

2010

3月号

いきいき近江

◇発行◇
びわこ豊熟シニアクラブ
(滋賀県老人クラブ連合会)
会長 橋本 武浩
TEL.(077)567-3930
◇編集協力印刷◇
株式会社 関広
京都市中京区烏丸通二条上ル
TEL.(075)231-6121

滋賀県老人クラブ大会 (びわこ豊熟シニアクラブ大会)



平成21年11月13日、滋賀県立文化産業交流会館で第48回大会を開催しました。

大会は10時過ぎに開会され、開式の言葉に続き君が代斉唱、物故者への黙祷がおこなわれ、続いて橋本県老クラブ連会長の挨拶がありました。

引き続き県知事表彰、県老クラブ会長表彰および全老連会長表彰(活動部門)の伝達が行われました。その後、連滋賀県健康福祉部長、梅村県議会副議長、泉米原市長の祝辞の後、受賞者を代表して野洲市の西村秀継氏より謝辞がありました。続いて、大会宣言を採択して式典が終了しました。

11時からは第28回豊熟シニアの主張優秀者の発表が行われ、古賀彩子さん(大津市)の「夫の病気に学んだこと」、若林良治さん(湖南市)「これからの家族に求められるもの」私たちが高齢者の役割を考える」の発表



拍手が送られていました。最後に、参加者全員で「青山脈」の大合唱で飾り盛会のうちに大会を終了しました。

がありました。その後、デジサポ滋賀説明会事務局から「アナログ放送からデジタル放送へ」について、滋賀県警高齢者交通安全推進室ふれあいチームから「反射材の効果」について説明を聞いた後、県老クラブ連女性委員と男性委員が壇上に立ち、いきいきクラブ体操で身体をほぐし午前9時を過ぎました。

午後の部はサークル活動発表会が行われ、西浅井町・コーラス、大津市・銭太鼓、草津市・フォークダンス、栗東市・歌と舞踊、竜王町・舞踊、日野町・合唱と健康体操、湖北町・社交ダンス、愛荘・甲良・豊郷・多賀の四町による創作劇の共演で非常に盛り上がり、惜しみない拍手が送られていました。



滋賀県知事表彰

- 老人クラブ育成指導功労者
 - 大津市 杉浦和一
 - 草津市 久保 稔
 - 甲賀市 中榮正二
 - 野洲市 西村秀継
 - 高島市 宮崎大門
 - 高島市 志津紀恵子
 - 優良老人クラブ
 - 草津市 洪川西老人クラブ
 - 守山市 播磨田老人クラブ
 - 栗東市 野尻老人クラブ白百合会
 - 高島市 海津一区老人クラブ
3. 「老人クラブ淡海の郷づくり事業」優良老人クラブ
- ・伝承部門 瀬田北学区老人クラブ連合会
 - ・社会奉仕部門 大津市 浜老人クラブ
 - 高島市

滋賀県老人クラブ連合会会長表彰

- 老人クラブ育成成功功労者
 - 綾 知 計 大津市
 - 西 村 源 大津市
 - 鎌 江 一 治 大津市
 - 榎 木 寛 敬 彦根市
 - 殿 省 治 彦根市
 - 富 江 武 治 近江八幡市
 - 田 村 勝 草津市
 - 船 瀬 昭二 栗東市
 - 嶋 鶴 弘 甲賀市
 - 大 井 一 進 甲賀市
 - 谷 西 行 野洲市
 - 多 口 正 野洲市
 - 清 胡 真 夫 高島市
 - 世 代 甫 米原市
 - 優良老人クラブ
 - 青 山 昭 二 安土町
 - 勝 見 藤 三 郎 竜王町
 - 田 中 猛 甲良町
 - 宮 田 鈴 子 甲良町
 - 松鶴クラブ 大津市
 - 辻ヶ下老人クラブ 大津市
 - シルバークラブ千頭会 大津市
 - 海瀬町新生会 彦根市
 - 十王町老人クラブ 近江八幡市
 - 北大堂老人クラブ光寿会 草津市
 - 欲賀老人クラブ 守山市
 - 山出老人クラブ 野洲市
 - 中央虹の会 湖南市
 - 古川老人クラブ 高島市
 - 下出屋敷老人クラブ 甲良町
 3. 篤行者 多賀町
 4. 永年動続者
 - 田 中 茂 子 守山市老人クラブ連合会
 - 東 平 昭 委託町愛知川老人クラブ連合会
 - 村 上 左 門 虎姫町老人クラブ連合会
- 全老連会長表彰(活動賞)
- 仲間づくり活動部門
 - 彦根市老人クラブ連合会 彦根市
 - 安土町老人クラブ連合会 安土町
 - 健康づくり活動部門
 - 草津市老人クラブ連合会 草津市
 - 今浜町老人クラブ 守山市



わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

交通災害共済に加入しましょう

加入できる方

- 県内に住民登録または外国人登録をしている方
- 県内の事務所・事業所・学校等に勤務または在学している方

共済期間

- 平成22年4月1日から平成23年3月31日までの1年間
- 途中加入もできます

掛金(年額)

1人500円(1人1口)

加入受付

市役所または町役場の担当課窓口まで

対象となる事故

日本国内で一般交通の用に供する道路において、自転車、バイク、自動車等の運行中に発生した事故(自損行為を含む)または、これらの車両にひかれたりした事故による死傷が対象(共済期間内に発生した交通事故に限る。)

くわしくは、市役所または町役場でおたずねください。

滋賀県市町・滋賀県市町村交通災害共済組合
TEL.077-524-4610

災害見舞金

等級	金額	対象
1等級	1,000,000円	死亡
2等級	800,000円	自動車損害賠償保障法施行令別表の等級の区分の第1級各号に該当する障害、即ち両眼が失明したもの、両上肢の用を全廃したもの、両下肢の用を全廃したもの等です。
3等級	120,000円	医師の治療実日数(入院治療日数および通院治療日数)以下同し。)が120日以上の傷害
4等級	70,000円	医師の治療実日数が60日以上の傷害
5等級	40,000円	医師の治療実日数が20日以上の傷害
6等級	25,000円	医師の治療実日数が5日以上の傷害
7等級	20,000円	医師の治療実日数が5日未満の傷害
加算	10,000円	通院治療に限り、ギブス固定期間が30日以上ある場合



平成21年度第2回高齢者相互支援活動研修会と
県老ク連女性委員会研修会が合同開催



平成21年12月1日県立長寿社会福祉センター大教室において開催されました。会場には300名を超える参加者が集まり午前10時より開会しました。

橋本県老ク連会長の挨拶のあと、大阪市立いきいきエイジングセンター館長の石田易司先生による講演が行われました。「老人クラブの活性化と地域福祉」と題された講演では、高齢者に関する各種の統計調査データをもとに高齢者を取り巻く環境変化や地域福祉の課題を分かりやすく説明いただきました。特に、2015年に高齢者25%時代を迎え、制度によるだけでなく市民の自治によって、地域社会の活力を高めることが重要、地域社会を構成する市民並びに多様な組織および参加と協働により取り組みを進めていく必要がある」と話されました。また、老人になると逆の発想が難しくなることを後出しじゃんけんを例にとり話され、勝つことは簡単だが負けることは難しいことを会場の参加者全員で体験しました。

続いて、滋賀県土木交通部交通政策課から「見る・待つ・止まる・確かめる」交通安全に遭わないために」と題して特に夜光反射材の着用効果について詳しい説明が行われました。

昼食をはさみ、「いきいきクラブ体操」に参加者全員で行った後「とも」輝いて生きる地域づくり」をメインテーマに県老ク連女性委員会研修会としてスタート。西山女性委員長の挨拶の後「全老連女性リーダー研修会に参加して」と題して白井女性委員が報告。

引き続き、石田易司先生の座長により事例研究が行われました。大津市老ク連副会長長崎中芳枝さん、彦根市高宮和楽会第5支部前支部長和田美智子さん、木之本町



老ク連会長藤田市治さんからそれぞれの老人クラブ活動事例が発表され、女性会員が単位クラブや市町連合会段階で役員に登用された女性リーダーとして元気いっぱい頑張っている事が報告されました。また、藤田市治会長からは、「男女共同参画」としてのそよかせ教室」と題して、参加者の男女比率等に頭を痛めながら常に男女共同参画の理念を老人クラブの運営の中心に置いて取り組んでいることを報告されました。その後意見交換の後、石田座長からリーダーシップの重要性、一人ひとりの気持ちをくんだクラブ運営が求められると研修会のまとめ報告が行われました。

その後「ふるさと」の歌を合唱、藤田幸子副委員長の閉会あいさつで研修会が終了しました。

女性委員会だより

高齢者相互支援活動研修会当日の午後から、女性委員会研修会を開催しました。

各ブロックより代表5名の方に発表して頂きました。私達老人クラブも様々な問題を抱え、単位クラブの活動にご苦労されている事、会員の減少、加入率低下、役員を引き受けてくださる方がなく、現在では女性委員

会活動にも大きな改革の時期をむかえているのではと、感じさせられました。参加頂いた皆さんから質問も伺い、実のある研修会であった事に感謝申し上げます。事前にお願ひ致しましたこの木なんの木、希望の樹」が立派に出来上がりました。皆様のご協力、本当にありがとうございました。



葉っぱアンケートの集計結果を報告します。(西山順子)

葉っぱアンケート集計結果

- ※思っていること 男性34名
○クラブの繁栄はリーダーの「やる気」である。
○男女共に進んで参加できるクラブに。
○高齢者には、利己主義者が多い。
○出会いを大切に楽しく生活したい。
○まず孤独にならないこと。
女性22名
- ※肯定意見 男性21名
○老人クラブは灰色のイメージがあったが、「老いを強く楽しく生き抜く」ことを学びたい。
○クラブ活動に参加、知識を深めたい。
○我が人生に入学あり、卒業はなし。
女性35名
○仲間づくりの輪が広がった研修、健康づくりが出来た。
○子ども達との交流でパワーをもらった。
女性24名
- ※悲観意見 男性6名
○合併前に戻りたい。
○年齢層が広く、若年層と老年層の考えに相違があり。
女性24名
○合併後の老人クラブ活動が心配。
○老人クラブ崩壊の危機(合併前に戻りたい)。
○老人クラブ活動は、会員の年齢幅が広く難しい。
○補助金の減額。
- 公助、自助、共助の概念をどう定着していくか。
女性41名
※改革意見
○会員の交流を増やす。
○若手会員の入会を望む。
○役員は留任せず、若い会員の育成を希望。
女性32名
○友愛活動を積極的に持つように。
○気軽に参加できるクラブづくり。
○クラブの役割では、奉仕・健康を通じて地域の連帯感を深める。
女性28名
※抱負表明
男性8名
○健康・友愛・奉仕の3大目標で地域に貢献し、日々の生活に感謝して生きたい。
女性28名
○長い人生経験をもとに次世代に残すものを見つけ、地域の担い手として社会的役割を果たす。
◎「あ・い・う・え・お」の暮らしを！
㊦…会いたい人がいる。
㊩…行きたい所がある。
㊪…生まれてきて良かったと思える。
㊫…笑顔がいっぱいある。
㊬…お互いの違いを認め合える。

あなたの胸の赤い羽根がこのまちの福祉活動を支えます。

赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました。みなさまからいただいた寄付金は、地域のさまざまな福祉活動やボランティア活動の支援のために、役立たせていただきました。

滋賀県共同募金会



嘉田知事と面談する正副会長

平成22年1月15日(金)県老ク連正副会長は嘉田知事と面談し、県老ク連の現状と課題を説明し、併せて要望事項に理解を求めた。

滋賀県知事へ
県老ク連の現
況説明を行う

募集原稿投稿要領

この会報は会員の皆様に参加して作るものです。投稿の題名は自由です。皆様からの「ひろば」への投稿をおまちしております。下記の要領にしたがって、気軽にどしどし投稿してください。

- ◆原稿は、題名、氏名、単位クラブ名(所属老ク連名)を含み、470字以内にして下さい。写真があれば360字以内とし、写真も一緒に送ってください。(所定の字数より多い場合、掲載が出来ないことがありますので、所定字数内をお願いします。また、各号お一人様一作品とさせていただきます。)
- ◆文芸欄の「短歌・俳句・川柳・情歌」は、お一人様一部門一作品(厳守)とし、どの部門かを必ず明記して下さい。(1枚のハガキに同一部門の複数作品は、無効となりますので注意願います。)応募はハガキでのみとします。(連名・封書は対象外とします。)
- (注)同一人の作品が重複(複数応募)した場合は、各号の原稿締切日に近い作品とさせていただきますので、ご了承願います。難しい漢字(あて字)にはふりがなを記入して下さい。

- ◆投稿方法 郵便番号、住所、氏名、電話番号、単位クラブ名、所属市町老ク連名を明記してください。
- ◆原稿締切 特にありません。いつでも応募できます。紙面・印刷の関係上直近号に掲載できないことがありますので、ご了承願います。
- ◆原稿等送付先 〒525-0072 草津市笠山7丁目8番138号 県立長寿社会福祉センター内 滋賀県老人クラブ連合会事務局
- ◆投稿作品は、掲載したもの、掲載できなかったもの、いずれの原稿・資料および写真等は返却いたしませんので、ご了承願います。

健康づくり推進員 出前講座 だより

県老ク連では、健康づくり支援事業として、各市町等連合会、支部・ブロック・学区連合会および単位クラブの「健康づくり事業」への出前講座をおこなっております。

寒かった冬場の運動不足を解消する季節です。「ニュースポーツ」・「健康体操」等で身体を動かしませんか！ちょっと栄養のバランスを考えた料理講習会はどうですか！

健康づくり推進員は、皆様の健康づくりのサポートをしています。新年度の事業計画に、県老ク連健康づくり推進員が行う、『出前講座』のご利用を検討して下さい。(原則土・日・祝日は取り扱いをしておりますが、体操等についてはご相談に応じます。)

なお、健康づくり推進員(講師)の派遣費用(謝礼、交通費、講習用資料代等)は、全て県老ク連が負担します。

お申し込みは、各市町等老ク連事務局を通じて県老ク連へ、2週間前までにお願いいたします。(講師との日程調整のため、事前に一度県老ク連あて連絡をお願いします)



料理教室

会報

いきいき近江

広告スポンサー



募集中

「いきいき近江」は、
発行費用(取材、編集、印刷等)を、
広告掲載費でまかなっております。
広告掲載により、「いきいき近江」の発行を
サポートしていただける、
スポンサー様を募集しております。

◎お問合せは、広告業務取扱(株)関広までお願いします。

〒604-0857 京都市中京区烏丸通二条上ル

TEL. 075-212-5221

FAX. 075-231-4677

営業部担当：竹井

● 春の全国交通安全運動 ●

期 間	4月6日(火)	①高齢者と子どもの交通事故防止 ②飲酒運転の根絶 ③全席シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底 ④夕暮れ時・夜間の交通事故防止と反射材の普及
	4月15日(木)	

☆ やさしさが キラリ湖国の 交通マナー ☆

わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

後期高齢者医療制度の被保険者の皆様へ

第2期(平成22・23年度)の保険料が決定しました

●保険料率(年額)

区 分	現行(平成20・21年度)	改定後(平成22・23年度)
被保険者均等割額	38,175円	38,645円
所得割率	6.85%	7.18%

〈保険料の例〉一人世帯で公的年金収入のみの場合

年金収入80万円までの方の場合	年額3,864円(47円の引上げ) 〈均等割額が9割軽減されています〉
年金収入153万円の方の場合 (所得割 賦課なしの上限額)	年額5,796円(70円の引上げ) 〈均等割額が8.5割軽減されています〉
年金収入201万円の方の場合 (厚生年金支給額全国平均額)	年額48,148円(1,168円の引上げ) 〈均等割額が2割、所得割額が5割軽減されています〉

※職場の健康保険などの被扶養者であった方の軽減

資格を得た日の前日に、職場の健康保険などの被扶養者であった方は、均等割額が9割軽減され、所得割額は賦課されません。

※新しい保険料額は、平成21年分の所得が確定した後、7月に個別に郵便にてお知らせします。

詳しくは**お住まいの市町の担当窓口**または**滋賀県後期高齢者医療広域連合(TEL077-522-3013)**まで

〒520-0044 大津市京町四丁目3-28 ホームページhttp://www.shigakouiki.jp/

～滋賀県後期高齢者医療広域連合は、県内全市町で構成されており、後期高齢者医療制度を運営しています～

地域の活動だより

保健・体育部会の活動

草津市老ク連

一番人気のグラウンドゴルフ大会は協会の協力を得て大盛況です。

会員参加が1000人以上にもなる健康フェスティバルは部会にとって、大仕事です。プログラムの点検、係の割り当て、道具の用意等々を昨年度の反省と今年の取り組みを打ち合わせ、資料づくりを始めます。

出来た資料を学区に持ち帰り、単位クラブと調整し選手名簿を作成します。

毎年のことですが役員が替わるので四苦八苦していただくこととなります。

いよいよグラウンド準備の日、台風が接近理事会・体育部会で話し合いがもたれました。

今は晴れている、午前中だけでもやりましょう。朝から雨とわかっていて、準備は意

味がない。意見は割れてしまってもめています。体育部会の決断は「今年は中止」と決定！

各学区役員が学区に連絡に走りまわりました。

実施しなかったから、「楽しかった」の声を聞くこともありませんでした。

今年 実施しなかったことが来年に響かないか、心配も残りました。

やりました！楽しかった！の報告は気持ちいいですが実施できない行事も行事の一つ。

天候に左右されず、仲間づくり、健康づくりにつながる新しい取り組みを見つけた。

頭が痛い会議がもうすぐ招集されるでしょう。



長寿を祝う

守山市老ク連速野学区

私たち速野学区老人クラブは7単位老人クラブで男子431人、女子503人、総数934人で構成しております。

「会員相互の親睦、地域奉仕」を活動の基本として、各々

の単位クラブ、学区活動は勿論であります。市老ク連への積極的な参加をしております。

学区の主な活動は、会員の親睦・健康づくりのグラウンドゴルフ大会や介護家庭への友愛訪問以外に、速野学区では、毎年9月の敬老日に速野学区長寿祝賀会を開催しております。

昨年は米寿を迎えた方が20人、喜寿の方が47人、結婚50年という金婚式を迎えられた方が11組ありました。

合計89人を招待して長寿を祝う会を開催しました。祝賀会の終了後は、県老ク連の赤尾美智子先生を講師に迎え、『健康長寿をめざした上手な生き方』と題して記念講演を開催し、盛大に、皆で楽しい一日を過ごすことが出来ました。

高齢化が進展する中、私たち健康な高齢者が地域社会で少しでもお役に立てるよう頑張っておきたいと考えております。

（今江種一）



速野学区老人クラブ連合会長寿祝賀会

栗東市老ク連高齢者研修会で発表して

栗東市老ク連

栗東市老ク連が県サークル活動に、発表出演が決まり役員会にて相談の結果、全員で出演する事が望ましいと題名も決まり、男女一緒に踊る事になり、私も初めて出逢う人達と一緒に踊れるかと、寝ても覚めても頭の中は一パイでした。何度となく練習を重ねながらも、間違えばかりです。

仲間の人達は、豊富な知識を持った人達ばかりで、不安がつるばかりです。そしたら其の人達も、同じ不安で追いつけない、と話しかけられエッ！と思いき、救われた気持ちになりました。当日、時間制限もあり慌しく終り、参加者一同帰宅途中、栗東市老ク連高齢者研修会の最終のアトラクションに、飛び入りで参加披露しようと今度は出演者が楽しみ、当日はハツラツと



平成21年度栗東市老人クラブ連合会高齢者研修会

して踊りを発表する事が出来た。出演者一同が心一つになり、爽やかな気持ちになれました。「命には定年がない」、これからも素晴らしい出逢を楽しみに、日々を過して行きたいと思えます。

（井上芳夫）

臨時総代会開催

野洲市老ク連

去る12月14日(月)会則の変更に伴う臨時総代会が開催されました。

当連合会の発足は平成18年1月に合併後3年が経過しました。今回会則の改正に伴い20年度より検討委員会を立ち上げ、11回の委員会を開催し検討して来た結果、臨時総代会の開催となりました。

施行は本年(22年)4月より施行されます。

◎主な改正点
☆名称の変更をする事



野洲市老人クラブ連合会より、野洲市老人クラブ連合会(通称「野洲市老ク連連合会」とする事。

☆中主・野洲支部の支部制を廃止し、地区制(中里・兵主・野洲・三上・祇王・篠原・北野の7ブロック)にする事。

☆会議
総代会・理事会・役員会を置く。

☆役員選出については、理事の選出は、各ブロックより各男女1名を選出し、その中より会長・副会長・会計を選出しその他の者は理事となる。

☆事務局を両支部に設置していたものを統合し、1カ所にする事。

☆専門部を設置(文化部、健康部、社会部、生きがい部)4部)し、各専門部も各地区より男女各1名づつ選出する老人クラブとしての事業の充実を図ることになる。

以上主な改正点を列記しましたが、充分ではなく今後改正をしながら、老人クラブとして組織の充実に努力して行きたいものです。

みなさまのご指導をお願い致します。
(田中正克)

社協と共に防災活動

甲賀市老ク連土山支部

地域の住民が生命や財産の安全を確保し被害の軽減を図るために、老人クラブや社会福祉協議会、民協、日赤奉仕団の共催で防災活動教室を開



催しました。

あずま防災会の中島仁史事務局長に3日間、コーディネートをしてもらいました。1日目は、滋賀県消防局本部から起震車による体験教室。地震時に身体に受ける感覚や建造物を受ける影響を体験。消火訓練は水を使って消火器の使い方を参加者47名が学びました。

2日目は、日赤奉仕団員より、お釜でご飯を炊いてもらい、老人クラブ会員46名も防災意識を高めました。

3日目は、県社協職員の方が緊急時の対応について講義。緊急時に何が必要か。健康保険証や食料品、貴重品、暖房、衣類等発言されました。土山支部老ク連廣沢会長は「太いローソクもあつたら便利です」と高齢者ならではの発言がされました。

万が一、災害があった時地域の独居老人や超高齢者がどちらに住んでおられるか、福祉マップを作成されている

「あずま防災会」に見習って、安全で安心して暮らせる町づくりを創設していかねばと強く感じた教室でした。
(原田美枝子)

黙々と粘土をこねる子ども達

湖南市老ク連

毎年開催し好評を得ている「3世代間交流陶芸教室」を今年度も、去る1月16日(土)に開催しました。

例年は、夏休み中の事業としていましたが、今年度は陶芸窯を新しくした関係で実施を遅らせました。その影響で参加者は減少しましたが、少人数ながらも中身の濃い結果を得ました。

小学生7名、親達6名に対して老人クラブ陶芸部員8名が土ねりから型づくりまで指



導に当たり、その指導を受けて、作業を楽しみながら懸命に取り組んでいる姿は、傍からも頼もしく感じました。作品の出来栄は、この後の素焼き、乾燥、本焼きの結果で姿を表しますが、それまでの間色々と考えながら楽しみにしていることだろうと思えます。

第2回目は「若者とふれあおう」をテーマに日野町少女合唱団のうたごえと日野町青年会のおよこいソーラン踊りを鑑賞いたしました。

第3回目は映画「おくりびと」の鑑賞と解説は好評を博しました。

第4回目は「健康で長生きするには」と題して町内で開業されている下池メデイカルクリニック院長による動脈硬化予防等のお話をお聞きし、健康についての日常の暮らし方やお菓の飲み方など日常生活について教えていただきました。

(池上幸男)

日野シルバー大学

日野町老ク連

日野町老人クラブ連合会では、会員の健康・友愛・および奉仕活動の礎を涵養すると共に教養を深めるために、町と共催で文化振興事業団や社会福祉協議会等と連携し、毎年4回開講をしています。

テーマや内容は会員の要望に添いながら開講の趣旨に合うものとしています。

今年度については、第1回目は「身近に潜む危険」と題し身体の救急時、火災や地震等緊急事態の適切な

対処の仕方などについての日野消防署の予防係官の講演を受けました。

一人暮らしや老人夫婦世帯が多い中で尊い命や財産を守るうえに大変参考になりました。

第2回目は「若者とふれあおう」をテーマに日野町少女合唱団のうたごえと日野町青年会のおよこいソーラン踊りを鑑賞いたしました。

第3回目は映画「おくりびと」の鑑賞と解説は好評を博しました。

第4回目は「健康で長生きするには」と題して町内で開業されている下池メデイカルクリニック院長による動脈硬化予防等のお話をお聞きし、健康についての日常の暮らし方やお菓の飲み方など日常生活について教えていただきました。

(川原保夫)

第2部の老人会と青年会のトークショーは昔の青年団のことや今の青年会の考えや要望贈りたい言葉など世代を越えたお互いの立場を尊重した意見や主張・提言などで盛り上がり大変意義のあるものでした。

このことがきっかけとなり、毎年12月に青年会が主催されている「町民駅伝大会」が今年度は第40回の節目の大会となり、走者をつなぐ「たすき」を女性部の手作りでお手伝いをさせていただきました。

若者との交流は私達老人会員にパワーと若返りを与えていただきました。

これからも世代間を通して交流を發展させていきたいものです。

一方、青年会の元気が満ちあふれる踊りは、はじめて目のあたりにした演技に受講生はその迫力に圧倒され目を奪われました。



わたしたちは、びわく豊熟シニアクラブの活動を応援しています

パワー全開「ふる里づくり」にがんばりましょう。

安土町老ク連

私達は、今日まで多くの人の達のお世話を戴き、この目を迎える事が出来た。各々が培ってきた貴重な体験・経験を活かして「ふる里づくり」に一層努力する所存でございます。さて我が国は世界的な不況下にあつて経済大国文化国家として発展を遂げて参りました。トヨタは世界の自動車業界をリード致しておりますが、この度アメリカで販売されているトヨタ車のアクセルペダルの不具合でリコールと

いう問題が浮上いたしました。自動車産業のメカニズム、車の機構、性能が交通事故を防ぐ事につながる問題として、避けて通る事はできません。早い対応が求められています。文明の先端をいく車は、私達の日常生活から切り離す事は出来ません。時にこの車が凶器と化して悲惨な交通事故を起こし、私達の尊い命を奪うのです。私達は①事故にあわない。②事故を起こさない。③事故を起こさせない。この三つの約束を誓い、交通事故のない明るい楽しいふる里、安土の町づくりを進めています。安土町老ク連では、2010年「交通事故撲滅ゼロ作戦」を実施いたしております。

ます。この活動は今年で5年目の継続となります。お陰様で2008年、2009年と安土町におきましては、交通事故ゼロと言、良い年を終える事が出来ました。近江八幡警察管内の交通事故死者ゼロの町として、表彰をしていただきました。安土町老ク連では、まず個々の家庭から、ひいては集落全町へとその輪を広げております。2月25日(木)第5回「交通事故撲滅決起集会」を開催。大会に先がけ2月4日(木)には「交通安全啓発訪問」を実施。今年度は①加賀地区270戸②十六地区150戸③上豊浦地区150戸の計570戸を重点地区として、

現役医師の緊急レポート



「ガンに克つ!」驚異のプロボリス療法

無料呈送 送料無料

もし、あなたやあなたの大切なご家族・ご友人がガンの宣告を受けられたら、あなたならどうしますか? あなたならどう治療を希望されますか? 厚生労働省の調査によると、2008年度のガンによる死亡者数は34万3000人。この数は全死亡者数の約33%にあたり、過去最高を記録しました。つまり、日本人の3人に1人がガンで命を落とすという問題も無視できません。 「よりよく、より長く、人がながるための尊厳を保ちながら生きるために何が出来るのか」西洋医学の欠点と限界を補う治療法はないのか? 一試行錯誤を重ねた一人の医師が、50名様にプレセント。抗ガン剤では効果が期待しにくい固形ガンに対して、高い殺ガン作用を示す「プロボリス」に着目。学会でも発表されたその効能と可能性を一冊のレポートにまとめました。 今後は、この小冊子「ガンに克つ! 驚異のプロボリス療法」を、ご希望の方先を重ねた一人の医師が、50名様にプレセント。数に限りがあるのでお申し込みはお早めに。 ■各申込みは電メカにて。

Graph showing the effect of Proboris on A549 cells. The graph plots '殺菌率 (%)' (Antibacterial rate) on the y-axis (0 to 100) against 'プロボリス (μM/mL)' (Proboris concentration) on the x-axis (0 to 5). The data points show a clear upward trend, indicating that as the concentration of Proboris increases, the antibacterial rate against A549 cells also increases significantly. Text below the graph includes contact information for NPO法人セルブテック情報研究センター and a website URL.

啓発訪問活動を実施。当活動には近江八幡警察署(3)安土駐在所(2)安土町交通安全協会(15)安土町老ク連(30)の御協力を戴いています。第5回「交通事故撲滅決起集会」には交通安全の意識を高める為、22クラブより標語を作って発表。大会にあわせ交通安全祈願の大きな絵馬を作りました。絵馬には安全を祈る会員さんからの千羽鶴が届けられています。1772名会員の願い「交通事故撲滅ゼロ作戦」がその成果を上げられる事を願っています。

(森本佐市郎)



町のあゆみに取り組む

彦根市老ク連福寿会

私たちは、本町3丁目の「福寿会」として、会員の減少に耐えながら活動を続けてい

我が町は、昭和45年には約130世帯あったのが、現在では55世帯になっている。この町には借家住宅が多くあつて、その後の新興住宅街造成が進んだ頃に、一戸建住宅を求めて転出家族が多くあつたことが、世帯減少の大きな要因であつたと思われる。

(田中慶哉)

福寿会では、町の変遷の記録が必要という意見があつて、平成10年に会員が調査をして『古き町並みを偲んで』を作成し、町内にも配付した。その後、平成14年には彦根市立病院の新築移転に伴って、病院関係の駐車場の必要もなくなり、スミス記念堂が再築されるなど、町内も大きく変わった。

高齢者自転車競技大会

多賀町老ク連

近江歴史回廊の案内によると、わが町は彦根山に城が築かれるまでは、彦根寺という観音霊場として、平安時代には名刹の聞えが高く、都からの参詣が流行となつていたので、巡礼街道の終点近くで連着(背につけて物を担うのに使う道具)をほつて物道端にあつた石に腰を掛けてゆつくり休んだと伝えられている。この石については、藤原時代から存在する唯一の記念物として、この石が失われることを心配して、だれが言出したのか、この石を『腹痛石』と言ひ、さわるお腹が痛くなると言ひ伝えて、大切に守り継がれてきた。



この様な歴史ある町として、近年の町内のことを記録したものを残すことにしようとして、福寿会は町内の伝言に寄与したいと考え、調査・作成に努めているこの頃である。

ら本部役員チーム、萱原榮寿会の2チームが参加しました。会場は交差点で車と出合い頭衝突、進路変更や横断時に後方や左右からの車との衝突、歩道上で歩行者の衝突などテーマ項目を配置した実技コースを設けられ、ペーパーテストと共に競技受講することになっています。彦根市、甲良町、豊郷町からは7チームが参加しました。競技は、1チーム各4名で構成。全員一斉のペーパー試験、チーム毎一人ひとりの実技がありその総合得点によって順位を決められるのです。結果は入賞をすることはできなかつたが、便利な乗物として利用しているもの、交通ルール等を気にせず道路を走っていたことに気がきました。今後は交通ルールを守り事故にあわない乗方等多くのことを学ぶ大会でした。

(吉田廣藏)

昨年秋に彦根、犬上地区交通安全協議会が多賀B&C屋内広場で交通安全高齢者自転車大会を開催されました。目的は、高齢者が被害者となる交通事故の発生が増加傾向している今「高齢者対象の自転車競技を通して、自転車乗用中における交通ルールを再認識することと交通安全意識の高揚とその習慣化を図り、悲惨な交通事故の発生を防止する」ためです。大会には、多賀町老ク連か



わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

京阪電鉄不動産が贈る豊潤ライフスタイル

湖都悠々

Bijours
ビジュアル浜大津

価値を知る人、日本一の水景にたどりつく。

京阪電鉄不動産が贈る、分譲マンション『ビジュアル浜大津』デビュー

大浴場、レストランといった多彩な共用施設と、24時間有人管理など、充実のサービスを備えた、安心のレイクサイドレジデンス。

お問い合わせは[ビジュアル浜大津]プロジェクト準備室

0120-956-897

携帯電話・PHS通話可
営業時間/午前10:00~午後6:00
水曜定休

ことゆうゆう で 検索 www.hamaotsu.jp

3駅3線利用可能な快適アクセス。
京阪京津線・石山坂本線「浜大津」駅 徒歩6分
京阪石山坂本線「三井寺」駅 徒歩5分
JR東海道本線「大津」駅 徒歩18分

永代管理の安心システム 「納骨御仏壇」

2段型壇 4月5日(月)より、新区画割り当て開始予定



春うつらら、そよ風にゆれる桜の花が、訪れる人を和やかな気分にしてくれます。「東本願寺 東山浄苑」、ここは京都東山の恵まれた自然に生まれた世界最大級の納骨墓所。信頼の永代管理システムによる、安心できる納骨堂として、近年さらに注目を集めています。

人にやさしく、最新設備も充実

800年に及ぶ本願寺の法統を受け継ぐ「東本願寺 東山浄苑」。その約7万3000平方メートルの敷地内には「納骨御仏壇」を安置した墓所(納骨堂)が設けられています。納骨御仏壇とは、上段に

御仏壇、下段に納骨可能な棚式空間が設置されているものです。

さらに、伝統に加えて、さまざまな最新設備が充実しているところも同苑の魅力です。納骨室内はもちろん冷暖房完備で快適、高齢者や体の不自由な方にもお参りしやすいようにとスロープを設置するなどバリアフリー対策も万全。館内には売店などの施設もあり、サービスが行き届いたこれからの時代にふさわしい納骨墓所といえるでしょう。

又、本堂で毎日朝夕に行われる法要ではマイクを通して説経が堂内すべてに行き渡るようになっています。

宗派を問わず、誰でも納骨可能です。

核家族化が進む現代では、ライフスタイルもさまざまにさまざま。親元を離れて暮らす家族が増えていることで、代々、お墓を継いでいくことが難しい時代になっています。

そんな中、お子様や跡継ぎがなくて後代相続を心配されている方や、「無縁墓にならない安心できるお墓がほしい」という方などから、近年特に注目を集めているのが、永代管理システムを取り入れた「東本願寺 東山浄苑」の

納骨墓所です。

宗旨宗派を問わない為、仏教各派はもとより、神道・キリスト教・無宗派など、どのような方でも納骨いただけることはいへん親しまれています。お墓には相続税がかからない為、生前から準備をされる方も増えています。

見学は随時、受け付けています。

今回、新企画が割り当てられるのが、2段型壇(上段150万円/下段150万円(納骨室内寸)、高さ26寸×幅34寸×奥行29寸)です。東山浄苑には、2段型壇以外に標準壇(30万円(納骨室内寸)、高さ87寸×幅39寸×奥行35寸)、中型壇(380万円(納骨室内寸)、高さ87寸×幅58寸×奥行35寸)、大型壇(650万円(納骨室内寸)、高さ87寸×幅88寸×奥行44寸)があります。価格には、永代維持管理費等が含まれており、月会費・年会費は不要です。見学は随時受け付け中です。

見学の祭には、約1万基の仏壇が安置された「嘉



東山浄苑 東本願寺

ご見学の方に限り、JR「京都」駅・京阪「清水五条」駅・阪急「河原町」駅・同苑のタクシー代を負擔してまいります。

〈見学のお申し込み〉お問い合わせ先「東本願寺 東山浄苑(TOSHINJI)」
〒605-0845 京都市山科区上花山旭山町8-1
☎075(541)8399
☎0120(23)1342
午前9時〜午後4時
受け付け※特別行事開催時には変更となる場合があります。



枝堂(本堂)や、約2万基が安置された「常楽堂」を案内してもらいながら、正しいお参りの方法などのお話を聞くこともできます。もちろん、その場で納骨御仏壇の仮押さえも可能とのこと。数に限りがありますので、なるべくお早めにご準備されてみてはいかがでしょうか。

わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

いつまでも、元気で。

ペットの様々なトラブルをケア

- ① 幼齢から老齢までご利用可能
- ② いつものご飯に混ぜるだけ
- ③ 薬と併用しても大丈夫

ワン! ペット用健康食品 **愛犬用 サン・クロレラ**

粒タイプ	800粒入(60g)	2,100円(税込)~
粉末タイプ	40g×1袋入	1,575円(税込)~

ニャン! ペット用健康食品 **愛猫用 サン・クロレラ**

粒タイプ	600粒入(45g)	1,890円(税込)~
------	------------	-------------

アミノ酸、各種ビタミン、ミネラルなどの栄養素をバランスよく含む「クロレラ」。大切なペットの健康を守るために、ペット専用の健康食品として開発されました。



詳しい資料と無料サンプルをお送りします。

●お電話でのご注文 受付時間: [平日] 9:00~17:00 [土・日・祝] は休みです。

0120-36-5971

ご注文の際には「いきいき近江を見た」とお伝えください。

●ホームページからのご注文

犬猫健康ドットコム

http://www.inunekokenkou.com/

ペットフード公正取引協議会加盟

株式会社 **サン・クロレラ**

〒600-8177 京都市下京区扇丸通五条下ル大坂町369番地

文芸欄



◆俳句

初夢に 頬のゆるみし 目覚めかな
大津市 岩本 利明

山粧う 峰は幾重に 彩模様
野洲市 中川 節子

けなげにも よくぞ咲いたぞ 梅古木
大津市 木村 信子

動くとも 止まるとも見え 蜷舟
高島市 河原田 勝

夜の静寂 外はしぐるる 気配かも
近江八幡市 松岡 みね

図書館や 夫婦連れ行く 文化の日
大津市 松谷 昭博

一步一步の 脚のあとさき 去年今年
栗東市 森野 好子

雲割れて さらめく湖や 鴨の群
大津市 福島 達基

水郷や 波をたたみて 芦の角
近江八幡市 北川 信治

宝鏡 夢見て買うも 夢敗れ
大津市 山口 常美

阿弥陀さま やさしい眼差し 手を合わせ
野洲市 加賀爪久恵

いい話 ばかり聞かせて する介護
野洲市 辻村 静枝

窓開けて 部屋いっぱい 春をいれ
草津市 山本 誠一

遠い日の ねんねこ干して 曾孫を待つ
長浜市木之本 藤田 幸子

老僧の 響や凜と 初勤行
彦根市 金森 光男

老梅の 命絞りに をりにけり
草津市 林 笑子

まつ新の ノートとハート 初句会
湖南市 吉田 誠一

感謝して 生さる喜び 去年今年
大津市 谷 栄

朝日あび 大地をふみて 年あらた
草津市 筒井 滋子

粕汁の 向こうに雪が 降っている
草津市 久保 和良

◆川柳

浜水仙 岩を越えゆく 波しぶき
野洲市 神山 久子

神様が 休憩せいと 言う入院
大津市 辻野 伸

老翁と 呼ばれてみれば 当たり前
守山市 寺田ふさ子

高笑い 孫と嫁との 背を比べ
安土町 大川 勇

囲碁好きや 奥の手そつと しまい込み
栗東市 森野 好子

老人会 されど傘寿は お年寄り
近江八幡市 北川 信治

恋人と デート帰りの 俄雨
大津市 山口 常美

いい句でき ノート開けば もう忘れ
草津市 荒川 和彦

春立つや 美女を夢みる 厚化粧
草津市 山本 誠一

老いてなお 夫ありてこそ 家恋し
長浜市木之本 藤田 幸子

プライドが 少し邪魔する 老の坂
草津市 林 笑子

我が家にも 見直し廃止 仕分け人
湖南市 吉田 誠一

初夢に 今年こそはと たら笑う
草津市 筒井 滋子

泣いている 政権交代 カネ絡み
大津市 遠近 修

過ぎし日の苦勞忘れる時しばし友と 喫茶でコーヒ飲むとき
野洲市 中川 節子

幾星霜積りて今秋金婚の加賀屋で宴を迎へた喜び
大津市 豊場 幸枝

立枯れの草に被はるる水仙は蕾抱きてじつと春待つ
野洲市 中道 節子

いつの日か家族の背丈追いぬきて「おかん、おとん」と孫青年に
栗東市 森野 好子

夜店ですくった金魚五、六びき小さな水槽にせましと泳ぐ
野洲市 竹内十四枝

ミシュランの三星料理食すより我が愛妻の手料理を!!
大津市 山口 常美

散歩道 大根のれん あちこちに北風吹きて おふくろの味
野洲市 加賀爪久恵

天国のあなたに私の近況を頭の中で 何度も書きぬ
野洲市 辻村 静枝

碧空に鯨ゆるりと現われて三上の山に尾を触れてゆく
草津市 佐藤 正人

日の出待つ涙でかすむ富士の山眺むる我が夢子や孫たちと
甲良町 松宮 花子

繁繁ともちあがる話題に難航党首の耳ぞ国民の声
守山市 寺田ふさ子

これしきことはメモせず覚えんと 衰ふ脳をいまだ過信す
草津市 林 笑子

挿木せし 花木の苗の 芽吹き初む 永久に香を乞ふ 沈丁の庭
大津市 谷 榮

歳重ね 子のお荷物に ならぬ様 手足動かし 健康体操
野洲市 神山 久子

◆情歌

千年の恋の病も今は嘘好きな貴女と いられる幸福
大津市 山口 常美

ながながと病みたる友は涙して手のぬくもりをさがし求めむ
長浜市木之本 藤田 幸子



ほれ薬

草津市 青地 昇

「ハイキングで拾ってきまして」と70歳の彼女から貰った小さな四角の木の実
机の上に置いて飽かず眺めていた
孫が来て「これ 何？」とつまんだら木の実は2つに割れてしまった

捨てるのは惜しいし 3時のお茶に割れた木の実を浮かべて孫と飲んじゃった
孫が「何のお薬？」と問うたので
小さい声で「これは ほれ薬」と答えておいた
孫も小さい声で「ほれ薬っておいしいね」とうれしそうにニコッと笑ってお茶を飲んでくれた

私は今夜 70歳の彼女とダンスをしている夢を見るかもしれない 孫は誰の夢を見るのだろうか
朝 起きたら孫に「夕べ誰かの夢を見た？」と尋ねてみよう
「おじいちゃんも散歩していた夢」と言うかな？
明日も楽しい1日になりそう

県老人クラブ連合会会長賞の授与に寄せて

近江八幡市 石橋良樹

第48回滋賀県老人クラブ大会

が平成21年11月13日に米原市の県立文化産業交流館大ホールで開催され、長年老人クラブの発展に寄与された団体、個人の表彰があり、私達、十王町老人クラブは優良老人クラブとして、県下12市町の中に選ばれました。

また、去る平成18年11月27日には、近江八幡市老人クラブ会長表彰を授与して下さる中で、今回の表彰と合わせて続けての名誉に、感謝の気持ち一杯であります。

さて、私的なことながらも一つ感慨極まることがあり、それは去る9月3日滋賀県レイカディア大学の第30期卒業式が、同じく本会場で行なわれ、卒業証書をいただいたことです。

これは、県内の高齢者が学ぶ機会として、定年退職期を迎えた団塊の世代の受講を想定しており、退職後に地域を見つめ直すきっかけづくりになればと、毎年奨励されているところであります。

元気で長生きがしたい！

近江八幡市 廣田彦一

1 はじめに
日本人の平均寿命は男性が79・2歳、女性が86・0歳、しかしながらいくら長生きをしても認知症や、寝たきりの状態ではどうにもなりません。

2 元気で長生きしたいために
私は元気で長生きしたいため、次の3点について私なりに頑張っております。

(1)毎日午前中は仲間の方達とゲートボールで体を動かしています。

(2)暇があれば滋賀県レイカディア大学で習った俳句づくりにつとめています。
(3)各種会合や行事にはできるだけ参加し、仲間づくりを努めています。
3 早川一光先生のボケない生き方

(1)犬や猫は笑わない。笑うのは人間だけである。全身で笑うこと。
(2)友達がたくさんいる人はボケにくい。
(3)趣味をいっぱい持つこと。
(4)死ぬ前に預金通帳持って、あの世に郵便局や銀行はない。

自立

長浜市 虎姫 櫻場東一

2年前に65歳になり大井町老人クラブへ入会しました。
20年前に転落事故を起こし脊髄損傷という重度の障害者となりました。胸から下の下肢マヒとなり、歩行困難の障害が残りました。車椅子生活を余儀なくさせられるようになりました。併せて、排泄感覚、腹筋・背筋感覚も同時に失うこととなりました。主治医より、入院3ヶ月目にはじめて「あなたは歩くことができませぬ。車いす生活です」と告げられたときは、頭の中が真っ白になり自暴自棄に落ち込んで、家内をはじめ多くの人を困らせ悩ませました。

やがて症状が落ち着いてくると、心に余裕が出来、このままの後悔いばい的人生で終わるより、障害があるといえども、何か出来ることがないか真剣に考えるようになり、その為には退院後の生活を考え、人の介護をなるべく受けることのないようハビリ力を入れました。その甲斐あって、車いすの扱い

やトイレ、ベットへの移動もできるようになり、車を改造し運転も可能になりました。退院前には足を固定する補装具を付けて松葉杖で一足飛びで歩行ができるようになり医師の注目を浴びるようになりました。

退院前後にとりよりのベットに入院しておられた方が「家へ帰ったら、粗大ゴミになるなぞ。」と言われ、はじめはこの言葉が理解できなかったが、自分の障害を引きずり、その障害を理由にいつまでもグチっていたら、家族も嫌気をさして私の存在を無視されるのではないかとこの事に気がつきました。

たとい仕事が出来なくとも、常に前向きな生活態度を示すことが家族から理解を得る方法と思われ、退院後は家内に働きに出てもらい、家内がしていた主婦業を主夫業に変え、掃除、洗濯、炊事、買い物などを1日かけてすることにした。

このようなことが3年続きましたが、長女にお婿さんが来て頂いてからは主夫業を廃業し、町内の福祉関係のボランティアに行くようになりました。この時、障害を持っていても結構人の役に立つことがあるものだと思えさせられました。

平成10年には、虎姫町役場へ臨時職員で雇用され、主に保健関係の事務仕事を担当し約6年間虎姫町保健センターへ通い続けました。
平成17年5月に虎姫町議会議員選挙が挙行され、私の町内から、ぜひ立候補の要請が強くあり、はたして障害を持つ私に出来るのかと自問自答しながら出馬を決意しました。おかげで3位当選という栄光を頂くことになりました。

考えていたことが現実となり、ボランティア活動と共に毎日の生活に生きがいを感じることができました。「働く喜び」というより「働ける喜び」が私の人生を大きく変える原動力となつていきます。

どんな障害を持っていても、何かひとつ自分にできることはあるんだと強い気力で大井町老人クラブ活動に参加しながら67歳を迎えようとしています。
最後に私のモットーとして「もう：」より「まだ：」の精神。「もう67歳や、あかんわ」というより「まだ67歳、これからや」のフアイトで残された人生を謳歌しようと思っています。

ニュースポーツを通して楽しく交流

近江八幡市 西村千枝

秋真っ盛りの11月27日、まわりの自然と良く調和した行いの竜王町体育館に於て、第3プロックニュースポーツ競技大会が開催されました。日頃からの健康への意識と実践活動、そしてプロック間での交流が目的です。近江八幡、安土、日野、竜王の各市町からピンポリーリーグ16チーム、公式ワナゲ16チーム合わせて約100名の選手が集い競い合いました。私達岡山チームはピンポリーリーグに配され、相手は日野チームと決定。競技方法は3人が指定位置から3米、5米、7米と6球投げた1回のゲームとなる簡単なものです。暫く練習を重ねる中、忘れていた昔のボーリングの記憶を私の奥深い所から呼び覚ます様な感覚になり夢中になる自分がありました。

このとき、障害があっても何か人の役に立つことがないかと

の札。皆としばし園芸談義に花が咲いて…。この粋な計らいに感激しつつ1鉢いたたく事にしました。試合本番が始まると会場は一気に歓声と笑いの渦に包まれ盛り上がりました。投げ終わった人に掛ける「上手々」の声も雰囲気盛り立てるアクセントになり、知らない者同士が自然と言葉を交す様になりました。岡山チームは惜しくも4位で、又機会があれば挑戦してみたいなと感じました。ニュースポーツを満喫した1日を企画して下さった役員皆様へ感謝しつつ帰路へ。そして今、庭の隅で花を咲かせた「アブチロン」の可愛らしい紅を見る度、対戦した日野町の方々はお元氣だろうかと思いを馳せています。



老人クラブ入会して25年目

草津市 久保和友

「早く来い、早く来い、早く来い」子どもが「早く来い、早く来いお正月」お正月を待っている子どもも、お正月の年の定年後そして老後、それは楽しくてはならない。待っていた定年、55歳が来ると私はうれしかった。老人クラブの入会資格を県立老人学校の入学も60歳からなので私は仕方なく海外旅行へかけた。旧制中学の時も

「早く来い、早く来い、早く来い」子どもが「早く来い、早く来いお正月」お正月を待っている子どもも、お正月の年の定年後そして老後、それは楽しくてはならない。待っていた定年、55歳が来ると私はうれしかった。老人クラブの入会資格を県立老人学校の入学も60歳からなので私は仕方なく海外旅行へかけた。旧制中学の時も



全国老人クラブ大会が奈良県で盛大に開催される

第38回全国老人クラブ大会が、平成21年10月29日、30日の2日間におたつて奈良市で開催され、滋賀県老老連から橋本県老老連会長をはじめ31名が参加しました。

第1日目は5つの研究部会に分かれクラブ活動の事例発表が行われ熱心に意見交換が行われました。第1研究部会では本県彦根市老老連宮野武男会長から「幅広い事業から健康づくりと若手会員の獲得をめざして」と題して今年度から新たに取り組んでいる健康づくり教室、若手会員の増強を目標としたゴルフクラブとウォーキングクラブの活動や老人福祉センターの指定管理について発表され、活発な意見交換や質疑応答が行われました。

第1研究部会「健康づくり・介護予防活動の推進」この活動は「地域に健康づくり・介護予防の輪を広げよう！」のローガンのもと多くのクラブで取り組まれているようになった。この活動を支援・協力するリーダとして全国で381名の健康づくり推進員が活躍している。この部会では各地における「健康づくり推進員」の活動実践を報告したく共に、関係する諸団体との連携した介護予防活動の実践から学びます。

第2研究部会「高齢者同士の支え合い活動の推進」高齢者世帯と一人暮らし高齢者は今後増え続けることが推計されており、地域の中で高齢者を孤立しない社会をつくることが必要とされている。老人クラブでは友愛活動として声かけや訪問活動、サロン活動の実践も広がっています。この部会では、クラブにおいて高齢者同士が必要とされる情報を共有し、心の交流を深めて支え合うことにより安心して豊かな生活の実現を目指す。

第3研究部会「環境にやさしい活動の推進」きれいな地球を子どもたちへ」老人クラブでは清掃美化活動に日常的に実施され、昨年「社会奉仕の日」のキャッチフレーズとして「きれいな地球を子どもたちへ」を呼びかけている。この部会では環境にやさしい活動の実践発表から学び

第4研究部会「仲間づくりの推進」全老連仲間づくり活動部門受賞団体の発表」人間関係が地域において希薄になっていく現在、クラブ活動をおして仲間づくりを進めることは個人の健康や生きがいに寄与するだけでなくよりよい地域づくりへの布石にもなる。2年間の「活動賞」受賞団体の取り組み状況やアイデア等の活動内容を学ぶ。

第5研究部会「過疎地におけるクラブ活動」過疎地における老人クラブの実情や地域住民との交流の中での活動推進、地域の担い手としての期待をテーマに研究協議し今後の過疎地におけるクラブ活動の目安を考える。

第2日目は、総会・式典が開かれアトラクションでは春日大社南都楽所の春日舞楽が披露された。式典では鈴木秀雄奈良県老老連会長の歓迎の言葉につづき、斎藤十朗全老連会長あいさつの後表彰が行われました。次回は宮城県仙台市で開催される予定です。



健康づくり中央セミナーに参加して

平成21年11月10日から13日まで、第7期健康づくり中央セミナーに参加してまいりました。

「突然この私が？」というのも、事の起ころは義母の骨折でした。入院加療中の義母に、会報「いきいき近江(21年8月号)」を届けに行き、私も少し拜読させていたいたのです。そこで健康づくり推進員の募集記事に目にとまり、義母に声をかけて、県老連へ足を運ぶ次第となりました。

幸運な事に、今年度の中央セミナーに参加できていたたく事共々、たくさん資料と共に多くの活躍中の諸先輩に教える機会を得る事ができました。

私の専門は栄養関係ですが、中央セミナーでは運動・栄養・医療・歯・薬・事故防止・制度・施策と多方面にわたり、高名な講師の方々をお迎えし、和やかな雰囲気の中、短期集中型の密度の濃い研修を終えさせていただきました。

私は高度成長期に生を受け、与えられる事があたりまえの物のあふれる時代に大きくなりました。それゆえ、自らが開拓し、求め、事を成し遂げてこられた諸先輩の方々には尊敬の念を禁じえません。

全老連の掲げておられる「健康・友愛・奉仕」の3本柱。私も活動させていたたく中で、少しでもその一端を担っていただけたくら幸と存じます。どうぞよろしくお願い致します。

(大井とし子)



わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

～ 下呂温泉の自然の中でホッと一息～
- 滋賀県老人クラブ連合会様 - 特別価格プラン

1泊2食プラン
大人1名様 13,015円・15,325円・18,790円
※土曜日・祝日は2,000円アップとなります。
※料金の差はお食事内容の違いです。
小人(小学生) 9,817円 幼児(4歳以上) 8,085円

■ご夕食■ 【日本料理】【フランス料理】【飛騨牛ステーキコース】よりご選択下さい

1泊3食プラン
◆平日限定◆ 大人1名様 14,800円
小人(小学生) 11,000円 幼児(4歳以上) 10,000円

■ご昼食■ 【パスタランチ】
■ご夕食■ 【日本料理】【フランス料理】よりご選択下さい

ゆったりインコース [ランチ+夕食+宿泊+朝食] IN 12:00 ⇒ OUT 11:00	のんびりアウトコース [夕食+宿泊+朝食+ランチ] IN 15:00 ⇒ OUT 14:00
---	--

国際観光ホテル整備法登録ホテル ISO14001 認証取得
TEL (0576)-24-2188
〒509-2202 岐阜県下呂市森1781
URL <http://www.pastor.co.jp/>

特典① クア施設 [バーデパルク]ご招待
特典② J R 下呂駅からタクシーで無料送迎

あなたと夢を、ごいっしょに。
PanaHome
「オール電化」と「光触媒タイル」は技術と実績のパナホーム
お近くの営業所、展示場にお問合わせください。
リフォームのご相談も承ります。

株式会社 **パナホーム滋賀**
〒520-3026 滋賀県栗東市下鈿913番地1
TEL : 077-552-8746 FAX : 077-552-8671
<http://www.panahome.jp/shiga/index.html>

農林水産省・経済産業省認定
京都の地域資源「桑」後利用
鉄板焼き桑行座・桑料理

京都の桑など素材を
厳選した鉄板焼き。
桑行座・桑料理店。

当店20m西
「タイムズ下鴨西町」に
駐車された方には
ご飲食代金1,000円で
100円キャッシュバック

北山通
北大路通
下鴨中通
下鴨南通
北大路下鴨中通東入ル

鉄板焼き
桑行座
桑料理

一玄 *ichigen*
営業時間 / 11:30~22:00
京都市左京区下鴨西本町26-2 TEL.075-722-3405

Produced by (株)一玄本舗 TEL.075-791-1728

絶対ダメ 振り込め詐欺 急増

次は、あなたかも知れませんよ！

★オレオレ詐欺～

子どもや家族の名前を使って、事件や事故の補償金（示談金）、公金使い込みの穴埋め費用の振り込みを指示してくる。

(注) バイク便等を装い、直接集金に来るケースが増加しています。一旦電話を切って、家族・関係者に確認・相談してください。

(注) 「事前に電話番号が変わった」と連絡してくることもあります。

被害者にならないために！

- ①相手に名前を言わせる。
- ②こちらからは絶対連絡しない。
- ③本人・家族の情報は教えない。
- ④本人・関係者・仕事先に確認する。
- ⑤家族しか知らないことを尋ねる。

(例) ・家族でない人の名前をだして話す ・飼っていないペットのこと等を話す

◎不安を感じたら ^{シャープ} #9110 警察総合相談窓口へ (携帯電話からもOK)

「なくそう犯罪」 滋賀安全なまちづくり実践県民会議 / 滋賀県警察本部
(財) 滋賀県老人クラブ連合会



歩行者

高齢者の交通事故防止～あなたの命を守るのはあなた自信です！

高齢者の交通安全教室

平成22年度 滋賀県交通安全スローガン

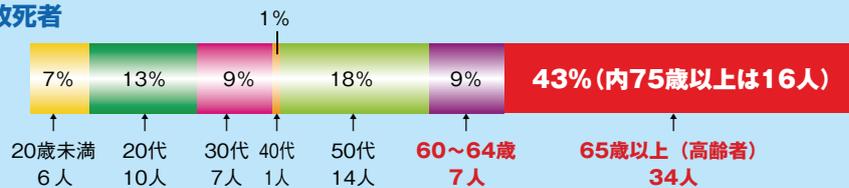
貼ってます 孫からもらった 反射材



自転車

1. 県内の交通事故死者

①平成20年 79人



②平成21年 65人



[注] 75歳以上の死亡者が増加しています。

2. 事故にあわないために！

- ①止まる…飛び出したり、いきなり渡り始めずに、必ず一度止まりましょう。
- ②見る…止まってから、右・左を確認しましょう。
- ③待つ…自動車がいたら、無理せず待つようにしましょう。
- ④確かめる…周囲の安全を確認してから、渡り始めましょう。

3. 交通安全教室への参加

- ①現状の認識…事故の発生状況などの情報を収集しましょう。
- ②反射材の活用…夜間事故にあわないために、反射材の活用方法を習いましょう。
- ③自転車の利用法…安全利用5則を守りましょう。
- ④電動車いす…誤った操作や乗り方によっては、大変危険な乗り物になります。

[注] 交通安全教室に参加して、自分を守るための知識を身につけましょう。



「花いっぱい運動を展開」 米原市山東老ク連



米原市老ク連は、合併前の旧4町の老ク連の連合体ですが、その一つである山東老ク連で「花いっぱい運動」に取り組んでいるシルバー青年倶楽部の活動を紹介します。

この部は高齢者の生き甲斐事業として、平成8年に設立されました。「すべての人に花の心を」を合い言葉に、(一)社会参加で地域づくりに貢献する、(二)感謝と奉仕の気持ちを育む、(三)花いっぱいの明るいまちをつくる、(四)同年齢や世代間の交流を深め親睦を図る、(五)自身の健康を維持して暮らす。

作業としては他に、播種から定植までの水やり、その都度毎の準備等大変ですが、皆が寄り集って作業をし、おしゃべりをする心が晴れやかになり、元気がもらえます。また、花をお届けした時、「ありがとう。本当に感謝しています。」とお礼の言葉を頂くと、またやる気が出て来ます。一昨年の6月、豊橋市老ク連の理事35人の皆さんが見学に来られ、花苗場いっ

を楽しむ、を目的に毎年百数十人のボランティアを募り花の苗を育てています。春にはマリゴールド2色の種を蒔き、1ヶ月程経った頃稚苗で購入した3色のペゴニアと共にポットへ仮植えして、ハウスの中で1ヶ月間育てます。年によって違いますが、凡そ7千数百本の苗ができます。その内2千本程をプランターに定植して、あとのポット苗と共に地域内の集会所その他の公

共施設53ヶ所にお届けします。お届けしたマリゴールドとペゴニアの花は初夏から晩秋にかけて地域のあちこちを飾り人々の目を惹かせてくれます。秋はパンジーの苗づくりです。9月初めに4色の種を蒔き、11月中旬に各所にお届けします。パンジーは春先から初夏にかけて明るいまちづくりに貢献してくれます。

作業として他に、播種から定植までの水やり、その都度毎の準備等大変ですが、皆が寄り集って作業をし、おしゃべりをする心が晴れやかになり、元気がもらえます。また、花をお届けした時、「ありがとう。本当に感謝しています。」とお礼の言葉を頂くと、またやる気が出て来ます。一昨年の6月、豊橋市老ク連の理事35人の皆さんが見学に来られ、花苗場いっ

ばいに咲き誇る定植直前のマリゴールドとペゴニアを見て「緑あふれる自然の中だからこそ、一段と映えるのだなあ」と感動されていました。

山東シルバー青年倶楽部のこの活動がずっと受け継がれていくことを願っています。(山中茂樹)



●夏の交通安全県民運動●

Table with 2 columns: 期間 (7月15日(木) ~ 7月24日(土)), 内容 (1.高齢者と子どもの交通事故防止, 2.飲酒運転の根絶, 3.全席シートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底, 4.夕暮れ時・夜間の交通事故防止と反射材の普及)

☆ みぎひだり 親子で渡る カイツブリ ☆

びわこ豊熟シニアクラブ 滋賀県老人クラブ連合会 会員募集中

老人クラブは、高齢者の仲間同士がクラブ活動を通じ、暮らしを豊かなものにするとともに、知識と経験を生かして社会の一員としての役割を果たすことを目的にした自主団体です。

あなたも仲間づくりに参加しませんか！ ※老人クラブの三大運動は「健康」「友愛」「奉仕」です。

★お問合せは、各市町老人クラブ連合会事務局までお願いします。★

Table listing phone numbers for various cities: 大津市, 近江八幡市, 甲賀市, 米原市, 米原市近江, 竜王町, 豊郷町, 長浜市, 長浜市木之本, 彦根市, 草津市, 野洲市, 高島市, 米原市伊吹, 安土町, 愛荘町, 長浜市湖北, 長浜市余呉, 長浜市, 守山市, 湖南市, 東近江市, 米原市米原, 日野町, 愛荘町愛知川, 多賀町, 長浜市高月, 長浜市西浅井

●新入学(園)児と高齢者の交通事故防止運動●

Table with 2 columns: 期間 (3月15日(月)~4月15日(木)), 内容 (1.新入学(園)児に対する交通安全教育・指導の徹底, 2.子どもを守る安全運転の励行, 3.通学・通園路の安全確保の推進, 4.高齢者の交通事故防止)

☆ まがりかど くるまくるかな たしかめよう ☆

わたしたちは、びわこ豊熟シニアクラブの活動を応援しています

Advertisement for '絆' (絆) featuring a family photo and text: 屋根・オール電化・耐震 バリアフリー等 安心・安全な住まいで 『絆』深まる。 家族みんなが安心して心地よく暮らせる住まいは家族の『絆』を深めます。...

Advertisement for Fujihome (株式会社 フジ・ホーム) with contact info: リフォーム専門店 株式会社 フジ・ホーム FUJII HOME TEL: 0120-272-833