

老人クラブ三大活動

健康

友愛

奉仕

ねんりんおうみ

— 第84号 —

米原市近江老人クラブ連合会発行 電話 0749 (52) 4393



緑濃い季節となり、田畠の苗も青々と育ち、収穫が待ち遠しい今日このごろ、会員の皆々様には益々ご健勝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いただきまして誠にありがとうございます。

私こそ、このたび老ク連会長という大役をお受けいたしましたが元々浅学非才でこの責務が果たせるか、日々心配をしていますが、役員皆様のご協力と会員各位のご指導をいただきながら、三十・三十一年度と会長職を勤めさせていただきたいと思います。

皆々様のご指導とご協力をよろしくお願い申し上げます。

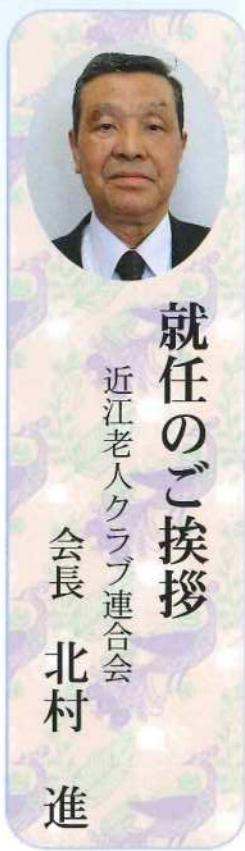
近江老ク連は、各地域の単老を中心として、少子・高齢化に進む中で、長寿社会を構築するためには、地域社会の一員として自立し、知識や技術を生かして社会で活躍することを期待しています。

活動の方針として、「健康・友愛・奉仕」の精神を掲げ、創造と連帶の輪を広げ「ゆとり」「うる

まい」と「やすらぎ」に満ちた地域社会づくりに努めてまいりたいと思います。特に、交流を深めていきたいのは、高齢者自身の健康づくり、会員の参画による仲間づくりの推進、友愛活動の充実、地域社会に貢献する活動の推進等々が、本期の役員に与えられた大きな宿題として、日々友愛と地域社会にたずさわる気持ちを持ち、貢献できるよう考えなくてはならないと思います。

本年度の主な事業は、特に変わったところはありませんが、魅力ある老人クラブのあるべき姿を求めて、数年前に退会された飯老人クラブさん、岩脇老人クラブさん、また、今年度退会された額戸老人クラブさんの復帰に向かつて門戸を開いて、理事さんや各単老の皆様と共に、知恵を拝借して活力ある企画になるよう、一緒に歩みたいと考えています。

最後になりましたが、会員皆様のご健勝とご多幸をご祈念申し上げ就任のご挨拶とさせていただきます。



平成30年度 近江老々連 新体制発足

平成30年4月19日(木) 評議員・女性部長合同会議



活動方針

◆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

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。

◆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。

◆厚生友愛部

- ・親睦旅行をとおして互いの仲間づくり、また各種の奉仕作業を通じて地域社会に貢献します。
- ・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。
- ・社協等の専門機関と連携し学習、研修の場を広げていきます。

※平成30年度から厚生部と女性部は厚生友愛部に統一されました

「ゆとり」「うるおい」「やすらぎ」を目指して!

企画部

組織改正について

「平成30年4月1日からの
組織改正について」

主な改正点

一、副会長は1名(会計担当)
とする。

二、厚生部及び女性部を統合し、
厚生友愛部とする。

今後の対応について
交流活動及び友愛活動等の社
会福祉に関することは、厚生
友愛部の担当とする。

*将来的には女性高齢者の
割合が多くなる中、女性
部の復活を望みます。

規定改正について
一、米原市近江老人クラブ
連合会規約
第10条第1項第4号及び
第5号の「厚生部」「女性
部」を削除する。
第10条第1項第4号に厚
生友愛部を新設する。

二、米原市近江老人クラブ
連合会役員選任規程
※掲載省略

部会だより

よろしくお願ひいたします

【企画部は会長、副会長、各部
長で構成します】

教養部

部長 吉野 和雄

この度、教養部を担当することになりました三人(吉野和雄、木田勝幸、中川雅晴)です。初めての取組ですから戸惑っているのが現状です。

教養部の2大行事であります「ねんりんあうみ」の発行が7月1日に迫ってありますので、単老会長様には就任早々から寄稿依頼をいたしまして、恐縮しております。各地域の活動の取組で「これは他の地域でも取り上げてほしいな……」と言うものがありましら是非ご提案をお願いしたいと思っています。

また、10月4日(木)近江公民館におきまして第41回近江高齢者大会を予定しております。大変めでたい式典ですので、厳粛にお祝いし思い出に残る内容に

したいと考えています。各単老の会長様にはいろいろとご協力ををお願いいたしますが、今後ともよろしくお願い申し上げます。

体育部

部長 藤田 一雄

この度、はからずも関係各位の推挙によりまして部長の重責を担わせて戴く事になり誠に身にまる光榮と存じてあります。

また、この様な貴重なる人生経験の機会を与えて戴いた事に心から感謝申し上げますとともに、会員皆様方のご期待に添え

る様、職務に精励したいと思いまます。今後ともご指導ご鞭撻の程、心からお願い申し上げます。

先般のふれあい体育祭、厳しい情勢下のもとにも拘らず多くの会員のご参加を戴き本大会の目的である会員相互の交流と健康づくりがはかられ、おおいに成果があつた事と思います。

また、健康づくりの一環として二ユースボーツ用具の貸し出しをしていますので、各単老で

命頑張りたいと思います。ご支援の程宜しくお願ひ申し上げます。

厚生友愛部

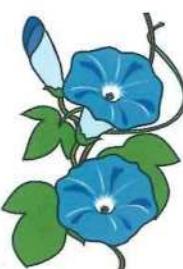
部長 喜田 晃

新体制となつた老ク連の「厚生友愛部」を田辺和雄、喜田晃の2名が担当することになりました。(昨年度までの厚生部と女性部の組織、担当事業を集約化)

事業は「親睦旅行」を通じて互いの仲間づくり(本年の旅行は去る6月6日～7日に楽しく和やかに実施しました)や奉仕作業による社会貢献活動や学習、研修の機会設定等を担当します。

そして従来は主に女性部さんが担当していただいた寝たきりやひとり暮らしの高齢者等、対象者の方に声をかける「友愛訪問活動」を11～12月頃に各単老役員様のご協力を得て実施していく

ます。皆様のご支援、ご協力をよろしくお願ひ致します。





台風被害の神明浜



清掃後の神明浜

鶴亀寿会の活動

単老だより

宇賀野老人クラブは鶴寿会と亀寿会があり164世帯257名、平均年齢は77歳です。

毎月、坂田神明宮と宇賀野神社の清掃を行います。このほか墓地、駅前、神明浜の清掃も行います。

宇賀野 丁生

昨年は台風により神明浜に大量の萱や流木が打ち寄せました。清掃は大変でしたが、年度末になつて漸く綺麗になりました。

5月の総会、9月のキャンプ場反省会、1月の新年会には、毎回80名を超える会員が集まって会食し、親睦を深めています。

グラウンドゴルフ同好会は、毎週25名から30名が集まり、母の郷ドームで練習をしています。春には「花見コンペ」「中日新聞杯」、秋には「老人クラブ主催大会」「福祉会主催ふれあい大会」があります。

80名を超える会員が集まって会食し、親睦を深めています。

グラウンドゴルフ同好会は、毎週25名から30名が集まり、母の郷ドームで練習をしています。春には「花見コンペ」「中日新聞杯」、秋には「老人クラブ主催大会」「福祉会主催ふれあい大会」があります。

このほか、「いきいきダンベル体操」に代わり、昨年から月2回「まいばら体操」など健康体操を行っています。当区ではサロンボランティアや日赤奉仕団、園芸や軽作業ボランティアなど活発に活動されていますが、老人クラブも役割の一端を担つて明るいまちづくりに貢献したいと思います。

このほか、「いきいきダンベル体操」に代わり、昨年から月2回「まいばら体操」など健康体操を行っています。当区ではサロンボランティアや日赤奉仕団、園芸や軽作業ボランティアなど活発に活動されていますが、老人クラブも役割の一端を担つて明るいまちづくりに貢献したいと思います。

老人クラブ会長になつて初めての行事

能登瀬 酒井次夫

今年3月に入り、前会長から引き継ぎ私で務まるのかと心配してあります。役員、班長、会員様のお力をあ借りしてやつていきたいと思つております。

まずは新会員の勧誘です。今年還暦を迎えた方々をお訪ねし



段あまり話せなかつた人とも話せて良かつたです。約2時間半ほどの花見の宴でしたが、会員様との親睦もはかれ、思い出に残る楽しい1日を過ごすことができました。

今後の行事にも多くの方に参加していただける様な計画をしたいと思つています。

新年度に入り初めての行事が4月上旬、毎年能登瀬長寿会祈願祭を山津照神社において執り行われ、和やかな中にも厳粛に拝殿で役員、班長、会員参列者が玉串奉奠をして、宮司様には会員一人一人の名前を読み上げていただき、会員の長寿と健康を祈願します。

祈願祭が終わり次第、花見の宴です。今年は天候にも恵まれ桜の花も満開の中でカラオケを歌う人、雑談をする人、いろいろです。普

て、入会をお願いしましたが、近年、会社の定年延長でまだ務めているので、とのお答えで入会していただけませんでした。

新年度に入り初めての行事が4

高齢化時代に生きる

箕浦 S・S生

厚生労働省が昨年末、発表した

2015年の都道府県別平均寿命は滋賀県が男性81・78才で一位、

女性は87・57才で四位であつた事は新聞等でご存知と思います。

そこで「高齢者はどう生きてい
くのか」が課題になります。人の

健康寿命（元気で働ける寿命）は
平均寿命のマイナス10才ともいわ
れています。

ある健康誌に高齢者の働き過ぎ
を戒める注意文書が掲載されてい
ました。共鳴する箇所がありまし
たのでご紹介しましょう。

（以下、※～※印 健康誌より抜粋）

※あえて自分（高齢者）の

元気を疑つてみよう

A氏は「不思議なことに畠仕事
をしていると元気がよみがえる。」
「野菜畑からエネルギーを貰つた
様な思いになる。」との事。

ではこの元気を客観的に見つめ
直してみよう。畠仕事の労働の辛

さよりも栽培している野菜の成長
過程を見つめる満足感と新鮮な空
氣を胸一杯吸い込んだ爽快感がう
かがわれます。しかしこの元氣は
若い時の元氣と中身が異なります。
A氏の元氣は体ではなく氣分が元
氣なのです。

もちろん活力の源は氣力でもあ
りますが、そこにA氏の老いを重
ね合わせると意外な落し穴が潜ん
でいます。

気持ちが元氣であると「体の赤
信号」を見落しがちになります。
体はどこかで「ストップ」と言っ
ているかもしれません。

その声に気づかず無理を強いる
と先ず体の弱い部分が悲鳴を上げ
病気を引き起こす要因になる事が
多いのです。働く人間の体はそれ
が自然のメカニズムです。

若い時の元氣は氣力に体力がつ
いて来ましたが、年を重ねると氣
持ち通りに体は動かなくなります。
氣力と体力のバランスを考えて働
くことで自分らしい元氣を維持し
たいものです。※

元氣を維持するのもつぶすのも自
分自身です。

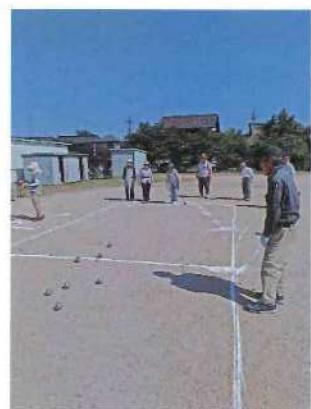
高齢者の皆さん
「無理をしないでいつまでもいつ
までも元気で・・・」

秋に予定している「料理教室」
も楽しみの一つです。参加してい
る会員同士のおしゃべりも楽しい
し、料理の手順や調理のこと等を
考えながら進めていくことが、
我々自身をより活性化することに
なると思います。

火曜日の朝、農村広場から元氣な
声が聞こえています。長生会会員
有志が月一回実施しているグラウ
ンドゴルフの練習が始まりました。
この活動は、一年前から続いて
おり会員の健康維持・情報交換等
に大きく寄与していることを感じ
ています。活動は、グラウンドゴル
フの練習にとどまらず、老々連の
ふれあい体育祭に向けたペタン
ク・輪投げの真剣な練習も和気あ
いあいとした雰囲気の中で行われ
ていました。その成果は、この会報
誌面で明らかになることでしょう。
さて、長沢長生会は、年々会員
数の減少に悩まされ続けていますが、我々会員の元氣な活動を通じて地域の方々に理解されることを

元気で 楽しく

長沢長生会 中川雅晴



ペタンクの練習



輪投げの練習

願っています。地域への貢献とし
ては、環境保全活動が年二回実施
されます。一人でも多くの会員
が参加出来るように健康でありた
いと思います。

秋に予定している「料理教室」
も楽しみの一つです。参加してい
る会員同士のおしゃべりも楽しい
し、料理の手順や調理のこと等を
考えながら進めていくことが、
我々自身をより活性化することに
なると思います。

火曜日の朝、農村広場から元氣な
声が聞こえています。長生会会員
有志が月一回実施しているグラウ
ンドゴルフの練習が始まりました。
この活動は、一年前から続いて
おり会員の健康維持・情報交換等
に大きく寄与していることを感じ
ています。活動は、グラウンドゴル
フの練習にとどまらず、老々連の
ふれあい体育祭に向けたペタン
ク・輪投げの真剣な練習も和気あ
いあいとした雰囲気の中で行われ
っていました。その成果は、この会報
誌面で明らかになることでしょう。
さて、長沢長生会は、年々会員
数の減少に悩まされ続けていますが、我々会員の元氣な活動を通じて地域の方々に理解されることを



第29回ふれあい体育祭が5月29日(火)長浜バイオ大学ドームにて開催されました。

日光寺の奥村会長の力強い選手宣誓からスタート。13の字から256名の代表選手が出場し、グラウンドゴルフ、ペタンク、ワナゲの種目で熱い戦いを繰り広げました。

3種目とも日頃の練習の成果を十二分に發揮され高得点が続出、また、久しぶりに会う会員もいて相互の親睦・絆も深まり有意義な一日となりました。

(体育部)

順位	グラウンド ゴルフ	ペタンク		ワナゲ	
		男子	女子	男子	女子
1	日光寺	宇賀野A	世継B	母の郷	箕浦
2	宇賀野A	日光寺	日光寺	舟崎	寺倉
3	新庄	高溝	世継A	世継	舟崎
4	寺倉	宇賀野B	多和田	多和田	宇賀野



ペタンク男子 優勝 宇賀野Aチーム



ペタンク女子 優勝 世継Bチーム



グラウンドゴルフ 優勝 日光寺チーム



ワナゲ男子 優勝 母の郷チーム



ワナゲ女子 優勝 箕浦チーム

近江老ク連

三朝温泉の旅

ラドン温泉 ～砂の美術館と中国雑技団ショーを楽しむ～

6月6・7日、参加者65名、バス2台で山陰へ出発。一日目は雨でしたが翌日は快晴となりました。宿泊はラドンを含む放射能泉の「三朝温泉」。ホテルでは会長挨拶、前会長の乾杯で宴会が始まり、カラオケで盛り上がりアルコールも手伝って会員相互の親睦が一層深まりました。

翌日、中国庭園「燕趙園」を散策し、中国雑技ショーを見学しました。「砂の美術館」では、世界トップクラスの彫刻家が創り出した圧倒的なスケールの砂の彫刻、砂像を鑑賞しました。

三朝温泉のお湯と鳥取の砂、異国情緒も味わえて満足のいく旅となりました。
次回も魅力あるコースを用意します。皆様のご参加をお待ちしています。 (厚生友愛部)



1号車の皆様



2号車の皆様



三朝温泉での宴会



バスでのクイズ当選者



砂丘会館（昼食）



中国庭園（卧龍廊と一覧亭）



中国庭園（七星橋）



鳥取砂丘



砂の美術館内



砂像（人魚姫）



砂像（作曲家 グリーグ）

平成30年度 近江老人クラブ連合会役員名簿

役職	氏名	字名	役職	氏名	字名
会長	北村 進	宇賀野	体育部	部長	藤田 一雄
副会長(厚生友愛部兼務)	喜田 晃	能登瀬		部員	仁科俊一
教養部	吉野 和雄	世継		部員	北川 四郎
	中川 雅晴	長沢	監事	奥村 幹男	日光寺
	木田 勝幸	寺倉		北村 新一郎	宇賀野
厚生友愛部	喜田 晃	能登瀬	事務局(創造推進員)	北川 惣一	多和田
	田辺 和雄	新庄			

【敬称略】

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	大宝一	○北川忠一	○原田順子	63	35	55	90
	大宝二	筒井澄雄	原田礼子	68	40	55	95
能登瀬	松組	大村巖	細野郁子	43	31	18	49
	竹組	○酒井次夫	○酒井幾子	50	34	27	61
日光寺	長寿会	奥村幹男	奥村和子	44	28	31	59
寺倉	寿会	木田勝幸	高居みね子	43	27	46	73
新庄	喜寿	前山義秀	山田房江	52	24	37	61
箕浦	箕和会	沢村眞司	中山美耶子	52	29	40	69
西円寺	円照会	桂晃潤	仁科ひろゑ	24	15	23	38
舟崎	長生会	安賀秀介	広田洋子	28	17	23	40
高溝	長生会	粕渕宏昭	辰巳美智子	50	38	39	77
母の郷NT	シニア会	箕浦吉弘		25	16	19	35
長沢	長生会	中川雅晴	森田幸	29	17	20	37
宇賀野	鶴寿会	○谷村勇夫	○藤井むつみ	61	42	49	91
	亀寿会	北村新一郎	椋田愛子	103	85	81	166
世継	第一福寿	○北村正博	○北村利子	54	36	42	78
	第二福寿	土川勇蔵	北村ひろ子	43	23	35	58

○印は2単老の代表者です。