



♪紅いリンゴに唇寄せて…♪

寿芳

第26号

編集発行
湖南省老人クラブ連合会

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。

平素は老人クラブ連合会の事業にご支援ご協
力して頂き厚く御礼申し上げます。

平成30年度老人クラブ大会の挨拶にのべた通
り会員証を発行するために老人クラブ連合会を
応援してくれる事業者や店主等を募集し、多く
の加盟店が出来る様に努力してまいります。今
年は年号が変わり、老人クラブ連合会の会員を
増強し益々発展することを願い、飛躍の年とな
るように皆様と一緒に頑張っていきましょう。

のばそう健康寿命、担おう地域づくりで人生
百年時代を乗り切るためには日頃精進し知識と
経験を活かして自分の出来ることからコツコツ
と地域に施し、高齢者等の支援活動を行い安全、
安心及び健康と住み良い地域づくりに努めて下
さる様をお願いします。

会員の皆様に本年のご健康とご家族の安全を
お祈りして新年の挨拶といたします。

謹賀新年

平成三十一年 元旦

湖南省老人クラブ連合会

会長

山中 忠雄

副会長

山村 聡

副会長

福島 一行

副会長（女性部長）

有吉 紀子

文化部長

牧 勝行

保健体育部長

中村 秀夫

交通安全部長

坂田 耕作

ウォーキング部長

立入 稔

監事

前川 斉朗

監事

有吉 正一

今年は亥年



湖南省老人クラブ大会・指導者研修会

湖南省老人クラブ連合会会長表彰

◆老人クラブ育成功労者



西清水老人クラブ
前川 斉朗



菩提寺長寿会
龍池 譽男



イワタニランド寿楽会
木下 幹敏



宮の森シニアクラブ煌星の会
鵜飼 淳

授賞者の皆様 おめでとうございます

皆さまのお陰で今があると思っております。ますますのご健勝をお祈り申し上げます。

◆老人篤行者 ◆老人クラブ扶養篤行者



東寺長寿会
吉川 久雄

岩根東老人クラブ
澤田 茂子



座ってする“いきいきクラブ体操”



オープニングを飾った湖國十二坊太鼓



笑交亭爆笑



秋桜亭びよら

アトラクション落語二席 (近江落語会)

平成30年度老ク大会・指導者研修会が10月6日甲西文化ホールにて谷畑市長様をはじめ、来賓の方々のご出席を頂き、今年は湖國十二坊太鼓の演奏が始まり、会員皆様のご協力により盛大に開催出来ました事を役員、事務局共々感謝申し上げます。

育成功労者、篤行者として6名の方が会長表彰を受けられ、西清水老クより活動発表を頂き、森本先生には、高齢者の生活と介護について講演を頂きました。また近江落語会では玄人はだしの話術で会場が爆笑の渦で大会を終えました。又、ロビーでは老ク活動の陶芸、色墨染めの作品が展示されました。

老人クラブ大会・指導者研修会を終えて

文化部長 牧 勝行



講演：「これからの高齢者の暮らしと介護
地域の中で出来ること」
特養老人ホームヴィラ十二坊
施設長 森本 信吾 氏

湖南省老人クラブ大会・指導者研修会 事例発表



私たちの活動

西清水老人クラブ 会長 大継 義光

本日は、西清水老人クラブの活動事例を紹介させていただきます。

西清水老人クラブの平成三十年度活動は、定例会は二ヶ月に一回偶数月に。十二月に忘年会又は一月に新年会のどちらかを行っています。

グラウンドゴルフは毎月第三土曜日十三時から組内の仲よし公園と集会所で練習し、石部地域の大会が年三回行われておりますが、毎日誰かが練習と会話を楽しんでいるようです。この両方の場所では夏休みには子供達のラジオ体操が行われます。八月二十二日(水)には納涼祭を行い、九月には友愛訪問を行いました。その他、定例会で決定した活動を行っています。

西清水老人クラブは会員も少なく、高齢の方もいらっしゃいます。老人クラブの活動も有りますが、先ずは本人が自分の事は自分で行う事が大切かと思えます。幸いに近所の方が居ますので、少しでもおかしい事があれば声かけをして、皆で協力し合うようにしています。これからの皆様方の活動報告等を参考に、定例会

議等で取り入れられることは参考にしていきたく思っています。

石部地区には十五単位の老人クラブがございます。現在老人クラブ連合会に参加されている単位老人クラブは十単位クラブです。不参加の理由を皆様にお聞きすると、東庁舎までの交通の便がないといわれます。乗り合いの場合は気を付けて、遠い場合はバス等の利用をお願いしております。役員としては余り強くも言えず苦慮しているところです。

自治会では石部東区三組で自治会加入者は七十八戸です。ここ五十年程で約二十戸ほどが建ちましたが、まだ若く老人クラブ入会は、後二十年程かかります。近年は役員の成り手が少なくなってきたており苦慮しております。東区の秋祭りがございいますが、この機会を利用して、皆様とよく話し合い、助け合いの手助けが出来ればと思っています。誰でも初めは戸惑いも多いと思います。少しづつやり方を覚えてもらい、皆様と一緒に西清水を住みよく、明るい街にしていきたいと思っています。

..... 滋賀県老人クラブ大会

滋賀県立文化産業交流会館
(米原市)

平成30年11月21日

テーマ のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

◆滋賀県老人クラブ連合会会長表彰



仲睦会(石部)
大野 富美子

長年にわたり
老人クラブ活動に
尽力されました。

☆講話

たかしま災害支援
ボランティアネットワーク
「なます」による
防災・減災の話



滋賀県老人ク
(びわこ豊熟シニアク



第57回 滋賀県老人クラブ 大会
(びわこ豊熟シニアクラブ)



県老ク連会長 吉仲幸子氏挨拶

☆講演 樫本 真幸 先生

「ありがとうと言われて生き抜く」

健康とを感じる時は、

実は“ありがとう”と言われた時！
ありがとうと言い・言われ自分らしく生きて
いくために意欲・体力の保持増進が大事!!

活動報告

女性部日帰り研修

この度の日帰り研修では、高島マキノピックランドでのメタセコイア並木散策とりんご狩り、広い場所で品種別にりんごが植えられていて、どの木のりんごを取ろうかと迷う程でした。取り立てのりんごをその場で食べるのは大変美味しかったです。メタセコイア並木の散策も気分爽快でした。これから紅葉してゆくともっと美しい景色が見られる事でしょう。琵琶湖周航の歌記念館では、小口松太郎さんが今津の宿でクルーにこの詞を披露し、仲間が当時学生の間で流行していた「ひつじ草」の曲に乗せて歌われたのが始まりとか、今では歌手や国民に親しまれ、私たちも敬老会やサロンなどで皆んなで歌っています。



メタセコイア並木



ひつじ草

公式ワナゲ大会
今年から個人戦

昨年まではチーム戦でのワナゲ大会でしたが、今年は個人戦になりました。団体戦だと単ク役員の選手選考が大変だったのですが、チーム編成が要らず参加希望者は全員出場できたので気がラクになったかと思われます。総合体育館にて170名程の参加で、複数の単クにはゲーム器具を持参いただき、10レーンを設置してのワナゲ大会でした。

7月4日体育館の外には夏が来ていましたが、アリーナの中はそれ以上にゲームが進むに従い熱気を帯びた歓声があちこちから飛び出しました。何事もそうですが練習の成果は現れるものです。団体戦のころから注目されていた方たちが上位入賞されました。体力のある人、無い人、誰でもが出来るワナゲゲーム。でもなかなかパーフェクトは出ませんね。和気あいあいとした中で体を動かせるのが良いですね。



男子優勝	入子田吉	穂英作子
二位	坂有後	昭耕紀し
三位	演田み	え子
女子優勝		
二位		
三位		

ビンゴボール大会

初めて目にするゲーム・ビンゴボール。幼児からシニアまで立つても座ってもできるゲームとして考案されました。年度初めから25台ほどを作成、各単位クラブに一台ずつ配布して普及練習をして、当日を迎えました。ワナゲとゲームのやり方は同じでも、なかなか難しいものと思うようにボールが入ってくれません。座り込んで転がす人、中腰で狙う人、ボールがくるりくると穴の周りを転がったり、ため息やら歓声やらゲーム中の会話が大きいに弾みました。ワナゲ同様パーフェクト賞を用意していたのですが残念ながら来年度以降へのお預けとなりました。単位クラブでは幼児・小学生の孫たちと一緒にゲーム大会も面白いのでは！と思いました。



男子優勝	峰井	克司	女子優勝	木田	操子
二位	石千	実義	二位	内林	妙し
三位			三位	後藤	え

女性部より

女性部長 有吉 紀子

寒さが身に凍る季節となって参りました。女性部長を受けさせて頂いて、早や一年が過ぎようとしています。山中会長、事務局、会員の皆様方のお蔭さまで、いろいろな行事を行うことが出来ました。行事としては夜行性のブローチ、色墨染、秋には女性部研修旅行「マキノメタセコイア並木、りんご狩り、びわ湖就航歌碑記念館」と色々と楽しい一日を過ごさせて頂きました。この様な楽しい行事に会員の皆さんが、全員参加出来る事が私の望みです。又一人でも多く、会員さんが増えることを念願し、まずは皆さんが役を受けて頂き、楽しく、元気でさせて頂くことだと思っています。

老人クラブの発展を願うと共に皆様の健康をお祈り致します。会員の皆さま方のご協力感謝致します。有り難う御座いました。

グラウンドゴルフ大会

午前・午後で214名参加

今回も予選無しのウエルカム大会。

それも午前・午後それぞれで入賞者表彰。11月8日は前後の日の雨模様の際の穏やかな日でしたが、会場は人それぞれに思いをボールに乗せて熱気と真剣な笑顔で頑張っていました。日頃はもつとスコアが良いのに!!大会前に芝を刈ったのか、ボールの転がりが練習の時とは違うように感じました。露の乾かない間は前に打った人のボール軌跡を参考にしたり、向こうの旗の方向へ打つんやで!とのご意見を参考にしたり、思った処へ打てれば苦労はしないのですが。楽しい一日でした。

お願い、入ってね。



そーれいけー!!



午前の部

男子優勝 奥園八千成
二位 永山義則
三位 鶴飼良雄
女子優勝 長井正子
二位 仲西知加子
三位 山田美保子

午後の部

男子優勝 雄巳雄子
二位 靖孝貞子
三位 末飛野よ千代
女子優勝 小萩松田口
二位 谷松田口
三位 谷松田口

陶芸部「陶芸の魅力」

上西 久善

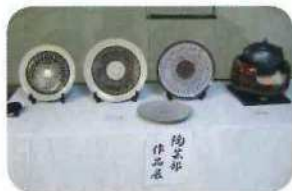
初めて粘土を手にして、今ちょうど五年目になります。レイカディア大学(老人大学)陶芸学科で二年間学び、卒業後今のさつき陶芸所で月六回遊ばせて頂いております。

陶芸の魅力は、思った物が作れる良さと、思った通り作れないジレンマではないかと思えます。気に入らなければ潰し、水を加え練り込めば粘土に戻りますし、再挑戦も可能。生活が懸かっている訳じゃなくて、好き気ままに気楽に作陶しております。家にはガラクタ陶器がどんどん増えますが結構どれも愛着が残ります。五年前初めて作った湯呑は、毎晩焼酎のお湯割に欠かさず使っております。作陶教室では和氣藹々世間話をしながら、ある時は黙々とやる。余程のことが無い限り欠かさず出席し、先輩方の御指導で技を磨いております。今年、市の美術展で特別賞を頂き感謝無量です。

陶芸は楽しいです。多くの人に知って頂き、仲間が増えることを願っています。



世代間交流陶芸教室



作品展示

交通安全部

下村 勝洋

(車) 今や日常生活の中では欠かす事の出来ない便利な交通手段で有り、その用途も多種多様です。世の中の変貌と合わせて次第に性能面も一変、省エネタイプ、俗に言うハイブリッド車から最近の自動制御、先に至っては運転手の不用な無人カーまで。さて、前置きは此処までとして、私達は日頃ごく自然な状態でハンドルを握っておりますが、一番大切な重要点は、事故に遭わない、起こさない、と言った自分自身の心掛けと運転マナーです。最近の新聞紙上や、テレビニュースでよく見受けられる逆走行、ブレーキとアクセルの踏み間違い等、特に加齢と共に独自の判断力や危険予知の低下がそこに有ると思えます。私達お互いに今一度余裕を持った運転を心掛け、交通ルールを厳守して、悲惨な交通事故撲滅を皆で推進していきましょう。

交通安全祈願



踏切事故対応訓練



健康ウォーキング部

月歩こう・歩こう、

私は元気月

四月 早春の天津なぎさ公園
五月 雨山公園散策
六月 頭首工・菩提寺方面
七月 体力測定会
八月 お休み
九月 柑子袋・美し松
十月 油日神社・櫟野寺
十一月 希望が丘文化公園
十二月 夏見から岩根地先
一月 建部大社参拝予定
二月以降のコースは今後選定

参加希望者はお気軽に

事務局へ連絡ください。



紅葉の希望ヶ丘運動公園





名探偵コナン
青山剛昌ふるさと館にて



開会式会場にて連日晴天の中、走る人・応援の人



すいか長芋マラソン大会に出場
する人たちと一緒に観光協会の
バスに便乗、途中の姫路城見学



移動は北栄町の
コナンタクシー

鳥取県北栄町との 交流研修旅行

6月16日、17日

老ク連の宿泊研修
は何年ぶりでしょう
か。
一日目は湖南省の
友好都市交流会に便
乗し、中間で北栄町
の老ク連との交流研
修を行いました。湖
南市から姫路城・揖
保乃糸そうめんの里
で昼食・豆腐ちくわ
の里を経て三朝温泉
宿泊。

二日目も快晴、絶
好のイベント日和、
すいか長芋マラソン
大会の開会式参加
後、老ク連交流会場
に移動。意見情報
の交換交流。近隣の町
がグラウンドゴルフ
の発祥の地との事。
交流の様子を地元
ケーブルテレビ局が
取材。盛り沢山の研
修旅行でした。

積雪地域の為か
室内用軽スポーツが豊富



会場ではすいかと長芋汁の
大盤振る舞い



皆ですいかを頬張って切り方
も大きいので3切ほどしか食
べられません。残念!!



懇談の後、記念撮影

お弁当を食べながら
情報交換をしました



北栄町老ク連
との交流会

北栄町社協の
体育館にて



臨時総会（社協集会室にて）

今後の課題
・行政・一般等へのPR
・会員証提示での特典
・会員証の名称やデザイン
など、「楽しく、活力のある
老人クラブ」を目指して、皆様
の益々のご指導ご鞭撻をお願い
申し上げます。

臨時総会開催
12/7
会員証発行に向け歩き出す
老ク連会員活動の活性化と増
員に寄与する事業の一環として
会員証の発行について意見交
換・審議し、賛同承認されまし
た。

文芸作品

俳句

荇田跡 鳥の歩く 二歩三歩

大根蒔く 翁の腰の 古タオル

秋深し 隣の部屋の 物の音

菩提寺長寿会 乾 久子

鳥群れてきらりきらり大旦
早暁の日差しよろしき 春隣

正福寺老人クラブ 大世古まさみ

茶の花や 寺へ誘う 鐘がなり

短日の 図書館早や 暮れにけり

菩提寺長寿会 坂口 富美

静峡に 紅葉輝く 船の旅

山間のもみじ葉浮かぶ 露天風呂

菩提寺長寿会 坂田 耕作

川柳

やわらかな 光を放つ 石となる

銀鈴の 本気にさせる 曲がり角

正福寺老人クラブ 望月 潤子

短歌

荇田すみ 野の景街へ 近づけり

願い事 一字千灯へ 秋夕べ

柑子袋延命会 立入美奈子

肩痛の目覚むる夜半やちろ鳴く
冬耕の 畔に日暮の 影長し

正福寺老人クラブ 望月 節子

短歌

晩秋の風なでわたる荒野地に

足止め見揺る咲く月見草

正福寺老人クラブ 下村 勝洋

地域便り

「いもち送り」

東寺地区

この行事は300年ほど前から行われています。松明を燃やして行列を作り、いもち病を媒介すると思われる虫を誘い込んで殺しながら、村はずれまで送り出してしまふと云う信仰的行事です。

7月下旬土用の夕方に神社で元火を付け、氏子を持つ御幣を先頭に鐘と太鼓のリズムに合わせて囃子言葉を叫びながら、地区の田圃を回ります。

火を付ける頃は明るいのですが、すぐに日は落ちて暗くなりまふ。老若男女多くの方が参加され、闇の中の松明は幻想的でした。



好評でした

「人権コンサート」

菩提寺老人クラブ長寿会

当会、今年度の教養講座として、去る十月「人権コンサート」を企画、開催しました。

当日は、中国楽器「二胡」と「ギター」の奏者お二人に出演依頼し、懐かしい曲や癒し系の曲を中心に演奏していただき、配られた歌詞集を見ながら全員で楽しく全十五曲を合唱しました。

そして歌の合間に、歌詞に見るその時代の背景と人権を考えるユーモラスな話術の講話もありました。

なかでも「二胡」の音色には、全員が我を忘れて聞き入っていました。

最後は「青い山脈」でフィナーレとなり、菩提寺コミセンの大ホールが来場者全員の歓喜と拍手の渦となり、二時間があっという間に過ぎ、この企画は大好評を納めることができました。



色墨流し染 に挑戦

女性らしい可愛い
ハンカチーフに仕上
り、大好評。講師の
先生の名刺が足りな
くなりました。

その後、緑ヶ丘・
宮の森など幾つかの
単位クラブで体験講
座が催され慎重に色
を流し、笑顔の内に
思い思いの模様に乗
め上げました。



8/27 《体験講座》



単身者でも調理し易
い、市販品をベース
に簡単なメニューを
講習。
食事後、行政相談員
の講話相談もありま
した。



9/5 《健康推進料理教室》



7月 カラオケ交流会

学区単位に4回に
分けて各回30名
程、総120名程の
参加者で毎回盛り
上がりました。

2月20日、22日
にも開催予定



秋空の皇帝ダリア

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

：入会はあるあなたの人生を
大きく広げるチャンスです！



あなたも参加しませんか

高齢者の元気は地域の元気！
**老人クラブへ
大集合**

あけましておめでとうござ
います。御家族お揃いで輝か
しい新年をお迎えになられた
事と、心より喜び申しあげ
ます。この度会報「寿芳」第
二十六号の発行に、皆様より
の御投稿に温かい御協力を賜
りここに広報部一同、感謝申
しあげます。この所、新聞や
テレビを見ますとビックリす
る様な事件がおこっておりま
す。いつ私達にも降りかかる
かと安心なりません。人と人
とのつながりを深め、健康で
一日一日を大切に送って行き
たく思います。平成最後の年
に成りました。新しい年号が、
明るい未来である事を祈りた
いです。

広報部

編集後記