



大津なぎさ公園の健康ウォーキング

寿芳

第25号

編集発行
湖南省老人クラブ連合会

TEL 72-2320

会長就任のあいさつ



会長 山中 忠雄

会員の皆様方におかれましてはご健勝のこととお慶び申し上げます。また老ク連の事業に対してご支援ご協力有難う御座います。

此度湖南省老人クラブ連合会の会長を留任させて頂き、厳しい状態ですが少しでも前進していくにはいろんな手立てを立て改善しなくてはなりません。昨年度末から市行政機関の各部署との意見交換の場を持ち、老ク連の状況やこれからの方針等を話し合っていました。連合会の会員

自助・互助・共助・公助の 連携を目指した まちづくりのために



湖南省長 谷畑 英吾

いよいよ本格的な夏を間近に迎える季節になりました。

平素は市行政に格別のご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、湖南省では昨年度に「第7期湖南省高齢者福祉計画・介護保険事業計画」を策定し、平成30年度から「高齢者がいきいきと自分らしく、住み慣れた地域で安心して暮らせるまち」を基本理念に、地域包括ケアシステムのより一層の深化・推進を図り、さまざまな施策を展開していく予定をしております。

そのひとつとして、認知症地域推進員を中心に

であることを証明する会員証を発行し、会員証を提示すれば割引サービスを受けられるシステムにするなど、皆様方のご意見を聞きながら30年度には何とか筋道をつけたと思っています。微力ではありますがありますが、皆様の力をお借りして進めていきます。

最近よく人生百年と言われますが健康第一です。滋賀県では20年前から減塩運動と禁煙運動をやり、健康ウォーキングいきいき体操など奨励した結果健康寿命が伸びたとも言われています。

高齢者の交通事故や詐欺被害に遭う人が多く皆様も気を付けて日常生活を送って下さい。昨年度はびわ湖巡礼の旅をしていましたが今年度は会長職に没頭して行きたいと思っています。毎日の散歩は健康維持で行いますが、この一年間よろしく願いして、簡単ですが会長の就任の挨拶とさせていただきます。有難う御座います。

認知症に対する正しい理解の普及啓発に努めるとともに、認知症が疑われる人とその家庭を対象に、認知症専門医等の専門職での認知症初期集中支援チームによる自立生活サポートを行う事業を4月からスタートさせました。

地域包括ケアシステムとは、医療、介護、地域資源が有機的に結びついた「自助・互助・共助・公助」の連携した地域社会でなければなりません。その中において、老人クラブのみならずには、日ごろから健康ウォーキングやグラウンドゴルフ等の健康づくりや介護予防、孤立を防ぐ友愛訪問、生きがいづくりや精神的に取り組んでおられることに感謝を申し上げます。市行政といったしまでも、住み慣れた地域で誰もが明るく元気に、健康で生きがい溢れる生活を実感いただけるよう、努めてまいりたいと存じますので、今後ともお力添え賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、湖南省老人クラブ連合会のみならずのご発展と、会員の皆様のご健康、ご多幸をお祈りいたしまして、ごあいさつとさせていただきます。

文化部



部長 牧 勝行

老ク連会員の皆様には、お元気にお過ごしのことと存じます。私この度、文化部長を担当させて頂く事となりました。右も左もわかりませんが、諸先輩の皆様や副部長、事務局の助けを頂いて、微力ながら精一杯務めさせて頂きます。

文化部の作業は、近年長寿社会を迎え元気なシニア世代が、文化、教養、スポーツ、ボランティア活動等の各方面に目標を持ち「気力、体力、充実感」をみなぎらせていきいきと活躍されているお姿を多くの会員の皆様に知って頂く為に、年2回発行の会報誌「寿芳」や秋に開催する「老人クラブ大会・指導者研修会」にてご紹介させて頂き、元気なシニア仲間が増える活動を推めて行きたいと思っています。



保健体育部



部長 中村 秀夫

今年度 保健体育部長という大役を引き受けさせて頂いたことになりました。何もわかりませんが皆様に指導いただきまして、老人クラブ活動の3大目標「健康 友愛 奉仕」の精神をモットーに、スポーツを通じて、老人クラブの楽しいふれあいの輪が広がりますよう、精一杯頑張らせていただきます。

何とぞご支援ご協力を、宜しくお願い申し上げます。
公式ワナゲ、ビンゴボール、グラウンドゴルフ何れも団体戦から個人戦に変更しました。
予選は無しです。
皆さん頑張ってください。



女性部



部長 有吉 紀子

田園も緑濃く、初夏を思わせる季節となつてまいりました。

会員の皆さまは、お元気で楽しく老人クラブ活動をされている事と存じます。

この度 女性部長と言う大役を頂き、責任の重さを痛感しています。世間では最近女性の活躍が目立つようになっています。老ク連におかれましても、女性部全員で力を合わせて活躍が出来ればと思っています。私には何が出来るか分かりませんが、お受けした以上は皆さまのお役に立てるよう努力してまいりたいと思っています。皆さまの助けをいただきながら、女性部の活躍を願い、ご協力、ご指導を宜しくお願い申し上げます。



交通安全部



部長 坂田 耕作

私、今年度も、交通安全部長を拝命し、シルバーキャラバン隊の皆様と共に活動することとなりました。

高齢の運転者の交通事故が多発傾向にあるなかで、老ク連の各種大会会場へ車等で参加される方が多いと思いますが、キャラバン隊では、隊員総出で会場周辺の交通整理を行い、各種大会が無事故のうちに終えられるよう、影の力となって大会運営に寄与したいと考えております。

一方、道交法の改正に伴い、七十五歳以上の運転者には、認知機能検査や高齢者講習の受講が義務付けられ、高齢運転者には厳しい社会となっています。私は、自分が歩行者であっても運転者であっても、ゆとりをもって行動し「あわない・起こさない」の交通安全意識を高め、皆様と同じように、楽しい人生を生き切りたいと考えております。



陶芸部



副部長 小林 和雄

この度、陶芸部副部長を仰せつかりました者ですが、過去に地域老人クラブ「ふるさと会」の会長を二年間勤めさせていただきました。

私事ですが、六十歳で定年退職後、趣味として陶芸を志し、平成元年から開設されていた当老ク連陶芸部に入会いたしました。四年後には先輩から出来れば信楽焼伝統工芸士の指導を受ける様進められ、県老人大学（現、レイカディア大学）陶芸学科に入学、二年間の単位を取得、卒業後も老ク連陶芸部にて先輩諸氏の指導を受け、現在も作陶に励んでおります。

現在、部員数が以前より多少減少していますが、皆様和気あいあいと楽しく作品製作に力を入れております。是非会員の方の加入を心より期待いたします。



相互交流部



部長 福島 一行

今年も、早くも半ばを過ぎてしまいました。が、会員の皆様に於かれましてはご健勝の事とお喜び申し上げます。

この度、相互交流部長と言う大役を仰せつかりまして、何分不慣れな者ですが皆様方ご協力とご支援の程、宜しくお願い致します。

所でここ近年高齢化社会と言われてるなか、長生きして健康でいられる為にも何か生き甲斐になるものを自身が見つけ、今まで生きてきた経験と知識を地域の仲間と分かちあいたいものです。

そこで相互交流部会は、世代間交流陶芸教室や健康料理教室及びカラオケ教室などを通じて一人でも多くの方々の交流を深めて行きたいと思っております。皆様方の参加をお待ちしています。



老人クラブ加入促進事業部



部長 山村 総

昨年同様に加入促進部を担当することになりました。昨年は思ったような活動が出来ず、「会員を増員する」事の難しさを知りました。

老人クラブの会員は、全国的にも平成10年をピークに減少傾向にあります。何故加入して頂けないか顧みたと、現在もなお高齢者就労が多く、お誘いしてもまだ老人ではないと言われる、ライフスタイルの変化等が考えられました。

本年は、皆さんに加入して頂くためには、

- 1、地道な勧誘活動から始め、勧誘月間等を設けて見る。
- 2、加入促進チラシ等を作成し、老人クラブの活動のPR
- 3、現会員が活動し易いように、役員の負担軽減や会長が進められている会員証の発行など、会員の利便性を図る。
- 4、近隣の市、町との交流の場を設けたい。

会員相互が明るく楽しく集える場所づくり、努めてまいりたいと思っております。皆さまのご協力をよろしく願います。



ウォーキング部



部長 立入 稔

今年は図らずも柑子袋の会長となり、老ク連の会長会議に顔を出した途端、有無を言う間もなくウォーキング部長となりました。会員及び部員の皆様どうかよろしく願います。

白い冬、草木萌える春青く、夏は墨染め、秋は錦の如く衣替えする四季の清々しい空気と心を洗うような散策は高齢者の心身の若返りに良い影響をもたらしてくれないはずはありません。そればかりか人の輪が広がることは自分の世界が広がること、ワクワクするような企画で皆さんに楽しんで頂きたいと思う反面、地元へ帰れば我がクラブのことで頭がいっぱいの人間に十分な務めは厳しいと知りつつ事務局と協議しながら今年も楽しいウォーキング部となるよう努力いたします。どうぞ多くの皆様の参加をお待ちいたします。

- 七月 ・ 体力測定会
- 八月 ・ 暑いから休みます
- 九月 ・ 安土方面
- 十月 ・ 検討中
- 十一月 ・ 希望ヶ丘の紅葉



4月16日 老人クラブ連合会総会開催

湖南省長・健康福祉部長・社会福祉協議会長の臨席を賜り
平成29年度活動報告・決算報告
平成30年度活動計画・予算を審議可決しました。

主な事業計画

- 7月 1 日(日) 広報誌「寿芳」25号発行
- 4 日(水) 公式ワナゲ・ビンゴボール大会
- 17 日(火) 健康ウォーキング体力測定会
- 21 日(土) 世代間交流陶芸教室
- 8月 6 日(月) 交通安全研修(県警)
- 27 日(月) 色墨流し体験講座
- 9月 4、5 日(火、水) 健康管理料理教室
- 19・21・26・28 日(水、金) カラオケ交流会
- 9 月末 高齢者安全運転講習会
- 10月 6 日(土) 老人クラブ大会・指導者研修会
- 26 日(金) 女性部日帰り研修
- 11月 8 日(木) グラウンドゴルフ大会
- 21 日(水) 滋賀県老人クラブ大会(米原)
- 12月 4、5 日(火、水) 全国老人クラブ大会(沖縄)
- 1 月23 日(水) アイロン掛け体験教室

男性諸氏自分
のことは自分で
出来る様に



ビンゴボール大会
基本的なルールは
ワナゲと同じで
す。各単位クラブ
に一台配布しまし
たので練習も十分
。本番が楽しみ
！



一般会員の方も参加
OK・握力・座位前
屈・片足立ち・上体
起こし・6分間歩
行・10m障害歩行
◇血圧を測ってからネ
◇7月17日13:00から
保健センターにて。
お待ちしております。

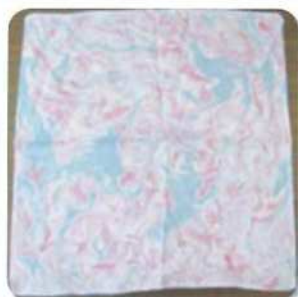


単身者でも簡単
にできる料理の
講習内容を予定
しています。

今年も予選
無し応募者
全員参加の
グラウンド
ゴルフ楽し
みですね!!!



夏休みの思い出と作品作り
新人陶芸家の発掘ができる
かもね!?ご近所の方に声か
けてくださいね。



色墨流し体験講座

赤青黄の三色カラーを
使い墨流しの要領で模
様にします。
バッグから出して広げ
たら“あら、好いじゃ
ない。どうしたん!”
あなたのオリジナルハ
ンカチです。

日頃と違う人たちと楽し
い時間を過ごしましょ
う。私の歌声を聴いて!
拍手がうれしい♡♡



文芸作品

俳句・川柳・短歌



・春の日の 双手重ねに 押す朱印

菩提寺長寿会

谷口 市紅

・春や寒し 男結びの 荷ごしらえ

菩提寺長寿会

乾 久子

・来し方や 八十路の夢も 古茶新茶

・パナマ帽 一際目立つ 田舎道

正福寺老人クラブ

大世古まさみ

・皺深き 掌にあたたかき 草の餅

菩提寺長寿会

坂口 富美



・どくだみの 臭い忘れし 白い花

朝露被り 群れなす様よ

正福寺老人クラブ

下村 勝洋

・そり橋の 上より眺め 夕桜

・一日終え 思いを電話 初夏の夜

柑子袋延命会

立入美奈子

・薫風に 背を押され行く 四コーナー

・年輪は 私のすべて 明と暗

正福寺老人クラブ

望月 潤子

・根に命 たくし古木の 若葉ゆる

・予定なき 書舗に寄り道 山笑ふ

正福寺老人クラブ

望月 節子



地域の伝承

寺・神社・地域との繋がりなが、老人クラブの仲間が文化継承を担っています。



三雲立志神社の“えとえと”
五m程の松の幹枝に10kg以上の丸餅をくくり付け、氏子が担いで“えとえと”と声かけしながら神社の境内を三回廻り、その後在所をぐるぐる囃して回ります。(1月13日)



善水寺 節分恵
痴・瞋・貪の三毒を御祓い！
護摩法要読経の後、三鬼が出現老若男女が御祓いを受けました。(2月3日)



東寺の勧請縄つり
家内安全、五穀豊穡を祈願し朝から縄編み、午後飾ります。(1月)

平成30年度 湖南省老人クラブ連合会組織表

老 ク 名 称	会 長 名	役 職 名	女性部長名	役 職 名	会員数
三 雲 延 寿 ク ラ ブ	山 村 聰	副 会 長 (兼) 加 入 促 進 部 長	井 上 洋 子	保 健 体 育	87
針 老 人 ク ラ ブ	北 島 功	保 健 体 育 (副)	黄 瀬 愛 子	保 健 体 育	90
平 松 長 寿 会	千 代 勝	保 健 体 育	—	—	49
柑 子 袋 延 命 会	立 入 稔	ウ ォ ー キ ン グ 部 長	田 村 貞 子	保 健 体 育	131
中 央 虹 の 会	林 弘 實	保 健 体 育 (副)	木 下 時 子	保 健 体 育	77
岩 根 東 老 人 ク ラ ブ	芦 田 慶 三	保 健 体 育	大 原 よ し 子	文 化 (広 報)	144
花 園 延 寿 ク ラ ブ	福 島 一 行	副 会 長 (兼) 相 互 交 流 部 長	望 月 八 重 野	保 健 体 育	51
正 福 寺 老 人 ク ラ ブ	下 村 勝 洋	交 通 安 全 (副)	和 田 さ か え	保 健 体 育	132
菩 提 寺 長 寿 会	坂 田 耕 作	交 通 安 全 部 長	鵜 飼 あ や 子	文 化 (広 報)	178
みどりの村区ふるさと会	青 木 功	加 入 促 進 (副)	—	—	52
イワタニランド寿楽会	中 村 秀 夫	保 健 体 育 部 長	—	—	44
松 風 苑 老 人 ク ラ ブ	有 吉 正 一	監 事	有 吉 紀 子	副 会 長 (兼) 女 性 部 長	28
緑ヶ丘グリーンクラブ	牧 勝 行	文 化 部 長	市 村 和 子	文 化 (大 会)	102
東 清 水 老 人 ク ラ ブ	牧 野 弘	保 健 体 育	澤 井 靖 子	保 健 体 育	51
中 清 水 老 人 ク ラ ブ	前 川 斉 朗	監 事	前 川 教 子	文 化 (大 会)	15
西 清 水 老 人 ク ラ ブ	大 継 義 光	保 健 体 育	中 野 節 子	保 健 体 育	15
大 亀 町 老 人 ク ラ ブ	林 宇 正	文 化 (副)	遠 藤 美 智 子	女 性 (副)	37
仲 睦 会	古 賀 和 男	相 互 交 流 (副)	高 田 久 子	保 健 体 育	30
睦 会	田 中 昭 一	保 健 体 育	青 木 智 恵 子	保 健 体 育	24
宮の森シニアクラブ煌星の会	鵜 飼 淳	文 化 (副)	内 林 紀 子	保 健 体 育	47
東 寺 長 寿 会	山 中 忠 雄	会 長 (兼) 陶 芸 部 長	木 田 操	保 健 体 育	45
宝来坂シニアクラブ宝寿会	大 石 能 章	保 健 体 育	—	—	156
合 計				22 クラブ	1,585



4/7・市の桜まつりに
合わせ、さつき作陶所
にて陶芸部員力作の格安即
売会を開催。早い時間か
ら気に入った作品をいく
つも買われるお客さんも
おられました。売上金は
毎年社協へ寄付されてい
ます。

活動
だより



女性部会 小物づくり

暗いところでもライトで光るコサージュ
や、ペンダントネックレスを作りました。
プレゼントにもよろこんでもらえること
でしょう。講習の先生を紹介いたします。単
位クラブでもどうですか！

4/9・会長女性部長
会議の後、「心豊かな
老後を送るために」～
エンディングプランと
は？～と題し、県金融
広報アドバイザーの方
に講演頂きました。誰
もが行く道、しっかり
している間に考えま
しょう。単位クラブで
も研修いかがですか。



北栄町長芋マラソン大会の応援と
北栄町老ク連との交流研修ツアー

第31回北栄町

すいか・ながいも 参加&応援
健康マラソン大会 ツアー

2018年6月16日(土)～6月17日(日)

5/18・陶芸部の
総会と作陶指導会。
信楽の神山先生から
簡単でアイデア溢れ
るテクニックを指導
頂き、部員一同“な
るほどね～”これな
ら私でも出来るか
も!!



- ★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。



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・

高齢者の元気は地域の元気！
老人クラブへ大集合

「豊熟シニアの主張」募集

(応募×切：8月29日)

募集課題

“魅力ある活力ある
老人クラブ活動について”

詳しくは単位老人クラブ会長にお問い合わせください。

平成30年度

あわない・起こさない



シルバー無事故運動

運動
期間

平成30年

7月1日(日)～10月31日(水)

3～5人1組(3人以上は65歳以上)で無事故をめざしましょう！

単クの頑張り



岩根東老人クラブでは、農業集落センター隣の思川と二ヶ所の公園に鯉のぼりを泳がせました。子供達が元気に育ちます様に！

びわ湖よし笛の音楽グループ「ほっとらいん」をお迎えして琵琶湖の水環境と葦（よし）の関係を紹介しながら、懐かしい昭和～平成の歌を聴き、心温まる時間を共有しました。



正福寺老人クラブ 文化教養講座



もうすぐ夏休み。子供達と一緒にラジオ体操朝の清々しい空気を吸って夏を乗り切りましょう。
NHKラジオ体操は6：30から



石部老人福祉センターまつり

日頃の練習の成果を発表。ダンス・舞踊・コーラス・書道・絵手紙・囲碁・カラオケ・色鉛筆画・炊込み御飯・カレー・ぜんざい・メダカすくいもあったよ。



平松地区の美し松三日月滋賀県知事が来訪視察。長寿会では若木育成・保全活動に取り組んでいます。

清掃作業



花壇づくり



多数の単位クラブで公園・社寺の清掃・奉仕作業や花壇の花植え管理などで地域に貢献し、頑張ってるよ！

編集後記

新年度「寿芳」発行にあたり、会長及び各部長の本年度の抱負を掲載致しました。

総会での会長・副会長の講話、文化部の検討会の中で、より魅力ある市老ク連づくりに向け行政機関等との交歓会が挙げられています。一方で会員皆様からのご意見、ご鞭撻が不可欠であると広報担当としては考えています。魅力づくりのためのアイデア、情報の提供をお願い申し上げます。

文化部 広報担当

「追記」・情報、アイデア等の連絡先

湖南省老人クラブ連合会事務局

TEL 0748-7212320
FAX