

2009

8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 開広
京都市中京区烏丸通二条上ル
TEL.(075)231-6121

平成21年度近畿ブロックリーダー研修会



平成21年度近畿ブロックリーダー研修会が6月11日12日の2日間にわたり大阪市のホテル大阪ベイタワーで開催され、二府四県四政令市から約270人が参加しました。(滋賀県内参加者16人)

今研修会は、少子高齢化が急速に進展する中でわたくしたち高齢者は、まず、自分自身を取り巻く現状と諸課題を認識する必要があり。このために近畿の老人クラブリーダーが一堂に会し、共通の課題意識をもつて、「高齢者の生きがいと健康づくり、求められる社会貢献、高齢者の仲間づくり等」について、今後の方策を研究討議し、21世紀の時代を創造する老人クラブ活動の実践に結びつけることを目的に行われ、初日午後から四つの分科会が行われました。

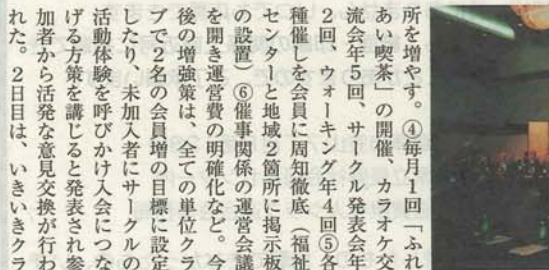
第一分科会は「いきいき高齢者の健康長寿をめざして」では井上昇興老く連副会長が座長を務め「健康」をテーマに介護予防活動の取り組みも併せて具体的な実践事例をもとに意見交換が行われました。

第二分科会は「地域にねざす友愛活動の推進」について一人暮らしの高齢者を支える友愛活動やリーダー育成、地域のネットワークづくり等について話し合われ、高齢者の孤立化、認知症の予防のため、地域に根差した友愛活動の重要性について研究されました。

第三分科会は「地域を豊かにする支援活動の推進」について研究され、県老く連副会長(豊郷町老く連副会長)西山順子氏が同町老く連の清掃活動への取り組み、次世代育成支援活動や子ども見守り活動の事例を発表し活発な意見交換、質疑応答が行われました。

第四分科会は「会員加入促進に向けた取組みの推進」をテーマに団塊の世代の高齢世代への参入により60歳以上の人口が増加しているにも関わらず会員数の減少傾向はますます激しくなっている現象の中で、京都府八幡市老く連、神戸市灘区老く連、松原市老く連から会員加入促進に向けた取組と推進方策が発表されました。特に、松原市老く連第二連合の会員増強策が説明され、平成16年から5年間で入会会員が748人反対に死亡、転宅等で231人退会実質517人増加したことを報告。その増強方策は①単位クラブの会員と会員増強対策を話し合い気運の醸成を図り各会長から増強についての決意表明で軌道に乗る。②サークル活動の充実(11→21に10増やす)。③福祉センター内に高齢者が集う場

所を増やす。④毎月1回「ふれあい喫茶」の開催、カラオケ交流会年5回、サークル発表会年2回、ウォーキング年4回⑤各種催しを会員に周知徹底(福祉センターと地域2箇所に掲示板の設置)⑥催事関係の運営会議を開き運営費の明確化など。今後の増強策は、増の単位クラブで2名の会員を増やす目標に設定したり、未加入者にサークルの活動体験を呼びかけ入会につながる方策を講じると発表され参加者から活発な意見交換が行われた。2日目は、いきいきクラブ



ブ体操で開会。続いて「地域福祉を支える老人クラブの今後のあり方」と題して桃山学院大学社会学部教授石田易司氏から講演がありました。老人クラブは地域福祉に目を向けて活動に取り組んで欲しい。最近は一入暮らし高齢者家庭が増加し孤独になっている傾向が増加している。地域で支え合う大事な役割がある。老人クラブの名称から老人の仲間入り、老人扱いではなくて欲しいと考えている人も増えている。加入年齢制限を無くして若いうちから入会できるクラブにすることを地域で話し合ってみることも地域福祉の担い手として必要と考える。超高齢化社会の進展する中で課題や問題などを示唆する内容でした。1時間20分の講演の後全体会議で前日の分科会の報告がまとめられ、橋本武浩近老協会長(滋賀県老く連会長)が講師を務めた。早急に取り組みべき課題や実践したい活動などが共有できた実りある研修会でした。

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

開催日 8月29日(土) [午前10時20分] <現地集合>

先着順 60名様まで

納骨御仏壇見学会実施

京都東山の大自然の中 最高の環境と最新の設備を誇る 世界最大級の納骨基所

内容: 東山浄苑嘉枝堂本堂にて東山浄苑の説明、法話、苑内ご案内

屋敷: 1組2名様まで東山浄苑負担

交通: JR京都駅、阪急四條河原町、京阪清水五条の各駅から東山浄苑までタクシー(10~15分)をご利用下さい。

<マイカー駐車場完備>

見学时は、上記の駅からのタクシー代を浄苑にて負担させていただきます。

見学会以外でも、見学会いつでもできます。是非ご来苑下さい。

宗派を問わない、安心の永代管理システム 2段型櫃 大型櫃

- ◆年々の管理費など一切不要です。
- ◆仏教各派はもとより、神道、キリスト教、無宗派など、どんな宗派・宗派の方でも納骨いただけます。

特にこんな方におすすめいたします。

- ◇無縁墓にならない、安心できるお墓をお求めの方。
- ◇お子様やご遺族が無く、後代相続をご心配の方。

納骨御仏壇	標準櫃	中型櫃	大型櫃
2段型櫃	230万円	380万円	650万円
上段150万円			
下段150万円			

※永代使用料・消費税含む

マイカー/名神・京東ICから、国道1号線(京都方面)に入り、10~15分。東山トンネルを抜けて約100mの所を左折、東山浄苑専用道路へ入る。

送迎バス 東山浄苑専用マイクロバスが、日曜、祝日に真宗本願前より運行されており、(9:00~16:00の間、毎時00分)

ご予約はお電話にて ☎075-541-8391

都道府県指定都市老人クラブリーダー 中央セミナーに参加して

今回の研修テーマが「老人クラブの活性化のために」ということで興味を惹かれた。全国の老人クラブへの加入者の推移は昭和36年36万人から平成12年までは増え続け、その後は減少傾向にある。現在は762万人、ピーク時から110万人少なくなっている。加入率についても同じ

傾向にある。「老人クラブ以外の地域の団体(婦人会、青年団等)は崩壊に等しい。それは今日の状況が企業中心社会であり又個人の生活中心の傾向による」と講師は分析している。しかし、いま再び地域の人々の生活の必要が望まれており、我々老人クラブは

地域中心の社会への牽引車となるべきである。各地区的取り組みは都市と地域で格差や内容は異なるがリーダーを中心に活発で熱心に展開されており、大きな刺激とパワーをもたらした。参加の機会を戴き感謝している。(北村 誓)

女性委員会だより

全老連女性委員会総会に参加して

5月20日全社協連尾ホールで総会が開催されました。20年度全老連事業報告・女性委員会推進項目と現状が報告され、21年度事業の方針は男女共同参加のクラブづくりの実現に向け、女性リーダーの育成の取り組み、女性委員会の組織化と設置を促進する大会や研修会などの会合に女性の参加を拡大する。仲間づくりの輪を広げ若い会員加入促進の取り組み、生活モニターの活動を通じて提言・提案の活動を推進する。高

齢者に関わるさまざまな物事を高齢者の目線にとらえ、その状況をモニターにて調査をし、その結果を生かし、生活上の改善を進める活動に取り組み事を申し合わせ、全体会が終了しました。

午後からはブロック別に集まり、都道府県の活動状況の報告をし、認められない女性の役割、今も男性優先社会でずねと話されたが、滋賀県では女性会員総会を持ち「男女共同参加」テーマに講演を聞き、分科会グループで話し合い、全員がアンケートに答え

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。

募集原稿投稿要領

- ◆原稿は、題名、氏名、単位クラブ名(所属老く連名)を含み、470字以内にしてください。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、かならず所定字数内にてお願いします。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。
- ◆投稿方法 郵便番号、住所、氏名、電話番号、単位クラブ名、所属市町老く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。ただし、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
- ◆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・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。



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

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 滋賀県栗東市下鈎913番地1
TEL:077-552-8746 FAX:077-552-8671
<http://www.panahome.jp/shiga/index.html>

高齢者に優しい住居施設 入居者募集

老後の不安、介護疲れを抱えておられないか?

幸せとは無理をすることではありません。
「カムコート宇佐山」で生活を始めてみませんか?
お元氣な方から、還たきりの方までご入居可です。
詳しくはお問い合わせ下さい

カムコート宇佐山 ☎077-510-1020

〒525-0025 大津市皇子が丘1丁目23-19 湖西バス皇子山出入りロスタ
＜アクセス＞JR湖西線 大津駅下車 徒歩20分 送迎バス約5分

【施設概要】敷地面積/カムコート宇佐山 敷地面積/大津市皇子が丘1丁目23-19 敷地面積/JR湖西線「大津」駅徒歩20分 敷地面積/26名 居室数
全20室(A:個室14室、B:2名個室6室)＜居室数/5室＞ 専用有線テレビ(A:13.5m、B:25.82m) 設備/トイレ、キッチン、洗面、冷
暖房、ベッド、チェスト、テーブル、イス、照明器具など 備品/洗濯機/エレベーター、浴槽、特設浴槽、ホール、洗濯室、車椅子用トイレ、駐車場 設備物
車/自家用車専用 敷金(月給)/A:45,000円、B:64,500円 敷金主(貸主)/株式会社パナホーム 〒525-0025 大津市皇子が丘1丁目23-19
TEL 077-510-1020 開業年月日/平成19年5月25日

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、各市町等老ク連、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。

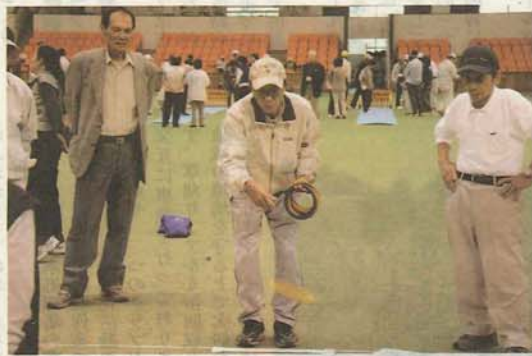
夏・秋とスポーツ・ウォーキング等の時期です。夏バテ防止・食欲の季節の秋に向けての健康づくりをしましょう。

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。本年度の事業計画に、県老ク連健康づくり推進員が行う、会員健康づくり事業「出前講座」を是非、ご利用を検討してください。(土・日・祝日は取扱っておりませんが、体操・スポーツについては、ご相談に応じます。)

なお、講師(健康づくり推進員)の派遣費用(謝金、交通費、講習用資料代等)は、県老ク連にてお支払い致します。

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週間前までをお願い致します。

(県老ク連 TEL.077-567-3930)



ご案内
第48回 滋賀県老人クラブ大会

開催日時：平成21年11月13日(金)
午前10時00分～午後3時00分
受付開始…午前9時10分

開催場所：滋賀県立文化産業交流会館大ホール
米原市下多良2丁目137
電話 0749-52-5111

●県老ク連では本年も、県下会員の参加を得て「創造と連帯の輪を広げて一心豊かな21世紀を―」テーマに第48回滋賀県老人クラブ大会を開催いたします。

なお、当日は長年老人クラブの発展に寄与された団体・個人の表彰をさせていただきます。



(昨年の大会風景)



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 ザン・クロレラ
粒タイプ 800粒入(60g) 2,100円(税別)~
粉末タイプ 40g×1袋入 1,575円(税別)~

ニャン!
ペット用健康食品
愛猫用 ザン・クロレラ
粒タイプ 600粒入(45g) 1,890円(税別)~

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

併用

http://www.inunekakenkou.com/



ペットフード公正取引協議会加盟

株式会社 **ザン・クロレラ**

〒600-8177 京都市下京区烏丸通五条下ル大坂町369番地



草津市老ク連の活動

草津市老ク連

華やかな体育部の活動はグラウンドゴルフ、健康フェスティバル。活発な女性部活動は会場舞台が一体になって、楽しめる参加型研修会。こつこつ広報部はみんなの活動



第13回健康フェスティバル 野村総合運動公園グラウンド

を会員さんに伝えてゆきま

す。草津の広報は「読む」よりも「見る」を大切に考えています。参加できない会員さんが多数居られることを考慮し、参加したような気分を味わっていただきたいと写真をふんだんに使っています。毎年カメラが趣味と言われる方がお手伝い各種行事にカメラを持って参加、会員さんの目で楽しく行事を紹介しています。

会員減少の理由に役員が出せないと言われるが作り上げた広報を見る楽しみは創った者にしか味わえない。自分の特技が生きるような役割があつたら、活動は楽しいと思

います。広報にますますの特技が活かされるように情報が生き生きと伝わる広報作りを役割をきめます。活動を伝える役割を大切にしている広報作りについて報告しました。

地域活動と健康づくり

守山市老人クラブ連合会

立田老人クラブ

立田町老人クラブは市内でも会員数(225名)が一番多い地域であり、活動がしやすいように会員数を半分に割り一自治会二クラブで活動をしています。

クラブの方針としては、あまり難しいことを考えずに、「健康、親睦、奉仕」の三つの柱を基本に活動をしています。今回は三本柱の一つである「奉仕」の活動内容について紹介します。

一つ目は、スクールガードパトロールで小学生の下校時に合わせて番制により生徒の安全を確保しています。「た

だいま」の元気な声に負けな

い「おかえり」のエネルギーを交換しています。二つ目は、下水処理場の草刈りとアルミ缶の回収作業です。これは地域の美化活動の日に合わせ、二つのクラブが交互に事業を行っておりま



神社の清掃活動も老人クラブの活動として行っておりま

ベタソックス大会 市老ク連

湖南市老ク連

今年度初の保健体育行事ベタソックス大会を6月3日野洲川親水公園で開催し、44チーム150名が参加して競技を行いました。

午前中は一組四チームの総当り戦で、決勝大会進出を目指し熱戦が繰り広げられました。審判のメジャーの測り方も眼差しは真剣です。

午後からは上位16チームによる決勝トーナメントを行いました。一方決勝トーナメントに出場出来ない28チームは交流試合を行ない親睦を深めました。各チーム日頃の練習の成果がありボールが大きく外れることなくピュットに



近づける技術には感心しました。昨年の大会より参加チームが二割増え盛況な大会になりましたが、益々裾野が広がります。来年は一層参加チームが増えることを期待すると共に練習や試合を通して健康増進のお役に立つことを願っています。

単位クラブ活動

栗東市老ク連安養寺

みどり会

安養寺みどり会は、昭和40年3月29日結成、43歳を向かえました。

現在の会員数は67名で、平成7年に創立30周年記念誌の発行、平成17年には、40周年記念誌の発行を致しました。記念誌の発行費については積立にて賄いました。

我々会員は創造と連帯の輪を広げて、全国三大運動「健康、友愛、奉仕」の活動を通

じて「明るく、楽しい高齢社会を支える仲間づくり」を目指して福祉、健康、交通等の活動研修会を開き交流を図って現在に至っております。

みどり会は栗東市委託事業として安養寺山観光道路清掃美化作業を受け、標高234米、栗東全体が一望できる頂上まで、道幅6m、全長1000mの登り坂道を、年5回清掃を行い9月ともなると道路両端の草刈、小枝切り、落葉の清掃に会員が事故の起らない様配慮して現在に至っております。

(伊勢村孝三)



野洲市老人クラブの一元化に向けて

野洲市老ク連

平成16年に旧中主町、旧野洲町が合併し、野洲市が誕生いたしました。

その後4年が経過し、当初の会則を見直し、新たな老人クラブの一元化を目指す為に組織検討委員会を立ち上げまし

た。まず会則の作成に取り組み、現在までに10回余り委員会を開き検討を重ねた結果、概ね組織図までは完成いたしました。

しかし地域に温度差があるため、今後まだまだ検討しなければならぬ事が多々あり、各支部の事業問題は勿論のこと、今の野洲市老人クラブ懇連会とという名称も簡潔な名称にすればという意見が出ています。また、老人という言葉も入れない。なぜなら以前は若者が地域を守ってきたましたが現在では我々の年代が若者に代り地域興しに携わっているからです。以上が現在の状況です。来年4月発足に向け、より良い方向へ努力致します。

(中村繁)

秀次の里と水郷めぐり

栗東市老ク連
気儘クラブ寿楽会

10月24日、心配された雨も止み、待望のレクリエーションの日がやって来ました。

今年のレクリエーションは会員多数の希望で、近江八幡水郷めぐりと秀次の里散策に決っていたのです。

朝8時50分に湖南平自治会館前に集合し、九時に出発、9時50分に現地到着、10時過ぎから手漕ぎ舟で水郷めぐりを実施しました。

これが又思った以上にさわやかで、秋の自然とのふれあいを堪能しました。水面をゆつくり手漕ぎ舟が流れゆく風景は、参加者全員の心を洗って頂きました。

親睦の旅日記

近江八幡市老ク連
山ノ手喜楽会

私達は毎年親睦の旅をバスを使い活動していましたが、最近バスは疲れると参加者が少くなり、皆さんが元気に集える楽しい旅は無いかと考えた。結果近場で日頃から良く目にする所へ場所を変える事で新しい発見があるのではと。

近江八幡西ノ湖を過ごし和

里を歴史探訪致しました。

悲運の最後を遂げた秀次、歴史を考える中で、もし、ということがあるならば、日本の歴史を変えていた可能性が残る秀次、彼が住んでいた八幡山の附近は、嫌が上にも興味をわく場所となりました。

三時半に帰路につきました。参加者全員、本当に楽しい一日となりました。

(坂口富勇)



船で周遊した所初めての人もいて好評で、車から見るのと景色が全然違ふと又季節を変えて来る事決め、次はどこかへ40分の船旅です。

宮ヶ浜休暇村、左手には船上から見る沖ノ島、何んと湖上に浮ぶ観音さんの姿に見る角度より変る景色におどろきの声、伊崎沖の(伊崎の竿とびで有名お寺)湖上から眺め島へ、島内散策湖上荘にて比良の山並や湖上の景色を眺め楽しい話の花が咲く皆さんが素晴らしい、堪能した一日でした。皆さんも沖ノ島周遊にとぞ!!



いつまでも元気で暮らすために

近江八幡市老ク連
東部ゆうゆうクラブ

平成19年10月1日、八幡学区老人クラブは福祉センターひまわり館にて、元氣なうちから介護予防」とゴムバンド体操の指導を受けました。

付、問診をすませ会場に入らせていただき転ばんお助け隊(サポーター)の説明にあわせ準備体操、ゴムバンド体操、整理体操に入ります。

腕や腰が痛く感じましたがサポーターのおかげでこの運動はどの筋肉が鍛えられているか形はこれだよいかを教えてくださいました。

教室終了後皆様と相談の上アンドリュース館にてゴムバンドクラブの名称で毎週月曜日午後二時から楽しくやっています。

(中島とみ子)



ます。サポーターの指導を頂き、時にはすばらしいと褒め言葉に励まされます。いきいきクラブ体操で体を解し、これからも転倒しにくい体づくりにめざし仲間とともにゴムバンド体操を続けていきたいと思えます。

彦根市老ク連

彦根市老人クラブ連合会

は、平成21年度事業の一環として、いつまでも元気で自立した生活を送るために、ゴルフ場を使用したウォーキングクラブを立ちあげました。

眼下に広がる国宝彦根城や雄大な琵琶湖を眺めながら、豊かな四季折々の自然を肌で感じる事ができます。

ゴルフコースのデボット修復をしながら3、4人が1グルーブとなつて健康ウォーキングを楽しんでいます。「継続は老

人力をカバーする」を合言葉に5月より実践しています。



写真はそのひとコマです。(知田博)



わたしたちは、びびご豊熱シニアクラブの活動を応援しています

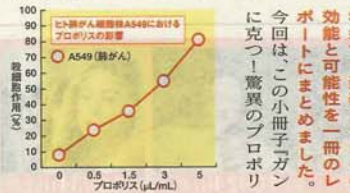
現役医師の緊急レポート



「ガンに克つ! 驚異のプロボリス療法」

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たら、あなたならどうしますか? どのような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



50冊限定

は外科療法、化学療法放射線療法などが挙げられますが、どの治療法にもメリットがある反面、副作用などのデメリットも多く、患者様自身の気力をどう維持し続けていくかという問題も無視できません。

「よりよく、より長く、人が人としての尊厳を保ちながら生きるために何ができるのか」西洋医学の欠点を補う治療

料呈 無進 送料無料

http://www.sei-disc.jp/

私達の老人クラブ活動

高島市老ク連

◆経過―高島郡の5町1村が平成17年に合併して高島市が誕生。それに伴って5町1村の老人クラブがそれぞれ6支部として高島市老人クラブ連合会が発足。6支部は合併前と同じような活動をしている。



◆私たちに求められているもの

◆電王町老ク連鏡
昨年、鏡老人会の役員をさせていただき、一年を振り返って、感じたことをまとめました。

「まわりの人たちにやさしく、にこやかな笑顔で」を胸に。みんなが、このような気持ちを大切にしてください。4月、6月、11月には、奉仕、清掃活動、親睦会。10月には、親睦旅行。3月には、慰霊祭、総会、親睦会。と、中心となる行事を持ち、その中で、老

◆会員数、単老ク数の推移

発足当初17年には会員数は5689人、単老ク数は130であったが、会員数は毎年2000人、減少し続けている。今年21年4月には会員数4550人、単老ク数117と4年間で1139人、13クラブと激減。減少に歯止めがかからない。

◆その原因として考えられることは、

- ①人間関係が希薄になっている。②何にも束縛されたくない。③役員になりたくない。④メリットがない。⑤老人クラブに入らなくても同年代の趣味のサークル仲間との活動の方が楽しい。⑥その他等々。これらが複合的に絡み合っているのではないかと。確定的なこととはつかめない。

◎支部・本部の活動

◆支部の活動―旧町村の活動を継続。友愛、奉仕、健康の3大活動を中心に活発に展開している。各支部には1名づつの事務局長がいて事業の立案、実施の中心になっている。

◆市本部連合会の活動―月1回6支部の事務局会議で相互の連絡調整。年3回の各支部4名計25名の理事による理事会。6月に総会・研修会。9月にゲートボール



◆人會三大目標「健康」「友愛」「奉仕」の活動を実践してきました。

◆毎年実施している奉仕、清掃活動は、地域の中では豊かな環境づくりの面で、大きな役割を担っています。また、この活動の中では、仁王尊、石灯籠、宝篋印塔、鏡神社、御幸山等が含まれており、こ

こは、鏡の里の観光地としても名高く、多くの訪問客からも好感が持たれています。このような活動は、豊かな地域づくりの面でも大切であり、ずっと引き継がれていきます。

◆大会、グラウンドゴルフ大会、10月に女性リリーター研究会、交通、生活安全研修会等を実施。

◆最近の活動―6月10日に21年度総会・研修会を約

◆和気愛あいの毎日を!

◆西浅井町老ク連
私たち、老人クラブの三大運動である「健康・友愛・奉仕」を常に心にして活動を行なっています。平成21年度最初のスポーツ大会として「春のスポーツ大会」を6月12日に開催しました。競技内容は、ゲートボールとベタンクです。参加人員も年々増加し今年では約180名です。梅雨時期でもあり、屋内競技場で二会場に分かれ、開会式には西浅井町長の激励の挨拶から始まり八時半スタートです。ゲートボール対戦は町内のゲートボール連盟役員皆さんの多大のご協力を得て、ベタンクは会員技能者や町教育委員会の指導者をお願いしました。ベタンク対戦は、予選・敗者復活戦・決勝戦へとトーナメント対戦方式で抽選で決めた同地域同士の対戦もありまし



◆でも共に「和気愛あい」の中で進められました。

◆池田邦治
議長、社協会長、県老ク連会長のご来賓ご出席のもと開催。研修会では松島慈児先生の講演。

◆地域活動としては、

◆神社、佛蘭、公民館、湖畔、河川沿などの清掃奉仕作業、朝の涼しい内に……と世間話をしながら、これも「和気愛あい」の中です。健康だか出来る……イヤこれが健康づくりだ!と感じました。「健康・友愛・奉仕」この基本で今日も我が老人クラブは頑張っています。市町行政合併、来年1月1日から「長浜市」へと合併されます。私達老ク連として活動への不安は隠せません。県老ク連や、すでに合併市の老ク連のご指導をお願いしたく存じます。



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

京の華舞台 京都・祇園 京都の地産資源「桑」(使用) 厳選された国産の 豚肉、キヌエツ、ニラ、ニンニク等を使用。 ロイヤルの「飛行機」は、食べやすくジュシーな味がおいっぱいにひろがります。 ご家庭でも簡単に調理できますので、ご贈答用にも喜ばれるお品でございます。 どうぞ、ご賞味下さい。

<p>10月16日(全)</p> <p>午後7時00分開演</p> <p>恋の室</p> <p>風趣の華</p> <p>～狂言とヴァイオリンのコラボレーション～</p> <p>茂山千五郎・茂山正邦・茂山茂(大藏進在首座)・川井千穂子(ヴァイオリニスト)</p> <p>会場:知恩院御影堂(御室)</p> <p>主催:「京の華舞台」実行委員会 京都文化芸術 京都文化芸術 京都文化芸術</p> <p>前売 ¥4,000 当日 ¥4,500</p>	<p>10月24日(土)</p> <p>午後2時00分開演</p> <p>恋の室</p> <p>夢幻の華</p> <p>～能「羽衣」～</p> <p>片山清司(劇作家・演出家)</p> <p>いけはな展示 京都いけはな協会 会長 大津光章 衣装提供:谷川準 南能舞台(京都文化芸術)</p> <p>電子チケットぴあ、お問い合わせ 京都いつでもコールセンターチケット他 TEL.075-861-3755(午前9時～午後9時)</p>	<p>10月31日(土)</p> <p>午後6時00分開演</p> <p>恋の室</p> <p>小粋の華</p> <p>～bird</p> <p>アコースティックライブ～</p> <p>bird(シンガーソングライター)</p> <p>だるま商店(アパレル・アクセサリー)</p> <p>衣装提供:谷川準</p> <p>会場:茶屋(京都文化芸術)</p>
--	---	---

0120-78-1728 四條花見小路上ル東側SAKIZOビル1F Produced by 京都文化芸術 TEL.075-791-720

そよかせ教室。に学ぶ

木之本町老ク連

去る6月2日午前9時より21年度上半期「そよかせ教室」を開催しました。先ず健康相談、10時より講演、講師は堀江一峰先生で、11時より地デジ受信方法図解説明と簡単な指導と注意点を学びました。昼食と休憩で約1時間と



り、午後はアトラクションとして当地の竹本治郎様の手品で楽しみました。始めて見せて頂き素人さんとは思えない素晴らしい手捌きで皆さんと共に感銘し会場は拍手喝采でした。今回は、堀江先生のお話の一部を私なりに紹介させて頂きます。演題は、次代につながる高齢者の知恵。でし

た。日常生活の中で特に姿勢は正しくするよう心掛ける事。姿勢の良いのは長生きの秘訣だそうです。現社会は大変秩序が乱れている。最近では老人を殺したり騙したりと狙われる事が多い。もつと素直な心を持つ少年を育てよう老人の知恵を授けていこう。知識は、現代の青少年には勝てないし学歴も私達より豊富です。だが知恵袋は私達老人にもあります。知恵袋は体のシワにある。シワこそが知恵袋の宝庫ではないでしょうか。若い女性の中には挨拶すら満足にできない人が多い。又座布団の向き(敷き方)を知らない人が多いと思われる。だから色々な事を伝授して豊かなものを失わないように心掛けたら、葉草の話などもあり昔から実の生る物は屋敷に植えないとの言い伝えがあります。すがその意味とは、例えばピワは土の上より根の方が5倍もあり家が湿けるとか葉の裏には刺がある、スケトウは、鶏冠の部分に毒があり獣よけの一種だそうです。このような意味を知らなかった私は本当に恥ずかしいと思いい大変勉強になりました。

他にも履物を揃えて脱ぎましょ。揃えて脱ぐと心が乱れず人の心も揃うと言われます。昔から履物の揃った家には泥棒が入らないと私も小さい頃から厳しく躾られました。日常生活の中で人間性の問題や人間問題がありま。形はないが、見えないものが見えるようになる。心こそが一番見えないところであり、その豊かな心を若い世代に伝えていきたい。私も、頭の先から足の先まで背筋を延ばし、少しでも次代の手本になれるよう精進し、らしく、生きたいと心新たにしました。

(藤田幸子)

楽しいフォークダンスですばらしい交流を!!

愛宕町愛知川老ク連



フォークダンスでこの様なすばらしい交流ができましたことに、胸に熱きものを感じさせられました。退場後も暫し、本当に楽しいげに手を取り合っつてよろこび、来年も又ねと誓い合っつておられるお姿こそ、まさに地域を越えたすばらしい交流ができました事を、強く強く信じていることが、出来ました。

愛知川泰荘両町が合併、愛宕町が誕生し、早や3年余を迎えようとしております。幸にも両町でクラブ活動の一環としてフォークダンスを、指導させて頂いておりましたので、合併を機に、両クラブのスポーツ大会に参加し、すばらしい交流ができることを信じ、一層の練習に励みました。風薫る新緑の5月、秋の深まりさわやかな10月にと両クラブのスポーツ大会に参加出場、三百六十五歩のマーチに合わせ手を取り合っつてグラウンドに……。胸の高鳴りを覚えました。お互いにすっきり心が通じ合い、楽しげにリズムもかるやかに、老人とは思えない若々しさで踊られました。

お互いにすっきり心が通じ合い、楽しげにリズムもかるやかに、老人とは思えない若々しさで踊られました。

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

一晩中入浴可能な
ランダム鉱石大浴場

料理写真はイメージです

貸切風呂(2分所)
ランダム鉱石使用

琵琶湖 近江舞子

貸切風呂のある宿

客室全室に
マッサージ機
設置

平成21年度
期間 **9/1~10/31**

お一人様 平日、1泊2食付

量控え目コース 10,500円 (税込)

2名様より 料理8~9品
休日前13,000円(税込)

※8/23~8/31は、12,000円となります。

近江舞子駅 徒歩約5分

琵琶湖レイクオーツカ

滋賀県大津市南小松1054-3 TEL.077(596)1711(代)

ご予約・お問い合わせ 通話無料のフリーダイヤル **0120(08)4205**

文芸欄



俳句

高島市 河原田 勝
経ちゆきし 日陽に感謝や 草の餅

草津市 筒井 滋子
時わすれ 童にかえる ひなかさり

大津市 山崎 賢
水田に 月が深々 かげうつす

湖南市 吉田 誠一
暮かねる ポストの影や むかし町

草津市 山本 誠一
何時か着く 終着駅の 花明り

守山市 山本 惟子
なつかしき 三味線の音 母しのぶ

大津市 木村 信子
華やきて ささやくように 離の段

近江八幡市 北川 信治
またたく灯 あれは堅田か 湖涼し

甲良町 小椋 りゆ
うまいお茶 木地師の山の 水恋し

栗東市 森野 好子
花に酔ひ 花を酔はしむ 花見客

竜王町 石井 武雄
水郷の 菱の花見る 船の旅

野洲市 神山 久子
万緑を 沈めて暗き 宮の池

大津市 谷 栄
身厚なる 鯖の光沢 寿司厨

長浜市 菅浦 好美
花屑の やけに集まる 路地の奥

木之本町 藤田 幸子
紫陽花と 身をまかせてる かざ車

野洲市 中川 節子
波静か 緑立つ景 湖岸道

川柳

大津市 遠近 修
保身故え さもし忘れ 矜持捨て

大津市 山口 常美
川柳の 仲間に入りし 夢心地

守山市 杉江富美子
まだ早い 許否されうれし 余の命

草津市 荒川 和彦
前はレジ 今は医院で またどうぞ

野洲市 加賀爪久恵
共白髪 持ちつ持たれつ 今日が

湖南市 内林 きく
老婆達 笑顔でおしえ 布ぞうり

湖南市 吉田 誠一
片手拳げ 朝餉を覗く 燕かな

草津市 山本 誠一
彼に逢う まだ六十と 色気だす

近江八幡市 北川 信治
川床涼みさんずい編に「京」と「水」

彦根市 尾田 弘
おかげさま 心豊かに 老い生きる

大津市 野口 政子
亡き夫に 一目見せたい 孫の詰め襟

栗東市 森野 好子
「後期」なら「高貴」らしく 余生生き

長浜市 福永 文近
ふたりして 見れたね桜 なんまんだ

大津市 田中 雪子
あげは蝶 蛇口の水に 戯れて

大津市 辻野 伸
口だけは 達者あしたも 病院へ

守山市 北村 弘
借りる膝 無くて淋しい 腕枕

短歌

木之本町 藤田 幸子
何時までも 女でいたい 夏帽子

甲良町 松宮 花子
そびえ立つ見上げるほどの七八五
登ったやった琴平参り

米原市 山田 真積
グアムの旅 眼下遙かに 硫黄島
英霊御霊に しばし黙禱

野洲市 竹内十四枝
町内老人会 役員耳遠くなり 近く
で名を数回呼ぶ

大津市 山崎 賢
長生きは 天の恵みだ ありがたく
幸せに生さしてもらふ

野洲市 加賀爪久恵
一輪のきれいな桔梗が風に揺れ折れ
ないようにそっと添え木を

彦根市 日下 圓海
外孫の 還りし後の 爺の部屋 玩
具散らばり 匂い残れり

野洲市 中道 節子
寸暇惜しみ励みたる亡き夫が夢に早
苗植る黄金の稲刈る

大津市 山口 常美
我が妻と苦楽を共に行く年月古も変
わらぬ愛を何時までも

甲良町 小椋 りゆ
おおばちゃんおナラしたやろくさ
いわと二人のひい孫鼻つまみ言う

栗東市 森野 好子
風に集まり 優雅に舞へる 白鷺の
翼が欲しい 足萎の吾

野洲市 神山 久子
それぞれの 異なる病 いたわりて
木陰で憩ふ 友とひととき

長浜市 中川ふみ江
田植えすみ早苗の合間をすいすいと
二羽のかもめは何を喰むやら

木之本町 藤田 幸子
耳遠き 夫との会話 ちぐはぐで
しだいに声は 元氣になれり

長浜市 吉川きし江
ほのかな空気送ってくれた湯げの向
こうにまぼろしか

野洲市 中川 節子
流れる様な あなたの文字に 何時
も 私は悩みます

大津市 山口 常美
琵琶の湖恋に落愛に溺れる悲しさを
水面に写す淚雨

情歌



草津名物「櫻」

草津市 山口重三
櫻並木が満開を迎え、ひとの目を惹きつけています。

まさに春爛漫というところですね。とはいえ、戦前には、旧草津川の堤防の櫻の木は、比較的に数が少なく、淋しさを感じさせるものがありました。



鳥の声を聞きながら、家族連れが青空のもと、いまだですつかり生長し、その木の下では、山奥にも鉄道がつくようになり...

弁当を広げ、にぎやかに宴を催しています。観光客も寄せてくれる立派な櫻、すばらしい櫻の木、感謝しています。

百歳を迎えて、過ぎ去った日の思い出

甲賀市 谷永テル
私、明治42年8月27日生まれ、数え年101歳となります。

私は、昭和の初めは世界恐慌、不景気のどん底から、戦争の時代を経て高度成長、平成の平和な時代を生きてきたと実感しています。

昭和の初め、信楽の山奥にも鉄道がつくようになり、黄瀬から貴生川駅まで七くり峠をテックと歩いたことが思い出されます。

大東亜戦争から終戦のしばらくは、物資の不足、食糧難の苦しい時代でした。昭和28年に未曾有の水害があり、私の家は床上20cmの浸水、土塀が倒れたり井戸水が汚れたりして、後片付けの疲れからか赤痢にかかり、近所の方たちのお世話になったことは、忘れられな

い出来事でした。その後、水道がつくようになり、便利な生活が始まったのです。農業では、戦後の農地改革で多くの田地を失い、また、水害後の土地改良で所有田も変わり、機械化により女の仕事も少なくなりました。

前には近所の10人余りの方々にお世話になって田植えをし、草刈りに田に入った、炎天下の草刈りなどの仕事がありました。交通が便利になり、ものも有り余り、食べ物も沢山の様な生活が出来るようになりました。

近年、血圧が高くなり不整脈もあって、毎月一回病院に通っています。腰が曲がり足が痛く、杖や押し車を頼りに歩いています。

外に出ることも少なくなり、毎月の一回の喜楽会に寄せていただくのが唯一の楽しみですが、役員さん達の送り迎えや年寄りに工夫された食事の準備、身の回りは何かと気がついていただき、また、お話や体の運動、クイズ、ゲームの計画などを楽しませていただいています。

神山の地は近頃大きな災害もなく、家から眺める笹ヶ岳の美しい姿、四季折々の草花、青田の風景が心を癒してくれます。10人の曾孫に恵まれ、元気に学校へ行く姿を見て安心し、家内仲良く暮らしているのが何より有り難いです。

8年前、自分の人生の大半40余年の永き勤務を終え、早や後期高齢者一歩手前の73歳。「人生70、古来稀なり」の古稀を過ぎ、今や人生は、3万日80年代の時代。

一口に、古稀は過ぎたるとは言え、戦中・戦後・復興・経済成長・バブル崩壊・少子高齢化や今百年一度のアメリカ発金融危機。負いながら、無我夢中で走り年輪を刻んで来た自分の歴史。

それは、自分が今日あるのには、いろいろな人の出会いを通じて、運命の糸につながる今は亡き両親と兄弟姉妹、そして今の家族。

恩師・勤めていた職場関係・隣人等の方々の何かに付けての暖たかいご指導ご支援の賜もとの、日夜感謝の日々を過ごしております。

またこれからも、次なる節目 77歳の喜寿 80歳の

「何時でも」「何処でも」「誰でも」参加できる生涯学習を

西浅井町 清水與八郎
近年、社会状況が急変の中で、仕事中心から生活重視へと町民の意識が変わりつつあります。

目的が「競う」「勝つ」と言うだけでなく、「楽しむ」「遊ぶ」「交わる」ということを含みます。

高齢化社会を迎え健康問題がクローズアップされるに伴い、中高年者層にも健康・体力づくりへのスポーツとして、今まで以上に重視されています。

一方、子ども達の遊びも大きく変化し、屋外での身体を動かす遊びの機会(運動選手は別として)が減り、その結果、体力が低下し、仲間づくりが苦手になります。

またこれからの、次なる節目 77歳の喜寿 80歳の

中心でしたが、少子化による部員数の減少、バーンアウト現象に象徴される運動離れ、価値観の多様化などに、子ども達のスポーツ離れなどの現象から、学校だけでは対応出来ない状況になってきています。

これからは、生涯スポーツの活性化を図るとともに、生涯スポーツの実践者としての基礎的な知識や手法・技術を身につけさせるなど、学校スポーツとの係りも問い直されつつあります。

さらには不況の影響もあり、トップクラスを支えていた企業がスポーツ離れをしていく現状でもあり、町民誰かが、スポーツを通じて豊かな人生を享受出来るよう、スポーツに対する町民の多様な係り方を尊重し、それぞれのライフステージにおいて、自己実現が図れるよう生涯スポーツの振興と総合型地域スポーツクラブの益々のご発展とご活躍を期待します。

私の今昔

木之本町 森 一校
早朝の畑で腰を休めながら我が家の棟を見る。此の家の建つ迄の経路を思い浮べる。事実は小説よりも奇なりと言ふ誰しも一生の事を文章にすれば悲喜交、の話題がある事と思う。

我が家が建てられたのも、昭和49年人並の老後を楽しまれれば良かったが平成12年80歳で返らぬ人となつた。残された私は健康に恵まれ九月に米寿を迎える。

詩吟を習い始めて30余年月二回発声練習を続けている。ゲートボールも幾チームもあった

が殆どの人が逝って仕舞い、私は時折他所のチームへ派遣員として招かれステイックを振って居る。特に私の生甲斐は畑作りである。

一、肥しは主人の足跡とか毎日一度は作物と話し合っている。健康なればこそである。今後も一日一日を大切に人様に迷惑をかけずに三途の川を渡れたら至福と思う。

在りし日の思い出

竜王町 古株榮三郎
私は昭和18年に八日市の第8航空教育隊に入営しました。兵科は飛行兵。当時、花形としてしてもはやされたい飛行機の操縦をやらせてくれるのだろうか?

命じられたのは、自動車手。配属は自動車隊でした。私は自動車を好きで昭和16年に運転免許証を取得していたからだろうと思うが、まあまあ望む心配は命に別状はない。お陰様で甲種幹部候補生に採用され、仙台陸軍飛行学校に入學することが出来ました。

同校卒業後、ニューギニアへ赴任を命ぜられました。赴任は既に日本軍は傷だらけ、目指す部隊の存在確認すら覚束ない状況であり、止むなく前線行きを諦めざるを得なくなりました。私は第20野戦航空修理廠に赴任替えを命ぜられました。当該部

隊のあるバンドンには、標高700メートル位で赤道直下でありながら、日本の5月頃のような快適な気候でありました。日本人の軍人軍属併せて約200人であったのに対し、インドネシア工員は2000人余り、みんな好意的で日本軍に對し大愛貢献してくれました。彼の地では「北の方から黄色い人種が、我々を救いに来てくれた」と云うことが迷信の如く広がっていました。そして、昭和20年8月の終戦の日にも「日本は戦争に負けていないではないか」と不思議がっていました。私達がジャワ島から去るとき、連合軍の制止も聞かず、見送ってくれたことが忘れられません。日本はスマトラやジャワの豊富な資源を目標に「大東亜共栄圏確立」の美名のもとに戦ったのでしたが、結果的にはアジア人のアジア建設に貢献したことになると思います。

後年、私は妻を伴って旧戦跡巡りをしましたが、「私達が独立できなかったのは日本のお陰です」と敬待され、快適な旅を続けることが出来ました。



平成21年
7月改定

全老連:老人クラブ傷害保険 「24時間保険の改定」のご案内



①老人クラブ活動保険(必須選択)

【基本プラン】	名称・掛金	Aタイプ	Bタイプ	Cタイプ
	補償内容	500円	1,000円	2,000円
	死亡・後遺障害	50万円	100万円	200万円
	入院日額	1,000円	2,000円	4,000円
	通院日額	650円	1,300円	2,600円
		+	+	+



②24時間保険(希望者選択)

【上乗せプラン】	名称・掛金	24時間保険 (一律)3,000円
	活動以外補償内容	
	死亡	100万円
	入院日額	1,000円
	通院日額	500円



③老人クラブ活動保険+24時間保険

【総合プラン】	名称・掛金	A+24時間 保険3,500円 (500円+3,000円)	B+24時間 保険4,000円 (1,000円+3,000円)	C+24時間 保険5,000円 (2,000円+3,000円)
	活動中補償内容			
	死亡(*)	150万円	200万円	300万円
	入院日額	2,000円	3,000円	5,000円
	通院日額	1,150円	1,800円	3,100円



(*) 後遺障害は活動保険部分の補償額が限度。

※ 24時間保険加入者がクラブ活動中にケガをされた場合は、活動保険・24時間保険の両方から保険金が支払われます。(上記③「老人クラブ活動保険+24時間保険」参照)

1 基本プラン

老人クラブ活動中とその往復途上のケガを補償します。

2 上乗せプラン

老人クラブ活動中に加えて、活動中以外の日常生活全般のケガを補償します。

(注)24時間保険だけの単独加入はできません。必ず基本プランとセットで加入願います。

3 総合プラン

★クラブ会員なら…5つの魅力

- ①誰でも、いつでも、クラブを通じて一人でも加入できます。
- ②何歳でも加入できます。
- ③一般の保険に比べ、割安な掛金(保険料)で加入できます。
- ④一日だけの入院・通院から補償されません。
- ⑤ケガをしたら、まず事故報告ハガキを郵送するだけです。

●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** 受付時間 9:30~17:30(土日祝休)

〈取扱代理店〉 有限会社シニアサービス社 TEL.03-3597-8768

「12月1日は、環境美化の日です。環境美化運動を推進しましょう。」

美しい環境に恵まれた住みよい郷土づくりを進めるための環境保全県民運動として、県下全域を対象に一斉清掃を実施することにより、県民の一層の関心と理解を高める。

12月1日を基準日とし、11月22日(日)から12月6日(日)までの期間に、実施主体(市町老ク連・単位クラブ等)の実情に応じて計画し、実施するものとします。

1. 12月1日環境美化の日環境美化運動

(1) 清掃活動

琵琶湖岸・河川・道路・公園・広場等の公共的な場所、生活環境周辺、その他実情に応じた場所

(2) 啓発活動

県民の美化意識を向上させることを目的として、地域の実情に応じて決定する

2. 環境美化活動

(1) 花のある街づくり

駅周辺等の公共用地を「花いっぱい運動」、環境美化を図る活動(美しい湖国をつくる会の補助金対象事業)。種代・堆肥代等を予算額 30,000円の範囲内で、申請をされた各市町老ク連に補助金を交付(配分)します。(適用を受けようとする場合は、事前申込が必要です。)

※申請用紙は、県老ク連事務局にありますので、電話にて申請書様式を請求して下さい。

※多くの会員が参加して運動を盛り上げましょう

[ごみ袋は、各市町老ク連の事務局あてに送付します。]

美しい湖国をつくる会 滋賀県老人クラブ連合会

老人クラブ「社会奉仕の日」

～きれいな地球を子どもたちへ～

全老連の三大運動である、「健康」「友愛」「奉仕」活動の一環。

実施基準日……平成21年9月20日(日)です。

環境にやさしい活動を従来の奉仕・ボランティア活動に加えて実施することにより、次代によい環境を残そうとするものです。

町内会・地域の各種団体および子ども会などとの共同作業を積極的に推進し、地域的な交流を図る。

環境問題をみんなで考え、地域に沿ったアイデアある活動を実施しましょう。なお、交通事故・その他の事故には十分注意をしましょう。

◎老人の日は、9月15日 ◎老人週間は、9月15日～9月20日

平成22年版「老人クラブ手帳」のご案内

◎老人クラブ会員向けのオリジナル手帳です。

(見本・表紙)

★老人クラブ手帳の特長

- ①携帯に便利なポケットサイズです。(大きさ 縦 17.5cm、横 9cm)
- ②日記欄に歩数記録を加えました。
- ③大きな活字で見やすく、活動日程等の記録に最適です。
- ④豊富な老人クラブ資料が、活動の参考になります。
- ⑤連絡先などを記入する「おぼえ」欄があり、緊急時に役立ちます。



(定価500円)

★お申し込みについて

- ①お申し込みをいただいた数のみ制作しています。(受注印刷)
- ②ご注文は所属市町老ク連を通じてお願いいたします。
- ③県老ク連が取りまとめて、全老連に注文いたします。
- ④注文締切日は、平成21年8月末日です。(県老ク連必着)

★発行・販売者

- ①発行者 (財)全国老人クラブ連合会
- ②販売者 (社福)全国社会福祉協議会

健康づくり推進員を募集しています!

勸励県老人クラブ連合会では、料理等の指導を担当していただける方を、募集しております。高齢者の健康づくりのための料理教室等を「出前講座」で取り組みしておりますが、現在は指導者が2名で対応しています。単位クラブ等の「健康づくり事業」に貢献できるように、今回料理等の担当者を増員いたしたく、広く皆様から募集するものです。

●募集要領【下記の①～③すべての条件を満たす方です】

- ①管理栄養士、栄養士または調理師の資格を有する方
- ②自動車の運転ができる方
- ③全老連主催の「健康づくり中央セミナー」に参加できる方
本年度は、平成21年11月10日(火)～13日(金) ロフォス湘南
- ④お申し込みは、勸励県老人クラブ連合会事務局まで
まずは電話にて連絡ください。電話 077-567-3930
- ⑤申込締切:平成21年9月15日(火)

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

雑音が気にならない・聞こえが良い・めまいがスッキリ…このようなお声が全国から届いています!



耳鳴りが楽になったんです!

耳の中で「ジー」と一日中鳴り響いていました。家庭菜園が趣味で、楽しい毎日を送っていました。一日突然、ジーという音が耳の中で鳴り始めたんです。その音は耳の中で一日中鳴り響き、睡眠も取れなくなり、聞こえも同時に遠くなりました。テレビの音も大きく聞かなくなりました。美聴泉に出会えたことに感謝。何とかしないと、病院に行き、美聴泉に出会えたことに感謝。何とかしないと、病院に行き、美聴泉に出会えたことに感謝。何とかしないと、病院に行き、美聴泉に出会えたことに感謝。

耳鳴りが楽になったんです。最初は効くかどうか半信半疑でしたが、テレビの音が普通のボリュームでも聞こえるようになって、耳鳴りも軽くなりました。聞いてみると、一生活動が楽になりました。美聴泉に出会えて、生活が変わりました。美聴泉に出会えて、生活が変わりました。美聴泉に出会えて、生活が変わりました。

耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。耳鳴りが楽になったんです。



平成19年11月よりご愛飲 福岡県 宮地 堯夫様 (75歳)

「耳鳴りが無くなり、趣味の家庭菜園を楽しんでいます。」と宮地さん。

美聴泉が子供の命を救います。耳トラブルでお悩みの方へ天然成分配合 美聴泉

飲み方によって商品をお選びいただけます。

★90粒入り(税込) 12,600円

★60粒入り(税込) 8,925円

最高級の天然成分配合で自然のサプリメントに仕上がりました! (※国内で生産されています。)

ご注文、お問い合わせはコチラ

0800-300-0033 申込番号 445

092-716-0636

株式会社 サンクラルテ製薬 J-CMA

滋賀県 草津市 中央区 天神3丁目10-1 天神源ビル5F

大人気の秘密 植物由来の天然成分がやさしくケア

①耳鳴りに: 3大成分が脳の代謝を活性化し、血液中に含まれる酸素を脳に十分に運ぶため、耳鳴りに有効です。

②めまいに: ナギイカダエキスが、平衡感覚を保つ感覚器に働きかけ、めまいの悩みをスッキリさせます。

③難聴に: 3大成分が脳血管循環を改善し、血流をアップさせ、内耳の細胞を活性化させます。

成分: ビンカマイナー、イチヨウ薬エキス、ナギイカダエキス

いきいき通信

クラブ活動紹介
サークル活動紹介

「交通事故ゼロ」を目指し明るいふる里づくり 安土町老ク連



今朝も早く赤色灯と激しいサイレンの響きが目を見事に引き起こす。交通事故現場に急ぐパトカーと出逢いました。どうぞ御無事であることを祈るにいられます。近江八幡警察署管内では年々私達高齢者を巻き添えにする悲情な事故が増加いたしております。安土町老人クラブ連合会では事故のない明るくふる里づくりを推進する為、2009「交通安全撲滅ゼロ作戦」を実施いたしました。

2009年1月1日〜12月31日を実施期間といたしました。

※ 事故に合さない。
※ 事故を起さない。
※ 事故を起させない。
3つの目標を掲げました。

交通安全撲滅決起集会



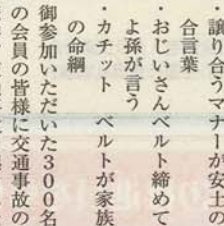
去る2月5日町内5地区(大中、北原、芦刈、弁天、江の島)を本年度の交通安全啓発訪問重点地区として安土町、竜王町、近江八幡市、交通安全推進員さん近江八幡警察署、安土駐在所(18名)安土町老ク連交通安全推進部長、本部役員(30名)の御協力をいただき交通安全啓発訪問を実施いたしました。5つの班で昇り旗を掲げ訪問いたしました。多くの皆様に交通安全意識を広められた事を大変嬉しく思っております。又2月20日に第4回「安土町交通安全撲滅決起集会」を開催いたしました。会場では交通安全推進部長さん



名の交通安全推進部長さんに発表してもらいました。譲り合うマナーが安土の合言葉

- ・おじいさんベルト締めてよ孫が言う
- ・カチット ベルトが家族の命綱

御参加いただいた300名の会員の皆様に交通事故の悲惨、交通事故を起こした者が始めて知る交通地獄の悲しさ苦しみを訴えました。御参加いただいた皆様からお1人でも多くの御家族町民の方々に交通安全に対する意識の輪を広げていただく事が事故のない明るい家庭、安土のふる里づく



次回号の発行案内

次回号(第14号)の発行は、平成21年11月に予定しています。(配送は11月中旬の予定です。)

投稿原稿の締め切りは、平成21年9月30日(水)に滋賀県老人クラブ連合会事務局到着分まで。

「交通安全撲滅決起集会」は安土町老人クラブの基本活動としてこれからも継続してまいります。

(森本佐市郎)



編集後記

平成21年度の編集委員会の発足に当たり、はからずも不肖私が副委員長という大役を拜命し、その責任の重大さを痛感している処です。浦口委員長長の女房役として、その職責を全うするつもりですので、よろしくご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

さて「いきいき近江」も今回で第13号を数えます。その間幾多の困難を乗り越え乍ら今日のスタイルが出来上がったと思えますが、広報誌の使命は皆さんの情報を如何に正しく、早く、分かり易く伝えるかに尽きると思えます。私達は「いきいき近江」を皆さんに「より親しみ易く、読み易く」するため、鋭意工夫をして参りますので、一層のご投稿をお願い申し上げます。

(杉江良太)

●秋の全国交通安全運動●

期	9月21日(月)	①高齢者と子どもの交通事故防止
間	9月30日(水)	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

☆ びわ湖より 大きな心で ゆずりあい ☆

◆自転車も乗れば車の仲間です!◆

- ①自転車は車道が原則、歩道は例外
②車道は左側を通行
③歩道は歩行者優先、車道よりを徐行
④安全ルールを守る
・ 飲酒運転、二人乗り、並進の禁止
・ 夜間はライトを点灯
・ 交差点での信号遵守と一時停止、安全確認
⑤子どもはヘルメットを着用
- ☆ まがりかど くるまくるかな たしかめよう ☆

わたしたちは、びわご豊熟シニアクラブの活動を応援しています

絆

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。そして私たち、フジ・ホームの誠実な仕事ぶりが認められ施行実績は10,113件にも及びます。これからも、お客様との信頼関係を大切にしお客様との「絆」を大切にするリフォームを心がけます。

情報満載!!ホームページをぜひ、ご覧ください。

フジホーム 京都 | 検索 | <http://www.fujihome21.com>

リフォーム専門店

株式会社 フジ・ホーム

本社 京都府山科区嵯峨辻平田町186番地
京都南宮東所 宇治市宇治妙楽175-5 USビル1F
滋賀営業所 大津市今出川2丁目18-20 川ハ・エスビル1F

TEL: 0120-272-833

土・日も営業! 見積無料 相談無料

実績と信頼のフジ・ホームへお気軽にご相談ください。