業や秋季親睦旅行も含め、どの催物にしても多くの人の集まりを得、理解と協力があり、皆さんに支えられた活動をさせて載きました。今後も宜しくお願い致します。

連合会にせよ、単位会にしても活動の継続や役員の選出が危ぶまれる今日、老人クラブの三大運動で有る心・からだ・社会に繋がる「健康」、身近な隣人であり友人への思いやりを持つた「友愛」、公共の場所の美化や伝統文化の継承などの「奉仕」の精神を今後も

多くの集まりの中で

元持老人クラブ 報恩会
会長 平林光明



「花は心の癒やし」

栗田老人クラブ 高砂会

会長 岡部幸夫

還暦を迎える前に入会し、三年後に会長という重責を担うことになり、不安の募る船出でした。

その始まりが“花壇の花”的植付けです。沢山の花の世話をした経験は全く無く、分からぬことばかりでした。桜前線の頃には、寒の戻りや霜もあります。太陽も風も丸当たりの花壇で、強風に煽られ、葉先が皆引きチ切れ、弓を



き結めたりと出来ることを精一杯でした。その思いや通じたのか見事に咲き誇り、道を通る人々「奇麗に咲きましたね！」と声を掛け下さり、この時ばかりは嬉しく、大変だった事は忘れてします。

「花は心の癒やし」だと。

御指導、御協力を得て、多くの事

張りネットで覆い応急処置をする。ある時は、蝸牛が大量発生し、マリーゴールドが一度にして葉も花も無く枯木のようになつたり、夏の暑さは異常で、朝夕の水やりだけでは追いつかず、切りわらを敷き

きき結めたりと出来ることを精一杯でした。その思いや通じたのか見事に咲き誇り、道を通る人々「奇麗に咲きましたね！」と声を掛け下さり、この時ばかりは嬉しく、大変だった事は忘れてします。

を学ばせて戴きましたことを感謝しております。

行 事 回 想

南野々目老人クラブ 高砂会

会長 森谷俊一

当字の老人会は現在32人と少人數の会ですが、一年を通じて神社の清掃、年2回の花壇作り、空き缶拾い、健康教室などを行い、また老ク連主催のスポーツ大会への参加といろいろ行事があります。

中でも一番の行事は6月の日帰りバス旅行です。

今年は奈良の飛鳥路に行きました。飛鳥資料館から石舞台古墳を見学。当時の政治、文化の中心であつた飛鳥に、日ごろは仕事や家事に忙しい日々を送っている会員にとつては、東の間の悠久の歴史とロマンを感じる事が出来た一日でした。

天候にも恵まれ、無事全員、多くのお土産を持って帰り着きました。



一年を振り返る

明生会一年間の活動案内

島川老人クラブ 春秋会

会長 北川誠逸

軽野老人クラブ 明生会

会長 宇野清之

平成二十五年度の島川春秋会の重責を預り、役員皆様と一年間の

行事を計画して、会員皆様の協力を頂きながら順調に実施して参りました。その中の一つを紹介しま

す。

秦荘西小学校が運動会の行事の中

に滋賀県伝統の江州音頭を取り入れておられます。生徒とのふれあいとして振付の指導に行きました。十人の会員様と和気あいあいの一時でした。その一駒です。

毎月一日・十五日

蚊屋野神社清掃

五月 老々連スポーツ大会参加

六月・七月 例会と誕生会

八月 地蔵盆のための墓地六体

尊の清掃と花立て参拝

九月・十月 月例会と誕生会

十一月 文化祭会員の力作展示

十二月 忘年会はクレフィール湖

東で行いました。迎春準備

備蚊屋野神社しめ縄作りと門松立て

一月 新年会

二月 人権学習と月例会と誕生会

三月 年度末食事会と月例会と誕生日

安孫子老人クラブ 福寿会
会長 村西延和

現在、安孫子福寿会は六班百七十七名で構成されています

字内の年間行事としては、年二回の安孫子神社の境内と社務所、

祝詞殿の清掃、お盆前のお墓の清掃、日帰り旅行と、人権学習、交通安全教室が主な内容です。

特に今年は、人権学習に於いて、

会員は現在、五二名で八十才以上が二十七人と高令者の比率が高く、若年者が少なく、会の運営を行っています。



会員は現在、五二名で八十才以上が二十七人と高令者の比率が高く、若年者が少なく、会の運営に

困難をきたす状態です。又、新規加入の入会者がなく前途に明るさが見えない状態であり、打開策がなく非常に困った事態になつています。

時代の流れと云うが老人会に魅

力がないのか、年令差が大き過ぎるのか、色んな要素もからんでいるようにも思われます。

このままでは自然消滅してしま

うのかと不安です。



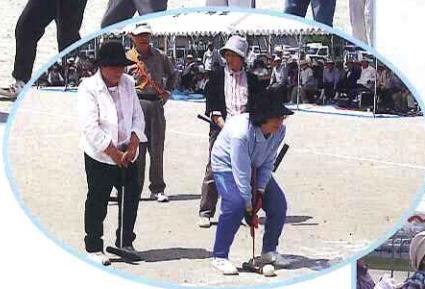
りやすく解説していただきました。特に最近の核家族化による意志の疎通の取り方が難しくなってきた中、次の世代又、親戚兄弟姉妹に至るまで円満に引継ぎが出来る様心掛けたいものです。

近年、テレビ新聞等でよく相続に関する報道、記事が話題になっていますが、自分の体調が優れなくなると余計に「後世(生)に伝えておきたい事を文章にしておけば良かつた」と成らないよう元気な内に心したいものです。終活を最後のみやげにあの世ゆき



第25回 スポーツ大会

とき 5月18日(土) 場所 愛莊町スポーツセンター



成績

- 優勝 第6ブロック(香之庄・元持チーム)
- 準優勝 第1ブロック(松尾寺南・上蚊野チーム)
- 敢闘賞 第4ブロック(東出・円城寺チーム)

フォークダンス



健康づくり活動

健康体操教室



男性料理教室



ウォーキング



道標
巡りを
しました



第6回 グラウンドゴルフ大会

とき 10月4日（金）

場所 宇曾川グラウンドゴルフ場



成 績（敬称略）

上位9名 川口 ふみ子、吉岡 耕、小椋 清子、小川 勇、大西 治夫
北川 栄、森杉 敏征、西澤 康子、吉岡 豊子
ホールインワン賞 27名



アルミ缶回収



アルミ缶回収ご協力お礼

総重量 440kg 売上総金額 39,600円

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。



女性料理教室



平成25年度

サークル活動



絵手紙教室



マジック教室

クラブ活動型 < クラブ活動中とその往復途上 のケガを補償します。 (注3) >

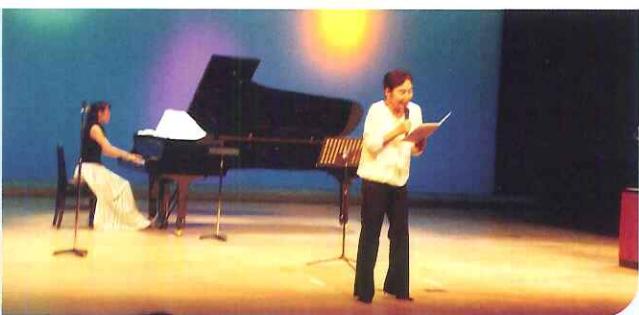
年間掛金	500円	1,000円	2,000円
ケガをした 時の状況	クラブ活動型 活動中の ケガの場合	24時間型 活動中以外の ケガの場合	クラブ活動型 活動中の ケガの場合
死亡保険金	45万円		85万円
(注1) 後遺障害保険金	45万円		85万円
(注2) 入院保険金日額 (1事故につき30日限度)	1,000円		2,000円
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	650円	補 償 な し	1,300円
			1,300円
			2,600円



クラブ活動中のケガの場合は、(青色)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。

秦荘老人クラブのつどい

とき 11月14日(木)
場所 ハーティーセンター秦荘



花壇表彰
最優秀賞 優秀賞
元持老人クラブ 目加田老人クラブ
栗田老人クラブ
高砂会 報恩会 福寿会



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。

広報委員

老いてまだ
花も実もある
老ク連
教えられ
教えてかえす
老クの輪

M K

あとがき



優良老人クラブ 表彰
円城寺老人クラブ
南野々目老人クラブ
寿会
高砂会