

2016.8
第80号

ひの長寿の友

滋賀県蒲生郡日野町河原1-1
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



元気で長生き・能力に応じた社会貢献を

平成二十八年度日野町老人クラブ連合会の総会が、五月二十三日にわたりむきホール虹に三百六十名余の参加を得て開催されました。

開会あいさつで会長は「老人クラブは、老後の幸せを自分の手で切り拓こうと多くの願う人達で自発的に組織されたものです。先輩諸兄の努力によつて築かれたこの組織を、創造と連帶を持つて維持し、活動を推進していくことが私たちの努めだと思っています。少子高齢化社会が進むなか、それぞれ地域のなかでの役割も有り忙しいことだと思いますが、今年も『元気で長生き・健康寿命を延ばそう』を合い言葉に活動を推進

したいと思っています。会員皆様のご協力ご支援をお願いいたします」と述べられました。

続いて、長年老人クラブの活動に功績のあつた、優良単位クラブと優良会員及び篤行者に表彰状と記念品が贈呈されました。

来賓としてご臨席いただいた、藤澤日野町長、杉浦町議會議長、井阪県議会議員からそれぞれ激励のお祝辞を頂きました。

議事は、議長に東桜谷地区の古道幸男さんが選出され進められました。平成二十七年度の事業経過報告と収支決算報告が承認され、次に平成二十八年度の役員補選が承認されました。平成二十八年度事業計画と収支予算案が提案されました。事業計画については、シルバースポーツ大会について中止との意見がありましたが、内容等について理事会で検討し健康づくりにつながる事業としていくことで承認されました。収支予算についても計数について指摘があり、理事会で精査し幹部研修等で報告することとした承されました。

休憩後の研修は、日野町内池の河村医院院長河村英生氏による「健康寿命を延ばすために」と題して、講演をいただきました。

事務局
監事

西瀬小岡橋藤奥西藤森中中大小西伊門藤幅瀬遠
田川森本元澤井岡澤口野江西森田藤坂澤野川城
三治廣ふ敏早桂久滋あ正利富恵勝百合美代子
枝子茂さ孝苗郎枝夫子枝治子美剛子三雄

日野町老ク連役員
会長 副会長 副会長 副会長
理 事 事 事 事



平成28年度 事業計画

月別	事業計画内容
5	日野町老人クラブ連合会総会(23日)
6	単位クラブ会長・女性部長研修(13日)
	平成28年度会費納入
7	会員親睦旅行(4~5日)岡山方面
8	悠久会ふれあい交流会(5日) 「ひの長寿の友」発行(15日)
9	社会奉仕の日(県下一斎20日) 第1回シルバー大学(開講式26日)
10	ゲートボール大会(14日) 第2回シルバー大学(24日) ※シルバースポーツ大会
	第3回シルバー大学(12日) 県老人クラブ大会(25日)
11	グラウンドゴルフ大会 女性部施設訪問と研修 第4回シルバー大学(閉講式28日)
12	歳末友愛活動
1	「ひの長寿の友」発行(1日)
2	
3	単位クラブ会長・会員数報告 毎月定例理事会、関係諸団体と連携 介護予防・交通安全対策等の活動 会員増強と組織強化、防犯予防活動 友愛・奉仕活動、
年間	

平成二十八年度も「元気で長生き 健康寿命を延ばそう」を合い言葉に、健康、友愛、奉仕の老々連三大活動目標と会員の増強、組織強化に重点を置いて活動を推進することを総会で確認されました。

今年の事業計画は、左表通りの計画としています。シルバースポーツ大会については、中止等の意見もあり健康部と理事会で協議し、介護予防と健づくりに関する内容で十月以降に計画し実施していきます。交通事故防止や特殊詐欺被害防止対策などにも取り組みます。会員の皆さんは、それぞれ地域でも色々役割があると思いますが、是非ご参加ご協力をお願いいいたします。

平成二十八年度 事業計画

平成二十八年度 日野老人クラブ連表彰

*優良老人クラブ

下迫老人会

*優良会員(功労者)

山本敏夫

池内三郎

岩田富蔵

西村泰郎

島田操

麻原正男

井戸久雄

植島和子

野口武雄

横山貞子

*篤行者

シルバー大学開講案内

平成二十八年度のシルバー大学は、次の日程で開催されます。多数の方々のご参加をお待ちしています。

第一回 九月二十六日(月)

開講式

「地域の防災力について 考えよう」

講師 高島市社会福祉協議会
コミュニケーションティワーカー
防災担当 西川利政さん

第二回 十月二十四日(月)

「高齢者の健康について」

講師 日野記念病院
リハビリテーション課
課長 東弘志さん

第三回 十一月十二日(土)

「うたごえホール」

森くまバンド(野洲市)
*日野町文化祭と共催

第四回 十一月二十八日(月)

「琵琶説教」

講師 西願寺(近江八幡市)
住職 金森昭憲さん



平成二十八年度会員親睦旅行が、七月四日～五日に百三十二名の参加のもと「岡山後楽園と倉敷美観地区」の散策、夕陽の美しい鷺羽温泉で宿泊の行程で行われました。好天に恵まれて出発しましたが、前日から全国的な猛暑日となり、後楽園の散策は大変暑いなか、約一時間あまりの散策を終え夕陽百選の宿と言われる鷺羽温泉「鷺羽グランドホテル備前屋甲子」に到着。温泉で旅の疲れを癒やし、懇親会で参加者は和気あいあいと楽しくカラオケなどを楽しみ、親睦を図られました。最後は恒例の江州音頭で締めくられました。

二日目は、倉敷美観地区の散策、美術館などそれが自由に観賞

され、美作市で昼食を楽しみながらいただき、中国道を経由し帰路につきました。

岡山後楽園・倉敷美観地区から鷺羽温泉の旅

後楽園の旅回憶

一路岡山へと出発、名神・山陽道と快適に走る車窓から眺を楽ししながら岡山後楽園に到着し、現地のガイドさんの案内で後楽園内を散策しました。新緑の芝生地の遊歩道を進み、側を石床の水路に涼しげに水が流れ色鯉が泳ぐ。池の縁に植えられた松と庭石が映える、十五夜の月を取り込む築山、園が一望できる扇の要の位置に延養亭、舍に水路を引き込んだ流舎、利休や栄西にまつわる茶祖堂、藩内の平安と藩主池田家の安泰を願い建立した觀音堂などを巡らせた江戸時代の地方の大名家には他に類をみない庭園でした。

平常時には、旭川を挟んだ対岸の城から抜け出し舟で渡り着き、家来と公園農場とし平穏な時を過ごし、非常時には、舟で海へ逃げ出せる一策と推測できました。日本三名園の一つ「月の岡山後楽園」と称し後世に伝えられる文化遺産です。当日は猛暑で、池の色鯉も橋の下の日陰に大集合でした。

(南比都佐地区 曽羽哲實)

(西大路地区 倉橋悦子)

(西桜谷地区 榎晃一)

され、美作市で昼食を楽しみながらいただき、中国道を経由し帰路につきました。

夕陽百選の宿 鶴羽温泉



日野を朝八時に出発、楽しい旅が始まりました。赤磐市で昼食を終えて、日本三名園の一つ「岡山後楽園」を散策し、吉備津神社に参拝、早めの四時三十分にホテルに到着しました。

夕陽百選の宿「鶴羽グランドホテル備前屋甲子」と長い名前のホテルですが、一度泊まってみたいと思っていたホテルなので嬉しさいっぱい、急いで部屋に入りました。大きい船、小さい船の行き交う瀬戸内海の素晴らしい景色に感動し、ここに来て良かったと同室の皆がつくづく思いました。

六時から懇親会が始まり、和気あいあいと楽しい一時が過ぎ、最後は江戸音頭で皆が輪になつて踊りました。部屋に戻り瀬戸大橋や美しい夜景を楽しみ心が和みました。天然温泉の大浴場に入り、明日も楽しい一日に成るように願いながら床につきました。

倉敷美観地区を散策して

西桜谷地区から三十九名の参

加で、車中は顔見知りばかりで賑やかで楽しい旅でした。

幸い二日とも晴天に恵まれ気

分は最高でした。」贅沢を言えれば少し暑すぎたくらい「二日目は「倉敷美観地区」の散策でした。観光案内団を片手に、四人のグループで倉敷川沿いの色々なお店をひやかしながら散策を続けました。川沿いの道を歩い



続けていた花婿・花嫁さんが記念写真をされているのに歳を忘れ少し羨ましい気分でした。落ち着いた街並みを進むうち以前訪れたことを思い出し、そんな会話をしながら歩きました。とにかく暑い、何でも鑑定団に出品したい

よう骨董品の並ぶ喫茶店で談笑して散策終了です。

もう少し気候の穏やかな時期に、ゆっくりと時間をかけて訪れたいところでした。

昨年からは、西大路公民館での「男性だけを対象に「男性のための運動教室」が開催され、地区を越えて多くの方が参加されています。運動による地域での介護予防活動が進んでいます。

町では、運動教室以外にも住民の方が自主的に身近な居場所を設けていただけるよう「高齢者交流サロン推進事業」の要綱を制定し、助成を行つております。

サロンの参加者からは、よく笑うようになった。他の参加者が助けてくれたなどの声があり、スタッフからは、地域の人とよく話すようになった。

将来の自分たちのためにもなるなどの声を聞きます。参加者もお客様ではなく、畠でどれ

介護予防の取り組みが始まり、十年、日野町では「歩いて行けるところで介護予防」を目標に自治会での「おたつしや教室」を開催を呼びかけ、これまでに八十力所の区や字で開催いただきました。おたつしや教室では転倒しない身体づくりとして三ヶ月の運動教室とその後の自主活動へ向けての支援を行い、現在四十三力所の地域で教室が本当に開催されています。

地域で支える介護予防



た物を持参したり、近況を報告しあつたりといきいきされていきます。住みなれた地域の中に集う場があることは、参加者やスタッフにとつて、大きな喜びになつてゐると感じました。

く、樂しみを持った生活を送ることです。おたつしや教室やサロンなどはそれらを実践する身近な場としてとても大切です。日野町内には、老人クラブやグラウンドゴルフ・ゲートボール、公民館のサークル活動など様々な活動があり、またそれぞれの地域で行われる助け合い活動もあります。介護予防のための特別な施設はありませんが、地域の力で行うひとつ一つの活動が介護予防につながっています。今後も是非活動を続けてください。

町では運動教室以外にも住民の方が自主的に身近な居場所を設けていただけるよう「高齢者交流サロン推進事業」の要綱を制定し、助成を行つております。

現在五カ所の地域で開催されています。

サロンの参加者からは"よく笑うようになつた" "他の参加者も力になってくれる"など嬉しい言葉が

地域で新たな活動を始めることは一人では大変です。また役員だけがするものでもあります。何かやってみたいと思われたら、先ず身近な人に声をかけ

役場介護支援課地域包括センター
日野町社会福祉協議会 電話 五一一六〇〇一
電話 五一一一九二〇

老人クラブ 3つの保険〈掛金・保険金内容〉

偷 窃 保 騰

巫山2023年7月1日吻合

賠償責任保險

編集後記

努力で防止することが出来ます。

「長寿の友」八十号の発行に当たり、ご投稿いただきまし
て誠にありがとうございます。編集委員一同頑張りますので、よろしくお願ひいたします。
連日テレビの画面には「熱中症に注意!」と表示され、テレビやラジオの天気予報の中でも「熱中症予防」を呼びかけています。
私たち高齢者は発生率が高く、連日のように「熱中症」で病院へ搬送されています。「熱中症」は自己管理・自助

ます。
①家の中に居ても一時間に一度は水分補給を、②屋外では三十分に一度の水分補給が決め手です。健康第一で過ごしましよう。
(島村)