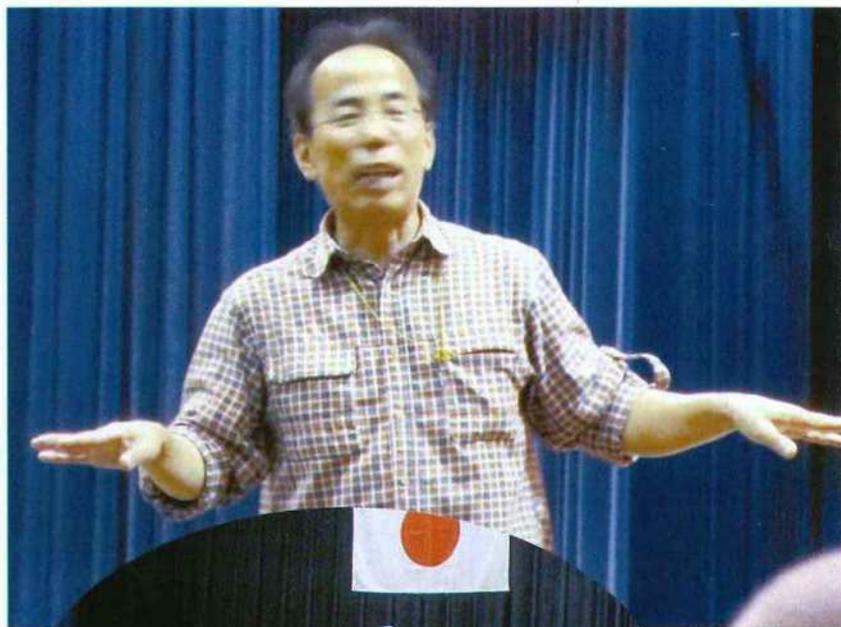


会報 すこやか

第82号
平成27年11月26日
山東老人クラブ
連合会



米原市老ク連高齢者研修会開催

演題 「支え合う仲間づくり、町づくり」

講師 栗本 剛先生

老人会の活性化について

副会長 瀬戸川恒雄

去る10月29日(木)に近江公民館にて開催されました。米原市老ク連木村幸太郎氏から、米原市の老ク連の行事の経過報告をかねて挨拶があり、来賓として米原市平尾市長から老人会の活動が町づくりの大きな柱であり、今後の活動について、大いに期待していますと挨拶のあと、米原市市議会を代表して前川副議長から激励の挨拶がありました。

そのあとmottoひょうご事務局長栗本剛氏から「支え合う仲間づくり、町づくり」をテーマに講演がありました。今日の老人会の抱える課題、取り分け老人会に入会していただけない原因と具体的な打開策について、講演されました。面白おかしく、話されながら老人会の課題の核心をしつかりととらえ、示唆に富んだ提案がなされました。これからの老人会活動について、参考になることが多くあり、有意義な講演会でした。「なぜ、団塊の世代が老人会に入会されないのか」高度成長期、企業に貢献することが生活の中心となり、ほとんど地域とのかかわりが薄く、感心もなく、人々とのかかわりも会社以外ほとんどなく、老人会の会員との人間関係が希薄のうえ、どんなことがなされているのかよくわからない会に入っても、気を使うだけで、少しも楽しくないので、加入したくないと考えている団塊世代が多くなってきました。「老人会に入っても、どんなメリットがあるのか」と問われてもなかなか上手く答えられません。それでは一度、隣のひととどんなメリットがあるのかについて、話し合ってください」と講演者栗本氏から、会場に課題を投げかけられ

参加者、それぞれの立場で熱心に話し合っておられました。団塊の世代は、健康については非常に強い関心を持っておられます。健康についての講演などには、積極的に参加する人が多く、いつも満員の盛況です。特に、認知症にはなりたくない、認知症にならない良い生活習慣とわかれば、意欲的に取り組んでおられます。認知症の予防のための三原則、①家から出る②人と出会う③話しを交わすことの三つが大切です。老人会に入れば、ごく自然に、この三原則が実現でき、地域との交流を深めながら自己実現ができ、心身共に健康な暮らしが実現できるメリットを訴えて、老人会への加入促進につながることができそうですと訴えられました。山東老ク連の行事を活性化させるために、これまでの行事を根本的に見直し、多くの会員が参加したくなるような行事を計画しなければ、山東老クの明日がありません。これからの老人会のあり方について、前向きなご意見をお寄せ頂き、会員の皆様方と意見を交わしながら、楽しく生きがいを持つ山東老クを目指して進めてまいりたいと思っております。何卒、よろしくお願いたします。

滋賀県老人クラブ大会開催

研修部

第五十五回滋賀県老人クラブ大会が、滋賀県立産業文化交流会館で、十一月十二日に開催されました。

「のぼそう、健康寿命、担おう、地域づくりを」テーマにして、少子高齢化の進展、



労働力人口の減少や長引く低成長経済等社会構造が大きく変化してきている今日、長年にわたって培ってきた豊かな知識や経験、技能を備えた高齢者が、社会において果たす役割への期待も

大きくなってきたっており、真の長寿社会に向けて更に前進することが望まれていきます。

私たち老人クラブ会員は、これまでも高齢者を取り巻く社会環境の変化を認識しつつ「健康、友愛、奉仕」の全国三大運動を柱に、多様な活動に取り組んできました。特に、誰もが願う健康で生きがいのある生活を目指した健康づくりや介護予防の取組、さらには安全安心な地域づくりのための

見守り活動や特殊詐欺、悪質商法被害の予防等にも積極的に取り組み、老人クラブの存在意義を明らかにしてきたところです。

こうした中、引き続き、地域社会の期待に応える活動を展開していくためには、若手高齢者や未加入者を会員として迎えるとともに、休会クラブや解散クラブの発生防止に努め、活動基盤の強化とクラブ活動の活性化を推進していかねばなりません。

本大会を契機として、県内の老人クラブは、これからも一層、自助、共助の精神を発揮し、連携と協働、支え合いの輪を広げながら「地域の担い手」「福祉の支え手」として、「ゆとり・うおい・やすらぎ」に満ちた心豊かな地域づくりに取り組み、高齢者福祉の向上を期するものとします。このことを大会開催要項として開催されました。

宣言

私たち老人クラブの会員は、高齢者同士の連帯を大切にしながら、自らの生きがいづくり、健康づくり、仲間づくりの活動をはじめとして、長年培ってきた豊かな知恵や経験をもとに、文化の伝承や安全なまちづくりなど社会に貢献する活動にも取り組んできました。

今、わが国は、極度に高齢化が進んだ超高齢社会と呼ばれる状態にあり、今後も団塊の世代を中心に、高齢化のスピードは、ますます加速する見通しとなっています。また、ひとり暮らしなど高齢者だけの世帯や認知症高齢者の急増、経済面の不安など、私たち高齢者を取り巻く状況はますます厳しくなりつつあります。

こうした中、高齢者が住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていけるような仕組み作りがますます重要になってきており、高齢者自身も、地域社会の一員として、自ら健康維持に努めながら、支援が必要な高齢者を支える支援者としての活躍が期待されているところであります。

このような状況の下、私たちは本大会を契機として、多くの高齢者が集う活力あるクラブづくりを進め、また、他世代や関係団体との連携を深めながら、尚一層、自助、共助の精神を発揮して、「ゆとり」と「うおい」と「やすらぎ」に満ちた心豊かな長寿社会の実現を目指し、次の事項の実践を誓い宣言します。

- 1、高齢者の日常生活を支える「地域支援活動」への参画
- 1、老人クラブ会員増強運動の推進
- 1、健康寿命をのぼす「健康づくり・介護予防活動」の充実
- 1、高齢者の交通事故、消費者被害の防止に向けた安全・安心なまちづくりの推進

平成27年11月12日

米原市高齢者スポーツ大会

去る九月十六日長浜ドームで開催され、山東老クラブは、九十八名の会員の皆様に参加され好成績を残されました。



◎ゲートボール

優勝 箕浦チーム

準優勝 梅ヶ原チーム

第三位 志賀谷チーム

◎グラウンドゴルフ

優勝 宇賀野チーム

準優勝 世継チーム

第三位 米原チーム

◎ペタンク(男子)

優勝 磯チーム

準優勝 日光寺チーム

第三位 本郷チーム

◎ペタンク(女子)

優勝 伊吹チーム

準優勝 宇賀野チーム

第三位 大野木チーム

◎ワナゲ(男子)

優勝 間田チーム

準優勝 大久保チーム

第三位 梓チーム

◎ワナゲ(女子)

優勝 下多良チーム

準優勝 舟崎チーム

第三位 伊吹チーム

老く連女性部代表者会議に出席して

女性部長 西村洋子

議題は

一、身近な食材で、友愛活動やサロンに使用できる夏の向きの料理。

一、女性委員会事業報告と、意見交換。

一、講話 佐野博之先生 新地域支援事業について。

◎料理教室 「みょうが寿し」 「トマトと柚子コンショウ

オイルかけ」。等五品を作り会食しました。

◎女性委員会では事業報告の後、意見交換では、活発な意



見が出ました。自分の事だけではなく、周囲に目を配り、健康である人がそうでない人を助ける。

昔のとなり組のつきあいに戻り、近所どうしで子供を見守る仲間づくりの輪を広げ、一般高齢者の活動に参加を呼びかける。誰もが思うこと、「介護のお世話にならず、終活を迎えたい」。

それには、老人クラブの活動が必要等、話し合いに熱が入り時間が足りない位でした。

◎地域支援事業では

佐野先生の講話があり、介護制度が始まって十五年、いくつか見直されてきました。今後は各市町

地域で、生活支援サポート、「老人クラブ連合会への補助事業」として、「生活支援サポート」養成講座を開催するそうです。

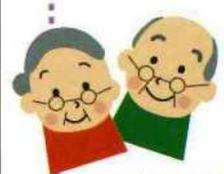
各地域での友愛活動の延長線だと思いました。でも、まだまだわからない事ばかりです。私たち女性部が、皆助け合いながら、お手伝いしていきたいと思いました。



編集後記

私たち高齢者を狙った詐欺は「おれおれ」から「わたしわたし」に変わってきました。情報を伝えて、みんなで高齢者の詐欺被害を防ぎましょう。誰でも被害者の可能性があります。年々手口は巧妙になってきています。これから心配されるのは、マインバーを利用した新しい振り込め詐欺です。

被害にあわないために、日頃からみんなで学び、いざという時には、気軽に相談できる繋がりを築いておきたいものです。(研修部)



老人クラブ会員の皆さまへ 平成25年10月1日改定

ケガの老人クラブ傷害保険のご案内

総合型 (クラブ活動中、クラブ活動中以外を問わず日常生活全般(24時間)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	24時間型	クラブ活動型	24時間型	クラブ活動型	24時間型
補償内容	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合
死亡保険金	45万円	91万円	85万円	109万円	170万円	217万円
	136万円		194万円		387万円	
後遺障害保険金 (注1)	45万円	-	85万円	-	170万円	-
	45万円		85万円		170万円	
入院保険金日額 (注2) (1事故につき30日限度)	1,000円	750円	2,000円	950円	4,000円	1,900円
	1,750円		2,950円		5,900円	
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	650円	500円	1,300円	700円	2,600円	1,400円
	1,150円		2,000円		4,000円	

クラブ活動型 (クラブ活動中とその往還途上(注3)のケガを補償します。)

年間掛金	500円		1,000円		3,000円	
ケガをした時の状況	クラブ活動型	24時間型	クラブ活動型	24時間型	クラブ活動型	24時間型
補償内容	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合	活動中のケガの場合	活動中意外のケガの場合
死亡保険金	45万円		85万円		170万円	
後遺障害保険金 (注1)	45万円	補償なし	85万円	補償なし	170万円	補償なし
入院保険金日額 (注2) (1事故につき30日限度)	1,000円		2,000円		4,000円	
通院保険金日額 (1事故につき30日限度)	650円		1,300円		2,600円	