

# 友愛こうら

第75号 発行：甲良町老人クラブ連合会  
水と緑に恵まれた、歴史豊かな、この郷土を愛し、  
たがいに関情の手で結ばれた老人クラブをめざそう

## 平成28年度 理事先進地交流研修会 報告 『会員の主体的な参画を創り出す活動や組織、連合会との連携・融合』

### 甲良町老り連 理事先進地交流研修会

平成19年、『若手会員の活躍』を課題に若手委員会の立ち上げに端を発し、その具体策を検討していく理事交流研修が始まって五年目となりました。その成果は、直接形となつて大きく変わるものにはなつていませんが、その取り組み思いに変容がみられ、うれしく思います。本年度も、積極的にクラブづくりに取り組んでおられる単位クラブで交流研修を行いました。

☆期 日 7月28日(木)12時30分～15時30分

☆交流研修を行う老人クラブ

安曇野市穂高等々力(とどろき)楽寿会

会長 若宮 昭三様

結 成：昭和37年4月1日

会員数：平成28年度一二二名

☆交流研修のテーマ・ねらい

(1)会員の主体的・積極的なクラブ活動への参画をつくりだす単位クラブの活動のあり方や運営・組織等について

(2)連合会との連携・融合、相互に充実発展していく方途について

#### ☆交流研修会の記録

二名の理事様が残念なことに出席できなくなりましたが、二十二名が朝7時公民館前を出発し、安曇野市へと向かいました。

この交流研修会には、大方が初めての参加です。長い時間の乗車でもあり、その間を利用して、本研修会の目的や経緯、本年度の課題や方法について説明を行い、交流会に備えました。

12時30分、交流研修会場の『東光寺』山門前に、役員様のお出迎えを受け到着。驚くほど多くの役員様の歓迎の拍手を受けて東光寺様の大講堂に落ち着かせていただきました。そして、六十名あまりの皆さんと楽寿会副会長望月弘充様の司会で交流研修会が始まりました。

二十年近く楽寿会の会長を務めておられ、市老ク連穂高支部会長、昨年度まで市老ク連会長でもあった米寿をお迎えて、本寺院ご住職でもある若宮昭三様から謙遜した中にもクラブの総括者としての自信にあふれる歓迎のご挨拶をいただきました。

続いて市老ク連副会長様からも当楽寿会の実績を高く評価されていることや昨年度の全国大会会長表彰の経緯を含めて歓迎のご挨拶がありました。



《東光寺大講堂での交流研修会》

そのあと、訪問した私たちを代表して会長が今回の研修目的を含めたお礼の挨拶の後、簡単な自己紹介、そして、等々力楽寿会や穂高支部の活動や組織等の説明、甲良町からは村岸副会長が連合会と単位クラブ

の関りを考えた事業展開について、また、単位クラブの事例を下之郷寿福会より西山実理事から紹介されました。(甲良町の内容は省略します)

#### 等々力楽寿会からは、つぎのような活動状況等の説明を受けました。

○37年4月1日本郷地域の会員をもつて結成され、本年度会員数は一二二名で、加入率は67%である。若年会員25名、熟年会員97名で構成されている。

○会の創設目標は、老後を楽しく笑顔と感謝をもつて、愛される老人として、自らの福祉の増進を図るとともに社会福祉に役立つことを主眼として活動していく。具体的な事業は、教養に関すること、健康に関すること、自らの楽しみを主とした活動、地域交流と社会奉仕に関わることや友愛活動に関することを、慣例にとらわれることなく専門部会組織を生かして取り組んでいる。

○専門部会は、次の六部会で、会員一二二名で五十名ほどの役員構成。二年任期で、再任も妨げない。

● 総務部

① 楽寿会の手作り機関誌を毎月発行、全会員に配布。

② 理事会並びに各専門部会との会合

③ 60歳の若年高齢者に入会を勧め、会の活力の維持を図る

● 文化部

① 教養講座の開講（安曇野市の出前講座による会員の教養向上に努める）

② 穂高地域高齢者作品展に力作を出展

● 体育保養部

① 老人保健センターの積極的な利用（年12回）

② 楽々太極拳教室（全5回）

● 園芸部

① 穂高支部が推薦する環境美化運動『花いっぱい運動』に参加。45坪の花壇経営

● 世代交流部

① 会員個々の要求や趣味を満たす活動として『マレットゴルフ』『歌の会カラオケ』を取り入れて、親睦と体力増強に取り組む

● 女性部

① 市老連芸能大会出演に向けて取り組み  
② 福祉施設への手作り雑巾・タオルの寄贈運動の展開



《和やかな交流研修会・大勢の女性役員さんに驚く》



《会長の屈託のない挨拶》

両クラブからの説明が長時間続いた後は、自由歓談・交流となりました

はじめて資料を見、説明を受けてもなかなか理解できないこともありましたが、幅広い交流の話題も出て和やかな話し合いが展開しました。その概要は次の通りです。

● 会員の年齢構成を調査され、実態把握されていることについて

● 滋賀県の安曇川との関連は？  
安曇野のルーツについて

● 市老連、支部老連との連携、利用がうまくされている実態について

● はじめて聞く名前である『マレットゴルフ』について

● 甲良の三大偉人の偉業について

● 甲良町の行っている老壮大学の学習内容や実施回数について

● 滋賀県人との交流から感じていることについて

双方から地域づくりや高齢者問題、人の生き方に関わるような多彩な内容が出されて交流が進みました。驚くほどはやく時間がたっていて、予定の時間を過ぎていました。



《願いがかなう大きな下駄で有名な東光寺本堂前で記念撮影》

しかし、内容が整理されないこともあって、さらに質疑応答をしたと思うこともありましたが、区切りをつけることとしました。そして、願いがかなう大きな下駄で有名なこ吉祥山東光寺本堂前で、参加者総勢60名ほど全員で記念

撮影をして、無事終わることができました。  
今回の研修成果を整理し、今後のクラブの活性化に生かしていただくことを期待しています。

★参加者の皆さんに研修記録を書いていたいただきました。紙面の都合で抜粋して記載したり、同じ内容のものはまとめさせていただきましたのでご了承ください。

活動内容や事業内容は甲良町とはあまり変わらないと思ったが、甲良の単位クラブの組織等が特に弱いように感じた。(特に自分の字は)

この研修で参考になったことは

- ・ 会員構成 60才以上 60歳以下でも可とし、終生会員としている。早くから意識づけておくことは、活性化にもつながる
- ・ 役員任期の2年 再任OKである。毎年交代は組織の弱体化?・進展が図りにくい。
- ・ 事業による助成金 国及び県、市(町)が多い。何をするにもお金が必要。



単なる長寿ではなく、健康寿命を意識して高齢者の活動を支援していく姿勢を甲良町行政にも考えてほしいと思います。結局そのことが介護保険、健康保険の財政運営にもプラスになるのではないかと思います。

等々力楽寿会では部会も多く、その中でもマレットゴルフ、園芸、歌、踊り等のクラブ活動も非常に熱心に活動されている様で、甲良町も全員参加の行事ばかりでなく、少人数でも出来るクラブ単位の活動を作って行ってはどうか?

参考となった事項は、地域に根ざした教養講座として市の出前講座を有効に活用され、老人としての教養向上にうまく取組まれていた。また、活動情報の周知徹底を目的に会員への手づくり機関紙を毎月発行され、全会員の情報が一元化されていることが参考となった。



大体はよく似た会の運営だと感じるが、楽しい会にしようと工夫されている所は見習いたいものです。その時々の人材(会員)にもよるが、会員の中で得意とすることを皆が楽しめるようリードしてくれる人を見つけ、同好会やクラブを立ち上げて、会の活性化につなげることが出来たらと思う。

私たちの老人クラブは、会費を納めて入会している割には楽しみが少ないように思う。クラブや同好会が立ち上げられる場作り、会員の皆さんからの声を拾い集めることが手始めかと思う。

役員さんの話を聞いていて、本町老ク連としても、事業は各部会組織のリーダー役が、主体的に展開していくよう考える必要があると思った。

単位クラブの活動で市の「出前講座」を活用し、教養を高めようとしていること、また健康と楽しみを考え、世代交流の中で「カラオケ」「お茶」「踊り」が組み込まれている。これらは手軽で誰でも気軽に参加しやすいものであり、甲良町でも今後の参考になるのではないかと。特に「踊り」を随所に取り入れていることに注目した。



今回の交流研修では、単ク役員の参加が非常に多かったことに驚きました。それだけ老人クラブに対し、日ごろから関わっておられるのだらうと思いました。

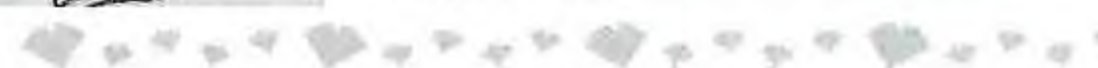


私たち甲良町老ク連の「健康・友愛・奉仕」のクラブ3大目標、さらに特に「社会への奉仕」と「健康年齢」を伸ばすこと、特に女性部の活躍の場への取り組みを積極的に進めると言う目的は、大きく変わらないと感じました。ただ、単位老クによって参加しやすい取組みとか、地域の特色を生かすとか、又、会員の人数に適した活動を行っていると思いました。今回の研修会、約2時間30分と時間的に充分であり実のある研修会であったと思いますが、内容の中で意見交換・質疑応答の時間がもう少しあればなお良かったです。また、会場の設定が人数の関係もあったかと思いますが、お互いに向き合った席の設定の方が、相手方の顔を見ながらの意見交換が出来るのではないかと感じました。

毎月2回『踊り』をしているということでした。指導者は、老ク連の会員さんとのことでした。甲良町も、『おやつ作り』の活動と同じだなあと思いながら説明を聞き、これを発展・拡充させていかなければならないなと思いました。



会員の年齢調査がしてありました。本町老ク連においても一度調査して、今後の活動の参考にする必要があると思った。



「マレットゴルフ」は会員個人の趣味を満たす・会員同士の親睦を図る・参加している会員は生き甲斐を感じ・張り合いのある毎日を送る「今が一番楽しい」との事であり本町老ク連のグランドゴルフ大会・ニュースポーツ大会も継続して、個人の趣味を満たし今が一番楽しいと思ってもらえるようにすると良いのではないかと。

## 町老ク連でただ一つのサークル活動

## 生活文化クラブ

「ここできできないことを、みんな、楽しんで、やろう」を掲げて誕生したサークル活動ですが、年々部員さんが多くなり、今年度も67名の方が加入してくださいました。すでに二つの活動を終えました。高齢者の生きがいづくりや健康づくりをめざして、皆さんですすめたいと考えています。

## ☆第一回の活動

## 『高齢者に やさしい 減塩・簡単料理』

六月一五日(水)に、県老連・健康づくり推進員(管理栄養士)の高野婦美子先生の指導で、なす・みょうが とまとなどなど身近にある食材で、あまり時間をかけずにできる料理3品を、造らせていただきました。この中の一つ『冷やし茄子のゴマソース』は、季節の香味野菜を生かしたもので、大好評でした。試食を終え、成人病予防の食生活の紙芝居もしていただき、わかっていながらなかなか実践できないことを反省もした次第です。

## ☆第二回の活動

## 『高齢者が簡単につくれる 懐かしいおやつづくり』

七月二十日(水)は、池寺の真柴孝子さんを講師にお願い

して、『なつ』季節感あふれおやつを教えていただきました。

会員様の中には、いろいろな特技をおもちの方もおられます。そのひとつとして、おやつづくりは、会員さんの中から講師先生をお願いして開催しています。

さて、今回はこうした中の一 人である真柴さんをお願いしました。お忙しい中、用具材料まで調達してきてくださり、この日は三種類のおやつをつくらせていただきました。中でも『白玉抹茶ゼリー』は、彩りよく美しく、涼しさが感じられ、試食してもほどこよい固まり方で舌触りも良く、とつてもおいしかったです。おやつ作りは、一分量、二に分量というくらい、分量を正確にすることが基本であると、教えていただきました。料理もおやつもとても大勢のご参加で、調理室は満員、試食も狭い感じでしたが、驚くほどの速さで仕上げ、和やかな試食会で、次回のものづくり体験の話

題も展開していただきました。講師先生ありがとうございました。ご参加の皆様、ご苦勞さまでした。



フナゲは昔からある競技だが、デイスコンは新しい競技であり、なかなかおもしろい。各単位クラブの行事にとりいれることなどを検討してみたらどうかと思いました。

また、お昼過ぎに終わるので、もう少し時間を延ばして両方の協議に出られるように計画してはどうだろうか。

得点集計ですぐに訂正はされたが、間違いがあった。《記録係専門の役をつくらうとよい》

去る6月25日、甲良中学校体育館で行ったニュースポーツ大会の時に聞かせていたご意見の一つです。

ゲートボール人口の減少、高齢化、それに伴う運営面での問題等の関係でやむなく廃止し、それに代わって会員の皆さんの健康づくりと仲間づくりをしていくことで始まったニュースポーツ大会。四年目を迎えました。

目的達成のため、チームプレー(デイスコンは1チーム3人、公式フナゲは1チーム2人)のよさを生かし、多くのゲームをしていただけるように運営面でゲートボールの手法を生かして行う大会にしています。

各字両ゲームに1チームは

## ◆ ◆ ◆ ニュースポーツ 《デイスコン公式フナゲ》大会 ◆ ◆ ◆

出場していただきなかったのですが、残念ながらできませんでしたが、審判や記録も各字で理事さんを中心に担当し、運営していただいて、甲良町老ク連ルールを取り入れて楽しんでいただけるようになってきました。また、理事様や体育部の積極的な大会運営への力添え、そして、昨年度の役員さん方の協力も多く得られ、大会を盛り上げてくださり、無事終了しました。

本年度の成績は次のとおりです。

## ◆デイスコンの部

優勝 ニ子Aチーム  
準優勝 ニ子Bチーム  
第三位 金屋Aチーム

## ◆公式フナゲの部

優勝 出屋敷チーム  
準優勝 下之郷Cチーム  
第三位 ニ子チーム



## 編集後記

連続してやってくる大型台風、酷暑から一変して、寒い。へ。そして、日本のどこかでは、もう桜が咲いたとか。異常・想定外ということばがその怖さも伝えず行きかっているように感じます。

今号は、研修部・広報部を中心に理事様のおかげで、交流研修会を特集することができました。

今年は、今までと少し違う研修だと思われることがあり、ややとまどいましたが、いろいろ教えられたこと、感ずることが多かったと思っています。単位クラブ、そして支部・市老連の説明をしていただき、かなり時間を要しました。しかし、このことによつて、この単位クラブは支部や市とのつながり。連携を作つて、活動をしておられることがよくわかり、積極的な参加が単位クラブの活性化の一つの要因になっているように思われました。しかし、どのようにして参加に結び付けているのかは、聞き逃し残念なことでした。

会員数一二〇余名のうち役員は40名近い、そしてこれらの人がそれぞれ自分の特性なりを生かして、又割り当てられた部で主体的に動いて事業が展開されている組織になっているようでした。こうしたことから私たちも事業の充実とともに活動組織について見つめなおしていく必要もあるのではないかと感じた次第です。

日本には、四季がなくなつてはいません。さわやかな秋の訪れで、行事が続きます。一人ひとりの会員様のお力で事業がより充実していくよう、取り組んでいきたいと思ひます。(編集委員)