

第89号

地域と福祉をささえる老人クラブ広報誌

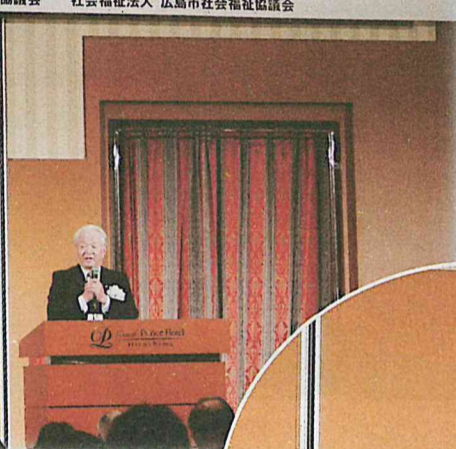
ひろしま 県老連

写真：第二音戸大橋(呉市)

平成27年度 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会 in広島

平成27年度 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会

主催：公益財団法人 全国老人クラブ連合会 公益財団法人 広島市老人クラブ連合会
後援：広島市 社会福祉法人 全国社会福祉協議会 社会福祉法人 広島市社会福祉協議会



鈴木孝雄理事長



松井一寛広島市長



基調報告 谷野総務部長

平成27年7月9日(木)～10日(金)の二日間にわたり、広島市グランドプリンスホテルにて、平成27年度中国・四国ブロックリーダー研修会が開催されました。
広島県老連からは、鈴木孝雄理事長以下46名、中国5県と広島市老人クラブ連合会から271人が参加しました。

本研修会は、中・四国ブロックの老人クラブ連合会のリーダーが日頃の友愛活動をはじめ、当面する諸問題と活動の成果を発表し、話し合うことを目的とした、ブロック内各県・指定都市老連の持ち回りによる研修会です。
研修会1日目は、全国老人クラブ連合会 鈴木孝雄理事長、広島市老人クラブ連合会 児玉吾郎会長の開会挨拶をはじめ、松井広島市長の挨拶などに続いて、基調報告では、認知症高齢者の将来推計、介護保険法の改正と詐欺被害の深刻化など、高齢者の深刻な社会情勢について、全国老人クラブ連合会 谷野総務部長より報告がありました。



蔵文FP270611号

私たちは広島県老連の活動を応援しています。

名残り鱧と蟹の競演プラン

造り、焼き物、揚げ物にご飯、それぞれ鱧と蟹を満喫できる！

名残り鱧のちり鍋又はずわい蟹のすき鍋
どちらか好きな鍋をお選びいただけます。

お1人様1泊2食 1室2名様以上利用 **14,900円～**

※ご利用日、ご利用人数により料金が異なりますので、詳しくは当宿までお問い合わせください。

牛1魚1貝1ポリも内容も満点!!海の幸たっぷり

羽衣会席プラン 要予約(前日まで)

お1人様1泊2食 1室2名様以上利用 **12,900円～**

※ご利用日、ご利用人数により料金が異なりますので、詳しくは当宿までお問い合わせください。

かんぽの宿 竹原

☎0846-29-0141
FAX 0846-29-0400

〒725-0002
広島県竹原市西野町442-2

かんぽの宿 検索

<http://www.kanponoyado.japanpost.jp/>

当宿最寄りの駅、バス停まで無料送迎いたします!!
(ご宿泊のお客さまに限りです。) ※前日までにご予約ください。

最寄りの駅・バス停 竹原駅(JR呉線)、東広島駅(JR新幹線)、白市駅(JR山陽本線)、広島空港、新庄バス停(芸備バス・かぐや姫号)の無料送迎

時間 9時～17時 【お知らせ】竹原駅エレベーターが設置されました。

■ご予約はお電話等により当宿へお申し込みください。※お電話等でのご予約とは電話・郵便及び当宿(フロント等)でのご予約となります。■掲載の料金にはすべて消費税を含んだ料金です。宿泊及び日帰りプランの料金は入湯税(宿泊150円、日帰り50円)を含んだ料金です。■お子さま(小学生)は1泊2食の料金からお1人様ご1泊につき2,160円を割引させていただきます。なお、12歳未満の場合は入湯税分(宿泊150円、日帰り50円)を減額させていただきます。■1室1名様のご利用は、ご1泊につき2,160円加算させていただきます。(シングルルームは除きます。)

■バリアフリー対応客室があります。■掲載の写真・イラストはすべてイメージです。■飲酒後の運転はご遠慮ください。■暴力団関係者及び入れ墨をした方の利用をお断りします。■宿泊特典および限定特典以外の割引等との併用はできません。

2015.10 日本郵政株式会社 かんぽの宿竹原

その1 ご夕食時 ワンドリンク無料サービス (グラスビールorソフトドリンク)

和洋室(お1人様ご1泊) 通常プラス500円 → 無料サービス
露天風呂付き洋室ツイン(お1人様ご1泊) 通常プラス2,000円 → プラス500円
露天風呂付き特別和洋室(お1人様ご1泊) 通常プラス3,000円 → プラス1,000円

販売期間 2015年10月1日～11月30日(月)

限定特典 広島県老人クラブ連合会の会員様
「会員証」または「協定施設宿泊利用割引券」を提示で、お1人様ご1泊につき500円を宿泊料から割引します。

分科会では、第1分科会「会員増強運動の推進」、第2分科会「地域支え合い活動の推進」、第3分科会「健康づくり・介護予防活動の推進」に分かれ、事例発表に続き助言者の講評、質疑応答活発な意見交換が行われました。特に第3分科会では、三原市老連 羽倉親栄会 河野会長から「いつまでも健康であり続けたい」その健康づくりをどう目指したらよいか、そのきっかけ等について、熱のこもった実践発表をされました。



第3分科会 発表者 羽倉親栄会 河野会長(左列中央) 座長 県老連 鈴木孝雄理事長(右列 左側)

その後の交流会では、「あきシニアアンサンブル」演奏とカラオケ大会などで、盛り上がり1日目が終了しました。
2日目は、恒例のいきいきクラブ体操に始まり、広島文教女子大学 菅井教授による「あい」を支える「攻守交代」と題した、高齢者の明るい未来を感じさせる講演がありました。最終の全体会議では、1日目の各分科会の報告が行われ質疑応答後、参加者全員の意識高揚が図られ、気持ちを新たに

にしました。

閉会では、次期開催地 香川県老人クラブ連合会 藤川会長より平成28年度開催の案内を述べられ、最後に広島市老人クラブ連合会 児玉会長の閉会の挨拶で、本研究会を終了しました。



第1分科会



第2分科会

庄原市 老人クラブ連合会 合併10周年記念式典開催

庄原市老人クラブ連合会は、旧庄原市、比婆郡西城町、東城町、口和町、高野町、比和町、甲奴郡総領町の1市6町のそれぞれの老人クラブ連合会が合併して10年を迎え、本年5月26日、庄原市民会館において、各地区老連から代議員及び役員約300名が参加のもと、広島県老人クラブ連合会理事長 鈴木孝雄様をはじめ多くの御来賓のご臨席を仰ぎ、記念式典を盛大に開催しました。
表彰式では、功労賞、感謝状に加え、合併10周年を記念した特別賞を設け、老人クラブの発展に功績のあった30名の方々が受賞されました。
同じく合併10周年を記念して開催された文化教養部の発表会では、写真や手芸等の作品展示と大正琴や舞踊などの芸能が披露され、一般市民の皆様にもご覧頂く中、特別出演のハワイアン＆フラショーで佳境に至り、記念式典に花を添えて頂きました。



主催者挨拶(庄原市老人クラブ連合会 住田 鉄也会長)

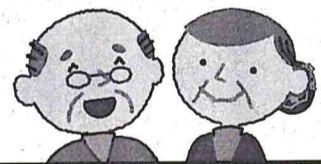
私たちは広島県老連の活動を応援しています。

くれしんは広島県老連の活動を応援しています。

年金のお受け取りは呉信用金庫で

くれしんで年金をお受け取りの方がご利用できます。

呉信用金庫
http://www.kure-shinkin.jp/



定
年
金
優
遇
預
金

お申込みいただくと
お一人さま**500万円**まで
店頭表示金利に上乗せいたします!

スーパー定期預金
店頭表示金利 **+年0.15%**

※金利は、税引前でお利息には税金がかかります。

シ
ニア
ラ
イ
フ
ロ
ー
ン

年金受給者専用の隔月返済または
毎月返済型フリーローンです。

担保
保証人
不要!

リフォームや
旅行・習い事などの
資金としてご利用
いただけます。

最高
100万円
まで

平成27年度中国ブロック老人クラブ 県・指定都市老人クラブ連合会連絡協議会」の 開催について

4月30日(木)に山口市湯田温泉「ホテルかめ福」において、中国ブロック5県と広島市、岡山市の2指定都市の老人クラブ連合会による平成27年度中国ブロック県・指定都市老人クラブ連合会連絡協議会」が開催されました。

この会議に広島県老連からは鈴木理事長ほか4名が参加しました。会議では、山口県老連西川会長の挨拶に始まり、全老連河野参事からの中央情勢説明の後、各老連の現状、27年度事業計画を報告し、その後、各県市から提出した協議議題について意見交換しました。主な議題は「会員増強・加入促進について」、「老人クラブの組織運営について」、「老人クラブ事業について」などについて、各県市老連の取組み状況や取り組み上での課題などが熱心に話し合われました。夜には夕食会も行われ、各老連間の交流が深められ、来年度広島市老連の担当で開催される会議での再会を約して終了となりました。



全老連中央セミナーについて

東京都内で6月1日(月)から2日(火)の2日間にわたって開催された全老連主催の「第33回都道府県・指定都市老人クラブリーダー中央セミナー」に、広島県老連から呉市老連の田中義則さんと三次市老連の黒田博巳さん、県老連の金岡峰夫事務局長の3名が参加し、全国92人(リーダー90人うち女性5人、事務局12人)の参加者に交じって2日間のセミナーを受講しました。

セミナーでは、1日目は、「新地域支援事業」を主なテーマとして、厚生労働省からの説明、全老連の齊藤常務理事の基調報告の後、茨城県坂東市新町シニアクラブ、鳥取県伯耆町老連からの事例発表を受けて、「単位クラブにおける会員増強」と「連合会における会員増強」を課題にグループ協議を行いました。2日目はいきいきクラブ体操で幕が開き、傷害保険の説明に続いて、「新地域支援について」と題して文京学院大学准教授中島修先生の講演がありました。最後に全体会として、グループ協議の概要報告や質疑応答を行い、中身の濃いセミナーが終了しました。

祝全老連表彰受賞

「全国老人クラブ連合会 平成27年度会長表彰受賞者」(公財) 全国老人クラブ連合会では、老人クラブの育成発展に功績のあった個人及び団体を、全国老人クラブ大会において表彰しています。平成27年度、広島県から次の方々が受賞されました。おめでとうございます。

育成功労表彰

- (都道府県・指定都市老連役員及び市区町村老連役員等)
 - ・日野 孝子 (福山市老人クラブ連合会)
 - ・中元 信子 (江田島市老人クラブ連合会)

優良老人クラブ表彰

- ・御門町3丁目老人会 (第22寿会) (福山市老人クラブ連合会)

優良市区町村老人クラブ連合会表彰

- ・尾道市老人クラブ連合会
- ・熊野町老人クラブ連合会

「全国老連 平成27年度「活動賞」受賞団体」

(公財) 全国老連では、それぞれの活動分野で、他の模範とするに足る活動をしている全国のクラブ・老連に対して「活動賞」を送り顕彰しています。平成27年度、広島県から次の6団体が受賞されました。おめでとうございます。

仲間づくり活動部門

- ・高木町保万令会 (府中市老連)
- ・能良福寿会 (東広島市老連)

健康づくり活動部門

- ・府中市老連西部地区協議会
- ・府中市老連
- ・庄原市数信地区老連
- ・庄原市老連

ボランティア活動部門

- ・弥栄老人クラブ (竹原市老連)
- ・いきいきシニア小国 (世羅町老連)

広島県老人クラブ連合会平成27年度年間主要行事予定

3		2		1		12		11		10		月	日	行事内容										
18(金)	14(月)	10(木)	26(金)	24(水)	24(水)	19(金)	8(月)	13(水)	11(金)	3(木)	1(火)	9(月)	5(木)		4(水)	30(金)	28(水)	26(月)	20(火)	17(土)	2(金)	3(土)		
平成27年度第2回高齢者相互支援推進会議		第13回理事会・平成27年度第2回評議員会合同会議		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		県老連女性リーダー研修会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第28回全国健康福祉祭やまぐち大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		北部ブロックグラウンド・ゴルフ大会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		予備日:10月22日
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		東部ブロックグラウンド・ゴルフ大会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		予備日:11月27日
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第44回全国老人クラブ大会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		西部ブロックグラウンド・ゴルフ大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		予備日:11月6日
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		南部ブロックグラウンド・ゴルフ大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		予備日:11月6日
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第34回広島県老人クラブゲートボール大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		予備日:11月6日
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		広島県老人クラブ大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		広島県老人クラブ大会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		北部老人クラブリーダーブロック研修会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		東部老人クラブリーダーブロック研修会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		広島県老人クラブ大会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		西部老人クラブリーダーブロック研修会
		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		尾道市老人クラブ連合会
		第90号第2回(3月末発行予定)		第13期健康づくり中央セミナー		第2回市町老連事務局局長会議		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー		熊野町老人クラブ連合会

活性化を目指して（西部ブロック）

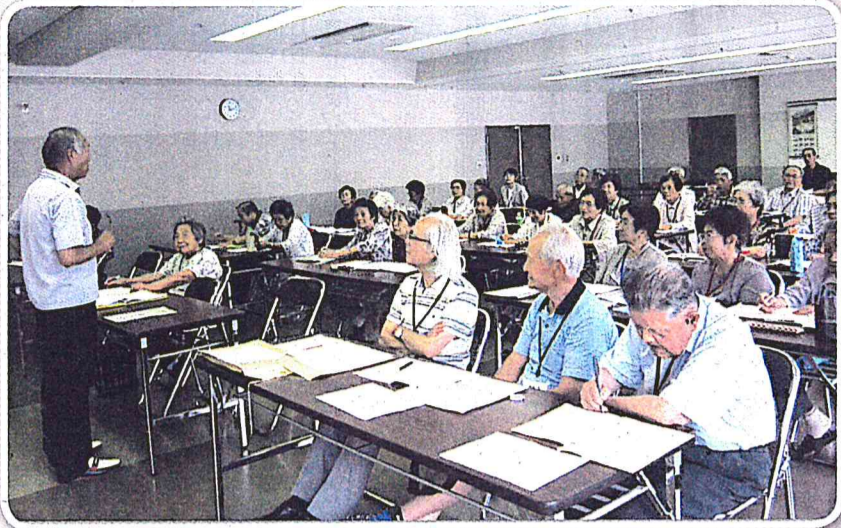
使わないと頭や筋肉は

錆びるかもしれません

安芸太田町シニアクラブ連合会事務局 池野 博文

「元気じゃった？」「うん。お蔭さまで。あなたこそ元気だったの？近頃姿を見かけないから気になっていたのよ」「ありがとう。ちょっと体調を崩していたのよ。でも今は元気よ」などの会話が弾むのは、毎月第3曜日の安芸太田病院の一室。この会場では、毎年6月から翌年の3月まで安芸太田町シニアクラブ主催の「シニア健康大学」が開かれています。

6月の開講式に始まり年度末



この大学で、受講生は介護予防・老いの受容を学習し、できればだれもが地域で生活し続けていけるようにお互いに支え合いたいと願っています。

の修了式まで年10回開かれるこの大学は、町から介護予防事業の委託を受ける形でシニアクラブが実施。専任講師をお願いしているのは、NPO法人ひろしまレクリエーション協会理事長の恵谷祐三さん。先生が強調されるのは、住み慣れたこの家でこの地域で生活するために健康寿命を平均寿命に近づけようという事。そのために、健康学コーナー（健康や病むこと、老いを生きること）貯筋運動コーナー（手遊び指遊びや健口体操、転倒予防など）認知機能保持コーナー（歌唱、早口言葉、計算、名文の朗読）などを先生の楽しいギターの伴奏を共に時間のたつのを忘れて学習しています。

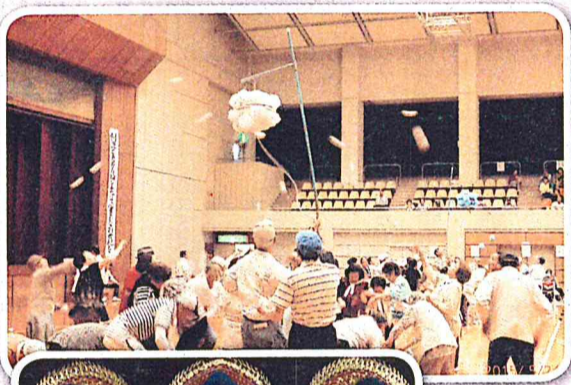
地域での絆を大切に、元気に活動

大竹市老人クラブ連合会

大竹市は、広島県西部、山口県との県境に位置し、江戸時代から和紙の製造が盛んな町であり、山陽道の渡し船集落としても栄えました。戦後日本における石油コンビナート発祥の地でもあります。

私たちが、大竹市老人クラブ連合会は「健康・友愛・奉仕」を基本とした活動に取り組んでいます。

グラウンドゴルフやペタンク、室内競技など体力に合った競技への参加を促して、健康の維持・増進を図っています。かつては1,000人余りが参加していた健康づくり大会も年々参加者が減っており、昨年は約450人の参加にとどまりました。



また、行政のご支援のもと、健康講座、高齢者犯罪防止、交通事故防止、正しい自転車乗り方教室などについて学び、地域において自己防衛に努める取り組みを行っています。家に閉じこもって孤立してしまわないように、声を掛け合い、さまざまな行事や奉仕活動を通して会合の場を作り、地域の絆づくりを心掛けています。こうした活動の継続こそ、地域の活性化に貢献することにつながるかと考えて頑張っています。

私たちは広島県老連の活動を応援しています。

人も地球も健康に
Yakult

乳酸菌シロタ株のチカラを実感してください。

それがヤクルト400

400億の乳酸菌シロタ株が腸内の環境を改善します。
80年にわたるヤクルトの乳酸菌研究の歴史と自信が、
この1本に込められています。
ぜひ毎日1本から、お試しください。



- ・広島中央ヤクルト販売株式会社 〒737-0911 呉市焼山北 3-2-8 ☎ 0823-33-8960
- ・新広島ヤクルト販売株式会社 〒733-0024 広島市西区福島町 1-23-13 ☎ 082-293-8960
- ・山口県東部ヤクルト販売株式会社 〒740-0021 岩国市室の木町 1-1-31 ☎ 0827-22-8960

甘さ
ひかえめ

カロリー
30%
カット

※ヤクルト400に比べ

活性化を目指して〔南部ブロック〕

「来て、見て、食べて、楽しんで」 ねんりん作品展&物産展

呉市老人クラブ連合会

呉市老連の大きな定例行事は10あり、ねんりんスポーツ大会、グラウンド・ゴルフ大会、ゲートボール大会、ペタンク大会、老人大学、作品展&物産展、春の二泊三日の旅などを行って来ますが、中でも特色があるのは「ねんりん作品展&物産展」です。



作品展自体は今年で45回目を迎えますが、物産展と同時間開催は6年目になります。市の体育館を全館貸し切り2日間にわたる大きなイベントです。



会場では、女性部が手作り作品やバザー、おでんや寿司、ゼンザイなどの食品店舗を出店します。団結力と行動力、そして持前の笑顔で各店舗を切り盛りし、そのパワーには脱帽です。



また、ステージでの芸能発表は、全国大会も開催されるほど有名な「音戸の舟唄」、チャンピオンの歌声で幕が開き、銭太鼓、フラダンス、日本舞踊、レクダンス、民謡、太極拳、会員の方たちが日頃の練習の成果を存分に発揮されます。お孫さん世代の保育園児による和太鼓も、毎回楽しみの一つとなっています。

メインの作品展も400点余りが出揃う盛大な行事です。書、絵画、手芸、写真、工芸、陶芸、文芸の7部門に分かれて出品された作品はどれも力作ばかり。

作品展、物産展、芸能発表、この3つの魅力が楽しめる自慢の行事です。

活性化を目指して

府中町老人クラブ連合会

老人クラブは、北から南まで40のブロックに分かれ、それぞれの地域で活動しております。ブロックの行事とは別に、府中町全体の行事も多岐にわたり活動しておりますのでご紹介いたします。

グラウンドゴルフ大会・ペタンク大会・福寿祭(役員表彰・芸能発表・秋の大運動会・会員福祉旅行(一泊旅行))

新年の集い(講演会等) 又体力測定を年2回(6月・2月)実施しています。各ブロックから2名ずつ参加し、握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行を行います。自分の体力のデータを集計し評価することで、各個人の体力アップの参考となればと続けています。今年度から骨密度も測定しています。

会長をはじめ体育・厚生・女性部の部長研修会、美化運動、交通安全講習会なども積極的に取り組んでおります。昨年の秋の大運動会では、約350名の参加がありその中で90歳以上が3名おられ、秋晴れの中



大いに楽しみました。競技は、北部・中部・南部のグループに分かれ、風船割り・ボールリレー・置き換えリレー・ボール送り・借り物競技・ピン転がし・玉入れなどの種目を競います。

その中でボール送りゲームは、グループごとに男女合わせて30名が長い列になり頭越しにボールを送るのですが、背の高低差でボールが転がったりと、皆が大声で声を掛け合ったり、応援もにぎやかな競技となります。

最後は、新府中音頭を踊り終了です。笑ったり、励ましあったり親睦を深める一日となります。勝っても負けても、元気一杯の一日となりますが、自分の体力の衰えを気付かされる一日でもあります。これらの行事は、ほとんどが、府中町老連が昭和42年設立されて以来から続けられた競技です。代々引き継がれた絆が、これからも引き継がれていくよう地域一丸となって会員増強に努めたいと思っています。

高齢社会と言われますが、高齢者が年齢に関係なく、元気凛々としたが老人クラブの目標としていきたいと思えます。

私たちは広島県老連の活動を応援しています。

食事も温泉もコミコミ
16ホールまわり放題
グラウンドゴルフパック

※1. ご宿泊プランは朝・夕食付き、昼食は含まれません。
※2. トゴール温泉、準天然温泉です。

グリーンピアせとうち 第2弾! パックご利用は **要予約**

日帰り グラウンドゴルフパック
お1人様 **3,900円** 税込

プレイ 2日帰り放題 + 特製弁当 昼食 + 準天然温泉 入浴

お泊り グラウンドゴルフパック
※昼食は含まれません ※2日目チェックアウトまで

プレイ 2日帰り放題 + 朝食・夕食付 ご宿泊 + 準天然温泉 入浴

お1人様 **8,640円** 税込

平日 3~4名様 1室利用

日本グラウンド・ゴルフ協会 認定コース

せとうちコース グリーンピアコース

お得で快適な公共の宿 瀬戸内海シーサイドリゾート
グリーンピアせとうち

0120-846-620

■予約専用ダイヤル ☎0823-84-6622

広島県呉市安浦町三津口 326-48
公式HP **グリーンピアせとうち** 検索

団体送迎バス無料 要予約
日帰り20名様以上 宿泊15名様以上
県内送迎いたします。ご相談ください。

活性化を目指して（東部ブロック）

次代に地域文化を伝える

府中市老人クラブ連合会 高木町長寿会
会長 中野 悦成

私の幼少時代、地域は、田んぼの中に約30世帯ある田舎でした。その田んぼのあぜ道に小さな地藏の祠がありました。

8月23日の夕刻にな

ると、地藏盆当番の家が赤飯のおむすびを接待してくれました。食糧のない時代の私たち子どもにとって、忘れられない思い出です。しかし、この地藏盆は、戦後いつしか断ち切れてしまいました。

24年前に長寿会の先輩たちは、会独自の事業としてこの地藏盆を復活させました。小さい祠であるけど、大人にとっては、心のよりどころだったし、次の世代にこのことを伝えたかったからです。

また、子ども達にこの町により親しみを持って欲しいと願いました。子ども達が、とりまく大人から愛され、見守られていると実感することは、彼ら彼女らが成長していく上で、大切なことだと考えています。



また、子ども達にこの町により親しみを持って欲しいと願いました。子ども達が、とりまく大人から愛され、見守られていると実感することは、彼ら彼女らが成長していく上で、大切なことだと考えています。

接待用のおむすびも夏季の食中毒のことも気になることからお菓子に変わっていきま

した。会員数50名の小さいクラブで準備のために働ける者も少なくなりましたが、年々、地域の絆が弱くなっている今日、私たちはこの活動に心を込めて取り組んでいます。

神社の清掃奉仕とお祭りへの参列

神石高原町老人クラブ連合会
有木老人クラブ

神石高原町有木老人クラブでは、この十数年来、地元猪鼻山八幡神社の夏の土用祭・敬老祭、秋の例大祭に、神社の清掃奉仕をし、お祭りへ参列して、神様のお陰を受けてきている。

今年も7月26日に執り行われた土用祭並びに敬老祭には、朝8時に集合、それぞれ箒や熊手を持って、1時間あまり、広い境内・参道・駐車

場などの落ち葉をかき集め、草を引きむしり、掃き清めて、清々しい気持ちの汗を流した。

作業の後、集合写真におさま



直会と続き、祭典終了。

休憩をはさんで、次重寛禧宮司さんの講話を聴いた。自作の詩文「歩く、考える、歌う、喜ぶ、思い遣る、愛しむ人間を生きる」を一枚の書に揮毫されたものをもとに、お話を伺った。「人間を生きて生かされている」があるとお話された。

社務所に場を移し、昼食をいただきながら、和やかな雰囲気の中で話に花が咲いた。

その都度、敬神婦人会の役員の方々のお持てなしがあり、真に有り難いことであ

った。今年の秋の例大祭にも、清掃奉仕をし、お祭りへ参列して、神様へ感謝の気持ちを表すことになっている。



活性化を目指して（北部ブロック）

ゲートボールの灯を消さないで!!

安芸高田市老連向原老連
会長 佐藤正彦

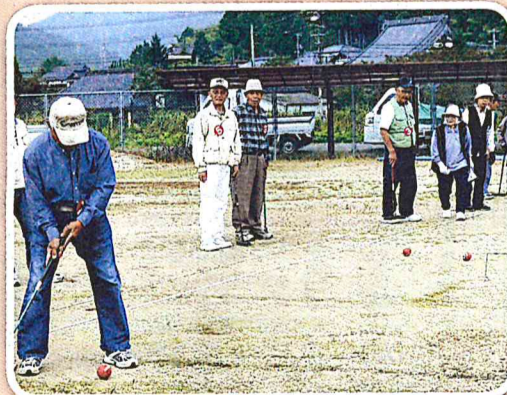
ゲートボール大会の参加選手の中には、90歳台の方が第一線で活躍されています。チームブレイクの中で切磋琢磨し、勝つために高度な作戦をたて、一打一打に緊張感と喜怒哀楽が伴うゲートボールは、適度な運動であるだけでなく、脳の血流を良くし、長寿遺伝子を活性化させているのかも知れません。

ゲートボール人口は衰退の一途をたどっています。が、老人クラブも「ゲートボール競技」を今一度見直すことが大切です。

安芸高田市でもチームが年々減少し、予選なしで市老連大会に参加できる地区が増えてきています。私の地元地区も単独では

チームが編成できないクラブが生じています。が、なかなか新規愛好者は増えません。

各単位クラブの会長自身、大会に役員として参加しても、ルールもゲームの楽しさも知らないといった状況でした。



「大会を盛り上げるために、会長でチームをつくって参加してみよう」と、昨年の大会直前にチームを編成し、2〜3回練習して大会に臨み、その後7月1回の定例会の日に合わせて練習を続けて参加しました。

そんな流れの中で、地元ゲートボール協会からも「協会に入ってほしい」と声掛けがあり、今回数名の者が「審判の資格をとりたい」と手をあげたのを機に、正式に加入しました。

何年か先には、それぞれの単位老人クラブの会長が「自分のクラブチーム」を率いて参加する日を夢見て...

老人クラブ活動について

世羅町老人クラブ連合会



を集めています。

昨年、創立50周年記念大会を会場溢れんばかりの参加をいただき盛会裏に終了しました。

世羅町老連は、甲山支部、世羅支部、世羅西支部で構成され、各支部で福祉大会の開催、郷土資料館の見学や遺産相統の研修会などを実施しています。また、各支部と世羅町老連でグラウンドゴルフ大会を開催し、会員相互の交流と健康づくりに努めています。

世羅町老連の中で特筆すべき活動を紹介します。女性委員会では平成25年に全老連の「健康づくり部門」活動賞を受賞し、これを励みとして毎年「女性委員会のこころ」を開催し、手芸・書道・絵画等の作品展とアトラクションに多くの参加者



また、世羅町老連では、世羅中央病院内に開設された「世羅あつたかさロ」で、毎週3回、健康・趣味・笑いの広場等を提供しています。町内の各地にもサロンが開設され、地域の皆様に楽しんでいただいています。

活性化を目指して〔中部ブロック〕

会員の加入促進について思う

竹原市老人クラブ連合会

東寿クラブ会長 住川 末雄

市街地から北へ5キロに位置する東野町。この地に昭和37年に誕生したのが東寿クラブであります。平成24年に創立50周年記念誌の発行と祝賀会を開催しました。

当町の人口は1270人余り、65才以上の者は429人でクラブ加入者は136人であり市内では多くの会員を擁しているクラブの一つであります。しかしながら結成時の会員数と同程度で推移しており高齢者の比率が高くなっている今日、加入率は相当低いものとなっております。



新規に加入する者は当クラブが魅力ある活動をしているかを注視するのではないかと思います。当クラブは、保健体育部、演芸部、女性部、広報部の部会を設け色々と活動しています。保健体育部はグラウンドゴルフ、演芸部はナツメロ混声合唱で市老連演芸大会等で活躍しています。また

県主催の地域之宝「チャレンジトーク」に出場し湯崎県知事よりおほめの言葉をいただきました。平成24年に「すずしろの会」(女性部)が結成され、菓子づくり、簡単な食事づくり、おしゃべり会、時には外での花見会などサロンの雰囲気のある活動を行っています。今日では会員のなかに洋裁の指導者がありこの会のリーダーを中心に着物のリフォームに取りくんでいます。この活動が好評で新しく会員の加入がありました。これは一例ですが老人クラブ活動に魅力があり興味があれば自然と会員の加入が計られるものと思われ



老人クラブ活性化のために、平成26年から提唱されております「100万人会員増強運動」の実現に向けて更なる活動の充実と地域の公民館を拠点に自治会を始め他団体と連携し生活、地域に根ざした活動を展開し会員の加入促進に努めて参りたいと思ひます。

幼稚園児との交流

大崎上島町老人クラブ連合会 明朗会会長 向井 秀喜

明朗会が活動する我が町「大崎上島町」は少子高齢化が著しい地域です。

毎年、地域の子供会や、幼稚園児と交流を進めています。



園の先生が「地域の楽しいちゃん、おばあちゃんとの交流で、園児が何かを学び、何かを感じ、将来地元(大崎上島町)を大切に想ってくれる人に成ってほしい。また、地元に残って働きたい。また、地元に残って働きたい。また、地元に残って働きたい」と言われました。



に、木江幼稚園児と、さつま芋づくりを行っています。六月、天候を気にしながら芋づるの苗を一緒に植え付けます。秋には収穫です。「どんなお芋さんができたかな」十一月に、落葉が出来るといよいよ焼芋パーティーです。みんなで火を囲んで歌やゲームを楽しみながら、焼芋が出来るとの待ち、紅茶や、ジュースと一緒に頂きます。畑に移動する時は手をつないで話し合いながら移動します。毎回、再会の喜びと成長していく園児の姿に感動します。

年三回の交流を通して、園児の自己紹介や、感想を述べる姿に感じます。これも子ども達と交流が長く続けられるよう活動していきたいと思ひます。



園の先生が「地域の楽しいちゃん、おばあちゃんとの交流で、園児が何かを学び、何かを感じ、将来地元(大崎上島町)を大切に想ってくれる人に成ってほしい。また、地元に残って働きたい。また、地元に残って働きたい。また、地元に残って働きたい」と言われました。

私の健康法

島のテラー

江田島市江田島町は、瀬戸内海に浮かぶ島で、山と海の自然に囲まれた恵みの島。

そんな穏やかな街に、仲谷初さん94歳、君子さん91歳の、話しが絶えず仲のよい夫婦があられます。

初さんは終戦後、洋服の仕立てから補正を専門に仕事にされてこられ、現在では補正作業だけではあります。現役で毎日午前午後各2時間程度の仕事をされておられるそうです。

今ではなかなか見れない「島のテラー」を見ず知らずのお医者様から芸術展の絵画作品として描かせてくださいとお願いされ、その作品集にも載っているそうです。



江田島市老人クラブ連合会

仲谷 初 94歳
君子 91歳



島のテラー 大井 眞澄

君子さんは、趣味で三味線と創作舞踊は月2回欠かさず行かれておられるそうです。平成22年には、江田島市の老人クラブグランドゴルフ大会でも優勝経験のある、活動的な明るい奥様です。



結婚50周年記念にはハワイへ行かれるなど、取材の間でも、仲の良い会話の絶えないご夫婦です。今回は初さん100歳の「島のテラー」姿、君子さんの華麗な創作舞踊を見せてください。



「お口の健康～唾液の話～」

高齢になると、飲み込む機能の低下や、唾液の減少などにより、誤嚥性肺炎や口腔乾燥症（ドライマウス）にかかりやすくなります。唾液は1日1.5リットル位分泌されます。

唾液はタダの水ではありません。ウイルスや細菌を防ぐ殺菌効果があり、様々な体の健康を維持するのに重要な成分が含まれています。

【誤嚥性肺炎】

口やのどの構造を見ると、咽頭のところで、食べ物が通過すると食道と空気が入り出す気道が交差しています。そのため、嚥下機能が低下すると、食べ物や唾液が誤って気管に入ることがあります。

この時、口の中の細菌は肺の中に入り込み、肺が炎症を起こすことを誤嚥性肺炎といいます。高齢者の場合、誤嚥性肺炎が命取りになったり、寝たきりの原因になるため注意が必要です。

【口腔乾燥症（ドライマウス）】

高齢になると、ストレスや薬剤の影響、かむ力の低下などが原因で唾液の分泌が減ります。このため、口の中が乾燥する人が多く、

口やのどが渇く、食事がとりにくい、発音がしにくいなどの症状がある方が多くなります。

誰かと話すときに自身の口臭が気になったり、言葉がきちんと発音できず滑舌が悪くなったりするのは、ドライマウスが原因のことがあります。

口臭は細菌の死骸の腐敗臭です。唾液の量が減ることで菌の増殖を促し、口臭につながります。また、唾液は潤滑油でもあり、唾液が枯渇することで舌をかんでしまうのです。

【予防のポイント】

- ・かむ回数を増やして、唾液の分泌を促進する
- ・こまめに水分補給をする
- ・うがいの回数を増やす
- ・唾液腺マッサージ：大きな唾液腺が耳の前や顎の内側にあります。そこをマッサージすることによって、唾液腺が刺激され、唾液が多く出ます。

口の中の乾燥がひどく、痛みなどの症状がある場合は、他の病気も考えられますので、早めに医師や歯科医師に相談しましょう。

サントピア大竹指定管理受託

大竹市社会福祉協議会 事務局長 三上 博士

私たちは広島県老連の活動を応援しています。

グラウンドゴルフプランや忘年会など、各種ご宴会承ります。また、便利な宴会無料送迎バスも距離・ご予算等によりご用意いたします。お気軽にお問い合わせください。

倉橋で憩う。いこう。倉橋へ行こう！

くらはし桂浜温泉館

広島県呉市倉橋町431番地
tel 0823-53-2575
http://icou-kurahashi.com/

詩

竹原市 坂田 智子

ハッピーサロンの運動会
リボン引きで紅・白決り、玉入れ、
糸巻のほごき、巻替え輪投げラケッ
トの中の玉運び亀さんの歌で風船
はさみ皆必至で応援・・・
高原列車は行くのダンス本当に童
心に返り楽しかったです。
二人の先生は立派な八方美人です。
心の育ち良く教え方良く人間関係
の事を言う人もなく皆真面目にや
ります。
八十路の私も明日向って命有る限
り頑張って行きたいです。
明るく楽しい一日でした。幸福を
有難う。
感謝感謝しこれからも宜敷く

安芸太田町 栗栖 三男

西暦2015年から1935年を
引くと80年の答えが出てくる。思
えば今年は目前に誕生日がせまる
私、人は自分の年齢は人様に教え
たく無いけれど人様の年齢は何か
と詮索したがる。其れはそれとし
て、戦後七〇年を振り返ったの想
い、を色んな形で各誌が募集され
ている応募要領を目の当たりにす
る。思えば終戦の時10才であり思
い出は曖昧な点もあるが、意外と
10才までの様々な思い出は脳裏に
刻まれている。
お寺の梵鐘が下ろされ日の丸の旗
が巻かれ馬車に積まれ供出される
様子を村人が両手を合わせ見送る
姿、お家の仏壇の仏具の封を裂き

祖母が泣きながら新聞紙に包み供
出する姿を見て子供ながら不憫で
ならなかった、供出された仏具は
戦いの武器に生まれ変わるのだと
聞かされた。元氣な男の人は兵隊
として出征し村には老人と婦人ら
で守られ、空襲警報が発令される
とサイレンや半鐘が鳴り山間と言
えども、貴重品を抱え山裾に掘ら
れた横穴防空壕に駆け込んだ恐ろ
しい思い出は忘れられない。家庭
の明かりは漏れてはならないと灯
火管制の厳しいお達しがあつた。
子どもながら怖い思いで窓に暗幕
を吊るした、空では飛行機が飛ぶ
音がした。

各家庭の玄関先には防火に供えて
枕程の大きさの布袋に砂を詰めた
砂袋が5袋と火たたきと呼ぶワラ
の荒縄をつけたハタキの姿の竹の
柄をつけた器具が消火備品として
備えられていた。こんな思い出を
語る人は少なくなっていく、日の
丸の小旗を振り出征する村の青年
を見送ったあの村外れ、・・・勝っ
てくるぞと勇ましく、誓って国を
でたからは・・・こんな軍歌を
大人たちが口にしていた事も記憶
にある。戦後七〇年の日本は平和
憲法のもとに平和な暮らしの中
不平不満を唱えつつも、今や世界
各国平和を唱えられ、あの恐ろし
い核兵器廃絶を願えども、世界各
地で悲惨な争いが起きている。こ
うした中で日本では憲法改正、国
の自衛権問題など、我々国民にと
って気になる案件が論議される。
何時の世までも平和な日本であるべ
く願うものである。

お便り
コーナー
読者からのひとこと

呉市 老人クラブに入ってから楽しみがたくさんあって、生きが
いを感じています。

福山市 今回初めて新聞いただきました。楽しみに読ませていた
できます。

府中市 90才が近い年頃になりました。
毎日クロスワードパズルをしたり囲碁をしたり旅行も楽
しみます。

廿日市市 元氣を頂く新聞で楽しく読みます。女性向け、社会
記事もほしです。

尾道市 皆様のお世話をいただきながら楽しく年を重ねてすご
しています。

呉市 老連ですばらしい活躍。私達のクラブも活発に毎月サ
ロンなどでみんなと話し合っています。

庄原市 ハガキの表はおばあちゃんを書き、裏は私が書くという
二人三脚で応募しています。

呉市 これからも絆強い、温かい会を応援したいと思ひます。
電話、メールで段々書く事が少なくなり、ペンを持つの
も久し振ります。楽しみにパズル応募させていただきます。

呉市 県老連の新聞が届くと必ずクロスワードパズル、頭の体
操と思つて解いています。

安芸高田市 近所の方にお誘いしてもらい入会させていただきました。
皆さん、若々しく、いろいろ考え、会をすすめておら
れます。

呉市 明るい女性会長のもと楽しい老人クラブです。
初めて応募致します。ひろしま県老連を読んで各地の
皆様とても輝いて、色々な行事に参加していらつしやる
事、我々も頑張らなくてはと思ひました。今後行事が
あれば極力進んで参加したいと思ひます。

三次市 サクラクラブ、パッと咲いて散ってしましました。風では
されジュウタンのようにとてもきれいでした。

庄原市 文芸欄の特に川柳がすきで読ませてもらっています。上
手ですね。

尾道市 広報誌を読むと色々な生活面を見直したり参考になっ
たりして楽しいです。

尾道市 短歌や俳句などよむと、短い文の中に笑いがあつたり、
同感することが多く気持ち通じ合えて楽しいです。

尾道市

尾道市

私たちは広島県老連の活動を応援しています。

認知症対応型 共同生活介護施設
グループホームすまいる焼山
♪お申し込み 受付中♪



株式会社くれせん ケアサービス事業部
グループホームすまいる焼山
住所：呉市焼山東1丁目19番47号
お問合せ 0823-33-7373



短歌

湯上りに孫の背を拭き思いつつ
やがてこの身を拭かれる時を

安芸太田町 椋谷 マスエ

月花美人良くぞ名づけた一夜花
今年も心に喜び咲き

竹原市 坂田 智子

老人会グランドゴルフ同好会
男女混合だから楽しい

竹原市 実藤 三郎

衰える記憶補うメモの山
一つ覚えて二つ忘れる

庄原市 中原 幹枝

初ひまご腕に抱けば温もりが
肌身通して心に伝う

福山市 井上 須美子

明日の日を希望をもって生きて行く
楽しい未来感謝求め

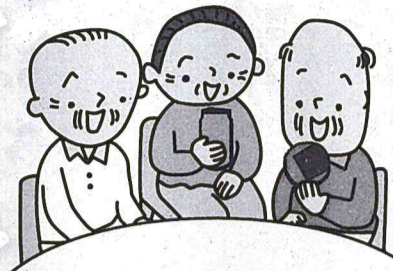
東広島市 中津 ユキエ

独り身の切なさ募るは昨日まで
今日は親しき友現われり

東広島市 木原 竹志

社交場は暖房スーパ椅子座り
憩う笑顔の高齢者たち

福山市 加藤 美智子



月冴えて山は静かに眠りたり
風より外に訪れもなく

神石高原町 竹中 藤子

亡母と亡姑思い出れば違いあり
似つるところもありて我あり

府中市 田附 京子

日向ぼっこ椅子に安らぎ浅き陽に
青葉揺らぎて痛むを忘する

呉市 八木 峰男

原爆で傷つく顔に化粧する
米寿をむかえる姉の日々

海田町 溝手 繁子

喜んで亡母も通いし寿大学
八十路となりて我も入学

安芸高田市 北岡 幸枝

ハーモニカ音色をあわせ友とふく
風をはらんで聞くこいのぼり

福山市 櫻井 明子

幾重にも夜空にかかる大き滝
ナイアガラにて花火は終る

庄原市 家島 晶子

忠霊の碑に降りそそぐ蟬声を
聞きつつ参る盆会の人ら

福山市 廣本 貢一

俳句

小春日や葉枝をはこぶから鳥

安芸太田町 椋谷 マスエ

雨降らば尚鮮やかに桐の花

呉市 橋本 千佐子

花見酒桜舞散る千光寺

竹原市 坂田 智子

麦秋を思い出させる「麦の唄」
せせらぎのゆるき流れに鮎の木尾

竹原市 実藤 三郎

見上げれば月がこぼれる桜道

福山市 井上 須美子



新緑の香り広がる古里の尾根

福山市 野田 康生

霧の中かすかに浮かぶ山波の洲

尾道市 田中 宏一

野に山に季節忘れず花が咲く

東広島市 中津 ユキエ

緑増す山から山えホトトギス
どことなくあかぬけしたる帰省の子

安芸高田市 北岡 幸枝

体力を気力で支へ春を待つ

福山市 廣本 貢一

真赤なドレスカラオケ大会シルババア

福山市 小林 信子

連合いの年期入った口ごたえ

大竹市 本名 隆史

老人会自分探しの居場所かな

福山市 兼広 二郎

茎たおれペチュニアなおも咲きつけ

府中市 桑田 ゆう子

忘れずに燕かえりてホツとする

江田島市 榎本 薫

カメラより遠くにとポーズする

福山市 元谷 和子

老夫婦笑顔で寄りそう幸せ感じ

呉市 佐川 千里

川柳

年も名も知らず楽しい風呂仲間

安芸太田町 椋谷 マスエ

ノラだったチビ太今では家長の座

福山市 坂田 眸

ありがとう!!その一言で善く行く

世羅町 東 美恵子

手ばなせぬ血圧計と飲薬り

呉市 池田 良次

誘いあい老人クラブの輪を広げ

呉市 増原 尋美

背を丸め歩く姿の影長し

大竹市 清戸 寿真子

老いても可憐なコスモスの様に大好花

竹原市 坂田 智子

ストレスを笑い飛ばして撥ね除ける

呉市 小林 節子

カラオケで心の迷いふっ飛ばし

福山市 坂本 澄子

生きられし生きようこの世ありがたく

竹原市 実藤 三郎

背のびやめ野心も捨てて楽に生き

呉市 石田 武子

昨日より今日の元気が要る老後

福山市 廣本 貢一

たまに持つ針が怒って指を刺す

庄原市 中原 幹枝

サングラスかけて行動大胆に

福山市 小林 信子

八十路坂急に勾配きつくなり

呉市 木原 鈴子

夢に見たあの娘に似ている酔芙蓉

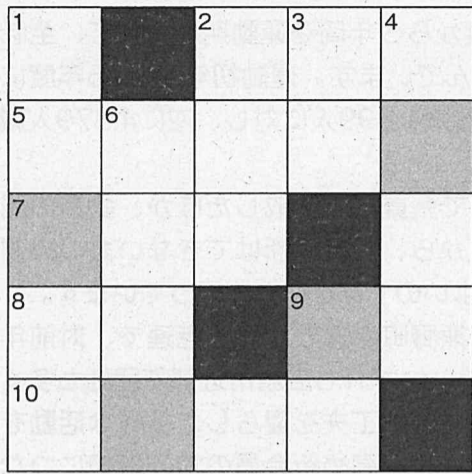
東広島市 若島 秀夫



懸賞付 クロスワードパズル

提供：広島中央ヤクルト販売株式会社
(株)ユニックス

★問題 タテとヨコのカギを解いて、□に入ることばを見つけてください。★



★タテのカギ

1. 白銀に彩られた木々。
2. "セーフ"の反対。
3. 年明けに恩返し——〇〇地藏
4. 相手の努力に感謝する。
6. ヴィーナス。
9. 苦勞のないこと。

★ヨコのカギ

2. やや沈んだ赤——〇〇〇色。
5. 目は南天、耳はユズリハ。
7. てがかり・かぎ
8. 演芸会の会場
9. 〇〇麦——クロムギとも呼ばれます。
10. 片目を閉じて合図。

★89号クロスワード応募要項★

はがきに答え、住所、クラブ名、氏名、電話番号を必ず明記の上、(公財)広島県老人クラブ連合会 事務局までお送りください。正解者には抽選で「図書カード(2,000円分)」を10名様にお送りします。また、「気になる野菜ミニ(125cc)12本詰めセット」を20名様にヤクルトレディがお届けします。当選は景品の発送をもってかえさせていただきます。たくさんのご応募をお待ちしております！
※ご応募は52円官製はがきにてお願いいたします。 ※お一人様一通にてお願いいたします。
◆応募締切 2月20日 <宛先>〒732-0816 広島市南区比治山本町12-2 (広島県社会福祉会館内) (公財)広島県老人クラブ連合会 事務局

老人クラブ傷害保険のご案内

平成25年10月1日改定
(平成25年9月1日以降のお申込みから適用)

総合型
24時間いつでも、どこでもケガが心配
という方におすすめ
年間掛金 **3500円**

クラブ活動型
クラブの行事や活動によく出かける
という方におすすめ
年間掛金 **500円**

年間掛金	総合型 3,500円	
	クラブ活動型 活動中のケガの場合	24時間型 活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円	91万円
後遺障害保険金 ^(注1)	45万円	—
入院保険金日額 ^(注2)	1,000円	750円
通院保険金日額 ^(注2)	650円	500円
	1,750円	1,150円

年間掛金	クラブ活動型 500円	
	活動中のケガの場合	活動中以外のケガの場合
死亡保険金	45万円	—
後遺障害保険金 ^(注1)	45万円	—
入院保険金日額 ^(注2)	1,000円	—
通院保険金日額 ^(注2)	650円	—

さらに充実補償の **5,000円**、**10,000円** もあります。

さらに充実補償の **1,000円**、**2,000円** もあります。

総合型のクラブ活動中のケガの場合は、**白地** + **薄いグレー** の合計 **黒色** の補償額が支払われます。
総合型のクラブ活動中以外のケガの場合は、**薄いグレー** のみの補償額が支払われます。
※総合型の掛金・補償額は、職種別(無職、事務職等)の方を対象にしたものです。職種別(農林業作業等)の方は、掛金・補償額が変更になりますので、代理店または保険会社までお問い合わせください。

公財 全国老人クラブ連合会 保険部 (取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768
03-3597-8770 受付時間 9:30~17:30 (土、日、祝祭日休) (引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社 FAX番号 03-3597-8767
(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 電話番号 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)の概要についてご紹介したものです。詳細は、「募集案内チラシ(平成25年10月1日始期以降用)」「重要事項説明書」「ご加入の際の注意事項」をお読みください。ご不明な点等がありましたら、取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。全老連保険係ホームページ(<http://www.senior-ltd.com/>)でもご確認ください。 13-T-03699 平成25年8月作成

88号クロスワード 正解発表

さくらふぶき



454人の応募のうち452人が正解でした。
抽選の結果、「図書カード(2,000円分)」を10人に、「気になる野菜ミニ(125cc)12本詰め合わせセット」を20人にお送りしております。

私たちは広島県老連の活動を応援しています。



各地区、単位クラブでの旅行をサポートいたします。その他、貸切バス手配・お弁当配達など何でもご相談ください。

新広島トラベル株式会社

〒737-0029 呉市宝町2-23-3 レクレ2F
☎(0823) **25-8139** FAX **22-8283**

営業時間 平日 10:00~18:00
土曜日 10:00~17:00
URL <http://www.sht-kure.co.jp/>
E-mail shinhiro@bronze.ocn.ne.jp

情報を伝えて、みんなで高齢者の詐欺被害を防ぎましょう!

老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーンの取り組み

広島県老連では今年度、全国老人クラブ連合会の助成を受けて「老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン事業」に取り組んでいます。

この事業では県内の4市町老連（呉市、廿日市市、安芸高田市、世羅町）をモデル老連として、会員や地域の高齢者の詐欺被害の防止に取り組む推進役となる「見守りサポーター」養成講座の開催や、大会や芸能祭などを通じて被害防止に向けた啓発活動などに取り組んでいただいています。



老人クラブ「見守りサポーター」の役割

- 詐欺の手口や断り方などの情報を「伝えること」
- 困っているサインや不審な様子を見逃さないよう「気にかけること」
- 消費生活センター、警察など関係機関に気づいたことを「つなげること」

平成26年度老人クラブ「100万人会員増強運動」について

県老連では、平成26年度から5年間を運動期間として、全老連が提唱したこの運動に取り組んでいます。運動初年度の26年度においては、目標として掲げた会員増1,699人に対し、逆に4,379人減少という結果に終わりました。

しかしながら、2町老連で会員増を達成したほか、会員の減少傾向に緩和の兆しが出たことから、まだ予断はできないものの運動には一定の効果を期待してもよいのではないかと考えています。

会員増を果たしたのは、熊野町老連と海田町老連で、対前年度比で、23人増と10人増でした。いずれも広島市近郊で団地も多く、平均年齢も比較的若い地域ですが、工夫を凝らした多彩な活動を展開することで、老人クラブの魅力を高め新会員の加入増加につなげています。

中でも、熊野町老連は、町老連芸能大会、単老対抗グラウンド・ゴルフ大会、ゴルフ大会など毎年のように新規の事業を取り入れ、過去6年間で会員の1割に当たる114人の会員増を図っています。

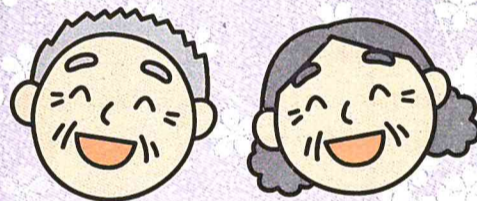
熊野町老連はこうした取り組みが評価され、10月29日静岡市で開催される平成27年度全国老人クラブ大会において、優良老人クラブ連合会として全老連会長表彰を受賞されます。

会員が減少している市町老連においても、会員が増加している単位老人クラブでは数多くありますが、やはり成果をあげているクラブでは、「活動の魅力」を高め、「こまめな勧誘」をしているとの報告を受けています。運動2年目の今年は少しでも目標に近づける取り組みを全ての老人クラブ関係者の皆様をお願いします。

(県老連事務局)

お知り合いの方へ入会をおすすめください。

お住まいの地域の皆さんと仲良く元気に、楽しく活動をしている老人クラブです。誘いあってお入りになりませんか。



わたしたちのクラブへお入りになりませんか!

老人クラブとは

老人クラブは戦後の荒廃した社会にあって「老後の幸せは自らの手で開こう」と、高齢者自らが相集い、新たな役割を求めて誕生した自主組織です。

お申し込みはお近くのクラブへどうぞ

公益財団法人 広島県老人クラブ連合会

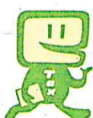
〒732-0816 広島市南区比治山本町 12-2 広島県社会福祉会館内
TEL:082-254-1900 FAX:082-256-2228

年金所得者の方へ

公的年金等の収入金額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の各種の所得金額が20万円以下である場合には、**確定申告は必要ありません。**

- 所得税及び復興特別所得税の確定申告が必要ない場合であっても、所得税及び復興特別所得税の還付を受けるためには、確定申告書を提出する必要があります。
- 所得税及び復興特別所得税の確定申告が必要ない場合であっても、住民税の申告が必要な場合があります。

国税に関する一般的なご相談は電話相談センターをご利用ください



最寄りの税務署にお電話をおかけになると音声ガイダンスでご案内しますので、「1」番を選択してください。

編集後記

第89号広島県老連をお読み頂きありがとうございます。今回はたくさんの方の文芸の応募がありました。皆様のユーモアや才能あふれる記事がたくさんの方の楽しみになっています。今後ともっとご応募お待ちしております。また、今年度より市町のブロックが4ブロックから5ブロック制となり、活性化を目指してのコーナーが1つ増えました。各市町の情報が少しでも皆様の活動の参考になれば幸いです。今後とも愛読の程よろしく申し上げます。