

老人クラブ三大活動

健康

友愛

奉仕

ねんりんおうみ

第89号

米原市近江老人クラブ連合会発行 電話 0749 (52) 4393

祝 第43回 近江高齢者大会



金婚（前列） 米寿（後列左） 喜寿（後列右） 受賞者代表の皆様

感謝とお礼のごとば

母の郷 重吉 豊



第四十三回近江高齢者大会におきまして「お祝いのごとば」をいただいた者を代表いたしまして、感謝とお礼を申し上げます。

今年2月以降、新型コロナウイルス感染症が世界中に蔓延し、感染拡大防止のため、社会のあらゆる活動が長期間にわたり停滞するという状況が続いています。

このような状況は、私たちがかつて経験したことがないことで、外部との接触が著しく制限されるという非日常の生活が続く中で、私たちは各々、長寿の節目と金婚を迎えました。

長寿お祝いの式典では会長さまはじめ皆さま方から、ご懇切なる「お祝いのごとば」を賜り、衷心より感謝し厚くお礼申し上げます。

私たちは、一日も早く新型コロナウイルス感染症が終息することを願うと同時に、感染防止に留意しながら、それぞれの立場で、可能な範囲内での活動を行い、充実した日々の生活を過ごして参る所存でございます。

今後ともご指導・ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

女性部長会議開催

11月2日(月) やすらぎハウスにおいて女性部長友愛教室を開催し、防災非常食の体験会を実施いたしました。

新型コロナウイルスウィルス感染症終息の見通しが立たない中、各単老が行事等を中止あるいは規模を縮小して実施されていることから、今回、屋外でできる事業を提案し女性部長に体験していただきました。



北村会長挨拶

この事業は米原市赤十字奉仕団との共催で、今後、希望される単老で展開していただきたいと思えます。詳しくは老ク連事務局へお問い合わせください。

防災非常食体験会によせて 米原市赤十字奉仕団

米原赤十字奉仕団は、毎年米原市の総合防災訓練で非常食の炊き出し訓練(給配食訓練)に参加しています。災害発生時、水や食料などが十分でない災害現場や避難場所です。包装食袋(ハイゼックス)を使った調理を今回は皆さんに体験していただくことにしました。

包装食袋とは、高密度ポリエチレン製で熱に強い素材でできた袋です。中に食材を入れ加熱することで調理出来ます。日本赤十字社の規格袋を使い、伊吹赤十字奉仕団の災害用移動炊飯器をお借りして実施しました。まず最初にハイゼックス炊飯。①鍋に水を入れてお湯を沸かします。②袋に印刷された線まで米と水を入れます。③袋内の空気を抜き、輪ゴムで口を縛ります。④沸騰したお湯の中に入れ、30分程で炊き上がります。コストも安く、握る手間も不要で衛生的。配るときも簡単で、箸や食器がなくても食べることが出来ます。また加熱用の水は、生活用水や汚れている水を使っても炊飯できます。次は包装食袋を使った



ご飯の出来上がり

これは大成功でした。包装食袋の調理は、材料を袋に入れて空気をしっかり抜いて、口を輪ゴムでしっかり縛り湯煎するのが基本となります。あたたかい食事は、心と体をホットさせてくれます。ライフラインが止まった時でもこの調理法をマスターしておけば、ガスコンロ、ガスボンベ、ポリ袋(湯煎用の物)水の備蓄さえあれば、簡単に調理出来ます。三つめの調理は、火も水も包丁も使わない、ポリ袋に入れて混ぜるだけという超簡単時短のレシピを紹介し、体験していただきました。①さばとわかめのごま和え ポリ袋にさば味つけ缶(汁ごと)とわかめ、ごまを入れて混ぜ合わせる。②イタリアン切り干しサラダ 切り干し大根、トマトジュース、ツナ缶 ③ポテトサラダ ジャガリこ(スナック菓子) ペットボトル水80ml、マヨネーズ、コーン缶 備蓄食材を使って、簡単に出来ます。(缶詰、お菓子、お茶、水、



ジャガリこが ポテトサラダに

ジュース、乾物など) 普段の生活でも、いろいろ工夫されては、いかがでしょうか。災害に対する安心、安全のための日頃の備えや研修について、赤十字奉仕団もお手伝いさせていただきます。炊飯袋(ハイゼックス包装食)も滋賀県支部で取り扱っておりますので、購入にしましては、米原赤十字奉仕団にお問い合わせください。最後に成りましたが、米原赤十字奉仕団もこの研修の機会を頂き、ありがとうございました。頻発する自然災害やコロナ禍などにより、多様化する人道的ニーズに因應するため、地域における身近な奉仕活動を推進します。苦しんでいる人をひとりでも多く救うため奉仕団の増強と奉仕団組織の拡充強化を図ります。米原市老人クラブ連合会様と、この交流を機会に親睦を深め、お互いに会員、団員確保ができればよいなと思っております。社協様の提案を頂き、今後は「男性のためのいきいき料理教室」(普段の暮らしに役立つ非常食編)の開催に向けて、米原市老人クラブ連合会様とともに米原市赤十字奉仕団も協力していきたいと考えております。みなさん、よろしくお願いたします。

**ボランティア団体「のぎく」
真心のご寄贈**

先般、近江地区でご活躍されているボランティア団体「のぎく」様から、近江老ク連に「手作りマスク」が寄贈されました。

「のぎく」様には、心より感謝し御礼を申し上げます。

御寄贈くださいました「手作りマスク」は、本年度の友愛活動として、訪問させていただいた方々にお配りいたしました。

「のぎく」様より投稿いただきましたのでご紹介いたします。

**これからも
お役に立つことを**

私達「のぎく」グループは、月一回、やすらぎハウスで活動しています。

普段は、社協からの依頼の袋物や繕い物等、また簡単な縫製作業をしています。

「コロナウイルス感染症対策としてのマスク不足が叫ばれ、家庭や、いろんな所で手作りマスクも盛んに作られています。

そんな中で、六月初めの定例会時に老ク連より友愛訪問配布用にマス

クづくりの依頼がありました。そこでお役に立つことならと、作らせていただくこととしました。

表地は、多和田のお布団屋さんからの提供をいただき、裏地のガーゼ、ゴム等は購入し、型紙取りや布地、ゴムの裁断等、すぐに作業に取り掛かりました。ただ、依頼を受けた二百枚もの数を活動日だけではとても無理なので、皆で手分けして家に持ち帰って作ることにしました。

七月末

にはようやく完成し、最後の仕上げとして、アイロンがけや消毒をしてセロハン

袋に入れ、八月初めに老ク連にお渡しすることができました。

私達は、これからもお役に立つことができるよう、ささやかながらも活発な活動を続けていきたいと思えます。

「のぎくグループ一同」



マスク作成中



出来あがったマスク

**大宝クラブ(多和田)の
友愛訪問に同行して**

大宝クラブ(多和田)の友愛訪問に同行して北川市次郎さん(84)、富美子さん(82)ご夫妻よりコメントをい

いただきましたのでご紹介いたします。



北川様ご夫妻

「きれいなクッションをいただきありがとうございます。大事に使わせていただきます。

私たち夫婦は二人一緒にいつも仲良く(?)やすらぎハウスの筋トレに通っています。

友達もできて楽しくおしゃべりして、やすらぎカフェのコーヒーもおいしく、充実した時間を過ごせています。これからもずっと続けていければと願っています。」とのことでした。

筋トレマシンは1回講習を受ければ、あとは自分の体力に合わせて誰でもトレーニングできます。

皆さんもぜひどうぞ。

「厚生友愛部」



老人クラブって何の集まり？
寺倉寿会 Y・H

新役員の下で始まった新年度、その最初の事業である総会、その後に予定していた花見の宴は新型コロナウイルス感染症の拡大とともに、政府の「緊急事態宣言」を受け中止し、事業計画書の配布で周知を図りました。

その後もコロナ感染症での自粛生活の為、ほぼ全ての催しが出来ませんでした。緊急事態宣言が解除された後の6月に、20余名の参加を得てグラウンドゴルフ大会と食事会を、感染症対策を徹底した上で開催しました。

当日は久しぶりの集まりに和やかで楽しいひと時を過ごす事が出来ました。

ところで

老人クラブって何の集まり？

何を目的にする集まり？

人は一人では生きていけない。

家族だけでは寂しい、味気ない生活になってしまふ。

若い人は学校や職場、地域での催し、旅行などの遊びで人と交わることが出来るが、年をとると共に体が動かなくなり目や耳も悪くなり、人との交わりが減っていく。

若い人は仕事や家庭、地域のことで忙しい。高齢者は高齢者同士で助け合って老後を楽しく豊かなものにしていく。

そこに「老人クラブ」の意義があるのではないかと私は考えます。核家族化が言われて久しいが、

跡取りが都会に出て帰らず老人だ



グラウンドゴルフ大会

けの世帯が増えてきている中、「老人クラブ」のような集まりが益々重要になってきていると思います。



早く穏やかな日々に
世継福寿会 女性部長
北村せつ子

大自然の恩恵の中に、すべての人達を始め、あらゆる動植物が生かされています。

今年は、新型コロナウイルスにより日本中が、いや世界中が、なにもかも生活が一変してしまいました。

今までの私達人間の横着な贅沢な生活を見直すことが求められているのかな……

コロナウイルスは今もなお、私達の身近に潜んでいます。

今年は、感染防止のため、私達役員で神社清掃、墓地清掃を行いました。会員の皆さんに会う機会もなく、どうしておられるんだろうなと思つています。

しかし、世継はお茶の間サロンが再開されていますので、何人かの会員さんと会うことはできます。

厳しい状況の中ですが、福寿会の各種行事では、マスクして検温して、アルコール消毒や換気等の感染対策を工夫しながら、これからの行事等を行っていきたいと思います。

一刻も早く穏やかな日々になりますよう、祈りながら暮らしていきたいと思つています。



観菊祭の食事準備

雑感

高溝 田中正俊

本年は、極少ない活動ですが、
コロナ対策として会員様にマスク
を三枚配付しました。

さて雑感を一つ。
私には大好きな校歌があります。
今NHKで放送されている朝の
連続小説「エール」での「紺碧の
空」も好きですが、我がふるさと
の校歌ではありませんが、奮い立
つ校歌です。

その歌、作詞は当学校の国語の先
生、作曲は岡野禎一氏。参考までに、
氏の曲には高野辰之氏とコンビで
作った「故郷（ふるさと）」「春の小
川」「朧月夜」「紅葉」「春が来た」など
の作品が有名です。

以下が四番までの歌詞です。
「秋玲瓏の空衝きて
ゆふべ太郎の峰高し
春縹渺の未けおる
あした千曲の水長し

関八州の精鋭を
ここに挫きし英雄の
義心のあとは今もなお
松尾が丘の花と咲く

古城の門をいで入りて
不動の心山に見る
我に至高の望みあり
拳世の浮華に迷はしむ

たふとき靈血に承けて
不断の訓えを川に汲む
我に至剛の誇あり
いざ百難に試みむ

・もうお気づきになったと思
います。

この校歌は真田で有名な信州上
田高校の校歌です。郷土の歴史を
紡いだ歌詞に今でも驚愕していま
す。

滋賀にもすぐ近くに大好きな校
歌があります。市井では軍歌と呼
ばれています。作詞は津布良幹
夫氏、作曲は黛敏郎氏、誇り高き
名校歌だと感じ入っています。

「山は伊吹に春されば
流るる川の麓にも
いま蘇る大原野

時に感じて集う児の
花にもまがふ心映え
夜半に嵐の渡るとも
我が学窓に希望あり」

雑感まで。

出張します！ 老ク連講座



マジックショー



歌声喫茶



指人形



健康体操



フラダンス

- ・その他に教養講座、ニュースポーツ講座、芸能一座、出張喫茶（コーヒー・抹茶）もできます
- ・内容についてはご相談ください
- ・開催日時、開催場所。参加人数を決めてください
- ・用具や講師料、出演料はお問い合わせください
- ・従来の器具に加えてニュースポーツ用の器具も貸し出

しています「ピンゴボール、キャッチング・ザ・スティック（通称トントンパツ）」等

- ・コロナに負けずに楽しい時間を！

連絡をお待ちしています

連絡先 米原市近江老人クラブ連合会

米原市顔戸21-2 やすらぎハウス内 ☎52-4393

交通安全県民運動

- ① 子どもを始めとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- ② 高齢ドライバーを含む高齢者の交通事故防止
- ③ 飲酒運転、妨害運転等の危険運転の防止
- ④ 横断歩道利用者ファースト運転の推進

滋賀県交通安全協会

こぼれ話

近江老ク連の始まりと

高齢者大会

私たちは「近江老人クラブ連合会」は、県老ク連よりも約三か月早い昭



和三十七年六月十五日、「近江町老人クラブ連合会」として設立された誇りあるものです。

ちなみに、旧山東町が三十八年、旧伊吹町・米原町は三十九年の設立です。

「高齢者大会」は、昭和五十三年から始まりましたが、その当時、一堂

に介する施設は学校の「講堂（体育館）」でしか無く、中央公民館が建設されるまでは、坂田小学校と息長小学校の講堂で順次開催されました。

上の写真は、昭和五十九年坂田小学校体育館で開催された「第七回近江町高齢者大会」の様子です。

今年は第四十三回でしたので、これは三十六年前の写真です。後ろ姿ばかりですが、懐かしい方の姿を見つけられましたか・・・

愛称を募集します

「老人クラブ」という名称は、老人福祉法の中にも明記され、広く定着していますが、近年、「老人」という言葉に、抵抗を覚える高齢者の方が増え、老人クラブへ加入しない要因のひとつとなっています。

そこで、いきいきと躍動する近江地区の高齢者と老人クラブを連想させる米原市近江老人クラブ連合会の「愛称」を募集します。また、この愛称募集は高齢者の生活と地域を豊かにする活動に取り組んでいる老人クラブに多くの方が参加し、さらに活発な活動を展開することへの期待を込めています。

近江老ク連の愛称を募集します！

「愛称」募集中！

米原市近江老人クラブ連合会

いきいきと躍動する近江老人クラブ連合会を連想させる

親しみのある愛称を募集します

応募規定

- ・提出期限 令和3年2月26日（老ク連事務局までお願いします）
- ・応募内容 近江老人クラブ連合会の愛称、何点でも可（あればネーミングへの思いやエピソードなど）氏名、住所、電話番号
- ・資格 問いませんが近江地区に愛着がある方
- ・賞 理事会において協議して決定します 採用者には薄謝を贈呈します
- ・発表 採用された愛称は近江老人クラブ連合会に帰属します 次回の広報紙「ねんりんおうみ」第90号

米原市近江老人クラブ連合会
米原市顔戸21-2やすらぎハウス内
☎52-4393 お待ちしています！