



愛荘町長 有村 国知

あけましておめでとうござい
ます。

会員の皆様には、新春をお健
やかに迎えられたこととお慶び申
上げます。

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、一人ひと
りが社会と関わりを持ち、共に地
域を築いてきた仲間と協力し、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。

そうした中で、地域における人々
の結び付きを強める老人クラブの
活動は、ますます重要となつてお
ります。

新型コロナウイルスが発生して
二年が経ち、長期化するコロナ禍
の中、老人クラブの活動にも大き
な影響をもたらしていますが、こ
のような時だからこそ新たな活動
を創造し、多様な環境や心のうち
を想像しながら柔軟に活動してい
くことが求められています。

地域でご活躍される皆様方のお
力を本年も存分に発揮いただけ
ることを望んでおります。

町といたしまして、地域共生
社会の実現に向けて誰もが役割と
生きがいを持ち、支え・支えられ
る関係を築きあげ、世代を超えて
つながる地域づくりを通じて、高
齢者の生活を支援し、住み慣れた
地域でいきいきと暮らしていける
町づくりを推進してまいります。

結びに、愛知川老人クラブ連合
会のますますのご発展とご活躍を
祈念いたしますとともに、皆さま
にとりまして幸多き一年となりま
すことを、心からお祈り申し上げ
ます。



社会福祉法人愛荘町社会福祉協議会
会長 北村 太一郎

新年明けましておめでとうござ
います。

愛知川老人クラブ連合会会員の
皆様には、ご健勝にて新年をお迎
えのこととお喜び申しあげます。
昨年中は、社会福祉協議会の事業
活動各般に亘り、格別のご理解ご
協力を賜りお礼申し上げます。

さて、昨年も新型コロナウイルス
感染症が全国各地で蔓延し、感
染拡大防止にむけて、緊急事態宣
言の発令やまん延防止措置が適用
され、社会経済活動の制限や外出
の自粛など長期にわたり停滞し、
私達の日常生活にも深刻な影響が
生じ、世帯収入の減少による生活
困窮者の増加や新しい生活様式に
よる世帯の孤立・ひきこもりなど
様々な福祉課題への対応が求めら
れております。

このような中で、地域において

はつながりを絶やさないため、住
民主体の活動として居場所づくり
や見守り活動など、感染拡大の対
策を行いつつ、今できることを考
え取り組みを進めていただいでい
ます。少子高齢化社会の中、近隣
同士が助け合う活動は必要であり
コロナ禍においても可能な限り取
り組む事が重要と考えております。

社会福祉協議会では、「みんな
で進める 笑顔あふれる福祉のまち
づくり」を理念とし、第2次計画
が本年三月で計画期間を終える事
から、引き続き第3次愛荘町地域
福祉活動計画を策定し、住民の皆
様をはじめ、関係機関・各種団体
や企業・法人等の皆様と共に、こ
れまでの活動を引き継ぎながら、
みんなとの「つながり」を大切に
した地域福祉活動の推進に取り組
んでいきたいと存じますので、皆
様のご支援とご協力をお願いいた
します。

皆様のご健勝とご活躍をご祈念
申し上げます。

第60回 滋賀県老人クラブ大会に参加して

副会長 大角 貞雄



令和三年十一月二十五日(木)野洲文化小劇場において、コロナ感染症の終息がみえない中、参加者を縮小して開催されました。

県老人クラブ会長の挨拶の後、表彰式では当連合会の福永一枝さんが「全国老人クラブ連合会会長表彰」、宇野重一さんが「滋賀県老人クラブ連合会会長表彰」を受賞されました。

県知事・野洲市長の祝辞が述べられた後、大会宣言「健康長寿をめざし」「健康づくり・介護予防活動」を進めます。

一、組織の強化をめざし、若手高齢者の活躍と仲間

を増やす活動を進めます。

一、「友愛活動」の充実を通じて、高齢者同士が支えあう活動を進めます。

一、地域の一員として、安心安全で住みよいまちづくりを進めます。

講演「医学知識を音楽にのせて」の演題で、内科医師・鈴木隆之氏による高血圧や糖尿病・コロナウイルス等の対策・対応を音色のひろいシンセサイザーやピアノ演奏に合わせて楽しくご指導いただきました。

滋賀県老人クラブにおいても全国三大運動「健康・友愛・奉仕」を柱に取り組みまれており、自国において少子高齢化また経済を支える生産人口の減少が著しい社会において、豊かな知識や経験・技能を備えた高齢者の役割や期待が益々大きくなっています。私たち老人クラブに関わるものは、誰もが願う健康で生きがいのある生活をめざした取り組みが求められております。



受賞者喜びの言葉

滋賀県老人クラブ連合会会長表彰を受けて

平居 宇野 重一



第60回滋賀県老人クラブ大会に於いて、県老人クラブ連合会会長より老人クラブ育成功労者として表彰を受けさせていただき、大変身に余る思いで光栄に存じております。

今、振り返ってみますと、単老会長・愛知川町老人クラブ連合会会長の重責を

お預かりしたこと等々の思い出が蘇ってきます。

これもクラブ員の皆さま方の温かいご指導とご支援のお陰であり、有難く感謝をいたしております。

これからも自身の健康に気をつけながら事業活動に参加し、地域の支え合いの輪を広げていければと思います。

ありがとうございました。



全国老人クラブ連合会会長表彰を受けて

百々町 福永 一枝



新型コロナウイルスも状況が落ち着いてきたかのように思われますが、まだまだ気を緩める状態ではないこの頃です。

令和3年11月25日(木)野洲文化小劇場で第60回滋賀県老人クラブ大会が開催され、40数名の方が表彰されました。

その中ではからずも私、全国会長表彰を受ける事になり、県の大会で受賞致しました。昨年は県知事表彰を頂き、今年は全国会長表彰を、私自身そのような表彰に値する人間と思つた事は一度もございませんが、これも偏に諸先輩の方や同僚の方々のご指導ご支援と、事務局と会員皆様のご理解とご協力のお陰と心から感謝致しております。ありがとうございます。

これからも微力ではありますが、老人クラブそして地域社会に貢献して少しでもお返しして参りたいと思っております。愛荘町老人クラブ連合会の益々のご活躍と会員の皆さまのご健康を心よりご祈念申し上げます。

“第7回 愛知川老人クラブのつどい” に換わるリーダー研修会
「今日もいきいき仲よく暮らしましょう」
 ～コロナに負けないで～

理事 大西 千代美

十一月五日（金）愛の郷に於いて、リーダー研修会が開催されました。

会長のあいさつの後、講師の西川裕治先生をお迎えし、テーマ「今日もいきいき仲よく暮らしましょう」くコロナに負けないで」と題して講演が始まりました。

一、「なりたくないが、ワライトバソウ」では、西川先生の体験談の中で、病院や歯医者での受付での失敗談、また八十才のおばあさんとの会話を笑いで語り長生きするとミスもあるが、気にしないでおいに笑いましょ。

二、「怖いものがタクサンアルが」では、大正時代にスペイン風邪が流行、八十万人が死亡したという。疫病との闘いの歴史がある。令和二年から新型コロナウイルスで、今なお世界はコロナと闘っている。感染予防の対策にはマスクの着用。手洗い。三密をさける。ワクチン接種など。終息をめざ

している。

次に四文字熟語の中から、二束三文や二人三脚等の意味を、ユーモアに説明され、クイズも出されとても楽しかったです。そしてバラリンピック創始者のことば、『失ったものを数えるな。残されたものを自分の最大限に生かせ』という。毎日がパラリンピックです。日々の生活に密着した内容で参加者約50名の方も楽しく、また熱心に耳を傾けてメモをとり意識のある一時間半でした。



人権研修会・交通安全教室・特殊詐欺被害防止対策に係る研修会に参加して

理事 高田 吉次



七月十六日、福祉センター愛の郷において、参加人員の縮小などの新型コロナウイルス感染防止対策を講じて開催されました。「コロナと人権」と題して、西川裕治先生より講義がありました。

感染症は、古く江戸時代より恐れられ、天然痘、スペイン風邪、新型コロナウイルス、インフルエンザ、令和に入り、新型コロナウイルスが発生し感染拡大の状況にあり、各種の対策が講じられております。

このような状況下にあつて、感染症がもたらすものが「人のうわさ・流言・伝聞」による人権侵害であります。病気になる事は勿論ですが「人の口」の方がウイルスよりもつ

と怖いと思われまます。私たちは三密を避けるなどの感染対策を徹底するとともに「心のつながり」を大事にし、疫病に負けない生活を送ることが大切とお話でありました。

次に、交通安全教室で「高齢者の交通事故防止について」東近江警察署交通課より、今年の町内交通事故発生状況と高齢者による自転車事故事例が紹介されました。自転車も車と同様にハンドルを握ったら「かもしれない運転」を心がけて、安全運転に努めるよう指導されました。

最後に、「特殊詐欺の現状と防止について」愛知川警部交番所の所長さんより、詐欺の発生状況・詐欺の特徴について事例が紹介されました。防止対策として、特殊詐欺被害の半数以上は固定電話から始まることから、「留守電ボタンをポチッと作戦」即ち、留守番電話設定にしておくことや知人に相談することが被害防止に効果的であると推奨されました。

高齢者を取り巻く環境は、「新型コロナウイルス、交通事故、特殊詐欺」など多くの課題に対処する必要があります。本日は大変有意義な研修会であったと思えます。

コロナ禍における活動を振り返って

会長 藤居 喜久男

愛知川老人クラブ連合会は、昨年
来、新型コロナウイルス感染拡大防
止の対応を迫られる中、行政を始め
とした社会的自粛要請を受け、クラ
ブ活動による感染者は絶対に出さな
いようにと感染対策に十分な注意を
払って活動に取り組んでまいりまし
た。

事業を推進する中で残念だったの
は、会長、副会長会議等が中止となっ
たことにより十分な意思疎通が図れ
なかったことです。そのような中で
大きな事業の、第七回愛知川老人ク
ラブのつどいと会員日帰り旅行が実
施出来なかったことは、残念の極み
でした（クラブのつどい中止に代え
りリーダー研修会を実施）。その他の事
業も緊急事態宣言の下、九月、十月は
活動の全面中止を余儀なくされまし
た。また、組織強化を目指した加入推
進も、パンフレットの配布等啓蒙活
動のみに終わり、ほとんど活動がで
きませんでした。その後コロナも少
し落ち着き、十一月以降は例年の事
業を実施できるようになりました。
このようにコロナ禍により、大変
厳しい状況のなかではありましたが、

私たちは「健康、友愛、奉仕」を柱に
様々な活動に取り組んでまいりまし
た。特に、高齢者の健康づくり、いき
がいくくり、健康長寿を目指す介護
予防活動の推進、高齢者の交通安全、
特殊詐欺被害の予防等にも積極的に
取り組んでまいりました。これから
も一層、自助、共助の精神を発揮し、
支え合いの輪を広げながら、地域や
福祉の担い手として、心豊かな地域
づくりに取り組む、高齢者福祉の向
上を目指し、また、若年高齢者を中
とした未加入者の入会と未組織地区
の組織化に更なる取り組みが必要で
す。

来年こそ、コロナ禍のもどかしい
状況から解放され、正常なクラブ活
動が推進できることを切に願って
います。



健康体操教室に参加して

愛知川 廣田 節子



教室に参加させていただきつ
かけは、Eスポの体操と一緒にして
いる知人から、坂梨裕美先生が指
導されている教室がもう一つあると
勧められたからです。
六十五歳になったのを機に、この
健康体操教室に参加させていただ
きました。

肩こりや足腰が痛く困っていま
したが、「無理して痛くなるまでや
らない。痛いからと動かさない
のはよくない。」とご指導いた
だきました。また、子どもの頃
から運動が苦手な私なので、音
楽に合わせる体操もなかなか出
来ず、リズムにのれなくても楽
しく笑顔で認知症予防になると
思ってしまうよう教えていただき、
少し気が楽になりました。

私たちの体操の様子を見てご
指導いただき、終了後にアドバ
イスを受けられる方もおられま
す。続けていると痛みがやわら
いでくるように思われます。

先日、十四名の出席でしたが、
先生から年齢を尋ねられ、六十
歳代は私だけみたいでした。二
十名ぐらいはおられる中で七十



さわやかウォーキング& スカイクロスに参加して

川原 辻野 ミト子



寒い朝十一月十八日(木)、今日はさわやかウォーキング&スカイクロスが愛荘町中央スポーツ公園で開催される日、友と出発。冷たい空気なのに運動する目は斜めから光る太陽が眩しかった。「八時半は寒いけど天気が良くて良かったね」と交わしながら会場入り。藤居会長から「互いの交流を深め健康増進を図る事を目的。」と挨拶され県の健康づくり推進員の小枝美代子先生を紹介された。先生はいきなり「さあ皆さん!!歩きましよう!!」と張りのある声を輝く太陽の下でノルディックステイックを両手に歩き廻りながらの一声!!参加者はアゼンとして次から次へと出てくる笑わせの言葉に私たちもつられて大きな笑い。独特の指導で気持ちりが明るく軽くなった。宇曾川堤防をステイック両手に二km。汗を流している人も目に入る。理事さんが先回りで机上にお茶、お菓子等のお心遣い。休憩のお茶はとっても美味しく頂けた。初めての参加者に折り返してあと二km。日頃喋れてない人との話声。前も後も「絆」の光景

を見て目的達成感「大!!」その後、健康づくり推進員の坂口良一先生指導でスカイクロスゲーム勘を使って直径三十cmの円盤を投げる。目標は十三m程先に風船のように軽い三角コーンをめがける。点数つけはルールに従って皆が話し合っただけ。円盤が何人かの人と重なった時、このゲーム特有の点数の付け方も楽しめた。とんでもない所へ飛んでも風のせいにして笑ってしまう。今日は笑う日、皆んな笑顔の余韻を残して十一時過ぎに終了解散。「またね!!」と快い笑顔の会釈。楽しい時間を有り難うございました。



第41回グラウンド・ゴルフ大会 (保健体育部)

十一月四日(木)愛知川老人クラブ連合会の第四十一回グラウンド・ゴルフ大会を中央スポーツ公園グラウンド・ゴルフ場で開催しました。

スコア 53 H O I
ベストクロス賞 國領辰四郎 スコア 56
ブービー賞 山田ますみ スコア 85

藤居会長の開会挨拶のあと、辻野保健体育副部長による号砲合図で、各ホール一斉にスタートいたしました。日頃の練習の成果を十分に発揮され、ホールインワングが出ますと歓声が上がリ、互いの交流が深まり楽しいひと時でした。

- 優勝 東平 信昭
スコア 48 H O 3
- 準優勝 浦部 善輝
スコア 49 H O 3
- 第三位 國領辰四郎



第34回ゲートボール大会 (保健体育部)

十一月十一日(木)愛知川老人クラブ連合会の第三十四回ゲートボール大会をラポール秦荘のはつらつドームで十チームの参加のもと開催しました。

三勝〇敗 勝差 14
かがやきチーム
二勝一敗 勝差 8

大会は、単位老人クラブごとのチーム戦でしたが、中には、選手の数人が不足していることから、混成チームとして参加されたチームもありました。今回、本部役員も「本部役員チーム」として参加いたしました。和やかな雰囲気の中で、日頃の成果を発揮され、各チームとも楽しく試合をされました。

- 上位入賞チームは次の通りです。
- 優勝 長野東Aチーム
- 三勝〇敗 勝差 16
- 準優勝 混成チーム



老人クラブの魅力 —新しい会員への呼びかけ—

老人クラブ会員になると、いきいきとした高齢期の生活が実現する。

① 地域に新しい仲間ができる。

- 老人クラブに加入すると、地域の同世代と仲間づくりができる。
- 地域の各世代との交流ができて、多くの親しい関係が生まれる。
- 老人クラブ活動と交流によって、社会性が保持され、連帯感が深まる。

② 健康の保持・増進になる。

- 老人クラブ活動に参加すれば、閉じこもりの防止、健康の保持・増進につながる。
- 健康体操、健康ウォーキング、グラウンド・ゴルフ、ゲートボールなどへの参加を通して、健康の保持・増進になる。
- 地域友愛活動を通して、精神的な充実感、こころと身体の健康が実現する。

③ 知識や経験を生かし、新しい能力の発揮ができる。

- これまでの生活や仕事、趣味などの知識や経験を生かす機会が増える。
- 老人クラブ活動への参加を通して、新しい学習や能力を生かす機会が増え、自己実現につながる。
- 地域の伝承文化を世代交流などにより若い人

たちに伝えることができる。

④ 社会活動への参画と貢献ができる。

- 「環境美化運動」や、リサイクル運動をとおして、地域環境の保全や美化、緑化など、住みよい地域づくりに参画・貢献ができる。
- 「在宅福祉を支える友愛活動」やボランティア活動などへの参加を通して、地域福祉の担い手として一翼を担うと同時に、地域の福祉と保健・医療サービスの充実についても働きかけるなど推進役となる。
- 老人クラブ活動を通して、高齢者の立場から豊かな地域づくりへの提言などができる。

⑤ 心のやすらぎ、充実感が得られる。

- 地域に多くの仲間ができることで、孤独感がなくなり、心のやすらぎが得られる。
- 仲間との交流は、日常生活に必要な情報交換に役立ち、心配ごとや悩みごとの相談を容易にする。
- 老人クラブ活動を企画し実践する中で、達成感や満足感、あるいは実践の評価に伴う充実感、感謝の気持ちなど、多くの精神的な喜びを味わうことができる。



お惣菜づくり

いきいき見守り訪問事業

女性部 西澤 茂子

私たちが生活をしていく中で誰もが安心して暮らす事ができる、そうした地域づくりを目的としたいきいき見守り事業の一環として、ひとり暮らしの高齢者の方々に、お惣菜を作りお届けさせて頂きました。

昨年は、コロナ禍による大変な時期でもありましたが、少しずつ日常生活が戻りつつある事を踏まえ、十月七日(木)に具だくさんの『きのこご飯』を作らせて頂きました。皆さまの笑顔を思い浮かべながら、ご健康を祈りながらの時間でした。

皆さまのお口に合いましたでしょうか？ 私たちが同じ地域で暮らしていく中で、人と人のつながりを大切に心豊かに安心して過ごす事ができる地域づくりに。女性部も少しでも何かのお手伝いできればと願っております。

私たちに今何ができるのかを常に心におき、今年もより一層皆さまに喜んで頂ける美味しいお惣菜をお届けできます事を楽しみにしております。今年も皆さまがご健康でお幸せな一年でありますよう、そして、今年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



短歌

友愛短歌

庭隅の櫓げやきの下を照らすごと
さわに咲きたる石路つばよみの花

伊谷 昌子

金メダル胸に木村選手は晴れやかなり
感動の涙にわれもむせびぬ
パラリンピック水泳

野の果てに新雪輝く伊吹山

※野崎 恵子

スキーに行きし若き日を思う

車椅子の老女の肩に手を当てて

若き女性のやさしくほほえむ

母の使ひし竹製の物指し手にやさし

辻野 愛子

大切に今も使ひぬ

雨蛙そら豆ほどの体して

声高に鳴く雨の窓辺に

※新かな

俳句

愛知川公民館俳句会

兼題 紅葉／百舌鳥（モズ）・当季雑詠

庭簾こぼれし秋を集めけり

前川 管子

ジーパンのすつきり乾くもず日和

中嶋 初子

紅葉や朝の紅茶の香り立つ

塚本美知子

石坂の手摺にありし紅葉冷え

久保田和子

遠伊吹紅葉衣に衣裳がえ

北邑よし子

皆なの子がすっかり握る赤まんま

西村 芳子

活動の記録



手芸教室



スカイクロス



県老人クラブ大会



市老人クラブ グラウンドゴルフ



長野西老人クラブ スクールガード



石橋老人クラブ 花の植栽

あとがき



新型コロナウイルスの猛威による各種の規制も少しずつ解除され、まだまだ不安もありますが、少し胸のつかえも取れた感じがします。今年こそはと願いながら、元気で明るく頑張りましよう。
(広報部)

「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう！

