

愛の輪

第34号

発編 行集
豊郷町老人クラブ連合会
豊郷町老ク連広報部
豊郷町老ク連事務局
豊郷町石畠518
豊郷小学校旧校舎棟内
TEL(0749)35-3632
FAX(0749)35-3638



ふれあい

皆様には、本町が取り組みを進めております
季々な高齢者福祉施策をはじめ多くの施策の
推進にご理解ご協力を賜り、心より厚くお礼申
し上げます。

さて、日本にはそれぞれの季節を感じる「四季」があつたはずですが、近年は夏と冬だけになってしまったのかと思うほど、急激な変化を繰り返しているように感じます。そうしたなか、この冬の積雪には大変驚かされました。皆様もあまりの雪の多さに身動きが取れず、大変苦労されたのではないでしょうか。

町行政におきましても、全ての業者に除雪作業を要請すると共に、役場全課を横断して多くの役場職員を昼夜を問わず除雪作業等に出役させるなど、管内市町の中でもいち早く、迅速な復旧に向けて精一杯の対応をとらせていました。

しかし、一生懸命に取り組みを進めても、行政が「お一人おひとりの傍にいて、それの生活の様子を見つづけ、皆さんのお話を聞き、速やかに必要な対応をとる」には限界があり、



豊郷町長
伊藤定勉

このことは皆様もご理解いただけるところだと思います。

こうした社会背景もあつて、これから老人クラブという「団体組織」が、それぞれの地域やご近所で「人々の結びつき」「心身の健康維持」等々といった役割を果たされる意義・重要性は益々高まっていくところです。短期的には今後の社会が抱える「団体活動への参加意識の希薄」という問題に直面されることがあるかも知れませんが、皆様の活動は「なくてはならない大切な活動」であり、今後もどうか誇りを持つてお取り組みを進めていただき、地域全体の福祉の牽引役としてお力添えを賜りますようよろしくお願い申し上げます。

本年が貴連合会の皆様におきまして幸多い年となりますよう心からご祈念申し上げ、私のご挨拶とさせていただきます。



陽気に誘われ土の中の虫が動き出す頃となりました。一雨毎に春になるそんな季節を感じさせる今日この頃、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。

平素は豊郷老人クラブ連合会の運営にご協力いただき、誠にありがとうございます。就任してから早1年、皆様には大変なご不便をおかけしたのではないか、と心配しております。

お陰様で老人大会、ニュースポーツ大会を皆

後になりましたが、会員各位のご多幸をお祈りいたしましてご挨拶とさせていただきます。



豊郷町老人クラブ連合会
会長
高橋康夫

6月と2月の研修旅行は皆様との数少ないふれあいの場となり、大変意義ある事業ではなかつたかと思つております。また愛里保育園でも大変楽しい事業でした。

私たちの健康維持活動と地域に貢献できる事業を、今後も続けていきたいと思つております。

老人クラブ大会の開催

総務部代表理事 藤野 総五郎

10月19日(水)に豊郷町老人クラブ大会を開催しました。この大会は連合会の事業として最も中心となつたものです。今年のテーマは「のばそく 健康寿命、担おう 地域づくり」を基に、町長をはじめ多くの来賓の出席を頂き式典を開催することができました。

式典の中で、今まで功績のあつた人及び金

婚・米寿等の表彰が行われました。

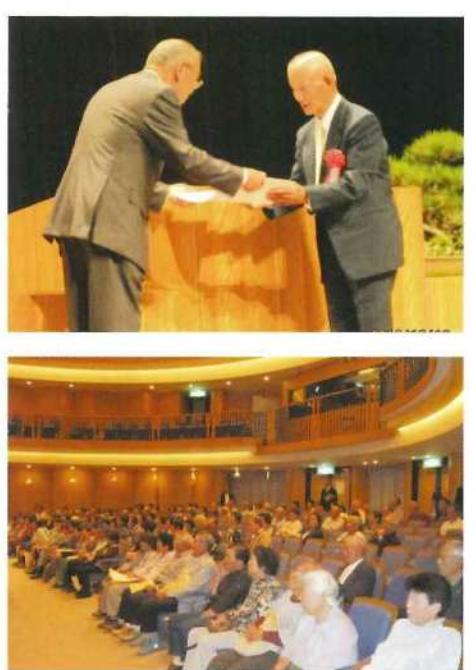


大会宣言の後、啓発演劇として、JA東びわこ(陽だまりの会)による、題名「認知症」が演じられました。特に現代においての、社会問題であるこの病名は予断や偏見を生むと共

に、虐待やベッソ視など人間関係を遮断する大きな問題であることを正しく認識することが必要であると熱演されました。

休憩のちアトラクションとして、JUNBOKUの演奏、古きよき歌謡曲、童話の演奏や軽やかな歌声で会場からもみなさんが合唱されるなど和やかなひと時を過ごすことができました。

本大会にご協力いただきました関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。



この一年かえりみて 西川 ます枝

女性部兼研修部代表理事

平成二十八年四月の総会に於いて、女性部兼研修部代表理事をお受けし毎日戸惑いながらの日々の中、皆々様に助けていただきこの一年やつてこられました。九月にはブリザーブドフラワー教室を開催させていただきました。

「細かい、手先を使つての作品作り」少しずつ仕上がりしていくと楽しく時間の経つのもわすれ、三時間余りで作品が完成しました。おなじ材料を使っても個々の作品の違いに驚かされました。

十一月には、佐川美術館を見学、「水庭にたたずむ美空間の中、三蔵法師展」の見学。

お昼は、梅の花にて楽しく和気あいあいと食事に華がさきました。おなかも満腹になり、おみやげも買って帰途につきました。途中、車の中から色とりどりの秋の景色も満喫しました。この一年、私自身も勉強させていただきました。人と人のつながりを大切に、笑顔で明るい



日々を送つていきたいと思つています。会員の皆々様、御支援ご協力ありがとうございます。

皆様のご健勝をお祈り致します。



健康維持・ふれあいの場として 西山 幸治

豊郷シニアGGクラブ会長



平成28年11月11日(金)ニュースポーツ競技大会を、日頃から健康作りに対する意識向上と会員諸氏の健康増進の目的で実施致しました。場所は豊郷スポーツ公園、町民体育館で午前中はグラウンドゴルフ大会を、午後は体育館で、ディスコン、ガラツキー、輪投げの3種目を開催。ディスコンとガラツキーは団体競技で各字対抗戦を実施、輪投げは個人競技で行いました。成績は下記の通りです。



体育部代表理事 西村雄三

ディスコン 優勝	澤Bチーム
準優勝	杉チーム
ガラツキー 優勝	下枝チーム
準優勝	上枝チーム
輪投げ 優勝	古川勝敏様
準優勝	西山睦彦様
参加 ディスコン14クラブ	ガラツキー8クラブ
輪投げ 15名	総参加者 198名

競技参加者の皆様が一生懸命プレーされている姿を見ますと、運動だけでなくメンタル面でも非常に良い効果があつたと思います。ほんのひと時の時間でしたが、毎年当行事が継続して実行されることを望みます。

来ました。七月には今年もクレフィール湖東では、年忘れGG大会を昨年同様三重県菰野へ行き山あり谷ありの難コースに悪戦苦闘しながらも和やかに競技は行われ終了後、湯の山温泉へ移動し少し早い忘年会で楽しみました。その他、町ナイト大会・健康フェスティバル・老ク連ニュースポーツ大会などにご協力有難うございました。



広報部代表理事 伊藤陽子

老人会の仲間入りをさせていただき、私がいつの間にかこのような大役を賜り、自分自身戸惑いやら、びっくりの日々を暮らして、早一年がたとうとしております。

一回目の発行では、役員の皆さまをはじめ広報部の皆さまには大変ご迷惑をおかけしてしまいました。前向きなご意見を出していただきました。前向きな意見を出していくことで、次回はもう少し頑張らなければと思いながら、ついいつ部員の皆さんに何回もお忙しい中、足を運んでいただきました。前向きなご意見を出していただけたことは、経験も教養もない私を支えていただきましたことに、感謝の気持ちで一杯です。

ありがとうございました。
ありがとうございます。

紙面を通じまして自己満足ではあります、老人会の皆さまの活動の内容をお伝えできたのではないかと思っております。
ご協力いただきました皆さまにも御礼を申し上げます。皆さまのご健康と積極的なご参加をお願い申し上げまして、一年間の御礼の言葉にさせていただきます。



地域の活動だより

「楽しい遠足と青春」

下枝千枝里会 藤野総五郎

毎年の事業計画で、一度外で研修を行いたいとの要望がありながら、なかなか実現が出来なかつたが、今年は思い切って町の福祉バスを借り、7月2日に実施しました。

目的地は、琵琶湖の瀬田川から京都の宇治川沿いの南郷洗堰、天ヶ瀬ダム、宇治平等院などを研修しながら、昔なつかしい遠足のコースを楽しむことができました。

昼食は、滋賀県青年会館でとることができました。この青年会館は皆さんが青春時代に青年団の殿堂として建設されたもので、当時の青年団員がチキンラーメンを地域の人々に販売しその利益により建てられたことから、チキンラーメン会館とも言われており、現在も当時の面影を残しており、青少年の民間活動施設としてその役割を果たしています。

午後は三井寺にお参りし帰路に就きました。久しぶりのびわ湖周辺及び瀬田川沿いの変わりようと近畿の水がめとして利用されていることを再確認すると共に水の大切さを感じた1日でした。



「1年を振り返って」

上枝しらふじ会 川崎二三郎

会員相互の絆をはかり「健康、友愛、奉仕」の精神で臨むという活動を大事にしています。もともと少人数な老人クラブですが、の方は入院、の方は調子が悪いと続きますと、本当にさみしい思いでした。

それでも、町老人クラブ連合会、上枝区行事、しらふじ会の諸事業に積極的に参加しました。11月の親睦会、全員に近い参加のもと、近場にて食事会、おいしい料理と酒をいただき、カラオケ大会では、ソロあり、デュエットあり、歌と笑いの楽しい一日となりました。

また、あまり賞には縁のなかったクラブですが、ニュースポーツ大会ガラッキーで準優勝、秋の花づくりコンクールにおいては、最優秀賞をいただきました。

各事業で楽しく活動できたのも、会員皆様のご協力のおかげです、ありがとうございました。



「健康づくり介護予防教室」

安食南「ゆかいな仲間」 田中 芳子

自分で出来ていることが継続でき、自分らしく暮らせる生活で在りたいと願い3回の「健康づくり」教室を開催いたしました。5月には、転倒・骨折しない体づくりとして転倒危険度をチェックし、対策について話し合い脳を活性化し転ばないような体を作ろうと転倒予防体操をし、カルシウムを取ることでバランスの良い食事を心がけることの大切さも再確認しました。7月には悪質商法について学び、相談をしてから電話を切ることで安易に対応してはいけないと話し合いました。9月には認知症予防について、滋賀県立大学看護学部の学生の皆さんとともに脳の萎縮（海馬）について学び「考える力の低下・判断の低下・コミュニケーションの低下」の様子を寸劇にし、見て頂きながら認知症に対する理解を深めました。豊郷町地域包括支援センターの職員の皆様にお力を借りて充実した勉強会となりました。ボランティアの皆様にも食事やオカリナ演奏とご支援頂き、少人数ではありますが毎月2回の交流の場が温かい皆様のお心に触れる「ゆかいな仲間」の事業展開となりました。



「幸せ会・1年の歩み」

当クラブでは、3月上旬の通常総会を皮切りに、毎月10日に定例会を開催し、会員の親睦の輪を広げています。本年度は「認知症」を中心に役場の職員の方に指導していただきました。また会員の中には体調を崩し、会の活動に参加しにくい方も多く、今年は13名の方をお見舞いしました。例年の活動としては、食事会・親睦旅行・物故者の追弔会、清掃活動・花壇の整備・高齢者のお祝い・ゲートボールやグラウンドゴルフ、冠句等の趣味の活動等多岐にわたって行っています。しかし、会員100名のうち通常活動しているのは50名前後というのが当面の課題です。無理をせず常に健康に留意し、地域社会の中で少しでも貢献できるように今後も励みたいです。

雨降野老人クラブ 西山 文隆



三ツ池老人クラブ

三ツ池老人クラブでは、できるだけ多くの会員が集まれるような機会をつくっています。

毎月2回の食事会では、老人憩いの家に集まって楽しく過ごしながらご飯をいただいている。単なる食事をとるだけではなく、みんなが集まることでいろんな会話ができるということが一番の目的になります。「あの人今日は顔見えへんけど、身体でもこわしてるんと違うやろか?」、「最近、こんなことがあったんよ」。人が集えば人の数だけ話が弾みます。

いつも集まっている場所に、いつも同じ笑顔が集まることは、私たち老人クラブが大切にしていることです。また、地域に貢献するという意味で自分たちに出来ることをしていきたいと、除草作業やゴミ拾いなども行っています。

これからも、三ツ池老人クラブでは、みんなが楽しく、仲よく集まれるように活動をしていきたいと考えています。



「八町老人会の1年を振り返って」

八町老人会 田井 美弘

4月の総会に始まり、5月5日にキッズの花みこしと共に歩こう会が、区内白山神社からお寺まで練り歩きました。年2回の白山神社清掃の後、軽食で懇談や笑いヨガで気分転換も行われました。

10月の親睦旅行は京都御所を、2班に分かれての観賞、嵐山での食事、二条城を見学。楽しい旅になりました。

年が明け、新年の集いは食事の前の大道芸で大いに盛り上がり、食事後はカラオケ、ビンゴゲームなどで、楽しいひと時を過ごしました。

3月の行事として物故者追悼会を控えています。

会員様は日常、週2回のグラウンドゴルフやボランティアで区内の清掃、草刈り、オータムフェアの出品の作成等個人的にも活動されています。

会員の皆様に支えられて、初めての経験ばかりでしたが、何とか1年を過ごすことができました。有難うございました。



「寿会の1年を振り返って」

石畠老人クラブ 西山 貢造

老人クラブの三大運動である、健康、友愛、奉仕を柱に活動を進めて参りました。

年度始めに事業計画を立案、総会にて承認後スタートします、地域包括支援センター・彦根警察署豊郷駐在所・社会福祉協議会の御協力を得て、出前講座を実施しました。健康づくり・交通安全・振り込め詐欺・認知症等を学びました。日赤奉仕団石畠班の皆様との交流会を始め、年8回の食事会を行いました。お盆前には称名寺において会員物故者法要を勤め、10月の区民運動会への参加、そして、グラウンドゴルフクラブでは週一回の活動を行っています。

また、日帰り研修旅行では甲賀市のくすり学習館を見学し、薬草などを学びました。これからも年間の活動を通じ地域活動に少しでも貢献できたらと願っております。



雨降野老人クラブ 西山 文隆



「1年を振り返って」

沢老人クラブ 西澤喜久雄

- ・期首総会で始まる老人クラブ活動、先輩に一つ一つ聞きながら活動を開始、5月には、天満宮とグラウンド周辺の除草作業等の清掃作業。
- ・6月には日帰り旅行伊根舟屋めぐり、カモメと戯れ童心にかえり天橋立て股のぞき、昼食とにぎやかな旅。
- ・花壇も皆さんの熱心管理のもと、春秋共に見事な花に。
- ・11月には会員の方の一年かけて育てられた、見事な菊を見ながら食事会。社会協議会の清水さんから私達が気をつけないといけない話を聞く。
- ・新年会は雪の中にもかかわらず多くの方が参加、ピアノに合わせ独唱を聞き食事会。
- ・グラウンドゴルフも会員も多く、週二回健康・友愛・奉仕の精神のもと、会員独自で清掃作業。
- ・3月には期末総会と社会協議会の協力を得て行う予定。無事終える事が出来皆様に感謝申し上げます。



「この1年を振り返って」

吉田老人クラブ代表 上田 常雄

吉田老人クラブは103名で、新年度の活動をスタートしました。活動内容は、年5回の食事会と健康づくり講座、毎月の神社清掃、墓地草刈、日帰り旅行、グラウンドゴルフ、花壇の管理等です。残念ながら日帰り旅行は台風接近のため中止となりましたが、他行事については計画通り実施することができました。

町老人クラブ連合会行事にも、積極的に参加しました。オータムフェスティバル、ニュースポーツ大会等、他クラブとの交流も図れました。

当クラブの一番の課題は、会員の減少、入会される人が少ないとことです。その要因の一つは、「就業年齢の延長」の社会環境変化にもあります。魅力ある楽しいクラブづくりを目指して、活動していくたいと思います。



食事会前の健康づくり講座

「松寿会のこの1年の活動状況」

四十九院老人クラブ松寿会 古川 健

四十九院老人クラブ松寿会は、例年の事ながら4月の物故者の追悼会を勤め、ついで総会にはいり、年間行事計画を確認して新年度がはじまります。ここで、昨年と違ったところを申し上げます。

まずははじめに、4月17日（日）春の春日神社の大祭と、10月9日（日）秋の区民運動会は、雨のため中止となり残念なことでした。

次いで、春日神社の宮守りの件ですが、新年度より宮守りの方が一人になるため、昨年12月11日（日）19:00～老人憩いの家にて氏子総会が開かれ糸余曲折の後、何とか決着がつきました。

内容につきましては、宮守りの方の不足に伴い、神社総代より老人会に補充の依頼があり満年齢が、4月1日を基準に75歳以下の方で、年長者より、世話役の呼称を宮世話に改めて最初の6名を選出し、初めの3名が一年周期で順次入れ替えて継続してゆくというものです。

11月19日（土）には、唯念寺の報恩講と人権学習講座があり人権学習講座では、盲目的奏者の坂井孝之氏によるいろいろな笛、心のぬくもりを伝えたい、という演題の元で聞いた曲目や生い立ちの話には、深く感激し、感銘を受けました。

最後に、皆様のご協力に心より感謝申し上げます。



カラオケの一場面

「老人会の声」

杉老人クラブ 今村 一夫



この愛の輪を書く事すら私にはつらくなってしまいます。少人数で病気の方も多く、私自身大病をしても後引受けてくれる方かもしれません。でもがんばっていますが、何だかんだと用事が多く、書く事も多く私にはついていけません。こんな私でも若い頃はよく会合にも出席いろいろな事もしました。

春になればまた元気になれるでしょう。

愛知・犬上老人クラブ大会

愛知・犬上老人クラブ大会が12/1(木)豊栄のさとで盛大に開催されました。今年度は豊郷町が会場に当たっており、高橋会長の開会のことばで始まり、続いて各表彰があり、豊郷町からは次の方々が表彰されました。

*老人クラブ育成功労者 北川 乙彦

森 美喜男

北川 みつ子

記念講演は、「仲間と共に元気なく幸い>歳期の寿命をのばそう」と題して豊郷町地域包括支援センター保健師の上田先生、彦根市湖東地域リハビリセンター理学療法士の高山先生に講演をしていただきました。

アトラクションは、すみれコーラスグループによる歌声に聞き入り、最後に豊郷町老人クラブ役員が壇上に上がり、皆さんと共に「青い山脉」を合唱して和やかにひとときを過ごしました。

老人クラブ会員の皆さまへ

平成28年7月1日改定

（平成28年6月1日以降
のお申込みから適用）

総合型

**24時間いつでも、
どこでもケガが心配 3,500円**
という方におすすめ
日常生活全般のケガを補償

さらに 充実補償の 5,000円 年会掛金 10,000円 もあります。

※「総合型」の補償額は、職種別A（無職、事務職等）の方を対象にしたもので、職種別B（農林業作業者等）の方は、補償額が変更になりますので、詳しくは取扱代理店もしくは引受け保険会社までお問い合わせください。

年間掛金	3,500円
ケガをした時の状況	24時間型 活動中のケガの場合
補償内容	活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円 91万円
(注1) 後遺障害保険金	136万円
(注2) 入院保険金日額(1事故につき30日限度)	45万円
通院保険金日額(1事故につき30日限度)	1,000円 750円
	1,750円
	650円 500円
	1,150円

クラブ活動型

**クラブの行事や
活動によく出かける 500円**
という方におすすめ

クラブ活動中とその往復途上のケガを補償

さらに 充実補償の 1,000円 年会掛金 2,000円 もあります。

※注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因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・後遺障害保険金額の4%～100%が支払われます。)

※注2 手術保険金のお支払額は、入院中以外(外来)は、入院保険金日額の5倍また入院中は、10倍となります。

年間掛金	500円
ケガをした時の状況	24時間型 活動中のケガの場合
補償内容	活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円
(注1) 後遺障害保険金	45万円
(注2) 入院保険金日額(1事故につき30日限度)	1,000円
通院保険金日額(1事故につき30日限度)	650円
	500円
	1,150円

公財団法人 全国老人クラブ連合会

保険係 03-3597-8770

この広告は老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険契約付普通傷害保険・普通傷害保険)の概要についてご紹介したもので、詳細は、弊社窓口又は専用ウェブサイト「重要事項説明書」「ご加入の際の営業の注意事項」をお読みください。ご不明な点等がありましたら、取扱代理店、引受け保険会社までお問い合わせください。全老連傷害保険ホームページ(<http://www.senior-ltd.com/>)でもご確認いただけます。

受付時間 9:30～17:30
(土・日・祝祭日)

13-T-03898 平成25年8月作成

編集後記

世界の中で、日本の男女の平均寿命は83.7歳、健康寿命は74.9歳と共に世界一だそうです。最近平均余命という言葉を見聞きしました。65歳時点の平均余命は、男性で19.3年・女性で24.2年だとか。

自分は、あとここまで何年なんて考えてしまふと恐ろしくなってしまいます。

生涯現役とまではいきませんが、老人会活動等を含め、いろんな事に挑戦し、自ができる範囲で一生懸命頑張っていかなければと思う日々です。

今回発行の「愛の輪」につきまして、各单位クラブのみなさまにはご協力を賜りましてありがとうございます。心から感謝申し上げます。

広報部

