

2014.8
第76号

ひの長寿の友

滋賀県蒲生郡日野町河原1丁目
日野町勤労福祉会館内

【発行】
日野町老人クラブ連合会
【責任者】
遠城輝雄



平成二十六年度日野町老人クラブ連合会の総会が、五月十九日にわたりむきホール虹に於いて四百五十名余の参加を得て開催されました。

開会にあたつて会長は『老人クラブは、老後の幸せを自分の手で』の願いにより自発的に組織されたものです。一人ひとりが健康で家庭や地域のなかで能力に応じた役割を担うことが私達の願いであり、社会が期待するところです。今年も、『元気で長生き・健康寿命を延ばす』を合い言葉に活動を進めていきたいと思います』とあいさつされました。

続いて、長年老人クラブの活動に

高齢社会を支える仲間づくり・組織づくり

平成二十六年度日野町老ク連総会

功績のあつた、優良単位クラブと優良会員・篤行者に対し表彰状と記念品が贈呈されました。

来賓として出席された、滋賀県老人クラブ連合会の山本会長は「老人クラブ会員の組織強化と会員増強が今日的な組織の課題です。日野町の老ク連の皆さんも頑張つて頂いておりますが、さらにご協力をお願いします」とあいさつされました。藤澤日野町長、杉浦町議会議長、井阪県議会議員からも激励の祝辞を頂きました。議事は、必佐地区の花木悟さんを議長に選出して進められました。

平成二十五年度事業経過と決算報告がされ承認されました。次に、平成二十六年度役員の一部改選と規約一部改正、平成二十六年度事業計画案及び收支予算案が提案され原案通り承認されました。

休憩後、日野町介護支援課の保健師坂田敦子さんから「元気なうちから始める介護予防」と題して、介護を必要とする状態を未然に防ぐことや介護が必要でも出来るだけ体の機能を改善することの大切さをお話しいただきました。

事務局
監事

西得外瀬瀬藤岡増幅嶋鈴川荒麻竹小曾島植西遠
田知池川川澤原倉野村木西川原村森羽田島村城
三枝則嘉治富よとよよしよよし子子清子子八ゑ子茂貢操子郎雄

日野町老ク連役員

理会
副会長
会長



平成二十六年度の事業計画

月別	事業内容
5	19日 日野町老人クラブ連合会総会
6	12日 単位クラブ会長、女性部長研修会
7	2~3日 会員親睦旅行 戸倉上山田温泉・善光寺方面
8	28日 ゲートボール大会 24チーム
9	4日 ふれあい交流会(悠久会)
10	15日 ひの長寿の友発行 第76号
11	11日 シルバー大学 第1回(開講式)
12	20日 社会奉仕の日(県下一斎)
13	敬老の日の行事に参加
14	19日 シルバースポーツ大会
15	29日 シルバー大学 第2回
16	8日 シルバー大学 第3回
17	13日 グラウンドゴルフ大会
18	19日 県老人クラブ大会(米原) 女性部施設訪問と研修
19	1日 シルバー大学 第4回(閉講式)
20	歳末友愛活動
21	1日 ひの長寿の友発行 第77号
22	地区役員・単位クラブ会長及び会員数報告
年間	定例理事会開催、会員増強、友愛・奉仕活動、健康に関する活動、交通安全対策事業、世代間交流、伝承文化活動、サークル活動等

平成二十六年度も「健康寿命を延ばそう・元気で長生き」を合い言葉に、活動を進めることが総会で確認いただきました。

日野町老ク連の三大運動目標の友愛・健康・奉仕と組織の強化、会員増強の活動に重点を置いて活動を進めることいたします。

今年度の事業計画は、左の表の

通り計画しております。それぞれ会員の皆さんは、地域でも重要な役割が有りお忙しいとは存じますが、是非ご参加ご協力をお願いいたします。



平成二十六年度 老ク連表彰

*篤行者	落小寺植 合澤澤村 和勝清眞 子子穂澄	廣竹徳辻寺瀬岡北宇安 瀬村田 澤川崎川田田 昭まさ 征清隆 直秀泰 一江夫子彦功次子一碧
------	------------------------------	---

*優良会員(功劳者)

音羽寿クラブ	鳥居平日月会
上三十坪長寿会	村井一区長寿会
小御門長寿会	松尾三区老友会
内池西長寿会	

シルバー大学案内

平成二十六年度のシルバー大学は、次の日程で開催されます。

多数の方の参加をお待ちしております。

第一回 九月十一日(木)

開講式

「笑いはこころのくすり」

講師 八幡蒲生薬剤師会会長

磯矢毅さん

第二回 十月二十九日(水)

「認知症の予防と地域・家族の見守り」

講師 滋賀医科大学教授

瀧川薰さん

第三回 十一月八日(土)

「落語の魅力」

講師 落語家

桂塩鯛さん

*日野町文化祭と協賛

第四回 十二月一日(月)

「蒲生野をめぐる人々」

講師 随筆家

岡本光夫さん

閉講式



善光寺・諏訪大社と 戸倉上山田温泉 信州の旅

平成二十六年度会員親睦旅行が、七月二日～三日に百四十名の参加のもと一泊二日で行われました。梅雨の晴れ間の天候に恵まれ、皆さん朝早くから元気にバス四台で出発しました。

善光寺では、各号車別にガイドさんが案内で境内を見学し、本堂に参詣しました。また、今回特別に善光寺上人のお言葉を拝聴することが出来ました。

昼食は、宿坊で精進料理をいただき一路帰路につきました。あいにく帰路は日野に向かうにつれ雨脚が激しくなり残念なこととなりましたが、楽しく交流と親睦の図れた旅となりました。

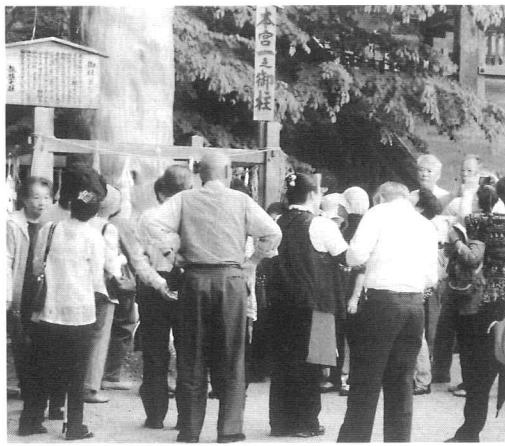
親睦旅行に参加して

牛に引かれて善光寺参り

一用其本、言外未曾○二易三

——曰く、善光寺へ二町歩いた。まんぞ。

見学し 善光寺へと向かいました



情報交換の場となる。道中では移り変わる風景に以前来た時は……と思い出話に花が咲く。食事処や土産物店でも和気あいあいとより良い土産を物色する。

善光寺で気づいたこと

元気で長生きをより身近に感じた楽しい旅だつた。

(西桜谷地区) 横田勝弘



性が尼公上人として継承されています。現在のお上人様は八十歳で善光寺最高位の方です。お参りされる方々に挨拶されることはありませんにありません。老ク連のことです」と説明を受けました。

冒頭に感銘を受けたと書きましたが、それは偉い人に挨拶されたからではなく、老ク連の存在を世間では私が思っているよりもはるかに高い位置で評価されていると感じたからです。

私は、老ク連の一員として喜びと誇りを感じ、高揚感に浸りながら帰路につきました。

バス旅行に参加しました。旅行中一番感銘を受けたのが善光寺です。日野町老ク連の参加者を案内していた、だいたいガイドさんから「日野町老ク連の皆様には、お上人様がご挨拶をしたいと申しておられますので別室へご案内します。お上人様は、代々皇室ご出身の女



元気なうちから始める介護予防

日野町の六十五歳以上の人口割合は二十六セントを超えた。地域別に見ますと三十五セントを超える地域もあります。統計上は高齢者ですが、六十五歳以上の方もまだ現役で地域の中心となつてご活躍いただいています。このまま元気に七十五、八十五、九十五歳と過ごしていただくために、今回は脳梗塞についてお伝えします。

要介護認定を受ける原因で一番多いのは脳血管疾患です。高齢期になると脳梗塞の割合が増えています。脳梗塞は予防が大切ですが、早期に気づき受診・治療すれども大切です。『脳梗塞かな?』と思つたら救急車で受診!』が覚えていただきたいポイントです。四時間以内に専門医を受診し、治療を受けることで後遺症が軽くなる可能性が高くなるからです。発作の兆候が現れてから四時間はあつと言う間です。「かかり付け医に相談してからにしようか、近所に迷惑がかかるかな」などためらわず、遠慮せずに救急車を呼んで下さい。脳梗塞でなかつたとしても、非難されることはありません。

日野町地域包括支援センターへ！
電話 五二一六〇〇一
日野町地域包括支援センター
（保健師 坂田敦子）

今は、暑さが本番となつてしまふ。熱中症で救急搬送される半数以上が六十五歳以上の方です。暑さはもうろん湿度が高い日、風が弱い日、暑さに慣れないときに十分気をつけていただきたいと思います。

今日は、暑さが本番となつてしまふ。熱中症で救急搬送される半数以上が六十五歳以上の方です。暑さはもうろん湿度が高い日、風が弱い日、暑さに慣れないときに十分気をつけていただきたいと思います。

その他にも健康維持・健康づくりのため、転倒防止の体づくり、口の健康づくりなど取り組んでいただきたいことが沢山あります。これらは、町の出前講座のメニューにもありますので是非ご利用下さい。

編集後記

第七十六号は三回の編集会議を経て、予定のとおり発行の運びとなりました。偏にご投稿下された会員の皆様のご協力の賜と感謝申し上げます。老人クラブ結成の趣意は「老後の幸せを自分の手で…」の願いです。そして「元気で生き・健康寿命を延ばそう」合い言葉に、事業計画が進められています。

広報紙「ひの長寿の友」は、これらの様子を広く皆様にお知らせして、老人クラブに付いていきや現況を共有しています。

ただくための優れたツールとしての役割を、果たしていくよう努力して参ります。次号におきましても心温まる記事をお寄せ下さいますようお願い申し上げます。

編集委員会
社会部長 増田和也
委員長 花岡中村
委員 岸和田木倉
委員 堀江田中
委員 岡田中
委員 嘉里安勝勇

晃子善弘夫晃悟清

老人クラブ会員に お手頃なケガの保険

クラブをはじめて何歳でも／お一人でも／いつでも
総合型24時間補償 年間保険料3,500円から
お手頃な保険
クラブ活動定期保険 年間保険料500円から
加入年齢に制限なし
掛金の年齢割増なし

総合型
（クラブ活動中のケガとその他のケガを補償します。）

年間掛金	3,500円	5,000円	10,000円
ケガをした時 の状況	クラブ活動型 活動中の ケガの場合	24時間型 活動中の 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 136万円	91万円 194万円	85万円 387万円
後遺傷害保険金	45万円 45万円	— 85万円	170万円 170万円
入院保険金日額 （事故につき30日前度）	1,000円 1,750円	750円 2,950円	2,000円 5,900円
通院保険金日額 （事故につき30日前度）	650円 1,150円	500円 2,000円	1,300円 4,000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、白地 + 薄い赤色 の合計 赤色 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、薄い赤色 のみの補償額が支払われます。

*注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに対する場合のみが対象となります。（後遺障害の程度に応じて、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金の4%～100%が支払われます。）

*注2 手術保険金の支払額は、入院中の外見（入院保険金額の50%まで）入院料は10倍となります。

*注3 往復旅費上は、自家（マンション、アパートなどの集合住宅は専用部、戸建ては敷地を含む）までから、活動場所までの通常経路を指します。

クラブ活動型
（クラブ活動中のケガを補償します。）

年間掛金	500円	1,000円	2,000円
ケガをした時 の状況	クラブ活動型 活動中の ケガの場合	24時間型 活動中の 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	170万円
後遺傷害保険金	45万円	85万円	170万円
入院保険金日額 （事故につき30日前度）	1,000円	2,000円	4,000円
通院保険金日額 （事故につき30日前度）	650円	1,300円	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。

*注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに対する場合のみが対象となります。（後遺障害の程度に応じて、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金の4%～100%が支払われます。）

*注2 手術保険金の支払額は、入院中の外見（入院保険金額の50%まで）入院料は10倍となります。

*注3 往復旅費上は、自家（マンション、アパートなどの集合住宅は専用部、戸建ては敷地を含む）までから、活動場所までの通常経路を指します。

○ 公益財團法人全国老人クラブ連合会 保険係 (改) 有有限公司 シニアサービス社 電話03-3597-8768 FAX03-3597-8767
受付時間 9:30から17:30まで (受付料金無) 東京海上日動火災保険株式会社
個人クラブ連合会の会員専用 0120-000937 (受付料金無) 医療・福祉法人部 事務第二課 電話03-3515-4144 FAX03-3515-4145