2011
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　井上　昇
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

第49回 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5日、滋賀県立文化産業交流会館で開催しました。

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、物故者への黙祷が行われ、続いて井上県老ク連会長の挨拶がありました。

時間都合上、嘉田知事の来賓挨拶が先に行われ、引き続き県知事表彰、県老ク連会長表彰および全老連会長表彰の伝達が行われました。その後、吉田県議会議長、泉米原市長の祝辞の後、受賞者を代表して近江八幡市の浦口祐次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わりました。

11時から行政説明「地デジ放送」「交通安全について」を聞いた後、参加者も加わり「いきいきクラブ体操」で午前の部を終了しました。

午後の部はサークル活動の発表が行われ、近江八幡市、野洲市、大津市、米原市米原、湖南市、彦根市の6市が出演され、各サークルの素晴らしい内容に、会場からは惜しみない拍手が送られ、大変盛り上がりました。

最後に、参加者全員で「青い山脈」を大合唱して、大会は盛況裡に終了しました。

滋賀県知事表彰

1．老人クラブ育成指導功労者
大津市　堀内信二
近江八幡市　浦口祐次
草津市　中川正雄
栗東市　坂口幸太郎
甲賀市　黄瀬笑子
高島市　水田一男

2．優良老人クラブ
大津市　瀬田東学区シニアクラブ連合会
栗東市　六地蔵老人クラブ長老会
野洲市　市三宅福寿会

3．「老人クラブ淡海の郷づくり事業」優良老人クラブ
・社会奉仕部門
大津市　日吉台学区老人クラブ連合会
米原市　磯区老人クラブ連合会
・伝承部門
守山市　金森老人クラブ松寿会

滋賀県老人クラブ連合会会長表彰

1．老人クラブ育成功労者
大津市　夏原幸子
大津市　浦島利嗣
大津市　藤田昇
彦根市　杉山以久子
彦根市　藤田治夫
近江八幡市　中島とみ子
草津市　北川粂雄
守山市　杉江良太
栗東市　小宮美智子
甲賀市　高井美代子
甲賀市　野村昭七
野洲市　山本勇作
野洲市　大谷利男
高島市　鳥居かの
高島市　佐々江庄太郎
甲良町　阪東ふみ子

2．優良老人クラブ
大津市　長等学区老人クラブ連合会
彦根市　下後三条シニアクラブ寿楽会
近江八幡市　鷹飼松寿会
草津市　上笠第四老人クラブ
守山市　中老人クラブ
栗東市　十里老人クラブ鶴亀会
甲賀市　三軒家老人クラブ
野洲市　前田老人クラブ
野洲市　大中小路老人クラブ
高島市　浦老人クラブ
高島市　西区長命会
日野町　豊田一区長寿会
甲良町　北落老人クラブやすらぎ会

3．篤行者
甲賀市　松下節子
甲良町　寺井重和

●全老連会長表彰（活動賞）
・仲間づくり活動部門
栗東市　栗東ニューハイツやすらぎ会
湖南市　湖南市老人クラブ連合会
・健康づくり活動部門
甲良町　甲良町下之郷老人クラブ壽福会
・ボランティア活動部門
甲賀市　甲賀市老ク連水口支部貴生川地区
野洲市　野洲市老人クラブ連合会

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

万一の交通事故に備えて…

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23年4月1日から平成24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

交通災害共済キャラクター

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
ホームページ 滋賀 交通災害共済 で検索してね
TEL.077-524-4610

災害見舞金

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」以下同じ。）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、ギプス固定期間が30日以上ある場合 ※ギプス以外の固定具は対象になりません。

第3回高齢者相互支援活動研修会、県老ク連女性委員会主催研修会

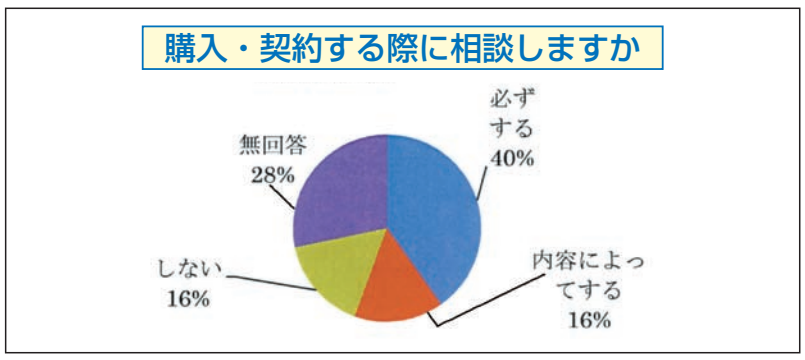
12月1日に研修会が行われ、約330人が参加しました。午前と午後の二部制で午前の部の『女性委員会主催研修会』では、平成21年にアンケートを行った、「高齢者の暮らしと悪質商法」の集計結果が県老人クラブ連合会女性委員から報告され、悪質商法等について会員の意識の違いに温度差があることや、「地域包括センター」や「成年後見制度」など相談機関の知名度の低さ、相談したくてもできる人がいない実態を知ることができました。10月26、27日に行われた「全老連女性リーダーセミナー」の参加報告では、各地の女性会員の取り組みや、課題を報告されました。次の野洲市市民生活相談室主査、生水裕美先生の講演では、最新の悪質商法等の手口をDVDや、実際に寄せられた相談例をあげてわかりやすく説明して頂きました。昼食休憩後、レイカディア大学の学生ボランティア団体「意外隊」の皆さんからチェアーエクササイズを披露いただき、参加者も一緒に軽快な音楽に合わせて体を動かしました。午後の部の『第3回高齢者相互支援活動研修会』では特定非営利活動法人レスキューストックヤード代表理事、栗田暢之先生に災害の知識、災害から身を守るための方法、地域力の大切さなど、パワーポイントを使用して心に響く講演をいただき、15時に閉会しました。

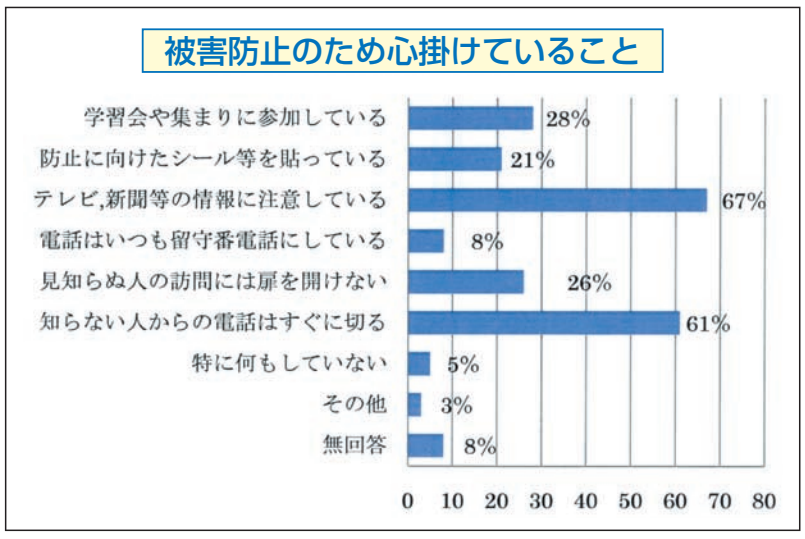
悪質商法等の実態調査【アンケート結果】

高齢者を狙う悪質商法・振り込め詐欺は深刻な社会問題になっています。被害を未然に防ぐため出来る事は何かと考え、まず本県の現状を知ろうと、各市町老ク連と女性委員を通じて、平成21年12月から22年3月に悪質商法等の実態のアンケートを取りました。質問が多いため、その中から一部の結果をグラフと文章で紹介します。

◎制度の認知度（内容を知っている人）

「消費生活センター」50％、「クーリングオフ」49％、「地域包括センター」25％、「成年後見制度」23％。という結果がありました。モニター結果を見ると、関心の違いや、知識違いが見えてきます。購入する時には、相談する人が多いという結果もあり、相談された時のため、自分のためにも知識を身につける事が大切です。中には相談したくても相手がいないという人もおり、困った時に相談しやすいような雰囲気を作り、被害に気づきやすくするためにも、ひとり暮らしや、高齢者世帯に対する見守り活動、友愛活動の充実が大切です。紙面の都合があり、紹介できなかった結果はホームページに掲載致します。結果をもとに話合い、それぞれの地域に合う取り組みをして被害防止につなげて行きましょう。





女性委員会だより

平成23年2月3日（木）各市町老ク連女性部代表者会議を開催、21名の方々が参加されました。県老ク連の女性委員会の活動に理解していただき、また、各市町老ク連の皆様からの助言・提言をいただきたく、開催させていただきました。

平成22年度実施事業を、次の事業別に報告させていただきました。①女性委員会の開催（年8回）、②モニター活動（アンケート6月～11月の結果報告）、③滋賀県老人クラブ大会（11月5日）の運営参加、④女性委員会主催研修会（12月1日）⑤各市町女性部代表者会議（2月3日）。各市町からの報告では、友愛訪問活動の取り組みが多くあった。今後、新しい分野での取り組み報告を期待しております。で、県老ク連の女性委員会活動にご協力を賜りますよう、よろしくお願いします。

（藤田幸子）

健康づくり中央セミナーに参加して

健康づくり推進員　小枝　美代子

研修は2泊3日、研修センター到着後すぐに講座は始まりました。

基礎講座「介護予防と老人クラブ」「健康づくり～運動～について」とすぐにいろいろと学ぶことができました。

老人クラブが一番大切だと提唱されている健康活動。改めて講座として聞かせていただくと「帰ったら会員さんにしっかり伝えたい」と真剣に耳を傾けました。夜の交流会では、参加者はそれぞれの取り組みについて話をされ、地域によって違いがあること、なかなか話がかみ合わない驚きがありました。

2日目　ぎっしりと講義が続きます。その中で武井　正子先生の「いきいきクラブ体操」の指導は感激でした。

今まで何気なくしていた体操がこのように一つずつの動作に意義があると初めて知りました。この運動は丁寧に説明して伝えなくてはいけないと、今後の課題にも気づかされました。その後の栄養学も合わせて今後高齢者の健康講座が滋賀県でもしっかり伝えていけるように、県から参加した3人は意欲いっぱいに帰路につきました。

（参加者）
内藤　貞男（栗東市）
小枝美代子（草津市）
浦部　孝子（豊郷町）

在宅福祉をささえる友愛活動セミナーに参加して

1月18日、19日に全老連のセミナーが新霞が関ビルで開催されました。53の老連より123名が出席しました。第1日目は基調報告「高齢者の孤立を防ぐ友愛活動の展開」で6名ずつのグループに分れ自己紹介の後活動状況を報告し、話し合いました。私達のグループでは女性部を中心に声かけを基本とした活動をしている。話し合いの中で訪問する会員には「トイレ」を借りてはいけないことを徹底している。（ひとり暮らしになると汚れたりしているのを見られたくない）そう言う気遣いのある活動をしていると宮城県の方の発表がありました。

活動報告では「元気を届ける友愛訪問」「誰もが参加できるサロン活動」を発表されました。

2日目には、認知症サポーター養成講座で「家で地域で自分らしく暮らしたい―その思いを支える接し方」と題して日向野先生の講演がありました。

訪問活動やサロン活動にはどの県でも工夫をされ努力しておられる事がよくわかりました。

（杉江久子）

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。

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しょうか！

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せんが、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）

ビーンボウリング

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、配布等）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」の発行を県老人クラブでは、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、(財)滋賀県老人クラブ連合会事務局
〒525-0072 草津市笠山7丁目8-138 県立長寿社会福祉センター
TEL. 077-567-3930
FAX. 077-567-3932

文芸欄作品募集

このコーナーは、会員の皆様が気軽に参加して作るものです。
自由な発想でのびのびとあなたの作品を応募してみませんか。
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。

◆短歌・俳句・川柳・情歌を募集します。（冠句は、ありません。）作品は、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がある場合は、無効となりますのでくれぐれもご注意願います。）
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。）
※１枚のハガキに各部門の一作品を記入することは構いません。
（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。
（注）読みにくい文字やあて字には、必ずふり仮名をつけていただきますようお願いします。

◆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（ハガキ）も返却いたしませんのでご了承願います。
◆応募方法…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。
◆原稿締切日…特にありません。いつでも応募できます。ただし、紙面の編集・構成上、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

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

公的機関の職員を装った 不審電話にご注意ください!

還付金等詐欺の被害者は60歳以上の方が全体の90%以上!
H22年の被害総額は全国で約7,370万円にのぼっています。
※警察庁振り込め詐欺対策ホームページより

●滋賀県内の後期高齢者医療制度の被保険者宅に還付金等に関する不審な電話があったとの報告が、複数寄せられています。
●現在、高齢者を狙った還付金等詐欺が全国各地で多数発生しています。
●手口はいずれも、厚生労働省、県、市町や広域連合などの職員を装い、電話をかけたり訪問したりして金銭や被保険者証をだまし取るなどといったものです。

広域連合や市町など、公的機関が以下のような電話をかけることはありません。
◎金融機関の口座の残高桁数や暗証番号を尋ねる
◎金融機関のATM（現金自動預払い機）を操作するよう指示する

不審な電話や訪問者があっても
● 被保険者証やキャッシュカードを渡さない　● 簡単に個人情報を教えない　● 相手の身分を必ず確認

「おかしいな」と思われる場合は、ひとりで判断せず家族や友人に相談したり、警察、お住まいの市町の後期高齢者医療担当課または広域連合へご連絡ください。

不審電話の手口を、広域連合ホームページでご紹介しています

滋賀県後期高齢者医療広域連合　TEL 077-522-3013　〒520-0044大津市京町四丁目3-28　http://www.shigakouiki.jp

地域の活動だより

高島市・大津市老ク連交流グラウンドゴルフ大会

大津市老ク連

会員相互の親睦とクラブ活動活性化を目的とした大会

が、今年も両老ク連から総勢約100名が参加して、今津総合運動公園「サンルーフ」特設コースで11月1日に開催されました。

このコースは雨天に利用出来る屋根つきの大きな多目的球技場、それでも20ホールは少々無理かなと思われましたが、設営を担当して頂いた高島市の皆さんの知恵で楽しくプレー出来るコースになり、全20組がA組B組に分かれ20ホールを回り2試合行いました。床面に散布された細かい砂の波でボールが微妙に変化して悪戦苦闘、また5番ホールがホールインワン賞の指定ホールとされホールポストを狙って競い合う姿も見られ、50メートルの難しいロングホールでは、まっすぐに打ったほうがいいよ、強めがちょうどいいわ、とお互いにアドバイス、両老ク連混成チームとあっておしゃべりを交えながらのプレーとなり和やかな時間を過ごすことが出来、仲間づくりの輪が更に大きくなったと思える大会でした。

（藤村　修）

第9回大津市生涯学習フェスティバルに参加して

大津市老ク連

毎年びわ湖大津館で開催されるフェスティバルに今回も「伝承遊具づくり・昔遊び」で参加しました。

会場には関係25団体のテントが並び、夫々の思いを凝らした取り組みがされ、約3500名の市民が参加され大盛況でした。大津市老ク連のテントには多くの子ども達が来てくれて、今の子ども達には馴染みの薄い、竹笛・竹とんぼづくりやメンコなどの体験をして貰いました。特に折り紙やペットボトルの蓋を使った帽子づくりが人気で好評、女性部員が一人ひとりに丁寧に教え、また高齢者にとっても懐かしい竹馬や輪まわしなども子どもにとっては初めての体験であり、大人も一緒になって大はしゃぎ、出来た時の子ども達の喜びに充ちた笑顔、私達も思わず笑みがこぼれました。

この催しを通じて「学び」をキーワードに、物づくりの喜びや伝承遊具の遊び方を教え、世代を超えて学ぶことの楽しさ大切さを伝えられて、私たちも子ども達から元気を貰って楽しいひと時を過ごすことが出来た一日でした。

（溝　好雄）

健康配達お願いします

草津市老ク連青地第1友愛クラブ

平成22年12月14日志津地区青地1町の友愛クラブ（老人会）の会合に健康配達人がやってきた。…シニア会員の健康つくりの講演であった。何とも言えぬ楽しい雰囲気でスッキリした気分でひと時を過ごしたことを憶えている、その時の状況を紹介しよう。

当クラブでは互いの交流をより多く持つため、わいわい会と称し講習会や食事会、歌の会、手芸、ゲーム、他楽しいイベントを開催。この日は、小枝美代子氏による「シニアの健康つくり」について講演をお願いした。講演会と言うとどうしても堅苦しい雰囲気になり勝ちだが、当日会は楽しいゲームを交え、紙ボールなど小道具使いユーモアな話術など解りやすく、体験を通じて理解することが出来た。

シニアの健康の秘訣「笑って、身体を動かせること」解釈した。

今後この様な機会を色々とアレンジして会員相互の健康維持増進に努めたい、これのきっかけをつくるため、「健康配達人」に大いに活躍が期待されるところである。「出前講座」をドンドン利用しよう！

（井上　修）

浮気（ふけ）老人クラブの活動状況について

守山市老ク連浮気老人クラブ

浮気老人クラブは男12名、女31名、合計43名の会員で公園清掃、お誕生会、グラウンドゴルフ、保育園児との交流、親睦旅行等々、会員相互の親睦・健康を図るため各種の活動を推進しています。

浮気町は守山駅の東側に位置する自治会で、40年位前は50世帯足らずの小さな町でありましたが、駅に近いと云う利便性から住宅開発が行われ、現在では800世帯を超える大きな町になりました。

若い町である反面、祖父母との関わりが少ない核家族の家庭が多く、数年前から老人クラブと浮気保育園児との交流会を年8回実施しております。今回は『園児と老人クラブの交流会』の様子を報告させていただきます。

新緑の5月、各地域で開催されるお祭りに合わせて開催される「ふけっこ祭り」に参加。先生と園児が作った「みこし2基」をねじりハチマチをした園児・乳母車に乗った園児もワッショイ、ワッショイの掛け声も勇ましく住吉神社までかついで行きます。神社に着くとポーズして一緒に記念撮影。

梅雨期の6月、七夕飾りを一緒に作ります。色紙を折ったり、切ったり。小さな手で上手にハサミを使うことに感心しました。出来上がった笹飾りの下で「七夕さま」の歌を一緒に歌いました。

スポーツの秋9月、運動会で手をつないでの入場行進、玉入れ競争、童心にかえって楽しい一日を過ごしました。

1月は、「昔の遊びとおでん会」に参加しました。昔の遊びでは、すごろく・こま回し、かるた取り等をして遊びました。こま回しでは、ひもの巻き方、回し方を教えてうまく回った時は拍手喝采です。その後、先生と園児が育てた大根をおでんにしていただきました。園児たちのうれしそうな顔、おいしそうに食べる姿。幸せのひと時を感じました。

また、2年に一度の獅子舞観賞、その他にも歌遊び、紙芝居、手遊びなど園児と高齢者が一緒になって交流会をしています。紙面の関係上、8回の交流会の状況すべてを書くことができませんが、四季折々の時期に、童心にかえり、地域の文化を取り入れながら開催される『園児との交流会』は会員皆さまから楽しみに待っていて下さる事業になりました。

（大西和枝）

ゆうゆう甲賀塾を開校

甲賀市老ク連

今年度より、「ゆうゆう甲賀塾」を開校しました。

目的は、①若手高齢者に参加いただくため、②個人の学習意欲を組織するため、③人生80年にふさわしい生き方の創造と心豊かな生活を送っていただくため、です。

講座は5講座で、7月から2月にかけて開きました。講師は、第1講座「中嶋甲賀市長」、第2講座「落語家橘家円三師匠」、第3講座「健康生きがいづくりアドバイザー後藤千津氏」、第4講座「陶芸家神山清子氏」、第5講座「冨永甲賀病院院長」と、多様な顔ぶれで、講演やヨシ笛演奏、笑いのヨガもあり、420名が学びました。

受講生の66％が若手高齢者で、この中から委員を選出、本講座の総括と次年度の取り組みを検討いただき、この輪をさらに広げていこうと考えています。

なお、第39回全国大会で、この取り組みを廣沢副会長が発表されました。

（小川　孝）

友愛訪問の実施　11月25日（木）

野洲市老ク連

昨年中は一方ならぬお力添えをいただきまして本当にありがとうございました。

一つ一つ事業を進めて参りました中でも友愛訪問は生きがい部員を中心に当連合会女性役員の代表の皆さんのご協力をいただきありがとうございました。寝たきり、一人暮らしの老人の方々のお名前の連絡をいただいたり色々とご無理を申しました。

お陰様で350名余りの方々へのお土産といなり寿司を作っていただくために前日からの準備と当日、早朝よりお手伝いしていただき手早くおいしいいなり寿司が出来上がりました。時間的に十分な休憩をしていただく間もなく、地区長さんに各単位クラブへ配達をお願いし、単位クラブ会長さんに訪問していただきました。

生きがい部部員、当会女性代表の皆さん本当にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

（北村一夫）

ニュースポーツ大会を開催

湖南市老ク連

寒さが一段と進む1月26日湖南市総合体育館に於いて、公式ワナゲとビーンボウリング大会を開催しました。屋内で出来るニュースポーツへの感心が少しずつ広がりをみせている中で、各単老から個人戦や団体戦に百十余名の参加を得て、賑やかに楽しく大会を進めることが出来ました。

今回対象とした種目に早くから取組んでいる単老と体験後、日の浅い単老とでは技術的な面での差はあるものの、ナイスプレーに惜しみない拍手、声援を送る雰囲気は、ふれあいや元気のやりとりが自然の内に出来る絶好の場であったように感じました。プレーに集中している皆さんの表情はとても素敵ですね。

熱中出来ることを複数持つことは、自分の中に元気工場を複数持っているようにも思えますが如何でしょうか。

今回の大会を機にニュースポーツが趣味の幅を広げる道具の一つに活用いただけるならば関係者の一人として大変うれしく思いますし、そのことを願ってもいます。

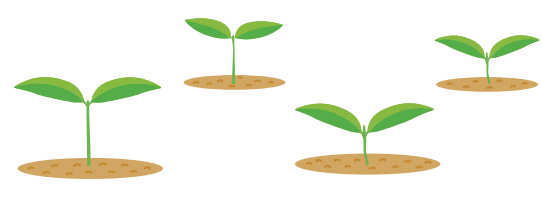
（麦田清彦）

転（コロ）バンド教室

近江八幡市老ク連北里学区

1、2、3、4と元気な声がトレーニングホール一ぱいにひびき渡る。毎週水曜日午後1時よりゴムバンド体操が始まる。黄バンドは「弱」、緑バンドは「強」とそれぞれの身に合ったバンドにより、サポーター健康推進委員方々の指導により受講いたしております。女性の参加が多く、残念ながら男性の受講者が3割と低調で男性の参加を広く呼び込みたい思いです。「自分の健康は自分で守る」と言った自己管理能力が大切です。健康で毎日を過すことにより生き生きとした今を送ることが大切です。さて人は何歳位まで生きるでしょうか。100、120歳迄は大丈夫とも言われますが、健康で長寿は誰もがあこがれ目指す最終目標です。病気にならない努力と、老化予防に前向きに取組んでいる北里の転バンド教室です。月末の教室日は茶話会を開いて皆んなで楽しい健康友愛の教室です。

（東　昊）



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

現役医師の緊急レポート

「ガンに克つ！驚異のプロポリス療法」

協力 医学博士 村上信行先生

【心の相談室】開設
ガンでお悩みの方を対象に、電話相談を行っています。

医学博士 村上信行
東京医科大学卒。東京医科大学助手、客員講師などを歴任。所属学会：日本腫瘍学会、日本精神神経学会、日本社会精神医学会

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時、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？

現在、日本ではガンで毎年約30万人の方が亡くなられており、その数は今も増加傾向にあります。しかし、西洋医学によるガン治療には、副作用や患者の心のケアの問題を含め、いまだ多くの課題が残されているのも事実。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。西洋医学の欠点と限界を補う治療法はないのか。

試行錯誤を重ねた一人の医師が、抗ガン剤が作用しにくい固形ガンに対しても高い殺ガン作用を示す「プロポリス」に着目。学会でも発表されたその優れた効能を1冊のレポートにまとめました。今回は限定50冊を無料進呈。お申込みはお早めに。

理事長 深町 明子（ふかまちあきこ）
看護師 産業カウンセラー

私共は、患者様と医療機関との架け橋になり、心とからだの医療相談や正しい保健の普及を実施。個人が適正な「情報収集」と「判断」を行うための支援を行い、あらゆる角度から治療をサポートするNPO団体です。

50冊限定

無料進呈 送料無料

お申込みは電話・ハガキにて

ハガキでお申込みの際は①〒・住所②氏名（フリガナ）③生年月日④電話番号⑤申込番号「F388」を必ず明記ください。

NPO法人セルフケア情報研究センター
「F388」係宛
〒186-0004 東京都国立市中1-10-8ノア国立ビル3F
TEL 042-574-3732 受付 8時～20時（月～土）
http://www.self-cisc.jp/

老人クラブの活動について

竜王町老ク連美松台

私達のクラブは、平成2年4月に発足以来20年になり、人間で言えば成人式を迎え、選挙権を得る年令となり漸く一人前になったところでございます。

20周年の記念行事をいろいろ考えましたが、集会所にデジタルテレビを寄贈し自治会の皆様から感謝されています。

とは言え、団地内に65歳以上の高齢者は、１４０人以上在住されていますが、近年老人クラブに加入していただく方が都会型の思考となって、加入率が25％以下の淋しい状況であります。日頃の活動状況のＰＲ不足から来るものか、先細りが懸念されています。

そこで昨年から隣りの集落『山面』との懇親会を計画し、グラウンドゴルフと昼食会を、今年で2回目を開催しました。此の合同コンペで良かったことは、約40人が相寄って喰べ、飲みながら行政の知らない此の土地の歴史や、団地造成前の自然環境の良さ、例えば松茸が豊富に出たこと、猪や猿、鹿の遊場に人間が入り込んで獣場を奪い取った話等、良い雰囲気でありました。此のことを更に継続しようと云う段取りとなっています。

此のように自治会や行政の立ち入ることのできない事柄を老人クラブで進めて行くことに魅力があり、特徴があるのではないかと思う次第です。良い企画が出てくることを期待します。（尾崎恒夫）

池田本町虹の町老人会（虹友会）の歩み

近江八幡市老ク連虹友会

当町老人会は、平成15年に会員が数名と激減し一度自然消滅してしまいました。平成17年に参加年齢を60才として、13名で再出発しました。現在会員も女性9名、男性21名の計30名となり、毎月の定例会も大変にぎやかになって来ました。

老人会活動として、4月は近くの公園で「お花見会」、6月・12月は「誕生会」、10月頃には日帰りの「県内バス旅行」、12月は毎年「餅つき」等々、会員相互の親睦・交流を進めています。また、自治会活動・学区事業にも積極的に参加をし、町内外の人たちとの交流を深めています。

平成22年度からは「老人憩いの家」を一日解放して、毎回趣向を替え、文化的な短歌や俳句の会、健康体操やお料理教室、手芸的な物づくりなどを行って自治会員の子供から高齢者の皆さんが気楽に・気軽に立ち寄って頂くようにしています。

その他、毎朝のスクールガードや月2回の防犯火災の夜回り・空き缶清掃などの奉仕活動も積極的に行っています。

今後の計画として、閉じこもり高齢者の会員勧誘と高齢者に対する福祉問題、子供たちとの交流活動を心掛けて取り組んで行きたい。（山崎洋二）

普光寺町老人クラブとの交流で感動

彦根市老ク連松原緑会

晩秋の10月27日、松原緑会の会員19名は、彦根市普光寺町老人クラブ「和顔会」との現地交流会を実施しました。

これは、7月29日に開催された高齢者相互支援活動研修会の事例発表で、入会年齢が65歳以上の全員が会員であることに大変おどろきました。また会員の中の有志が、ボランティアグループ「燦々会」を設立して、85歳以上の高齢者を対象にしたサロンを毎月開催しておられることにも感銘しました。

私ども松原緑会は平成元年に設立され、今年で22年目です。自治会の戸数は約１８０戸の団地で、四半世紀を経過した今では高齢者の多い団地となっております。老人会の加入年令は60歳以上で、その対象者は約１８０名、65歳以上約１００名。ところが会員は38名と誠にさみしいかぎりの老人会です。毎年会員募集をしておりますが笛吹けど踊らずです。

そこで前記の事例発表から現地交流のお願いをしたわけです。

普光寺町老人クラブは、周りを田圃に囲まれた集落で、昭和初期と戸数も大きな変化がないとのことで、これは長い歴史のなかで培われた連帯感、人と人とのつながりが強い地域と感じました。その中で多種多様の活動を実施され、それにも増して、ボランティアによる活動の素晴らしさは、今日高齢化が進み、高齢者同士の支えあいをと、その対策が進められるなかで、「健康・友愛・奉仕」の三大目標を基本に「ほのぼのとした温かみが感じられる町づくり」をめざして、「自治会と連携をとりながら活動を継続します」との力強い言葉もありました。

松原緑会も、一歩でも近づくため、更なる努力をと深く肝に命じたところです。（中田茂男）

第33回高齢者大会

米原市近江老ク連

10月28日近江ときめきホールにて、近江老ク連主催の高齢者大会が開催されました。今年は、高齢者と家族の絆が問題視され、特に親子の間で音信不通や所在不明が表面化するニュースが連日報じられました。しかし近江老ク連では特に問題もなく、白寿、米寿、喜寿を迎えられた１１３名又金婚式を迎えられた夫婦27組を祝福し、これらの方々には、会長より祝辞と記念品の贈呈があり、互いの長寿を喜びあいました。またアトラクションでは来年よりＮＨＫで放映される大河ドラマ「江」にちなんで浅井三姉妹の歴史講座と、ながはまシニアアンサンブル「銀の櫂」の皆さんの演奏、最後に全員で「青い山脈」を合唱し明日への元気をいただき大いに盛り上りました。

〝できるできる〟童心詩できるできる、必ずできる、やる気があれば、必ずできる、できないと思えばできない、できないと考えず、できると信じ、永遠に自分は進歩したい、できるできる、必ずできる。

この詩のように自分を信じ、やる気をもってガンバリ、一歩でも戸外に出るよう心掛けたいものです。（夏原和夫）

研修会を終えて

米原市米原老ク連

「平城遷都千三百年」の誘いに便乗した訳ではないのでしょうが、本年度の日帰り会員研修会は奈良に決定され去る10月8日に１９２名の仲間と共に一路飛鳥へ、この日の旅程は薬師寺に参詣の後、いよいよ遷都千参百年祭の会場へ向かうこととなっておりましたが偶然にも天皇陛下の御巡幸にめぐり会い交通規制の厳しい中の移動と成りました。遷都会場では朱雀門を中心とした会場の広さに圧倒される一方で遣唐使が使用され

た船の想像以上の小ささに驚愕、こんな小さなサイズの船でよくぞ唐まで渡られたものと感心しきり、「命がけ」の渡航は容易に想像でき当時の人の使命感に感激した次第です。兎も角、奈良では研修日和に恵まれ飛鳥の時代をかい間み古都の香りを土産に、夕方からの秋雨の中、帰途に就きましたが、歴史の授業を思い出した有意義な一日でした。

（堀川幸太郎）

仲間と手作り

野洲市　竹内十四枝

野洲市から野洲市社会福祉協議会に委託されて行われていました「ふれあいサロン」が、平成21年4月より各地区自治会主体の運営に変更され、地域における高齢者の生きがい作り、及び閉じこもり予防、支え合い活動を促進する、仲間作りに変わりました。

私達の仲間は老人クラブ会員で、畑仕事、家事、趣味、一人で友達の所へ遊びに行ける、70才以上ですが元気な人達ばかりです。毎月第3木曜日に大篠原街道集会所で、午前10時～午後3時まで手作り作品に取り組んでいます。おもに、ハサミ、のり、ボンド、紙、布、綿などを使って作ります。ふれあいサロン担当者で、野洲市社協の寺村さんが、あい間を見てアドバイスに来て下さいます。地域自治会主体となって、初めての取り組みでしたので助かりました。平成21年11月にひょうたん6個、いろ紙を自分の好きな形に切り、しき紙にのりで貼り付け、「無病息災」を願って作りました。午前中に出来あがり、仲間と話をしながら楽しく過す事が出来ました。次回は12月なのでクリスマス用の物、年明けの1月はカレンダー作り、3月に反省会をして1年を締めくくります。皆さんも仲間と楽しく手作りをしてみませんか。

平成22年度下期活動の状況

長浜市老ク連木之本支部

本年の「そよかぜ教室」は県老ク連のご支援で各学区毎の四会場で開催しました。

内容は、県健康づくり推進員による指導でいきいきクラブ体操、手遊び、ミニ講演、ゴムバンド体操、マブダーツ、コーンホールで午後は栗東市老ク連の内藤氏によるお楽しみマジックショーで楽しんでいただきました。

10月15日木之本会場
　参加者　99名
11月1日杉野会場
　参加者　82名
11月12日伊香具会場
　参加者　72名
11月19日高時学区
　参加者　64名

4会場合計参加者は317名となった。県老ク連のご支援ありがとうございました。

また下期の活動として、9月～10月に市内特養老寿施設の草刈の奉仕作業を実施し、総員約90名に出席していただきました。

12月には、女性部による「友愛訪問」品作りの手芸教室が行われ36名が奉仕しました。出来上った品は各クラブ毎に寝たきり老人宅を訪問激励をしました。

以上下期の主な活動の報告とします。

（高橋邦男）

ふれあいと友愛

長浜市老ク連西浅井支部

長浜市老ク連として合併後、早や10ヵ月、従来の伊香郡四町老クの今後の課題となりました。支部とまたいで築いた良き仲間とは離れる事はできません。結果はスポーツを通して伊香地区老クとして再出発です。各支部の予選で勝ち抜いた選手が競技します。一方支部においては、市に統括され世代間交流活動をどの様な活動をどの様にして行くかの課題も立ちはだかりました。でも、長浜市の良き行政指導が具体化してきたことで安堵の胸を下ろしました、老人クラブへの活動にも活かされてきたのです。福祉活動では「ふくしの会」、健康管理では今年「奥びわこスポーツクラブ」が発足する運びとなり、共にタイアップをしながら老ク活動を進めたいと思います。友愛訪問は、9月の敬老の日と年末の年2回ですが、地区会長と女性部長が在宅訪問しお話します。ふれあいは、子どもとのふれあい活動で、一緒にもちつき大会もしました。

（赤尾昭男）

手芸教室実施

長浜老ク木之本支部

木之本支部では、平成22年度も上期6月と下期12月の2回手芸教室として、（友愛訪問手作り品）各単クの役員26名他に1名の約50名の参加で作品づくりを実施しました。「寝たきり自宅介護の訪問対象者の方は、年度により異なりますが約50名～60名様位です。作品はその都度役員で決めますが手のこんだ細かいものや針仕事は苦情がでますので、作品の選択に苦慮します。6月には、完全防水ではないのですが食事どきのエプロンを作りました。型紙作り、生地を裁つ人、ミシンがけなど役割分担をします。大変好評でとても嬉しかったです。12月は、布製小物入れに柔らかいお菓子をそえて届けました。訪問時直接お目にかかれれば幸いですが玄関先でお渡しする場合もあります。寝たきりの方には励ましの言葉を、介抱されてる方にはねぎらいの言葉をかけ慰めさせて頂きます。作品は公共施設などへもタオルなどと一緒に届けます。当日講演もお願いします。6月は警察官の「詐欺に引っかからない為」です。12月は出前講座を受け「認知症を正しく理解して予防しましょう」のテーマで講演して頂きました。アンケートの結果は今後もこの様な機会を希望しますと嬉しい言葉も頂きました。この様な活動をさせて頂けるのは、地域の方々や会員の方のご理解、ご支援ご協力の賜物と感謝し今後共変らぬご支援を心よりお願い申し上げます。

（藤田幸子）

百歳の時に句集も出せそうで

草津市　久保和友

私の最近作、

「百歳の時には句集を出せそうで」

「記念日です　すこし笑ってすこし泣き」

俳句を私が始めて作って新聞に応募したのが小学3年生の時で「小学生新聞」を母に頼んで家へ配達してもらった。正月に俳句の募集があった。葉書を買ったのも始めて。ポストへ投函したのも始めて。それが元日号に載った。うれしかった。両親や妹たちに見せた。

あまり喜んでくれなくて淋しい気がした。

小学校でも誰も知らなかった。「小学生新聞」など読んでいる者もなかった。その時、俳句とか歌を作るのは孤独だと思った。

入選作は「初日の出拝む心もつつましく」でした。最近作は

「もういいかい　まあだだよ八十五歳です」

個人句集は26歳で結婚式の時、始めて自費出版で出した。披露宴の帰りのお土産に句集1冊だけとは恐れ入ったと蔭で言われたようだ。それから10年おきに会社の定年まで出した。退職後は出していない。句会は県内での大会には遠くてもでかけていくが、あとは市内での月例句会を月3回、句集にする句は沢山あるが、さて句集を200冊ぐらいの最低部数を出さねばと思うと費用はたいへん。年金だけの暮らしなので。

【散文詩】小さなポーチ

草津市　青地　昇

私は今、思わぬ病になって、2階の自分の部屋で寝ている。

窓から、大空を白い雲がゆっくり流れるのを、毎日眺めている。

もう一度、元気になって「グラウンドゴルフができるのかな?」と考えると少し不安になる。そんな時、手作りの小さなポーチに、栄養ドリンクを2本入れた、お見舞いが届いた。ご近所の少し片思いをしている昔美人からである。ポーチの中には、お見舞金と手紙も入っていた。手紙には「早く元気になって、このポーチに栄養ドリンクと携帯電話を入れて、いつもの散歩道を歩いて下さい。そのお姿を想像しています。」とあった。

今、そのポーチはベッドの手すりにぶら下げて、体温計と妻を呼ぶための携帯電話を入れている。

「シニアのスポット探訪」募集

この会報は会員の皆様が参加して作るものです。身近にありながら案外知られていない、そんな名所・旧跡が会員の皆様の近くにありませんか？そんなシニアの穴場（スポット）を探しています

◆下記に該当するスポット（穴場）を紹介して下さい。
①あまり知られていない名所・旧跡・史跡、②地元の人しか知らない景勝地・施設（建物等）、③他所にはないめずらしい催し物をしているところ、④観光地であるがあまり人がいかない場所等

◆投稿方法…
①紹介物件の説明…伝説、いわれ、言い伝え、見どころ等、②写真…数枚（5枚～10枚）、③地図・略図・パンフレット等、④交通アクセス（その場所に行く方法）、⑤そのことについて詳しい方を紹介して下さい。

◆シニアのスポット（穴場）探訪先に興味が沸いたら、迷わずお出かけしましょう。1人で行くのも良し、仲間とともにウォーキングの目的先としても良し、思い切って行動することが「閉じこもり予防」につながります。さあ、お出かけの達人になりましょう。

◆原稿締切日…特にありません。いつでも応募できます。ただし、紙面の編集・構成上、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

●春の全国交通安全運動●

期間	5月11日(水)～5月20日(金)	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歩行者および自転車の安全確保（「自転車安全利用五則」を守る）

☆　「事故0」を　滋賀の道から　あなたから　☆

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

夜、トイレで起きたくない方へ朗報！

歳だからとあきらめなくて良かった！

神奈川県　永川　百合子さん（七十九歳）

はじめは、夜のトイレの回数が多くて、二時間おきに起きていました。それからは悪くなる一方で…ついにはモラすようになってしまったんです。旅行が好きでしたが、外出も控えるようになりました。歳だからと、あきらめかけていた時、ユラン・ケアの広告を見ました。これ以上悪くなりたくないと思い、思い切って電話をしたんです。

飲んでしばらくして、トイレで起きる時間が二時間から三時間と我慢できるようになって来ました。モレもだんだん減っていったんです。今ではグッスリ眠っていて、旅行も出来るようになったんですよ。

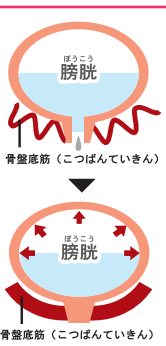
こんな方にオススメ！
- □トイレに1日8回以上行く
- □トイレまで間に合わない
- □夜、トイレに2回以上起きる
- □くしゃみ、せきでモレる
- □歳だからとあきらめている

ユラン・ケア
1パック　60粒入り
2,940円（税込）
※ユラン・ケアには8種類の天然ハーブ配合

ユラン・ケアＥＸ
ワンランク上のユラン・ケア
1本　180粒入り
9,870円（税込）
※ユラン・ケアEXには10種類の天然ハーブ配合

尿トラブルの原因とは？

女性のトイレの回数の悩みは、年々増加傾向にあります。これはホルモンバランスの乱れ、加齢による筋肉全般の衰えなどが原因と言われています。それらを整える必要があります。



数多くの女性の方が満足

原因である骨盤底筋の筋肉を整えるためには、尿モレ・頻尿対策商品のユラン・ケアです。ユラン・ケアに含まれる「ペポカボチャ種子」をはじめ、クランベリー・オリザギャバとの組み合わせが良いと言われています。天然ハーブ8種類配合の「ユラン・ケア」、これは試す価値があります！

ご注文・お問い合わせはコチラ
まずはお気軽にお電話ください。受付時間／9:30～18:00
TEL 0800-300-0033
FAX 092-716-0636
インターネット　ユラン・ケア　検索　広告番号 2012

▶ハガキでのお申込み
〒810-0041
福岡県福岡市中央区大名2-9-27 赤坂センタービル5F
(株)サン・クラルテ製薬 2012係

○商品名
○数量
○お名前（フリガナ）
○〒・住所
○お電話番号

●送料はお客様のご負担になります。●商品は受付後一週間以内にお届けします。●お支払いは、商品到着時に代金引換になります。●商品到着後8日以内は返品ができます。その場合の返送料金はお客様のご負担となります。(開封後の返品はご容赦下さい)●お客様の個人情報は、商品発送のほか当社および当社関連会社のご案内以外の目的には利用いたしません。案内がご不要の場合はお知らせ下さい。

株式会社サン・クラルテ製薬
福岡県福岡市中央区大名2丁目9-27赤坂センタービル5F
JADMA 日本通信販売協会会員
JBCA 日本美容内科協会

文芸欄

◆俳句

稲の秋　古墳に続く　一本道
大津市　福島　達

父の日を　忘れし父に　なりにけり
栗東市　森野　好子

左義長燃ゆ　風と炎と　からみ合ひ
近江八幡市　北川　信治

小春日や　恙無ければ　旅を恋う
近江八幡市　松岡　みね

健康に　感謝のありて　茸（きのこ）めし
高島市　河原田　勝

遭遇の　友と抱き合う　待合室
高島市　岸田　金子

年賀状　うさぎ飛んでる　絵を添えて
野洲市　加賀爪久恵

夜具干せば　冬日の匂う　ひる下がり
野洲市　西中　文江

八十路越え　初春寒し　ホールイン　ワン
草津市　井野　豊

せせらぎに　寒灯映えて　冬の宿
野洲市　神山　久子

庭先に　雪みだれ舞う　初日の出
長浜市　藤田　幸子

寒雀　墨絵に米粒　書き加ふ
草津市　林　笑子

竹林の　奥に音ある　寒日和
草津市　池藤　利彦

金柑の　半分鳥の　取り分よ
湖南市　吉田　誠一

城跡の　日溜りの坂　ふきのとう
草津市　佐藤　正人

遠い日の　好な小袖に　初鏡
草津市　筒井　滋子

雪しぐれ　江の名のつく　梅一輪
大津市　木村　信子

◆川柳

もう跳んでいい年となり　向こう岸
近江八幡市　北川　信治

吾が一生　詰め込むかばん　探しおり
栗東市　森野　好子

後を見ず　進む心に　光あり
大津市　田中　雪子

凶の日は　さがしたトイレ　清掃中
草津市　荒川　和彦

年金の　財布ときどき　義理をかく
野洲市　辻村　静枝

病院へ　一人で行ける　ありがたさ
大津市　辻野　伸

くじけずに　がまんが今の　幸せか
長浜市　藤田　幸子

バラマキも　高齢者には　届かない
湖南市　吉田　誠一

リハビリに通いし今朝のバスの中幼
野洲市　西中　文江

髪飾り　人にきかれて　さばをよむ
草津市　筒井　滋子

◆短歌

日めくりの日々追いかける老の道炎も余燼も消えし現世（うつつよ）
栗東市　森野　好子

孫の傷さすりて妻は呪文懸く「ちちんぷいぷい」魔法のことば
草津市　佐藤　正人

もう一度奇跡おきてよ目をあけて祈る心に開かずのひとみ
甲良町　松宮　花子

本来は黄金稲穂であるはずの色とりどりのコスモス揺れる
野洲市　辻村　静枝

友達に手作りぞうり頂いて幼き頃の思い出浮かぶ
野洲市　加賀爪久恵

夕映えに長く伸びたる黒い影足が遅れし老いの我が身ぞ
長浜市西浅井　藤井美千代

お正月雪のふる中勝安寺鐘たたき合掌し心しずむ
野洲市　竹内十四枝

除雪車の音に聞きいる真夜中を蒲団の中で眠れずにゐる
長浜市　藤田　幸子

一灯に集ふ晦日（みそか）の三世代この倖せを御仏に告ぐ
野洲市　神山　久子

神々のささやきのごと風穴の地下をひそけく水の流るる
草津市　林　笑子

まほろばにひたすら生き来しこの齢（よわい）如月四日われ誕生日
大津市　森　嘉子

◆情歌

未だ三十所帯（しょたい）持つ気は更（さら）に無（な）し次世代継（つ）ぐ木（気）を育（そだ）てぬかと
近江八幡市　大川　勇

もう少しやさしくすれば良かったと病みいる夫（つま）に手を差しのべる
長浜市　藤田　幸子

全国老人クラブ大会

第39回大会が、平成22年11月16日・17日の2日間にわたって宮城県仙台市で開催され、滋賀県から井上県老ク連会長をはじめ17名が参加しました。

第1日目は5つの研究部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2研究部会（テーマ：若手高齢者の力を活かす）で、甲賀市老ク連の廣沢晃副会長から事例発表が行われました。まず、若手リーダーの養成にむけて開校した「ゆうゆう甲賀塾」を説明。また、若手高齢者の力を活かす実践活動として「ゴルフサークルとウォーキングサークル」の結成と健康づくり推進員による健康講座の実施について説明。また、若手高齢者の参加を意識し、愛称を「ゆうゆう甲賀」と定めたことも併せて説明。老人クラブに参加する若手高齢者が少ない共通の悩みをどう打開していくのか、若手高齢者の参加のきっかけ作りに会場の参加者は熱心に耳を傾け、活発な意見交換が行われました。

その他の研究部会のテーマは、次のとおりでした。

第1研究部会（健康づくり・介護予防活動の推進）

第3研究部会（開かれたクラブづくり～一般高齢者・会員外への呼びかけ）

第4研究部会（悪質商法の被害を防ごう）

第5研究部会（老人クラブが元気になるための活動）で、活動の事例を発表し魅力ある老人クラブ作りに向けた意見交換が行われた。

第2日目は総会において、全老連から研究部会報告がなされ、今年は全国各地で行方不明の高齢者の実態や孤立した高齢者の状況がマスコミで報じられた。地縁関係がだんだんと薄れて来ている「無縁社会」の現状に、地域の絆をどう回復させるか、再生させることの意義と必要性を強調された。次に、式典に移り全老連会長表彰と大会宣言の採択が行われて全日程が終了しました。

なお、平成23年度は、11月1日（火）・2日（水）に石川県で開催されます。

●新入学（園）児と高齢者の交通事故防止運動●

期間	3月15日(火) ～ 4月15日(金)	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　☆

●夏の交通安全県民運動●

期間	7月15日(金) ～ 7月24日(日)	①高齢者と子どもの交通事故防止 ②飲酒運転の根絶 ③交差点における出会い頭事故の防止～「止まる・見る・待つ」の励行 ④夕暮れ時・夜間の交通事故防止と反射材の普及

☆　ちょっと待て　横断歩道を　わたろうよ　☆

平成23年度主要行事予定

月・日	行事名	会場（場所）
4月14日	市町老ク連事務局担当者会議	長寿社会福祉センター
5月26日	県老ク連:理事会・評議員会	長寿社会福祉センター
5月31日～6月1日	全老連:中央セミナー	全社協ホール
6月16日～17日	近老協:近畿ブロック研修会	大阪府
7月14日	創造推進員研修会	長寿社会福祉センター
7月14日	ニュースポーツ講習会	長寿社会福祉センター
7月（実施日未定）	高齢者相互支援活動啓発研修会	未定
9月15日	老人の日（老人週間15日～21日）	県内各地（全域）
9月20日	社会奉仕の日（県下・全国一斉）	県内各地（全域）
10月26日	第50回滋賀県老人クラブ大会	県立文化産業交流会館
11月1日～2日	全老連:第40回全国大会	石川県
11月16日～18日	全老連:健康づくり中央セミナー	ロフォス湘南
11月24日～25日	全老連:女性リーダーセミナー	全社協会議室
12月上旬	高齢者相互支援活動啓発研修会	長寿社会福祉センター
12月上旬	県老ク:女性委員会主催研修会	長寿社会福祉センター
24年1月12日～13日	全老連:友愛セミナー	全社協ホール

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

平成22年10月分より　全老連:老人クラブ傷害保険のご案内

①**補償対象**～老人クラブ活動中とその往復途上のケガを補償。

【基本タイプ】

補償内容＼名称・掛金			Aタイプ 500円	Bタイプ 1,000円	Cタイプ 2,000円
ケガによる	死亡保険金・後遺障害保険金		50万円	100万円	200万円
	入院保険金	入院日額	1,000円	2,000円	4,000円
		補償対象期間	事故の日からその日を含めて 30日間		
		支払日数	30日		
	通院保険金	通院日額	650円	1,300円	2,600円
		補償対象期間	事故の日からその日を含めて180日間		
		支払限度日数	30日		

②**補償対象**～基本タイプに上乗せして活動中以外のケガも補償。

【上乗せ（24時間補償）タイプ】

補償内容＼名称・掛金			A+24時間 3,500 円	B+24時間 4,000 円	C+24時間 5,000 円
ケガによる	クラブ活動中の死亡保険金		150万円	200万円	300万円
	クラブ活動中以外の死亡保険金		100万円		
	クラブ活動中の後遺障害保険金		50万円	100万円	200万円
	入院保険金	クラブ活動中の入院日額	1,750円	2,750円	4,750円
		クラブ活動中以外の入院日額	750 円		
		補償対象期間	事故の日からその日を含めて 30日間		
		支払日数	30日		
	通院保険金	クラブ活動中の通院日額	1,150円	1,800円	3,100円
		クラブ活動中以外の通院日額	500 円		
		補償対象期間	事故の日からその日を含めて180日間		
		支払限度日数	30 日		

※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および所在地の各市町老人クラブ連合会事務局まで！
※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（土日祝日は休み）
〈取扱代理店〉有限会社シニアサービス社　受付時間　9時30分～17時30分

シニアのスポット探訪…甲良町下之郷

1 下之郷の旧名は根田村　天智天皇の時代に誕生　根田は墾田からか

2 二階堂寶蓮院跡　本尊二階堂丈六阿弥陀仏は信長が安土へ

3 二階堂道蘊（鎌倉幕府の重鎮＝後醍醐天皇・北条高時との関係）の屋敷跡

4 桂城神社は犬上の君に繋がる犬上大和介政誠が佐々木の宮を勧請

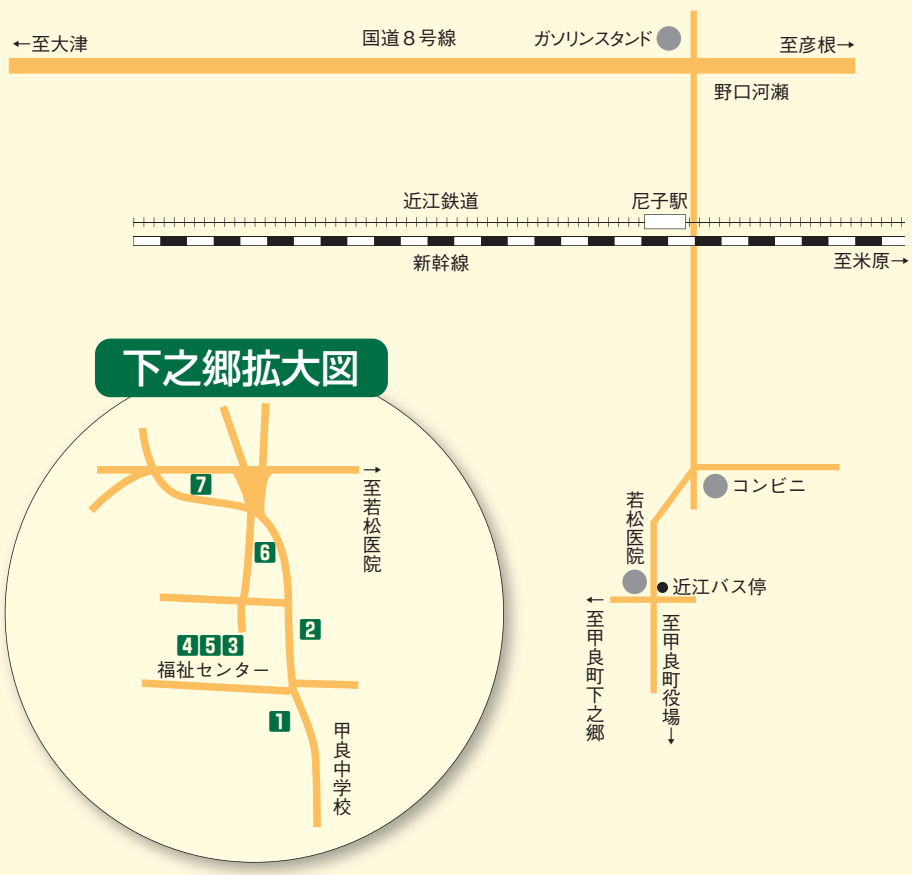
5 京極氏の建てた下之郷城は信長近江侵攻により焼亡　戦死者の慰霊の為に建てた五十告神社の旧蹟＝下之郷大火とおたけさん伝説

6 下之郷城三代目は有名な多賀豊後守高忠（室町幕府侍所所司代）

7 西応寺にたつ番方記念碑（石山戦争記念碑＝顕如上人と中郡門徒衆）

8 念称寺本堂はもと三十二番札所観音正寺の本堂、本尊はもと堅井の宮の本尊

（推薦者　犬上郡甲良町下之郷　川並稔男）



二階堂寶蓮院跡

二階堂本尊丈六阿弥陀仏

桂城神社

多賀高忠公画像

念称寺本堂

二階堂道蘊の屋敷跡碑

五十告神社跡地

西応寺番方記念碑

木造　阿弥陀如来立像説明

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、琵琶湖を臨むシニア型分譲マンション［ビジュール琵琶湖 京阪浜大津］

レストラン
完成予想図

大浴場
完成予想図

4月末
ご入居開始!
（予定）

モデルルーム
2タイプ 公開中
お気軽にお越しください。

3駅3線利用可能な快適アクセス、
京都・大阪方面へもスムーズ。

京阪京津線・京阪石山坂本線
「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

JR東海道本線
「大津」駅から「京都」駅へ9分

先着順販売価格（税込）
1DK1,890万円 住居専有面積 39.30㎡

最多販売価格帯
2,000万円台中心（3戸）
住居専有面積／38.46㎡～40.34㎡

特別な日常を演出する、充実した共用施設。
大浴場　レストラン　パノラマガーデン　ライブラリー

365日の安心をご提供するサポート体制。
24時間体制有人管理　医療・介護協力　受付カウンターサービス

※一部有料のものがございます。詳しくは係員にお尋ねください。

■物件概要●物件名称／ビジュール琵琶湖京阪浜大津●所在地／滋賀県大津市浜大津4丁目1番、2番1●交通／京阪京津線・京阪石山坂本線「浜大津」駅徒歩6分・京阪石山坂本線「三井寺」駅徒歩5分●地域・地区／商業地域●地目／宅地●建ペイ率／80%●容積率／360%●敷地面積／2,100.11㎡●建築面積／868.08㎡●建築延床面積／9,702.04㎡●構造・規模／鉄筋コンクリート造、地上14階●総戸数／130戸●間取り／1DK～2LDK●住居専有面積／38.46㎡～85.12㎡●バルコニー面積／9.91㎡～22.64㎡●駐車場／39台［機械式駐車場38台、平面式1台］（月額8,000円～12,000円）●自転車置場／54台（月額200円）●バイク置場／3台（月額500円）●建築確認番号／第ERI09023083号（平成21年9月11日付）●分譲後の権利形態／敷地及び建物共用部分は住居専有部分比率による所有権の共有、建物専有部分は区分所有●管理形態／区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託●管理会社／京阪カインド株式会社●竣工予定／平成23年3月下旬予定●入居予定／平成23年4月下旬予定●事業主（売主）／京阪電鉄不動産株式会社 国土交通大臣免許（3）第6056号（社）近畿地区不動産公正取引協議会加盟 〒540-6591 大阪市中央区大手前1丁目7番31号OMMビル1階 TEL:06-6946-1341●販売提携（代理）／東急リバブル株式会社 関西支社 コンサルティング営業部　国土交通大臣免許（9）第2611号（社）不動産協会会員（社）不動産流通経営協会会員（社）首都圏不動産公正取引協議会加盟 〒542-0081 大阪市中央区南船場4-4-3 心斎橋東急ビル6F TEL:06-6243-1099●デザイン監修／株式会社坂倉建築研究所●設計／一級建築士事務所株式会社東洋設計事務所・株式会社奥村組西日本支社一級建築士事務所●施工／株式会社奥村組西日本支社　■第3期1次先着順販売概要●販売戸数／9戸●間取り／1DK～2LDK●住居専有面積／38.46㎡～64.35㎡●バルコニー面積／9.91㎡～14.27㎡●販売価格（税込）／1,990万円（1戸・住居専有面積／40.09㎡）～4,070万円（1戸・住居専有面積／63.79㎡）●管理費（月額）／26,150円～43,750円●管理準備金（引渡時一括払）／50,000円（一律）●修繕積立金（月額）／3,840円～6,430円●修繕積立一時金（引渡時一括払）／307,000円～515,000円　■先着順販売概要●販売戸数／15戸●間取り／1DK～2LDK●住居専有面積／38.46㎡～70.83㎡●バルコニー面積／9.91㎡～16.48㎡●販売価格（税込）／1,890万円（1戸・住居専有面積／39.30㎡）～4,490万円（1戸・住居専有面積／70.83㎡）●最多販売価格帯／2,000万円台（3戸・住居専有面積／38.46㎡～40.34㎡）●管理費（月額）／26,150円～48,170円●管理準備金（引渡時一括払）／50,000円（一律）●修繕積立金（月額）／3,840円～7,080円●修繕積立一時金（引渡時一括払）／307,000円～566,000円　■第3期1次先着順、先着順受付●受付時間／10:00～18:00●受付場所／「ビジュール琵琶湖京阪浜大津」モデルルーム※先着順受付につき、ご希望の住戸が成約済の場合がございます。あらかじめご了承下さい。※お申込の際は印鑑（認印）と平成21年・22年分の収入証明証をご持参下さい。●広告有効期限／平成23年6月30日※掲載の完成予想図は、設計図面をもとに描き起こしたもので、行政官庁の指導、施工上の都合及び改良により、一部変更が生じる場合があります。あらかじめご了承ください。

お問い合わせは「ビジュール琵琶湖 京阪浜大津」マンションギャラリー
フリーコール 0120-956-897　www.hamaotsu.jp
ことゆうゆう で 検索
◎営業時間／AM10:00～PM6:00（水曜日定休）※携帯電話・PHS通話可

事業主（売主）
こころまち つくろう
KEIHAN 京阪電鉄不動産

お詫び

「いきいき近江」2010年10月号（第16号）の健康ウォーキングに参加しての筆者名が、間違っていました。
（誤）竜王町　谷口正二　（正）竜王町　谷村正二
平成22年度リーダー研修会開催の筆者名が、間違っていました。
（誤）山川清次　（正）小川清次
慎んでお詫び訂正させていただきます。

広報委員会事務局

次回号の発行案内

次回号（第18号）の発行は、平成23年11月または、12月に予定しています。
（配送は12月上旬の予定です。）

応募原稿の締め切りは、平成23年9月20日までに滋賀県老人クラブ連合会事務局必着。

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。あなたの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。★

大津市 077-525-6273	彦根市 0749-23-1506	長浜市 0749-65-7822
近江八幡市 0748-33-3107	草津市 077-516-0350	守山市 077-585-3389
栗東市 077-554-6108	野洲市 077-588-2940	湖南市 0748-72-2320
甲賀市 0748-62-6842	高島市 0740-25-3450	東近江市 0748-22-6000
米原市山東 0749-55-3933	米原市伊吹 0749-58-1634	米原市米原 0749-54-3110
米原市近江 0749-52-4393	安土町 0748-46-4981	日野町 0748-52-1219
竜王町 0748-58-3700	愛荘町秦荘 0749-37-4104	愛荘町愛知川 0749-42-7757
豊郷町 0749-35-3632	甲良町 0749-38-2911	多賀町 0749-48-8127
長浜市虎姫 0749-73-5061	長浜市湖北 0749-78-2145	長浜市高月 0749-85-5700
長浜市木之本 0749-82-5419	長浜市余呉 0749-86-2195	長浜市西浅井 0749-89-1121

「いきいき近江」ホームページ版案内

※県老ク連のホームページに、「いきいき近江」を掲載いたします。
●ホームページアドレス **http://www.shigarou.net**

県老ク連の会報誌「いきいき近江」が、諸般の事情により今年度から年１回の発行とさせていただくことになりました。「いきいき近江」の発行を楽しみにされている皆様には、誠に申し訳なく思っております。

そこで、県老ク連としましては、「いきいき近江」の発行回数の減少に伴い、新しい情報提供の場として「ホームページ」の充実を図り、会員の皆様に、「いきいき近江」の直近号やいろいろな出来事を、いち早くお知らせするようにしては、ということになりました。

パソコンのインターネットご利用の会員様には、紙面発行「いきいき近江」にはない、リアルタイムの楽しみ方が出来るものと思っております。

インターネットを利用されていない仲間の方に、プリントアウトをして情報を共有していただきますようお願いいたします。

「いきいき近江」ホームページ版は、随時内容を更新して、皆様に老人クラブ関連の情報を提供させていただきます。

※皆様からの情報提供・投稿をお待ちいたしております。（投稿要領を参照）

◆〒525－0072
連絡先　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
（電話）：077－567－3930　（FAX）：077－567－3932
★ e-mail : sr39@oak.ocn.ne.jp

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

広報委員会だより

この３月から青森から鹿児島まで新幹線が全線運転開始するという喜ばしいニュースを耳にする反面、県内の湖北はじめ東北・北陸日本海側の記録破りの大雪や新燃岳の噴火による火山灰で被害に遭遇されたり、日常生活に支障が生じて困っておられる方々に、何よりもお見舞い申し上げたい心境です。さて、本誌「いきいき近江」第17号も会員皆様の便りを主にして編集いたしました。ご投稿に厚く感謝申し上げます。唯、これからの本誌発行は、経済的な事由で、次年度からは、年１回の発行になると言う寂しいお知らせをして置かなければならず、残念に思っています。併せて今後貴重な年１回の発行を中味の充実した記事を掲載すべく、編集委員のより一層の努力が強いられるような気がしてなりません。

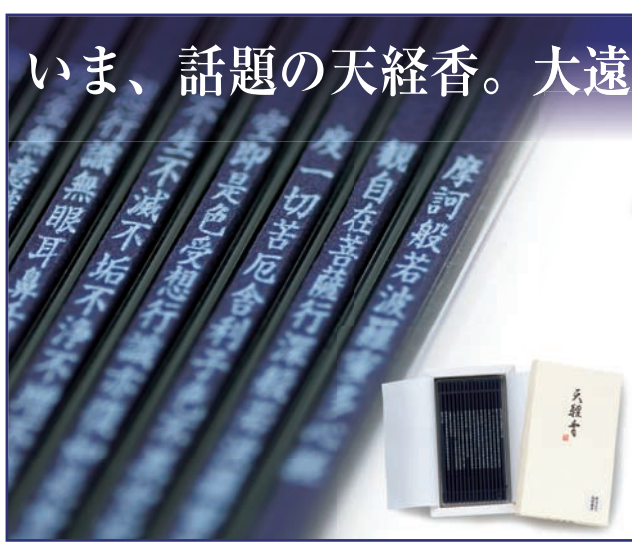
（池上　幸男）

募集原稿投稿要領

この会報は会員の皆様が参加して作るものです。投稿の題名は自由です。下記の項目に分類して扱います。団体・個人のどちらで応募されても構いません。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、気軽にどしどし投稿してください。

◆該当する「テーマ」を明記し、400字程度でお願いします。
①健康づくり、②友愛活動、③奉仕活動、④伝承活動、⑤世代間交流活動、⑥組織の活性化、⑦魅力ある老人クラブ、⑧その他のテーマ（雑感含む）
◆団体の場合…単位クラブ名または老ク連合会名、執筆者名
個人の場合…市町名、所属市町老ク連名、投稿者名
※上記以外に、住所、電話番号を記入してください。
◆各号お一人様または一団体一作品とさせていただきます。
掲載にあたり、表現の一部を改める場合がありますのでご了承願います。また、お送りいただいた原稿、写真、資料等は返却いたしませんのでご了承願います。
（所定の字数より多い場合掲載できないことがあります。また、一部省略することもありますので、必ず所定の字数以内でお願いします。）
◆原稿締切日…特にありません。いつでも応募できます。ただし、紙面の編集・構成上、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

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



いま、話題の天経香。大遠忌やお寺様の周年法要記念、観光寺院のお土産に。

お彼岸や季節のご挨拶、神仏様へのご挨拶、法事のお供えに大変喜ばれています。

抽選で10名様に天経香（般若心経十六本入）プレゼント。

住所、氏名、電話番号をご記入の上、ハガキもしくはFAXにてご応募ください。応募〆切：平成23年4月30日
※当選の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

経文の入ったお線香
てんきょうこう 天經香

般若心経 四八本入 2,415円（税込）
南無阿弥陀佛 四八本入 各2,100円（税込）
（各宗派の経文もご用意しております。）

ご注文・お問合わせ 京都 三恵堂
〒603-8165 京都市北区紫野西御所田町14-2
TEL 075-441-9125　FAX 075-441-9127