

老人クラブ三大活動

健康

友愛

奉仕

ねんりんおうみ

—— 第80号 ——

米原市近江老人クラブ連合会発行 電話 0749 (52) 4393



山内一豊公と千代夫人（坂田駅前）

ご挨拶



近江老人クラブ連合会会長

粕 渕 進

新緑眩しき今日この頃、会員の皆様にはご健勝にてお過ごしのこととお慶び申し上げます。

平素は近江老人クラブの活動にご協力賜りましてまことにありがとうございます。

このたび先の理事会に於きまして近江老クラブ連の会長職にと推挙いただきました。もとよりそのような大役をお引き受けできるような器の私ではございませんが、役員みなさんのご協力と会員各位のご指導をいただきながら二十八、二十九年度と会長職をつとめさせていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

近江老人クラブは、各地域の単老を中心とした高齢者の自主組織として、明るい長寿社会づくりに努めることを大きな目的に掲げており、その実現に向けて、ご努力いただいた木村前会長に引き続き、

健康・友愛・奉仕をモットーに「ゆとり・うるおい・やすらぎ」に満ちた活動を展開して参りたいと思います。また、昨年度をもって岩脇老人クラブが残念ながら退会されました。過去数々の功績を私どもに頂きながら諸事情あつてのご決断だったと思いますが、当会の目に見えぬ何かを感じてしまったのかと思っております。私ども今期の役員に与えられた大きな宿題として考えなくてはならないと思います。

魅力ある老人クラブのあるべき姿をもとめて、また数年前に退会された飯老人クラブさんとともに岩脇老人クラブさんの復帰に向けて門戸を開けて一緒に歩みたいと思っております。

末尾になりましたが、向暑のみぎり、皆様のご自愛をお願い申し上げます、就任のご挨拶といたします。

平成28年度 近江老ク連スタート!

評議員・女性部長合同会議の開催

平成28年4月18日(月)やすらぎハウスホールにて

「ゆとり」「うるおい」「やすらぎ」を目指して!

活動方針

1 方針

少子・高齢化が進む中で、心豊かで活力に満ちた長寿社会を構築するためには、高齢者が地域社会の一員として自立し、長年にわたって培ってきた知識や技術を生かして、社会で活躍することを期待されています。それに応えるために老人クラブ活動の方針として、全国三大運動としての「健康、友愛、奉仕」の精神を掲げ高齢者が互いに支えあい、新しい時代にふさわしい積極的な活動を推進してまいります。

- ☆ 高齢者自身の健康づくり活動を推進
- ☆ 団塊世代の加入促進と、会員の参画による仲間づくりの推進
- ☆ 高齢者を励ます友愛活動の充実
- ☆ 地域社会に貢献する活動の推進
- ☆ 組織、活動体制の充実



各部の活動重点事項

◎ 教養部

- ・ 広報誌「ねんりんおうみ」を発行いたします。各単老の活動など地域情報を中心に読みやすく親しまれる充実した広報を目指します。
- ・ 高齢者大会も内容を検討し実施します。

◎ 厚生部

- ・ 親睦旅行を通じて仲間づくり。
- ・ 奉仕作業を通じて地域社会に貢献します。

◎ 体育部

- ・ 活力ある長寿社会を構築するための健康づくりとして、ニュースポーツの普及に努めます。
- ・ 新用具購入を図り、会員へ啓発と貸し出しを行います。
- ・ ふれあい体育祭を実施し、会員相互の交流と健康づくりに努めます。

◎ 女性部

- ・ 友愛事業として単老と協力し、友愛訪問活動を実施します。
- ・ ボランティア活動により社会貢献に努めます。また学習や研修の場を広げていきます。



部会だより

女性部

副会長 北村 せつ子

この度は、若輩の私が副会長兼女性部長というお役目をいただくことになり、戸惑っているのが本音です。

さて、年々増え続ける高齢者に対して入会者が少なく、本当に組織の運営がおつかしくなってきたとあります。何とか新しい会員が入っていただけるような魅力のある会になりますよう、会長様はじめ皆様と共に頑張りたいと思っています。

女性部としましては、以前より活動していただいております友愛訪問活動を本年度も一層力を入れて取り組みたいと思っています。友愛活動は、これまでひとり暮らしや寝たきりの高齢者、その家族を支えるために取

り組んできました。

厳しい時代を迎える中、高齢者相互の支え合いが一層求められているのではないのでしょうか。

「集いの場づくり」「暮らしの支え合い」「情報を届ける」ことを提案し笑顔のある暮らしをみんなで作っていければと思います。

まずは、ご近所の高齢者の方々に対しまして、暮らしの支え合いが出来ればと思っています。どうぞ皆様のご協力とご指導をよろしくお願い申し上げます。

体育部

体育部長 北村 隆

この度、体育部を担当することになりました。任務が全うできるかどうか不安ですが、会員皆様のご指導・ご協力を賜り頑張りたいと存じます。

恒例のふれあい体育祭は五月末に実施され、体力づくりと会員様相互の親睦がはられました。ご

協力いただきありがとうございます。

また、重点事項に掲げられている活力ある長寿社会を構築する健康づくりとニュースポーツの普及・推進に微力ではありますが頑張ります。

厚生部

厚生部長 柴田 紀男

この度、厚生部を担当になりました三人組です。(瀧上、北川、柴田)早々六月の親睦旅行を計画する事になり検討結果、身延山久遠寺に決定させて頂きました。又夢の列車リニアモーターカーの走行試験の見学と五ツ星のホテルでゆつくり、たっぷり余裕をもった旅行が出来ました。

又、やすらぎ奉仕作業として、草おしりを例年どおりさせて頂きたく、各単老の役員様には、お世話になります。ご協力下さいませ。様々お願いいたします。

二年間、私共一生懸命頑張りました。

と思います。宜敷くお願い申し上げます。

教養部

教養部長 平居 則之

この度、私たち四名が教養部を担当することになりました。何分にも初めてのことで、任務が全うできるか不安で一杯ですがこれからは皆様のご指導・ご助言を賜り頑張りたいと思いますので、よろしくお願い致します。

教養部の二大行事

○第39回近江高齢者大会

10月13日(木)近江公民館で行います

(白寿、米寿、喜寿、金婚のお祝い式典)

○「ねんりんおうち」の発行

今年も七月、十一月の年二回の発行を予定しています。

単老の活動状況・字のトピックス・地域情報を中心として親しみのある紙面を目指して編集していきますので、皆様の投稿をよろしくお願い致します。

単老だより

箕浦の神輿

箕浦 山口 徹

箕浦には字の宝物と言うべき立派な神輿があります。

明治の初期に、箕浦出身で京都の呉服商として大成された吉居佐助さんと言う方は各所の神社仏閣に多額な寄付をなされたと聞いています。

その佐助さんが明治三十一年、故郷の箕浦八幡神社にも神輿を寄付下さったのです。

その後青年団の方々が毎年賑やかに勇ましく、字内を担いで渡御されたのですが戦争が始まり途絶えてしまいました。

終戦後の昭和二十一年いち早く復活されたのですが何年か経って青年団の解散と共に、又もや途絶えてしまいました。

暫くの空白期間があったのですが、その後若い人達が「宝の持ち腐れに終わらせたくない。」と神

輿渡御再興を、私たち当時の中年に持ちかけて下さり大賛成しました。

両者にて字の役員さんに同意を頂くべく話し合いを重ね十四年振りに神輿渡御が再開され、その後三年目に一度の渡御が恒例化し実施されています。

当時字の自治活動は年配の方々任せっきりの状況でしたが、話し合うようになり自治活動への関心も各年代層へと広がっていったようにおもいます。

箕浦に真新しい神輿が届いてから百十余年を経過した平成十一年に幾つかの損傷箇所や色褪せ箇所が目立ってきたので修復と塗装補修工事が字の総意で実施され金色に輝く素晴らしい神輿に蘇りました。

神輿渡御は字の団結を誇示し五月祭りの賑わいを喚起するに留まらず、村人各年代間の意見交換・意思疎通を円滑ならしめる役目も果たしてくれていると字民は感謝をしています。

やっぱり箕浦神輿は字の大事な宝ものです。



箕浦出身呉服商吉居佐助さんから贈られた神輿
(平成27年5月春の大祭より)

いつまでも健康でいたい との願いから！

母の郷ニュータウン 重吉 豊

月曜日の午後、自治会館から演歌調などのメロディーとともに女性の華やかな声がかぎこえてきます。中を覗くと、十二名の女性がいんストラクターを囲んで、浮袋のような道具に両足を入れ、体操をやっていきます。この体操は、3B体操というもので、昨年の十一月から当シニア会の女性メンバーの有志が始めたものです。始めた動機は、「寒くなると体を動かす

機会が少ないので、何かできることはないだろうか。」と平素から考えていたことでした。そういう折に、昨年十月に開催された「健康と福祉のつどい」に数人の女性メンバーが参加し、そこで3B体操を見て、これだったらできるのではないかと思い、早々3B体操の公認指導者に連絡して始めることとなったものです。参加者を募り、十一月二十四日にデモンストレーションを行い、十二月から毎月二回本格的に実施することとなったものです。因みに3B体操とは、ボール、ベル、ベルトといった用具を使用し、体に無理なく、誰でも楽しめるように考案された健康体操です。

参加者に、3B体操に参加しようと思った動機を聞いてみると、「普段使わない筋肉を使うことで、体の調子もよくなると思って」「無理なくできる体操ということを聞いて」「腰が悪くてつらいので、少しでも腰が伸びればと思って」「認知症予防にも役に立つかなと思って」「子供に迷惑をかけたくないの、体のためにできることをしたいと思って」「皆と会って



ご年配の方でも無理なくできる3B体操。老化を防ごうと仲間とワイワイ、ガヤガヤ楽しく明るくをモットーに頑張っています。

お喋りができるから」など様々でした。これらの参加動機からは、高齢者になってもいつまでも健康で仲間とともに楽しい人生を過ごしたいという思いが伝わってきます。

超高齢化が進行し、核家族化が進んでいる現在、孤立死や孤独死を初めとした多様で深刻な社会現象が増えています。このような社会現象に対処するためには、一人ひとりが自分にできる健康にチャレンジし、人と人との絆を強くして、笑顔と輝きを忘れずに仲間と日々を楽しむ、老後を生き生きと過ごしたいものです。

私の団塊スタイル

顔戸 須藤 正義

叔父が定年退職後、老人ホームへ再就職したとき、入所されて来る方の共通点は「趣味がない・特技もない・友達もない」又、入所者同志の会話も少なく、友達が出来ず孤独の日々を送っておられる：と話していた。一世を「ふつび」した、皆さん、皆さんの時代は百歳以上のお年寄り、とても大切にされたが、今後三十年以内に百歳以上の人は七十万人に達すると言われ今以上の超高齢社会が待っています。健康で長寿なら良いが友達もなく核家族で子や孫は離れて暮らし、ホーム入所と言っても減り続ける年金で面倒見て頂ける施設に入るのは厳しいようです。

ならば高齢者は、どうしたら良いのでしょうか、引きこもってしまったら落伍者です。手近に良い方法があります。それは長生会です。一番大きな組織で一番気心を理解し合える団体です。スポーツの好きな方、旅行の好きな方、趣

味だけのつながりも良し、好きな行事にだけ出席も良し、それが地域に根ざした者同志が支え合って「きずな」を深めていただける場所です。そうです、より強い「きずな」を持つ事が大切なのです。

私はスポーツ向きでなく家庭菜園で幅広い作物を作る喜びで「これが私の家で採れた〇〇〇〇です」と思いやりを込めて作った事により皆に見せたい、喜んで戴ければ配り、そんな健康づくりに配慮した野菜作りに精進しています。

地域とともに

長沢 中川 雅晴

今年度の長沢長生会は会員数四十二名(男性十九名、女性二十三名)でスタート致しました。

最近の世情は、心が締め付けられるような事件事故ばかりが報じられております。個人個人が気をつけていても、防ぎようがないようなことも多々あります。そうなるとやはり大切なことは地域での連携であると思います。安心して

過ごせる地域であって、楽しめる地域になるように、長生会としてもその一翼を担えるようになることが大事なことはないでしょうか。

高齢化が進んでいる中で、我々が出来ることが限られているとは思いますが、スポーツやおしゃべり等を通じて、家で過ごす時間を少しでも多く、外に出て仲間とおしゃべりに興じることも大切なことです。

しかしながら、長沢長生会は、年々その会員数を減少させており、十年前と比べると半分以下になっており、役員選出もままならないのが現状であります。この状況の中であっても、我々が地域の一員として、なし得ることがまだまだあると感じております。

これからも、区の行事や環境美化活動への積極的な参加や、地域内スポレク・料理教室といった長生会の行事への参加も我々高齢者にとってはすごく大事なことでと思います。

いつまでも元気で、楽しい長生会になるように会員皆様と手を携えながら頑張ってまいります。

第27回ふれあい体育祭が5月30日(月)長浜バイオ大学ドームにて開催されました。各字日頃の練習の成果を十分に発揮され、また、親睦も深められ有意義な一日となりました。

成績結果は、下記のとおりでペタンクでは、男女とも日光寺の頑張りが目につきました。

体育部

ふれあい 体育祭



グラウンドゴルフ



ゲートボール



表彰式



ペタンク



公式ワナゲ

順位	ゲートボール	グラウンドゴルフ	ペタンク		公式ワナゲ	
			男子	女子	男子	女子
1	箕浦	宇賀野	日光寺	日光寺	顔戸	高溝
2	能登瀬	顔戸	能登瀬	多和田	母の郷	母の郷
3	宇賀野	新庄	宇賀野	世継	世継	寺倉

親睦旅行

ふれあいと
絆の旅
6/6~7

in 山梨

みのぶさん くおんじ
日蓮宗総本山の身延山 久遠寺と2027年に東京～名古屋間の開業を予定しているリニアモーターカーの「リニア見学センター」などを見学しました。宿泊は、5つ星ホテル山梨県下部温泉/下部ホテル
参加者81名、バス2台で「ふれあいと絆」のもと、深い親睦旅行ができました。

(厚生部)



▲五重塔

▲身延山 久遠寺一本堂

▲熱心に説明を聞き勉強



▲河口湖（昼食）



▲ホテルの宴会



▲リニア試験車



▲石原水産まぐろ解体ショー



▲会員相互の絆を深めている



▲時速500kmのリニア走行試験を見学中

平成28年度 近江老人クラブ連合会役員名簿

【敬称略】

役 職		氏 名	字 名	役 職		氏 名	字 名
会 長		粕 渕 進	高 溝	体育部	部 長	北 村 隆	世 継
副 会 長		大 林 文 彦	日光寺		部 員	森 英 雄	宇賀野
		北 村 せつ子	世 継		部 員	横 田 源 吾	顔 戸
女性部	部 長	北 村 せつ子	世 継	厚生部	部 長	柴 田 紀 男	長 沢
	教 養	粕 渕 紀 代子	高 溝		部 員	北 川 和 男	新 庄
	体 育	堀 内 美 枝子	多和田		部 員	大 林 文 彦	日光寺
	厚 生	瀧 上 明 美	宇賀野	監 事		小 路 悦 和	西円寺
教養部	部 長	平 居 則 之	能登瀬			粕 渕 征 夫	宇賀野
	部 員	吉 居 進	箕 浦	事務局(創造推進員)		北 川 惣 一	多和田
	部 員	原 田 行 人	多和田				

字 名	単 老 名	会 長 名	女性部長名	世帯数	会 員 数		
					男	女	計
多和田	大宝ク一	○粕渕 加寿雄	○久保 千津子	67	38	62	100
	大宝ク二	大鳥井 繁樹	北 川 光子	70	44	60	104
能登瀬	松 組	古 野 宏	滄 木 より子	46	36	20	56
	竹 組	○高居 正信	○古野 重美子	54	39	31	70
日光寺	長 寿 会	中 村 繁 和	鳶 田 鈴 子	48	32	35	67
寺 倉	寿 会	廣 田 利 雄	廣 田 幸 子	48	31	46	77
新 庄	喜 寿 ク	安 川 義 男	前 川 嗣 子	59	25	44	69
箕 浦	箕 和 会	中 山 義 信	吉 居 和 子	61	33	49	82
西円寺	円 照 会	小 路 悦 和	安 藤 光 子	27	18	24	42
舟 崎	長 生 会	広 田 進	藤 田 聖 子	31	21	24	45
高 溝	長 生 会	川 村 保 之	伊 藤 八 重子	50	36	42	78
母の郷NT	シニア会	重 吉 豊		22	16	18	34
顔 戸	長 生 一	宮 口 正	横 田 明 美	68	40	48	88
	長 生 二	○須藤 正義	○松居 リエ子	54	31	39	70
長 沢	長 生 会	中 川 雅 晴	北 居 清 子	32	19	23	42
宇賀野	鶴 寿 会	○谷村 純一	○青根 明子	107	88	83	171
	亀 寿 会	粕 渕 征 夫	森 やす子	64	47	56	103
世 継	第一福寿	北 村 正 博	○土川 多津子	66	41	47	88
	第二福寿	○北村 清則	吉 野 照 子	48	29	40	69
合 計				1,022	664	791	1,455

○印は2単老クの代表者です。