

老人クラブ三大活動

健 康

友 愛

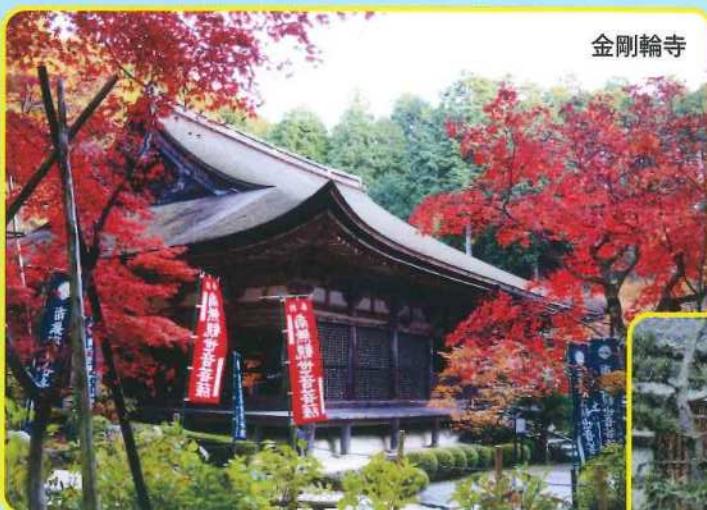
奉 仕

ふれあい秦莊

—第48号—

発行/愛莊町秦莊老人クラブ連合会 (有線) 2042 TEL0749-37-4104

愛莊町秦莊地域の観光・特産品



会員の皆様にはいつも秦莊老ク連にご理解とご協力をいただき有難うございます。
昨年は二月に新型コロナウイルスの感染者が出ました。

当初はすぐに収まると思っていましたが、これほど強力で手ごわいウイルスだと誰が思っていたでしょう。

その影響で昨年はほとんどの事業の実施が困難になり、皆様の交流の場所が失われたことが非常に残念でありました。

本年はワクチン接種が段階的に行われることとなり、その結果一日も早く収束することを願っています。

令和三年度は例年通り事業計画を致しています。状況をみながらやれる事業から実施していくたくさんの皆様の参加を楽しみにしてお会いできる日思っていますので、多くの方々の参加を楽しんでいます。

結びに会員皆様のご健康とご活躍を祈念し、これからも秦莊老人クラブ連合会へのご理解ご協力をお願ひいたしまして、令和二年度のしめくくりのごあいさつとします。

秦莊老ク連の基本理念

健康 活動の基盤

友愛

奉仕

仲間づくり

地域活動



秦莊老人クラブ連合会

会長 宇野昌弘

ごあいさつ

ごあいさつ



愛荘町長

有村 国知

日頃は、老人クラブ連合会や単位老人クラブの活動を通して、福祉のまちづくりに温かいご支援・ご協力をいただき、深く感謝申し上げます。

人生百年時代を迎える一人ひとりが社会と関わりを持ち、地域の仲間と協力し、互いに励まし見守り合いながら充実した日々を送ることは実に喜ばしいことです。

そうした中、シニア世代の生きがいづくり、居場所づくりの場となる老人クラブの活動は、ますます重要となっています。

昨年より続く新型コロナウイルス感染症は社会の様々な分野に影響を与え、秦荘老人クラブ連合会におかれましても活動に制限のある中、感染予防に努めながら、創意工夫を重ね事業に取り組んでいただいております。

秦荘老人クラブ連合会では、友愛活動・奉仕活動といった高い意識の活動や伝統文化の継承など、地域でいろいろと活躍されておられます。また、ロコモ予防体操教室やウォーキング教室など健康寿命の延伸に繋がる活動にも取り組まれ、シニア世代にとても重要な健康づくり、生きがいづくりの大切さを伝えていただいております。

このような活動がコロナ禍を乗り越え、地域のコミュニティーとして会員の皆様方の交流を深めるものであることを期待しています。

本年四月から『愛荘町第8期高齢者保健福祉計画および介護保険事業計画』をスタートさせます。この計画において、誰もが役割と生きがいを持ち、安心して自分らしい生活ができる「地域共生社会」の実現を目指して、お互いが共に支え合える町づくりを推進してまいります。

町では、一月二十五日に「新型コロナウイルスワクチン接種推進室」を設け、シニア世代の皆様や基礎疾患を持たれている方を優先としまして、ご挨拶といたします。

今だから、できること

秦荘老人クラブ連合会

副会長 松 藤 弥一郎

コロナ、コロナで明け暮れた二〇二〇年でした。

秦荘老人クラブ連合会会員のみなさん、お元気でしたか？

第三波が猛威を振るつていて、老人が一番危ないと言われています。老人クラブの活動が思うようになります。老人クラブの活動が思うようになります。老人が役割と生きがいを持つことができるのではないか、それを見つけてみませんか？

例えば、年賀状。若い人たちは、メールで済ませている人が多いですが、やはり、元旦は紙です、ハガキです、年賀状ですよ。

元旦に届く年賀状の一枚一枚には、一年間の「思い」が詰まっている「重い」一枚のハガキです。私は、一年間のご無沙汰と、また一年宜しくお願ひしますという思いを込めて書いています。



そこで、今までに出会った人たちに「お元気ですか？」のハガキを出しませんか？「桜の便りが嬉しい季節となりました・・・」。久しぶりに、あの人の声が聞きたくなりませんか。きっと、あの人も、今、連絡しようと思っているのでは？

人生100年時代

秦莊老人クラブ連合会

理事 小川 雅俊

近年、新型コロナウイルスの出現、地震などの災害、思いもよらない現実に遭遇しながらの毎日です。女性の二人に一人、男性四人に一人が90歳を超える時代!!

「人生100年時代」は特別なことではなく、誰にでもありうることです。

一〇〇歳となれば今の自分に置き換えるとまだまだ長い道のり、何かをやれる時間は充分にあると思います。それは「健康」と言う二文字がなくては出来ないことではないでしょうか。

今、自分の環境を考えると、健康面の不安、家族構成、友人関係等、大きく変わる現実もあります。最近、よく耳にすることばに「健康寿命」があります。しっかりと受けとめなければと思います。

滋賀県の健康寿命は国の公表で、男女とも低位ですが厚労省では上位に上がります。又、東大の研究では健康寿命、平均寿命両方に

おいて男女とも全国一位（二〇一九年の資料）の座を占めています。

健康寿命を伸ばすために「フレイル」（虚弱）にならないよう注意しなければなりません。

予防のキーワード「運動」「社会参加」「食生活」老ク連がおこなっているいろいろな活動は、まさに、このフレイルの予防につながる活動です。

今は、新型コロナウイルス感染拡大で出来ませんが、早く終息して老ク連の行事に皆さん積極的に参加できる日を心待ちにしています。

秦莊老人クラブ連合会
理事 吉岡 美代子

活動に参加してみませんか

新型コロナが昨年発生してはや一年が過ぎ、今だに収束の気配すら見えません。字の行事、老ク連の行事もことごとく中止となり家中にいる生活が増えて来ている毎日です。この様な生活では足、腰も衰えて、チヨットした事でつまずき骨接して寝たきりになるかもしれません。こんなことにならない

「こうした寒い時期にふうふう言いながら飲む甘酒は格別・・・」という投稿を目にして思い出したのは、子どもの頃冬になると母がストーブの上で板酒粕を溶いて甘

ませんか。

近頃は人生100年時代と言わられるようになつてきましたが、それまでいかに健康で日々暮らしていくか。自分の事は自分で出来る様にするために毎日をどの様に生活していくべきのか。
健康寿命をめざし、地域社会の一員として高齢者同士が支え合い健康づくりや介護予防活動などに取り組みたいものです。
幸にも老ク連では「ウォーキング」「ロコモ予防体操」などを行政にて、「もりもり教室」など開催して下さっています。自分の都合に合わせて参加でき大変便利です。参加回数を重ねると顔見知りになり会話も出来るようになり楽しいです。まずは一步外へ踏み出してみせんか、参加をお待ちしてます。

秦莊老人クラブ連合会
監事 北川 直子

桜のつぼみも開花目前で、本格的な春の訪れを告げているようです。感染予防に努め、皆様とともに老人クラブの活動ができますことを願っております。



く味つけた我が家流の甘酒を作ってくれたことです。温かでトロリとしたやさしい味でした。義母も塩切りした鮒にご飯をつめて発酵させた鮒ずしを家族のために仕込んでくれました。おなかにもやさしいその味は義父も好んで食べていました。裁縫の得意な母が作ってくれた妹と親子おそろいのワンピースもうれしかったものです。それらには人を思う気持ちがたっぷり含まれていたとつくづくと思ひ返します。
今まで続くコロナ禍の中で立ち止まらざるをえなくなつたことを丁寧に紡ぎ楽しんだ昭和の頃のやさしい暮らしをふと懐かしく思ひ出しました。

単位クラブの活動だより

コロナ禍の愛寿会の活動

蚊野老人クラブ 愛寿会

第一会長 宇野 幸一
第二会長 外川 九二雄

令和二年度は、新型コロナウイルス感染症緊急事態宣言とともにスタートしました。

活動が制限される中で、三密を避け、工夫を凝らしながら、まず四月には愛寿会花壇の整備、赤や白、ピンクのベゴニアの植え付けに精を出しました。おかげさまで花壇審査の最優秀賞をいただいたことは光栄であり私達の大きな励みになりました。

また、自粛生活を強いられる毎日でしたが夏休みには区主催の「ふれあいラジオ体操」に愛寿会も参加し、子ども会や地域の皆様と交流できました。他に墓地清掃や地蔵盆は実施しましたが、屋内行事は全て中止せざるを得ませんでした。

昨年度から「愛寿会だより」を毎月発行し会員、区民の皆様に回覧しています。コロナ禍の今だから

こそ情報の発信は大切だと思います。

役員の皆様、会員の皆様には一年間ご理解ご協力いただきまして有難うございました。

老人会の活動について

円城寺老人クラブ 寿会

会長 川並徳三

寿会の活動が魅力的になり、会員の皆様にすこしでも喜んでいただけの会にしようと、昨年二月から三月にかけ、新役員は、

①入会勧奨について

②隣組の協力員体制について

③寿会の例会と圓福寺御講さんとの関係について

④総会・忘年会等の賄いについて

⑤お食事会の場所と時期についてなど協議し、魅力ある会にしていこうと、総会に向け準備を進めてきました。

しかしながら、新型コロナウイ

ルスの感染拡大防止のため、四月の総会は書面議決、人権学習・交通安全教室も書面による研修、人が集まる行事はほとんど中止になりました、十分な活動ができない一年となりました。

今後は、ワクチンの効果などで新型コロナウイルスの拡大は、間もなく減少すると思いますが、活動ができない一年だからこそ、活動できなくて困ったこと

①活動できなくて困ったこと
②活動できなくても困らなかつ

たこと
これらを考える良い機会にしたいのです。



全国老人クラブ連合会 保険だより

**老人クラブ会員向けに
傷害保険・賠償責任保険で
安心補償！！**

詳しくは下記まで

公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係
〒100-0016 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階
専用FAX 03-3597-8767 メールアドレス hoken@senior-ltd.com
(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8768
(引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 TEL.03-3515-4144

一年を振り返って

西出老人クラブ 長寿会

会長 上林助男

今年はコロナが始まりコロナで終わつた一年でした。

一年の行事予定を組み、スターしましたが、皆様が楽しみにされていました盆会、忘年会を中心することになり残念でした。

そして安全・安心教室、人権学習、防火・防災についての勉強会も、コロナで三密を避けるとのことで中止しました。

実行できたのは6月・11月の緑地帯の除草作業・花壇の植栽、12月の憩の家と宮掃除、10月の秦荘老人クラブ連合会のグランドゴルフ大会の参加でした。

一日も早くコロナの終息を願い、年間行事が全て遂行出来る事を楽しみにしています。

11月の「秦荘老人クラブのつどい」にて優良老人クラブ表彰と優良花壇表彰と2つの賞を頂きました。これもひとえに諸先輩方々が長く続けられてこられた結果で、今後も引き続き頑張って行きたいと思っています。

これからも老人会活動に積極的

に参加し、多くの人の出会いを楽しみに過ごせたらと思っていました。

元持老人クラブ 報恩会

会長 吉岡 博

最後になりましたが、役員・幹事様はじめ会員の皆様のご協力、ご支援頂き無事終ることが出来ました。ありがとうございました。

今年度4月から会長を拝命しスタートいたしました。しかしながらコロナ感染予防の為、春の桜花見会から始まる諸行事のほとんどが中止となりました。会員の皆様にとって大切なコミュニケーションの場である月例会も、一度も開催出来ませんでした。楽しみにしておりました各行事でのゲームや、お酒を飲んだり、おしゃべりをしながらの親睦を深める機会をもつ事もできませんでした。

一度は、終息に向かうかと思いましたが、第二波、第三波到来となり、三密回避の徹底が示され、行事を再会する事は出来ませんでした。しかしながら野外での墓地清掃や花壇の手入れ等ご協力頂きました。まだまだ活動自粛が続きますが、ワクチン接種も始まり明らかに見えて来た様に思います。又楽しい集いが再開できます様、願っております。

会員の皆様一年間御協力頂きまして有難うございました。

コロナの一年を振り返って

南野々目老人クラブ 高砂会

会長 野々村一郎

令和2年度の活動は、人生で初めて迎えたコロナウイルスのため距離をとつての区の神社と花壇の清掃作業を行い、区の周辺のごみ拾いなど、戸外での作業を行いました。活動の自粛を言い訳に今年度は寂しい活動になりました。

団魂の世代の最後の年代として育ち、古希をいつの間にか迎えた今、何も知らなかつた学生時代、あの時このようにすればよかつたと後悔もありますが、現在では楽しい人生であったと、年を重ねる事により思えるようになりました。元気で過ごせる人、残念ながら病を得た人、人それぞれですが、体と心を元気でいられるように様々な経験をしたこの年代が、助け合い、次の世代にならう子供たちを、温かい目で見守りたいと思います。



古希を迎えて

南野々目老人クラブ 高砂会

会長 野々村一郎

コロナ禍に向き合う福寿会

目加田老人クラブ 福寿会

第二会長 岸 本 正茂

コロナ禍では、感染防止として

三密の回避が基本です。そのため、

バス旅行、2回の研修会及び親睦

会は、会員間の交流の場ですが中

止しました。定期総会は、書面議決

を併用し会則に則った少人数総会

にしました。さらに、感染防止のた

めに、昨年末会員全員へマスク配

布を行いました。

一方、春日神社境内及び御旅所

並びに墓道等の除草・公民館葉刈

り・集落内と畦道の空き缶拾い(清

掃活動)・月2回の墓地供花や友

愛訪問・花壇つくり等、屋外事業

はコロナ禍防止を念頭に計画通り

進めました。花壇つくりでは秦莊

老ク連から優秀賞をいただきまし

た。皆さんに花卉を株分けの時に

は結構賑やかに、気に入った花株

を持ち帰られました。

子どもを護る会と共催のラジオ

体操では、コロナ禍により小学校

の夏休み期間が短縮、有線のラジ

オ体操放送も中止とのことでした。しかし、夏休みの期間流逝してい

ただくことになり、おかげで、早朝に農村公園へ集まつた多くの皆さんのが体操を行うことができ、その様子が今でも鮮明に思い出されます。有線放送のご配慮は本当に有難かったです。



なにより、世話役の皆様、会員の皆様、各事業に携わっていただいた皆様、皆様のご支援ご協力により、コロナ禍の一年が無事に乗り越えられることを深く感謝し、役員一同お礼申し上げます。

新型コロナ禍での老人クラブ活動

島川老人クラブ 春秋会

会長 西 村 信 之

コロナでスタートした令和2年度、年間行事計画したものの、さてどう進めて行けばよいのか、新聞やマスコミ等でまず密をさける三つの密が大きく報道され年間約25回の行事計画その中で密を避けるため何が出来るか正直悩みました。集会所内の研修会、誕生日



会、忘年会、新年会など飲食を伴う集まりは密を避ける為すべて中止としました。会員の皆さんの一一番の楽しみ飲食をしながら笑顔で話すことがあります。屋外でのグランドゴルフ、花壇作りなどはマスクを着用人と人との間隔をとりながら今日までなくなつた事は役員一同残念な思いです。花壇作りなどはマスクを着用人と人との間隔をとりながら今日までなくなつた事は役員一同残念な思いです。花壇作りなどはマスクを着用人と人との間隔をとりながら今日まで

きました。

令和3年度も新型コロナウイルスワクチンの接種、接種後の後遺症心配、いつになつたら収束するのか、その日を待ち望むばかりです。



異例すぐめの一年でした

栗田老人クラブ 高砂会

会長 珠久昌昭

栗田老人クラブ高砂会は、栗田で一番大所帯の組織です。その高砂会の会長をさせていただいた昨年の春は、「研修旅行や親睦会を意気込んでいました。

しかし、コロナウイルス騒動でその願いは残念ながら実現しませんでした。総会も新年総会もみんなが集まつて行うことができず、文書総会になりました。研修旅行・ラジオ体操・懇親会は中止になりました。かろうじて美化運動と感染症に関する研修は、検温・換気・アルコール消毒・密を避けるなどの工夫をして実施できました。何もかも異例すべくの今年度の高砂会活動でした。友愛活動と花壇作りは、役員の皆様の協力でなんとか例年通り行うことができましたが、会員同士の交流がほとんどできなかつたことが大変残念です。コロナ騒動が終息して「例年通りの高砂会活動」ができる日が、一日も早くやってくることを願つて次期会長にバトンを渡します。



コロナ禍の中での活動

東出老人クラブ 長寿会

会長 上林博

4月老人会を引き受け、会費を徴収してもらった矢先、新型コロナの影響で集会やイベントがすべて出来なくなり、集めてもらつたお金も返金する嵌めになり数ヶ月何もする事が出来ませんでした。

そんな中役員だけで公民館の葉切りをしました。いつもなら沢山の人とワイワイ、ガヤガヤ話をしながら参加してもらえるのに残念でなりません。何か老人会で出来る事はないかと、みんなが知恵を出し合いながら10月の土曜に空缶拾い、その後交通安全教室を開催しました。また、大抽選会をし、会員の皆様に喜んで頂きました。11月には堅井の大宮の清掃を例年通り実施させて頂きました。

コロナ感染のため会食ができないので会員全員に幕の内弁当を配布したり、検温、手指消毒、マスク着用の1年でした。一日も早く、会員が安心して参加できる行事が開催できる事を祈っています。



記録写真で見る 老人クラブ連合会の活動



グラウンドゴルフ大会

場所 宇曽川グラウンドゴルフ場



成績 上位8位 (敬称略)

第20回
10月2日(金)

上林 善宏(東出)、小川 勇(目加田)、廣田美代子(島川)、

田中 善雄(目加田)、吉岡 毅子(元持)、廣田 幸一(島川)、

野々村貞夫(鶴姫)、宇野 信一(蚊野)、荻田久仁子(島川)

ホールインワン24名
参加者 76名

第19回

コロナウイルス感染予防対策のため中止



◎ スポーツ大会は、コロナウイルス感染予防対策のため中止になりました。

アルミ缶回収ご協力お礼
障がい者福祉向上のため、
コスマス共同作業所に寄附をしました。
ご協力ありがとうございました。

アルミ缶回収

令和2年8月31日 (月)



総重量 270kg 売上金額 23,760円 (kgあたり88円)

女性リーダー・友愛活動協力員

研修会

9月16日(水)

講演「音楽で元気に」～みんな笑顔いっぱい～

講師 日本音楽レクリエーション協会認定講師養成指導員

東岸 佐優里 氏



健康づくり教室

女性役員と有志会員でマスク作り



9月4日(金)



男性料理教室

コロナ感染予防のため実習はできなかったが、11月27日(金)に学習会を行なった。



健康づくり推進員の出前講座



講師名：高田洋輔氏

日 時：令和2年11月27日(金) 9:30～12:00

場 所：いきいきセンター

講 師：健康づくり推進員 内藤 みか子氏

主 催：近江商人クラブ連合会

協 催：近江商人クラブ連合会

会員登録料：1,000円

申込締切：11月20日(火)

お問い合わせ：近江商人クラブ連合会

TEL: 0745-22-1111

FAX: 0745-22-1111

E-mail: kaiten@nifty.com

口コモ予防体操教室

講師 坂梨 裕美 氏

年間9回実施



ウォーキング教室

第2回 東近江市五個荘近江商人屋敷めぐり

令和2年11月6日(金)



第3回 彦根市井伊家ゆかりの社寺めぐり

令和3年3月16日(火)



秦荘老人クラブのつどい

とき 令和2年11月17日(火) ところ ラポール秦荘 いきいきセンター
 参加者 66名
 第1部 式典
 第2部 講演 「軽度認知障害の予防」

～人生百年時代を乗り切るヒント～

講師 理学療法士 並河 孝 氏



(コロナウイルス感染予防対策のため、人数制限あり)

優秀賞
最優秀賞
優秀賞
最優秀賞
優秀賞
栗田老人クラブ
西出老人クラブ
高砂会
愛寿会
福寿会
長寿会



花壇表彰

あとがき

新型「コロナウイルス」感染の状況は一向に終息の兆しがなく、先の見えない自粛生活で身も心も疲れ果ててしまっています。一日も早く、かつての平穏な日々が訪れることを心から念じています。

コロナ禍の中、当老人クラブ連合会事業も各単位老人クラブも活動が激減し、今後の老人クラブ活動に不安視したり、活動の再開を模索するなど様々です。ウイズコロナ時代「新しい生活様式」をもとに、感染防止に配慮したクラブ活動に取り組みましょう。このような社会危機にあっても、高齢者自身で老後の生き方や過ごし方を考えなければなりません。元気でいるためには、助け合い支え合いそして仲間づくりが大切です。

最後になりましたが、今回投稿いたしました旨様に厚くお礼申し上げますと共に、今後もご協力の程よろしくお願いいたします。

(事務局)

蚊野
北村
武雄
様

篤行者表彰



目加田老人クラブ
西出老人クラブ
福寿会
長寿会

優良老人クラブ表彰

