

友愛こうら

第97号 発行：甲良町老人クラブ連合会
水と緑に恵まれた、歴史豊かな、この郷土を愛し、
たがいに友情の手で結ばれた老人クラブをめざそう

令和三年度を終えるにあたって

コロナ禍のなか活動をどう展開するか？

継続に向けた老ク連事業

甲良町老人クラブ連合会 会長 小林和夫

本年度も、コロナに翻弄された一年でした。

会員の皆様におかれましては、お健やかに暮らしのことと思えます。

日頃より町老ク連に対しましてご支援とご尽力をたまわりましてありがとうございます。

中国を発生源とした新型コロナウイルスは、今や世界中を爆発的に駆け廻り、ウイルスの形がより強力なオミクロン株に変化し、いっそうに収束する気配がありません。そういつたなか感染防止の観点から事業のほとんどを中止しなければならぬことになりました。

昨年度から引き継いできた50回記念の老人クラブ大会も中止に追い込まれました。しかし、予定通り甲良町老人クラブの沿革誌を発刊し、すべての会員様にお配りすることはできました。

年度末を控え、一月に理事

会・女性委員会や研修会を予定していましたが、開催が困難という状況となり、書面での提案・報告等となりました。

従来とさほど変わらない参加申し込みのあったグラウンドゴルフ大会等もやむなく中止でした。本町老ク連のた。一つのクラブ活動である生活文化クラブの活動は、第五波の波が下がった時期でもあり、切り絵体験を短時間でありましたがろうじて二回無事に開催することができました。珍しいものづくり体験は二度にわたり綿密に準備をしてご案内しましたが、またもや第六波に突入して中止することとなりました。そのほかどの行事も着々と準備を進めてきましたが、昨年に引き続き中止に追い込まれました。

来年度も新型コロナウイルス感染症により、本年度に引き続き老人クラブ活動も大きな影響を受けると予測されます。しかし、こんな時だからこ

そ、交流方法や社会参加方法を工夫して、「新しい活動様式」のもと老人クラブ活動を展開、継続に向けて計画を立てていきたいと考えます。

まずは、感染予防対策である「三つの蜜(密閉 密集 密接)を避け、人と人の距離の確保」「マスクの着用」「手洗い」を継続することを基本に、行事の開催目的や方法、感染防止対策について細部にわたり検討を行い、開催について判断していきたいと考えています。参加者を分けたり、開催回数を増やしたりして楽しめる老ク連事業を考え、支援していきたいと思えます。

たとえコロナの終息が見られなくても、会員様一人一人が、元気で明るく、笑顔があふれて、楽しく活動してください。『入っていいよ！』『入っていいよ！』と、思われるような甲良町老人クラブを各字クラブと連携して、発展させていきたいと思えます。コロナに負けずにウイズコロナの時代を乗り切っていきたいと思えます。会員 おひとりおひとりのさらなるお力添えをお願いいたします。

写真左から県老ク連会長表彰・優良老人クラブ賞受賞の正楽寺老人クラブ正寿会(会長 久保田進様)、中央は県会長表彰・福祉介護篤行者賞受賞の下之郷寿福会・西堀治男様、そして、右は全国老ク連会長表彰・優良老人クラブ賞を伝達された尼子老人クラブ喜楽会(会長 松宮久夫様)です。連続して大賞を受賞する連合会となり、うれしい限りです。

おめでとうござります



昨秋十一月二十五日(木)に野洲文化小劇場で滋賀県老人クラブ大会が開催されました。その席上で県老ク連会長賞の表彰と全国老ク連会長賞の伝達が行われました。先号で紹介しましたが、受賞当日の写真ができましたので、再度紹介します。

写真左から県老ク連会長表彰・優良老人クラブ賞受賞の正楽寺老人クラブ正寿会(会長 久保田進様)、中央は県会長表彰・福祉介護篤行者賞受賞の下之郷寿福会・西堀治男様、そして、右は全国老ク連会長表彰・優良老人クラブ賞を伝達された尼子老人クラブ喜楽会(会長 松宮久夫様)です。連続して大賞を受賞する連合会となり、うれしい限りです。

令和3年度から次年度構想に向けて ~会員の皆様の深いご理解とご参加を願って~

令和3年度も、コロナ禍はひとのからだを蝕むだけでなく、ひとそのものを変えてしまうほどの勢いで、厳しい年度になってしまいました。

私たち高齢者にとっては一日一日が今ある人生で、それがすべてです。『一日喜び』と、よく言われます。そして、何もせずに過ぎていく日々が『惜しい』と思う年齢であります。

飛躍を願う令和二年度を迎える一月理事会で、第50回の老人クラブ記念大会開催や二年度活動方針の基本的なことについて提起し臨んできました。理事会の要望でもあり多くの意見を聞いたり関係機関との調整もあり、この時期に提案することになりました。

そこで、三年度も同様に構想を最大限具体化して一月に示してきました。ところが、三月から四月にかけてのコロナ感染拡大で理事会や役員会が平常通り開催できなくなりましたが、早くに提示させていただいたおかげで乗り越えることができました。そして、会員の皆様には広報『友愛こうら』年度末号で概要をお知らせすることもできました。

今年度も同様に一月に役員会を開催して四年度に向う予定でしたが、オミクロン株の爆発的な感染拡大で中止しました。理事並びに女性委員さんには文書で提案してご意見等をいただく期間を設け、それらをまとめて三月理事会で活動方針と行事計画であらためて提案し、承認いただく予定をしています。理事様からは貴重なご意見をいただきありがとうございます。会員の皆様には昨年同様広報でお知らせいたします。

お読みいただき、温かいご理解とクラブづくりへの参画をよろしくお願いたします。

楽しむ

支え合い つながる	よさがある 行事・体験
リーダーと 参加者倍増	部会活性化 組織の課題

健康第一 爽やかなくらし
ウイズコロナの理解と実践

◆ まずは、ウイズコロナを みんなが理解して、クラブづくりの活性化を図る ◆

これからもウイズコロナ社会が続くであろうと言われています。本誌の原稿をつくっている一月下旬はオミクロン株の爆発的な感染拡大で、警戒のピークとなり構想意欲もなえてしまいそうでした。100パーセント安心安全ということはいつまで待っても不可能なこともかもしれません。そこで、一人一人が責任をもって自己の感染防止の取り組みを徹底し続け、会員みんながウイズコロナ社会における老人クラブの事業の在り方を思考し理解して積極的な事業・行事運営をして「健康第一」の具現化を図っていきたいと考えます。

◆ 健康で 爽やかな 高齢期のくらしづくり ◆
◆ 若々しい身体機能～体も頭も心も～を保持。健康寿命を延ばしたい ◆

高齢になれば身体機能も衰えるのは当然です。コロナ禍においてフレイルという高齢者の身体状況の衰えを指摘しています。また、健康で高齢期を送る提言もいっぱいされています。

介護の必要がなく健康的に日常生活が送れる期間を示す『健康寿命』と『平均寿命』も昨年末に発表されました。

	健康寿命 (A)	平均寿命 (B)	(B) - (A)
男 性	72, 68歳	81, 41歳	8, 73歳
女 性	75, 38歳	87, 45歳	12, 06歳



健康寿命は3年ごとに発表されていますが、前回から男女とも延びています。人生100歳時代と言われ平均寿命も延びています。さらに健康寿命を延ばすことは大きな課題で、終生健康で爽やかにくらししていきたいものです。

老ク連では、健康なくらしが続けられることを第一に考え、その活動を今までにも増して充実させていきたいと考えています。具体的な取り組みについて、その一部を紹介します。

◎手軽なグラウンドゴルフの大会や楽しむ会をふやし、支援します。

まず、人気のグラウンドゴルフ大会の年間二回の開催を確実にします。設定した期日が荒天等で開催できない場合、別途計画して開催します。また、初めての参加や愛好家を増やしていくための工夫や、見学者や運営に関わる協力者もお願いして、甲良町老ク連のよさをつくって大会をしていきたいです。さらに、運動・身体活動や交流を多くしていくために、字などで大会やお楽しみ会を愛好会や連盟、分館等々とも連携して開催してほしいと考えています。町老ク連も支援していきます。町運動公園までは行きにくい字であれば参加できるという会員様は喜んでくださると思います。

◎ゲートボールに代わり生まれたニュースポーツを、もっと手軽に楽しむ支援をします。

ディスコン わなげ スカイクロス等のニュースポーツ大会をゲートボールにならない字別対抗戦で行ってきました。しかし、シルバースポーツ大会がなくなったことやコロナ禍のため開催できていません。そこで、元年度に役員会で字で手軽にできる室内ゲームの講習会を行いました。

これを受け役員会に字役員様も加え、交流も兼ねて競技要領やおもしろさを体験していただく会を設定していきたいと考えています。そして、各字分館やサロンなど関係団体の事業とも緊密に連携して、運動経験や交流の場を増やしていくニュースポーツの会を設定してほしいと考えています。老ク連で支援していきたいと計画しています。

そんな活動の積み重ねで、役員のリダー性・指導性も自然のうちに図られ発揮されていくと期待しています。

◆ **互いが心通わせて 安心して暮らせるつながりづくり**
◆ **互いが支え合う生活支援活動の基盤を 高齢者のよさを生かしてつくりたい**

年度当初に各字での会員の年齢構成を調査した際、独り住まいや老々世帯の会員様の実態を役員さんの目でとらえていただきました。こうした方々に声掛けをするという友愛活動を基盤にしたつながりづくりの取り組みです。具体的には、広報『友愛こうら』(年5回発行)配布時に、できるだけ手渡しをして話しかけ、つながりが持てるようにし、併せて現状把握・元気確認をしていきたいという取り組みです。それを続けることにより安心して暮らせる町・集落づくりの一助となるようにしたいと願っています。

いつも気にかけているのだということが自然の内に伝わり、互いに安心して暮らしていけるようにしたいという願いからの取り組みです。こうした平成三十年度から続けている『ちょっと声かけ 見守り訪問』の実践を、定着させていきたいと願っています。これは、高齢者のもつよさを生かした活動で、若い世代の方たちにも示唆していくものがあると思います。

ちなみに年度当初に把握していただいた独居会員と高齢者だけの世帯の会員数は、次の通りです。

独居会員数89人 ・ **高齢者だけの世帯数162世帯**

今冬のかつてなかった豪雪時、独り暮らしの会員さんが気にかけてくださっていてうれしかったと喜んで話してくださいました。こんな声が聞けて、うれしかったです。

◆ **一人でも多くのなかまで楽しむ活動づくり**
◆ **甲良町老人クラブのよさが見える行事を つくりだしていきたい**

どのような行事でも大勢の会員様の参加で、まず、参加者一人一人が自分や仲間とともに楽しめる内容や方法を精いっぱい考えていきます。生活文化クラブの活動は、そんな取り組みの代表的なものの一つです。

健康づくりを中心に仲間とともに楽しんで活動して、自分をさらに肥やしていき、生甲斐づくりや生涯学習の契機にもなっていく活動をしたいです。運営面においても積極的になってきてくださることをうれしく思います。自然のうちにリーダー養成にもつながっていくと思います。高齢者の特性を生かして“ゆっくり ゆったり”と、“ここでしかやれない高齢者の同好会の活動”を発展充実させていきたいです。そして、芽生えつつある年間を通して開催していく『〇〇教室』『△△サークル』が生まれたり、各字での開催もしていけるよう連携と支援をしていきたいと考えています。

楽しみにしていただく伝統の親睦旅行も、コロナの感染防止を最優先に、ウイズコロナの甲良町老ク連の旅を創り出していきたいです。



◆ **組織の充実をめざす リーダーづくり**
◆ **役員の前向きな行事への参加で、クラブのよさを体験し 広めてほしい**

甲良町老ク連の役員は、理事と女性委員、そして、本部役員です。

理事、女性委員さんは、字での会長等として重責を担ってくださいます。連合会ではできるだけ用務の軽減をしていきたいと考えていますが、理事・女性委員様がたよりです。

そして、任期がたいはいは一年です。そこで、任期が一年であっても、力を発揮しリーダー性を発揮していただけるよう、取り組みをさらに具体化していきたいと考えています。

- 理事会をはじめとして役員会や講習会・研修会などには都合をつけて参加してほしいです。各種会議等は精選・統合したりして開催します。
- 連合会行事に積極的に参加し、会員さんに声かけをして参加者を増やしてください。
- 役員先進地交流研修会 県・ブロック役員研修会は、役職に与えられた研修会です。クラブの今日的課題や高齢者の生き方等について広く学び、自分たちのクラブの活動も語れ、見つめなおす機会にもしてほしいです。
- さらに見聞を広め、自身の豊かさを創りだしクラブの活動にも生かしてほしいです。連合会での役員の計画的な研修や用務について、さらに精選していくようにしたいです。特に、女性委員さんのリーダー養成については、肩を貼らず活動を通して自然のうちに培われるように計画していきたいと考えています。

◆ **部会組織を確立して、老人クラブ連合会の機能づくり** ◆
 ◆ **事業(行事)の精選と重点化 役員用の務の軽減をめざしたい** ◆

長年の課題であります。役員を選出についても課題がいろいろ浮き彫りになってきています。事業の精選と重点化に努める一方、会員の協力体制も役員経験者や有志を積極的にお願いして組織化していけるとありがたいです。

会員みんなで 老人クラブづくりを すずめていこう

来年度も みんなで、 **ゆっくり ゆったり 和やかに** 楽しんで活動しましょう



役 員 人 権 研 修 会

毎年人権週間に老く連では役員さんの人権学習を行っています。今年度は、東京パラリンピックの感動の年でした。『しょうがいを持つ人への理解・思いを寄せる』のテーマで、甲良養護学校の教頭林政庸先生を講師に計画しました。しかし中止しなければならないことになりました。

先生はお忙しい中、膨大な資料を準備してくださいました。ありがとうございました。

そこで、会員の皆様にほんの一部ですが紹介させていただきます。いくつになっても常に人権感覚を磨くことは大事にしたいことです。その参考にさせていただけると、ありがたいです。

知的障害とは？ ～その理解のために～ 《講話資料より抜粋してまとめています》

- ①知的障害の人は、具体的な指示と実際の体験で学びます。
時間をかけて具体的な活動の指示による体験を積み重ねて学び、大きな力を発揮します。
- ②学ぶ機会を失ってしまいました。
「どうせできないのだから」ということで、学びや体験する機会を奪われ、結果としてよりハンディをつくっています。
- ③少しだけ待ってください。
習熟について時間がかかります。知的な遅れはあっても生きる力に影響を受けているわけではありません。時間はかかりますが進歩と後退を繰り返しつつ、ゆっくり成長していきます。
- ④心のバリアフリーにつながります。
知的なハンディはあっても、温かな心は変わりありません。しょうがいをもつ人が仲間であることにより、まわりの仲間意識や雰囲気が良い方向に変わることがあります。

編集後記

「こんな雪降り見たことない」

と、九十五歳になられたAさんが、破損しかけた軒屋根を見ながら話されました。年末からの超豪雪。そして、コロナ感染症の急激で爆発的な感染拡大。雪と寒さとコロナ禍に押し潰されました。また、今年も、『なにもせんと 一年が終わってしまつたなあ』と言われる年となつてしまいました。そんな中で皆様には老く連に対しましてご心配や温かいご助言をいただき、ありがとうございます。

今号の『友愛こうら』は、ウイズコロナ社会の中で老人クラブが高齢者組織の代表的存在として、どのように取り組んでいけばよいかを広く会員の皆様にお考えいただき、老人クラブづくりを活性化していただくという願いで内容を構成しました。

厳しかつた時を乗り越え、高齢者のよさをだいに新しい老人クラブの活動で楽しんでいけることを、心から願いたいと思います。皆様の深く温かいご理解と積極的な参画をお願いいたします。

今号は書式も変わり、小さな字体で読みづらかったと思いますが、どうぞお許しください。