

2017年
1月
第23号

いきいき近江

◇発行◇
一般財団法人
滋賀県老人クラブ連合会
会長 北沢 浩治
☎(077) 567-3930
◇編集協力・印刷◇
(株)博報社
大阪市平野区喜連西 4-6-69
☎(06) 6797-0212

第55回 滋賀県老人クラブ大会開催

(びわこ豊熟シニアクラブ大会)



平成28年11月25日、滋賀県立文化産業交流会館において第55回滋賀県老人クラブ大会を開催しました。

午前10時に開会し、君が代斉唱のあと、主催者を代表して北沢県老ク連会長が挨拶を述べ、その後表彰へと移りました。

今回は、知事表彰7名5クラブ、会長表彰22名10クラブが受章、また、全国老人クラブ連合会会長表彰の活動賞について、2クラブの表彰が伝達されました。

表彰に続いて、来賓を代表して三日月滋賀県知事様、滋賀県議会奥村副議長様および地元米原市平尾市長様からご祝辞を

いただいた後、今回知事表彰を受章された大芝哲郎さん(大津市)が受章者を代表して謝辞を述べられました。

その後、白井副会長が大会宣言を読み上げて式典を終えました。

式典後、滋賀県消費生活センターから、高齢者の悪質商法にだまされないための講話がありました。休憩をはさんで午後からは、「笑いは生きる力ー晩年をどう創るかー」の演題で滋賀大学名誉教授・住岡英毅氏に講演をしていただき、その後、会場全体で、「青い山脈」を合唱して閉会を迎えました。



年頭のご挨拶

(二財) 滋賀県老人クラブ連合会
会長 北沢 浩治

会員の皆様には、平成二十九年の新春をご家族お揃いで、健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

平素は、それぞれの地域において、仲間づくりや健康づくりの活動、また、地域の担い手として、安全で美しいまちづくりや地域の文化を次代に伝える活動などに積極的に取り組んでいただき感謝申し上げます。

さて、わが国は、今後、ますます子どもや働き手が少なくなると人口の減少が進み、高齢者が多くを占める社会になってまいります。高齢社会は、同時に長寿社会でもあり、世界一を誇るわが国の平均寿命は、今後も延び続けると予測されています。

私たちは、日々、健康的で充実した生活をめざして努力しているところですが、高齢社会において、「健康長寿」を実現していくためには、私たち自身が、これまで以上に健康の大切さを意識し、そのための取組を進めていくことが重要になってまいります。また、同時に、高齢化に伴って増えてきている生活上の援助が必要な高齢者を、仲間として応援する取組も進めていかなければならないと思います。

心豊かな長寿社会実現のためには、私たち高齢者自身の前向きな気持ちや行動力が重要になりますが、そのためには、同じ時代を生きる仲間同士の支え合いや活動を支える老人クラブの役割がますます大切になってまいります。その意味でも、今年四年目を迎える会員増強運動を推し進め、活力と魅力のある老人クラブづくりに努めなければならぬと考えています。

本年も、元気な老人クラブづくりを進めながら、活動のテーマである「のびそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」の実現に向けて、ともに頑張ります。会員の皆様のご協力、「活躍をお願い申し上げます」。

最後になりましたが、会員の皆様の益々の健康とご多幸をお祈り申し上げ、年頭のご挨拶いたします。

平成29年度 交通災害共済加入募集中!

加入できる方

- 県内の市・町の住民基本台帳に記載されている方
- 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

対象となる事故

日本国内の一般道路上で自転車、バイク、自動車等の運転中に発生した交通事故(自損事故含む)または、運転中のこれらの車両に接触またはひかれた交通事故による死傷が対象です。(共済期間内に発生した交通事故に限る)

掛金(年額)

1人 500円(1人1口)

共済期間

- 平成29年4月1日から平成30年3月31日までの1年間
- 途中加入もできます。この場合も掛金は同じです。

加入方法

お住まいの市役所、町役場の交通災害担当課窓口までお問い合わせ下さい。



~重要なお知らせ~

交通災害共済の募集は平成29年度をもって最終とさせていただきます。

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第1の等級の区分の第1級各号に掲げる介護を要する後遺障害および別表第2の等級の区分の第1級各号に掲げる後遺障害に該当するもの
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 ※ギプスとは石膏ギプスおよびプラスチックキャストのことをいい、患者側による着脱不可なものに限ります。歯の傷害による固定員装着期間は対象になりません。

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



年頭のごあいさつ

滋賀県知事 三日月大造

あけましておめでとございませう。

皆様には、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、リオデジャネイロオリンピック・パラリンピック競技大会が開催され、陸上競技の桐生祥秀選手、シנקロナイストスイミングの乾友紀子選手、水泳の木村敬一選手といった本県ゆかりの選手の活躍に湖国が大いに沸き立つ年となりました。

また、私自身にとって印象深いのは、十一月にフィリピン戦跡慰霊巡拝に同行させていただいたことで、

しを楽しむことのできる社会づくりに取り組むことが重要です。

特に、本年は、「若者の希望の創造」「国内外から人やものを呼び込む新たな価値の創造・発信」「たれもが健康で、活躍する社会づくり」「琵琶湖や山と人々の暮らしとのつながりの再生」を重視し、県の取組を進めてまいります。

皆様におかれましては、日頃から、地域の中心的存在として、支え合いの輪を広げながら「ゆとり・うるおい・やすらぎ」に満ちた豊かな地域づくりに取り組まれ、子どもたちや若い世代の家庭を支える取組にも活動の幅を広げていただいています。このことを大変心強く感じており、深く敬意を表します。

また、高齢者の方が住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、暮らしを支え合う担い手を増やす取組も、県老人クラブ連合会に御協力いただきながら進めております。市町と一緒に、皆様方の活動をお支えしてまいりたいと存じます。

本年も、老人クラブ会員の皆様をはじめ、すべての県民の皆様への思いを大切に、精一杯取り組んでまいりたいと考えておりますので、県政への一層の御理解、お力添えをお願い申し上げます。

結びに、本年が皆様にとって、実り多い年となりますことを心からお祈り申し上げます。あいさついたします。



第45回全国老人クラブ大会

平成二十八年十一月九日、十日、「のぼさうー健康寿命、担おうー地域づくりを」をメインテーマに、

第四十五回全国老人クラブ大会が、富山県富山市「富山市芸術文化ホール」において開催されました。

今大会は、高齢化が進行する社会にあつて、今後ますます重要となる介護予防活動や高齢者同士の支え合い、地域支援活動への参加、高齢消費者被害の防止、また、二十六年

度から進められている会員増強運動の一層の推進などを課題とし、昨年度に引き続いて、創造的な活動による交流も盛り込まれました。全国からの参加者は約一三〇〇名で、滋賀

県からは、表彰を受けられる方も含めて十二名が参加しました。

大会は、一日目が活動交流部会で、第一部会「地域に健康づくり・介護予防活動の輪を広げよう」、第二部会「未設置地区にクラブをつくらう」、第三部会「演じる活動部会」の三部会が開催されました。

二日目は、地元富山市が推進している独自の福祉等の施策を中心に、富山市長森雅志氏の「健康寿命の延伸を目指して」と題した講演があり、続いて、県内高校郷土芸能部の学生

が「越中五箇山民謡」を熱演して参加者を魅了しました。

その後、式典において全老連会長表彰が行われ、滋賀県からは、老人クラブ育成功労者、優良老人クラブ、優良老ク連の各表彰において、二名二団体が受賞されました。

表彰の後、地域支援活動への参加、会員増強運動や介護予防活動などの推進を主旨とする宣言が採択され、最後は、富山県老連女性委員会を中心に、参加者全員で「青い山脈」を合唱して閉会となりました。

受章者一覧 (敬称略)

滋賀県知事表彰

①老人クラブ育成指導功労者

- 東 きく枝 (大津市)
- 大芝 哲郎 (大津市)
- 北川 達雄 (彦根市)
- 山本伊三夫 (草津市)
- 井上 芳夫 (粟東市)
- 神木 薫子 (甲賀市)
- 川崎 藤市 (野洲市)

②優良老人クラブ

南郷学区老人クラブ連合会

- 木川老人クラブ (草津市)
- 虫生憩之会 (野洲市)
- ③「老人クラブ淡海の郷」づくり推進事業「優良老人クラブ」
- 【社会奉仕部門】
- 今堅田老人クラブ (大津市)
- 広野台東ふれ愛クラブ・広野台西清友会 (甲賀市)

滋賀県老人クラブ連合会長表彰

①老人クラブ育成功労者

- 藤村 修 (大津市)
- 矢野 幸一 (大津市)
- 郷野智恵子 (彦根市)
- 梅原 捷次 (近江八幡市)
- 坪田 實 (近江八幡市・安土)
- 瀬藤美恵子 (粟東市)
- 山田伊三雄 (甲賀市)

- 田中 正臣 (甲賀市)
- 田中 正克 (野洲市)
- 林 弘實 (湖南市)
- 若井 富嗣 (竜王町)
- 青木 信吉 (愛荘町・愛知川)

②優良老人クラブ

- 瀬田南学区老人クラブ連合会 (大津市)
- 大沢老人クラブ清草会 (彦根市)
- 下物町老人クラブ相生会 (草津市)
- 耕心敬友クラブ (甲賀市)
- 神山寿楽会 (甲賀市)
- 小中小路老人クラブ (野洲市)
- 村井一区长寿会 (日野町)
- 駕輿丁老人クラブ (竜王町)
- 元持老人クラブ報恩会 (愛荘町・秦荘)
- 池寺長寿会 (甲良町)

③永年勤続

- 小枝美代子 (草津市)
- 米津 静子 (湖南市)
- 澤崎 千香 (県老ク連)

④篤行者

- 藤居 孜子 (甲良町)

⑤第三十五回「豊熟シニアの主張」入賞者

- 優秀
- 城戸 兵衛 (甲賀市)
- 藤田 治夫 (彦根市)
- 松村 幸子 (甲賀市)
- 佳作
- 奥村 照子 (甲賀市)
- 近藤 功 (大津市)
- 早田 照久 (大津市)

熊本地震に係る救援拠金のお礼

4月に発生した熊本地震の被害救援の拠金をお願いしましたところ、県下の老ク連から、合計 3,510,308 円をお寄せいただきました。いただきました拠金は、熊本県老人クラブ連合会にお渡しいたしました。ご協力誠にありがとうございました。

- ①全国老人クラブ連合会長表彰 (伝達)
- 活動賞
- 【健康づくり活動】
- 仰木の里学区 老人クラブ連合会 (大津市)
- 【ボランティア活動】
- 岡町老人クラブ寿会 (守山市)
- 【第四十五回 全国老人クラブ大会】
- ▼全老連会長表彰
- ①育成功労
- 白井 京子 (野洲市)
- 池上 幸男 (湖南市)
- ②優良老人クラブ
- 宇賀野老人クラブ (米原市・近江)
- ③優良老人クラブ連合会
- ゆうゆう甲賀クラブ (甲賀市)

滋賀県老人クラブ連合会



介護予防・生活支援活動と老人クラブ

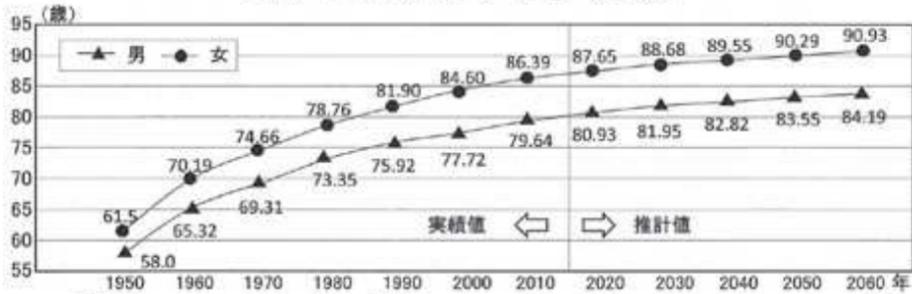
～心豊かな長寿社会の実現に向けて～



●超高齢社会の現状

わが国が「高齢化社会」と呼ばれて約半世紀が経ちます。その後「化」が外れて本格的な「高齢社会」に、そして現在は、総人口に占める六十五歳以上(老年者)の割合(高齢化率)が二十一%を超える「超高齢社会」といわれる状況にあります。割合だけでなく、将来にわたって減少を続ける生産年齢人口(十五歳～六十五歳)や年少人口(十五歳未満)に対して、高齢者は増加を続けています。国は、四十年後には、高齢者(老年者)が総人口の約四割に達すると予測しており、その高齢者の七割近くを七十五歳以上の後期高齢者が占めるともいわれています。その頃は、経済を支える生産年齢人口は現在の約半数になり、年少人口は、子どもたちで賑やかだった昭和三十年代中頃の四分の一程度にまで減ると予測されています。かなり先のことです。私たちにはあまり関係ないようにも思われますが、これから、その方向に一途に進んでいくわけで、すでに、特別養護老人ホームなどの施設や介護職員の慢性的な不足、年金の引き下げ、医療費の負担増など高齢者にとって厳しい

(図) 平均寿命の推移(予測)



●長寿社会の課題

今後、団塊の世代を中心に後期高齢者が増え、全体的に長寿命化が進んで平均寿命も延び続けるといわれています。

さが増してきている状況からして、五年後、十年後といった比較的近い将来においても、高齢者の福祉、医療、生活などすべてにおいて、予想を超えて大変な状況になるように思われます。すでに、「先のこと」は、その時になれば何とかできる」ではすまない時代に差しかかっています。

昭和三十八年に百五十人余りだった百歳以上の高齢者は、平成二十八年には約六万六千人を数え、平均寿命についても、現在より四五歳長寿の、男性八十四歳、女性九十歳までの伸びが予測されています。

(図参照)

私たちは、この長寿社会を健やかに和やかに生きたいと心から願っています。しかし、五年後、十年後の自分の家庭や近隣の状況を思い描いてみてください。今後、身近に家族など有力な援助者がいてひとまず安心できる人はともかく、先のことを考えると、何となく重苦しい気持ちになってしまふ人は少なくないのではないのでしょうか。

高齢者を対象とした調査では、多くの人が健康や病気について不安を感じ、そして、病気になった時の看護や介護についても心配されています。実際に、長寿化とともに急増している認知症高齢者は、十年後には約七百万人に達すると見込まれており、それは、高齢者五人に一人の割合にもなります。それ以外にも、ひとり暮らしや高齢者だけの世帯が急増する中で、孤独になる不安や日々の暮らしの不安、経済的な不安も大きくなっています。

介護予防の活動例



ウォーキング



スポーツ活動



健康づくり体操



認知症予防研修

このような不安が深刻さを増してきている中、市町では、昨年度の介護保険制度の改正以降、「介護予防・日常生活支援総合事業」の取り組みを進めています。

この事業における市町の役割には、介護度が「要支援1,2」の人に対する介護施設への通所を利用した生活機能の改善等の指導や家庭訪問による介護や生活援助、通院等の移動支援などがあります。一方で、すべての高齢者を対象にし

た介護予防事業として、介護を必要としないですむ健康的な生活を旨として、健康づくりや疾病予防など健康寿命を延ばすための取り組みを進められます。

この市町の介護予防事業や生活援助の活動については、老人クラブも、従来からの活動経験をもとに、可能な範囲で参加し協力していくこととなります。

に期待するところですが、財源難や人材不足等の問題も大きく、また、高齢者につきまとう健康や生活に対する不安、孤独感などは、制度だけではなかなか解消しにくいものでもあります。しかし、身近に支え合える仲間がいれば、ずいぶん気持ちが安らいだり、一人ではできない活動にも前向きになれることがあります。

(4ページへ続く)

●健康長寿を目指して

福祉や医療の充実は大い

(3 ページ続き)

健康づくりや病氣予防の観点からすると、家から一歩出て人と出会う、おしゃべりをしたり、趣味の活動などで友達と楽しい時間を過ごすだけでも、脳が元気になり、認知症の予防にもつながるといわれています。また、病気の予防や健康づくりにとって大切な運動についても、一人ではできなくても、仲間があれば楽しめることがたくさんあります。

最近、早朝や夕方に、ひとりで、また仲間数人でウォーキングを楽しんでいる人をよく見かけます。近年、認知症や疾病の予防などウォーキングの効果が再認識されてきていることもあって、手軽な健康づくりの運動として、年齢に関係なくますます盛んになってきています。ウォーキングは個人でもできますが、単位クラブや学区、老ク連などで定期的に行われているところもたくさんあります。老人クラブで取り組めば、同世代の仲間同士のふれあいやウォーキングコースでの新たな発見など、個人では得られない喜びや楽しみもあります。

また、健康づくりのため、スポーツ活動としては、グラウンドゴルフやニュースポーツ、各種体操などが各地で盛んに行われています。主催団体や参加の仕方などはいろいろですが、老人クラブとして取り組めば、健康増進はもちろん、仲間同士での楽しみ、喜びの分かち合いや向上心の高まりなどにより、相互の結びつきもより深いものになります。

●生活を支え合う

健康長寿を目指した取り組みと並ぶ高齢者福祉の大きな課題に、日常生活を維

持していく上で援助を必要とする高齢者への支援があります。

少子化や住宅事情、家族の就労形態なども関係して、高齢者以外の援助者がいない世帯が急増しており、老々介護の状態も増えています。また、認知症の傾向があつて、家事や生活上の行為などがうまくできない高齢者が多くなつてきており、この先、大幅な増加が予測されています。

そのため、生活上の支援が必要な高齢者を対象に、病院等への通院(移動)援助や生活を援助する仕組みづくりが市町において進められていることは前に述べたとおりです。

健康や生活などに不安があつても、老人クラブ仲間と一緒に過ごしたり活動に参加することで、心身の健康を高めたり、気持ちが前向きになることがあります。クラブ活動等に参加できず家庭に引きこもりがちになつていたり、生活する上で困つていても、なかなか援助が届かない高齢者も少なくありません。

病気や高齢による身体機能の衰えなどいろいろな理由で家庭から出にくくなつている高齢者を気づかい、必要な援助が届く仕組みづく

りが急がれますが、健康づくりと同様、限度がある公的制度だけに頼るのではなく、高齢者仲間としての助け合いや支え合いとして、生活支援の取り組み方などについて話し合い、できることから実践していくことが必要となつてきています。

●老人クラブの友愛活動

老人クラブは、従来から「健康・友愛・奉仕」を活動の柱にしてきており、友愛活動として、声かけや見守り、居場所づくりなどを行つてきましたが、今後は、その活動を一歩進めた取り組みが望まれます。

現在、考えられる生活支援活動としては、従来の声かけや見守りなどに加えて、部屋等の掃除、洗濯、電球の交換、庭木の剪定や除草、買い物の代行や付き添いなどがあつます。

これらの活動は、個人的な動きではなく、老人クラブとして、また、クラブ内の実践グループとして、支援体制、ニーズの把握や相談の受け方、支援内容や費用、結果報告等について、組織として決め、組織として運営されることが望まれます。なお、高齢者が病院等へ出かける場合の移動手段である送迎についてはこ

生活支援の活動例



庭木の剪定



外出の付き添い



家事支援(調理)



家事支援(掃除)

れからますます必要になり、すでに積極的に取り組まれているクラブもありますが、安全の確保等の課題がつきまとう援助であるため、市町が行う移動支援の動向も見ておく必要があります。

●取り組みの方向

公的な介護予防や生活支援の事業については、今後、市町が、地域包括支援センターや社協、老人クラブ、ボランティア、NPO法人等と連携しながら取り組みを進めていきますが、老人クラブとしては、同世代の仲間が共に健康長寿を目指し、また、人と人とのつながりを大切にしながら支え合い助け合うことを目指し

●県老ク連の支援事業

滋賀県老人クラブ連合会では、老人クラブ等が行う健康づくり(介護予防)活動の普及、推進を図るために健康づくり推進員を派遣したり、県行政と連携して老人クラブ等に対して活動費の補助を行っています。また、生活を支援することの意義や進め方等についての研修および、すでに先進的に実践しているクラブ等の活動を応援するための補助事業も行っています。

同世代の連帯と活動を支える仲間づくりをめざして「100万人会員増強運動」(4年目)を推進しましょう。



地域の活動だより

花いっぱい運動

米原市山東老ク連

「花いっぱい運動」は、平成八年に先輩たちが、その運動を通して明るい町づくりの一翼を担い、地域の活性化に貢献し、そして、会員相互の親睦を深める目的で始めました。今年で二十年目を迎えますが、こ



れまで続けられてきたのも、数知れない先輩会員の並々ならぬ努力のおかげです。心から敬意を表します。

この運動は、美しい花が道行く人の心を和ませ、子どもたちの豊かな情感を育み、そして、美しいふるさとをイメージづくりにもつ

デイスコン交流会にて

大津市老ク連

大津市老ク連志賀プロックは、誰でもできるスポーツとしてデイスコンをとり上げています。昨年十月には、先進的な連合会の会員から受けた指導を生かしながら、会員五十七名、近在の保育園の園児等四十三名でデイスコン交流会を行いました。会員は、子どもと交流することで生きがいと



地域に貢献する意義を感じ、園児たちは、高齢者との交流で人心に触れて豊かな心を育み成長していくことを目指しました。

ながる素晴らしい取り組みです。

今年、老人会の現状に配慮して、春のベゴニアとマリゴゴールドの栽培に取り組みました。仮植えは、五月十二日に



した。作業に参加いただいたシルバー青年倶楽部の皆様方に深く感謝申し上げます。年々、個人主義や気が合う者だけで楽しむ傾向が強くなってきていますが、個人や少数ではできない社会貢献などの活動はたくさんあり、そのためにも、老人会の組織力が必要で

柏原・東黒田学区の会員の皆様方で実施していただきました。久しぶりに会う会員同士の懐かしい思い出話に花が咲き、楽しく作業が進みました。

プランターへの定植は、六月十六日に大原学区の会員さんをお願いしました。小雨降る中でしたが、和気あいあいのうちに予定どおり作業を終えていただきました

小学校に上がる前の子ども達は、大声で嬉しそうにはしゃぎ、会員はその笑顔から元気をもらおうなど、双方に大きな収穫があった楽しい交流会でした。

ここで、昔の自分たちを思うとき、物資が不足し、ましてや遊具などない時代に、先輩から遊び方を習い、遊び道具を作って遊んだものでした。時代が変わって、大人が遊びの機会をつくり、新たに用具を購入したり、遠路借り入れに走ったりして交流しなければならぬことに大きな責任と少

し矛盾を感じつつ、よき時代に生をうけたこと、人のお世話ができることに心から感謝して、無事ひとつの事業が終了されたことを喜んでいきます。

(溝 好雄)

わが町のシニア生活支援

大津市くずはらYYクラブ

1 結成までの背景

昭和四十七年に大津市瀬田地区に誕生したわが町「葛原」は、住宅ブームに乗って多くの団塊世代の若者が住まいを構え、子どもも増えて活気のある町となりました。この団塊の世代が六十歳代に差し掛かった平成十三年に「葛原シニアサロン」を結成し、男性ばかり三十人ほどが集まりました。その前身は、野球チームをつくらうたりゴルフコンペなどで親睦を図り、さらに、自治会活動の支援等地域の活性化にも寄与してきました。シニアサロンでは、ハイキングやお酒も飲みながら雑談する「おやしサロ

2 「シニアサポート」の設立過程

わが町も四十五年が経って高齢化が進み、日常の生活に支障をきたしているひとり暮らしの老人や老々介護の世帯が増えてきました。その現状を踏まえ、老人クラブ活動の一環として、平成二十七年に「くずはらシニアサポート」を立ち上げました。

県老ク連の「生活支援実践モデル事業」の補助金をもとに、六十五歳以上のひとり暮らしや七十歳以上の老人のみの世帯を対象に、ワンコインで生活を支援する活動に取り組み始めました。町内には、「発足のお知らせ」を回覧し、設立の趣旨、支援の内容、費用等について知らせました。

4 活動実績

発足後七ヶ月の実績は、病院の送迎十四件、庭木の剪定四件、物品の配達や受け取り三件、ゴミ出し(常時)、その他三件の依頼があり、町内の皆様から重宝されています。

今後も、行政に頼れない部分ではできるだけ地域で対応できるよう、体制づくりや活動の継続に努めてまいります。

(磯田 次男)



3 支援の内容
作業時間が三十分までの「ゴミ出し、蛍光灯の交換、植木の水やり等は百円、三十分以上かかる庭木の剪定、通院の送迎等



友愛活動と

楽しい交流会

日野町老ク連

日野町は、今も近江日野商人の気風が引き継がれ、八百年の歴史を今に伝える日野祭が盛大に行われ、「棧敷窓」から往時の様子を垣間見ることが出来る町です。

日野町老ク連女性部では、毎年一回、町内七地区の女性部長、副部長十九人が、友愛活動として町内の福祉施設を訪問しています。

今年度は、持ち寄った慰問品(タオル)を携えて、新築された特別養護老人ホーム「白寿荘」を訪問して入所されている方と交流、施設の説明と見学もさせて頂きました。合



せて、社会学習の活動として、町内の企業「ダイフク」を訪問、見学した「日に新た館」の総合展示場では、世界でも最新の機械などに驚くばかりでした。

見学の後は、昼食と交流会です。近江日野商人ふるさと館「旧山中正吉邸」で日野の伝統料理を味わい、お抹茶とお菓子をいただきました。ながら、おひとり暮らしの方にお菓子袋とメッセージ「心を笑顔に」を届けて喜ばれたことやコーラスを楽しんでい

頃のことや、日頃の活動や悩みなどについて話し合いました。女性同士和気あいあいの話が弾み、時間を忘れての楽しい交流会となりました。私たちは、これからも、自助、共助を大切にして、より豊かな日々を過ごすよう活動を続けてまいります。

(幅野美代子)

「西の湖カフェ」

オープン

安土町老ク連

安土町老ク連は、西の湖畔沿いの「やすらぎホール」を拠点に活動してきましたが、それまで施設を運営してきた行政から自主運営の話が持ち上がり

ました。行政との議論の末、施設の改修については、地域住民が気軽に利用でき、地域の交流拠点として多くの人が集い賑わう場所とすることで合意し、施設は、「西の湖すてーしょん」に生まれ変わりました。運営組織として、老ク連等地域の五団体



五月のゴールデンウィークに初めてカフェを試みたところ予想外の盛況でした。六月一日にオープンイベント開催の合意を得て、カフェ開店の目途が立ちました。

が、NPO法人「ねっとわーく西の湖」を立ち上げました。

平成二十八年には老ク連を中心に運営する「西の湖カフェ」開設の承認を得て、

「すこやか・くりちゃんクラブ」スタート!

栗東市老ク連

栗東市老ク連は、従来の老人クラブのイメージの転換とクラブの活性化などを目指して、平成二十八年度に、「すこやか・くりちゃんクラブ」を愛称に、「応援加盟店事業」をスタートさせました。

これは、老人クラブを応援していただける市内の事業所に、「すこやか・くりちゃんクラブ応援加盟店」

次は、営業許可やスタッフの確保等開店に向けた準備ですが、関係者の熱意と協力で短期間で見通しが立ち、予定どおり開店することができました。

開店当初、コーヒーとサイダー程度だったメニューは、夏場過ぎから、うどんやスパゲティなどまで広がり、近頃では、高齢者の来館も増えました。

一例ですが、コーヒーに始めていきい

動になり、また、このことをきっかけに人との交流が増えることが期待できます。さらに、老人クラブのことを知ってもらう良い機会にもな

また、一人で外出したり買い物ができない会員には、近くの会員が積極的に声をかけたり、本人に代わって買い物をしてあげることに

ま、軽食、カラオケを楽しむコースの方や、高齢者施設の団体様などの来館もあり、私もがおぼえたゲーム、手遊び、高齢者川柳などにより、ふれあいや健康づくりとして、お互いが楽しんで

皆様方も、ぜひ風光明媚な「西の湖カフェ」にお立ち寄りください。歓迎いたします。

(末房 松三)



化が進む社会にあつて、地域の担い手としての高齢者の意欲や活力を高めることにも通じるものと思

(吉仲 幸子)



この新たな取り組みにより、老人クラブと事業所が協力し合っ



健康は一日にしてならず、歩いて歩いて健康づくり

草津市老ク連

老人クラブ活動をお楽しみの皆様、お忙しいでしょうね。しゃべったり食べた楽しい毎日でしょうか。

でも、何事もまず健康でないと楽しめませんね。健康維持、増進の力ギは、足の筋肉です。足の筋肉が衰



え、歩かなくなる↓心臓への血流が悪くなり働きが低下する↓全身の臓器が衰える↓だから歩くことが大切なのです。

今年八月、草津市は健康都市宣言をしました。「老人クラブはノルディックで健康づくり！」を表明し、会長と二人で市長に出会って取り組みをアピールしました。老ク連理事も早くから協力姿勢を示していただきました。

「母なる琵琶湖をノルディックで！」と夢は広がります。滋賀県中の老人クラブが、「歩いて歩いて健康づくり」に足並みそろえて動き出したらすごいと思います。今、気持ちはその夢に向かっていきます。



ウオーキングを楽しみました。単体クラブでも、ノルディックで仲間づくりになり、ボールの貸し出しが忙しくなりました。また、県老ク連もボールを揃えて応援していただけることになりました。

仲間とともに

地域に貢献

守山市 岡町老人クラブ寿会

当会は、JR守山駅に近い閑静な住宅街の老人クラブで、現在、七十名で活動しています。

いろいろな活動のうち、地域との交流に、幼稚園、小学校、神社、自治会等と連携して行う奉仕活動があります。



つ、幼稚園との交流では、多くの会員の参加で園庭の除草作業を行います。そのお礼に、七月に園児が育てた野菜を使ったカレーパーティに招かれ、園児と楽しくいただきます。

十二月には、教育活動の一環として、園児に昔ながらの餅つきを体験してもらいます。順次交代する園児と一緒に杵を持って一人五回つきますが、園児が、「ヨイショ、ヨイショ」と声をかけてくれて盛り上がるので餅が早くつきます。

また、二月には、昔遊びの講師として小学校に招かれます。一年生に「コマ回し」や「おはじき」などがうまくなるようにコツを教えると、子どもたちは目を輝かせて習います。



次に、地元での活動では、「町民の集い」で作品の展示コーナーを担当します。町民の方々から数多くの作品を預かり展示しますが、町民から感謝されやうがいます。

また、災害時に備えて防犯担当を担っており、町内の道路を巡って細道や袋小路等を知り、危険な場所などを把握します。

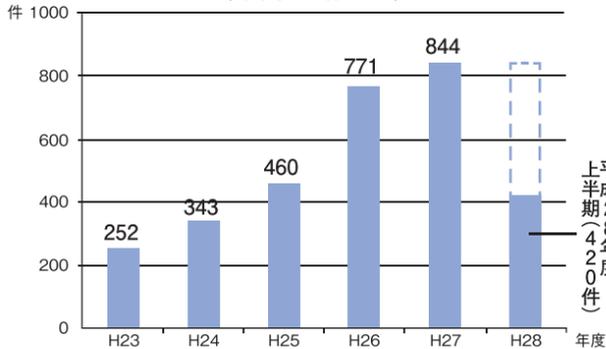
環境美化活動としては、毎月日を決めて神社の清掃を行っています。皆さんの会員の参加で、作業を終える一日が充実した気持ちになります。

当会は、奉仕活動を通して地域との交流を深めていますが、この取り組みは、この地域が安全で安心して暮らせるまちづくりにつながるものと思っています。

(伊藤 晃三)

パソコン・携帯電話・インターネット 高齢者からの相談が増えています！

〈パソコン・携帯電話・インターネット関連の相談件数〉 (県内65歳以上)



※ PIO-NET(パイオネット:全国消費生活情報ネットワークシステム)の集計結果。パソコン、携帯電話、移動通信サービス、デジタルコンテンツ、インターネット通信サービス等の商品・役務に関する相談のほか、商品・役務の種類を問わないインターネット通販、ネットオークション、電子広告、迷惑メールに関する相談を含みます。

【架空請求・ワンクリック請求】

- ・「有料動画の利用料金が未納なので裁判する」とメールが届いた(76歳 女性)
- ・アダルト動画の画面をクリックした途端、登録料金を請求された(65歳 男性)

【ネット通販・ネットオークション】

- ・ネット通販で電化製品を購入したが、正常に機能しなかった(68歳 男性)
- ・オークションサイトで商品を落札したが、品質が説明と違った(67歳 男性)

【光回線契約・プロバイダ契約】

- ・電話で「料金が安くなる」と言われ、大手電話会社からだと思って契約したが違った(71歳 男性)

【使いこなせない端末機器】

- ・携帯電話が故障し店に持参したら機種変更を勧められた。契約したが使いこなせない(76歳 女性)

【セキュリティ警告表示】

- ・パソコンに「ウイルスに感染しました」と出て、表示されていた業者とセキュリティソフトの契約をしてしまった(72歳 男性)



消費者トラブルにあわれたら、まずはお電話ください。

滋賀県消費生活センター ☎0749-23-0999 〒522-0071 彦根市元町4-1

相談時間/平日・土日 午前9時15分～午後4時(祝日・年末年始は除く)

【JR彦根駅 徒歩5分】

または、消費者ホットライン ☎188(いちゃ)へ(滋賀県消費生活センターや最寄りの市町の相談窓口につながります。)

みなさんから寄せられた情報は、集約することで今後の被害防止に活かされます。情報提供をお願いします。



多くの主体的な参加で
つくりだしたい
老人クラブ活動

甲良町老ク連

行事の参加者を増やしたい。

甲良町老ク連は、町内全
集落の単位クラブで結成さ
れ、昨年度五十周年を迎え
ました。その間、会員様の
理解と役員様の「ご尽力で高
い加入率を維持し、自らの
健康や暮らしの充実を図
り、高齢者相互の支援活動



や社会貢献等の事業に積極
的に取り組んできました。
しかし、年々高齢者の暮

らしが厳しくなる中、会員
になったものの、事業への
参加には課題が残ります。

そこで、『健康』『生きが
い』『仲間』『社会貢献』を
基本理念に事業内容を焦点
化して活動方法を工夫し
たいと考えてきました。そ
して、その積み重ねによっ
て、より多くの会員様の主
体的・積極的な参画を得る
ようにし、一人ひとりが主
体者となる充実した事業展
開となっていくことを期待
しています。さらに、皆さ
んが、クラブ所属意識と存

域型事業を2、3紹介しま
す。

一つ目は、学校や生徒に
関わる事業で、平成二十四
年度から始めた「交通安全
街頭指導」です。毎月十日
と二十日に二人ずつが交代
で、学校前の交差点で、あ

いさつ運動と併せて、子ど
もの交通事故防止を願い
行っています。

もう一つ、子どもの見
守り活動として、「スクー
ルガード事業」がありま
す。全国的に子どもが被害
に遭う事件が多発してい
ることからPTAと協力
して行っています。車に
黄色のステッカー「こど
もー0ばんのくるま」
を貼って、地域ぐるみで
見守っている意思表示と
注意喚起に役立てたいと
思っています。

朽木支部は、旧朽木村地
域の会員で組織されていま
す。地域の人口は、二千人
に満たない上高齢化が急速
に進み、ほとんどの集落が、
人口の半数以上を六十五歳
以上の高齢者で占める限界
集落になっています。広い
地域に集落(単位クラブ)
が点在するため、交通不便
から老人クラブの活動にも
苦勞されています。

このような中、私たちの
クラブ活動は「地域ととも
に歩もう」をモットーにし
ています。

朽木支部が行っている地



次に、福祉関係の事業
について紹介します。
高齢化とともに認知症
の高齢者も増えていま
す。それでも『朽木を愛
し続け、朽木で人生を全
うしたい。』というのが



みんなの願いです。

そのようなことを、地域
全体で考えようと、住民福
祉フォーラム「ゴールを考
え今を生きる」を開催して
います。この事業は、住民
と医療、健康、福祉の専
門職が一緒になって、今、
私たち一人ひとりにできる

在感を感じていただき、『相
互に支え合って魅力ある老
人クラブ』をめざして取り
組んでいます。このような
考えのもと、従来の趣味同
好の会を見直し、創り出し
たのが、次に述べる老ク連
の『生活文化クラブ』です。

“ゆったり・ゆっくり・和
やかに、一人ひとりが楽し
む活動”

高齢者ばかりの仲間が、
『自分が楽しむこと、ほか
ではできない活動をするこ
と』をもとに活動を始めて
三年目になります。

活動1 高齢者に優しい減
塩料理教室：参加者みん
なが先生です。

活動2 高齢者でも作れる
おやつづくり教室：先生
は会員さんです。

活動3 珍しいものづくり
体験教室：やったことの
ない体験でときめきま
す。

活動4 自分の健康づくり
教室：自分に合わせて高
齢者の体操・レク活動

年々加入者が増え、とても
にぎやかに自分を発揮して
活動してください。

ことは何かを考えようと、
4年前に始めました。昨年
のテーマは、「不安を安心
に変えようで、今年は、あ
なたとつくるチーム朽木」
です。

その他年二回、スズビす
顔で笑翁会(わらおうか
い)を開催します。何も
かも忘れて楽しい一日を過
ごしてもらおうと、手づく
り演芸、手づくりの弁当で
もてなします。また、各集
落で行う「ふれあいサロン」
にも関わっています。

いずれにしても、老人ク
ラブ独自の活動は別にし
て、なるべく関係団体など
と連携し、費用も役割も分
担しながら行うことで、よ
り充実した内容になるよう
努めています。

(澤田 龍治)

このほか、ニュース
ポーツ大会も、ディスコ
ンとワナゲを単位クラブ
対抗団体戦で、多くの参
加者で行う工夫をしてい
ます。

参加者を増やすことは
大変なことです。やはり、
高齢者の豊かな人つき合
いを生かしてお誘いし、
ポンと肩を押していくこ
とは欠かせません。

(上野 善久)



初めての

ポールウォーキング

近江八幡市老ク連

十月十七日は、第三ポ
ロックのグラウンドゴルフ
とニュースポーツの講習会
が行われる予定でしたが、
前夜からの雨が残ってグラ
ウンドゴルフ場が水浸しに
なったため、屋内でもでき
る運動として、スポーツ
レーニングから運動療法ま
で、目的にあったウォーキ
ングが楽しめるポール(ノ
ルディック)ウォーキング
に取り組みました。

指導員の方にポールの長
さを合わせてもらって歩い
てみると、何と軽やかに歩
けるのに感激しました。い
くら歩いても辛くなく、か
らだ全体の筋肉を使う全身

運動で歩く姿勢も良くなり
ました。四足歩行で坂の上
り下りも滑らず負担も軽く
なるので、足腰の弱い方に
も適した運動だと思いま
す。ポールも、固定、二段・
三段伸縮、リハビリ用とい
ろいろあるようです。

この催しでは、親戚や顔
なじみなどいろいろな方に
出会いながら、良い汗を流
しました。

最後に、抽選でうれしい
ご褒美もいただき、食事を
して閉会となりました。近
江八幡から参加された皆
様、遠方までご苦勞様でし
た。(小林 智恵子)



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・学区老ク連および単位クラブが行う健康づくりの行事等に、出前講座として健康づくり推進員を派遣しています。

内容は、①ニュースポーツ ②健康体操 ③体力測定 ④料理教室などで、皆様の健康づくりをサポートしています。

今年度は、94回(11月末現在)の出前講座を実施し好評を得ています。

出前講座への健康づくり推進員の派遣費用(謝礼、交通費、資料代等)は全て県老ク連が負担します。

お申込みは 市町老ク連を通じて、県老ク連まで



会員からの原稿募集要領

◆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)

◆各号お一人様または1団体1作品とさせていただきます。

◆原稿締切：特にありません。

◆原稿等送付先

〒525-0072

草津市笠山七丁目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

老人クラブ3つの保険<掛金・保険金内容>

傷害保険

平成28年7月1日改定

Table 1: 総合型 (Club activities and general daily life). Includes columns for annual premium (10,000, 5,000, 3,500 yen) and rows for death insurance, medical insurance, hospitalization, and nursing care.

Table 2: 活動型 (Club activities and commuting). Includes columns for annual premium (2,000, 1,000, 500 yen) and rows for death insurance, medical insurance, hospitalization, and nursing care.

Notes regarding insurance conditions, including club membership requirements and specific coverage details for various scenarios.

クラブの全会員加入が条件です。 老人クラブ活動専用賠償責任保険

Section 3: Club Full Member Type. Details on coverage scope (property damage, theft), premium calculation (100 yen per member), and payment limits (1 billion yen).

公益財団法人全国老人クラブ連合会 保険係

Contact information for the National Federation of Senior Citizens Clubs Insurance Department, including address, phone numbers (03-3597-8767, 03-3597-8770), and website.

Disclaimer text regarding the insurance advertisement, stating that it is for general information and that specific terms apply to individual policies.

キャンプ場を 開いています 米原市 宇賀野老人クラブ

宇賀野地区は、三〇〇世帯、人口八九一人の比較的大きな集落で、老人クラブは二七四人の会員で構成されています。

当地区が琵琶湖の近くに位置していることから、宇賀野神明浜湖岸と坂田神明宮所有地を借用して毎年キャンプ場を開設し、運営管理を行っています。この活動が始まったのは昭和四十三年頃で、今日まで五十年近く続いています。七月初旬の開設準備に始



まり、安全祈願の後、七月十八日から八月三十日まで開きます。

活動は、参加できる会員で十一班の体制を組み、一班四回、四十四日間の日程です。各班の出動者は、一日常駐して、朝湖岸の清掃やトイレ掃除等を行い、そ

の後、来場者の案内や駐車料金等の徴収を行います。集まったお金は、老人クラブの活動費に充てて有効に使います。なお、地区の各種団体や市内の幼稚園等の利用



については無料です。出勤者には、茶菓子程度の提供にとどめ、キャンプ場閉鎖後には、参加者全員で慰労を兼ねた反省会を行っています。

走ったり、バーベキューを楽しむグループもたくさんありました。また、外国から日本一の琵琶湖へ、その中でも神明キャンプ場へ来てテント泊される方がいま

今年は天候にも恵まれて大勢の人に来ていただきました。特に岐阜や名古屋方面からの若者たちがブレストで湖上を今年も無事終えることができ、恒例の反省会は七十九名の参加で盛り上がりました。今後も来場者には、良い環境の中で喜んでもらえるように、また、老人クラブがキャンプ場の運営を続けることによって、会員相互のコミュニケーションが図られ、親睦を深める機会になるよう活動していきたいと思っています。

(谷村 純一)

良く老えよ！

竜王町西出老人会

竜王町山之上西出地区は、町内で最も南に位置しています。湖南市、甲賀市が隣接しており、地域内にはダイハツの工場もありま

す。戸数は一〇六戸、人口は四二〇名で六五歳以上が三〇パーセントを超え、他の地域同様に少子高齢化が一段と進みつつあります。老人会は、会員一二四名と加入率が高く、女性が男

性の約二倍と多いのが特徴です。町内で一番「女性会員が元気で、働きの集う会」といわれています。地区は、農業が主体ですが、女性会員の活躍があつて、今日の農業が維持できてきたといっても過言でない気がします。

集落に農村公園がありますが、八〇歳を超えた女性会員の方々が、畑仕事に頑張っておられる姿が見られ、また、公園内にある「道の駅アグリパーク竜王」への地元の新鮮野菜の出荷についても、女性会員の頑張りで支えられています。



年間六回の月例会が会のメイン事業ですが、会の前には、発足当時から「我が

町を美しく！」を目標に、環境美化活動を行っています。長年、この地に住まわせていただき生かされていることへの感謝の気持ちを表せる機会として、全員参加を基本に取り組んでいます。またそれは、「みんなで頑張る老人会」をアピールできることでもあり、意味のある活動になっています。

みんなで頑張った後の月例会での歓談はとってもアットホームで、楽しく朗

らかで、賑やかな集いになっています。これからの時代、ますます「健康で元気で長生き」が大切になると思います。すなわち、「良く老えよ！」ではないでしょうか。

(磯部 俊男)

女性委員会だより

県老ク連の女性委員会は、県下五ブロックから選出された十名の委員からなり、年間八回ほど開く会議で、活動計画や実施結果の検討等を行いながら活動を進めています。

平成二十八年度は、女性委員会が主催する研修会の開催や市町老ク連の女性部代表者会議の企画、実践をはじめ、手芸教室なども行

い、また、滋賀県老人クラブ大会の開催に当たっては、準備や受け付け等の業務、いきいきクラブ体操のリーダーなどの役割で運営に参画するなど様々な取り組みを行っています。

七月二十八日に開催した市町老ク連女性部代表者会議では、健康づくり推進員の内藤ふみ子先生から、友愛活動に活用できる料理を習いましたが、和気あいあいとした雰囲気の中、皆さん初めて経験する料理に熱心に取り組みました。

その日の午後は、女性委員会の活動報告に続いて、県消費生活センターの相談員さんから、後を絶たない特殊詐欺や悪質商法などの現状や被害に遭わないために気をつけることなどにつ

いて講義を受け勉強しました。

現在は、二月二十八日に開催予定の女性委員会主催研修会の準備と友愛活動に活用する手芸作品づくりに取り組んでいます。手芸教室で作成したものは、二月の研修時に会場に展示する予定です。ぜひご覧ください。

また、女性委員会では、全国老人クラブ連合会が開催する女性リーダーセミナーや友愛活動セミナーへの参加を呼びかけています。女性委員に限らず、全国の動向や今後の老人クラブ活動のあり方などに関心のある方や学習意欲のある方は、大いにご参加いただきたいと思

います。因みに、十月に開催された今年度の女性リーダーセミナーのテーマは、「示そう！女性パワー」で、女性会員の活躍に大いに期待する内容でした。

(事務局)



全国老人クラブ 女性リーダーセミナーに参加して

滋賀県老人クラブ連合会
女性委員会 松田千江子

十月五、六日に東京で、「示そうー女性パワー」をテーマに開催された女性リーダーセミナーに、県老ク連から女性委員会の白井委員長と松田委員、事務局の澤崎が参加しました。

一日目は、全老連の駒場委員長の挨拶、厚生労働省老健振興課の唐島氏による「新地域支援事業(新しい介護予防・日常生活支援事業)」と題した行政説明、そして、齊藤常務理事からは、高齢者を取り巻く社会情勢、介護保険法の改正、高齢消費者被害の状況、一〇〇万人会員増強運動三年目の推進状況について報告があり、また、新地域支援事業に関する行動提案については、老人クラブの活動を生かした生活支援に期待する旨述べられました。

ありましたが、私自身、被害防止に取り組まれているにもかかわらず、自分の地域に詐欺被害が増えていることから、被害をなくすために、まず誰かに相談するなどの冷静な対応の必要性を実感しました。

二日目は、いきいきクラブ体操の後、四、五人のグループで、会員増強をテーマに、

①休会、解散クラブを防ぐ取り組み

②新しいクラブづくりに向けた取り組み
について意見交換しました。

女性の特性や位置づけが重視されることが重要であり、ねばり強さで日頃の努力が実を結ぶことの発言もあり、大いに力強いものを感じました。

午後からは、保険の説明や全国大会の案内があり、有意義な二日間が終わりました。

また、高齢消費者被害の防止に関して二件の発表が



会員文芸

▽俳句

草津市 角田眞智子
お彼岸によもぎ採る背に春しのぶ

草津市 筒井 滋子
水の上とびかう蝶や秋日より

守山市 平井千代子
垣根越えずすなりの柿空家かな

守山市 村上美恵子
きれいな字書かれる方の顔が見え

甲賀市 中澤はるみ
千支の猿飾って一年の無事を請ふ

米原市 磯崎 外二
恵方巻幸せ願いかぶりつく



▽短歌

近江八幡市 大川 勇
先短か鉛筆の芯尖らして
血圧計す数値乱れる

草津市 角田眞智子
住人のうたせ庭の柿の木の
回りをとびかう想い出かな

草津市 久保 光子
山峡の星降る故郷に生まれしを
降る星知らぬ子に語り継ぐ

草津市 田中 和美
長年を習ってきたる盛花なく
新風体の池坊展



守山市 平井千代子
幼友自から命たつ前に
我れを捜していたことを知る

守山市 村上美恵子
ひまごど童謡歌って朗らかに
明日来る幸感謝の日々

野洲市 福岡 賢一
山もある川もあるから谷もある
この世の定め越えて生きなん

甲賀市 中島 稔子
何事も悔い無く生きて八十路前
健康であり日々感謝

甲賀市 中澤はるみ
頼まれて作ったダルマ解けないで
下校の孫が帰り来るまで

▽川柳

大津市 野口 政子
手拍子で相手が燃える大相撲

大津市 北井 修二
金沢へ旅立つ孫にぐつと来る

近江八幡市 大川 勇
長引いて仮設の春に里荒れる

草津市 角田眞智子
内緒ごとできない二人耳遠し

草津市 筒井 滋子
古希迎え今最幸の遍路旅

守山市 平井千代子
部長さん吞ませた部下の介護する

守山市 村上美恵子
ひいまごこの笑顔にいやされ今日も
元氣

野洲市 辻村 静枝
去年今年右肩上がりは遠くなり

守山市 村北喜代子
宝くじ当りうれしいゆめの中

甲賀市 松山多津子
新暦日々好日疑わず

米原市 磯崎 文江
おせんたく我が家は寂しいお彼岸
さん

愛荘町 北村 政治
老いてまだ花も実もある老ク連

▽詩

草津市 青地 昇
ちぢむ

「近くを通ったから寄りました」といっものように娘が訪ねて来た娘は私を見るなり

「また ちぢんだみたい」と大きな声で無遠慮に言った
若い頃はスラリとした 長身のハ
ンサムだったのに

「ちぢんだ」とは 失礼な!
しかし そう言えば家内も最近
「脊中が丸くなったぶん背が低く
なったのかね」と

私の全てのズボンの裾を短くする
裾直しをしていたようだ
嗚呼! 神は無情なり 二寸もち
ぢめるなんて

文芸作品募集 あなたの作品、応募してみませんか?

- ◆俳句、短歌、川柳、情歌の部門を募集します。(冠句はありません)
- ◆応募は、「ハガキ」に一人あたり1部門1作品(厳守)とし、どの部門の応募かを明記してください(1枚のハガキに書く部門の作品各1点を記入することはできますが、同一部門の作品が2点以上ある場合は無効となりますのでご注意願います)

- ◆読みにくい文字やあて字には、必ずふり仮名をつけてください
- ◆応募作品には、郵便番号、住所、氏名、電話番号、単位クラブ名、所属する市町老ク連名を明記してください
- ◆応募作品は、掲載・不掲載に関わらず返却いたしませんのでご了承ください
- ※締め切り、送付先は9頁の会員からの原稿募集要領をご覧ください

平成28年度 生活支援サポーター養成講座



ができるかとい
たことを検討し
ながら、実践に
の意欲や資質を
高めるための取
組みを行っています。

その一環として、平成二十七年
度から、県と連
携して、生活支
援活動につい
ての啓発や支
援に関わる人
材を育てる「生
活支援サポー
ター養成講座」
を県内各地で
実施

急速に少子高齢化が進む中、高齢者のひとり暮らしや高齢者だけの世帯が増加しており、それに伴って、家事や生活上の行為がうまくできない高齢者が増えてきています。また、認知症傾向の高齢者も急増しており、直面する福祉課題として、高齢者の健康維持や日常生活を支援する制度の充実が望まれるところです。

しかし、一方で、限られた制度だけに頼らずに、元気な高齢者が、援助を必要とする高齢者を支える取り組みも重要になってきており、県老ク連では、高齢者同士が支え合うことの意義や実際に高齢者として何



大谷大学の山下憲昭先生を講師に「対話と交流・見守り活動・暮らしの支え合い」をテーマに学習しましたが、非常にわかりやすく活動への意欲につながる内容で好評でした。

ニュースポーツの普及団体です。 健康づくりに！介護予防に！仲間づくりに！ ニュースポーツを始めませんか？



事業内容

- 普及活動
 - ・講習会の実施
 - ・講師の派遣
 - ・用具の貸出
- 用具販売
 - ・ニュースポーツ用品の販売
 - 「いきいき近江」をご覧になった方に特別割引で販売いたします。

その他たくさんの種目があります。お気軽にご相談ください。

■お問い合わせ先、パンフレットの請求先

特定非営利活動法人
フレンドリー情報センター
〒537-0012 大阪市東成区大今里 3-12-23 3F
TEL. 06-6971-9190 FAX. 06-6981-7470
URL: <http://www.newsports-21.com>

編集後記

新年おめでとうございます。

今年は、福祉や年金、医療費については、高齢者には一段と厳しい年になりそうな気配もありますが、私たちは、健康でいきいきとした生活を実現するために、老人クラブをよりどころに、ともに喜び、楽しみ、ともに支え合う仲間づくりを進めたいと思います。

この「いきいき近江」が、老人クラブ活動に対する理解や仲間としての連帯意識を高め、また、老人クラブ活性化の一助となりますよう努力してまいりますのでご協力よろしくお願いたします。

(広報委員会)

全室レイクビュー 京風会席が自慢 の温泉ホテル

どなたでも利用いただけます。

かんぽの宿 彦根

割引価格で
ご利用できます

「滋賀県老人クラブ連合会」と、全国の「かんぽの宿」は利用提携を締結しています。

全国のかんぽの宿でご利用いただけます。

県老連会員 1 名様につき、1泊2食以上のプランご利用で

1泊あたり 500円割引!!

同伴者は3名様まで割引!!

※ご利用の際は、掲載の「滋賀県老人クラブ連合会会員カード 協定施設割引券」を提示してください。
※一部割引除外日がございますので、詳しくはご利用になる宿までお問い合わせください。



かんぽの宿彦根では、さまざまなプランをご用意しております。詳しくは当宿にお問い合わせください。

～2017年2月28日(火)までの
おすすめご宿泊、日帰りプランのご案内～

◆ご宿泊 11,400円～ (お1人様1泊2食 1室2名様以上)

◆日帰り 3,300円～ (「食事代・入浴料込」のセットプラン)
※2016年3月以降のご宿泊、日帰りプランにつきましては、当宿にお問い合わせください。



玄宮

彩り豊かな食の舞をお楽しみください
お1人様1泊2食
1室2名様以上
13,800円～

日帰りプラン
お1人様 食事代・入浴料込
6,500円



蟹会席 期間限定、冬だけの蟹フルコース
お1人様1泊2食
1室2名様以上
14,700円～

日帰りプラン
お1人様 食事代・入浴料込
7,900円



琵琶 旬の恵みを満載した料理長のおすすめプラン
お1人様1泊2食
1室2名様以上
16,000円～

日帰りプラン
お1人様 食事代・入浴料込
9,200円



湖城御膳

旬の味覚を楽しめるお手頃価格会席プラン
お1人様1泊2食
1室2名様以上
11,400円～

日帰りプラン
お1人様 食事代・入浴料込
5,000円



日帰り昼食利用限定

松花堂 旬の美味しいものをお召し上がりいただけるプラン
お1人様1泊2食
1室2名様以上
3,300円

松花堂

日帰りプラン
お1人様 食事代・入浴料込
3,300円

- 日帰り利用5名様以上で本プランをご利用の団体様の特典! ※「松花堂」は特典3のみの適用となります。
- 特典1 タオルプレゼント (お1人様に1枚)
- 特典2 日本酒1本またはソフトドリンク1杯無料サービス
- 特典3 貸切会場無料(要予約)でご利用いただけます。 ※土・日・祝日は10名様以上とさせていただきます。

※表示の料金はすべて消費税が含まれており、宿泊料金には入湯税(150円)が含まれております。 ※ご宿泊プランはご利用日、ご利用人数等により料金等が異なります。詳しくは当宿にお問い合わせください(掲載のご宿泊プランの料金は、「滋賀県老人クラブ連合会 利用提携」割引前の所定料金です)。 ※日帰りプランは5名様から承ります。5名様未満のご予約につきましては、当宿へお問い合わせください。 ※飲酒後の運転はご遠慮ください。



10名様以上の団体様

無料送迎

※要予約

ご相談承ります。詳しくは当宿にお問い合わせください。

■ご予約・お問い合わせ ☎0749-22-8090
〒522-0002 滋賀県彦根市松原町 3759
FAX 0749-22-8092

- 掲載の写真・イラストはすべてイメージです。
- 仕入れ等の都合により料理内容及び器が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- 暴力団関係者等反社会的勢力の利用をお断りします。
- 入れ墨(タトゥー)をしているお客様は、他のお客様から入れ墨(タトゥー)が見えない状態でのご利用をお願い申し上げます。

～近畿のかんぽの宿～

- 彦根 Tel.0749-22-8090
- 富田林 Tel.0721-33-0700
- 大和平群 Tel.0745-45-0351
- 奈良 Tel.0742-33-2351
- 白浜 Tel.0739-42-2980
- 紀伊田辺 Tel.0739-24-2900
- 有馬 Tel.078-904-0951
- 赤穂 Tel.0791-43-7501
- 淡路島 Tel.0799-82-1073