

2008

4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) 高速オプセット
大阪市北区梅田3-4-5
TEL (06) 6346-2800

今月の写真

『彦根城中堀より天守を望む』

昭和のはじめ、彦根城を桜の名所にしようと市民の手で植樹された桜が、その願い通り、全国的にも知られる名所となりました。ソメイヨシノを中心に、一二〇〇本余りの桜が彦根城一帯に咲き誇り、訪れる人々の心を和ませてくれます。



写真提供=彦根市観光課

地域に根ざした活動を

今年の冬は、当初の予報に反して雪も多く厳しい寒い日が続きましたが、本紙が皆さんのお手許に届く頃には、桜の花の便りを聞く陽気な日になっていると思います。

さて、湖南市老々連は、旧石部、甲西両町の合併から一年半遅れて、平成一八年四月に発足しました。合併後は、従来の組織を支部化して連合体とするのではなく、全市一本化して事業を進めて行くことを基本に取組んで参りました。この考え方は、総論として合意出来ても実際面では、お互いの地域の歴史や文化や慣習等の相違があって、いろいろと意見を交わし合うこともありましたが、何もかも一足跳びに解決されるものではないことをお互いに理解しあって、基本に沿って一歩一歩駒を進めているところです。そのことを踏まえ、小学校単位とする学区制を採用し、各々の単くの活動を重視し、その活動を通じて学区に広め、そして連合組織の強化・活性化に繋げられたいと考えています。私達のところでは、このような姿勢で事業を進めておりますが、各地域の特性を活かした活動が肝要であって、しかも高齢化が進む中、老人クラブは地域にとっても貴重な存在になっていると思います。社会奉仕活動一つにしても真面目に取り組む姿勢が評価され、同時に、地域に貢献する日常の活動が地域との連携が深められて、更に地域との協力体制が整ってくるものと考えられます。

最後に、私達高齢者にとって、年金や医療福祉の面で厳しい対応が迫られ、一抹の不安を感じる社会情勢であります。老人クラブ活動を通じてお互いに伝え合い、助け合い、支え合う気持ちを大切にして健康で、より楽しい生活を続けたいものです。

会長登場



湖南市老人クラブ連合会
会長 池上 幸男

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

75歳以上の方へ
一定の障がいのある方は65歳以上

4月1日から後期高齢者医療制度が始まりました。

★新しい保険証にかわりました

後期高齢者医療制度の対象となる75歳以上の全ての方と65歳以上で一定の障がいのある方(広域連合の認定を受けた方)は、4月1日から右の図のような保険証にかわりました。病院などで受診される時は、必ず後期高齢者医療の保険証を窓口を持参してください。



- 白色のカードサイズです。
 - おひとりに1枚の保険証です。
 - 今までの保険証は使えません。
- ※平成20年4月1日以降に75歳の誕生日を迎える方は、75歳の誕生日までに保険証を郵送させていただきます。



★窓口での自己負担割合は変わりません

病院等の窓口での自己負担割合は、今までと同様、かかった費用の1割(現役並み所得者は3割)です。医療費が高額になったときの高額療養費や、入院したときの食事代なども、今までと同様の給付を受けていただけます。

県老々連の動き

平成19年度 第2回 高齢者相互 支援活動研修会

安心して楽しく
暮らす地域づくり

二月四日、標記の研修会が県立長寿社会福祉センター大教室で開催され、三〇〇名が参加して午前一時から開会しました。

橋本県老々連会長の挨拶のあと、滋賀県後期高齢者医療広域連合から「後期高齢者医療制度」について報告が行われました。講師の先生からは表やグラフを使って、具体例を挙げながら、わかりやすく解説していただきました。

きくクラブ体操」を参加者全員で行って午後の部がスタート。滋賀県看護連盟会長・

赤沼フサ枝先生による講演が行われました。「共に暮らす地域社会・友愛活動を推進しよう」と題した講演は、保健婦として活躍された実例を基に話されました。

まず、「今なぜ友愛活動なのか」として、地域の高齢者の置かれている状況や高齢者の気持ちを考えてみました。かつて元気に地域貢献していた人が寝たきりになった場合、人との関わりが減って、町で暮らしていきながら抱える孤独感。また、その孤独感を周りが気づくことができず、人恋しい思いを理解していない例を挙げ

て、友愛活動とは大きなことではなく、訪問したり、声かけを行うことで充分であることを教えていただきました。

一時間の講演のあと、質問タイムを設け、参加者と意見交換を行う一幕も。赤沼先生は壇から降り、これからの友愛活動について参加者とざっくばらんに話し合いました。その中、ある地域ではごみ分別のお手伝い、また別の地域ではふれあいサロンで毎月催しを行い、地域にチラシを配布して交流を深めているなど、各地の取り組みを紹介されました。

その他、どれも有意義な意見ばかりで、学んだことを自分の地域で活かせるように全員が決意し、研修会は終了となりました。

座・学習会を実施、共に一〇人以上の測定員予定者の参加があり、熱心に受講されていました。



王町・余呉町の二老々連も参加して、四市町老々連にて実施いたしました。
竜王町・余呉町のPRMモデル老々連にて、測定員リーダー・協力者の養成講座

全老連から二年の指定事業として、平成一八年にひきつづき本年は、新たに電

平成19年度 「高齢者の体力測定」 啓発・普及 モデル事業

体力測定の結果が自分に適

した運動を見つげる指針となります。
体力は、加齢とともに低下するといわれています。普段から使っていない体力は、さらに低下していきま

す。なかでもバランス能力の低下は著しく、ちょっとしたことでバランスを失い、転倒する可能性が増えてきています。健康で元気な毎日を支えるのが「体力」です。適度に身体を動かし、体力を保持することが大切です。

県老々連の健康づくり推進員が行う、出前講座を大いに活用して、老人クラブ会員の健康づくりに努めましょう。

体力測定の用具セットは、県老連にて保管し出しをしています。彦根市・甲賀市・高島市・竜王町・余呉町老々連にも保管していただいておりますので、お近くの五市町老々連にお申し込みしていただき、用具のご利用をお願いします。

講演要約

「共に暮らす地域社会・友愛活動を推進しよう」

滋賀県看護連盟会長・赤沼フサ枝氏

1 今なぜ友愛活動なのか

★自分の地域の高齢者の置かれている状況

★生きていくことの実感

★寝たきり老人・難病・脳卒中の後遺症・障害を持つ人・認知症の重度の人

★認知症老人・外見は元気老人と変わらないが、記憶・理解・判断がずれてきたこと

★知的障害の老人・幼少時から仲間はずれにされている人

★運動障害の人・外出が困難など人の手助けを求めている人

★介護保険制度を使えば、手助けが十分か。人は孤独を感じないのか。

★介護保険は原則として、自助・互助・公助で成り立つ制度

★自分の存在を認められて、こんな自分から学んでくれるところがあると、相手との信頼が生まれる。相手を認めることで、自分を認めてくれるというコミュニケーションができてくる。

★出会いはある時

★訪問時の話題と回想

★ふれあいサロンなどの活動と回想

★運動障害の人・外出が困難など人の手助けを求めている人

★寝たきり老人・難病・脳卒中の後遺症・障害を持つ人・認知症の重度の人

★認知症老人・外見は元気老人と変わらないが、記憶・理解・判断がずれてきたこと

★知的障害の老人・幼少時から仲間はずれにされている人

★運動障害の人・外出が困難など人の手助けを求めている人

ている人

3 介護保険制度を使えば、手助けが十分か。人は孤独を感じないのか。

★介護保険は原則として、自助・互助・公助で成り立つ制度

★自分の存在を認められて、こんな自分から学んでくれるところがあると、相手との信頼が生まれる。相手を認めることで、自分を認めてくれるというコミュニケーションができてくる。

★出会いはある時

★訪問時の話題と回想

★ふれあいサロンなどの活動と回想

★寝たきり老人・難病・脳卒中の後遺症・障害を持つ人・認知症の重度の人

★認知症老人・外見は元気老人と変わらないが、記憶・理解・判断がずれてきたこと

★知的障害の老人・幼少時から仲間はずれにされている人

★運動障害の人・外出が困難など人の手助けを求めている人

★介護保険制度を使えば、手助けが十分か。人は孤独を感じないのか。

★介護保険は原則として、自助・互助・公助で成り立つ制度

★自分の存在を認められて、こんな自分から学んでくれるところがあると、相手との信頼が生まれる。相手を認めることで、自分を認めてくれるというコミュニケーションができてくる。

★出会いはある時

★訪問時の話題と回想

★ふれあいサロンなどの活動と回想

★寝たきり老人・難病・脳卒中の後遺症・障害を持つ人・認知症の重度の人

★認知症老人・外見は元気老人と変わらないが、記憶・理解・判断がずれてきたこと

★知的障害の老人・幼少時から仲間はずれにされている人

★運動障害の人・外出が困難など人の手助けを求めている人

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

点線で切り取って下さい

携帯しておくと
便利です!!



いつでもどこでも安心! 困ったときの

病院・薬局・介護サービス一覧表



大津市 病院

(医) 弘英会琵琶湖大橋病院

内科 外科 消化器科 循環器科
呼吸器科 整形外科 脳神経外科 泌尿器科
泌尿器科 皮膚科 眼科 耳鼻科
放射線科 消化器科 産科 口腔外科

大津市真野5丁目1番29号
TEL: 077-573-4321
人にやさしい、心ある医療を目指しています。

草津市 病院

(医) 加藤乳腺クリニック

外科 消化器科 肛門科
麻酔科

草津市西大路町8-12
TEL: 077-566-7808
乳腺専門クリニック。
草津駅西口より徒歩5分

大津市 薬局

(株) ルックドイ薬局
和近支店

大津市和邇中浜444-1
TEL: 077-594-5566

草津市 薬局

ムラセ薬局
草津店

草津市野路1丁目16-1
南草津NTビル1-B
TEL: 077-563-4300

草津市 薬局

ムラセ薬局
野洲店

野洲市小椋原958-34
TEL: 077-586-5253

健康づくり中央セミナー

●●●
全国から六〇名が参加した第五期健康づくり健康セミナーが、四日間、神奈川県葉山町の「ロフオス湘南」で開催されました。



これからの老人社会における老人の健康づくりを、どうやって推進すべきか、老人の健康が損なわれると当人が苦しむだけでなく、社会全体に与える影響が、とても大きいことについてなどを学びました。

基礎講座では「老人クラブの健康活動」「介護保険の基本と実際」について、専門講座では、「歯」「事故防止」「薬」「認知症対策」「医療」「運動(体操の理論と実践)、いきいき体操」「栄養

(講義と実習)「グループ活動(参加者の体験報告)」



女性委員会だより

20年度の取り組み 女性会員は 自信を持って 輝きましょう

女性会員の皆様平素はクラブの活性化を目指して活躍いただきありがとうございます。二〇年度も大いに女性パワーを発揮していただきますようお願い致します。つきましては本年度計画しております事業のう



ち大きなもの二点をお知らせ致します。一、秋に開催されます長浜ドームでのスポーツ大会に於て、例年通り女性委員会は、かやくごはん、うどん、おもちなどの模擬店を担当します。そこには、和やかな会話と笑

いと華やきがあり賑わいます。本年も頑張っていたきたいと思えます。二、女性リーダーの総会に一九九年度に取り組んだ「男女共同参画」をテーマに、もう一度考えてみたいと思います。地域での女性役員が何故少ないのでしょうか。何がネックになっているのでしょうか。どうしたら意識改革が出来るのか。とごん本音を出し合って話し合いたいと思っています。女性はともすれば控え目になりやすいのですが、自信をもってしっかりと意志発表の出来るよう日々自分を磨いて欲しいものです。最後に命ある限り健康で元氣一杯で年を重ねられることを祈念いたします。(小井千寿子)

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・学区連合会及び単位クラブの「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」等で身体を動かさませんが、ちょっと栄養のバランスを考えて「栄養講座」「料理教室」で食物について見直してみませんか。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。

県老ク連の「出前講座」を是非ご利用下さい。講師(推



男性料理教室

- 推進員の費用(謝金、交通費、資料代等)は県老ク連が負担します。ご利用は平日のみです。
- お申し込みは、各市町等老ク連を通じて県老ク連までお願いいたします。
- (県老ク連 TEL.077-567-3930)

ときわめて充実した内容について講義を受けました。最後に、参加者は、全国老人クラブ連合会より、「健康づくり推進員」の認定を受けました。

これからは、高齢者の健康づくりが、社会全体にとってきわめて大切であることとを、とても強く思い知らされる講習でした。(大島武志)

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

今よりもっと楽しい活動にするために

老人クラブ会員を増やしましょう

入会は60歳から

県老人クラブでは一人でも多くの会員を募集しています。老人クラブの活動に興味のある人、地域のために活動したい人などをご存じの人は各市町老人クラブ連合会事務局へお問い合わせください。

老人クラブの輪を広げよう!
老人クラブの三大運動は
健康 友愛 奉仕 です。

各地に友達ができた

趣味の幅が広がった



体が軽くなって、元気になった

子どもたちとふれあう機会が増えた



「いつまでも地域や家」で元気な体を

栗東市老々連
一月一六日、栗東市老々連主催の「高齢者生きがい



実践交流大会」及び「高齢者の手づくり作品交流展」が市民館で盛大に開かされた。本年度最後の大きな行事で役員も前日より準備に大重。又、一般高齢者へ

のよびかけもあり、当日は会場いっぱい参加者を得て終始笑い声の絶えないすばらしい催しであった。はじめに「いつまでも地域や家で元気にすすため」に元気な体を自分でつくろう。」と健康運動指導士の河野洋允先生より基本ストレッツ実技。指ゲームを通して介護予防の必要性を学んだ。しかし、これら指導を受けた事柄を心にとめ、心身の老化に早く気づき、

体の機能を維持して行く事はわかってはいるが、老体の継続は不安である。続いて三単位クラブの獅子舞。舞踊。江洲音頭の発表があり会場一ぱいの総おどりになり熱気満々。参加者の皆さんには生きがいをはたし時感じられたこととしてしよう。別室では高齢者の手づくり作品、絵画、写真、書、手芸等々見事な作品展示が花をそえてくれた。(下村直子)

親睦研修旅行

豊郷町老々連沢老人会
一月二〇日、朝八時会員一九名がバスに乗り、他の客と同行でしたが、当会恒例の秋の一泊親睦研修旅行に出発しました。

中央自動車道の飯田で昼食、松本の味噌蔵見学、美味しい味噌汁を頂いた後、松本城の天守閣へ登り、急



な階段を上下したが、さすが国宝だけあって古くとも立派に保存されていました。現在は天守閣のみの平地城堀・石垣が他の城とは少し小さく感じました。宿泊地大田温泉では、入浴後、当会だけ別室で宴会和やかな二時間半を満悦しました。

二日目善光寺へ向う道中、早朝から降り出した雪で山の樹木はまるで樹氷を見る様な美しさでした。しかし善光寺に着いた時は風は冷たかったが上天気、参拝を済ませ次の林檎園へ行き、自分でもぎ取った美味しい林檎を腹一杯味わった後、直ぐ近くの川中島の古戦場を見学し歴史の勉強をしました。昼食後帰路につき、七時過ぎ全員無事に沢山の土産と共に帰宅しました。和気調々の有意義な親睦研修の二日間でした。

なぜこんな「赤いお芋」ができるの？

大津市老々連葛川寿会
葛川保育園児と葛川小学校低学年の生徒が、昨年の五月二八日葛川学区老人クラブ会員と共同で「さつま芋苗」を植えました。入園したばかりの四歳児は初めてなので、青いつるの「いも苗」を泥んこになって植えてからは、何時花が咲いて何処にお芋が出来るのかと観察しておりました。



一〇月二日「さつま芋掘り」当日、老人クラブの会員で掘り取りの準備、生徒と園児は「いも掘り」、小学生は「今年のお芋はすくく赤い大きい」でしたが、四歳児の園児は「青いつるから、なぜこんな赤いお芋ができるの？土の中でなぜ出来るの？」でした。この言葉は私達には新鮮に聞こえ、本当に楽し一日でした。平成二〇年度の世代間交流事業は、昨年度と同じく五月二八日「芋植え」、六月に「わら草履作り」、一月「収穫祭」そして二月に「昔の遊びに挑戦」、三月に「保育園児と一緒に人形劇を楽しむ会」と計画をたてました。事業補助金の縮小で大変ですが、孫達と今年も新しい発見の交流にしたいと思っています。(岡部一男)

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

話題沸騰!! 不思議なネットテープ!

どんな痛みも 膝 肩 腰 貼るだけでピタリ!!



【爽快ばん】
19万個突破キープ!!
L 6,500円(税込) 50cm
M 3,500円(税込) 30cm

えっ!貼るだけで痛みが和らぐ?!

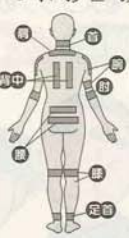
「長年の膝や腰の痛みが貼るだけでピタリと楽になる?そんな不思議なテープ爽快ばんが話題を集めている。磁気や薬は一切使用していないというこのテープ、販売以来19万個を突破し、講習会では数万人以上の人々を痛みから解放したという。早速、開発者の渡辺英雄さん(80歳)にお話を伺ってみました。

「昔の遊びに挑戦」、三月に「保育園児と一緒に人形劇を楽しむ会」と計画をたてました。事業補助金の縮小で大変ですが、孫達と今年も新しい発見の交流にしたいと思っています。(岡部一男)

お話を伺ったんです。そこで、約20年間試行錯誤を繰り返したこのネットテープを完成しました。

「一番痛む部分を、網目状の特殊ネットでびっちり覆って刺激うつ血した部分の血行を促して、痛みを和らげる。シンプルなお原理なのだが、20年間の腰痛が楽になった「関節痛で動くのにも不自由していた人が元気になっ

た」
「起き上がるのもつらかった首や背中の痛みがだんだん和らいできた」など信じられない報告が続々!その後、地元の総合病院で「痛みと血流阻害の原因物質を減少させるというテープの医学的効能が認められている。今では全国からの注文が殺到しているという「爽快ばん」、試した方からは「足の裏に貼ったからは、全身の疲れがスツキリ、腕が上がらないほどの五十肩が楽になった」など喜びの声が後を絶たない。慢性的な痛みでお悩みの方、ぜひ一度お試しください。



お問い合わせ・お申し込み ●
0120-956-238
FAX 0120-953-898
〒849-0503 佐賀県佐賀市江北町壱番分5021
メリット・ジャパン(株) [商品発送センター]
佐賀県佐賀市江北町壱番分5021
TEL 0952-71-6006
メリット・ジャパン 検索
www.meritjapan.co.jp

老人と子ども連との交流会「夏塾」

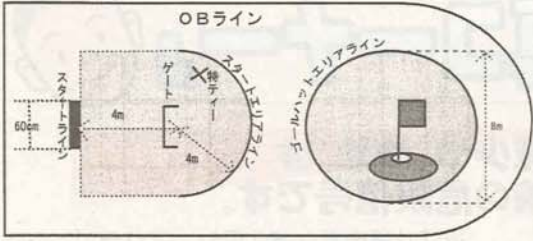
東近江市老朽連永源寺ブロック

活動の一端として行われた老人と子供連との交流会「夏塾」に参加、楽しくふれあった「コマ」感じたまふ一言。八月二日昔の遊び体験実施、昔をしのび会場一杯お手玉、駒まわし等十種類所せましと広げ二二名の子供達は夢中で遊ぶ事二時間、器用に早く慣れる子、思いのままにならずくやし

ゲートゴルフを楽しんでいます

米原市伊吹老朽連

私達の伊吹老朽連では、



がる子、遊び一生懸命その姿は目は輝き光っている。老人スタッフも共に昔をなつかしみ喜び味わう。竹馬駒まわしは大人気でした。八月九日二日目、食に苦勞した戦中戦後思い出話を語りつつ昔のおやつ作り体験。多くの子供が見た事もない「石づす」を用意。興味深くまわし作り「いり粉」作り楽しんでくれました。中でも「ふな焼き」かんそう(汁だんご)は大好評舌づつみつつ食へてくれました。「又おはあさんに作っても

らおう今日は一日ありがとう。」の一言に一同企画した事に喜びと満足感を味わいました。肌身でふれあつた二日間、どの子も良い子に出逢い夏塾の経験は楽しい良い思い出となりました。「愛の力で子供は育つ」講演の一言、愛に勝るものはありません。親の愛、健全な遊び、健康を守る食生活、元気で明るく健やかに成長してくれる事を心から願うものです。少子化の時代大切な子供達です。(白木美知代)

女性部 研修会

草津市老朽連

現今の少子・高齢化の中にあつて、高齢者ひとりひとりが、自ら、活力と生きがいを求め長寿社会を創造していかねばならない。仲間を大切にしながら活動の充実を図り地域社会に貢献していく事を目的として本大会を開催。従来ですと

毎年一回ゲートゴルフ大会を実施していますが、折角のいい機会ですから紹介しておきたいと思ひます。ゲートゴルフの概要は、紙面に限りがありますから、コース図で紹介しておきましょう。

今年に残念ながら雨天のため中止いたしました。二ユースポーツとして保体部の企画に取入れております。また毎年一〇月頃には、ゲートゴルフの発祥の地、和歌山県紀美野町で開催さ



各地域単位の伝統芸能にて友愛を深め仲間づくりクラブ活動に励んだ。しかし、本年は心を一つに、新しい活動を生みだす為にも、という思いが「千の風になつて」を各学区の代表者二二名の合唱から、会場全員約三五〇名の大会で、すばらしい女性部研修会を盛り上げました。この様に一つの歌がこれ程までに人々に感動を与えた事が今後の活動に、希望が繋がる大会で、なお多くの人が一緒に楽しんで学ぶ、すばらしい楽しい一日でした。(志連政五郎)

脈々と続く奉仕活動

高島市老朽連マキノ支部

昭和六〇年代初めから今も一貫して続く支部活動の一つに「マキノグラウンド(マキノ)の清掃奉仕」があります。当初はゲートボールや運動会など、各種老朽活動に快く使用させて頂ける感謝の気持ちから出発した

れます。ゲートゴルフ全国大会に参加します。紀美野町長は協会の会長を務められ、全町挙げて取り組んでおられますが、その前夜祭では、和やかな夕食会と、それぞれ参加地の自慢話やカラオケで交流し賑わいます。私達も江州音頭を披露して盛り上げます。(田中 武)

ゲームの面白さは、ゲートボールやグラウンドゴルフ同様に、ゲート通過の瞬間やホールインした時の爽快感や安堵感は格別で、競技の醍醐味を味わう事が出来ます。これからも二ユースポーツとして挑戦して行きたいと願っております。(田中 武)

ものですが、やがて美しい町づくりの意義も加わり僅か年に一度の事ではありませんが脈々と続いております。この活動は毎年梅雨明けの頃に行い、会員一〇名に一人割合で三単位クラブすべてが参加し、八時半から約三時間、グラウンドとその周辺の除草・草刈り、更に立木の剪定などを行います。暑い最中を黙々として汗を流す会員の姿には頭の下がるものがあります。本年度は特に市役所マキノ支所玄関まわりの庭木剪定も行い、町の顔が一段と美化されました。これからもマキノ支部だから出来ること、マキノ支部でなければ出来ないこと、そんな活動を生み出して老朽活動を充実、推進していきたいと考えております。(志連政五郎)

輝く会員章を
あなたの胸に

金メッキ入り高級七宝焼 700円

18mm 13mm

★会員章のお申し込みは、所属の市町老朽連の事務局までお願いします。

●図案「末広鶴と日の丸」鶴(高齢者)が、両翼を扇(末広)状に広げて、日章(日本)を担っている図。

●色彩 内側の円(日章)が赤、外側の鶴が白、外周線を金色とする。

●会員章にはタック式とピン止式の二種類があります。

●全国老人クラブ連合会では「二十一世紀に輝く信頼の絆」の象徴、「全国老人クラブ会員章」の普及活動を行っています。わかりあえる仲間がいます。会員章は老人クラブのシンボルマークです。

地域の活動「写真コーナー」

「健康づくり」 グラウンド・ゴルフ大会

甲良町老く連

うまい空気を胸いっぱい吸って健康第一!
ホールインワン狙って慎重に? 本部席も盛り上がる競技
に思わず、ニッコリ



体重減少や「やせ」は 低栄養の危険信号です。

近江八幡市老く連北里シニアクラブ

季節の食材を使って栄養のバランスの料理教室
県老連健康づくり出前講座に学ぶ



「市民ホール記念事業に参加」

甲賀市老く連水口



「あいこうか市民ホールがリニューアルオープン」記念
事業として、豊熟シニアクラブのカラオケ大会をキングレ
コード歌手の山本慎也さんをゲストに迎えて盛大に行いま
した。

昔ながらの伝統行事 「おもちつき」

米原市伊吹老く連



12月21日いぶき認定こども園にて開催された「おもちつ
き集会」に参加、もちつきに汗を流しました。


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

3 株式会社 アビリティィ **5名様**

青汁美源 一度ご賞味下さい! 青汁が美味しいと実感!!
1箱 3,360円(税込)

お水なしで飲める! 美味しい口溶けタイプ。
●腸胃不調に…大寒症薬 ●お乳と腸胃を…産後分子コーゲン
●経路と更年期の解消に…アス/バラ酸GABA
●元気の源…アミノ酸 ●腸胃の源…プラセンタ
●お肌の調子を整える…難溶性性デキストリン

TEL.0720-339-5400




4 株式会社 野口商店 **3名様**

ほねガード【衝撃吸収パンツ】

1セット 9,975円(税込) 別売・替えパンツ 3,980円(税込)

高齢者の(股たきり)を防ぐ大きな衝撃のひざとつが、転倒によ
る大腿骨骨折の骨折です。足の付け根の骨折を予防するた
めに開発されたものが、この衝撃吸収パンツです。軽くて薄い
衝撃吸収パンツが、股れたときの衝撃を吸収・緩和します。

TEL.089-986-0220



春の プレゼント 特集

「いきいき近江」ご愛読者の
みなさんに春の素敵なプレゼント!!

応募方法 はがきに希望の景品の番号と、住所、
氏名、年齢、電話番号、「いきいき近江」
に対するご意見・ご感想を書いて、
〒530-0001 大阪市北区梅田3-4-5
毎日新聞ビル6階
高速オプセット内「いきいき近江」編集部へ。
4月30日(水)消印有効。

※ご応募の際、ご記入いただいた会員様の個人情報は、ご当番者への
プレゼント発送、各種ご案内などに利用させていただきます。

1 休暇村 近江八幡

温泉昼食パック 和定食コース 1名2名様
2,500円

天然温泉入浴券 700円 5名様

※お申し込みは入浴券セットになったお風呂プランです。
日本一の琵琶湖を眺めて過ごす時間
静かな敷地内に少し離れて、東院と西院があり、全室レイク
ビュー。平成15年春より、東院西院共に天然温泉となりました。
TEL.0748-32-3138



2 長浜ロイヤルホテル **2名4名様**

ディナーご招待 (2組4名様)

懐かしい思い出と再び集う
同窓会プラン(フッフェ料理7,500円より)
も25名様から承ります。
お申し込みは下記、電話にて。
TEL.0749-64-2000



「交通安全講習会」

大津市老ク連晴嵐

ふえつづける高齢者の交通事故。被害、加害の立場で、安全確保に努めようと誓い合いました。



編み物の日

彦根市老ク連

三角ストールの編み図を見ながら、説明に聞き入る68名の仲間。「何色にしようかな」「あの人も編んであげよう」次々と夢もふくらむ楽しい時間です。



料理講習

湖南省老ク連 女性部

今日はおいしい団子が出来上がりました。



「世代間交流会」

大津市老ク連真野

北大津養護学校生徒と3回目の交流会をもちました。「楽しかった」とお礼の手紙もたくさんいただきました。



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

洗髪クリームソープ
つかひみんしゃい
ゆか石けん (80g)

送料別
1,890円

おうちがよがねとお届けします！
クリーム状の濃厚な泡が簡単に作れます。

色も質感も見るがらに火山灰
中身は一見粘土の様…指ですくうとやはり粘土質。

私の鼻の黒ずみ汚れにもすつと入り込んで、すっきりと洗い流してくれる。火山灰の微粒子が毛穴をきれいにして、しかもきゅつと引き締めてくれるようです。

30代半ばを過ぎたあたりから、肌の透明感や目の下や口元が気になりだし、あらゆるコスメを使い続ける美容ライター…さとう。ライターという仕事をしながら、泡溢る情報に踊らされ、試したコスメの数は手足の指を使っても足りないくらい。それは「キメを整える」「毛穴の黒ずみ」という文字に、過剰に反応してしまうのは、そんなわたしに、最近、同じ業界の友人が勧めてくれたのが「つかひみんしゃいゆか石けん」。その友人によれば、「泡立ちのよさもさることながら、肌の透明感をすく感じてる」というのだ。

付属のネットに泡立ててみると、さくらんぼ大ぐらいしか使っていないのに、手のひらにはばいり強い泡ができて、きめも細かい。その弾力のある泡を肌に乗せると、クリミミーな泡が顔全体をしっかりと包み込んでくれる。



数々のスキンケア製品を使い続けた美容ライターが、「つかひみんしゃいゆか石けん」に出会い、洗顔の大切さをひしひしと実感。泡溢る情報に踊らされるライター

なんでも桜島で知られる、鹿児島島の火山灰シラスで作っているため、こんな灰色なのだとか。

「使ってみたらよが石けん」
美容ライターが本音で明かすコスメ雑記

お問い合わせ先
www.chojyu.com

0120-113966-5523

0120-113966-5523

0292-28250

体験レポート 配信!

QRコードで簡単アクセス

遂にジャーが空っぽになつた。鏡を見ると、洗顔を委えただけに、肌が透き通つた感じ。このハリとツヤ久しがり!!

この石けんは自然由来成分の原料を使い、無着色、無香料が特徴。私も年齢に負けず、がんばつていきたい肌を維持していきたいと思つている。本当に「よか石けん」に出会えて感謝、感激です!

「地球ゴザイ」

なにより自然成分がうれしい

よか石けんの原料になつている「火山灰シラス」をインターネットで調べたところ、ミネラルを豊富に含む鹿児島島の火山灰が長く自然にさらされることでアークが抜け、白雪のようにさらさらの状態になったものと判明。まさに「地球ゴザイ」

自然のパワーが毛穴をきれいに!

「プロフィール」
フリーター さとう
ようこ

スキンケアに専念
メイクアップの楽し
のいい時代半分の
美容ライター。業界
で得た知識を自分
の前で試すチャー
ンジャーでもある。

街に花を咲かせよう

高島市老朽連安曇川支部
平成一五年度より県老朽連から助成金をいただき、「街に花を咲かせよう」を合言葉に園芸部を中心に会員が一丸となり取り組むこととなりました。種子から蒔いてポットに植え、大きくなってから単位クラブに持ち帰り、会議所、老人いこいの家、神社の境内、集落の街角に並べ、会員が交代などとして、暑い真夏にもかかわらず汗を流しながら頑張ってお世話をされていく姿を見ます時、頭の下がる思いが致します。女性部も黙っては居られないと先にたち、共に汗を流しておられました。このように

して、県老朽連に報告出来る様になりました。
それから四年経ちました。ますます皆さんの熱意が浸透し、平成一九年度は年に二回、春はマリンコート、秋は葉ボタンを咲かせることが出来ました。最近はこのご家庭にも花が咲き乱

れ美しい光景ですが、少しの空き地や公共施設にでも花があれば心の安らぎを感じます。

特に、小学生の通学時の登下校に合わせ、花の世話や水管理などで交通安全や防犯などのお役に立てることが出来れば、一石二鳥で

お爺ちゃん達の子供の頃

彦根市老朽連城北学区
恒例の世代間交流として小学校三年生と今年も出会う機会がありました。

昭和初めから終戦の前後の体験を持っている私達の思いを、少しでも次世代に繋げることが出来れば幸いです。当時の生活や遊びを考えるのに、古い道具も身

スクールガードと老人クラブ

竜王町老朽連美松台老寿会

「地域のごときは地域で解決する」自助努力の体制を作ることが先決であること、良い方法を掘り起こし、これまでPTA主体で実施されていた、学童の交通安全体制を学区の自治会、婦人団体、老人クラブ等に拡大して協力を求め、安全体制を整えるためのスクールガードを立ち上げ、竜王西小

学校区的美松台自治会と美松台老寿会がこれに参画し、健康な高齢者がグループを組み、週一〜二回下校時の学童と校内から自宅近くまで行動を共にし、交通安全と犯罪からの危険をガードしてまいります。勿論これには竜王西小学校も全面的な信頼の基に、下校時刻等の情報を開示、学校行事へのスクールガード構成員の招待等、学童との交流促進、互いに見慣れた信頼関係を築く努力をして頂いたり、問題発生時の対処方法等も

講師を招いて研修をし万全を図っております。
大人側が学童を見守るだけでなく、逆に学童側からも高齢者を見守る良い制度だと認識しております。散歩途中で気分が悪くなった年寄りや軽度の認知症の方が道に迷った時など、見知りの学童に救われる事態が必ずある。いや学童が事件に遭う数より、高齢者が世話になり救われることの方が多くなるのでは?と思っております。学童達の安全と平和を祈って! (尾崎恒志)



おやつは? スナック類は? めったに食べられない物は? どんな遊びを? 遊園地は? 戦争のころの生活は? 避難所はどんな所か? 爆弾は落ちたのか? 外の様子、道路は沢山あったのか? どんな手伝いをしたのか? 学校の様子?
次々思わぬ質問も飛び出し、経験の違いもありましたので、色々思い出しながらお互いに打ち解けて喋っていると、あっと言う間に時間が過ぎました。
次は体育館で昔の遊びとして、紙飛行機を折ってちよつと難しかったかも知れませんが、大人共々楽しんだあの半時間でした。後日貰った一人ひとりからのお礼の手紙に、私たちが楽しい思いがありました。

近に残ってなく大きな物も無理があるので、小さな手炙り火鉢を持参し、火鉢や炭が唯一の暖房具で、昔の一家団樂の話から入っていました。
食べる物や着る物が無かった時代の話の後、児童三人がバグループに分かれ、会員が各二〜三人就いて約三〇分のミーティングで、児童達の質問を中心に経験を話し合いました。

あります。
また、女性部は養護施設や保育園、幼稚園などにも「愛のタオル一本」運動で集めたタオルを贈呈すると共に、花を植える運動も心掛けております。
(白藤喜代治)

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

口コミ特集

60代以上の女性の間で話題のケア商品 『頻尿・尿モレ』のお悩みがスッキリ!



ユラン・ケア開発者 南尚美氏

こんな体験したことありませんか?

- トイレの回数が多い
- 夜中に何度も目が覚める
- せき、くしゃみでモレる
- トイレの場所が気になる
- ロイヤレでかぶれる
- トイレまで間に合わない
- ニオイが気になる

なぜ女性に頻尿や尿モレが多いのか?

60歳以上になると、趣味や旅行で楽しみたいもの。しかし、半数以上が尿モレの経験があるとされています。特に女性の尿道は男性より短く、腹筋も弱いのです。その上、60歳以上になると加齢による筋肉全般の衰えにより、

頻尿・尿モレで悩まれる方が多くなるのです。そんな尿の悩みをお持ちの方にオススメなのが「ユラン・ケア」。これが、60歳以上の女性から圧倒的な支持を得ており、入手が困難な時もあるとか。

天然成分配合で女性の体に安心
この商品の開発者である南尚美氏にペポカボチャ種子・クランベリー・オリザギヤバの3大成分を配合した理由を伺いました。「ペポカボチャ種子は、尿の悩みを持たれている方

に効果があり、そして、そのペポカボチャ種子の力を最大限に引き出すためにクランベリー、オリザギヤバの相乗効果が尿の悩みに良い事に着目しました。これらをバランス良く配合することで、尿の悩みを救ってくれ、カラダの変化をご実感いただけるかと確信しております。実際に使用された方からお喜びの声も頂き、自信を持ってお届け出来る製品になりました」とのこと。実際にこの商品をお試された方から「私の体にあって良いね。いつの間にか、トイレ目を覚まさなくなっただけ!」「トイレを気にせず、旅行や外出が気軽に出来るようになった」など、すごい反響です! 悩む前に一度お試し頂き回復力を実感してみたいいかがですか?

頻尿・尿モレでお悩みの方へ
ユラン・ケア
3大天然成分配合で特に女性のデリケートな体に優しく働きます。
3パックセット 180粒入り
通常 8,820円を **7,770円** (税込)
1,050円のお買い得!

ワンランク上のユラン・ケア
ユラン・ケアEX
開発者のオススメ
より良い製品をお求めの方へ
1本 180粒入り
9,870円 (税込)

ご注文・お問い合わせ24時間受付
TEL 0800-300-0033
FAX 092-716-0636 (受付時間 10:00~18:00)
ユラン・ケア 検査券 **38**

※送料はお客様のご負担となります。お商品は受付後一週間以内に発送いたします。お急ぎの方は、商品到着前に必ずお問い合わせください。お急ぎの場合は送料も別途お見積りいたします。その際の送料はお客様のご負担となります。 (送料は別途お見積りいたします。)

0570-0001
0570-0002
0570-0003
0570-0004
0570-0005
0570-0006
0570-0007
0570-0008
0570-0009
0570-0010
0570-0011
0570-0012
0570-0013
0570-0014
0570-0015
0570-0016
0570-0017
0570-0018
0570-0019
0570-0020

(株)サン・クララ子製薬 福岡県北九州市小倉南区1-10-1
高品質・高信頼性で国内で生産し、品質管理も徹底しておりますのでご安心ください。

会員がつくるページ



交流会に参加して

米原市 松井 重廣

二月に入り、伊吹山にも初冠雪を観測し、その寒

最初に研修場所である栗東市総合福祉保健センターの施設見学と概要の説明を受けました。

交流会では、栗東市老く連の青木会長さまをはじめ



老く連相互に会長はじめ担当部長から活動状況、予算等詳細な説明がありま

「つあぁーきれい。」初めてドラゴンフルーツの花が、比較おろしの寒さに負けず

「ドラゴンフルーツ」に挑戦

湖南市 青木 昭典

「つあぁーきれい。」初めてドラゴンフルーツの花が、比較おろしの寒さに負けず



まい二度と開かず、萎んだ花芽の元が膨らむと実がで

「老人クラブ活動」

大津市 近山 義男

朝倉寿会でグラウンドゴルフの会員ができました

が準優勝になり本当にびっくりしております。現在グラウンドゴルフの会員は八



夫婦と絆

守山市 瀬川 光雄

思い浮かべると、早や八〇年になり、今は夫婦とも病氣もせず、元気で暮ら

災害救援金の「お礼とご報告」
石川県能登半島地震災害救援金 1,149,548円
新潟県中越沖地震災害救援金 1,379,862円

れたと思う。定年後は、老人会のグラウンドゴルフに参加して、足や腰の健康に

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

従業員募集
滋賀県福祉事業協会
TEL: 077-524-2276
大津福祉事業協会
TEL: 077-527-3993

年間500円からはじめられる安心
一日あたりわずか1.4円

老人クラブ傷害保険

保険のご加入は、転ばぬ先の杖!!

■ 老人クラブの会員の方々なら

- 1 何歳でも
- 2 どなたでも、いつでも、一人でも
- 3 一般保険に比べ、安い掛け金
- 4 一日だけの入院・通院から補償
- 5 ケガをしたら、事故報告書を提出するだけ

■ 老人クラブ活動保険(特別専用保険)

補償内容は平成19年3月現在

補償内容 年間掛金	通院	入院	死亡・ 後遺障害
Aタイプ1日わずか 1.4円 500円	650円	1,000円	50万円
Bタイプ1日わずか 2.7円 1,000円	1,300円	2,000円	100万円
Cタイプ1日わずか 5.5円 2,000円	2,600円	4,000円	200万円

5つの魅力



すぐご加入
くださいネ

■ 老人クラブ24時間保険(普通傷害保険) 補償内容は平成19年3月現在

補償内容 年間掛金 (活動保険+24時間保険)	活動中のケガ			活動外のケガ		
	通院日額	入院日額	死亡・ 後遺障害	通院日額	入院日額	死亡・ 後遺障害
Dタイプ1日わずか 8円 3,000円 (活動保険1千円含む)	1,800円	2,850円	103万円	500円	850円	3万円
Eタイプ1日わずか 16.5円 6,000円 (活動保険2千円含む)	3,600円	5,700円	206万円	1,000円	1,700円	6万円
Fタイプ1日わずか 27.4円 10,000円 (活動保険2千円含む)	4,600円	7,400円	212万円	2,000円	3,400円	12万円

※D、E、Fは、老人クラブ活動保険(活動中のみ補償)に日常生活全般のケガを補償する24時間保険を加えたタイプです。

●資料請求および詳細につきましては、滋賀県老人クラブ連合会、各市町老人クラブ連合会または下記保険係までご連絡ください。



財団法人 **全国老人クラブ連合会** 保険係

通話料無料のフリーダイヤル **0120-000937**

〈取扱代理店〉有限会社シニアサービス社

文芸欄



俳句

草津市 山本 誠一
麗らかなや地蔵菩薩の笑み給う
長浜市 勝木 岩松
老人車籠に集う花の山
大津市 馬場 愛子
夜桜や幼馴染みと通り抜け
野洲市 中川 節子
空の青見せて冬霧消えゆけり
栗東市 森野 好子
父の年越えて今宵の節料理
大津市 木村 信子
寒牡丹なくてはならぬわら帽子
甲賀市 中澤 はるみ
見惚れるや松の枝の露初光り

甲賀市 福井 美千野
雪が舞う紅いさざんか白く染め
米原市 田中 武
夕餉には何をさておき獅大根
守山市 山本 雅子
臘梅は満開になり雪降り
彦根市 勝見 政恵
梅が香や寺も無住に崩れ垣
彦根市 田辺 ふみ
啓蟄や人生出直す今朝がある
彦根市 田中 好子
上棟の弾む槌音芽吹く風
彦根市 藤野千枝子
啓蟄やまろびつ孫の歩き初め
守山市 寺田 ふさ子
道端で老いのくつろぎ昔話し
近江八幡市 川端 恵隆
深更に音なく積もる牡丹雪
近江八幡市 東 芳一
孫笑顔疲れを癒す特效薬

川柳

安土町 大川 勇
白菜が鉢巻き締めて玉守る
野洲市 加賀爪久恵
おめでとう気持新たに愚痴ひかえ
草津市 山本 誠一
式挙げて直ぐに出来たよ紙おむつ
守山市 北村 弘
節分に洗濯物が豆を撒き
東近江市 徳田 明子
重ね着しコストを抑える原油高
甲賀市 三輪 幸子
スベアーの堪忍袋も持っている
大津市 江野 伸
花の下人はやさしい顔になる
栗東市 森野 好子
凛と生く子歳七回としおんな
長浜市 福永 文近
「おじいちゃん」孫の呼ぶ声
ありがたい

短歌

虎姫町 月瀬 芽子
休日に娘に掛かりさしケータイ
たちまち会社人間の豹と化したる
長浜市 遠藤 進
新春の願いをこめてひたすらに
平和であれと拍手を打つ
甲良町 松宮 花子
寄せ植えの花の色香を嗅ぎながら
皆それぞれの出ればえ嬉し
安土町 大川 勇
生きいきと流れる川の水面にも
はしゃぐ浅瀬やしずむ深みや
野洲市 加賀爪久恵
日だまりに黒い子猫がうとうと
と居眠り姿ほほえましかな

野洲市 中道 節子
沈黙を破りて野辺に春耕のトラク
ターの響き渡り来
東近江市 山形 賢
霊場の満願終えし八十八寺朱印の
白衣も紅葉に映ゆ
東近江市 山形 きぬ子
寺々で御香の煙をなびき寄せ祈り
はひとつマメなぐらしを
甲賀市 福井 美千野
健康でお雑煮祝う幸せよゆげの向
こうに皆の笑顔
野洲市 竹内 十四枝
秋晴天わが家の孫と撮っている賑
やかに声湧き上がるいも畑
湖北町 脇坂 作之進
今年こそ倫理輝く世となれとひた
に祈りて初詣です
野洲市 中川 節子
早春の近江の富士の撫で肩の姿湖
南に美を誇りけり
甲賀市 山田 喜太郎
賑やかに老人ばかりで大根引きす
かされ転んで大笑い
栗東市 森野 好子
ケアバスを待つ今朝の寒さ溶かし
くる友の笑顔の遠足に似て
甲賀市 中澤 はるみ
遅すぎた孫とは云えど授かりの全
て無垢なるみどり児を抱く
米原市 田中 武
顔みてまだまだ青き吾なりき確と
迎えん喜寿になる歳
(注) お一人一部門一作品となっており、
同じ人の作品は直近の作品にして
います。
(注) 作品は、八ガキの受付順に掲載し
ています。

応募原稿募集!

<発行4月・7月・10月・1月>

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。皆様からの投稿をおまちしております。下記の要領にしたがって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字以内してください。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「短歌・俳句・川柳・情歌」は、一部門一作品(厳守)とし、どの部門かを明記し応募は八ガキのみをお願いします。

◆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、ご了承ください。

◆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 (財)滋賀県老人クラブ連合会事務局

◆応募作品は、掲載したもの、掲載できなかったもの、いずれの原稿および写真等は返却いたしませんので、ご了承ください。

県老ク連からのお知らせ

★ニュースポーツ用具の貸し出し★

県老ク連では、市町老ク連、学区連、単位クラブ等の健康づくり事業に活用していただきたく、ニュースポーツ用具の貸出をしています。一人でも多くの方に利用・活用していただき、健康増進・体力向上に役立ててください。

貸出用具の一覧表および利用申し込み用紙は、各市町老ク連の事務局にあります。

ご利用は余裕を持って所属の市町老ク連を通じて、申し込みをして下さい。

なお、公式ワナゲ・ピンボウリング・シニア体力測定セットは、右記の5市町老ク連でもご利用できます。

- ◎ 5市町老ク連
① 高島市老ク連 0740-25-3450
② 甲賀市老ク連 0748-62-6842
③ 竜王町老ク連 0748-58-1001
④ 彦根市老ク連 0749-23-1506
⑤ 余呉町老ク連 0749-86-2195

● 春の全国交通安全運動 ●

Table with 2 columns: 期間 (4月6日(日) ~ 4月15日(火)) and 内容 (1.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, 2.自転車の安全利用の推進, 3.飲酒運転の根絶, 4.前照灯早め点灯の推進)

「交通事故死ゼロを目指す日」の実施
平成20年4月10日(木)

☆ゆずりあう マナーが滋賀の 通行証☆

ひとりで悩んでいませんか?

「犯罪被害者総合窓口」

へお電話を!

犯罪被害者は多くの場合、突然ふりかかってくるため、大きなショックを受けたり、正しい判断が出来なくなったりします。県では被害に遭われた方やその家族を支援していくために、「犯罪被害者総合窓口」を設置して、必要な情報や被害者の状況に応じた専門機関等を紹介しています。

犯罪被害でお悩みの場合や、どこに相談すれば良いかわからない場合は、ぜひ一度お電話ください。犯罪被害者支援アドバイザーがお話をお聞かせします。

相談・連絡先

電話番号 077-528-4979

相談日 毎週月曜日～金曜日

(祝日、年末年始を除く)

相談時間 午前9時15分～午後4時00分

〒520-8577 大津市京町4丁目1-1

滋賀県庁新館3階

県民文化生活部県民活動課(安全安心地域づくり)

甲賀市老々連大久保老人クラブ



クラブ活動 サークル活動 紹介コーナー

大久保老人クラブは現在八一人。一年を通してさまざまな活動を行っていますが、いつも参加者が多く、何事も仲良く取り組んでいます。地域の中でも、思いやりの心が失われ、家族や世代の断絶が進んでいると感じます。そこで「地域を豊かにし、

次世代を育てる地域づくり

青少年の健全育成を目指す「社会活動」を会員の生きがいとして、取り組めないかと考えました。先輩たちが残してくれた大切な文化や伝統のすばらしさを、地域の子どもたちに伝え、同時に守り育てていく活動を行っています。具体的には、地域の学校で実施される週一回の一斉下校に合わせて、二班四人ずつ当番制でスクールガードを行っています。子どもたちと歩く道は、コミニケーションの場であり、最高の運動でもあります。一学期が始まる前には、小学校の運動場の草引きを実施。グラウンドゴルフなど、老人クラブとしても利用している運動場なので、感謝の思いを込めてきれいにします。また、平成一四年に結成



された里山再生委員会による、大久保里山再生活動の「菜花園」があります。自然の中で子どもが遊んで学んだり、体験学習をしたりする場で、老人クラブも素晴らしい里山づくり、人のふれあいづくりを生きがいに活動しています。年間

行事としては、草刈りや除草作業など周辺の整備を主に取り組んでいます。そのほか、子どもをはじめとする里山利用者、山の恵みや自然環境について話をするなど、里山のボランティアとして活躍しています。また、里山の自然を紹介したパネルの作成や、春の花見会などの季節の催しにも積極的に参加、地域交流を図っています。忍者の里らしく、忍者の戒めである「正心(私利私欲なく名譽を求めず、人のため、郷のため命をかけてつくす心)」を大切にしたいといけなるとみなさん話されます。モットーである「青少年育成」を中心にこれからも元気に活動を続けていきたいと思います。

編集後記

「いきいき近江」が会員の皆様の手元に届く頃には、彦根城の佐和口桜は満開を迎えているものと思います。春の訪れる四月は、晴ればれとした季節、入園、入学、就職など、それぞれの人生の第一歩、老人クラブにとっても、新しい気持ちで活動をする第一歩でもあります。

私達高齢者にとっても、この四月からは、後期高齢者医療制度が始まり、厳しい局面を迎えることになると思いますが、この時こそ老人クラブ活動の三大運動でもある「健康」「友愛」「奉仕」の活動を活性化する必要があります。このためには、県内の多様なクラブ活動の情報をもたらし、「いきいき近江」の役割を十分認識し、編集にあたって計画しています。年四回の発行を計画していますので、会員の皆様の積極的な寄稿をお待ちしています。

(藤田幸生)

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 'Ear Happiness' (聴快音) featuring a hearing aid and contact information for Tokai Health Center (0120-81-1260).

Advertisement for 'Daijyaku Gendai' (大衆演劇と大浴場の殿堂) featuring a buffet dinner for 3,990 yen and contact information for Toyo Health Land (058-275-0026).