

今号の主な内容

- 23 岡山県総合社会福祉大会
- 4 岡山県老人福祉大学閉講
- 5 女性委員会幹事会
中四ブロックリーダー研修会
- 67 全国老人クラブ大会
- 89 会員の声
- 12 女性リーダーセミナー
- 13 岡山県老連事業・確定申告
- 14 加入促進表彰・熊本地震義援金



岡山県老連は50周年を機に愛称を『晴ればれシニア岡山』とし、広報紙の名称も変更しました。

第16号

おかやま県老連だより
(通巻85号)
平成29年1月号

浅口市 三ツ山 日の出 写真提供：岡山県



すべての県民が 明るい笑顔で暮らす 「生き生き岡山」を目指して

岡山県知事 伊原木 隆太

新年あけましておめでとうございます。

年頭に当たり、老人クラブ会員の皆様のご健勝とご多幸を心からお祈り申し上げます。

昨年行われた知事選挙におきまして、皆さまのご信任をいただき、引き続き県政を担わせていただくこととなりました。我が国は、少子化が急速に進み、人口減少問題の克服が喫緊の課題となっており、本県においても、おかやま創生の実現に向け、総力を挙げて取り組みなければならぬ大変重要な時期にあります。こうした中で、2期目の県

政を担うことができますことは、誠に光栄なことと存じますとともに、改めてその重責に身の引き締まる思いであり、決意新たに新年を迎えました。

現在、来年度からの4年間を計画期間とする新たな県政の羅針盤である「新晴れの国おかやま生き生きプラン（仮称）」の策定作業を進めており、皆さまからのご意見を反映させた上で、3月までの策定を目指しています。

昨年公表した新プランの素案は、現プランの方向性を基本としつつ、地方創生や働き方改革、グローバ

ル化の進展など、新たな動きを踏まえたものとし、さらに、政策間連携はもとより、市町村連携や官民協働など「連携」をキーワードに新たな事業にチャレンジする「おかやま創生推進連携プロジェクト」を掲げています。

また、高齢者の方々が住み慣れた地域で自立した生活を送ることができるよう、医療、介護、介護予防、住まい、生活支援サービスが切れ目なく提供される地域包括ケアシステムの構築の推進についてもプランに掲げておりますが、その構築にあたっては、老人クラ

ブ会員の皆様をはじめとした元氣な高齢者の方々に、知識や技能、経験を生かし、新たな担い手としてご活躍いただくことが不可欠であります。

引き続き、すべての県民が明るい笑顔で暮らす「生き生き岡山」の実現に向け全身全霊で取り組み、成果が実感できる1年となるよう全力を尽くしてまいりますので、老人クラブ会員の皆様には、一層のご理解とご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。



年頭所感

公益財団法人
岡山県老人クラブ連合会
会長 藤本 毅

新年あけましておめでとうございます。

「生き生きおかやま」をめざして伊原木県政2期目の船出はまさに「日本一の桃太郎」として晴れの国おかやまを全国に力強く発信し期待を寄せています。

◆「晴ればれシニア岡山」に結集する県下26市町村老連会員12万人で組織する岡山県老人クラブ連合会も住み慣れた地域で共に支えあう仲間づくりで「伸ばそう健康寿命！担おう地域づく

りを！」を合言葉に地域に根ざしたクラブ活動を展開しています。

◆新地域支援事業への参画に向けて行動を！

市町村では、今介護保険制度が見直され要支援者に対して3か年で新地域支援事業へ移行の取り組みがなされており自治会（町内会）や関係団体に説明や呼びかけを行っています。老人クラブの多様な活動が自治会（町内会）や他団体との連携でその担い手として協議体

に参画し貢献することが必要です。老人クラブが目指す「健康・友愛・奉仕」の三大運動がより広く、深く展開することが求められその真価が問われているのです。

◆私の初夢 平成30年という節目の年に向け県下備前・備中・美作の3地区（岡山市も含め）から1千人会員の参加により「シニア岡山総決起大会」を開き元氣老人クラブの開花宣言をする夢…そこには会員増強による組織強化、3地区と

交流友好の絆、演じる活動故郷自慢などで親睦を深め「晴ればれシニア岡山」の美しい友愛の花を咲かせよう…この夢が正夢になれば？と思うや切なり。

◆会員の6割は女性会員であり、今その活躍が大きく期待されており、同時に、若手会員の魅力がどのよう

平成28年度

岡山県総合社会福祉大会

(岡山県老人クラブ大会)

平成28年10月12日(水)に岡山市民会館において岡山県総合社会福祉大会が開催されました。今年度も例年通りの式典、社会福祉功労のあった個人団体に対しそれぞれの表彰が行われました。老人クラブ関係につきましては次の通りでした。受賞された方々には誠に。

におめでとうございました。今後のご活躍をご期待申し上げます。
式典の後は、「私の介護(愛と感動の家族物語)」と題したタレントの荒木由美子氏による特別講演がありました。荒木氏は、昭和58年に、歌手・タレントの湯原昌幸氏と結婚し、芸能界を

引退。結婚二週間後に病に倒れた義母を20年に亘って介護し、自身の体験に基づく介護の大変さや苦労話、痴呆の方への接し方など、元俳優の演技力でもって涙ながらに語られました。体験談は説得力があり参加者はみな感心して聞き入っていました。



岡山県 老人クラブ 連合会長表彰

老人クラブ運営

特別功労者 57名

《玉野市》

梶川 千英子

山本 廣美

和田 光雄

大橋 彰文

藤原 義男

《備前市》

谷脇 美江子

南 正満

高見 順一
吉形 兼太郎

《瀬戸内市》

正富 利行

美濃 仁志

《赤磐市》

中原 淳

檜原 修

《和気町》

坪井 勉郎

荒砂 洋

山本 定義

《倉敷市》

岡本 勝

河原 啓介

青木 正勝

浅野 武雄

嶋田 清一
植野 節二

岡本 博

大嶋 和久

中西 達良

濱野 宏

浅原 弘二

《笠岡市》

岡田 幸生

黒住 憲敬

広常 忠良

守屋 秀夫

平野 勲

松本 泰

《総社市》

川西 功躬

木村 茂

藤井 福一
石田 耕平

《高梁市》

沖嶋 博

《新見市》

梶上 勤

《浅口市》

尾崎 時男

清水 正雄

《里庄町》

平野 秀朋

中川 光弘

《矢掛町》

江尻 秀敏

《津山市》

真野 悦夫

和田 弘文

《真庭市》

二司 輝夫

《美作市》

小林 博巳

坂元 義則

曾和 定治

《鏡野町》

大山 隆歳

山崎 清志

佐々木 茂宣

藤木 成一

《久米南町》

勝田 紘彦

《美咲町》

黒田 正己

定清 正雄

老人クラブ運営

一般功労者 39名

《備前市》

立花 真

《瀬戸内市》

吉野 智恵子

《倉敷市》

内田 久子

矢野 悦久

安田 定由

坪井 艶子

守屋 八束

田中 公男

竹内 千年江

河田 清子



藤原 四郎
金子 賢一
尾崎 繁
《井原市》
山本 昌利
《高梁市》
仲田 幸市
山縣 詳子
加藤 淑子
小出 秀二
《新見市》
大西 勇
富谷 光行
山口 滋子
竹本 博美
赤井 知津恵
細川 積
《浅口市》
井上 良子

藤井 富子
高渕 清満
《津山市》
池田 和子
内田 三和子
佐伯 登茂栄
小椋 妙子
《真庭市》
中澤 讓
井田 五郎
高谷 元一
《美作市》
春名 環
鉦持 良子
佐藤 菊子
《奈義町》
岸本 定子
《美咲町》
延原 愛子

優良老人クラブ 24 団体

《備前市》

頭島ゆうあいクラブ

《赤磐市》

東窪田老人クラブ

《倉敷市》

カトレアの会

田和第三老人悠遊クラブ

第一児島長寿クラブ

陽海山老人クラブなごみ会

天神ハイツ秋桜会

川辺中老人クラブ

《笠岡市》

入江福寿会

山口上福寿会

《井原市》

西方楽寿会

向組老人クラブ

《高梁市》

領家長寿クラブ

高山老人クラブ

《浅口市》

鶴鳴会

町寿会

《津山市》

綾部東老人クラブ

永寿会

宮尾喜楽会

《真庭市》

若代老人クラブ

《美作市》

海田長生クラブ

東谷下東和会

中町西老人クラブ

鈴家健生会

岡山県知事
表彰

◆老人福祉功労
(老人クラブ役員)

《岡山市北区》

遠藤 剛

《岡山市東区》

徳田 耕一

《倉敷市》

小田 景二

小林 立家

見戸 芳夫

《新見市》

西嶋 正治

《真庭市》

本森 正

◆老人福祉功労
(老人クラブ)

《岡山市》

栢谷紅葉クラブ

福泊かぼちゃ会

《倉敷市》

堤下シニアクラブ

茂浦第二長寿クラブ

《吉備中央町》

和田寿老人クラブ

《高梁市》

高山老人クラブ

《津山市》

きふね長寿会

《真庭市》

楽笑会

岡山県
保健福祉部長
表彰

◆老人福祉功労
(老人クラブ役員)

《岡山市北区》

板野 隆

今中 太郎

宇野 忠彦

《岡山市中区》

奥岩 純治

《岡山市東区》

古家野 俊明

《岡山市中区》

武政 司郎

《岡山市北区》

森安 喜美子

《倉敷市》

飯田 龍彦

大平 節男

川上 啓介

弘田 英夫

《備前市》

寺見 史朗

《高梁市》

岩原 忠正

小川 博

《新見市》

杉井 留治

宮崎 邦人

森下 弘

《津山市》

青山 満

高橋 重逸

野田 康之

《美咲町》
渡邊 具瑞

◆老人福祉功労
(老人クラブ)

《岡山市》

ひまわりクラブ

富士見町福寿会

《倉敷市》

阿津長寿会 梅組

亀崎万年クラブ

新星クラブ

広江浜万年青クラブ

《吉備中央町》

上加茂和朗会

《高梁市》

田原阿部山長寿クラブ

《津山市》

瓜生原ちとせ老人クラブ

《真庭市》

寿楽会

清風会

《津山市》

高尾むつみ会

山陽新聞
社会事業団
理事長感謝状

《備前市》

井上 邦允

《倉敷市》

松尾 武司

《津山市》

佐々木 由恵

平成 28 年度

岡山県老人福祉大学

無事終了



平成 28 年度 (第 41 次) 岡山県老人福祉大学が 11 月 29 日の倉敷会場の講義をもつてすべての日程を終了しました。千名を超える受講有難うございました。

申込者 1,044 名 (予定 900 名)、内修了者 875 名、奨励賞 109 名、栄誉賞 29 名でした。

6 月 23 日の倉敷会場の講義は早朝よりの大雨警報が発令されていたので、受講者の安全を第一と考え 7 月 21 日に延期させていただきました。受講者並びに講師の方にはご迷惑をおかけしました。ほかの日程は順調に開講できました。倉敷会場においては、会場収容人

員 289 名のところ 350 名を超える申し込みをいただきましたが、消防法上、定員オーバーは認められないので、やむを得ず受講人数を制限させていただきました。このため、会場変更をお願いしたり一講座のみの受講希望の方には受講をお断りすることにもなり誠に申し訳ございませんでした。これまで 41 年間継続してまいりましたが一度たりとも定員を超えたことはありませんでした。29 年度は倉敷会場のみ 2 日間の開催とし、定員を大幅に増やしますので大勢の方の受講よろしく願います。

講義内容

- 6月 老後の雑学 「いつまでも笑顔でいたい」
「それぞれの人生に乾杯」
フリーアナウンサー 井上いつのり氏
- 7月 時事問題 岡山市長 大森雅夫氏
倉敷市副市長 生水哲男氏
津山市長 宮地昭範氏
高梁市長 近藤隆則氏
- 9月 郷土の歴史 歴史研究家 富阪晃氏
- 10月 健康づくり 「地域で楽しく暮らすには」
「介護保険を理解して正しい使い方を学びましょう」
岡山県介護支援専門員協会 会長 堀部徹氏
- 11月 健康づくり 「笑い与健康」
「輝く笑顔でイキイキ元氣」
日本笑い学会岡山笑わん会支部長 歯科医 滝川雅之氏

平成 29 年度 講師予定

◆【老後の雑学】

濱家輝雄 先生
(元 RSK アナウンサー・倉敷芸術科学大学 産業科学技術学部 学部長)

◆【笑いヨガ】

万代 京央子 先生 (岡山県笑いヨガ協会 理事長)

◆【法話】

桎原 禪澄 先生 (総本山善通寺 法主)

◆【終末期医療】

加藤 恒夫 先生

(かとう内科並木通り診療所 理事長・院長)
守屋 修 先生 (守屋おさむクリニック 院長)

菅原 英次 先生 (高梁市川上診療所 所長)

松下 明 先生 (奈義ファミリークリニック 院長)

◆【お笑い】

雷門 喜助 師匠 (落語家)



女性委員会 幹事会開催

2. 平成29年度中国ブロック 連絡協議会 配布する 小物作成について

2月の総会までに試作品
を作り持ち寄って検討し決
定する

3. 若手委員会委員の推薦 (任期平成28年6月～30 年5月)

玉野市 香川八重子氏、総
社市 徳永たま江氏に継続し
てお願いすることになった

4. 地区別女性リーダー研 修会

会議終了後、備中地区の
メンバーで相談した結果高
梁市老連が幹事となり実施
することになった(来年1
月～2月頃)

午後は、おかやま笑
いヨガクラブの廣江まさみ先
生に「笑いヨガ」につい
て実演を交えた講演をして
いただきました。

先生は「笑いヨガ」につ
いて次のように話されました。

「笑う」ということは生
きていくうえでとても大切
なことです。笑いが体に与
える効果は各方面で研究さ
れて、「笑いが体にいい」
ということに多くの人が気
づいています。しかし解っ
ていても笑えない、笑う気
分じゃない、笑顔を見せる

のは恥ずかしいなどによ
り、大人になった私たちは
他人の目を気にして心の動
きを表現することをためら
うようになり、大人になる
につれて大きな声で笑わな
くなりす。そこで、笑い
ヨガで積極的に「笑う」と
いう行為を「体操として」
続けてみてください。理由
なく笑うことを続けている
と、顔や体が笑っている感
覚を覚えて、些細なことでも
笑いがやってくる。笑い
い声は体に伝わり活力が
わいてきます。笑いヨガで
は大きな声で笑ったり、飛
び跳ねたりすることで想像
力を働かせ、使う機会が
減った右脳が活性化され、
左脳を休めてバランスのと
れた状態になります。笑い
ヨガを続けているうちに、
気分が晴れ、身も心も軽
くなり、人や動物や自然に
対し優しい気持ちになっ
てくのを実感します。と話
されました。わずか1時間
ほどの実演とお話でしたが、
体も心も軽くなった、体が
ポカポカしてすっきりした
気持ちになった。などの感
想がありました。皆さんも
「笑いヨガ」を体験されて
はと思い紹介させていただ
きました。



平成28年度

中国・四国ブロック老人クラブ リーダー研修会に参加して ～のばそう健康寿命・担おう地域づくりを～

県老連副会長 金子 賢一

「健康・友愛・奉仕」の
全国三大運動を基に、各地
域の特性に合わせ、さまざ
まな事業を展開しておりま
すが、我々を取り巻く社会
情勢の転換期を迎え、高齢
者自身が培ってきた「知識・
技能・経験」を生かし、超
高齢化社会における「福祉
の充実や課題」への対応に
積極的に取り組み、老人ク
ラブはその役割を担って指
導していく事が求められて
いる今、中国・四国ブロッ
ク老人クラブ連合会の日頃
の活動成果や実績事例を持
ち寄り、お互いが理解を深
めると共に、当面する諸問
題に立ち向かうリーダーの
「意識・資質向上」を目的
にリーダー311名が一堂
に会し、去る7月13日(水)
午後1時から、香川県琴平町、
ことひら温泉・琴参閣で開
催されました。

◎主催者・来賓の挨拶に続
き、全老連の岡本まゆみ参
事により、4つの項目「①
高齢者を取り巻く社会情
勢、②老人クラブとしての
運動・行動提案、③老人
クラブ補助金の活用、④よ
りよい単位クラブ活動の
ために」について説明があ
り、老人クラブ活動とし
て、「健康・友愛・奉仕」の
三大運動を基に、会員加入
促進運動や地域の特徴を活
かした、「助け合い・支え
合い」の活動を行ってきま
した。

この経験を活かし、いま
国が進めている「地域包括
ケアシステムの仕組みづく
り」それに伴い、「介護保
険制度」が見直され、要支
援者に対する訪問介護・通
所介護が、市町村が行う「新
地域支援事業」に移行され
(平成29年度まで)事に
なりました。

即ち、老人クラブ活動が
さらに活性化されると共
に、地域住民による地域の
特性を活かした支援サー
ビスも進展し、傷害のある
人や子供を含む全ての世代
にとっての「福祉のまちづ
くり」に繋がります。

また、希薄化が言われて
いる絆の輪が強く結ばれ
大し、現在進んでいる「会
員加入促進増強運動」の成
果にも繋がるものと期待で
きます。

新地域支援事業への取り
組みを通して、超高齢化社
会に於ける健康・長寿を
目指し、その実現に努めま
しょう。

《事例発表・討議》

一、第一部「会員増強の推 進」について

①広島市、②徳島県、③
高知県から発表された。

二、第二部「友愛・奉仕活 動の推進」について

①鳥取県、②山口県、③
愛媛県から発表された。

三、第三部「健康づくり・ 介護予防活動の推進」に ついて

①鳥根県、②岡山県、③
岡山市から発表された。

《感想》

第一部、五カ年計画によ
る会員加入増強運動で、ど
のような活動の展開で進め
られているのか？

参考になったのは広島市
の発表で、7つの否定問題
からいろいろな策を考え、
検討して取り組み、ある程
度の成果を上げられたが、
発表資料にも書かれていた
「先ずは、会長・役員の熱
意と本気が一番」この通り
であると感じました。

第二部、各地域の活動内
容に目新しいものはなかつ
たが、身心の健康面をは
じめ、普段見逃している点
を少しでも解消する為には、
点から面へと繋がる活
動が大切であり、ここでも
リーダーの指導力・やる気
と本気の大切さを痛感しま
した。

第三部、さまざまな工夫
をし、健康寿命延伸に取り
組まれています。健康の
ための体操にもいろいろと
あり、どれ一つをとってみ
ても、その人に合った楽し
い健康体操が大切であると
感じました。

◎全体から、会員の高齢化
で活動が滞りがちになった
り、会員・役員への負担増
から会長のなり手がなくク
ラブの解散や休止に追い込
まれる等、これらの対策と
して、会員で役割を分担し、
負担が偏らないようにする
等、相互の支え合いの大切
さを改めて感じました。

平成28年9月29日(木)き
らめきプラザ会議室におい
て、県老連女性委員会第23
回幹事会を開催しました。
委員長以下19名全員出席の
もと開催され午前中は、

- ① 2万5千人会員増強運動
の今後の取り組みについて
- ② 新地域支援事業の取り組
みについて
- ③ 平成28年度地区別女性
リーダー研修会の開催に
ついて
- ④ 次世代育成支援リーダー
養成講習会の開催について
- ⑤ 平成29年度中国ブロック
連絡協議会で配布する小
物の作成について
- ⑥ 演じる活動について
- ⑦ その他(若手委員会委員
の推薦について)

の協議について協議しまし
た。結果は次のとおりです。

■ 決定事項

1. 次世代育成支援リー
ダー養成講習会

日程…平成29年2月24日(金)
講師…沢山美果子氏

平成 28 年度

全国老人クラブ大会

富山県において開催！



第45回全国老人クラブ大会が11月9日(水)～10日(木)、富山県において全国から1,300名の仲間の出席のもと盛大に開催されました。

岡山県老連からは、被表彰者4名、一般参加者4名の計8名が参加、岡山市老連からも5名(内被表彰者1名)が参加しました。

初日テーマ別に、

○第1部会「地域に健康づくり、介護予防の輪を広げよう！新地域支援事業の展開に向けて」

○第2部会「未設置地区にクラブを作ろう！」

○第3部会「演じる活動」の3つの活動交流部会に分かれ活動事例発表などが行われました。第1・第2部会は事業を中心に情報・意見交換が行われました。第3部会では全国公募に応じた富山県・千葉県・岐阜県・愛知県・広島市が発表しました。日ごろの活動状況を通じた仲間づくり、地域の連携、舞台発表に至る経過などのプレゼンテーションと舞台発表の両面からの審査の上、賞が決定されました。

第2日目は富山市芸術文化ホールにて講演・式典が行われました。まず始めに、富山市長 森雅志氏による「健康寿命の延伸を目指す」と題しての講演がありました。講演は終始ユーモアあふれるお話で、市の施策をとっても分かりやすく話されました。他の市町村も富山市の真似をすることにより、介護保険料の負担が下がってきている等、目に見えた効果があるとのお話でした。また、森市長の両親は現在父93歳、母88歳で農業を営んでいるそうです。「私は親孝行のため農業は手伝ってないんです」と話され会場の笑いを誘っていました。

アトラクションは、世界遺産で有名な合掌造り集落のある地元の県立南砺高等学校 郷土芸能部の学生さんによる「越中五箇山民謡」の披露でした。高校にこのような民謡を伝承・普及することを目指す部活動があることはとても素晴らしいことだと感心し、会場



- 《受賞者一覧》
- ◆岡山県老連 育成功労表彰
竹内 正 (和気町)
 - 加賀和二郎 (浅口市)
 - 小林寿満夫 (真庭市)
 - ◆優良老人クラブ表彰
南部寿楽会 (真庭市)
 - 木谷桜白寿会 (新見市)
 - ◆優良郡市町村
老人クラブ連合会表彰
赤磐市老人クラブ連合会 赤坂支部
 - ◆永年勤続表彰
小林 裕子 (県老連)
 - ◆岡山市老連 育成功労表彰
仁科 満喜 (岡山市)
 - 矢部 哲也 (岡山市)

大会宣言

老人クラブは仲間づくりを基本に、生きがいづくり、健康づくり、地域づくりをめざして幅広い活動に取り組んできました。高齢者が増え続けるわが国は、要介護者の増加や高齢者の孤立、消費者被害などの課題に直面するなかで、いま全国の市町村では、新地域支援事業（介護予防・日常生活支援総合事業）に取り組み、地域で高齢者を支える体制の整備が急がれています。私たち老人クラブは、これまでの活動経験をもとに、高齢者の暮らしを支えるため、行政や自治会、社会福祉協議会などの関係団体と共に、あたたかな地域づくり活動への参画をめざしています。

一方、仲間の輪を広げる会員増強運動は、5年計画の中間年を迎え、声かけや体験型の勧誘のほか、特に自治会と連携した新たなクラブの立ち上げによる成果など、これまでの成功例に学び、さらに運動の強化に努めたいと思います。

豊かな自然環境に恵まれ、「人が輝く元気とやまの創造」をめざす富山県に集う私たちは、自らが輝き、「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」のメインテーマのもと、次の事項の実践を誓い、ここに宣言します。

- 一、高齢者の暮らしを支える「新地域支援事業」への参画
- 一、老人クラブ「100 万人会員増強運動」の推進
- 一、健康寿命をのぼす「健康づくり・介護予防活動」の充実
- 一、消費者被害防止キャンペーンの展開
- 一、高齢者の尊厳が守られる社会保障制度の確立

全国老人クラブ大会 受賞者の喜びの声

真庭市老人クラブ連合会

会長 小林寿満夫



この度は、大変に重い賞をいただきました。ありがとうございました。厚くお

礼を申し上げます。25年の長い期間にわたり、私を育てていただきました。そして県老連、市老連の方々、そして地元で力強く支援してくださった会員の方々に感謝を申し上げます。私自身、現時点は、健康寿命を延ばし、力量いっぱい、の社会貢献に努めてまいりたいと思っています。

まさに高齢者人生への「キックオフ」だと決意も新たにしております。人は一人では生きられません。老人クラブの仲間と楽しく仲良く取り組み、よい結果が待っていてくれるのではないかと思います。今後とも皆様と共に頑張ってください。よろしくお願いします。

和気町老人クラブ連合会

顧問 竹内 正



第45回全国老人クラブ大会、富山市において盛会に開催されました。私は当大会式典の部で育

成功労表彰を受賞しました。これはひとえに岡山県老連、市町村老連の皆様のご指導、ご支援の賜物でございます。心から感謝申し上げます。明るく豊かに暮らしてゆける長寿社会の実現に向けて老人クラブの役割も益々重要視され、社会的にも期待が寄せられています。私達は今までの活動の成

果を継承し発展させ「仲間づくり、健康づくり、生きがいづくり」を推進し、元気で他団体とも連携して住み良い地域福祉の増進に努め、他方魅力ある楽しい老人クラブを目指したいと思います。今後共ご指導の程、宜しく願います。

浅口市老人クラブ連合会

顧問 加賀和三郎



第45回全国老人クラブ大会が富山県富山市にて盛大に開催されました。

この大会で、育成功労表彰を受賞いたしました。こ

れもひとえに県老連・市老連のご指導、そしてこれまで共に活動してきた多くの方々のご支援の賜と心より感謝申し上げます。これまでさまざまな活動を通じて、健康づくりや仲間づくり、そして地域への奉仕などに微力ながら携わることができました。改めて振り返りますと、一番に感じることは健康であることの大切さです。特

に、「健康」で長生きできることは何物にも代えがたい、と実感しています。今大会のメインテーマ「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」のとおり、これからも健康で、地域から必要とされる団体となるよう活動に励んで参ります。今後ともご指導、ご支援のほどよろしくお願い致します。

会員の声

最近思っていること

吉備中央町老人クラブ連合会
会長 井上 弘志 78歳



最近思うことの1つに、名前をうまくつけたなあ后感心させられることがあります。

いくつか例をあげると、「セイタカアワダチソウ」背丈が高く、泡のように見えます。途中で1回刈ると11月の初めに7〜80cmの背丈になって楽しませてくれるが…。

「駒つなぎ」小さい割には根が非常に強く、本当に馬をつなぐことが出来る。「ネコヤナギ」花穂を猫の尾に見立てたもの。

「けいとう」秋に花軸が帯化して、肥厚し鶏冠状になる。

「〇〇に行ってきました」と言うお土産が大流行しています。最初は、どこで・誰

が・いつから始めたのか？地域の活性化にもつながり、その地域も旅行者も喜んだ企画 実にあつぱれ！誰が名付けたか、いつ頃からか等はわかりません。しかし、実にうまく名付けたものだ后感心させられています。

また、国字とか和字とか呼ばれる日本で作られた漢字もうまく工夫されている。柿(神様に供える花木)・働(人が動く)・畑(焼き畑農業を思い出す)・躰(身だしなみ)・凧(風が止まる)・凧(風の吹きさらしの中の木)・俤(おもかげ)・俤(人力車)・鱈や鰯や鰯(中国の食生活に登場しなかつたとされる魚)など日本ならではの考え方で作られていると言わざるを得ません。

現在のように思想 科学やITが進んでいない時代にやってのけた日本人の素晴らしさに敬服させられ続けている日々です。

『歩こう会』で健康維持

久米南町老人クラブ連合会
上神目老人クラブ
女性部長 王野 貞恵 75歳

平成21年にヘルスサポート121の研修会があり、栄養委員として参加しました。「地域の皆さんが健やかで

心豊かに生活できる支援をしていこう！」という目標を持ち活動を始めました。まずは、地域で男性料理教室を開催し、ヘルスサポート121の話をしました。健康な生活を送るには、栄養も大切だが身体を動かすことも大切です。料理教室だけではなく、何か健康的な運動はないものかと話し合い、ウォーキングをすることに決まりました。人数を募ったところ、男性5人、女性10人の参加者がありました。月に1回、第3土曜日にウォーキングをすることが決まり、『歩こう会』が発足しました。

行事については、1月は新年会、2月は節句の恵方巻、3〜6月は弁当持参で梅・桜・花菖蒲園など名所歩き、暑い7月は公民館で料理教室、8月は盆休み、9〜11月は紅葉狩りなどウォーキングを楽しんでいます。12月は鍋を囲んでの忘年会。そのほか、春と秋のお彼岸には、おはぎやぼたもちを作ります。雨が降れば、公民館で持参の弁当を広げ雑談したり、簡単な体操をしたり、いつも笑顔で楽しく過ごしています。

この会の発足当初はメンバーに若々しさがありましたが、発足後7年が経ち、だんだん歩くことが苦手になってきました。室内で血圧測定や軽い体操をして、ウォーキングも無理がない程度に頑張っています。まだまだ『歩こう会』は健在です。

『心豊かに、人にやさしく、自分を大切に』し、笑顔忘れずに健康寿命を延ばして暮らしたいと願っています。

私の生きがい

高梁市老人クラブ連合会
七地千歳会
顧問 山本 清明 89歳

私が住んでいる地域、高梁市は日本で唯一の山城で天守が現存する備前松山城をはじめ、文化遺産、情緒あふれる観光名所が数多くあるまちです。

しかし、山間地域、高齢化が進む地域でもあり、今後ますます地域でのつながりや助けあいの心が大切になってくるものと思ひ、地域の方と何か生きがいとして出来ることは無いかと日々過ごしております。

そうした中、自分に出来ることはと振り返った時に思い出したのが、短歌でした。短歌は、私が10代の後半から様々な方々のご指導をいただきながら、40数年に渡る生きがいでもあります。



した。短歌ならという思いもしましたが、地元の高梁市の七地千歳会で川柳をしようという会員の人がおられ、私自身川柳はしたことが無く、出来るのだからかと思いましたが、これからの人生に良い刺激になるのではないのかとボケ防止にもつながるのではというので川柳を始めことにしました。

平成18年1月9日に第1回目の句会を始め、それから毎月1回欠かさず行っています。和気あいあいとした雰囲気の中で、皆とても楽しく川柳を作り、また、若返りも味わっています。そして、平成28年1月28日の第120回の句会を行うことが出来、10周年を迎えました。

この10周年を迎えるにあたり、「10周年記念川柳集」を発刊し、また、日々作ってきた川柳を地域の文化祭での展示、地元新聞社等へ投稿を行うなど、川柳が私の生きがいとなりました。

また、川柳を通じて様々な方との交流や、展示を通じてお手紙をいただくなど、人と人とのつながりを感じることが出来、自分自身の川柳のはばをもてるようになり、良い刺激にもなりました。

本当に川柳を始めてあっという間の10年間でした。今もなお、月1回の句会を行っており、『死ぬまでが勉強。お互い百歳を目指して頑張ろう』を合言葉に、生きがいである川柳を続けていきたいと思ひます。最後に一句『住み慣れた家でついで出る 独り言』

グラウンド・ゴルフは
私と地域の健康法

浅口市老人クラブ連合会
道木老人クラブむつみ会

会長 白神 勇 72歳



年を重ねていくと「健康」ということが、普段の生活

で大きなテーマになってきます。いかに毎日を元気に過ごし、健康寿命を維持するか。できることならピンピンコロリでありたい。そう誰もが思うと思います。健康に気を遣いながら生活を送っていく中で、自分自身の健康を維持できている大きなものがグラウンド・ゴルフです。

グラウンド・ゴルフは、わが道木地区(金光町)でも毎週月曜日と水曜日には老人クラブグラウンド・ゴルフの地区役員さんらを中心に地区のちびっこ広場にぎやかに行っています。私自身も毎回参加しては、みなさんとおしゃべりし、一喜一憂しながらでも楽しくプレーしています。これこそ、私が健康でいられる大きな原動力になっています。地区のふれあいサロンで社協の職員さんが「健康であるためには『家から出る』『人と会う』『そこでしゃべる』こ

とが何より大切なんですよ」と話しをしてくれたことがあります。グラウンド・ゴルフの活動もまさにこれに当てはまると自信を持って取り組んでいます。

また、私が地区の役員をしていた6年前に、地区を挙げての三世代交流グラウンド・ゴルフ大会が始まりました。道木老人クラブもこの活動に第1回目から協賛しています。

普段関わりの少なかった自分の子や孫、ひ孫の世代の人たちと一緒にプレーすることは、単にグラウンド・ゴルフを楽しむだけでなく、普段でも顔を合わせると自然にあいさつができる関係づくりにも大きく役立っています。地域のつながり(絆)を強めることは、まさに地域が健康になるということではないかと思



ます。これからも無理せず、みなさんとぎやかにグラウンド・ゴルフを楽しみ、笑顔で健康な毎日を送りたいと思います。

学んで健康に

新庄村老人クラブ連合会
元会長 渡辺 算人 93歳



私の所属する単位クラブは、古くは大和と出雲を結ぶ旧出雲街道の宿場町として賑わった新庄宿(現在のがいせん桜通り)の上側で構成した「よつばクラブ」です。従来は標準的な老人クラブ活動を主体としてい

ましたが、別組織である「新庄宿づくりの会」と協調して、清掃や水やりなど毎日の桜木の世話に始まり、毎月1回の一斉清掃・町並保存・樹齢百年の「がいせん桜」保護活動・日本の音風景百選に選ばれた「せせらぎ」の流水調整・観光客の案内など、味わいのある、きれいな、ぬくもりのある町づくりに努めております。

殊に、ガイドを依頼された時などは、古今の歴史の学習が必要であり、メモ書き程度は持ちながらも、記憶力を高めておくことが求められる訳であります。いわゆる脳の活性化が必要なので、常時学習の構えを持つことを心がけながらも疎かになりがちで困ったものだと思います。

私は現在「教室」と名の



付くものいくつか入会しております。遅々たる進展であることは十分自覚の上ですが、自分の足跡を残すためのパソコン教室・呼吸器の訓練と気分転換を目的としたカラオケ教室・自然礼讃と言語学習のための俳句教室・歩行や筋力アップで体力年齢の若返りを目的としたスマートレ教室に参加しています。

スマートレ教室では毎日起床と同時に歩数計を身につけるように指導されておられ、一日の運動量がデータとして残ります。そのため、参加者は歩数計の表示に敏感になり、体力年齢が実年齢よりも10歳〜20歳も若くなるという結果が出る人が増え、その実績がさらに励みとなり意欲向上につながります。教室では朗らかに喋り、笑い、若返りの傾向が顕著に感じられます。私自身も普段から2kmは歩くよう心がけ、歩数計の表示を気にしながら、数少ない男性参加者の1人として自覚をもつて頑張っています。

その他のスポーツでは、グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、ペタンクも楽しんでおり、大会には時間の許す限り出場するように努めております。

いろいろと学ぶことで、心身の調和を保ちながら生涯を全うしたいものと思います。

奈義町

老人クラブ活動の第一歩は コミュニケーションづくり

奈義町老人クラブ連合会 広岡地区 長寿クラブ会 会長 土居 能明

私の住む広岡地区は、那岐山の裾野に流れる名義川が地区の中央を流れる豊かな田んぼどころです。

120戸余りの地区ですが、何かと大きな行事は川を隔てて西と東とで別々に行うという古い習慣があり、老人クラブもその流れで名義川より西が「長寿クラブ」として、昭和33年に町内に先駆けて発足しました。私が会長を引き継いで3年たちましたが、現在43人の会員の内、常に参加する人は約半数ですが、総会は殆どの人が集まるので、これを機に健康講話など勉強会をしています。それから、連絡の徹底を図るため簡単な会報を発行して、一人一人を繋いでいます。私は、老人クラブの活動の第一歩はコミュニケーションづくりと思っています。そこから、社会学習やサークルが一時的にでも育てばよいと思っています。21の単位クラブで構成する奈義町老人クラブ連合会では、パソコン教室やゲートボール、グラウンド・ゴルフ、研修会などが行われていますが、毎年、老連親睦スポーツ大会が開催され、第33回となる今年も10月19日に約400人が集まり盛大に開催されました。選手として出場しなくても、友と会えることや車座になって弁当を食べる楽しさを目的に長寿クラブも約半数が積極的に参加します。これからも続けていきたい行事です。

平成28年度長寿クラブ活動方針

1. 四季に1回集いを行い、コミュニケーションの場をつくる
2. 町老人クラブ連合会など外にも目を向ける
3. 一人暮らしに声をかける
4. 発足60周年記念造林に取り組む



とびっこす Topics

県下各クラブの活動紹介



西栗倉村

住み慣れた村で元気で暮らそう

西栗倉村老人クラブ連合会 会長 青木 美明

平成27年4月から村の老人クラブ連合会会長に指名されました。

歴代会長は、村の事に精通した方ばかりで、私の場合は、約10年ほど村を留守にしていた、平成4年に定年で懐かしい故郷に帰ってきましたので、その点が心配でした。

しかし、長野知事さんの時の高齢者福祉の村づくり事業や村のシルバー人材センターの発足等を担当し、毎日のように村中を走り回っていたことや同級生や旧知の人々が懇意にして下さり、少しは村の為に頑張ろうと決意を新たにしています。村は岡山県の東北端に位置し、人口は1,497人(平成28年8月1日現在)地区は12地区あります。平成4年ごろに比べ急速に超高齢化が進んでいます。高齢化社会にあっては、地区での支え合いが大切と考えます。誰もが、住み慣れた地区で、気心の知れた人々と元気で暮らすことを願っています。

12地区では、各地区共毎月1回公民館を利用して、4月の花見から始まり、囲碁ボールやリフレッシュ体操、消費啓発セミナー、高血圧予防教室等を行っています。

又秋の敬老の日を中心に12地区すべてで、公民館の清掃や環境美化活動として、道路沿いの空き缶やペットボトル他を拾ったり、花植え、公園の草刈・草取り等の奉仕活動をそれぞれ行っています。

空気・水のおいしい我が村では健康で楽しい老後をめざして進みたいと努力しています。又事務を委託している村の社会福祉協議会の事務局長や職員の方々が積極的に取り組んで下さり、感謝しています。



早島町

若宮OBクラブ活動紹介

早島町老人クラブ連合会 若宮 OB クラブ
会長 薮木 伸一



心と体の健康づくりで生きがいのある老後を!

若宮OBクラブは、早島町若宮地区(約550世帯の大規模団地)の高齢者で構成している老人クラブで、現在会員数110人です。

クラブ誕生から既に25年経過しましたが、地域の活性化や諸活動に無くてはならない団体になっています。

当クラブの主目的は、

- ①健康寿命を延ばし、生きがいのある、充実した日々を過ごす。
- ②コミュニケーションを通じ、心豊かで、思いやりのある人間関係を構築する。

とし、目的達成のために、趣味の活用や適度なスポーツ、学習活動、社会奉仕、会員の懇親行事などを行っています。傘下にグラウンド・ゴルフ同好会、カラオケ同好会、ペタンク同好会を持ち、老後の生きがいづくりに貢献しています。

今年、県老連の「モデル老連事業」に参画し、新会員募集も兼ねて、「趣味と学習による心と体の健康づくり事業」に取り組んでいます。これは、早島町の歴史の勉強と著名な史跡めぐり(ウォーキング)、介護予防のための体力づくり(元気いきいきころばん塾)の勉強、更には、音楽が如何に健康に関わりがあるかを勉強し、実践としてコーラス聴講や参加者全員で合唱するなどの有意義な事業を展開すること

で心身ともに健康になることを期待してのことです。

OBクラブ未加入の方々も、老後の人生の生きがいを当クラブで見つけて頂きたいと新規加入者を待っています。



玉野市

引き継がれた健康・友愛・奉仕に励んでいる

玉野市老人クラブ連合会 荘内老人クラブ連合会支部（15 クラブ所属）
滝悠友クラブ 会長 古市 憲一



ここ玉野市内、県南に位置する荘内平野は、中央に鴨川が流れています。昔からの農村地帯で、ひととき高い常山があります。標高307m、有名な常山城、城主、上野が城であり、お盆毛利軍と合戦、妻、鶴姫も勇敢に参戦、力、及ばず自刃しました。現在も常山女軍のお墓があり、お盆には地元の皆様で供養祭を行っています。私達の生活拠点である荘内平野、岡山方面から南に向けて進行、右手に見える高い山が常山です。（キーワード検索 玉野市常山城）

私達、滝悠友クラブは27年度に60周年を迎えました。昭和30年に発足した滝老人クラブから滝悠友クラブに平成22年4月に改称しました。私の会長歴は1年7ヶ月ですが、先代から引き継がれた健康・友愛・奉仕、中でも健康寿命を精一杯長く保てる様に、日々スポーツに邁進、特にグラウンド・ゴルフ練習は週に3回実施、勝敗にもある程度拘り、意欲も伺えます。これも健康法の一つかと思います。大会にも年に10数回参加、ウォーキングなど、いずれも参加できない方は自分にあつた方法で努力しています。

体調が悪くなり行事に参加出来ない方がいます。不幸にして入院された方達など、クラブ規約に準じて夏、冬年2回、友愛訪問をしています。

クラブの奉仕作業は主として資源ごみ回収、昭和3年から始動、年に12回、草刈り作業、年に7回、ふれあい交流事業2回と祭り行事にも参加、現在、頑張っている資源ごみ回収、軽トラックによる地区内、回収、回収後の仕分け作業から、アルミ缶つぶし、足で潰す、段ボール、新聞紙、雑誌類等を倉庫に搬入の為、トラックに積み込み作業約4車分位あります。作業途中1回お茶休憩を除き、参加者男女30数名が全力投球、終了と同時に疲労と満足感を感じる時です。行事参加の強制はなく、自分に適した行事に参加する事を大切にしています。今後も全行事が遂行できる事を目標に全会員で頑張っていきたいです。



備前市

地域活動「子ども達からエネルギーを・・・」

備前市老人クラブ連合会 香登奥谷長寿会 会長 萩野 郁子

地域の小学校・幼稚園・保育園の可愛い子ども達とのふれあい交流会が、長年の中心活動になっています。会員も高齢になり体を動かす活動が大変になってきていますが、通学時や交流会で出会うかわいい子ども達からエネルギーをもらい、また頑張ろうと思います。

好天氣に恵まれた10月27日、学校田で「手を切らないように、稲の株を持って刈ろう～」米作りの名人の掛け声で、5年生と保護者、長寿会40名余りで「稲刈り」の始まり。ぎこちない手つきの児童達も終わるころには鎌がうまく使えだし、稲を束ねはぜ木に掛けて稲刈り作業終了。小学校とは5年生の「米作り」が中心で、田植え、稲刈り、脱穀、餅つき（収穫感謝祭）、お飾り作りまで昔ながらの米作り作業をします。他に1、2年生の七夕会、昔遊び、昔の暮らしなどで児童と交流会を図ります。

10月31日「お～きいのとれたよ～」「ぼくのぼうがでかいぞ～」幼稚園、保育園、幼児クラブのかわいい子供達40名と、長寿畑でさつまいも堀り。

6月に園児と苗植え、暑い中の水やり、草取り作業をしてきた会員たち、「ここ掘ってみ～」「来年も作ってやるから取りに来いよ～」と目を細める。

幼稚園とも七夕会、運動会、ふれあい遊びなど年7～8回くらい交流会を持ち、楽しい一日を過ごさせてもらいます。

単位会活動では清掃奉仕、花壇づくりの環境美化、趣味の会、健康づくりでグラウンド・ゴルフなど様々な活動を独自にしています。長寿会と地域の子供達が交流することで、人の輪が広がり自然と会話もはずみます。健康で長生きできるよう無理のない範囲で活動し、地域交流を次世代につなげたいと思います。



〈第1日目 10月5日(水) 13:30～17:00〉

開会挨拶

全国老人クラブ連合会
副会長・女性委員長
駒場 玲子 氏

行政説明

厚生労働省老健局
振興課予算係長
唐島 啓一 氏

「老人クラブの全国運動・行動提案について」
冊子「新地域支援事業（新しい介護予防・日常生活支援事業）」について説明される。

◎要旨

・今後の介護保険をとりまく状況について
・介護給付と保険料の推移
・地域包括ケアシステムの構築について
・新しい地域支援事業の全体像
・生活支援・介護予防サービスの充実と高齢者の社会参加
・コーディネーター・協議体の配置・構成のイメージ
・協議体の目的役割等について
・生活支援体制整備事業の実施状況調査
・支え合いによる地域包括ケアシステムの構築について
・地域での取り組みの事例
・「新地域支援事業に向けての行動提案」抄

基調報告

全国老人クラブ連合会
常務理事 齋藤 秀樹 氏
「老人クラブの全国運動・行動提案について」

◎要旨

・地域社会の絆を深めること

事例発表

・行政の制度だけでなく、みんなの手伝おう!! 自助互助 共助が重要である
・地域の活性化の為にクラブを解散させてないこと
・クラブの仲間同士の助け合いにより仲間を増やすこと
・老人クラブが行政に協力することが大切である。例えば特殊詐欺や交通事故防止等

①会員増強に向けた取り組み

◇東京都青梅市老人クラブ連合会
副会長 女性委員長
並木 明 氏

◇滋賀県野洲市老人クラブ
理事 生きがい部長
白井 京子 氏

《並木氏》

(1)活動できる女性部の組織づくり
(2)会員増強に向けた女性部独自の行動計画
(3)おしゃべり、井戸端会議を通じて頑張ろう!

・活動内容をアピールすること
・女性部役員を増やし、勧誘したことが成果があった
・何と言っても輝く女性を育成することが大切

《白井氏》

(1)会員増強の目標
・5年間で500人増員
(2)会員増強の取り組み
・自治会への対応、復活、新しいクラブ作りを目標にする
(3)クラブへの働きかけ
・細やかな配慮、ていねいな説明
・女性リーダーならではの関わり方
・何度も足を運び積極的に再

会を呼びかける

・「役員のなり手がいない」との理由で解散寸前のクラブに対して後継者が決まるまで根気よく手伝う
(4)会員増強に、市長、行政の理解を深める

②高齢消費者被害防止に向けた取り組み

◇群馬県高崎市長寿会連合会
副会長 女性部長
川端 幸枝 氏

◇神戸市老人クラブ連合会
理事 女性委員長
頼廣 安子 氏

《川端氏》

(1)見守りサポーターで詐欺被害を防ごう!
35市町村老連が重点地区として活動に取り組み、約1,700人の見守りサポーターが誕生する。
(2)啓発シールの作製、友愛活動を通じて情報提供等

《頼廣氏》

(1)神戸市老連の取り組み
・全クラブにサポーター設置
(2)平成28年度「見守りサポーター養成講座」終了後のアンケートの結果
・詐欺に関連する電話を受けた人は意外と多い
・被害に合わずにすんだ人達は、事前に「詐欺」の知識があったことで冷静な対応ができたと考えられる
・サポーターは講座を通じて詐欺を身近な問題としてとらえ、会員に被害防止に向けた情報を伝えなければならぬという認識が高まってきた

分散会

テーマ

「会員増強運動」休会、解散クラブを防ぐ取り組み
33グループ（1グループ4～5人）に分かれて討議
13グループ（栃木、群馬、埼玉、広島、岡山（久保））5名

◎討議内容

(1)会員増強を図るには、自治体へ働きかけアピールする
(2)いろいろなグループ活動に

参加し、その都度クラブの内容をアピールする

(3)クラブの活動内容を充実させ楽しく魅力ある会にしていくこと
(4)休会や解散を防ぐ為には常に後継者を育てていくこと
・特に女性会長を育てていくこと

（女性をリーダーとして認めて欲しいという声もあった）
女性自身が男女共同参画社会の構築に向けて意識改革をし、質の向上を図らなければならぬ

(5)自治体との連絡を密にし、老人クラブの活動をアピールすること
(6)提出書類の簡素化を図るため行政へ働きかける必要がある

全体会

◎質問

(1)超高齢の会長が長年続けている
定年制が必要ではないか?
・討議する

◎意見

・会長交替は年齢ではなく個人差であり期が問題である
・その人の意欲と個人差が大切である
全老連常務理事 齋藤秀樹氏より助言
・高齢者には個人差があり、リーダーシップと熱意、人柄等が大切である
・何もかも会長ばかりに任せるとはならず、役割分担が重要である
・女性の位置づけが大切である

閉会の挨拶

全国老人クラブ連合会
常務理事 齋藤 秀樹 氏
女性の行動が男性の意識を変える

・全国的に9割が女性委員会がある。女性が輝き、そして行動的な女性委員会をつくってほしい

感想

このたび、初めて「女性リーダーセミナー」に参加させていただき、大変勉強になりました。さすがに皆、各県の代表として参加しただけに、活発な討議がなされ、全国の老人クラブの熱心な取り組みを学ぶことができました。

「新地域支援事業」の行政説明を聞き、超少子高齢化の中で、特に私達高齢者が地域と一体になり、健康に留意しながら、お互いに支え合い、助け合いながら生活をしていくことの重要性を痛感いたしました。

また、老人クラブの充実向上を図る為には、女性が男性と肩を並べて活動することが大切であり、その為には女性意識改革をし、積極的に行動することが肝要だと考えます。

閉会の挨拶で常務理事の齋藤氏が「女性の行動が男性の意識を変える」と結ばれた言葉が印象的で共感しました。このセミナーを機会に学んだことを生かし、頑張っていきたいと思えます。

〈第2日目 10月6日(木) 10:00～14:00〉

第28回 老人クラブ 女性リーダーセミナー

第28回

県老連女性副委員長 久保 豊子

開催日：平成28年10月5日～6日
会場：東京都 全社協 第3～5会議室
参加者数：112名



左から岡山市老連 田村 満須三・田中 小夜子、県老連 久保 豊子・延原 愛子

岡山県老人クラブ連合会事業

大学・研修・講習会

事業名	平成28年度	平成29年度
老人福祉大学	岡山・倉敷・津山・高梁（各5回） 受講者数 1,044名	岡山・倉敷・津山・高梁（各5回） 募集受講者数 1,230名（倉敷のみ2回）
高齢者地域リーダー研修会	岡山・倉敷・津山・高梁・東備・美作（各会場1回） 参加者数 421名	岡山・倉敷・津山・高梁・東備・美作（各会場1回） 募集参加者数 600名
地区別女性リーダー研修会	備前・備中・美作地区（各地区1回）	備前・備中・美作地区（各地区1回）
地区別高齢者スポーツ大会	備前・美作地区（各地区競技種目2種） G・B / G・G	備前・備中・美作地区（各地区競技種目2種）

受講対象者：老人クラブ会員及びそれぞれの事業に関心のある地域高齢者などの方が受講できます。

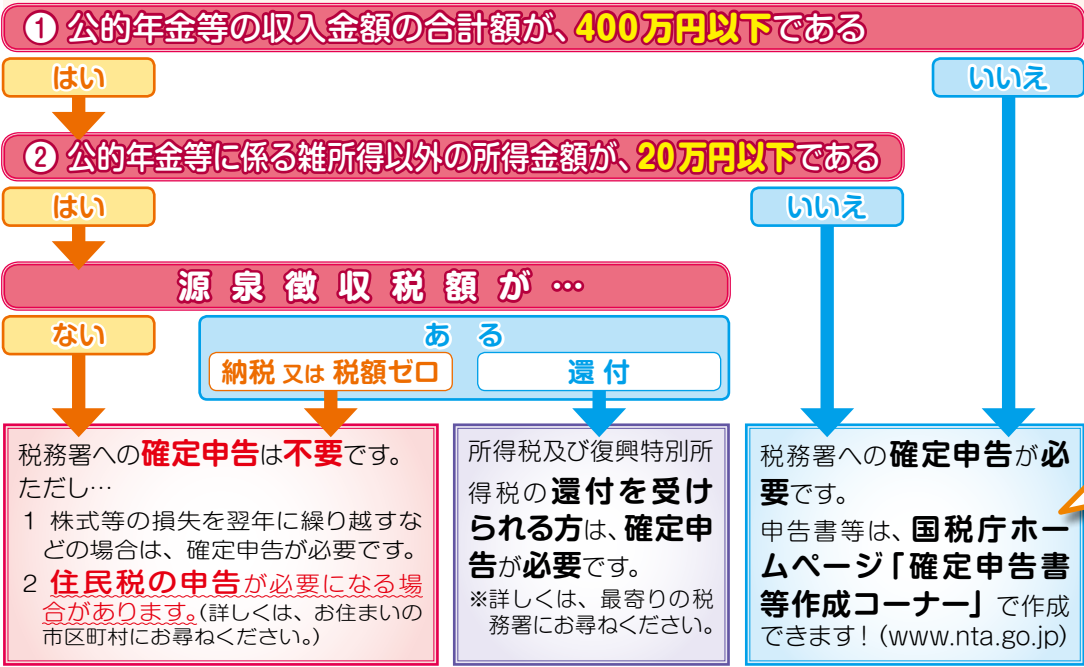
助成事業

平成28年度実施事業	実施老連・クラブ・団体	平成29年度 募集予定
地域の元気づくり事業（シルバー基金） ◎一般高齢者を含めた健康づくり・介護予防事業 ○次世代育成・世代間交流支援事業 ●友愛活動事業 実施内容：上記事業のいずれかの1事業の実施または、3事業の組み合わせての実施も可。 助成金：原則市町村老連10万円以内（単年度）	岡山市 岡山市東区老人クラブ連合会 備前市 東鶴山老人クラブ連合会 瀬戸内市 瀬戸内市老人クラブ連合会（邑久支部） 和気町 第一むつみ会 総社市 総社市老人クラブ連合会 早島町 若宮OBクラブ 津山市 津山市老人クラブ連合会 真庭市 頼山会 鏡野町 鏡野町老人クラブ連合会（女性部）	市町村老連及び地域 高齢者団体等：6団体 実施区域：市町村老連、支部、地区老連、単位クラブ
地域の元気づくり事業（健康づくり・介護予防事業） ◎一般高齢者を含めた健康づくり・介護予防事業 単独 実施内容：高齢者の健康づくりに資する事業 助成金：原則市町村老連10万円以内（単年度）	岡山市 岡山市南区老人クラブ連合会 備前市 東鶴山老人クラブ 瀬戸内市 瀬戸内市老人クラブ連合会 赤磐市 赤磐市老人クラブ連合会 和気町 和気町老人クラブ連合会 倉敷市 玉島地区老人クラブ連合会（上成支部） 津山市 津山市老人クラブ連合会	市町村老連及び地域 高齢者団体等：7団体 実施区域：市町村老連、支部、地区老連、単位クラブ
地域の元気づくり事業（次世代育成支援事業） ○次世代育成・世代間交流支援事業 単独 実施内容：見守り活動、安全パトロール、子育て相談会等世代間交流事業等 助成金：原則市町村老連10万円以内（単年度）	倉敷市 水島地区老人クラブ連合会（神亀学区） 倉敷市 水島地区老人クラブ連合会（三福学区） 高梁市 鶴鳴・成美連合長寿クラブ 里庄町 里庄町老人クラブ連合会 津山市 津山市老人クラブ連合会（城西地区） 鏡野町 鏡野町老人クラブ連合会（公民館区老連）	市町村老連及び地域 高齢者団体等：7団体 実施区域：市町村老連、支部、地区老連、単位クラブ

公的年金等を受給されている方へ

確定申告が不要になる場合があります!!

公的年金等を受給されている方は、以下のフローチャートにより所得税及び復興特別所得税の確定申告の要否を確認してください。



申告書は、国税庁ホームページで作成できます。 www.nta.go.jp

1. 税務署に出向く必要なし！
2. いつでも利用可能！
3. 自動で税額を計算！
4. 前年データが利用可能！

申告書は、
自宅で作成！

◎申告書作成から提出までの流れ

- ①作成コーナーへアクセス
ご自宅のパソコンから、「作成コーナー」で検索。
- ②申告書を作成
画面の案内に従って金額等を入力し、申告書を作成。
- ③申告書を提出
◆e-Taxの場合
事前準備が必要です。詳しくは国税庁HPをご覧ください。
◆書面提出の場合
印刷して郵送等で提出。



平成28年分の申告から

マイナンバーの記載

+

本人確認書類の提示又は写しの添付

が必要です!!

本人確認書類

◆マイナンバーカードをお持ちの方は

- マイナンバーカードだけで、本人確認（番号確認と身元確認）が可能です。
- ご自宅等からe-Taxで送信すれば、本人確認書類の提示又は写しの提出が不要です。

◆マイナンバーカードをお持ちでない方は

番号確認書類 + 身元確認書類
（通知カード など） （運転免許証 など）

の提示又は写しの添付が必要です。

◆加入促進表彰◆

27年度に実施した会員加入促進について優秀な成績をあげられた次のクラブに対し、表彰状が贈られました。

28年度事業についても同様の表彰を行いますので、単位クラブ等におかれましては、引き続き、会員加入促進活動の推進を宜しくお願い致します。

単位クラブ (71 団体)	
倉敷市 27 クラブ	田ノ上幸せ会第二
	新星クラブ
	川入楽寿会
	笹沖東部養気会
	上富井老人クラブ万年青会
	西岡南プラチナ会
	西阿知町西原第2和老会
	藤戸長寿会
	山地南長寿会
	二町内友楽会
	五東福寿クラブ
	茂浦第二長寿クラブ
	腕西老人クラブ
	大梵第二老人クラブ
	腕東老人クラブ
	亀乃友クラブ
	阿津長寿会桜組
	田の口岡第一交友会
	竜王第一輝寿クラブ
	菰池茶の実会
	堀江第一友信クラブ
	沙美西ふれあいクラブ
	川辺中老人クラブ
	川辺北老人クラブ
	箭田西長寿会
	箭田北長寿会
	箭田寿長寿会
津山市 4 クラブ	田中健康クラブ
	美和クラブ
	中原楽笑会
	上野田若嘉弥喜会
笠岡市 5 クラブ	緑町クラブ
	大井南長寿会
	入田老人クラブ
	神島外悠遊会
	横島福寿会
井原市 2 クラブ	西江原第一福寿クラブ
	大江福寿会
新見市 4 クラブ	昭和長寿会
	昭和町地区寿会
	塩城健楽会
	布瀬下長寿会
備前市 6 クラブ	岩崎長寿会クラブ
	木生老人クラブ
	伊部南老人クラブ
	三軒屋東ゆうあいクラブ
	南の二ゆうあいクラブ
	寒河東ゆうあいクラブ
瀬戸内市 2 クラブ	せとうち晴ればシニアクラブ
	潤徳老人クラブ
真庭市 3 クラブ	上口悠々クラブ
	愛盛会
	若葉会
美作市 10 クラブ	大町老人クラブすみれ会
	古町老人クラブ第3クラブ
	中町西老人クラブ
	林野ちとせ会
	田殿長寿クラブ
	畑沖明生クラブ
	原のんき会
	国貞緑の福寿会
	万善老人クラブ
	小野双山老友会
浅口市 2 クラブ	駅前団地東老人クラブ
	柴木悠々クラブ
和気町 1 クラブ	本寿楽クラブ
矢掛町 3 クラブ	美川老人クラブ
	三谷老人クラブ
	川面老人クラブ
吉備中央町 2 クラブ	上田土老人クラブ
	八幡老人クラブ
新規クラブ (4 団体)	
倉敷市	入船東老人クラブ
	辻親睦会
	川辺下老人クラブ
	岡田シニア中倶楽部
復活クラブ (1 団体)	
新見市	久保井野老人クラブ
県老連会長が特に認めた場合 (1 団体)	
真庭市	頼山会
合計：77 団体 (13 市町村)	

《表彰の対象》

表彰の対象は、「会員加入促進委員会」を設置している市町村老連の単位クラブで次のいずれかの基準に該当する単位クラブとする。
(単位クラブ)

- ①30人以上の単位クラブで平成28年4月1日の会員数が、前年同日(平成27年4月1日)より10パーセントの増員数(純増)以上であること。
- ②新規に設立されたクラブ又は、休会・解散したクラブを復活させたクラブであること。 該当期間：平成27年4月1日～平成28年3月31日
- ③その他、県老連会長が特に認めた場合。
※②、③においても30人以上とします。

◆熊本地震義援金のお礼◆

4月14日・16日発生した熊本大地震で不幸にして亡くなられた方に対し心より哀悼の意を表しますとともに、被災された方々にお見舞い申し上げます。会員の皆様には地震に関わる義援金をお願いいたしましたところ大勢の方から暖かい拠金をお寄せいただきました。早速、熊本県老連に送金をさせていただきました。熊本県老連からは、「県内を襲った熊本地震の前震からはや5か月がたちましたが応急仮設住宅での避難生活は続いており、今後生活環境が変わる中で、孤立化の防止など被災者支援の重要性はましております。このような中貴老連の皆様方からの今回の救援拠金をはじめ、全国の仲間から応援いただいていることを心の支えとして、みんなで力を合わせ復興に向けて、この難関を何としても乗り越えてまいりたいと存じます。」という丁寧なお礼状が9月16日に届きました。岡山県老連としては被災された方々が一日も早く平常の生活の戻られることをお祈りいたします。

◎熊本地震災害救援拠金

(平成28年12月 県老連調査による)

市町村名			県老連取りまとめ送金額
倉敷市	敷島市		202,290
津山市	山口市		985,900
玉野市	野市		198,450
笠岡市	岡市		17,912
井原市	原市		50,000
総社市	社市		—
高梁市	梁市	備中地域老人クラブ	23,000
		成羽地域老人クラブ	36,700
新見市	見市		100,000
備前市	前市		564,960
瀬戸内市	戸内市		300,350
赤磐市	磐市		50,000
真庭市	庭市		10,000
美作市	作市		60,000
浅口市	口市		10,000
和気町	気町		150,000
早島町	島町		10,000
里庄町	庄町		10,000
矢掛町	掛町		49,136
新庄村	庄村		3,000
鏡野町	野町		—
勝央町	央町		—
奈義町	義町		181,803
西栗倉村	栗倉村		10,000
久米南町	米南町		—
美咲町	咲町		10,000
吉備中央町	備中央町		—
県老連取りまとめ (募金箱)			1,579
			3,035,080

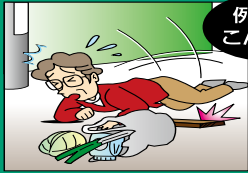
私たちは岡山県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

老人クラブ会員向けに 3つの保険で安心補償

1 傷害保険 総合型

2 傷害保険 活動型

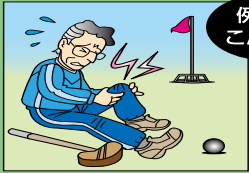
自分がケガをしてしまった時の保険です。
〈他人に与えたケガは、対象になりません。〉



例えば
こんな時

買物の帰りに
ちょっとした段差
につまづき、転んでケガ
をしてしまった。

クラブ活動中だけでなく
日常生活のケガも補償します。



例えば
こんな時

クラブ活動でグ
ランドゴルフの練
習中に転んで膝を捻挫
してしまいました。

クラブ活動中とその往復途
上のケガを補償します。

対 象：老人クラブ会員なら、年齢制限もなく誰でも加入できます。(1人1口加入)
補償範囲：総合型と活動型の2種類
掛 金：〈◆総合型〉お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円 〈◆活動型〉お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円
※補償の詳細は、「3つの保険ご案内パンフレット」の裏面をご確認ください。
お支払いする保険金：死亡・後遺障害保険金(後遺障害保険金はクラブ活動中のみ)／入院保険金／手術保険金／通院保険金
保険期間：掛金払込み日の翌月1日から1年間
中途加入：所属の老人クラブを通して、1年中いつでも加入いただけます。

傷害保険
加入者特典

デイリーサポート電話相談

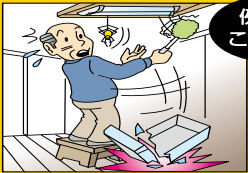
● 介護関連サービス ⇒ 介護保険制度、ケアプラン等の介護全般に関わる相談
● 生活支援関連サービス ⇒ 法律、税務、社会保険、暮らしのご相談

※相談先の電話番号は「覚書メモ」(旧：加入者カード)に記載されています。

クラブの全会員加入
が条件です。

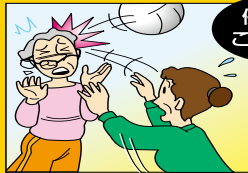
3 老人クラブ活動専用 賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険です。
〈自分のケガは、対象になりません。〉



例えば
こんな時

公民館の清掃中、
玄関の電灯交換
中に誤って、電灯カ
バーを壊してしまった。



例えば
こんな時

クラブ活動のボー
ル体操で、相手の顔
にボールをぶつけてしま
い眼鏡が壊れて顔にケガ
をさせてしまった。

補償範囲：○老人クラブ活動中の対人・対物(損壊)の損害補償(自動車等の所有・使用・管理に起因する事故は、対象外)
○管理下財物(注)の盗難・紛失等
○初期対応費用・訴訟対応費用特約：支払限度額500万円(1事故)付帯
但し、往復途上の事故およびご自身のケガは対象になりません。

掛 金：クラブの全会員数×100円【申込クラブの全会員数が30名未満の場合は、
最低引受保険料3,000円を払込みください。】

支払限度額：1億円 ※お支払いされる保険金は、事故の損害額や賠償責任割合に基づき、
(注) 保険会社が査定いたします。

保険期間：毎年10月1日(午後4時)～翌年10月1日(午後4時)までの1年間

申込方法：毎年9月15日までに賠償責任保険専用の掛金払込用紙(払込取扱票)
(注) で掛金を払込みください。
加入時に会員名簿の提出は必要ありません。

中途加入：「新規加入のクラブ」および「会員の追加加入」は可能です。
・「新規加入クラブ」：毎月15日までに掛金の払込みで翌月1日からの加入となります。
但し、保険期間は直近の10月1日までとなります。
・「会員追加加入」：届出は不要です。掛金は加入年に限り必要ありません。

(注)詳細につきましては、「老人クラブ3つの保険ご案内パンフレット」「概要・ご加入の際の注意事項」等をよくお読みください。



公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3丁目6-14 三久ビル1階102号

加入申込書等、
資料請求先

◆ 最寄りの市町村老人クラブ連合会に常備しています。
◆ 不足の場合は市町村老連を通じて下記までご請求ください。

専用FAX 03-3597-8767

お問い合わせ
ご相談

先

03-3597-8770

受付時間 9:30から17:00まで(土、日、祝祭日、年末年始休)

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/>

老人クラブ傷害保険

検索

メールアドレス hoken@senior-ltd.com

〈取扱代理店〉 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769

〈引受幹事保険会社〉 東京海上日動火災保険株式会社(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 TEL.03-3515-4144

この広告は、「老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯普通傷害保険)」、「普通傷害保険」、「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「老人クラブ3つの保険ご案内パンフレット」「概要・ご加入の際の注意事項」等をよくお読みください。詳細は、保険会社よりご契約者である団体の代表者にお渡ししております保険約款によります。ご不明な点等がありました場合には、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。

16-T14037 平成28年4月作成 3

県老連等の行事予定

平成28年度	平成29年2月13日(月)	若手委員会・加入促進委員会合同会議	きらめきプラザ
	2月16日(木)・17日(金)	市町村老連正・副会長会議	瀬戸内市 岡山いこいの村
	2月22日(水)	市町村老連事務担当者会議	きらめきプラザ
	2月24日(金)	女性委員会総会	〃
		次世代育成支援リーダー養成講習会	〃
		平成28年度第3回県老連理事会	〃
	3月17日(金)	平成28年度第2回県老連評議員会	〃
平成29年度		シルバー基金運営委員会	〃
	3月24日(金)	地域の元気づくり事業報告会	〃
	4月27日(木)・28日(金)	中国ブロック県・指定都市老連連絡協議会	岡山市 サンビーチOKAYAMA
	5月29日(月)	平成29年度第1回県老連理事会	きらめきプラザ
	6月16日(金)	平成29年度県老連定時評議員会	〃
	6月29日(木)・30日(金)	中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会	広島県呉市

平成29年度(第42次)岡山県老人福祉大学 日程(予定)

	岡山 天神山文化プラザ	倉敷 くらしき健康福祉プラザ	津山 津山市総合福祉会館	高梁 高梁文化交流館
6月	13日(火)	8日(木) 20日(火)	27日(火)	15日(木)
7月	7日(金)	19日(水) 28日(金)	25日(火)	13日(木)
9月	5日(火)	19日(火) 26日(火)	28日(木)	13日(水)
10月	31日(火)	11日(水) 26日(木)	12日(木)	23日(月)
11月	30日(木)	14日(火) 22日(水)	28日(火)	6日(月)

※日程は講師の都合により変更することがあります。

平成29年度高齢者地域リーダー研修会 日程(予定)

岡山	7月10日(月)	きらめきプラザ
東備	7月21日(金)	くまやまふれあいセンター
津山	8月25日(金)	津山市総合福祉会館
高梁	8月30日(水)	高梁総合文化会館
美作	9月 7日(木)	湯郷地域交流センター
倉敷	9月15日(金)	くらしき健康福祉プラザ

※日程は講師の都合により変更することがあります。

美咲町老人クラブ連合会 活動紹介

県老連 副会長・女性委員長 延原 愛子

私達、美咲町老人クラブ連合会では、高齢者が安心・安全で暮らせる地域を目指しております。単位クラブを始め、老人クラブは、各種の研修会を行い、特に会員相互の仲間づくりを勧めています。老人クラブは、全員加入が理想です。会員増強へのお力添えをいただきたく、よろしくお願い致します。

2017年1月5日(木)に、岡山県庁を訪れ、伊原本知事に新年御挨拶に伺いました。高齢者交通事故防止、特殊詐欺被害防止を願い、安心・安全な生活が送れるように心を込めて作った、マグネット付のおしゃれな帽子(「防止」にかけて)と一緒に知事にお渡ししました。知事は高齢者の交通事故防止、詐欺被害防止に大変関心をお持ちでした。老人クラブの今後の活動に期待されました。



編集後記

明けましておめでとうございます。
皆様お揃いで輝かしい新年をお迎えのことと存じます。今年も初詣に行きましたが、今年こそはいいことがありますようにと思うのは私ばかりではないだろうと思います。昨年は鳥取地震、交通事故、詐欺被害、殺人事件をはじめ凶悪犯罪の多発等々新聞紙上を賑わす暗いニュースばかり目立ちました。今年こそは明るく希望の持てるニュースを期待しておりますよ神様!「私に言われても、私もどうにもなりませんよ」と神様は言われるかもしれません。やはり一番身近で頼りになるのは自分でしょう。老人福祉大学で習いましたね。笑いはホルモンが分泌され痛みを緩和してくれたりストレスさえも解消してくれる、そんな効果もあるそうです。笑うことにはお金はかかりません。日々の生活の中に笑いを取り入れましょう、そして楽しく暮らすことによって素晴らしい1年となりますように、皆さん頑張りましょう。



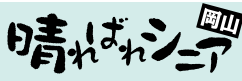
老人クラブとは

老人クラブは、おおむね60歳以上の高齢者が地域で自主的に参加しているクラブです。市町村の老人クラブを県老連でとりまとめています。高齢者の経験、知識を生かし、地域社会に貢献するとともに、生きがいと健康づくりのために相互に支え合うことを目的として運営されています。

新規加入
大歓迎!!

岡山県

■会員数
151,038人
■クラブ数
2,694クラブ
(平成28年3月末現在)



(発行部数: 50,000部)

発行: (公財)岡山県老人クラブ連合会
〒700-0807 岡山市北区南方2丁目13番1号
岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館
(きらめきプラザ内)
TEL (086) 226-2877 FAX (086) 226-2881
企画・印刷: 昭和印刷株式会社
岡山市南区豊成3-1-27 TEL (086) 264-6110

私たちは岡山県老人クラブ連合会の活動を応援しています。