

老人クラブへの入会は、六十歳以上の方なら何時でも
どなたでもご入会頂けます。
身近な場所で「新しい出会い」を求めましょう。

「老人クラブに入会すると!!」

- ① 地域の中の同世代やいろいろな世代との交流で、新しい仲間が出来ます。
- ② 寝たきりゼロ運動やシニアスポーツ等への参加を通じ、健康の保持・増進が期待できます。
- ③ 今まで培ってきた知識や経験を生かし、新しい生き方が見いだせます。
- ④ ボランティア活動等地域の社会活動への参画と貢献が出来ます。
- ⑤ 多くの仲間が出来ることで孤独感が解消出来き、満足感・充実感など精神的な喜びを味わい暮らして行けます。

- 地域の同世代の皆さんと、地域に役立つことをしてみませんか!
- 老人クラブは、高齢者が自ら活力を持って、活躍できる地域の集団です!
- 仲間と一緒に活動し、毎日を生き活きと、心身ともに健康で暮らして行こうではありませんか!
- 老人クラブでは、「健康づくり」・「友愛・奉仕」・「ふれあい・交流」等、その他様々な活動を実施しています!

市内の高齢者の皆さま!! 「老人クラブ」への
ご入会を、心よりお待ちしております!!

※ お問い合わせは、次の老人クラブ連合会各支部までお気軽にご連絡ください。

- マキノ支部 (電話) 二七・一一三二 (FAX) 二七・一一二九
- 今津支部 (電話) 二二・五二〇〇 (FAX) 二二・九〇五六
- 安曇川支部 (電話) 三二・一九四四 (FAX) 三二・一九四四
- 高島支部 (電話) 三六・八一八五 (FAX) 三六・八一八六
- 朽木支部 (電話) 三八・二六三〇 (FAX) 三八・二九五二

高島市老人クラブ連合会の 主な年間行事等

- 高島市老人クラブ連合会 理事会 六月
- 高島市老人クラブ連合会 総会・研修会 六月
- 高齢者と地域医療を考える講演会 七月
- 高島市老人クラブ連合会 グラウンドゴルフ大会 九月
- 第一ブロックグラウンドゴルフ大会 十月
大津市・高島市で輪番に担当
- 滋賀県老人クラブ大会 十一月
- 女性リーダー研修会 十一月
場所：滋賀県文化産業交流会館
- 高島市長との懇談会 一月
- 高齢者相互支援活動研修会 二月
場所：長寿社会福祉センター



マキノ支部

「じいりき(爺力)・ばりき(婆力)で炭焼き甦る」

五、六年前になると思うが「老ク連マキノ広報誌」で、投稿させて頂いたことを思い出す。

その続きのような事になるが、「野口区域活性化のため」と、高齢者中心で、炭焼造りから起こされた炭焼き作業は、当初、二、三年で終わるかと思われていたが、早七年が経過し、継続されて来ている。炭焼きに加えて、炭石鹸作りや、春秋の大型連休等の期間を選んで、追坂峠道の駅で、焼いた炭を使用しての焼き餅販売をしている。

炭焼き、炭石鹸作り、焼き餅販売にしても、高齢者にとつては、体力、気力に集中しなければならぬことであり、一人ひとりの負担は大なるものがあるが、私に出来ることの喜びが、その疲労や負担の重さを取り去ってくれる。

他の多くの方々のお力添えに高齢になっても出来ることのある事に有り難さを感じている。

一人ひとりの力、貢献度は小さくても、作業するみんなの力が一つに成った時、貢献する度合いは大きなものとなる。今日の世の中は、人の価値を生産性にしか見ないので、自分に価値のあると思えるための貢献も、実際に生産性の範囲での貢献でなければならぬと考えている人は多いが、「こゝ炭焼きや炭石鹸作り作業におい

ては、高齢者としての存在価値を見て、生産性の貢献には重きを置いている訳ではないので、お互いが「じいりき(爺力)・ばりき(婆力)」で支え合い、そこに喜びを感じている。
これからも、続くことを願いながら。

今津支部

「事業計画」

一概には言えないが、歳を重ねると行動範囲が狭まり、意のままにならないことも多くなりがちです。

せっかく手に入れた高齢を元気に生きられるよう、多くの会員が一同に集い、語り合い、お互いの健康を確認する機会を持てるよう、老人クラブ活動を展開していくことが大切な事だと思えます。

これまでの事業活動

- 四月 平成二十九年度支部総会
於：今津老人福祉センター
- 八月 単位クラブ長会
於：今津老人福祉センター
- 九月 高島市老ク連グリーンゴルフ大会
於：朽木グリーンパーク思い出の森
- 十月 支部グリーンゴルフ大会
於：今津総合運動公園



十一月 友愛委員・友愛協力者会議
於：今津老人福祉センター
※手作り品の作成作業

市老ク連女性リーダー研修会
於：朽木 やまびこ館

十二月 友愛訪問
友愛協力者の手作り品をもつての訪問

これからの事業計画

一月 音楽教室
於：今津老人福祉センター
第二成人式

二月 単位クラブ長会
於：今津老人福祉センター
平成二十九年度事業総括

三月

※年度内に八十歳を迎えた会員を祝う

安曇川支部

雑感

「老人」という指向は知らず知らずのうちに私達の思考の中に「年を老いた人、そして体力的に衰えた人」として深くしみついている。

しかし現実的にどうであつても体力は努力次第で克服することができる。

そのため年齢に関係なく元気で若者以上に活躍しておられる高齢者の方を身近に多く見



聞することがあります。

この様に考えてみますと「老人」とは単なる年齢の積み重ねだけではなく、持ちの持ち方によるものと思います。

折がある毎に未加入者に入会を勧誘すると「未だ早い」、「〇〇さんが未だ入っていないのに」といった言葉が返ってくることが多い。

老人会の「老人」という言葉のイメージが私達の心の奥深くしみこんでいるためなのか。昨年会員増強運動が展開されましたが結果はどうであったか疑問である。

当クラブも新入会員がなく、平均年齢は毎年上昇する一方ですが、全員元気で計画された事業は順調に推移しています。会員はクラブの「宝」です。全員がいつまでも元気でありますことを祈るものです。

朽木支部

朽木住民福祉活動

フォーラム開催

今年で第六回目となる、朽木住民福祉活動フォーラム「ゴールを考え、今を生きる」を開催しました。

今年も、本人も安心・家族も安心というテーマで、去る十二月二日（土）の午後から、朽木やまびこ館大ホー

ルで、一〇〇人を超える朽木地域住民を中心とした市内からの参加者で盛りあがりました。

朽木地域は、高齢化と人口減少が他の地域より進んでいます。また、一人暮らしの高齢者や高齢者だけの世帯も増え続けています。

このフォーラムは、住民と医療・保健・福祉の専門職がひとつになつて、「今、私たち一人ひとりにできることは何か？」をみんなで考えることを目指して、毎年開催しています。

今回は、第一部の寸劇「朽木で安心、むっちゃんの老後」では関係者（スタッフ）全員に加え、



駐在さんや診療所の倉田先生も登場され、高齢者の事故防止のことや認知症、介護のことなどをわかりやすく話してもらいました。

それぞれ、自分自身での介護予防は大切ですが、一方で、最後まで安心して暮らしていける地域を目指して、それぞれの専門職の方の努力に感謝しつつ閉幕となりました。

高島支部

伊黒老人クラブ

老人の集い開催

平成二十九年度、敬老の日になみ九月二十二日（金）集落会議所において、午前一〇時から、男子二名、女子九名の総数二名参加により（参加率七五％）今後ますます高齢化が進む中、会員相互自らが身を守る必要性があるのではとの思いから、市消防署南部消防署に出前講座を依頼、救急隊員二名の指導の下、突然の怪我や病気に対する適切、敏速な応急手当の方法として

- ① 心肺蘇生の応急処置の方法
- ② 自動体外式除細動器（AED）の適切な使い方

以上人形を使い実演を交え説明指導を受けました。

続いて救急車要請（一一九番）の敏速な通報連絡方法についても説明をうけました。

その後、各会員より活発な質疑等があり、有意義な講義をうけ心構えを新たに出来た、よりよい、「老人の集い」が開催できました。



編集後記

社会情勢の変化や若い少子高齢化の進展で、人口構造や考え方の生活スタイル等が大きく変化し、また地方は衰退の一途を辿り、高齢者が自らが、老後の生き方、過ごし方を考えなければならぬ時期が到来しました。

こうした社会を元気に生き抜くには、地域でのお互いの助け合いや支え合い、そして仲間づくりが大変重要な事項であります。

人生一〇〇年時代、地方での生活には、仲間づくりが必要で、是非とも「老人クラブ」にご入会頂き、残された人生、共に助け合い楽しく暮らして行くことはありませんか！市内高齢者の皆さま、ご入会を心よりお待ちしております。

事務局