



発行
米原市伊吹老ク連
編集
米原市伊吹老ク連
広報委員会
米原市伊吹老ク連事務局
TEL (0749) 58-1634

「高齢化社会の令和新時代を歩み行く！」



伊吹老ク連 会長 嶋田 正昭

日本のH2号型ロケットが、遙か宇宙の小惑星「りゅうぐう」を目指して「ハヤブサ2」を打ち上げ、六年の歳月を経て無事にカプセルが地球に帰還しました。夢のような偉業の達成と出来事は平和な日本社会の現実となり、明るいニュースになりました。一方では、コロナ禍の世界各地域で内紛や国家対立が絶えず、多くの人々が苦しみを続ける中で、国々で核兵器の拡散や軍備の拡張競争が行われています。

先人訓に「智に働けば角が立つ、情に棹させば流される。無理を通せば道理がへこむ。」とありますが、人類への警鐘かとも思えるコロナウイルス禍にあっても、さまざまに对立する世の中に、人間社会の矛盾と陰の部分を感じています。令和二年はコロナ禍で大変な日常になりましたが、戦後七十五年の変動社会を歩み続けて来た我々も、高齢者と呼ばれる令和新時代を背にする年代を迎え、如何に長寿社会の営みを有意義に歩むべきかを考える時代だと思えます。

昨年十一月二十九日（日）に第十五回・米原市の福祉大会が開催されて、コロナ禍のために三密・ソーシャルディスタンスにより、会場を分散した分科会方式の取り組みになりましたが、薬草の里文化センターでは米原市と市社会福祉協議会・市老人クラブ連合会の三者共催で、「高齢者の仲間作りと社会活動について」をテーマに、日本ソーシャルワーカー協会の大塚保信氏による講演会が実施されました。

お話の中で「人間はもとから孤独な生き物ではありませんが、孤立・貧困・病気・無為の中では、むなしい人生の歩みになりかねません」との言葉を受けて、長寿社会の高齢者としての役割があり、地域社会との繋がりをもち人生を歩むために、社会活動の必要性を改めて感じた次第です。

伊吹老人クラブ連合会では、地域に約一六〇〇人の高齢者がおられて、うち約八四〇人の方々が地域の老人クラブ会員に加入して、横の繋がりを持った団体活動が行われておりますが、高齢化が進む中でクラブの解散や脱退など会員が減少しており、高齢者スポーツや娯楽事業の実施・奉仕作業等での活動力が低下傾向にあります。

団塊世代後の加入意識低迷、脱会集落高齢者との連携調整、長寿共生社会の醸成不足等が大きな要因で、現状の組織体制の維持再生が当面の課題になっていきます。

特に今年度はコロナ禍により、昨年から今日まで年度計画の事業内容の一部を自粛等により中止または変更せざるを得なくなりました。

現在、役員を選任不足等課題はありますが、高齢者の社会活動のよりどころとして、必要な組織団体だと思っております。

お互い老いの歳を話し合い互助の活動により、「健康・友愛・奉仕」の基で地域社会に貢献する老人クラブの維持向上のため、是非とも会員参加への意志を一考して頂き、ご協力をお願いいたします。

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

令和二年度

伊吹老ク連各部会活動の歩み



研修部会 部会長

木原 行裕

新型コロナウイルス感染症が、今尚、世界的に拡散しており、人々の営む生活基盤も、感染症予防対策の措置として、「三密」を避ける為の自粛を強いられる日常が続いております。

当連合会においても、七月に開催予定をしていた「寿ふれあい広場」等の行事が中止を余儀なくされました。新型コロナウイルス感染症禍のもとで過日、三件の研修行事が開催されましたので、報告をいたします。

一件目は、九月三十日に近江地域センターやすらぎハウスを研修会場として防災非常食体験会が日本赤十字奉仕団の御指導のもと、好天に恵まれ開催されました。参加対象者は市内の各老人クラブ連合会の構成役員諸氏数十名、研修に先立ち、冒頭に主催者の米原市老人クラブ連合会長の挨拶と主旨説明を拝聴し、参加者各人に用意されて

いる包装食袋ハイゼックス(高密度ポリエチレン製で熱に強い素材でできた袋)を使っての非常食調理で、その作製及び試食体験に臨み、出来上がった非常食を美味しくいただき皆さんの顔が和らいでおりました。
試食後参加者の方々より雨天時の火床の造り方、調理用具材の整え方等、まさに被災時の緊張感につつまれた質問もあり新型コロナウイルス感染症禍のもと、有意義な時間を過ごすことができました。



炊き上がったお米



お米を炊く準備



赤十字奉仕団の皆さん



◀非常食の完成



野菜スープ煮込み準備



野菜スープの具材



二件目は十月二十一日
 “ジョイ伊吹”を会場として
 第五十一回囲碁大会が昼食・
 休憩をはさみ午前二局午
 後一局熱戦が繰り広げられま
 した。

参加された対戦者は、皆日
 頃の研鑽の効果を発揮され熱
 戦になりましたが、優勝は高
 番の筒井善之様、準優勝は春
 照の福永傳一様、三位は大久
 保の佐々木才次郎様の三名が
 今年の栄に輝きました。おめ
 とうございます。

そして三件目は、十一月二
 十に幹部研修として（歴史文
 化探訪の旅）県立琵琶湖博物
 館、安土城考古博物館へ日帰
 りで見学研修に出かけてしま
 した。参加対象者は、各字単



位の会長・副会長・役員さん
 及び当連合会の役員など二十
 一名の参加を頂きました。バ
 スの車窓より湖周道路の移り
 行く季節の色を楽しみながら
 南下し、県立琵琶湖博物館に
 到着しました。

館内各展示コーナーに職員
 が配置されて、いろいろと詳
 しく説明・解説して頂けるの
 で知らなかったことの再発見
 にも繋がりました。

午後は、安土城考古博物館
 を見学。館内は全国のお城の
 説明解説・安土城築城より焼
 失落城に至る迄の歴史過程や
 当時の安土城下の区画・築市
 の様子、発掘された遺物等が
 展示されており、安土城時代
 に吸い込まれた様な眼差し、
 誰もが興味津々と見学されて
 おられました。



琵琶湖博物館



通常、私たちが、現に住ん
 でいる滋賀県を湖北と湖南と
 に分けて称するのも、安土城
 築城前の武將、佐々木一族の
 兄弟が南部北部で分かち合い
 領国を支配していた時代が発
 祥という由来から来ているこ
 とを知りました。

(いずれの施設も六十五歳以
 上の方等は無料で観覧するこ
 とができます。現在は、コロ
 ナウイルス感染拡大防止対策
 の為、事前予約が必要です。
 詳しくは、ホームページをご
 覧下さい。)



琵琶湖博物館 (上野・春照の太鼓踊りが紹介されています)



琵琶湖博物館



安土城考古博物館玄関前



安土城考古博物館



保体部の一年を振り返って

保体部会 部会長 石河 勝美

日増しに春の暖かさが感じられる、今日この頃となつてまいりました。

会員の皆様方には、日々ご健勝にてお過ごしのこととお喜び申し上げます。今年も、昨年来猛威を震いつづける新型コロナウイルスの中で、年明けとなりました。私たちの生活も一変し、閉塞感漂う毎日ではありますが、一刻も早くこの困難を克服し、元気で活力のある社会を取り戻していきたいと思っております。

さて、今年度も残りわずかと なつてまいりました。保体部おきましては、この一年スポーツを通じて、会員相互の親睦と健康の維持増進に向けて事業を行ってきました。コロナ禍の状況の中で一部事業の中止を余儀なくされましたものの、何とか一年を終えることができました。これも皆様方のご理解とご協力のお陰と感謝を申し上げます。ところで、

は、九月に開催される米原市高齢者スポーツ大会の予選も兼ねて、例年通り単ク対抗でグランドゴルフおよびベタンク、輪投げの三種目を行う予定でございました。既に、参加メンバーも決まり、当日を待つばかりでございましたが、コロナの状況が改善せずやむをえず開催を見送ることになりました。

また、九月に長浜ドームで行われる市高齢者スポーツ大会につきましては、今年度から山東老ク連も退会することになり、近江老ク連との二者での開催予定でありましたが、これもコロナの関係で中止となりました。

これら事業の中止により、十一月の秋季グラウンドゴルフ大会の実施も危ぶまれたところですが、感染防止を図る中で今年度初めてとなる開催となりました。当日は天候にも恵まれ青空のもと、日頃の練習成果を発揮していただきました。競技終了後はお楽しみ抽選会を行い、半日ではあ

りましたが楽しい一時を過ごしていただきました。

二月には冬季ゲートボール大会を開催し、二日間にわたり競技を楽しんでいただきました。年々参加者が減っており気がかりなところですが、

また、三月には昨年度コロナの影響で中止になりましたスマイルボーリング大会を、従来の半日から午前午後の二回に分けて開催し、感染防止に努めながら楽しく競技いただきました。

保体部におきましては、依然としてコロナ禍の非常に厳しい状況の中ではありますが、今後とも会員皆様方の健康の維持増進をはかり、これからの高齢社会を楽しく元気に過ごせるよう活動を行っていきたくと思っております。最後になりますが、保体部の各単クの会長さんには、大会参加者の取りまとめから、準備、跡片付けと大変お世話になりました。



秋季グラウンドゴルフ大会



会長開会挨拶



保体部長競技説明



選手宣誓

秋季グラウンドゴルフ大会

県立伊吹運動場 第一グラウンド

(敬称略)

順位	Aコース 46名			Bコース 43名		
	単ク名	氏名	スコア	単ク名	氏名	スコア
1	春照	井澤 貞郎	31	上野	松井 照子	34
2	高番	西川 好信	33	上野	堀江 義彦	35
3	上野	高橋 実	33	上野	松井 賢一	35
4	杉澤	筒井興太郎	34	伊吹	伊富貴栄津子	36
5	上野	森田 清志	35	伊吹	伊富貴節子	37
6	伊吹	川崎 善正	35	伊吹	花房 静子	38
7	村木	山田 耕一	35	伊吹	堀川みす江	38
8	伊吹	堀川 宏	38	大久保	高田 君江	39
9	高番	藤田左知夫	38	上野	堀江 紀子	39
10	上野	森 三千代	39	伊吹	岩崎 忠義	39

※ホールインワン賞(4番ホール25m) 川崎善正



グラウンドゴルフ Aコース入賞の皆さん



グラウンドゴルフ Bコース入賞の皆さん

スマイルボウリング大会

令和3年3月2日

伊吹山麓青少年総合体育館

参加20チーム 参加者109名

レーン		チーム名	勝 敗	得点
1		村木	0勝3敗	96
		上野C	1勝2敗	118
	優勝	伊吹B	3勝0敗	92
		高番A	2勝1敗	104
2		大久保A	1勝2敗	109
	優勝	杉澤	2勝1敗	85
		上野A	2勝1敗	114
		大清水	1勝2敗	102
3		春照A	0勝3敗	160
	優勝	伊吹A	3勝0敗	89
		伊吹D	2勝1敗	95
		高番C	1勝2敗	132
4		春照B	1勝2敗	96
	優勝	高番B	2勝1敗	105
		大久保B	2勝1敗	139
		伊吹E	1勝2敗	115
5		伊吹C	1勝2敗	108
	優勝	上野D	3勝0敗	81
		上野B	1勝2敗	121
		大久保C	1勝2敗	138

※組合せは抽選による
ストライク賞(敬称略) 中田武平



冬季ゲートボール大会

令和3年2月18日~19日

参加9チーム

すばーく伊吹

順位	チーム名	勝 敗	得失点差
優勝	村木	7勝1敗	23
準優勝	藤川・大清水	6勝2敗	21
3位	大久保	5勝3敗	5
敢闘賞	杉澤	5勝3敗	-6
5位	伊吹A	4勝4敗	5
6位	春照	3勝5敗	-17
7位	上野	3勝5敗	-22
8位	高番	2勝6敗	5
9位	伊吹B	1勝7敗	-14



優勝村木チームの皆さん



準優勝藤川・大清水チームの皆さん





私の人生とコロナ禍の終息を願って

副会長兼企画部会長 上津 和雄

昨年二月大型クルーズ船ダイヤモンドプリンセス号の横浜港への寄港から突然、新型コロナウイルスによる騒動で、日本列島は緊急事態宣言が発出され、一時は収束するかと思いつつ一年が過ぎました。新年明けには又、緊急事態宣言が発出され予断を許さない状況の中で、伊吹老人クラブ連合会の皆様におかれましては益々ご健勝の事とお慶び申し上げます。厳しい社会情勢の中で、昨年四月十六日の理事会において副会長の再任をお受けすることになり、単ク役員様を始め皆様方のご協力により無事一年を終えることが出来ました事に御礼申し上げます。コロナ禍での活動は例年通りの計画でスタートしましたが米原市内での感染者が発覚、一気に活動の自粛を余儀なくされ、初夏複合スポーツ大会、寿ふれあい広場のイベントが中止、他の企画も規模を縮小せざるを得ない状況となりました。活動の自粛で休眠しては、益々

老人クラブが衰退してしまうとの危機意識を持ち、本部役員で話し合った結果、米原市赤十字奉仕団の協力のもと、「防災、非常食体験会」に参加、防災意識の向上に努める事が出来ました。社会情勢を見てもコロナ禍での影響は大きく、自粛によって人の行動が制限される事によって観光産業、サービス産業の衰退は著しく特に航空業界は規模を大きく縮小されてしまいました。昭和の航空業界で花のステューデントも、もてはやされて、女性の就職希望一位の時代の方も今や他会社へ出向して、「こんなはずではなかった」と思っておられるのではないのでしょうか。全国の企業倒産九〇〇社、失業者が八万人を超え、前途を悲観した若い人達が死に追いやられるなど悲しい事ばかりのニュースが多かった様に思います。

私ごとになりますが、サラリーマン生活五十五年を振り返り、延べ三社、十五の地域へ転職、転勤を体験しましたが、どの職場の先輩、同僚共が、どの職場の先輩、同僚共が仲良く、楽しく勤める事ができました。その間、約四十年、名古屋での都会生活を経て平成二十七年に故郷に戻り現在に至っております。退職して自分なりに生活設計を考えていましたが、現実には厳しく寂しい生活の中で当時の大清水老人会長さんの御声掛けで即座に入会させていただき仲間になれた事に感謝しております。私もまだ出向制度が社会に定着していない時期に五十杯の年であった事を記憶しています。その年の第一生命保険会社の第一八回サラリーマン川柳に応募、ペンネーム「窓際族」で「オレ流で仕事進めて左遷され」が、惜しくも一〇〇選には及ばなかったが、傑作三〇〇選に入選し、単行本に載せていただく事が出来、苦しかった事も忘れ楽しい思い出となりました。ちなみに、オレ流：は元中日の落合監督の流行語大賞にノミネートされた言葉です。

コロナ禍の現在、私は自然に恵まれた田舎暮らしで良かったと喜んでいきます。不要不急の外出にも気にせず僅かながらの田畑に親しむ事により退屈しない生活が送れることに感謝しております。緊急事態宣言下での私たちに出来る事は密閉、密集、密接の三密を避け必要以外には出掛けず、日頃から「マスクの着用」、「手洗い」を励行する事こそ、人から感染しない、させない事を念じて、一日も早い終息を願いたいものであります。そして、来期こそ笑顔で健康で楽しい老人クラブの発展に寄与したいと思えます。

受賞おめでとうございます

県老ク連会長表彰 松井重廣さん
市老ク連会長表彰 中村隆法さん

令和二年十一月十七日県立社会福祉センターに於いて県老人クラブ大会が開催され、開会行事の中で県老ク連会長表彰を県老ク連会長松井重廣様から松井重廣様に、授与されました。また、九月十日の伊吹老ク連理事事に於いて市老ク連会長表彰を嶋田会長より中村隆法

様へ伝達されました。お二人は、老人クラブ活動の推進と、育成発展に寄与されました。誠に、おめでとうございました。今後とも、健康に留意され伊吹老ク連の発展にご指導ご鞭撻くださいますようお願いいたします。



県会長表彰 松井重廣氏



市会長表彰 中村隆法氏



福祉部会 部長 伊藤 一司

令和二年十二月九日予定し

ておりました福祉部会（女性代表・友愛担当者）研修会の開催を、コロナウイルスの感染拡大防止の為、中止することと致しました。皆様には大変ご迷惑をおかけしました。申し訳ありません。老人クラブがめざす、福祉友愛活動の内容としては、

一、暮らしの中のちよつとした困りごとを支え合う。

二、ふれあいの場をつくり会話のできる場をつくろう。健康づくりや料理サロン、認知症や介護についても輪を広げて地域の関係団体と共同して行おう。

三、閉じこもりを防ごう。外出を避けて家に閉じこもりながら生活を送っていると情報が少なくなり人とのコミュニケーションの機会が少なくなり、地域から孤立したり健康を損ねることにもなりかねません。

四、声をかけ、安否を聞いて見守りましょう。災害や詐欺防止に気をつけよう

とするものです。

五、健康づくりの学習の機会をつくろう。会合の都度、体操を実践しているクラブもあります。

六、情報伝達をしよう。一人暮らしや高齢者世帯、家族の



軽度認知症予防メッセージ その「物忘れ」認知症の始まりかも 米原市社会福祉協議会 伊吹センター 施設長 川村 崇子

厚生労働省の発表によると、二〇二五年には六五歳

以上の高齢者のうち認知症の人は約七〇〇万人（五人に一人）に増加すると予測されています。普通の物忘れと認知症の物忘れの違いは、例えば「財布どこにしまったかな」のような経験ありませんか？脳は加齢とともに機能が低下していき、

物忘れも増えてきます。でも普通の物忘れは「財布をしまったこと」も覚えていて自覚もあります。これは老化による物忘れです。認知症の物忘れは、「財布をし

介護で多忙な人、家に閉じこもりがちな人、そんな人達に情報を届けましょう。（以上研修会資料を参考に書かせていただきました。）

二十年前に成立した介護保険制度が浸透するにつれ、昔に見られた助け合いや、つながりが必要ではないでしょうか孤立や孤独にならない事を祈ります。



川村 崇子

まったことを忘れる」というようにそのこと自体を忘れてしまうのです。そして日常生活に支障をきたすようになってきます。そうならないために早期発見、早期治療が大事です。バランスの良い食事、適度な運動、生活習慣病の予防、脳を活性化

する生活を普段から意識するようにしてください。生きがいやいろんな活動を通じて生活を楽しむことが大切です。生活にメリハリをつけ脳を活性化し、笑いの多い毎日を送れるよう人生を楽しむことも大事ですね。

今年の老人会活動の努力目標として、「月例会の内容を一層充実させる」ことを掲げた。つまり、「今日の月例会は楽しかった」「参加してよ

単クだより



こんな年もあるのだ

会長 田中 敬吉

村木老人クラブ 琴寿会

本年度の会員数は六十八名で、村木区民の三十五%を占める。毎年、区の総出として、天の川堤防の草刈り作業等が実施されるが、出席者の過半数が老人会の人たちである。少子高齢化が進む村木区において、貴重な労働力の提供者となっている。

健康に恵まれ、壮年の方々と一緒に仕事ができることは頼もしいが、いつまでも続けられるという保証はないので、侘しく感じられる。老人会は、この地に生まれ、ずっと住んでいる人や、村木に縁があつて、長年暮らしてこられた人たちの集まりだ。互いに顔見知りの関係なので、会員の皆様からいろいろな面で温かく協力してもらえるところに、とても感謝している。

「等」のつぶやきが聞かれるように、会員の要望や評価を大事にしながら、月例会の内容を工夫し、会員が楽しめる場の開発に鋭意取り組むことにした。幸いにも、小中学校時代の同級生が七人、しかも、そのうち三人は、老人会長経験者なので、力強く順風満帆のスタートを切る筈であった。ところが、新型コロナウイルス感染拡大危機の大旋風は、新年を迎えても一向に収束するどころか、益々ひどくなり、月例会の中でも、いちばん重要な正月の総会・新年会までも、中止に追い込まれた。本年度実施できた行事は、六月と十一月のバス停公園等の環境美化作業、敬老の日にかかる記念品等の配布。十月は正光寺のお磨きさん、そして年末の物故者法要ぐらい。「当初の意気込みは、今、何処へ？」・・・何とも答えようのない寂しい取り組みの一年間であった。

単クダより



大久保 栄寿会

会長 柏 吉治

本年度は、世界中に猛威を振るう新型コロナウイルスの感染が拡大する中での事業活動となり、栄寿会も自粛を行い屋外での活動のみを実施してまいりました。高齢者がコロナウイルスに感染すれば重症化、ともすれば死に至るといわれる中で、屋内での活動「特に飲食を伴う会合」や「三密」を避ける活動となり、例年、恒例となっているほとんどの事業活動を中止せざるを得ませんでした。

会員の皆さんが一同に集まって楽しい一日を過ごす「年三回開催しているふれあい広場、米寿祝賀会、忘年会、新年会」等の活動はすべて中止となり、山村広場、神社等の清掃作業と寺院の仏具のお磨きの奉仕活動のみとなりました。

会員の皆さんは、活動が中止になったことを残念な思いにはせるとともに、レクリエーション等ふれあい活動のない寂しい思いの一年となつてし



まいりました。コロナウイルスワクチンの接種で、ウイルスが一刻も早く終息し活動が再開できることを願っています。当会への入会者は一〇〇名を超える時期もありましたが、過疎化と高齢化が同時に進行していく中で人口減少が顕著に進み、現在の会員数は五〇名です。区の高齢者率は五三割の超超高齢者地区となつていますので、会員がいつまでも健康で、お互いに支え合っていくための活動をしていくことが大切であると思っています。



コロナ禍の中で活動を振り返って

高番老人クラブ

会長 大森 國昭

新型コロナウイルス感染の中、今年度がスタートしました。会員五十九名で活動しています。千福神社境内・陸橋下花壇・実相院境内の三カ所の草むしり除草剤散布等清掃奉仕作業を、毎月十一日に約三十名の方に参加をしてもらつて実施し、お盆前には上下墓地の清掃作業を行つています。

またふれあい広場はグラウンドゴルフ愛好者により草むしりと草刈り単ク役員で除草剤散布を行つています。区内に花壇が二カ所あり役員さんの提案でチューリップと水仙の球根を植えました。行事活動も自粛の中、会場とも感染対策を行った上、秋晴れの下、コミュニティセンターに於いて三十名の方の参加をいただき秋の食事を無事終える事が出来ました。

毎年恒例の日帰り親睦旅行は中止になりましたが、役員会を開きクリスマスに合わせ会員さん全員に弁当を配布す



高番老人クラブ役員

る事にしました。また十一月二十日には伊吹老ク連日帰り研修旅行を実施され、県立琵琶湖博物館及び、県立安土城考古博物館に副会長さんと参加させて頂きました。入場も予約制と聞きウイズコロナで閉塞感の中、新しい生活様式に変わろうとしています。老ク連の初夏複合スポーツ大会と米原市高齢者スポーツ大会は中止でしたが、第二十七回秋季グラウンドゴルフ大会は執り行われました。年明けにはゲートボールとスマイルボウリング大会が実地されました。コロナが終息し活気ある老人クラブ活動が戻ることを願っています。

編集後記

この一年新型コロナウイルスが終息の気配のないままに大変不安な生活おくりて来ております。この不安な社会環境の中で会員の皆様方には老ク連事業に暖かいご協力を賜りましてありがとうございます。このような情勢下において不安の払拭が出来ないものの少しでも活動が出来るよう計画を見直し模索しながらの事業展開となりました。事業を中止した見直しとして、各月に応じた健康づくりの一助となるように、交通安全標語入りのヘルスアップカレンダーを作成し会員各戸に単クの会長さんを通じて配布をしていただきました。日々の生活にご活用いただければ幸いです。年輪九八号へご投稿下さいました皆様方、ありがとうございます。より一層、老ク連の活動をしていくため、会員の皆様からのご意見、ご要望等をお寄せ下さいますようお願いいたします。(カレンダーの在庫が若干ありますので、ご希望の方は老ク連事務局に申し出て下さい。)

広報編集委員長 川瀬 四郎