



グラウンドゴルフ秋大会で「お元気で賞」の皆さん。いつまでもお健やかに!!

寿芳

第40号

編集発行
湖南省老人クラブ連合会
TEL 72-2320

新年のご挨拶

会長 木村 富士男



新年あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられましたこと、心よりお慶び申し上げます。

平素は湖南省老人クラブ連合会の運営や諸活動に格別のご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

二〇二五年を振り返りますと、例年以上に気候変動の影響が大きく、夏場の気温は異常に高く、熱中症対策に大変苦労されたことと思います。我々老人クラブ連合会の諸事業は会員の皆様のご協力により、ほぼ予定通りに進めることが出来ました。

市長挨拶

湖南省長 松浦 加代子



新年あけましておめでとうございます。日頃は、市行政に格別のご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて少子高齢化と人口減少が進行するなか、本市では「市民笑顔率世界一」をかかげ、高齢者がいきいきと自分らしく、住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくりを目指しています。笑顔は、周囲への印象が良くなるだけでなく、ストレスの軽減や心の健康に良いとさ

今年の干支は六十年に一度巡ってくる、丙午（ひのえうま）で情熱や行動力を象徴するともいわれています。

私共老人クラブ連合会も、少子高齢化が急速に進み、高齢者の増加に拘わらず、加入者の減少・役員不足・交通手段確保が難しいなど、クラブの弱体化は否めません。

このような状況の下だからこそ、もう一度原点に立ち返り、現状を見直す必要性を感じております。あわせて会員の皆様や行政との連携を密にして、前向きに活動を進めて参りますので、今後とも会員の皆様のご協力をよりしくお願いいたします。

結びになりますが、我々の人生はこれからの余生をいかに楽しく・健やかに過ごせるかによって大きく変わってまいります。

これからも悔いのない毎日を過ごしていただき、今年も皆様にとって幸多き年でありますように、お祈りいたしまして、年頭の挨拶といたします。

れており、ひいては健康寿命の延伸にも少なからず影響すると言われています。

湖南省老人クラブ連合会の皆様におきましても、健康寿命延伸に向けた集いの場づくりや文化の伝承など多様な活動を担っていただいております。引き続き「健康・友愛・奉仕」の理念のもと地域全体の福祉の牽引役として、より一層活発な活動が行われますことを期待しております。

最後になりましたが、湖南省老人クラブ連合会のご発展と会員の皆様のご健康とご多幸をお祈りいたしましてご挨拶いたします。



湖南省老人クラブ大会

令和7年10月4日(土)

会場：湖南省甲西文化ホール

湖南省老人クラブ大会

湖南省老人クラブ連合会会長表彰

受賞者の皆さま おめでとうございます!

◆老人クラブ育成功労者



柑子袋延命会

立入 一男様



中央虹の会

濱田みね子様



緑ヶ丘
グリーンクラブ

牧 勝行様



宮の森シニアクラブ
煌星の会

東野 信男様



東寺長寿会

吉川 武一様

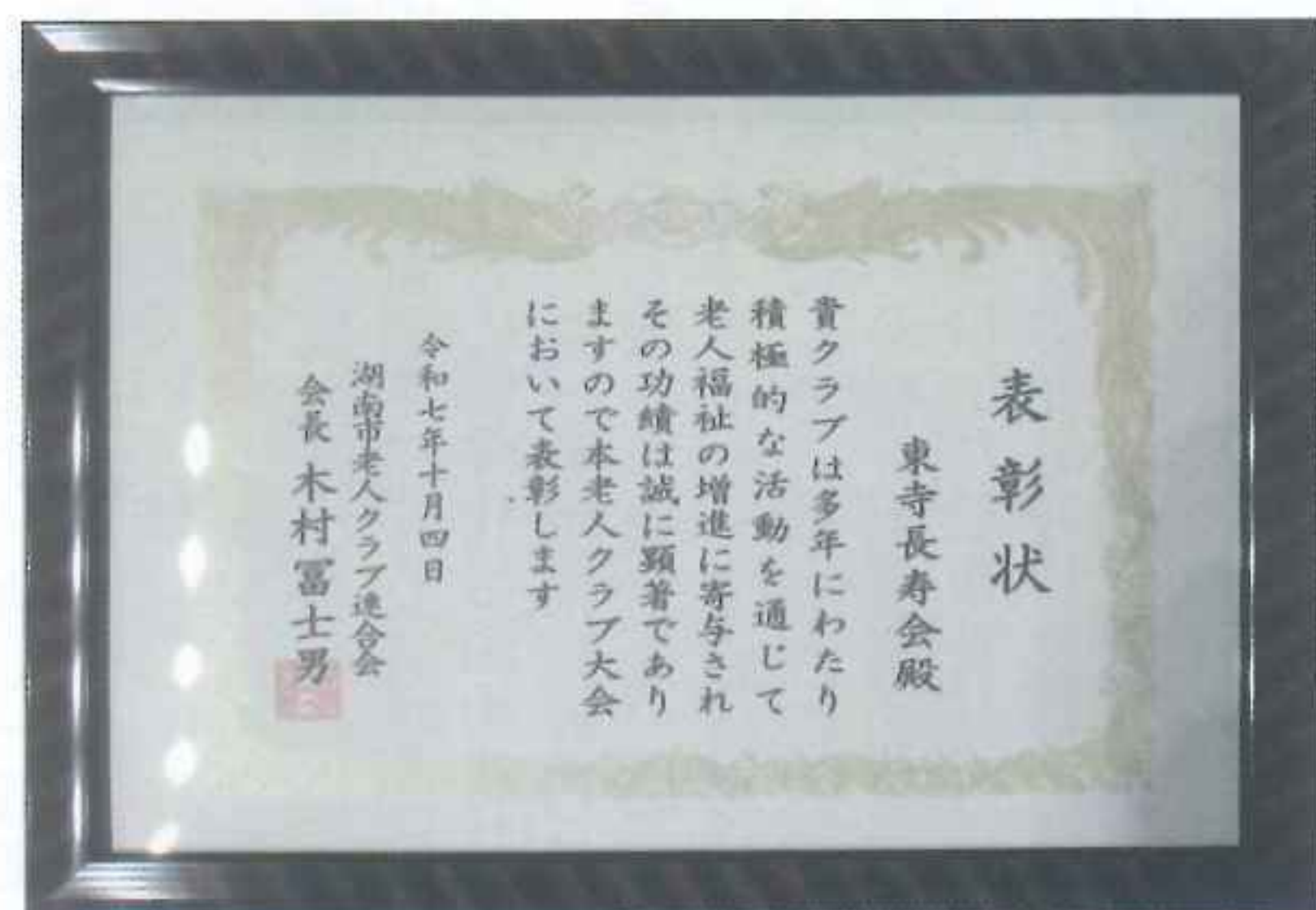


宝来坂シニアクラブ
宝寿会

上垣 伸一様

優良老人クラブ

東寺長寿会 様



講演

『歌声ひろば』～歌って歌って健康づくり～

音楽家 廣嶋 均治 氏



「歌声ひろば」懐かしい響きですね。仲間たちと集まって歌ったあの歌この歌。青春の日々の思い出がよみがえる曲ばかりで一時間程があっという間でしたね!

滋賀県老人クラブ大会

令和7年10月30日(木)

会場：栗東芸術文化会館さくら

テーマ のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

滋賀県老人クラブ連合会 会長表彰



◆老人クラブ育成功労者

三雲延寿クラブ 山村 聡 様

単位クラブ会長4年の間に老ク連副会長を2年、会長を2年務められ、組織の活性化と運営に尽力されました。

◆優良老人クラブ

中央虹の会 金子 昭英 会長

運動やサークル活動を通じての自己研鑽や奉仕活動など、会・会員・地域の連帯推進で多彩な活動を展開されています。

講演

楽しく歌って脳を元気に！
～脳トレで認知症予防～

音楽療法士 東岸 佐優里 氏



講師プロフィール

音楽が脳に与える影響について学び、「音楽と脳トレ講座」や「音楽健康塾」など多数開催。楽しく歌いながら手や体を動かして脳を刺激するなど誰にでもできる音楽脳トレや、認知症の実母を長年介護した経験から得られたことなどを交え、講座や講演活動、音楽活動を行っている。

やってみて、出来てしまうと脳は働かない。
上手く行っていない時が、脳が考えている良い状態。
苦手なことにチャレンジしましょう!!



●●●●● グラウンドゴルフ大会 ●●●●●



秋大会 10月23日

10月22日が天候不順で順延。94名参加

男性 東清水 高谷 完治 さん
 男性 宝来坂 西野 雅美 さん
 男性 岩根東 秋山 恒雄 さん

女性 宮の森 栗田 靖子 さん
 女性 中央 濱田みね子 さん
 女性 中央 増本 紀子 さん



春大会 5月21日

105名参加

男性 中央 野村 俊郎 さん
 男性 東清水 高谷 完治 さん
 男性 岩根東 中嶋 廣佳 さん

女性 緑ヶ丘 牧 操 さん
 女性 緑ヶ丘 山田喜久江 さん
 女性 緑ヶ丘 中久保節子 さん



活動報告

●●●●● ボッチャ大会 ●●●●●

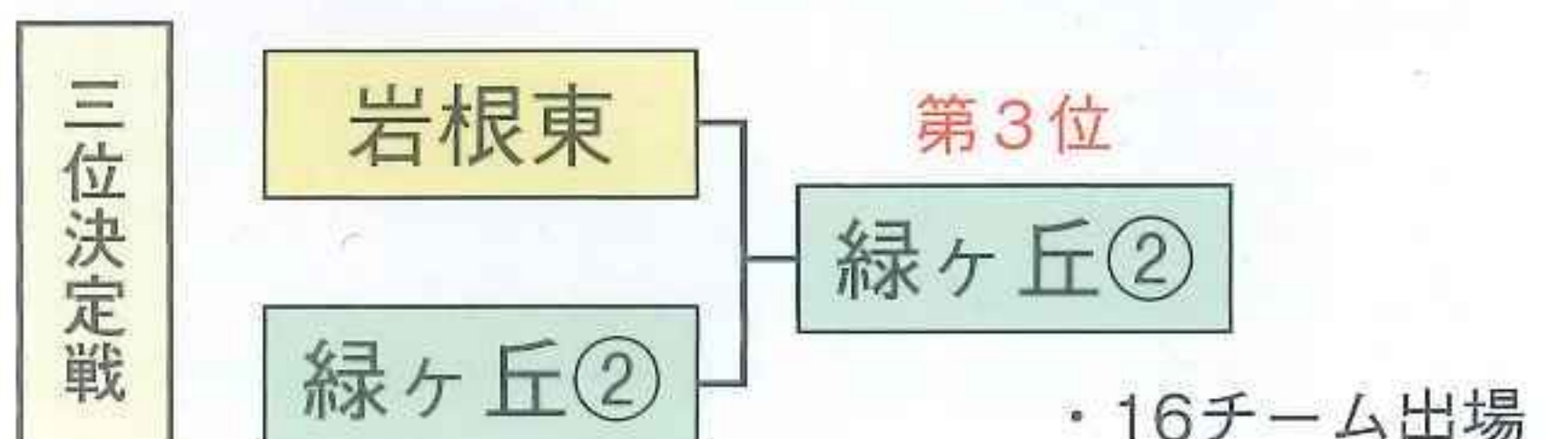
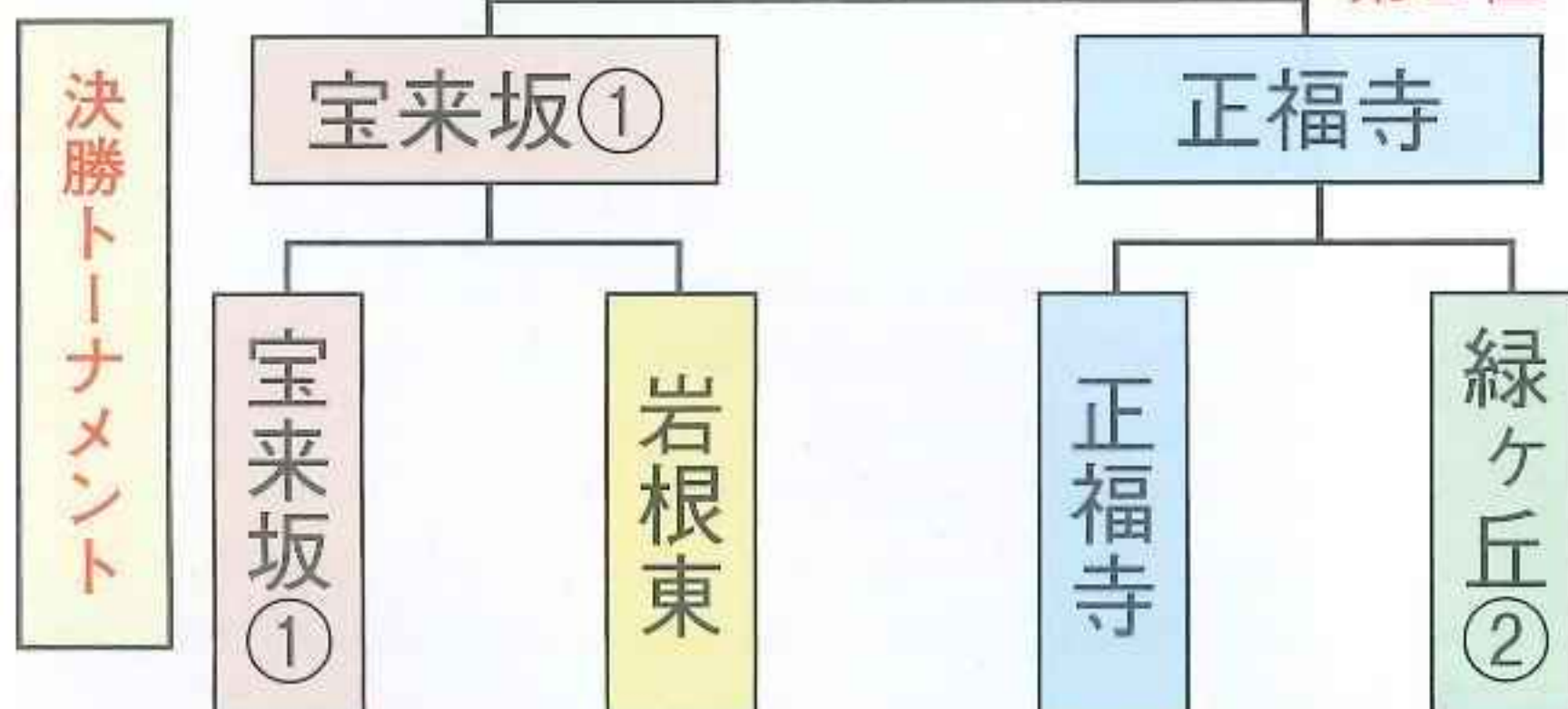


・11月5日 (水)
 ・総合体育館にて



優勝 宝来坂①

第2位



・16チーム出場

●●●●● ビンゴボール大会 ●●●●●



3会場で分散開催

- ・6月23日 (月) 石部軽運動場
- ・6月25日 (水) 岩根まちづくりセンター
- ・6月27日 (金) 社会福祉センター

個人成績 全参加者の総合成績 上位5名

優勝 東清水 林 五郎 さん
 2位 三雲 青木 静江 さん
 3位 中央 野村 俊郎 さん
 4位 緑ヶ丘 畑中 良一 さん
 5位 岩根東 谷崎トシ子 さん

団体成績 各単位クラブ上位3名の合計得点

上位3クラブ

優勝 石部・東清水互楽会 さん
 2位 三雲延寿クラブ さん
 3位 柑子袋延命会 さん



滋賀県交通安全推進大会 9月12日

交通安全街頭啓発
岩根イオンモールと石部平和
堂にて街頭啓発
交通安全協会事業に協力
12月16日

交通安全研修会
石部自動車教習所にて
交通安全講習と実車教習
9月25日

あわない・起こさない
無事故無違反運動
『高齢者「三方よし」運動』
3月31日まで活動継続中！

交通安全部



①号車



世界に一膳だけの箸



親睦旅行

11月20日(木)

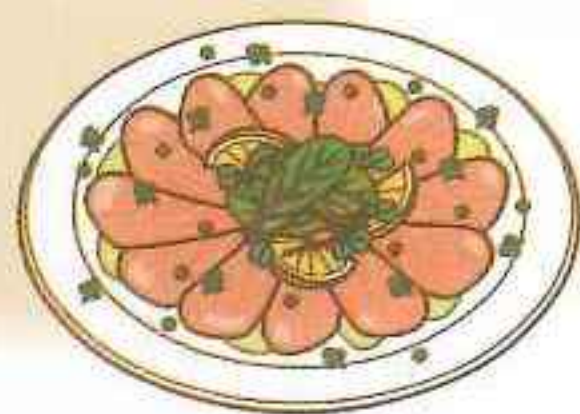
若狭地方



②号車

主な食事メニュー

- ・福井サーモンのカルパッチョ
- ・梅しそ麺
- ・若狭牛のせいろ蒸し
- ・ぐじの唐揚げ



晴天に恵まれた63名の旅行でした。最初に訪れた「箸匠せいわ」では、お箸の研ぎ出し体験。恐るおそるグラインダーで箸を削って模様を出し、世界に一膳だけの箸が仕上がりました。

昼のお食事は地元食材の美味珍味。デザートまで、お腹一杯になり、食後はお風呂に入る方、海辺を散策される方などで穏やかな時間を過ごしました。

その後はお買物タイム。「日本海さかな街」では季節柄「かに」の景色。「小牧かまぼこ」でも試食をしながら晩酌用、お土産用と両手に一杯のお買物。お店から頂いた「焼ちくわ」。これが帰りの交通渋滞での小腹が空いたのを落着かせるのに活躍するとは!! 久しぶりの方ともお話ができ、楽しい一日をありがとうございました。



帰りのバスの楽しみは
ビンゴゲーム!
全員もれなく景品ゲット
わいわいがやがや
大盛り上がりでした!!



八百比丘尼伝説のマーメイド像の前で

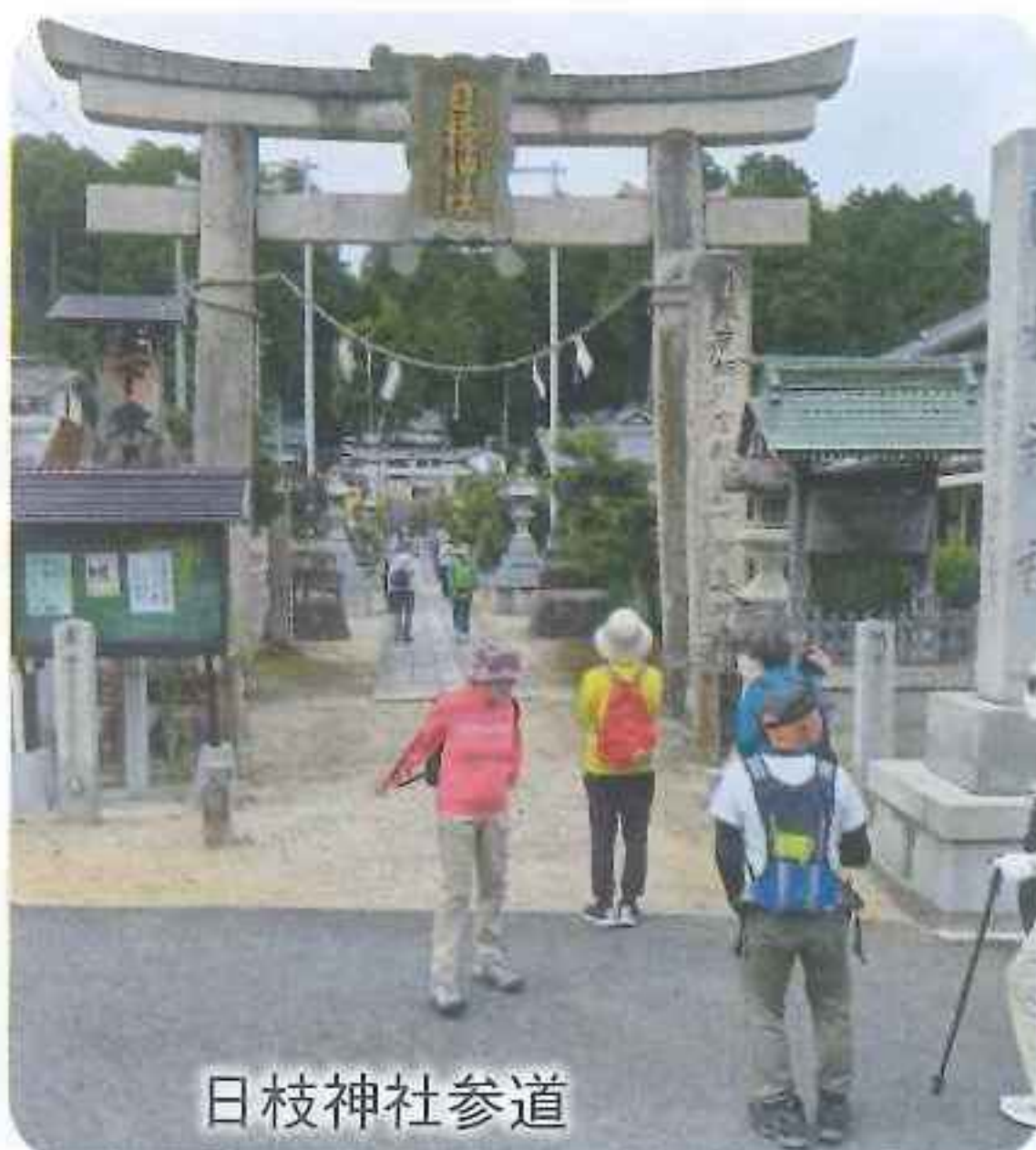
いずれが
人かマーメイドか?!
言い当てられる方は
心の強い人です。

陶芸部



老人クラブ大会会場のロビー展示（写真）やボランティア祭りでの展示即売などで部員が頑張った作品を見ていただきながら、買っていただいた売上は社協へ寄付しています。高齢者の楽しみの活動が微力ながら社会のお役に立てたなら、頑張っています。手先を使う作業は認知症予防にも良いです。皆さんも参加して、自分で作った食器で食事を楽しみませんか。

健康ウォーキング部



日枝神社参道

のんびりウォーキングで
認知症予防!!



- 4月 夏見でわらび採り
5月 大津・なぎさ公園
6月 あけぼの公園・地獄坂
7・8月は酷暑でお休み
9月 希望ヶ丘文化公園
10月 下田・日枝神社
11月 柑子袋・美し松
12月 京都・東寺
- これからの予定
- 1月 栗東・大宝神社参拝
2月 野洲川親水公園
3月 北山台・イワタニ方面



環境美化活動



お巡りさんの講話



子ども見守り活動

単クの頑張り

定例化していただいている皆さんの活動で、地域の環境と安全、つながりが育まれています。ありがとうございます。

地域の伝承

「奉納相撲祭」

下田地先の日枝神社にて、敬老の日に「敬老祭」祭典・「奉納相撲祭」が恒例で執り行われます。高齢者のご長寿祝賀と子ども達の健康発揚を合わせた地域行事。以前にはあちこちで「奉納相撲」が執り行われていたようですが、最近ではほとんど聞かなくなりました。地域を盛り上げてこられた高齢者が次代を引き継ぐ子ども達の元気な取り組みを観戦し声援が贈られます。地域を愛する温かい空間がいつまでも継承されますように!!



日枝神社の特設相撲土俵



文芸作品

名前
五十音順

俳句

もちつき機 苦楽を共に 四十余年

緑ヶ丘グリーンクラブ 菊池 祥子

松かざり 時代の流れ 身に沁みる
めでたさや 聞こえる唄の なつかしく

石部・東清水互楽会 ゴウキタガワ

床の間に 松二種生けの 年迎え
秋明菊 やさしく咲きて 朝の庭

柑子袋延命会 立入美奈子

黎明の 空に溶けゆく オリオン座

柑子袋延命会 立入 稔

終電の 音に消される 夜半の雨

柑子袋延命会 立入 幸男



柿の実



ヤマボウシ

湯豆腐と 二合の酒に おらが春
笑へかし 誰もその身の 煤払ひ

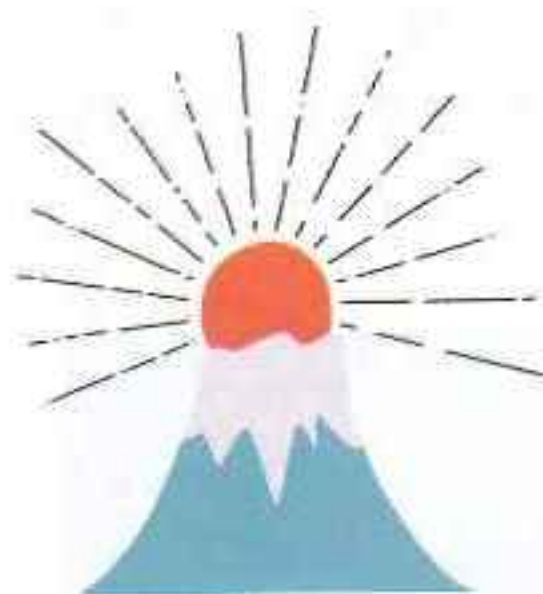
三雲延寿クラブ 恒松 逸雄

草紅葉 足湯の水の 捨て所
深海の 魚にも春の 月明り

柑子袋延命会 三浦まさ子

卒寿や 耳目足良し 初詣
七草や 芹の香りや 朝の粥

石部・東清水互楽会 吉川 正二



川柳

柿すずなり よくぞ酷暑に 耐えにけり
コーヒーは ブラックだと なぞめいた

柑子袋延命会 井島 均

祝い膳 母の講釈 よみがえり
新春の 取り皿仕舞 二人きり

中央虹の会 川極 秀子

米寿来た 以後来ていらぬ 誕生日

柑子袋延命会 立入 勲

短歌

両膝の 関節置きかえ 父母の
百まで歩けと 遠くに聞こゆ

緑ヶ丘グリーンクラブ 菊池 祥子

カラオケと昭和歌謡と仲間たち

心わくわく胸のどきどき

たこ焼きのあつあつあつ差し向かい

ふうふうふうもうふうと笑ふ

柑子袋延命会 小寺 秀男

まだ居たの? 元気やなあと 他人は言う

聞いた自分は 気持複雑

柑子袋延命会 立入 勲

ジパングの 父は富士山 崇高に

母なる琵琶湖 広く豊かに

過疎進み 空き家ふえると 嘆く友

次は我が家と 空を見上げる

柑子袋延命会 立入 一男

幼年の 夢と戯る 雪だるま

愛しき日々は 永遠に返らず

柑子袋延命会 立入 稔

文芸

老人クラブ大会時、ロビー展示された作品です。



「法然上人」
岩根東 園田美津子



「水中花と踊る花たち」
中央 瀬戸幸恵



「楠屋」
中央 寒川弘子



「千両の花」
中央 林 弘實



「春の岩根東」
岩根東 中森義彦



「紫陽花」
中央 林 和子



「好きな布をつなぐパッチワーク」
岩根東 芳田すづ子



「こたつふとんカバー」
正福寺 園百合子



今年は午年

編集後記

新しい年を迎えました。「今年こそは！」と誰もが一度は思うものです。一日で音を上げてしまわない為には目標を低く、賢い事より楽しい事への挑戦をお薦めします。

転ぶのが下手になり、人の名前が出て来なくなったこの頃、かつての同僚の「寿芳」に寄せた俳句を見つけ嬉しくなりました。「老ク連」と言う多種多様な触れ合いはフレイル予防の最良の薬のような気がします。野洲川の水が温んだら親水公園でも歩いてみようかなあ…と呟いています。

行事に参加して下さった方、「寿芳」にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

広報部一同