

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修了
- 5／高齢者地域リーダー研修会
- 6／全国老人クラブ大会
- 7／健康づくり・生活支援セミナー
- 89／県下各クラブの活動紹介
- 10／女性委員会幹事会
- 11／県老連委託事業開催
- 1213／会員のひろば・加入促進表彰
- 14／会長・事務担当者合同会議

晴ればれシニア岡山

— 岡山県老連だより —
<http://okaroren.info/>

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22号

おかやま県老連だより
(通巻91号)
令和2年1月号

瀬戸内市 虫明湾・長島 写真提供：岡山県観光連盟



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、県民の皆さまの健康とご多幸を心からお祈り申し上げます。
岡山県に甚大な被害をもたらした平成30年7月豪雨災害から1年半が経過しました。この間、県では、復旧・復興に全力で取り組んでまいりました。被災された皆さまが一日も早く住み慣れた地域で、普段の生活を取り戻し、希望をもって安心して暮らせるよう、被災地の課題やニーズを踏まえながら、「より災害に強く、元気な岡山」を目指し



地域の絆を深め、 仲間を増やそう

公益財団法人岡山県老人クラブ連合会
会長 吉田 建太郎

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
新しい時代「令和」初の新年となりました。会員の皆様には心新たに大きな夢を持つてお迎えの事とお慶び申し上げます。
時代も変化し、併せて社会も超高齢社会に向けて大きく変化を見せています。「人口減少」、「少子高齢化」の社会問題（2025、2040年問題）が増々クローズアップされる中、我々高齢者を取り巻く社会環境（地域環境）にも数々の課題が見られます。例えば、「健康問題（認知症）」、「社会的孤立（ひとり老人）」、「地域の安全、安心（詐欺）」、「地域の絆」等……。
さて「人生百年時代」も現実的となり、国もここにきて数々の策を検討され、講じら

れてきております。中でも我々高齢者の生活に直接係る「全世代型社会保障制度」の改革が提唱されています。「高齢者の社会参加」が推進され、元気な高齢者の働く場の拡大も期待されています。
この様な背景の中、我々「老人クラブ」の果たさねばならない役割、期待が増々大きくなりつつあり、その有用性、存在感、期待感も多大です。本年は「老人クラブ」にとつて60年の歴史の中で培われた「健康づくり」、「生きがいづくり」、「友達作り」、「地域づくり」において蓄積された実力を発揮する絶好の機会到来の年と成ることが期待されます。
（いよいよ老人クラブの出演です……）
しかし一方「老人クラブ」

は現在、数多くの課題も抱えています。私達、老人クラブでは、本年は次の大きな二つの課題を柱として重点的に取り組みたいと考えています。
一、「引き続き、会員増強を（本気で）、（やる気で）取り組む」
難しい課題ですが会員減少に歯止めが掛からない現状を考えるとこれ迄のやり方の反省も踏まえ、各地域現場（市町村老連、支部、単位クラブ）で事情、条件が異なっている現状に鑑み、現場をしっかりと把握して、現場からの「目標」、「体制」「やり方」を発信し、ボトムアップで、それぞれ地に足が着いたやり方で推進、指導することが好ましいと考えます。又この件は継続的に実施する事が必須となります。

二、「地域づくり」を積極的に推進する。
今、各自自治体が進めている「新地域支援事業」に参加し、「生活支援」を主とした「地域づくり」を共働体として積極的に推進していくことが必要です。「地域づくり」こそ高齢社会のこれからの課題を解決する大きな「鍵」を握っています。又地域づくりは「絆」を深める（近所の絆、地域の絆）事から始まります。本年は「助け合い、支え合いの共生社会」、「住み良い、住み続けられる、楽しい、豊かな地域」の実現に向け皆様とご一緒に力を合わせて頑張りたいと考えています。今年一年皆様のご支持、ご支援をお願いして年頭のご挨拶とさせていただきます。

て、引き続き全庁一丸となつて取り組んでまいります。
また、昨年は、復旧・復興とともに、「生き生き岡山」の実現に向けて、教育の再生や産業の振興をはじめ、さまざまな施策を展開してまいりました。
新晴れの国おかやま生き生きプラン「生きがい・元気づくり支援プログラム」の推進施策では、「高齢者の生きがいづくりと社会参加活動の促進」に取り組んでおりますが、活力ある地域社会を形成するためには、高齢者が社会の重要な一員として生きがいを

持つて活躍することが望まれており、特に、元気な高齢者は、地域包括システムの構築に向けた新たな担い手としての活躍が期待されております。
そうした中、市町村と連携した高齢者と若い世代間の交流や相互支援、生活支援などにおける老人クラブの皆さま方のご活動、とりわけ、会員の知識や技能、経験を生かした、地域における新たな担い手としての活躍は、高齢者の生きがいづくりや社会参加に寄与いただいているところであり、改めて感謝申し上げます。

ます。
今年は、新晴れの国おかやま生き生きプランの最終年度に当たります。好循環の流れをさらに力強いものにし、すべての県民が明るい笑顔で暮らす「生き生き岡山」の実現を目指して取り組みを加速してまいります。活力と希望に満ちた明るい1年となりますよう、県民の皆さまと力を合わせて県政を推進してまいりますので、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。

令和元年度

岡山県総合社会福祉大会

（岡山県老人クラブ大会）



令和元年10月10日（木）、岡山市市民会館において岡山県総合社会福祉大会（岡山県老人クラブ連合会を含む8団体の主催）が、県内の社会福祉関係者約1,200名の参加のもと開催されました。

岡山県共同募金会内田通子副会長による開会宣言、国歌斉唱、昨年の西日本豪雨災害被災者への黙とう、大会会長の岡山県社会福祉協議会足羽憲治会長の開会あいさつ、佐藤兼郎岡山県副知事の激励のことばに続き、社会福祉功労のあつた個人・団体の表彰が行われました。老人クラブ関係の表彰については、次のとおりでした。受賞された方々及び団体におかれましては、誠におめでとうございます。これからも益々のご活躍をお願いいたします。最後に大会宣言（案）を参加者全員

で採択しました。

式典の後、「ガッテン流！生活常識、大逆転のススメ」と題して、元NHK「ためしてガッテン」ディレクターの北折一氏による特別講演が行われました。

NHK時代の不規則な生活からメタボになり、それから自身で考案した「測るだけダイエット」に取り組み、見事ダイエットを成し遂げた実体験を紹介しながら、「測るだけダイエット」を中心に話を進められました。毎日体重計に乗り、体重が減る喜びを感じれば頑張れる。嬉しい、楽しい、気持ちいい、がダイエットの基本と力説されました。このほか、東日本大震災にも触れ、防災では最も重要なのは「家具を留める」こと、地域社会との関係では、「介護予防のためにも人との交流が大事」、「役割を持った人は塞ぎ込むことがない」など数々の話題を軽妙、闊達にお話され、楽しく拝聴しました。

最後に岡山県身体障害者福祉連合会 藤田勉会長の閉会のことばにより、大会が終了となりました。

岡山県老人クラブ
連合会長表彰

老人クラブ

特別功労者 72 名

《玉野市》

城戸 清宏

池田 守良

定岡 忠道

井上 登志雄

《備前市》

草加 三千子

神田 光子

吉野 敏満

坂口 富美子

清水 美智子

《赤磐市》

有吉 幸子

川中 照雄

坂口 孝生

繁定 健三

《和気町》

大口 知明

行正 健志

《吉備中央町》

井上 弘志

《倉敷市》

小原 章

安田 泰治

木曾 福一

木元 房雄

小野 勇

大島 幸雄

田邊 正治

山下 成久

松山 榮吉

河野 哲

岡野 輝忠

三宅 良一

木村 英太

丸本 一雄

原田 貞男

猪木 剛

福武 勝行

小野 浩

加藤 規郎

須増 克利

《井原市》

長谷川 勇

《総社市》

荒木 千代信

武田 十郎

河原 精一

茅原 次夫

《高梁市》

名藤 福良

日向 稔

村上 隆義

《新見市》

吉國 政男

《浅口市》

河手 浩

経遠 貞雄

立木 伊勢廣

坂本 喜晴

《里庄町》

山本 益大

《矢掛町》

木村 勉

《津山市》

常藤 義徳

今石 崇

土井 鯉喜丸

村上 忠光

《真庭市》

澤本 晴視

上田 憲邦

榎野 喬啓

山崎 健治

《美作市》

谷口 亘

朽山 邦宣

石橋 義幸

《鏡野町》

山本 武司

《勝央町》

竹久 達夫

《奈義町》

有元 福治

《久米南町》

園田 良美

《美咲町》

岡部 真三郎

米戸 収司

萬代 陽吉

森本 一雄

河合 寛治

《和気町》

柴田 清子

小田 昭美

《倉敷市》

岡本 末子

江口 邦男

《井原市》

佐藤 玉子

《高梁市》

大月 進

荒田 祐吉

《新見市》

山川 次教

松尾 賢一

宮永 孝正

小川 喜計

西村 節夫

大田 弘

《浅口市》

松田 宏

宇那木 智幸

中寫 美奈子

井植 初代

《真庭市》

横山 史須子

《新庄村》

酒井 正博

《鏡野町》

水田 早苗

優良老人クラブ
17 団体

《玉野市》

滝悠友クラブ

迫間永楽会

《赤磐市》

下市老人クラブ

《和気町》

矢田部老人クラブ

《倉敷市》

鷺ヶ丘絆会

船穂町二之丁之会南

元組長寿会

蘭第 5 クラブ

《浅口市》

仁故長寿会

宮ノ前老人クラブ

《津山市》

笠松いきいきクラブ

斎野谷ときめき会

《美作市》

久賀長寿友の会

中河内・別所老人クラブ

朽木みずほクラブ

《奈義町》

滝本春秋会

岡山県知事表彰

岡山県福祉功労
（老人クラブ役員）

《岡山市北区》

鳥越 幸子

《岡山市東区》

水嶋 昌康

《倉敷市》

三宅 哲

《新見市》

村井 留治

宮崎 邦人

宮地 昇

《鏡野町》

定久 正義

《老人福祉功労
（老人クラブ）

《岡山市中区》

ひまわりクラブ

《高梁市》

西阿寿会

《井原市》

高屋西部寿会

《新見市》

三坂親生クラブ

《真庭市》

勝南老人クラブ

《津山市》

平安会

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》

白石西友愛クラブ

中撫川東地区

さくらクラブ

《岡山市南区》

中畦豊生会

福浜町青空クラブ

《倉敷市》

大平戸島クラブ

《真庭市》

三田シルバークラブ

平田老人クラブ

《津山市》

千代長寿会

三宅 輝明

吉田 正吉

《吉備中央町》

沼本 英雄

《新見市》

大本 一巳

岡田 克三

東郷 豊志

宮永 清美

宮永 孝正

《井原市》

三宅 安治

《津山市》

石原 敬三

佐々木 由恵

堀田 貞信

《美作市》

佐藤 菊子

《真庭市》

仲田 静

《鏡野町》

藤本 信男

《老人福祉功労
（老人クラブ）

《岡山市北区》

白石西友愛クラブ

中撫川東地区

さくらクラブ

《岡山市南区》

中畦豊生会

福浜町青空クラブ

《倉敷市》

大平戸島クラブ

《真庭市》

三田シルバークラブ

平田老人クラブ

《津山市》

千代長寿会

令和元年度
岡山県
老人福祉
大学
修了

令和元年度（第44次）岡山県老人福祉大学は、6月6日（木）の倉敷会場①を皮切りに始まり、11月29日（金）の岡山会場をもってすべての日程を無事終えました。講師をお引き受けいただいた先生方、また受講していただいた皆様、誠にありがとうございました。

本年度の受講者は1、228名で、昨年度（1、185名）を上回る方に受講していただきました。修了者は1、120名でした。そのうち奨励賞は161名、栄誉賞は47名の方が受賞されました。

日程的には、台風の影響でひやひやした時もありましたが、すべての講座を予定どおり実施することができました。

本年度の講義は、みゅーじっくくらいふ琴友夢代表の松村有乃佳先生の元氣講座から元気に始まりました。

岡山弁協会会長の青山融先生の講義で岡山弁の良さ、ユニークさを再発見し、岡山西大寺病院理事長小林直哉先生の健康講座と余興で披露されたマジックを楽しみました。また日本健康運動士会岡山県支部長石尾正紀先生の運動講座で日頃からの運動の必要性を再認識し、最後はものまねしゅうるサラリーマン夢小路あきまる先生の漫談で一年の講座を笑いで締めくくっていただきました。受講生の皆様、いかがでしたでしょうか。

来年度の老人福祉大学は、引き続き岡山市老人クラブ連合会と共催し、9月から11月で全3回の開催となります。講演時間は20分延長し90分とし、記載の先生方をお招きする予定です。たくさんの方の受講をお待ちしています。

講義内容

- 6月 生きがいづくり
「ハートが若返る『有乃佳の元氣講座』
〈自分でつくる自分の元氣〉音とことば（音楽浴）」
みゅーじっくくらいふ琴友夢代表 松村有乃佳先生
- 7月 老後の雑学
「岡山弁再発見！」
岡山弁協会会長 青山融先生
- 9月 健康づくり
「健康長寿+10年」
社会医療法人盛全会理事長 小林直哉先生
- 10月 運動と健康
「人生100歳時代に向けて、今日から始める健幸運動」
日本健康運動指導士会 岡山県支部長 石尾正紀先生
- 11月 漫談
「二期一笑」
ものまねしゅうるサラリーマン 夢小路あきまる先生
（※倉敷会場②では9月と10月の講師が入れ替わっています。）



令和2年度
講師予定

- ◆雑学 井上いつのり先生（フリーアナウンサー）
- ◆健康づくり 堀部徹先生（岡山県薬剤師会会長）
- ◆音楽と健康 吉井江里先生（音楽家）



令和元年度 高齢者地域リーダー研修会終了

令和元年度の高齢者地域リーダー研修会は、7月29日（月）岡山会場を皮切りに始まり、津山、高梁、美作の各会場での開催を経て、10月4日（金）倉敷会場をもって無事、成功裡に終了しました。

これまで岡山市老連と共催で行っていましたが、本年度から岡山市老連が独自開催となったため、県老連単独での研修会となり、会場もこれまでの東備会場での開催を取り止め、県下5会場で行うこととなりました。台風の襲来を心配した日もありましたが、予定どおり終了することができました。

開会後、県老連正・副会長から「老人クラブの現状とこれからの老人クラブ活動について」説明、続いて参加者全員で老人クラブの「いきいきクラブ体操」に挑戦しました。

その後、本年度も事例発表・情報交換の時間を設定し、「老人クラブの魅力づくりについて」をテーマに各会場とも2つの単位クラブから事例を発表していただき、それをもとに全員で情報交換を行いました。ど

の会場でも多くの意見が出され、活発な情報交換の場となりました。事例を発表していただいた単位クラブの皆様、ご協力ありがとうございました。

また、午後からの研修には健康運動指導士の高見博子先生を講師にお迎えし、「みんなでのぼそう健康寿命 老後に備えて貯筋のススめ」と題して講演していただきました。大切なことは一人ひとりが健康に気を配り、自立して暮らせる「健康寿命」を延ばしていくことと話され、老化予防には筋トレが効果的として、高齢期にオススめの運動としてスクワット、ひざの屈曲・伸展、つま先立ち

など、実地に指導していただきました。筋肉痛を心配しながら、参加者全員で汗を流しました。皆様ご苦労様でした。

いろいろな課題がある中、活動内容など情報交換し、意見を出し合うことは大変有意義なことと考えています。老人クラブ活動に取り組んでいる多くの方々がこの研修会に参加してくださいことを期待しています。

◆研修内容

①講義

「老人クラブの現状とこれからの老人クラブ活動について」

県老連 正・副会長

②いきいきクラブ体操

③事例発表

④講義

「みんなでのぼそう健康寿命 老後に備えて貯筋のススめ」

健康運動指導士
高見博子先生

⑤まとめ

◆開催期日・場所・参加者（内女性）

◎岡山会場 7月29日（月）

きらめきプラザ

67名（20名）

◎津山会場 8月23日（金）

津山市総合福祉会館

71名（16名）

◎高梁会場 8月29日（木）

高梁総合文化会館

50名（13名）

◎美作会場 9月27日（金）

湯郷地域交流センター

45名（24名）

◎倉敷会場 10月4日（金）

くらしき健康福祉プラザ

101名（29名）

※本年度の参加者は334名（内女性102名）でした。



第48回

全国老人クラブ大会



—日時—

11月26日（火）～27日（水）

—場所—

埼玉県

彩の国さいたま芸術劇場（26日）

大宮ソニックシティ（27日）

—メインテーマ—

「のばそう！健康寿命、
担おう！地域づくりを」

全国から約2、200名
が集う中、岡山県老連からは
被表彰者2名、一般参加
者7名（うち1名事務局）
で参加しました。

第1日目

活動交流部会

◆第1部会 高齢者の健康
づくり・介護予防活動
の推進

◆第2部会 高齢者の支え
合い活動の推進

◆第3部会 演じる活動

第1・2部会…テーマに
そった事例発表の後、質疑
応答、助言者からの助言、
講話。

第3部会…全国から公募
して決定された団体の舞台
での発表と普段の活動状況
報告。

第2日目

講演・式典

◆オープニング

「美しき天然」

風流家元舞踊道場

◆講演

「武蔵一宮氷川神社の歴史」
武蔵一宮氷川神社権宮司
東角井 正臣氏

◆アトラクション

「新聞紙による彩の国伝
統絵巻」

埼玉県川口市老連
さしまスローライフ

◆活動ビデオ紹介

「全国100万人会員増
強運動に取り組んで」

大阪府交野市

星友クラブ連合会

◆式典

参加報告

元岡山県老連会長

倉敷市老人クラブ連合会

松尾 武司

この度、全国老人クラブ
連合会会長表彰（育成功労
表彰）を受賞いたしました。
これもひとえに岡山県
老連、倉敷市老連の皆様の
ご支援の賜物と心よりお礼
を申し上げます。

大会の会場のある大宮駅
周辺は、活気に満ち今後
も、飛躍する雰囲気の中で
した。

大会では、川口市老連の
アトラクション『新聞紙に
よる彩の国伝統絵巻』にも
目を見張りました。地元の
伝統的な芸能・工芸品であ
る、五月人形、獅子舞、歌舞
伎、花魁道中、花嫁、日光
ご成道まつりなどの衣装を
新聞紙などで製作し、舞台
で踊る姿は、きらびやかで
まさに絵巻のようでした。
また、参加した部会では、
各クラブの熱心な活動
もさることながら、特徴
的なネーミングの工夫も
心に残りました。神奈川県
の南足柄市老連の生活支
援活動は、「おたがいさま

ネットおかもと」と名付け
られています。当初は、身
体が動けず困っているだ
ろうから、「草むしりの手
伝い」という程度から始
まったそうですが、高齢者
だけでなく、全世帯向けの
アンケートでニーズを把握
し、ゴミ出し、外出の付き
添い、子育て支援など、サ
ポーターを募っての多岐に
わたる活動でした。

また、「ちよびつとお助
け隊」と名付けた山梨県中
央市ことぶきクラブ連合会
の田富支会のボランティア
活動。活動する側は、一人
暮らしや病気がちな高齢者
の困りごとを解決していく
過程で助け合うことの大切
さを痛感し、依頼者側も大
半の人は自分が困ってみ
て、初めて助け合いに気付
いたという感想がありまし
た。今、自分が元気であ
り、自分動いても、人間だれ
しも、いずれは、助けてもら
う方になります。地域の中
で、困りごとがあるのに、
「困っている」と言えない
方が声を上げられるような
地域の雰囲気づくりをどの
ようにしていくかが今後の
課題となると思います。
今後の会員の皆様のご健
康と益々のご活躍をお祈り
申し上げます。

全老連会長表彰

育成功労表彰

松尾 武司

（元岡山県老連会長）

藤本 信男

（岡山県老連理事）

富士田 肇

（前高梁市老連副会長）

奥岩 純治

（岡山市老連副会長）

優良老人クラブ

一色長生会

（真庭市一色地区）

斎富シルバークラブ

（赤磐市斎富地区）

木之子中慎思クラブ

（井原市木之子中地区）

100万人会員増強運動表彰

平安会

（津山市津山支部城西地区）

笠松いきいきクラブ

（津山市津山支部城西地区）

中原楽笑会

（津山市津山支部大崎地区）

工門長寿会

（津山市勝北支部新野地区）

西上白寿会

（津山市勝北支部新野地区）

西中長寿会

（津山市勝北支部新野地区）

矢掛町老人クラブ連合会

（矢掛町）

※その他、「活動賞」として3団体が全老連より
表彰されました。おめでとうございます。

健康づくり活動部門

備中地域老人クラブ

（高梁市）

ボランティア活動部門

大田原明友会

（和気町）

その他の活動部門

津山市老人クラブ連合会城東地区

（津山市）

令和元年度

高齢者の健康づくり・生活支援セミナー

参加報告



日程 令和元年12月12日(木)
13日(金)
会場 新霞が関ビル
全国社会福祉協議会
灘尾ホール
参加者 135名

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに掲げた老人クラブにふさわしく全国から元気いっぱい135名の方々(岡山県からは5名)が参加し、老人クラブの活動を更に推進するための知識や方法の取得に努めました。

の中で特に社会参加の面を取り上げての講演でした。人生100年時代、「まずは自分のために、それが相手のために、地域のためによし」孤独な生活をやめ、趣味や組織活動に関わることが大切です。健康寿命を延ばし地域づくりの源となります。

第1日目

◆開会挨拶

全国老人クラブ連合会
常務理事 齊藤 秀樹氏

◆来賓祝辞

厚生労働省老健局振興課
課長補佐 川島 英紀氏

◆講演

東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加と地域保健研究チーム研究部長 藤原 佳典氏

「フレイル予防と地域支援合い」
フレイル予防の3つの柱

「栄養」「運動」「社会参加」

◆基調説明

全老連事務局長 正立 斉氏

「老人クラブが取り組む健康づくり活動・生活支援」

◆健康講座①医療

日本医師会常任理事 江澤 和彦氏

「上手な医療の受け方」

倉敷市で介護医療院のあり方に熱心に取り組んでおられる先生による講演でした。認知症に特効薬はありません。原因は孤独・孤立から引き起こされる不安・ストレスからです。認知症の方の尊厳の保障は、周りの人々や環境に大きく左右されます。

◆健康講座②栄養

日本栄養士会専務理事 迫 和子氏

「高齢期の食生活のあり方」

栄養状態を悪くしないように三食とり(肉は元気の元)、閉じこもらずに皮膚を日に当てましょう。食べるよりよく生きられます。

◆事例発表

「健康づくり、介護予防活動、生活支援の取り組み」

①サロン活動を通じた健康づくり・介護予防
香川県三豊市
老人クラブ連合会
会長 藤川 泰文

②自治会と共につくる安心して暮らせる町づくり
横浜市保土ヶ谷区
老人クラブ連合会
理事 菅原 銀孝

③誰でも参加できるふれあいサロンきたーのオープン
秋田県湯上市
老人クラブ連合会
副会長 三浦 ミヤ

第2日目

◆健康講座③運動

順天堂大学名誉教授 武井 正子氏

「高齢期の運動による健康づくり・介護予防」

日常的に体をバランスよく動かすことによって、運動器の機能を維持し、できるだけ自立して、要介護にならないようにしましょう。

◆健康講座④歯・口腔

日本歯科医師会
地域保健委員会
ワーキングメンバー 渡邊 裕氏

「歯・口腔の健康管理について」

歯周病と糖尿病、血管障害、誤嚥性肺炎とは関係があり歯周病治療は血糖コントロールの改善に有効です。口の健康に大切なことは喋る、笑う、口を動かしてしっかり食えることです。

◆グループ学習

「クラブで取り込む健康づくり、生活支援活動」(情報交換)

事前に提出したアンケートを基に22グループに分かれ、情報交換を行いました。

感想まとめ

2日間にわたり内容の濃い最新情報を取り入れた講義でした。セミナーの中心は「フレイル(虚弱)の予防」であったように思います。「運動不足」「栄養不足」「社会参加不足」に陥らないよう、身近な人から地域の高齢者へと自覚を促す普及活動をしていきたいです。専門家を招請して勉強会を開き周知していくことがセミナー参加者の務めでもあると思います。教養(今日用事がある)教育(今日行く所がある)は自分の為、人の為にとっても大切なことであり、フレイルや認知症の予防に効果があります。継続して社会参加をしましょう。



(写真右から)

和気町老連事務局長 宇高 淳二
高梁市老連会長 太田 聖眼
早島町老連会長 藪木 伸一
岡山県老連女性副委員長 植田 洋子
岡山県老連副会長 延原 愛子

とびっこす
Topics

県下各クラブの活動紹介



津山市

津山市老連 勝北支部の活動

勝北支部は25クラブ1,563人で活動しています。

共通活動として、週1回の小学校下校時見守りを平成17年より続けています。このことを通じて小学校3校とは、「昔遊び」や「見回りご苦労さん会」などを実施して結びつきが深くなり、老人クラブの存在意義を高めることにつながっています。

また、花いっぱい運動の花壇作り、こけない体操、神社・公会堂などの清掃活動も行っています。その他それぞれのクラブでは、一日旅行、茶話会、食事会なども実施しています。

特に花壇作りでは勝北支部の会長全員でバス視察するので、手入れがおろそかになっているクラブは何らかの困難が生じていることがわかり、事前に対処して解散を防ぐことができます。

そのような工夫もしながら私たちは会員増強に努めてまいりました。

私たちの地域は、昭和48年勝北町老人クラブとして発足しましたが、当時から65歳以上が会員であり、定着しています。

平成25年1,274人であった会員数は増強運動の最終年には1,563人となり、目標であった260人を上回る289人の会

津山市老人クラブ連合会 会長 高橋 重逸

員増となりました。成功した要因としては①なぜ今、会員増強なのか、というそもそも論を繰り返し、機会あるごとに訴えたこと、②目標を各会長に提示し、自覚の上、若手会員、女性会員と複数で対象者に訴えたこと、③断られてもそこが始まりと諦めず働きかけたこと、④会の活動に参加して誘ったこと、等々です。

大切なのは、平素のクラブ活動が楽しい活動であることであり、更には町内会長等の援助を受け、町内会の総会、役員会で議題として訴えてもらった、ということです。

勝北支部は成功しましたが、他の支部は減員となっっています。課題の一つは役員、特に幹部役員の自覚です。もう一つは、市街地対策です。津山市中心部でのクラブ作りが必要と考えています。

試みとして、私は市長に訴え、担当課幹部に休部直前になっている大きなクラブに行政としてクラブの必要を話してもらいました。効果を期待しているところです。

会員増強に向けて頑張りましょう。そして、楽しいクラブ活動を進めましょう。

備前市

～未来の主役（幼稚園児）と交流！～

備前市老人クラブ連合会 日生地区老連 事務局長 谷脇 輝彦

10月15日、「幼稚園児とふれあいスポーツ大会」を開催しました。「ひと～つ、ふた～つ、み～つつ・・・31、32！赤組の勝ち！」バンザイが体育館内にこだまします。園児との交流は玉入れ・体操・綱引き・玉転がしとあっという間に終了しました。

後半戦は会員220名余が、グラウンド・ゴルフの打数・速さ・ニアピンを競い、輪投げ・ペットボトル倒し・玉入れ・玉転がし・フォークダンスをしました。

中でも、木管に紐を巻く「紐巻き」競技！日生町は漁業と漁網製造の町、紐巻きの経験者が多く、大会に備えての練習をする地区もあり、この種目で最高潮に達します。応援合戦も見ものでした。

近年は社会全体で定年延長が進み、老人クラブへの加入が高齢化し、大会参加者が減少傾向です。今後は色々と工夫しながら、先輩達が残した34回（34年）を誇る大会を継続していきたいです。

この他、各種行事の活動を紹介します。5月の「総会」。9月の「公園清掃奉仕」。毎月の輪番制による「町内清掃奉仕」「9会場でのたまり場活動」「フォークダンス」「コーラス」。年間8回の「グラウンド・ゴルフ大会」。「ゲートボール大会」。年間4回の「料理教室」。春秋の「ウォーキング」等々。切れ目なく行事が続きます。

若手の役員達のテキパキした手配と、積極的に参加する会員達でスムーズに行事を遂行しています。



2019 紐（ひも）巻き競技



2019 園児と玉入れ



2019 園児と綱引き

里庄町

いきいき百歳体操

里庄町老人クラブ連合会 殿迫老人クラブ 会長 中川 誠之

人生百歳時代を迎えて、殿迫老人クラブでは、介護予防のひとつとして「いきいき百歳体操」を取り入れています。里庄町地域包括支援センターのご指導をいただきながら、令和元年7月から実施しています。毎週水曜日の午後公会堂に集合、誰となく早く出席された方が自主的に椅子を並べるなど会場づくりをします。

参加者は93歳の方をはじめ25名前後で推移、毎週1時間半ほど体を動かします。参加者は女性の方がほとんどで、毎回到ぎやかで、おしゃべりが絶えません。血圧測定をして当日の体調を確認、準備体操に続いて百歳体操です。手首におもりをつけて、ゆっくりと大きな声で童謡「ももたろう」を歌いながらスタートです。私たちが実際に体操しているところをビデオ撮影して、SDカードをテレビにセット、その画像を見ながら体操をしています。途中で休憩をはさんで、おもりを足首につけかえ、ピアノの伴奏にあわせて「うらしまたろう」の歌声が会場いっぱいにひびきます。整理体操のあと、血圧測定をして自分の体調を確認します。最近では1回の体操では物足りなくて2回繰り返し行っています。足の調子が悪く杖が必要な方や軽い脳梗塞で足腰が不自由な方も参加されており、体操には少し抵抗のある部分があるようですが頑張っています。

体操が終わって茶話会のひと時、おしゃべりも賑やかに、お互いがふれあいを深める場ともなっています。参加者も増加しつつあり、さらに充実した活動ができるよう頑張りたいと思っています。

百歳体操と相まって元気アップ教室もこれまで年1回のところを年3回に増加して実施しています。転倒骨折予防の体操や熱中症・介護予防についてのミニ講話で頭の体操を行い、元気でいきいきとした生活を送るように頑張っています。



女性委員会幹事会開催



令和元年9月13日（金）午後、きらめきプラザ会議室において、県老連女性委員会第26回幹事会を開催しました。延原委員長、植田・香川副委員長はじめ幹事会のメンバー15名全員と、県老連吉田会長が出席しました。

吉田会長、延原委員長のあいさつに続き、次の事項について協議しました。

① 会員増強運動について

事務局から、平成26年度～30年度まで実施した全国100万人会員増強運動と県老連の2万5千人会員増強運動の結果について説明しました。残念ながら目標には達しませんでした。が、県老連の会員の減少率は、全国で少ない方から11番目であったことを報告しました。また県老連では、2万5千人会員増強運動に引き続き、本年度から「単位クラブ年間1名純増」運動を実施していることを説明し、女性委員のパワーを会員増強に繋げるようお願いしました。

② 令和元年度地区別女性リーダー研修会について

本年度の実施計画の内容等について、備前・備中・美作の各地区代表から発表していただきました。

③ 次世代育成支援リーダー養成講習会について

事務局から、本年度は令和2年2月27日（木）女性委員会総会後の午後から開催する予定であることを説明し、講演を誰に依頼するかなどについて協議しました。その結果、講演者は事務局に一任となりました。

④ 令和2年度中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会記念品（案）について

事務局から、令和2年7月9日（木）～10日（金）に倉敷市児島で研修会を開催する予定であることを説明し、当番県老連として、参加者に配る手作りの記念品を何にするか協議しました。いろいろな提案の中で、開催地の産業である繊維生地を活用した小物を各地区で手分けして作成することとなりました。

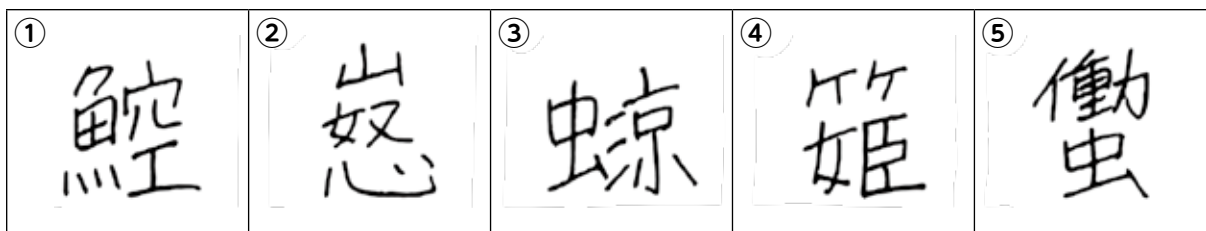
続いて講演に移り、岡山市瀬戸町に在住で、レクリエーション・コーディネーター、レクリエーション・千田節子先生に「健康増進のため楽しく続けられる指体操や脳トレ」と題してお話をいただきました。

まずは、空気を半分くらいにしたバレーボール大のボールを利用する運動でした。椅子に座ったまま全員で輪になって、ボールを手のひらで握りつぶす、両膝でつぶす、足で床のボールを隣の人に送るなど、いろいろな運動を教えていただきました。KBS運動とあって、筋力アップ（K）、バランスアップ（B）、ストレッチ・ほぐし（S）に効果があり、健康づくりに役立つとのことでした。

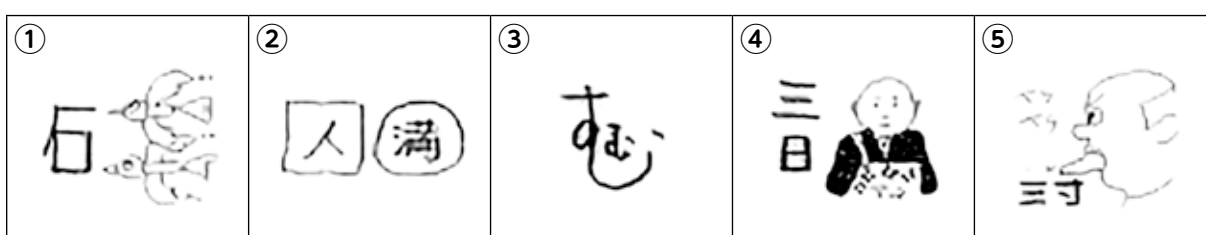
また、脳トレとしては、当て字漢字の意味を想像するゲームや絵文字から四字熟語を求めるクイズに挑戦しました。頭の柔軟性や表現力の幅を広げるトレーニングとして大変有効との説明でした。参加者全員、頭をひねりながら、冷や汗を流しながら取り組みました。例題としてその一部を掲載したので頭をひねってみてください。

（例題）

A 当て字漢字の意味を想像するゲーム



B 絵文字から四字熟語を求めるクイズ



美作地区高齢者スポーツ大会

9月25日（水）美作地区老連のゲートボール愛好家131人（24チーム）が鏡野ドームに結集し、4コートに分かれ、それぞれ9試合の延べ36試合の熱戦が繰り広げられました。

ゲートボールは、頭と体を使い、チームワークも必要となるスポーツであり、認知症予防にも大変役に立つ高齢者に最適のスポーツだと思ふので引き続き開催したいとのことでした。

試合結果

優勝 二川 （真庭）
準優勝 西河内新生会
第3位 新庄
第4位 西原 （奈義）



県老連委託事業

地区別岡山県高齢者スポーツ大会

地区別女性リーダー研修会

各地で開催!!

備前地区女性リーダー研修会



11月11日（月）備前地区女性リーダー研修会がきらめきプラザで開催されました。備前地区4市2町の女性会員32名が集まり、紙バンドでアクセサリー保管かごを作りました。紙バンドの貼りが繊細なので参加者全員が集中して取り組み、完成させることができました。

また、各地区へ材料を配分し、当日参加できなかった会員と後日実施しました。レシピを掲載しております。皆様も活動の一つとしていかがでしょうか。

紙バンドで作る手作りカゴ

☆ 材料（部材・寸法・色・本数）

・ 手	36cm	赤白	1本 1本
・ 飾り	9cm	赤	2本
・ 本体	37cm	赤白	8本 6本

☆ 作り方

- 手（36cm）
 - ・ 両端を5cm残し2枚合わせて貼る。
- 本体（37cm） 赤4本／白3本（2組）
 - ・ 白を中心に赤／白と交互に重ねて貼る。この時、片側を5mmぐらいずらす。これを2組作る。注）片側だけを貼る
 - ・ 2組を組み合わせる。
 - ・ 残りの片方を同じように重ね合わせる。
 - ・ 手は本体をはさんで取り付ける。飾りも同様にする。





短歌

手作りの園児の絵風舞ひ上がり
歓声ひびく新春の空

岡山市 深井 勝己

祝令和 清楚な梅花は和みの輪
即位の儀式明るい予感

津山市 内田 美智子

玲瓏とサインに記すと羽生九段
そうありたきと余生に思う

津山市 内田 美智子

楽しみに囲まれ暮らす老いの日々
それが嬉しいふらっとカフェ

津山市 今津 茂

俳句

気が付けば蛙からもう虫の声

津山市 今津 茂

赤カンナ子供神輿が路地曲る

岡山市 宮本老人クラブ 難波 鈴江

赤トンボ穂先で揺れし初舞台

津山市 ほほえみ会クラブ 森 康子

庭先の石畳みに冬の顔

新見市 長屋長寿会 小林 志恵子

秋晴に広場でつどう老寿かな

新見市 長屋長寿会 小林 志恵子

川柳

当りくじ見つめて除夜の鐘を聞く

岡山市 高島駅前町老人クラブ 高橋 広

岡山マラソン地元の宝再発見

倉敷市 小溝絆会 大橋 八十子

朝起きて今日の体調二本足

倉敷市 玉島柏台老人クラブ 榊 富英

孫去ってガレキの山に立ち尽くす

津山市 今津 茂

なる程と得心したがまたも何故

玉野市 玉野市老人クラブ連合会 岡田 充子

落葉舞う一人ベンチに背を向けて

真庭市 真庭老人クラブ久世 長尾 道子

脱ぐ時に初めて気づく裏返し

矢掛町 中川福寿会 高月 照美

徘徊か散歩ですかと万歩計

矢掛町 中川福寿会 高月 しげ子

投稿文

令和の御代を、心豊かに暮らすには、日々
を笑顔で迎え笑顔で送る

高梁市 松原町晴朗会 平田 重光

皆様の作品を募集します

応募締切日／令和 2 年 6 月 30 日（火）

岡山県老人クラブ連合会では令和 2 年 8 月に発行する「晴ればれシニア岡山第 23 号」に掲載する皆様の作品を次の通り募集いたします。

- 俳句 ●川柳 ●短歌 ●絵手紙
- 投稿文（身近な出来事、趣味などについて 400 字程度）

※投稿は未発表のものをお一人 1 点でお願いします。
※クラブ名・氏名・住所・電話番号を必ずご記入ください。
※編集にあたり文章の若干の添削をすること、また応募数が多数の場合は事務局により
選考させていただく場合があることをご了承ください。

【応募先】
〒700-0807 岡山市北区南方 2-13-1 きらめきプラザ内
岡山県老人クラブ連合会 晴ればれシニア岡山 作品募集係

絵手紙



津山市 内田 美智子

情報交差点

◆加入促進表彰◆

平成 30 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。
令和元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 (34 団体)

倉敷市 15クラブ	鳥羽健友会
	大寺交友会
	広江浜万年青クラブ
	五東福寿クラブ
	鶯ヶ丘絆会
	水島すこやかクラブ
	岡熊鴻寿会
	稗田第二長寿クラブ
	井戸長樂クラブ
	菰池茶の実会
	福島喜楽会
	大平第二戸島クラブ
	川辺中老人クラブ
	川辺北老人クラブ
	第 3 二万長寿会

《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)
① 30 人以上の単位クラブで平成 31 年 4 月 1 日の
会員数が、前年同日（平成 30 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 30 年 4 月 1 日～
平成 31 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。

津山市 5クラブ	平安会
	若つきクラブ
	久本福寿会
	大吉老人クラブ
	原なでしこ会
備前市 1クラブ	今崎老人クラブ
真庭市 3クラブ	下河内朗人クラブ 三楽会
	みつば会
	湯南クラブ
美作市 4クラブ	尾原・尾谷上老人クラブ
	真神福寿会
	福本福寿会
	河合東老友会（北南）
浅口市 3クラブ	大内ちとせ会
	宮ノ前老人クラブ
	八重老人クラブ 山富貴会

和気町 2クラブ	矢田部老人クラブ
	木倉松寿会
吉備中央町 1クラブ	北老人クラブ

新規クラブ (3 団体)

倉敷市 1クラブ	マスカットシニアクラブ
総社市 1クラブ	吉備路生き生きクラブ
赤磐市 1クラブ	桜が丘西 5 丁目老人クラブ (さくらクラブ)

復活クラブ (1 団体)

井原市 1クラブ	木之子東慎思クラブ
----------	-----------

合計：38 団体 (11 市町村)

市町村老連 会長・事務担当者 合同会議開催

令和元年10月23日（水）

に市町村老連会長・事務担当者合同会議をきらめきプラザにおいて開催しました。来年、岡山県老連が当番県となり中国・四国ブロックリーダー研修会を開催する計画であることから、急遽、開催したものです。県老連吉田会長のあいさつに続き、事務局から研修会開催案の説明と実施に当たったの支援・協力をお願いしました。また、昨年7月豪雨被災地復興支援事業の実施や台風15号・19号に伴う災害救援拠金への取り組み、県老連の来年度行事予定などについて、説明しました。

（市町村老連の皆様、台風災害救援拠金へのご協力、ありがとうございました。）

中国・四国ブロック リーダー研修会の開催案

○目的

討議と交流を通じて、リーダーとしての資質向上と活動の充実発展に資する。

○日時

令和2年7月9日（木）
13:00～10日（金）12:00

○会場

「WASHU BLUE
RESORT 風籠」
（旧鷺羽ハイランドホテル）

○研修内容

・基調報告（全国老人クラブ連合会）
・事例発表・討議
・記念講演
・全体会

○参加人員

計320名（予定）

○その他説明事項

- ①令和元年度からの会員増強運動の取り組みについて
- ②会員減少と県老連の財務状況について
- ③平成30年7月豪雨被災地復興支援事業について
- ④台風15号及び台風19号に伴う災害救援拠金のご協力について
- ⑤第45次岡山県老人福祉大学について
- ⑥県老連の令和2年度行事予定について
- ⑦その他



岡山県
老人クラブ連合会
会員の皆さまへ

平成30年7月豪雨災害

写真、体験談を募集します。

平成30年7月、私たちは豪雨による大災害を経験しました。

岡山県老人クラブ連合会では、高齢者や老人クラブの視点から、この豪雨災害の経験や取り組んだ活動を記録し、将来への教訓を残すことを目的として、復興を祈念する誌面を作成することを計画しています。

つきましては、

- ・災害時の様子がわかる写真や体験談
- ・復興に向けて取り組んでいる写真や体験談
- ・被災地への支援に取り組んだ写真や体験談
- ・防災についてクラブで取り組んでいる事例の紹介

などを募集いたします。写真には説明を付けてお寄せください。ご協力をよろしくお願いいたします。

締切日 **令和2年6月30日（火）**

送付先

〒700-0807

岡山市北区南方2-13-1 きらめきプラザ内

岡山県老人クラブ連合会 災害復興祈念誌係

TEL 086-226-2877 FAX 086-226-2881

※原則としていただいた写真や原稿は返却できません。

※誌面掲載の折には文章を若干添削する場合がありますのでご了承ください。

皆様の投稿で作られる記録資料としての作成を計画しています。あのときどう感じたのか、その後どのように行動したのか、皆様の貴重な経験や残しておきたい、また伝えておきたい思いをご投稿ください。

老人クラブ会員向けに 傷害保険・賠償責任保険で安心補償

2019年10月改定 傷 害 保 険 〈掛金・補償内容〉

自分がケガをした時の保険です。病気および他人に与えたケガは対象外です。

①対 象：老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。
加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体保険です。

②保険加入月 および保険期間	保険加入月（年2回のみ）	保険期間	申込及び掛金払込期間
	2019年10月加入の場合	2019年10月1日午後4時から1年間	2019年7月1日～9月15日まで
	2020年4月加入の場合	2020年4月1日午後4時から1年間	2020年1月1日～3月15日まで

③掛金払込の条件：申込みの人数に関わらず1回の払込につき掛金総額3,000円以上（追加の場合も同様）
※払込手数料は申込者負担

④補償範囲・掛金タイプ：「24時間型：4タイプ」・「活動型：2タイプ」の6タイプから1人1つ選択してください。
複数口加入はできません。

【補償額】上段：活動中のケガの補償額
下段：（活動中以外）のケガの補償額

⑤掛金・補償内容

タイプ		24時間型				活 動 型	
		クラブ活動中（往復途上（注1）を含む）・クラブ活動中以外を問わず日常生活全般（24時間）のケガを補償します。				クラブ活動中（往復途上（注1）を含む）のケガを補償します。	
補償内容	年間掛金	新 12,000円	新 8,000円	5,000円	3,500円	1,000円	500円
死亡保険金		344万円 （174万円）	217万円 （132万円）	210万円 （125万円）	137万円 （92万円）	85万円 （－）	45万円 （－）
後遺障害保険金（注2）		170万円 （－）	85万円 （－）	85万円 （－）	45万円 （－）	85万円 （－）	45万円 （－）
入院保険金日額（注3） 1事故につき30日限度		6,400円 （2,400円）	3,450円 （1,450円）	3,250円 （1,250円）	1,950円 （950円）	2,000円 （－）	1,000円 （－）
通院保険金日額 1事故につき30日限度		4,100円 （1,500円）	2,250円 （950円）	2,100円 （800円）	1,250円 （600円）	1,300円 （－）	650円 （－）
新 個人賠償責任補償 （自転車事故も含む）		1億円 （老人クラブ会員の同居の親族を含む）	1億円	【クラブ活動中とは】 ①「所属する単位クラブが予め計画・実施する活動」および②「市区町村（地区・校区）から全国までの各連合会が主催する活動イベント」ならびに③「老人クラブ関係者として他団体の活動」への参加・往復途上を含みます。 事故証明者：単位クラブ関係者、参加した主催老連関係者			
新 地震・噴火・津波 危険補償		○ （死亡・入院・通院）	○ （死亡・入院・通院）				
新 熱中症 危険補償		○ （死亡・入院・通院）					

〈ご注意〉「24時間型」については、職種級別A（無職・事務職〈ケガリスクの低い職業〉等）の場合の保険金額となります。
職種級別B〈ケガリスクの高い職業〉については、下記をご参照ください。
（「活動型」に職種級別はありません。）

- 職種級別Bに該当する主な職種
- ・「自動車運転者」、「建設作業者」、「農林業作業者」、「漁業作業者」、「採鉱・採石作業者」、「木・竹・草・つる製品製造作業者」（以上6職種）
 - ・上記に該当する方は、保険金額が変更になります。
 - ・詳しくは取扱代理店もしくは引受保険会社にお問合せください。

- （注1）往復途上とは、自宅（マンション、アパートなどの集合住宅は専用部、戸建ては敷地を含む）を出てから、クラブ活動場所までの通常経路を指します。
（注2）後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因する場合のみが対象となります。後遺障害の程度に応じて、クラブ活動中の後遺障害保険金の4%～100%が支払われます。
（注3）手術保険金として、入院中は入院保険金日額の10倍、外来（入院中以外）は5倍がお支払対象となります。

賠償責任保険 〈掛金・補償内容〉

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。自分のケガは対象になりません。

- ①対 象：老人クラブ（全員加入が条件となります） ②保険期間：毎年10月から1年間
③掛 金：1人年額100円（最低引受保険料3,000円） ④補 償：支払限度額1億円



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

受付時間 9:30から17:00まで（土、日、祝祭日、年末年始休）

加入申込書等、
資料請求先

専用FAX 03-3597-8767

お問い合わせ
ご相談

先 03-3597-8770

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.03-3597-8768

〈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、以下の商品についてご紹介したものです。

「老人クラブ傷害保険」

■活動型：老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険

■24時間型：総合生活保険（傷害補償）

「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）」

ご加入にあたっては、必ず「パンフレット」「概要」「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてあります保険約款によりますが、ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。

県老連等の行事予定

令和元年度		
1月23日(木)	若手委員会・加入促進委員会合同会議	きらめきプラザ
1月26日(日)	三世代交流 福幸祭 in 真備	倉敷市真備町
2月13日(木) 14日(金)	市町村老連正・副会長会議	岡山いこいの村
2月21日(金)	市町村老連事務担当者会議	きらめきプラザ
2月27日(木)AM	女性委員会総会	//
PM	次世代育成支援リーダー養成講習会	//
3月13日(金)AM	令和元年度第2回県老連理事会	//
PM	令和元年度第2回県老連評議員会	//
	シルバー基金運営委員会	//
3月26日(木)	地域の元気づくり事業報告会	//
令和2年度		
4月28日(火)	健康づくり推進委員会	//
5月19日(火)PM	令和2年度第1回県老連理事会	//
6月 5日(金)AM	令和2年度県老連第1回定時評議員会	//
PM	令和2年度第2回県老連理事会	//
6月12日(金)	令和2年度県老連女性委員会総会	//
7月 9日(木) 10日(金)	中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会	倉敷市児島

令和2年度（第45次）岡山県老人福祉大学 日程（予定）

	岡山 岡山市立 市民文化ホール	倉敷 くらしき健康福祉プラザ		津山 津山文化 センター	高梁 高梁市 文化交流館
		倉敷①	倉敷②		
9月	10日(木)	4日(金)	4日(金)午後	30日(水)	25日(金)
10月	27日(火)	8日(木)	8日(木)午後	23日(金)	19日(月)
11月	12月3日(木)	27日(金)	27日(金)午後	20日(金)	11日(水)

※午後と記載のないところは午前開催
※日程は講師の都合により変更することがあります。

令和2年度高齢者地域リーダー研修会 日程（予定）

岡山	6月29日(月)	きらめきプラザ
高梁	7月16日(木)	高梁総合文化会館
津山	8月27日(木)	津山市総合福祉会館
美作	9月16日(水)	湯郷地域交流センター
倉敷	10月30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。

編集後記

明けましておめでとうございます。昨年も東日本を中心に大きな災害が発生しました。今年こそは平穏無事であって欲しいと願うばかりです。さて、子の年もあわただしい日が続きそうです。1月には倉敷市真備町で災害復興応援「三世代交流 福幸祭 in 真備」を地元のボランティア団体等と協力して開催します。皆さんの参加をお待ちしています。また、7月には中・四国ブロックリーダー研修会を倉敷市児島で開催します。多くの仲間が集う研修会に向けて準備を順次進めてまいります。会員の皆様のご支援・ご協力が必要です。忙しくなりますが、何はともあれ、この一年よろしく願いいたします。

2020
新春

西日本豪雨災害復興応援

三世代交流

福幸祭

in 真備

1/26日

10:00～14:00
(雨天中止)

吉備真備駅前ロータリー

ふるまい

福幸餅 ※当日本部にてチケット配布します。数に限りがあります。

ポトフ

パフォーマンス

ギター弾き語り

備中神楽

吉備真備太鼓

大道芸 etc.

キッズ

ふわふわ遊具

クイズラリー

工作コーナー

子供服譲り

飲食(有料)

幻のカレーパン

シェフこだわりのメンチカツカレー

いか焼き

ゴリラカフェ

オムレツホットサンド

たこ焼 etc.

体験

グラウンド・ゴルフ

綿菓子

昔遊び

相談

健康相談&お茶

※お楽しみプレゼントもあります。

※エンリッチカフェ 専門家による健康相談

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。



岡山県老連

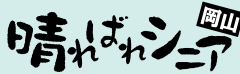
老人クラブとは

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
141,557 人
■クラブ数
2,563 クラブ
(平成31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