夏見　観音寺　六角堂

寿芳

第24号
編集発行
湖南市老人クラブ連合会
TEL 72-2320

新年のご挨拶

会長　山中　忠雄

新年あけましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

平素は老ク連の活動にご協力頂き厚く御礼申し上げます。

昨年は滋賀県が健康寿命で全国第一位となり健康県になりました。皆様も健康寿命をのばし、「自立した生活・生きがいのある生活」の実現を目指し仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組んで頂きたいと思います。

安全・安心の住みよい地域づくりを目指し、元気に高齢者の知識・経験・活力を生かす場づくり、仲間づくりと機会づくりと会員の増強をはかりたいと思っております。「のばそう、健康寿命・担おう、地域づくり」をテーマに進めていきたく、皆様のご協力をお願いいたします。

最後になりますが、会員皆様の本年のご健康をお祈りし新年の挨拶といたします。

謹賀新年

平成三十年　元旦

湖南市老人クラブ連合会

会長	山中　忠雄
副会長	山村　聰
副会長	米津　利武
副会長	高田　久子
文化部長	北島　功
保健体育部長	高谷　完治
交通安全部長	坂田　耕作
ウオーキング部長	有吉　正一
監事	前川　斉朗
監事	林　宇正

今年は戌年

湖南市老人クラブ大会・指導者研修会

湖南市老人クラブ連合会会長表彰

◆老人クラブ育成功労者

宝来坂シニアクラブ宝寿会
大石　能章

睦　会
青木　　稔

正福寺老人クラブ
青木　京子

講演　藤支照子先生
「忘れそうな大切な心」

いきいきクラブ体操
「座ってする体操」

アトラクション
大型紙芝居「かぐや姫」
天保義民の碑

老ク大会・指導者研修会を終えて

文化部

平成29年度老ク大会・指導者研修会が10月7日甲西文化ホールで谷畑市長様をはじめ、来賓の方々にご出席を頂き、婦人部長のユーモア溢れる司会で始まり、会員皆様のご協力により盛大に開催出来ました。役員、事務局共々感謝申し上げます。

育成功労者として3名の方が会長表彰を受けられました。

岩根西老クの事例発表は学童の通学時に一言声を掛ける事で近親感が増すと発表されました。

藤支先生は、仏教を通して見た社会（世間）について講演を頂き、会場が一つになる話術に感心しました。また大型紙芝居の皆様により郷土の歴史を知る大変有意義な大会で終りました。

なおロビーでは老ク活動の一部として陶芸、藍染、女性部小物づくりの作品が展示されました。

湖南市老人クラブ大会・指導者研修会　事例発表

私達の活動

岩根西老人クラブ　会長　南　松三

岩根西老人クラブは昭和十年頃より活動しているようです。私は入会して十年目ですので古い時代の活動内容はよく分かりませんが、聞くところでは日帰り旅行が唯一の楽しみだったようです。現在、会員数は一一六名です。

岩根西老人クラブとして、〝健康、ふれあい、奉仕〟をスローガンに一年間の事業計画をたて、年4～5回程度の班長会を開催しています。まず、会員一人一人が健康に過ごせる事が何よりと願っています。そして、会員同士のコミュニケーションの場として春と秋に食事をしながらの「ふれあいサロン」を5年程前より実施しています。出席者数は一回約五十名です。男性2割、女性8割です。地域の駐在所に講演を依頼したり、演芸ボランティアの舞台やカラオケをふれあいの場として、楽しんでもらっています。また、一年に一度の日帰り研修旅行も実施しています。過去の実績として食事しながら演劇を楽しんでもらっています。九月に行われます区主催の敬老祝賀会も楽しみの一つです。

ふれあい友愛訪問は、女性部長二人で対象家庭へ訪問して回ります。また、老人クラブとして地区に協力できる清掃奉仕を行っています。春祭りの前の神社の清掃、お盆の墓参りの前の正栄寺の清掃、そして、敬老祝賀会前の公民館の清掃と、それぞれが老人クラブとして欠かせない奉仕作業です。高齢者が増えてきた為、八十歳以下を出役者の条件としています。

当区岩根小学校児童の下校時に「岩根っ子見守り隊」として子供たちの安全のため、希望者のみで約六十名が二人一組で週二回火曜日と木曜日に高倉神社の前で、約一時間余り立って子ども達の下校を見守っています。その際、子供達へ『お帰り』と声かけをしています。すると元気よく『ただいま』と返事をしてくれます。そこで、もう一言『自転車や車に気をつけなさい』と言ってあげます。その一言で気を付けてくれたらいいかなと思っています。

その他、湖南市老ク連の活動としてビーンボーリング、公式輪投げ大会に参加して、本年度はビーンボーリングが一位と四位、公式輪投げ大会では五位と輝かしい成績で選手の皆さんが頑張ってくれたと喜んでいます。

一年間の反省も含めて、三月末に定期総会を開催して次年度に繋げていきたいと思います。

滋賀県老人クラブ大会

テーマ　のばそう！健康寿命！担おう！地域づくりを！

滋賀県立文化産業交流会館
平成29年11月16日

◆滋賀県老人クラブ連合会

会長表彰
緑ヶ丘グリーンクラブ

◆豊熟シニアの主張　入選

中央虹の会
筒木　勝代

高齢者の元気は地域の元気！
老人クラブへ大集合

あなたも参加しませんか

・・入会はあなたの人生を大きく広げるチャンスです・・

- ★仲間づくり
- ★健康寿命延長
- ★社会活動
- ★充実感
- ★同年者から呼びかけましょう。
- ★イベント時に誘いましょう。

活動報告

女性部日帰り研修

女性部副部長　**木津智恵子**

女性部日帰り研修会を九月二十九日十九名の皆様が参加して下さいました。前日からお天気を心配して居りましたがおかげ様で守山のバラハーブ園、其の後ナシ園を見学し、昼食は、バイキングを戴き、其の後琵琶湖博物館を見学しました。バイカルアザラシ、湖と人間の歴史の展示にびっくり、わくわく皆様のうれしい笑顔で、一日を過ごしました。ありがとう御座居ました。

琵琶湖博物館の３人娘

バイキング昼食（おうみんち）

バラ・ハーブ園（守山）

輪ナゲ大会が終って

松風苑老人クラブ　**萩原　顕雄**

今年の大会は、「もういい加減にしておかないと嫌らわれてしまうぞ!!」と言いながらもいざ大会が始まってしまうと「今年も何がなんでも勝たないと」と、思ってしまい熱の入った試合となりました。大会一週間前からは、チーム全員が夜七時から九時まで2時間びっしりと練習に励みました。結果はゴメンナサイ!!又々優勝と云う栄誉をいただきました。他のメンバーも好成績をおさめ、松風苑チームの存在感を示す事が出来ました。昨年度の大会は2位に大差をつけての勝利でしたが今年は他支部の健斗も有り、どうにか逃げ切っての勝利ではありました。私個人的には三百点のパーフェクトを狙っていたのですが、残念ながら達成出来ずに終ってしまったのが心残りです。来年の事を云うと鬼が笑うと言いますが次こそパーフェクトを出して輪ナゲを引退しようかなぁと考えています。ありがとうございました。

ワナゲ講習会

松風苑Ｂチーム　優勝

優勝　松風苑Ｂ
萩原　顕雄
辺見　照雄
山本　　明

ビーンボウリング大会

六月十二日午後から総合体育館にてビーンボウリング大会が開催され、午前中の輪ナゲ大会の疲れも何のその、どのチームも一丸となって頑張りました。

ビーンボウリングは初めてという人もいて、審判も参加者も経験者にやさしく?教えられながらゲームが進められる場面もありました。あーだこーだ言いながらも事故もなく競技を終えられたのも参加者のゲームを楽しむ気持ちのおかげだと思います。

優勝は岩根西Ａチーム。これまでは参加チームを募るだけでも大変だったと聞いていますが、今年は優勝とＢチームが4位という輝かしい成績を残されました。今後もいろいろなニュースポーツを楽しみながら、老人クラブを盛り上げて行かれるでしょう。

岩根西Ａチーム　優勝

優勝　岩根西Ａチーム
矢野　良子
亀田まき子
亀田　進一

２位　中央Ｃ
３位　松風苑Ｄ
４位　岩根西Ｂ
５位　中央Ａ

用具貸し出します
事務局へ問合せ下さい

初出場で初優勝

菩提寺老人クラブ長寿会

「ペタンクて何?」これが当会役員全員の第一声でした。老ク連からペタンク大会の出場要請を受けた時のことです。先輩から「道具は一式買うてある」そのことを聞き箱の中の鉄のボールを見て「これって砲丸投げ?」が第二声でした。とにかく出場してみようと四チームを編成し、事務局から手解きして頂いて練習を始め、カーリングのようだと何となく競技を理解できるようになり、和気あいあいの雰囲気の中で練習を続けられました。

ど素人なので成績はビリでもともと、楽な気持ちで臨んだのが功を奏し、出場四十六チームの中で菩提寺のチームが見事優勝しました。

いただいたトロフィーをどこに飾ろうか、賞状をどこに飾ろうかと、うれしい悲鳴で右往左往しています。

菩提寺Ａチーム　優勝

優勝　菩提寺Ａチーム
長　　脩　　荻原寿津代　　前田　篤幸

グラウンドゴルフ大会

今年のグラウンドゴルフ大会は予選無しで希望者全員参加で開催しました。雨天順延で日程が当初予定日からズレたにもかかわらず二百二十名近くが参加の大会になりました。

午前の部・午後の部に分かれての競技になりましたが、日和になったグラウンドで存分に実力を発揮して頂いた事と思います。成績集計・発表が当日出来ませんでしたので、私は何位?と、気を揉みながら帰宅された方も多かったと思われます。

男性の部は、宮の森の木村惺さんが46のスコアで優勝されました。ホールインワンを四回。凄い!!

女性の部は、岩根東の小林志げ子さんが大会二連覇!これも凄い!!

男性の部
優勝　木村　惺
2位　松田　利一
3位　石飛　孝巳
4位　西岡　雅治
5位　市村　繁幸

女性の部
優勝　小林志げ子
2位　中井ミチ子
3位　大戸きよの
4位　山本　道子
5位　東谷　澄子

陶芸部

世話役　小林　和雄

7年前「寿芳」第10号にて、ご紹介いたしましたが、再度活動紹介させて頂きます。

湖南市老人クラブ連合会陶芸部は、市当局の配慮により、老人の生き甲斐対策として、平成元年6月に発足し、運営は、湖南市老人クラブ連合会が行い、滋賀県レイカディア大学陶芸学科卒業生が、指導し、自主運営してきました。今年で30年を迎え、会員も多少入れ替わりましたが、約40名の会員が、毎月元気に、作陶に励んでおります。

平均年齢は、70歳から85歳と高齢です。平成4年2月には、岩根地区に、「ふれあい教室」が、増設され、現在2か所の作陶室で、灯油窯2基を、フル回転しています。当教室は、自主運営ですので、作陶室の環境整備、成形、素焼き、施釉、窯詰め、本焼き、窯出し等もお互いに協力して行っています。

主な行事としては、会員の親睦を図るため、総会時に、信楽から伝統工芸士　神山直彦先生をお招きして作陶指導を受けているのと、年に1回、窯元見学研修を実施しています。

又、年々減少しています会員の入会に、PRと推進をしていこうと、思っています。

世代間交流陶芸教室

「交通安全研修会」に参加して

交通安全部長　坂田　耕作

最近、高齢者の認知症に起因すると思われる交通事故が報道されるようになり、高齢者の交通事故防止のため、過日、石部自動車教習所で開講された標記研修会に、老ク連から十四名が参加しました。

記憶力検査や実技等の他、衝突時の衝撃体験もしました。私は判断力は標準、瞬発力は六十歳代前半の判定、記憶力テストでは九十点を越える高得点を取り、担当警察官から最優秀として記念品をいただきました。交通安全部長として面目を保てたと思う反面、自分の免許証更新時にこれだけの成績が取れるか、認知症が発症していないかと一抹の不安を感じております。

何よりも「あわない、起こさない」を肝に命じ、日常を無事故で過ごしたいと思っております。

踏切事故研修

交通安全教室
衝突体験

健康ウォーキング部

四月　桜の希望ヶ丘文化公園
五月　正福寺・花園辺り
六月　岩根山・十二坊温泉
七月　体力測定会
八月　盛夏体力温存で休み
九月　貴生川・三大寺方面
十月　石部・緑化技術センター
十一月　草津・ロクハ公園
十二月　水戸・善水寺辺り
一月　近江八幡日牟禮神社参拝
二月・三月はコース選定中

☆毎月色々な所へ出かけます。六キロ～十キロ位の工程です。気軽に参加くださいね。

緑化技術センター

ひまわり群生

ロクハ公園

体力測定会

健康管理料理教室
今年も調理中は大混乱　先生は大変

料理教室のご馳走

料理を頂いた後
シニアの防災講座もしました

互助・公助の
前に
自分の命は
自分で！

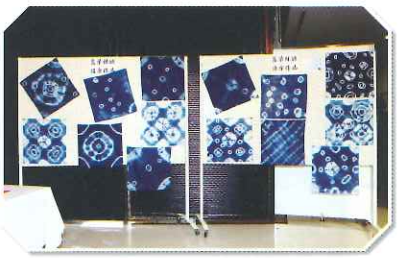
滋賀県交通安全協会主催
自転車競技大会参加者
（守山市体育館にて）

県老人クラブ大会
女性部のいきいきクラブ体操

カラオケ交流会
新曲・懐かしい歌
人が集まると楽しいですね

琵琶湖博物館玄関ホール
絵画を観るような雰囲気

交通安全街頭啓発
朝早くから市役所・交通安全協会と
一緒に国道脇に立ちました



老人クラブ大会での作品展示
毎年作品の出来栄えが
良くなっていますね

小物づくりの指編みスカーフが
大人気!!!
あちこちの単ク女性部で
講習会を開催
湖南市の女性の胸元を
♡飾っています♡
ご要望があれば伺いますヨ！

女性部長になって

仲睦会　髙田　久子

紅葉や銀杏が色あざやかに咲いて本当に秋真っ最中の季節ですね。私が老人クラブ女性部長をお受けして早や八ヶ月がすぎようとしています。私が委員になって思った事は、なかなか老人クラブに入会して下さる人がおられない事、おねがいに行っても「まだ早い」とか色々と云われます。昔でしたらお姑さんが退会されたらお嫁さんが入会すると云う事でしたが今はその様にいかず、本当にどの様にすれば良いか、なやみます。県の委員会に出席させてもらってもどこの地区の委員さんも同じ事でなやんでおられる様子です。どの様にして入会をしていただく事が出来るか皆様のお知恵をおかりしたく存じます。何か良い方法があれば教えていただきたく思います。

皆様のお知恵と協力をおかりして退会者を無くし、一人でも多く入会して下さる事を考えましょう。

文芸作品

俳句・川柳

短日の　歩が雑踏を　なしており
応答は　間をねんごろに　夜学の師
夕紅葉　堂塔古き　より暮るる
菩提寺長寿会　谷口　市紅

生かされて　三万余日　冬隣る
暖冬を　希う老の背　暮れそむる
喪帰りの　淋しさたたむ　時雨傘
菩提寺長寿会　乾　久子

山茶花や　籬の奥の　夫婦窓
山眠る　畳廊下の　将棋盤
正福寺老人クラブ　大世古まさみ

正月の　話題の遊びは　トランプかな
菩提寺長寿会　坂田　耕作

木犀の匂い厨にしのび入る
名月を　仰ぎつ裏戸　引きにけり
薪能　華麗に　義経物語
柑子袋延命会　立入美奈子

一歩引き　穏やかに生き　見えてくる
潔く　椿の落ちて　譲る椅子
正福寺老人クラブ　望月　潤子

生き甲斐

菩提寺長寿会　Y．T．

長寿会に入会して今まで何となく参加して来ました。今年は町内の幹事になり、今まで会釈しかしなかった方と花壇の花植、除草、日帰り旅行、ペタンク、グランドゴルフ、映画会等、出会う度に仲良くなり、会長や役員の方々の苦労もよくわかるようになりました。

外へ出て人と会話する事が楽しく、予定が入ると前日に畑の草とりをしたり、買物したりを考えて、ボケない工夫かなと思います。

若い頃は仕事、子育て、経済の面で必至に生きて来ました。年を重ねるうちに身体が思う様にならず、健康が第一とつくづく思いました。

趣味を通じて生き甲斐を見つけ健康で、地域や家族の役に立ちたいと思います。

総合型〈クラブ活動中・クラブ活動中以外を問わず日常生活全般(24時間)のケガを補償します。〉

年間掛金	3,500円		5,000円		10,000円	
ケガをした時の状況 / 補償内容	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円	91万円	85万円	109万円	170万円	217万円
	136万円		194万円		387万円	
後遺障害保険金(注1)	45万円	―	85万円	―	170万円	―
	45万円		85万円		170万円	
入院保険金日額(1事故につき30日限度)(注2)	1,000円	750円	2,000円	950円	4,000円	1,900円
	1,750円		2,950円		5,900円	
通院保険金日額(1事故につき30日限度)	650円	500円	1,300円	700円	2,600円	1,400円
	1,150円		2,000円		4,000円	

クラブ活動中のケガの場合は、青色＋オレンジ色の合計赤色の補償額が支払われます。

クラブ活動中以外のケガの場合は、オレンジ色のみの補償額が支払われます。

※「総合型」の掛金・補償額は、職種級別A(無職、事務職等)の方を対象にしたものです。職種級別B(農林業作業者等)の方は、補償額が変更になりますので、詳細につきましては、取扱代理店もしくは引受保険会社までお問い合わせください。

クラブ活動型〈クラブ活動中とその往復途上のケガを補償します。〉

年間掛金	500円		1,000円		2,000円	
ケガをした時の状況 / 補償内容	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円	補償なし	85万円	補償なし	170万円	補償なし
後遺障害保険金(注1)	45万円		85万円		170万円	
入院保険金日額(1事故につき30日限度)(注2)	1,000円		2,000円		4,000円	
通院保険金日額(1事故につき30日限度)	650円		1,300円		2,600円	

クラブ活動中のケガの場合は、青色のみの補償額が支払われます。クラブ活動中以外のケガの場合は補償されません。

新発売　① 賠償責任保険　クラブ全員型

クラブ活動中に、誰かをケガさせたり、誰かのモノを壊してしまった際に発生する費用(賠償金・弁償金)が心配だ。

- お一人年間掛金
  100円×会員全員［　　］人
  ＝払込み額［　　］円
- 10月1日から1年間補償
  (中途加入クラブは、加入月から10月1日までの補償)
- すでに加入しているクラブが他の会員の中途追加をご希望されても受付はいたしません。
  〈1クラブ年1回、会員全員一括加入していただきます。(未加入クラブが全会員一括で加入の場合のみ中途加入可)〉

ビンゴボール

☆幼稚園からシニアまでの人が遊べるゲームを事務局で考案しました。
（工作図面あります）

・基本的なゲームの仕方はワナゲと同じです。（点数の数え方など）
・９個ある穴にボールを転がして入れます。
（ボールはサービスで12個使います）
・タタミ三畳ほどの場所があればできます。
・ニュースポーツ講習会で紹介しましたが、希望があれば単位クラブへ説明に伺います。

ニュースポーツ講習

・事務局に２台あり、貸出可です。
ご利用ください。

単位老人クラブ毎の社会奉仕活動

編集後記

新年明けましてお目出とうございます。皆様、ご家族様お揃いで輝かしいお年をお迎えになられたことと、心よりお慶び申し上げます。

さて、会報「寿芳」二十四号を発刊させていただきました。

各事業部のそれぞれの活動、女性部では指編みスカーフ作り等、地域の方々もよろこんで参加くださいました。

広報誌は、会員間の輪が広がる紙面にしたく、その思いで部員ががんばって参りました。皆様方には、暖かいご指導、ご投稿、ご協力いただき、誠にありがとうございました。

ここに広報部一同、感謝申し上げる次第でございます。

文化部　広報担当

陶の戌（いぬ）　可愛（かわい）く机上に　年迎（としむか）ふ