# ひろしま県老連

地域と福祉をささえる
老人クラブ広報誌

第91号
平成28（2016）年9月30日

hiro-kenrouren.sakura.ne.jp/

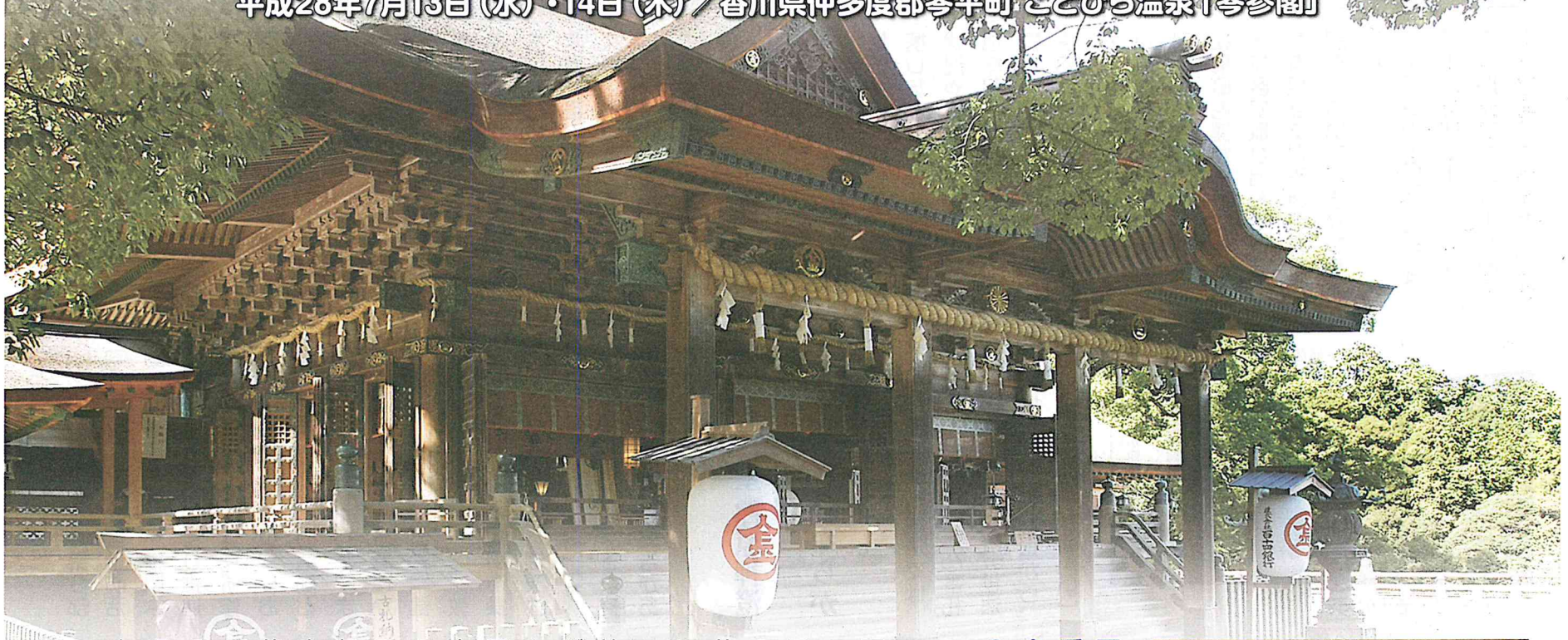

ひろしま県老連は、高齢者のさまざまな活動を応援します。

●今号の主な内容


2 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会／呉市老人クラブ連合会 創立50周年記念大会
3 県老連会議報告／下半期主要行事予定
4 ねんりんピック長崎2016／表彰受賞
5 県・指定都市老人クラブ連絡協議会／老人クラブ 100万人会員増強運動
6 在宅福祉を支える友愛活動セミナー／健康づくり中央セミナー
7 都道府県・指定都市老連 女性代表者会議／都道府県・指定都市老人クラブ リーダー中央セミナー
8 活性化を目指して
11 私の健康法／人生は巡る春夏秋冬
12 教えちゃろ!! 隠れたわが町の名所名品
14 読者ひろば 楽々喜々


## 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

平成28年7月13日（水）・14日（木）／香川県仲多度郡琴平町 ことひら温泉「琴参閣」



### 平成28年度は香川県琴平町で開催、中国・四国のリーダー311人が集う

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が平成28年7月13日（水）から14日（木）の2日間、全老連と香川県老連の主催により金刀比羅宮門前のことひら温泉「琴参閣」において開催されました。

この研修会は中国・四国地方の老人クラブリーダーが日頃の活動の実績と成果を持ち寄り、当面する諸課題や今後の方策について研究討議することで、リーダーの意識高揚と資質向上を図ることを目的としています。毎年ブロック内の各県・指定都市老連の持ち回りで開催されています。

今回の研修会には、中国5県と2指定都市、四国4県の老人クラブから311人が集い、事例発表を受けての学習と交流に熱心に取り組みました。


私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

湯原温泉の旅

全国露天風呂番付
西の横綱 砂湯！
宿は菊之湯・米屋から選べます！

★お得なクーポン★
本券をご持参いただくか、ご予約時に『ひろしま県老連を見た』とお申し付けください。
※掲載プランにのみ適用できます。※両クーポンの併用不可。

マイカーコース ご夫婦・ご友人でごゆっくり
価格より 日帰り 500円割引
ご宿泊 1,000円割引

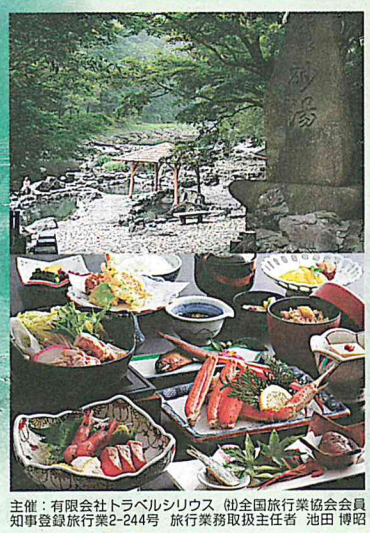
団体送迎コース グループでわいわい♪行き帰り楽々
1 20名様以上送迎無料※
2 宴会時1ドリンクサービス
3 カラオケサービス
※150kmまでそれ以上は別途料金

観光は、情緒あふれる城下町『勝山の町並み』や四季折々変化する『神庭の滝』がおすすめです。『蒜山焼そば』『蒜山ワイン』などご当地グルメも充実！

日帰りプラン おひとり様 昼食入浴付 ◆20名様以上の場合 5,800円～（税別）

宿泊プランも承ります。詳細はお問合せください。 ◆20名様以上の例 おひとり様1泊2食（夕・朝食付） 12,000円～（税別）

ご注意
※休前日と10月・11月は、日帰り500円・宿泊3,000円増しです。
※送迎で有料道路利用時は別途ご負担ください。



主催：有限会社トラベルシリウス (社)全国旅行業協会会員 知事登録旅行業2-244号 旅行業務取扱主任者 池田 博昭

絆を大切にしております！ 少人数グループの場合もご遠慮なく相談ください。

岡山県・湯原温泉

砂湯まで徒歩12分
ゆばらの宿 米屋 Yubara Spa Kome-ya
☎0867-62-3775
http://www.komeya.co.jp/
〒717-0402岡山県真庭市湯原温泉345-18

砂湯まで徒歩3分
湯原国際観光ホテル 菊之湯
☎0867-62-2111
http://www.yubara-kikunoyu.com/
〒717-0402 岡山県真庭市湯原温泉16

# 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

## 広島県からは55名が参加、全国の情勢や中四国の事例を学ぶ

広島県老連からは、鈴木孝雄理事長以下55名が参加し、副理事長の住田鉄也庄原市老連会長が事例発表第1部の助言者を務めました。

研修会の1日目は、香川県老連の豊島實会長と全老連副会長の安達伸次島根県老連会長の主催者挨拶、香川県副知事、琴平町長の来賓挨拶などの開会行事に続いて、全国老人クラブ連合会の岡本まゆみ参事による基調報告が行われました。

基調報告では、都市部で進む急速な高齢化、認知症高齢者の増加、介護保険制度の改正や高齢消費者被害の増加などの社会情勢を踏まえ、「老人クラブ『100万人会員増強運動』(第3年次)」の推進、「新地域支援事業」への参画、高齢消費者被害防止の取り組みの必要性が訴えられました。

また、そのために、活動の記録、会計の透明性、会員の安全対策、全老連広報誌など各種情報の活用など活動の活性化を図るための取組みが提示されました。

事例発表では、今回は分科会形式ではなく1会場で2日間かけて3部に分けて行われました。

第1部の「会員増強の推進」では、広島市佐伯区老連から、取り組む前からあきらめるという姿勢を否定するところから始め、候補者リストの作成により、会長や役員が熱意をもって勧誘に取り組み成果をあげたとの発表がありました。また、徳島県阿南市のクラブからは、スクエアダンスの活動を通じて同好会員を丸ごと入会させて休会から復活を果たした事例、高知県宿毛市からは、5つの単老中4つまで解散した地区において、会の広域化や名称変更、自治会と連携した新スポーツの導入などで復活し、「1人1名加入運動」の展開により会員の倍増を果たした事例が発表されました。

▲助言者を務める住田鉄也副理事長(一番右)

第2部「友愛・奉仕活動の推進」では、鳥取市美保地区から、民生委員等と連携した友愛訪問活動の実施状況や救急搬送時の対応、地域包括支援センターと連携しての家族支援などの課題について報告がありました。山口県周南市のクラブからは高齢者や小学生の見守り活動について、愛媛県松前町老連からは、地区内3校区で取り組んでいる高齢者相互支援事業の成果と課題について報告がありました。

1日目の夜の交流会では、琴平町老連によるフラダンスや地元ファミリー劇団による芝居、恒例のカラオケなども披露されました。

2日目に行われた第3部「健康づくり・介護予防活動の推進」では、島根県木次町から、健康づくり推進委員を核としての体操研修会、出前講座、サロンにおける運動指導などの活動と成果が報告されました。また、岡山県瀬戸内市老連からは、市行政と連携した「健康体操ステップアップ教室」の取組みが、岡山市操明学区老連からは、健康体操、グラウンド・ゴルフ、保健師・栄養士による栄養改善活動について報告がありました。

## 善通寺法主 樫原禅澄大僧正が講演「人生8合目からが面白い」

事例発表後の講演では、四国八十八か所の第75番札所の総本山善通寺第57世法主の樫原禅澄大僧正から、「人生8合目からが面白い」と題して、泉重千代さんはじめとした長寿者が語った長生きの秘訣や、金さん銀さん語録などから、講師がまとめた男女別の「長寿の秘訣ベスト10」などを語られました。そして、「教養(今日ようがある)」と「教育(今日行くところがある)」のある人はボケない、「くよくよしない」、「よく笑う」、「ありがとうという感謝の気持ち」が大事だと、老人クラブは元気で長生きに役立つということで、参加者が共感できるお話をされました。

▲樫原禅澄大僧正の講演

## 来年度は広島県呉市で開催

講演後の全体会では、香川県老連会長による総括(まとめ)があり、来年度開催地である広島県老連の鈴木理事長と香川県老連副会長の挨拶で全日程を終了しました。(※来年の大会は6月29日～30日に広島県呉市で開催されます。)

▲広島県老連鈴木孝雄理事長

# 呉市老人クラブ連合会 創立50周年記念大会

KUREROUREN 50TH Anniversary

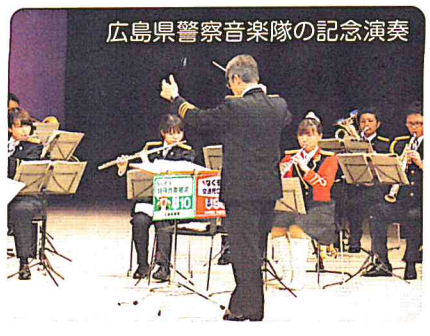
【記念講演】衣笠 祥雄 氏

呉市老人クラブ連合会創立50周年記念大会が、平成28年3月23日(水)13時30分より、今年3月にオープンしたばかりの「くれ絆ホール」において開催されました。

呉市長をはじめ多くの来賓を迎え、特別賞6名、功労賞(理事の部)7名、功労書(単老会長の部)66名、感謝状1名の表彰が行われました。

記念講演は、国民栄誉賞受賞者である衣笠祥雄氏を迎え「元気な高齢者」と題して講演がありました。2215試合連続出場の世界記録を樹立した鉄人ならではのエピソードを交えた話に、会場を埋めた600人の会員は感心しきりに聞き入っていました。その後、広島県警察音楽隊の迫力ある記念演奏で大いに盛り上がり、音楽のパワーに包まれ、会場中熱気に満ちあふれました。

終りに、高齢化が進む今後を見据え、老人クラブの発展のために互いに支え合うことを認識し、閉会となりました。


広島県警察音楽隊の記念演奏

# 県老連会議報告

2016年3月－9月

**第13回 通常理事会及び**
**平成27年度 第2回 評議員会合同会議**
【日時】3/14(月)10:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**中国ブロック県・指定都市老人クラブ連絡協議会**
【日時】4/27(水)
【場所】メルパルク広島(広島市中区)

**平成28年度 監事会**
【日時】5/6(金)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館4階会議室8

**平成28年度 第1回 運営委員会**
【日時】5/13(金)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室3

**平成28年度 若手委員会総会**
【日時】5/17(火)10:30～14:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**第14回 通常理事会**
【日時】5/25(水)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室3

**平成28年度 女性委員会総会**
【日時】5/31(火)10:30～14:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**平成28年度 高齢者相互支援推進会議**
【日時】6/2(木)10:30～12:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室4

**平成28年度 第1回 市町老人クラブ連合会事務局長会議**
【日時】6/2(木)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**平成28年度 定時評議員会**
【日時】6/14(火)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**広報誌91号 第1回 編集委員会**
【日時】6/23(木)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室4

**中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会**
【日時】日時7/13(水)～7/14(木)
【場所】香川県仲多度郡琴平町(琴参閣)

**平成28年度 若手委員会企画委員会**
【日時】7/20(水)10:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室4

**平成28年度 女性委員会企画委員会**
【日時】7/22(金)10:30～14:30
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室2

**広報誌91号 第2回 編集委員会**
【日時】8/24(水)13:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室4

**県老連若手リーダー研修会**
【日時】8/31(水)10:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

**県老連女性リーダー研修会**
【日時】9/7(水)10:30～15:00
【場所】広島県社会福祉会館2階会議室1・2

# 下半期 主要行事予定

**市町老連会長研修会(1泊2日)**
日時▼10月3日(月)～10月4日(火)
場所▼白竜湖リゾート

**第1回 県老連理事長杯グラウンド・ゴルフ大会**
日時▼10月28日(金)※予備日10月31日(月)
場所▼北方グラウンド・ゴルフ場(三原市本郷町上北方)

**広島県老人クラブ大会**
日時▼11月2日(水)
場所▼県社協福祉会館講堂

**広報誌編集委員会(第92号 第1回：3月初発行予定)**
日時▼11月16日(水)
場所▼県社協福祉会館会議室2

**第35回 広島県老人クラブゲートボール大会**
日時▼11月17日(木)※予備日11月18日(金)
場所▼比治山下公園(広島市南区)

**市町老連会長会議**
日時▼12月13日(火)
場所▼県社協福祉会館会議室1・2

**運営委員会**
日時▼2月17日(金)
場所▼県社協福祉会館会議室3

**広報誌編集委員会(第92号 第2回：3月初発行予定)**
日時▼2月2日(木)
場所▼県社協福祉会館会議室4

**第2回 市町老連事務局長威会議**
日時▼2月24日(金)
場所▼県社協福祉会館会議室1・2

**第2回 高齢者相互支援推進会議**
日時▼3月23日(木)
場所▼県社協福祉会館会議室3

私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

※写真は9/1～の、四季物語～秋～「凛」(りん)です。

季節のうつろいを楽しむ会席ができました
瀬戸内創作料理 四季物語
1日5室限定

期間 除外日:GW・盆休み・年末年始
春：3月1日～5月31日
夏：6月1日～8月31日
秋：9月1日～11月30日
冬：12月1日～2月28日
※四季物語の期間によって会席は変更いたします。

秋 御品書き

「凛」(りん)会席
〈食前酒〉岡山産ワイン
〈前　菜〉吹き寄せ
〈造　り〉鯛、ハマチ、蛸、妻一式
〈煮　物〉鯛白煮
〈焼　物〉海鮮陶板焼
〈替り鉢〉萩万十
〈油　物〉鮴(こち)天婦羅
〈酢　物〉牛しゃぶしゃぶ
〈吸　物〉土瓶蒸し
〈飯　物〉山菜御飯
〈香　物〉三種盛り
〈果　物〉旬の物

「優」(ゆう)会席
〈食前酒〉岡山産ワイン
〈前　菜〉吹き寄せ
〈造　り〉鯛、ハマチ、蛸、妻一式
〈煮　物〉寄せ鍋(海老、帆立、鯛)
〈焼　物〉阿波尾鶏ときのこグラタン
〈替り鉢〉茶碗蒸し
〈油　物〉河豚唐揚げ
〈酢　物〉サーモン絹田巻
〈吸　物〉土瓶蒸し
〈飯　物〉山菜御飯
〈香　物〉三種盛り
〈果　物〉旬の物
*市場入荷状況等により内容・器を変更させていただくことがあります。

スタンダード
客室 鷲羽閣(定員2～4名)
ご夕食 レストランにて
ご朝食 ブッフェ又は朝食膳(ご選択は、いただけません)
平日お一人様 消費税別・入湯税別 10,000円
※休前日3,000円(税別)UP

客室グレードアップ
客室 鯛豊楼(定員2～6名)
ご夕食 レストランにて
ご朝食 ブッフェ又は朝食膳(ご選択は、いただけません)
平日お一人様 消費税別・入湯税別 13,000円
※休前日3,000円(税別)UP

ご予約の際に「優」、「凛」、いずれかの会席を希望とお伝えください。ご選択は同一予約、同一献立となります。

鷲羽山吹上温泉　空中露天風呂
鷲羽ハイランドホテル
岡山県倉敷市下津井吹上303-17　http://www.hailand.co.jp/
(受付時間 8:00～20:00)
0120-489-526
JR児島駅～ホテル間無料送迎有【要予約】
携帯電話でのお申し込み用QRコード▶

# 第29回 全国健康福祉祭ながさき大会 ねんりんピック長崎2016

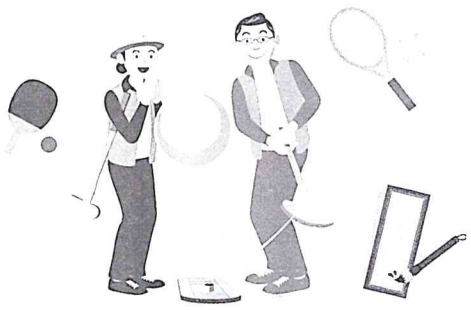
【日時】平成28年10月15日（土）～18日（火）【会場】長崎県下15市町

## KURE・府中上下の2チームが、ねんりんピックゲートボール大会に出場します

第29回全国健康福祉祭ながさき大会ねんりんピック長崎2016が、平成28年10月15日（土）から18日（火）の4日間、長崎県下15市町の会場で開催されます。種目は、卓球、テニス、グラウンド・ゴルフ、弓道、太極拳、囲碁、俳句、健康マージャンなど26種目で、全国より60代から90代の選手たちが一堂に会し熱戦を繰り広げます。

KURE（呉市）

府中上下（府中市）



広島県からは平戸市で開催されるゲートボール交流大会に、昨年度の県老連ゲートボール大会で優勝したKURE（呉市）と準優勝の府中上下（府中市）の2チームが出場します。

## 平成27年度やまぐち大会では、坂小屋浦チームが優秀賞に

昨年度開催の第28回全国健康福祉祭やまぐち大会では、1万人以上の選手が参加するという過去最多の大会となりました。

広島県からは坂小屋浦（坂町）と片島ひまわり（三原）の2チームが参加し、坂小屋浦チームは152チーム中ベスト16の優秀賞という成績を収めました。

平成27年度優秀賞「坂小屋浦チーム」

## 祝 （公財）全国老人クラブ連合会 表彰受賞

### 平成28年度会長表彰受賞者

全老連では、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28年度は、広島県から次の方々の受賞が内定し、11月に富山県で開催される第44回大会で表彰されます。

**育成功労表彰**

（都道府県・指定都市老連及び市区町村老連役員等）

三次市老連　黒田博巳

海田町老連　中岡長一

**優良老人クラブ表彰**

福山市老連　神村学区グリーンハイツ桜美会

**優良市区町村老連表彰**

三原市本郷地区老人クラブ連合会

廿日市市老人クラブ連合会

### 全老連活動賞・特別賞受賞

全老連では、他の模範となる活動を行っている老人クラブや市区町村老連に「活動賞」を、会員増強運動において顕著な成果を挙げた老人クラブや市区町村老連に「100万人会員増強運動特別賞」を贈って顕彰しています。平成28年度は、広島県から次の6団体が受賞されました。

**活動賞**

福山市老連　春日学区春日池クラブ

廿日市市老連　宮園会連合会

大崎上島町老連　大崎上島町老連東野支部

**100万人会員増強運動特別賞**

廿日市市老連　阿品地区老人クラブ連合会

熊野町老連　平谷さつき会

熊野町老連　萩原長生会

私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

「ひろしま県老連」会員さま歓迎プラン　2017年2月末までの平日企画

1日1組限定 15名様以上28名様以下 送迎つき ※片道40分圏内

気の合う仲間と ルンルン♪ 身体イキイキ♪

健康プラン

自然に還り、元氣がもらえる「心の故郷」仙酔島で半日・1日お愉しみ下さい♪

カラダが喜ぶ 日帰り グランドゴルフ 健康プラン

グランドゴルフの賞品プレゼント 上位3位、ブービー賞、ホールインワン賞などご用意

ひと汗かいた後は 海の温泉「名物 潮風呂」で 体も癒やして頂けます

ご昼食　ご入浴　グランドゴルフ

おひとり様 3,500円（税別）

ココロも喜ぶ のんびり宿泊 健康プラン

ご夕食は気の合う仲間と 貸切宴会場でどうぞ 2H無料 宴会広間貸切料2万円がタダ

太古の自然が残る仙酔島 散策ハイキングコースもあり 四季の移ろいを 五感で愉しんで頂けます

（1室3名以上のご利用で）一泊二食付 おひとり様 9,800円（税別）

瀬戸内海国立公園内 国民宿舎 仙酔島

ご予約はこちら ☎084-970-5050

「ひろしま県老連」プランとお申し付け下さい。

〒720-0202 広島県福山市鞆町後地3373-2

平日限定 「ひろしま県老連」会員様限定プラン

鞆の浦の観光、仙酔島での自然散策や互房、グランドゴルフなど楽しみ方はたくさんあります。

1日1組限定 1時間圏内、15名様以上28名様以下 マイクロバスで無料送迎いたします。上記以外は応相談 ※有料道路利用は別途料金がかかります

半日お出掛け日帰りプラン 15名様より お一人様 3,000円（税別）

昼食／料理長おまかせ季節のご膳 レストランでテーブルイス席

入浴／鞆の浦温泉

親睦を深める 絆 宿泊プラン 12名様より 1泊2食付き お一人様（1室3名様利用の場合） 11,500円（税別）

夕食／大皿盛り会席料理 食事時間2時間 カラオケサービス

朝食／和食中心のビュッフェ

入浴／鞆の浦温泉

絆が深まる宿

家族、仲間、グループの絆を深める宿 鞆（とも）シーサイドホテル

〒720-0201 広島県福山市鞆町鞆555

TEL：084-983-5111 FAX：084-982-3121

# 平成28年度 中国ブロック 県・指定都市老人クラブ連絡協議会

日時 平成28年4月27日(水)　場所 メルパルクHIROSHIMA

## 中国5県と2指定都市の連携を深める

4月27日（水）に広島市内のホテル「メルパルクHIROSHIMA」において、「平成28年度中国ブロック県・指定都市老人クラブ連絡協議会」が開催されました。

この会議には、中国地方の5県と広島市、岡山市の2指定都市の老人クラブ連合会の会長、副会長など役員と事務局34人が出席し、広島県老連からは鈴木理事長以下7人が出席しました。

会議は、児玉吾郎広島市老連会長の挨拶に始まり、齊藤秀樹全老連常務理事からの中央情勢説明の後、各老連の現状、平成28年度事業計画等を報告し、その後、各県市から提出した協議題について意見交換しました。

協議題「新地域支援事業への参画」では、各県市ともまだまだ取組みが進んでいない状況や市町行政との連携が課題となっていることなどが報告されました。「100万人会員増強運動の展開」では、会員増強クラブへの報奨制度や地域のミニコミ誌の活用などの事例が紹介されました。「老人クラブ連合会の組織運営」では、事務局体制の強化、役員研修、自主財源確保などについて、各県市の取組みが紹介されました。

また、任期満了に伴う全老連理事等役員の推薦について、全老連理事に山口県と島根県が、女性委員に広島県が、政策委員会幹事に広島市から推薦されることが決定されました。

夜には夕食を兼ねた交流親睦会も行われ、各老連間の交流が深められ、岡山県老連の担当で開催される来年度の会議での再会を約して終了となりました。

## 平成27年度 老人クラブ 100万人会員増強運動

**全体では71クラブ5,258人減少したが、5市町老連では会員増を達成**

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2年次となる平成27年度の状況を市町老連からの報告等に基づいて取りまとめました。

その結果、各市町行政からの報告に基づき県が集計した「福祉行政報告例」上の数字では、前26年度に比してクラブ数で71、会員数で5258人の減少という結果に終わりました。

市町老連の運動実績では、5市町老連で会員増を達成していますが、規模の大きい都市部老連において、単位クラブ自体の解散により、大きく会員が減少しているところが出ています。

会員増を果たしたのは、三原市、庄原市、府中町、海田町、熊野町で、この5市町だけを見れば、対前年度比で、392人増でした。こうした市町は、役員の努力、自治会との連携、多彩な活動の展開などで新会員の加入増加につなげています。

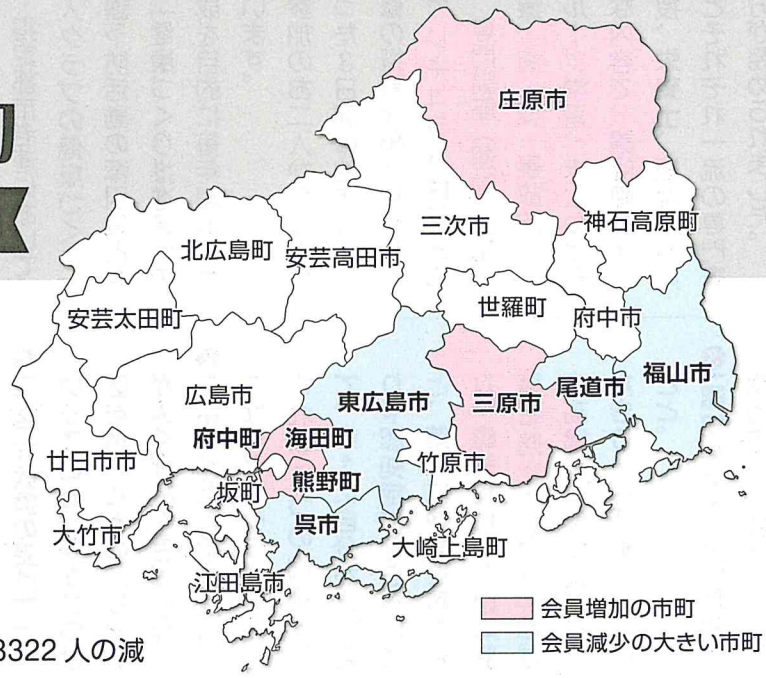
一方、会員減少の大きいところは、呉市、尾道市、福山市、東広島市で、合せて43クラブ、3322人の減少で全体の減少の6割を占め、規模の大きいクラブの解散などが大きく影響しています。

全体では減少している市町老連においても、単位老人クラブでは会員増となっているクラブが数多く報告されており、今後はクラブの解散をいかに防ぐかが、会員増の大きなカギとなっています。

クラブの解散は役員後継者がいないなどが大きな要因で、なかなか解決の難しい課題ですが、女性部や若手部の底上げや自治会との連携など、県老連はもとより市町老連あげての取組みで、クラブの解散や休会の防止に取り組んでいく必要があります。

皆さまの一層のご尽力をお願いします。

（県老連事務局）



全老連

# 第21回 在宅福祉を支える友愛活動セミナー

[日時]平成28年1月13日(水)～14日(木)　[場所]東京都千代田区(全社協)

## 高齢者相互支援事業に取り組むモデル市町から参加

東京都千代田区の新霞が関ビルの全社協会議室で平成28年1月13日（水）から14日（木）にかけて開催された全老連主催の「第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナー」に、広島県老連から三次市老連の黒田博巳さん、東広島市老連の正岡康靖さん、海田町老連の清水洸さん、北広島町老連の薬師勝さんの4人が参加し、全国119人の参加者と共に2日間のセミナーを受講しました。

このセミナーには、毎回、高齢者相互支援事業に取り組むモデル市町老連からしていますが、今回は、28年度に取り組む5市町老連のうちから4市町が参加しました。

1日目は、厚生労働省老健局振興課の稲葉好晴課長補佐から「地域支え合いの取組みについて」と題して、介護保険制度改正に伴う新しい介護予防・日常生活支援総合事業における住民主体のサービスに関する行政説明、全老連の齊藤常務理事から老人クラブで取り組む「新地域支援事業」の推進を中心とした基調報告がありました。

休憩をはさみ、「老人クラブの友愛活動」に関する活動報告として、京都府伏見区二の丸老人クラブと北海道網走市老連から、それぞれの取組みが報告されました。その後、活動報告に基づく情報交換の進め方について、コーディネーターの大阪ソーシャルワーカー協会会長の大塚保信さんから説明があり、1日目の日程を終了しました。

2日目は老人クラブ体操で幕が開き、グループに分かれて、各地域の取り組み等について情報交換を行いました。その後、傷害保険等についての全老連説明、全体会での各グループ報告を行い、中身の濃いセミナーが終了しました。

「在宅福祉を支える友愛活動」セミナー

全老連

# 第13回 健康づくり中央セミナー

[日時]平成28年2月24日(水)～26日(金)　[場所]神奈川県葉山町「ロフォス湘南」

## 各分野の専門家講師による多彩なプログラム、2泊3日の充実した研修

神奈川県葉山町の中央福祉学院「ロフォス湘南」で、平成28年2月24日（水）から26日（金）の3日間にわたって開催された全老連主催の「第13回健康づくり中央セミナー」に、広島県老連から廿日市市老連の藤岡久子さんと安芸高田市老連の冨永淳子さんの2人が参加し、全国58人の参加者と共に受講しました。

このセミナーは、都道府県・指定都市老連において、老人クラブの健康づくり・介護予防活動の牽引役となる「健康づくり推進員」の養成を目的に毎年開催されています。

参加のお二人から報告のあった3日間の泊まり込み研修の概要を紹介します。

カリキュラムは基礎講座、専門講座（運動・栄養・医療・歯・薬・事故防止）、グループ学習、まとめと多彩な内容で、講師陣も大学教授、栄養士、医師、薬剤師とそれぞれ一流の専門家の方が務められました。

最初の基礎講座では、国際医療福祉大学大学院教授の竹内孝仁先生から、「介護予防と老人クラブ」と題して、高齢者の最大の関心事は「健康」であり、自助、互助による健康づくり・介護予防は老人クラブの中心的な活動との講義がありました。

研修を通じて学んだことを通じて、

**①「上手な医療の受け方」ということで、かかりつけ医を持つことのメリットがよく理解できたこと。**

**②「介護予防と老人クラブ」では、老人クラブに期待される3つの役割として、第1に自分が寝たきりや認知症にならないこと、第2に仲間を寝たきり・認知症にしない「脱落者防止」、第3に地域の高齢者（非会員）を寝たきり・認知症にしないこと。**

**③「認知症の正しい理解と認知症をなおすために」ということで、認知症は自分が置かれている状況を認識・理解・判断できないこと、また、水分補給、低栄養の防止、自然排便、日々の適度な運動によって改善すること。**

**④「運動による健康づくり・介護予防」として、使わないことによる運動機能や筋肉量の低下が要介護リスクを高めること、いきいきクラブ体操の有用性など。**

**⑤「高齢者のための薬の知識」、「高齢期の食生活のあり方」などについて、服用法や薬の作用は日常生活全般に影響すること、高齢者にとって怖いのは肥満よりも低栄養であること**

などをわかりやすい講義により、よく理解できました。

各講座後のグループ学習では、各地から参加した研修生相互の交流も大いに盛り上がり、研修終了時には、全老連の齊藤常務理事から「健康づくり推進員修了証」をいただき、セミナーの全日程を終了しました。

全老連

# 平成28年度 都道府県・指定都市老連 女性代表者会議

【日時】平成28年5月17日(火)【場所】東京都千代田区(全社協)

## 女性ならではの視点で取り組む活動報告

東京都千代田区の新霞が関ビルの全社協会議室にて、平成28年5月17日（火）に開催された全老連主催の「都道府県・指定都市老連女性代表者会議」に、広島県老連から川口鈴江さん（呉市老連）が出席しました。（出席者60名）

全国老人クラブ連合会副会長・女性委員長の駒場玲子さん（関東ブロック・埼玉県）の開会のあいさつの後、全国老人クラブ連合会常務理事の齊藤秀樹さんによる基調説明がありました。老人クラブとしての運動・行動提案として、「100万人会員増強運動」（第3年次）の推進、新地域支援事業への行動提案、高齢者詐欺被害防止キャンペーンの推進が挙げられました。その他には、全国老人クラブ大会活動交流部会「演じる活動」（平成27年度静岡大会）の報告や、老人クラブ補助金の仕組みを理解・認識して補助金の確保・増額をはかり、クラブ活動の発展につなげようという提案がありました。

午後からは、全国老人クラブ連合会評議員・女性委員の西山順子さんより、平成27年度女性リーダーに関する活動報告がありました。

その後、新潟県老連からは、南魚沼市老連の「カタクリの花リレー事業」についての事例報告がありました。女性部が中心となり単位クラブを巡回し「健康教室」を開催する事業で、それにより解散クラブ防止をめざすというものです。事業の成果としては、市老連の存在を実感してもらえた、情報交換、絆づくりに役立つたそうです。

奈良県老からは、大和郡山市老連の高齢者被害防止モデル事業の取り組みが発表されました。研修会を開催して見守りサポーターを養成することが目的で、事業の企画、運営を女性部が担当。地域の高齢者を守ろうと講演会を開催し、その結果被害件数が大幅に減少したそうです。警察や消費生活センターとの繋がりもでき、老人クラブの存在が評価されたということでした。

活動報告の後は、ブロック別に分かれ情報交換を行い、全体会での各グループ報告を行いました。最後は、全国老人クラブ連合会理事・女性委員会副委員長の伊藤八重子さんの閉会のあいさつで締めくくられ、全日程を終了しました。

全老連

# 第34回 都道府県・指定都市老人クラブ リーダー中央セミナー

【日時】平成28年6月2日(木)・3日(金)【場所】東京都千代田区(全社協)

## 老人クラブと新地域支援事業

東京都千代田区の新霞が関ビルの全社協会議室にて、平成28年6月2日（木）から3日（金）の2日間開催された全老連主催の「第34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、広島県老連から松葉勉さん（福山市老連）、平岡弘道さん（呉市老連）の2人が参加し、全国85人の参加者と共に2日間のセミナーを受講しました。

参加のお二人から報告のあった2日間の研修の概要を紹介します。1日目は、厚生労働省の老健局振興課の愛甲健課長補佐から「介護保険制度をめぐる施策の動向について」と題して、今後の介護保険をとりまく状況や制度改正の経緯、その主な内容について説明がありました。団塊世代が75歳以上となる2025年をめどに、要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最後まで続けることができるよう、医療・介護・予防・住まい・生活支援が確保される地域包括ケアシステムの構築の重要性が語られました。

次に、全老連の齊藤常務理事から「老人クラブ組織の発展に向けて」と題して、100万人会員増強運動の推進、新地域支援事業への積極的な参画、高齢者被害防止キャンペーンの推進、補助金の仕組みを知り、活用する必要性などの基調報告がありました。

事例発表では、友愛活動で新地域支援事業への参画を目指すさいたま市老連の発表、自治会の協力を得て新設クラブを立ち上げた岐阜県大垣市老連の発表があり、どちらも地域の共同体との連携を強固にし、若手の力を活用し成功していました。

2日目は、いきいきクラブ体操で幕を開け、「地域のネットワークで取り組む「見守り・支え合い」と題して、東京都荒川区社会福祉協議会の鈴木訪子地域福祉ネットワーク課長の講演がありました。身近な場所に相談できる人がいないなど社会環境の変化が進む中でも、誰もが安心して暮らせる街づくりのためのネットワークの大切さを語られました。

その後は、3分散会でのグループ協議。「すべての地域にクラブをつくろう」をテーマにアイデアを出し合い、検討しました。最後は、3グループの報告があり、充実したセミナーを終了しました。

# 活性化を目指して

西部ブロック

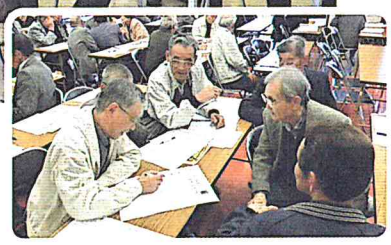
## 住み慣れた地域で安心して暮らしていける社会を老人クラブから実践

北広島町老人クラブ連合会 会長　**薬師　勝**

北広島町老人クラブ連合会は、平成17年4月に、旧4町（芸北町、大朝町、千代田町、豊平町）が合併して誕生しました。合併した当初は54単位クラブ3,529名の会員がいましたが、平成28年6月末日現在では、42単位クラブ2,197名と約4割の会員が減りました。高齢化率も平成27年3月末日時点で36%を超えました。

そのような状況の中、連合会役員会を開催し、老人クラブで何かひとつでもアクションを起こせないかということになりました。会員にとって、認知症や体力の衰えが不安や心配事であること、これを連合会で取り組んでいこうということになりました。認知症では正しい病気の理解と対応を医療機関や地域包括職員から学びました。連合会から支部、支部から単位クラブへと小地域での勉強会へと広がりを見せています。

体力づくり教室は女性部が中心となって企画し、老健施設との協働で数年間実施しています。数値化することで自分の身体状況を客観的に見ることができ、会員からも大変好評です。



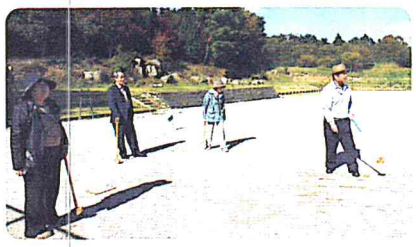
今後も担い手不足や人口減による休部や解散するクラブが出ると思われ、地域全体が高齢化してきている中、医療機関や行政、社協と協働して、高齢者同士のお互い様活動を推進するとともに、高齢者の権利擁護を行える団体を目指していきます。

南部ブロック

## 「笑顔で語りあえる仲間を増やそう」を合言葉に、4年で会員を2倍に

海田町老人クラブ連合会 蟹原たんぽぽ会 会長　**西本　雅彦**

平成24年4月、仲間を増やし、つながろうという目的で、風に乗って種を蒔くたんぽぽの綿毛にあやかり、「たんぽぽ会」が誕生しました。



大型バスの日帰り旅行やグラウンド・ゴルフ大会などのスポーツを楽しみ、「笑顔で語りあえる仲間を増やそう」を合言葉に、皆で声かけをはじめました。河川敷で犬の散歩仲間へ、町内行事で集まった同世代へと声かけが広がり、バス旅行への勧誘でさらに仲間が増え、31名の会員で出発してから4年、平成28年の現在では62名の会員になりました。

現在の活動は、年に2回の日帰り旅行とグラウンド・ゴルフ。海田町老連主催の春秋のグラウンド・ゴルフやクロリティ大会への参加や、週2回の練習と練習場の草むしり、自治会主催の夏祭りへの出店など様々な活動に取り組んでいます。

これから先も、増えていく仲間たちと次のステップに進むために、皆の意見を取り入れて活動の場を増やしていこうと頑張っています。隣近所の仲間と声かけ、おしゃべりや挨拶など、今日一日誰ともしゃべらなかったではなく、しゃべって笑って一日が過ぎるように仲間を増やしていきたい「たんぽぽ会」です。

# 活性化を目指して

南部ブロック

## 他県老人クラブ連合会との交流を通して、活性化を図る

坂町老人クラブ連合会 会長　**大山　一雄**

当連合会では、平成５年より姉妹縁組を結んでいる、島根県邑智郡川本町老人クラブ連合会との交流会を中断を挟みながらも実施し、昨年度で21回を数えました。

参加者は、単位クラブ会長並びに事務局で毎年35名程度が参加し、交互に当番になって、お互いを招待し二日間に亘り、行っています。

その内容は、一日目の午前は、町長をお招きしての開会式の後、両町の連合会の現状について資料を使って事務局からの報告があり、その後意見交換、質疑応答を行います。その際には活発な意見が交わされ連合会・単位クラブの運営について両町の参加者とも大変参考になり、有意義なものとなっております。

昼食後、県内外の観光地（温泉地）のホテルに移動し、夜はお待ちかねの懇親会を行います。お昼の意見交換の時には聞けなかったことも、お酒の力を借りて、ざっくばらんに話ができ、また両町の芸達者な皆さんによるカラオケや踊りの披露など、あっという間に時間が過ぎます。

二日目の午前は、近くの観光施設等を訪れ、昼食の後、来年の再会を誓いお別れし、終了いたします。

この交流会は、普段触れ合う機会のある近隣の市町や県内の方々とは違う交流ができ、川本町から刺激を受け当連合会の活性化に寄与していると思います。

中部ブロック

## 特別養護施設のお年寄りとの交流で学ぶ

東広島市老人クラブ連合会 会長・豊栄支部長　**栗原　信明**

私たちが住んでいる豊栄は、中山間地域です。そこに特別養護老人ホーム「豊邑苑」と小規模多機能型居宅介護事業所「能良の里」があります。いずれの施設も私たち老人クラブ会員にとって、将来必ず世話になる施設で大切なものです。

地区公民館と老人クラブの年間行事の中に、地域防災で災害を想定した、消火訓練・入所者の避難誘導訓練を地域あげて応援しています。また、地域に伝わる伝統芸能神楽、盆踊り、舞踊などで慰問して、入所者や家族、職員のみなさんに大変喜んでいただいております。

そのほかにも、入所者で元気な方は、地域の文化祭、運動会、

子どもと老人との交流会に参加され、楽しく過ごされています。

この施設には、町内はもとより、地域の老人もたくさん入所、通所されており、見舞いをかね旧交を温めてお互いの交流を深めています。

私も地域の代表として、施設の運営協議会の一員として出席し、施設の管理の説明を聞きながら、お年寄りが安心して一日でも長く健康に楽しく暮らせるように、意見や見守りをしています。

# 活性化を目指して

東部ブロック

## 笑顔があふれ、心つながる、府中市老人クラブ緑ヶ丘「緑寿会」

一般財団法人府中市老人クラブ連合会 会長　石津　高弘

府中市は広島県東部備後中山間部に位置し、戦後の復興時代には物づくりの都市として発展しました。特に、重厚な高級桐ダンスは今でも嫁入り道具として全国的に有名です。しかし、現在は人口減が激しく、高齢化率50%の時代も間近い悪夢のような現状です。その中でも、いきいきと活動している中部地区の府中市老人クラブ緑ヶ丘「緑寿会」を紹介します。

緑寿会は昭和61年11月29日に結成され、会員数は47人（男性29人・女性18人）です。主な行事としては、総会、春季と秋季の研修旅行、奉仕の日作業、忘年会、新年互礼会、梅見会などの主催行事や市老連中部地区のグラウンド・ゴルフ大会、運動会、老人芸能大会、福祉大会、作品展、地区社協と町内会共催のふるさと祭りなどに参加しています。

一般的にはめずらしい行事ではと自負しているのが、駐輪場の自転車の防犯診断（毎月7日）、放置自転車の整理移動、毎週土曜日の防犯パトロール実施、芦田川水生昆虫採取や小中学生の水質調査指導など、地域との関わりを大切にしているクラブだからこその活動です。

「笑顔があふれ、心つながる、老人クラブ緑寿会」をキャッチフレーズにしているだけあり、その他にも多彩な行事を開催しています。毎月の役員会と全員会議、好評で希望者の多いカラオケ大会ではお年の割には若い声で歌われ驚きです。（失礼）カルタ取り・カローリング・踊り・クイズに始まり、“おじい”“おばあ”が出番の小中学生との3世代交流会の柏餅作り、ソーメン流し、餅つき大会、しめ縄づくり指導・保育園児との交流などは保護者も加わり賑やかです。

人間は一人では生きていけない、皆仲間になろうという思いで会員がつながっています。喜びが、夢がきっと見つかる緑寿会です。

北部ブロック

## 機関誌の発行と子どもたちとの交流

庄原市老人クラブ連合会山内地区老連 会長　藤岡　辰彦

山内地区老連は9単老で成り立っています。今回、地区老連を主体とした活動の中から、機関誌『甲山の青雲』の取り組みと、山内小学校の子どもたちとの交流について紹介します。

『甲山の青雲』誌の取り組みは、会員の意思疎通と相互理解を通して、健康で愉快な老後を送ろうとの目的で、昭和43年に取り組みが始まり、同年に創刊号が発刊されました。内容は随想や短歌などが中心ですが、歴史的証言として後世に遺すべき貴重な体験記なども寄稿されます。年2回発行された時もあるので、創刊42年目の昨年は47号を発行することができました。日頃文章を書くということの少ない身には、いざ書くとなれば難行苦行を免れないわけですが、貴重な取り組みとして是非とも継続したいと思うところです。

山内小学校との交流は、教育内容として位置づけられた世代間交流をはじめ内容豊富ですが、特筆すべきは原爆犠牲者慰霊の取り組みと花田植えということになるでしょう。前者は慰霊碑の清掃から平和学習まで、後者は花田植えから穫り入れまでのバックアップです。子どもたちの好奇心一杯のキラキラした瞳に触れるたび、溢れるような活力を貰うと同時に、この子たちに、「かつての悲惨」を決して味わわせてはならないという思いを強くさせられています。

# 私の健康法

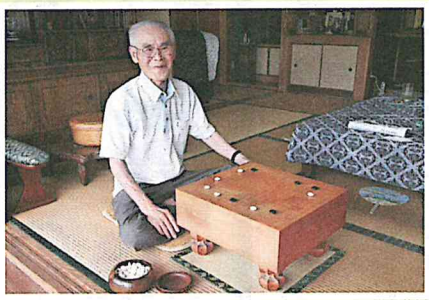
## 『楽しむ』ことが、健康の秘訣

神石町老人クラブ連合会 会長　竹中　寛睦(89歳)

広島県の東部に位置し岡山県に隣接する神石高原町、その中でも屈指の名勝『帝釈峡』のある相渡地区にお住まいの竹中さんを訪ねました。

この近辺は神石牛や比婆牛などブランド牛の産地としても名高い地ですが、獣医師資格をお持ちの竹中さんは、長年県の畜産試験場で和牛の改良や飼育の研究に携われ、日本でも有数の専門家として知られていた方です。

4～5年前まで持山の植林や間伐も行っていたというだけあり、スリムな体型のかくしゃくとした方でした。毎日欠かさないストレッチや気候のいい時期には近くの元小学校まで往復2キロを散歩するなど、健康への配慮もされています。



▲笑顔の囲碁

そのお元気の秘訣はというと、囲碁。大学時代に友人から手ほどきを受け、就職してから本格的に始められ、キャリア70年で六段の腕前です。

毎週、東城の温泉センターへ行き囲碁を打つそうです。「温泉、食事、を楽しんだ後に仲間と打つ囲碁、この時間が私にとって大切な楽しみの時間です」と笑っておられました。

▲愛車と一緒に

そのほかにも、地元の同好会や地域の囲碁の大会など、竹中さんの暮らしに囲碁は欠かせません。しかも、ご自分で愛車を運転して行くというのですから、そのパワーには脱帽です。

「奥が深い囲碁では作戦を練って実行するゲームの面白さを楽しみ、カープの試合をテレビで観戦しては野球を楽しむ。とにかく、『楽しむ』ことが私の最高の健康法です」人生を楽しむ竹中さんの姿勢、ぜひ見習いたいものです。

# 人生は巡る春夏秋冬

神石高原町保健課 保健師 吉原　洋子

貴方の人生は春夏秋冬に例えるなら今どの季節でしょうか？ 毎日の暮らしが季節のように過ぎていく事は素晴らしいですよね。

WHOでは『健康とは完全に身体、精神及び社会的によい状態であることを意味し、単に病気でないとか虚弱でないということではない』と定義されていますが、皆さんはどんな時に健康を意識していますか？

健康でありたいと願うのは誰しも同じですし体には「ホメオスタシス」という不具合が生じても良くなろうという仕組みがあります。また体のリズムを整える「体内時計」も備えています。ですから、あとは、私達が如何に「健康」を維持するためにどう自分と向き合っていくかですね。そのヒントを幾つか挙げてみましょう。

まず、前向きな考え方の癖づけです。例えば転んでしまった時にいつまでも悔やんでしまうか、怪我もせず大したことなかったから良かったと思うかです。そんな気持ちをあえて口に出して独り言でもいいから喋ることもお薦めです。次にコロコロ変わる心でいることです。ワクワク、ドキドキ、トキメキ感を持ち合わせていれば良いホルモンが貴方を包んでくれます。さらにちょっとした不便を楽しむことです。今は便利すぎて頭も体も使うことが減って、どんどん必要な機能が退化してきてますよね。トイレに電話に自動ドア等々。最後に、自分の空間創りです。居心地の良い場所に身を置きましょう。道の草花を一本飾るも良し、お気に入りの器で得意料理を盛り付ける、顔映りの良い衣服を身に着け少し化粧をしてお出かけ等です。

さあ貴方はどのヒントに何からチャレンジしますか？

私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

豊かに実った山海の幸満喫！この秋は、安芸の小京都・竹原へきてみんさい！

販売期間 2016年10月1日(土)～11月30日(水)　※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。

かんぽの宿料理コンテスト「第6回グルメアワード」中・四国大会でお客さま特別賞を受賞した一品をお楽しみいただける特別プラン！

～錦秋から晩秋～
要予約(前日まで)
山里海の恵みプラン

お1人様1泊2食 1室2名様利用
15,000円～

| 区分 | 1室2名様 | 1室3名様以上 |
|---|---|---|
| A | 15,000円 | 15,000円 |
| B | 17,200円 | 16,200円 |
| C | 18,300円 | 17,300円 |

1 合肴
牛ステーキ 又は 鱸パイ包み
2 台物
秋の木の子をふんだんに使用
牛のすきやき鍋 又は
雲丹仕立 鯛しゃぶしゃぶ鍋
3 食事
パエリア風・スープ 又は
肉ご飯・香の物・清汁

牛！魚！貝！山海の幸を贅沢に盛り込んだボリュームも内容も満点の秋の会席!!

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名様利用
13,000円～

| 区分 | 1室2名様 | 1室3名様以上 |
|---|---|---|
| A | 13,000円 | 13,000円 |
| B | 15,200円 | 14,200円 |
| C | 16,300円 | 15,300円 |

宿泊特典　ご夕食時お1人様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)

限定特典　広島県老人クラブ連合会の会員様　「会員証」又は「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。

三原市北方グラウンド・ゴルフ場までの無料送迎付き日帰りプランもご用意いたしております。

どなたでもご利用いただけます。
安芸の小京都に建つ閑静な温泉ホテル

かんぽの宿 竹原

☎0846-29-0141　「ひろしま県老連を見た」とお申し付けください。
FAX 0846-29-0400
〒725-0002 広島県竹原市西野町442-2　かんぽの宿 検索

ご利用区分カレンダー
※ご利用日によって料金が異なりますのでカレンダーをご覧ください。

2016年10月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

2016年11月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | | | |

A　B　C

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ます。)
※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(芸陽バス・かぐや姫号)の無料送迎
時間 9時～17時
[お知らせ]竹原駅に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。■掲載の料金にはすべて消費税を含んだ料金です。宿泊プランの料金は入湯税(宿泊150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)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)をしているお客さまは、他のお客さまから入れ墨(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。■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。
2016.10 かんぽの宿竹原　調製

# 隠れたわが町の名所名品

教えちゃろ!!

## 大竹市 西部ブロック

### 一つにしぼれない名所名品、大竹自慢あれこれ

大竹市は広島県南西部に位置する海と山に囲まれたまちです。山口県岩国市・和木町と小瀬川を挟み、石油、紙パルプ、化学繊維の工業地帯として発展してまいりましたが、阿多田島や栗谷地区などは自然豊かな地域でもあります。

そんな大竹市の名所名品を皆様にご紹介させて頂きます。

**●美味しいものは…**

阿多田島のハマチは以前から養殖で有名ですが、数年前からレモンを餌に混ぜて育てた「レモンハマチ」の評判が高くなっています。お刺身にして食するとレモンの香りが口に広がります。

**●歴史は…**

福島正則が築城し、徳川幕府の圧力で取り壊された亀居城址があります。玖波は旧山陽道の宿場町として栄えました。幕末の長州戦役では各地が激戦地となりました。戦前、海兵団や潜水学校が設置されていたことや、大竹港が終戦後の引揚船の寄港地となったことから、特にご年配の方では全国的にも記憶に残る町となっています。

**●自然は…**

ロッククライミングの聖地として有名な麗峰三倉岳（県立自然公園）や蛇が岩を食べたという伝説のある蛇喰磐（県天然記念物）などもあります。

**●名産などは…**

大竹は古くから和紙の産地でした。その和紙で作る鯉のぼりは大竹の名産品となっています。また、木野のひな流しも情緒豊かな春の行事となっています。

さらに、松ケ原の手打ち包丁も名産品です。

**●著名人は…**

大竹市出身の著名人としては、まず有名作詞家であられた故石本美由紀先生です。ヒット曲「あこがれのハワイ航路」、「柿の木坂」、「矢切の渡し」などは、大竹の風景を思い描かれて作詞されたとお聞きします。現在、大竹市在住で全国的にご活躍の方としては、歌手であり僧侶でもある二階堂和美さんがいらっしゃいます。

このように、大竹市には様々な名所名品があり、一つにしぼることができませんでした。そんなわが町に、ぜひお越し下さい。いっぺん来てーね！

## 呉市 南部ブロック

### 旧海軍墓地（鎮魂の丘 長迫公園）あまたの艦艇とともに戦没し、祖国に帰ることのできなかった将兵133000余柱の御霊の鎮魂

戦艦大和のまちとして知名度のある呉市、海事歴史科学館大和ミュージアムや入船山記念館（旧呉鎮守府司令官官舎）は有名ですが、地元の人以外にはあまり知られていない、海軍ゆかりの地がまだまだあります。

その一つに、海軍軍人の戦没者や殉職者の埋葬地として1890年（明治23年）に設置された「呉海軍墓地」（呉市上長迫町7）があります。戦前に建立された169基の墓碑、「戦艦大和戦死者之碑」など80基の合祀碑が、山肌の傾斜に沿って並んでいます。

現在は長迫公園として整備されているので子供たちの遊び場でもあります。平和な日常の中、戦争で失われた多くの命の静かな叫びが聞こえてくるかのようです。毎年、呉海軍墓地合同追悼式を始め様々な慰霊祭が執り行われています。映画「男たちの大和」が撮影された場所でもあります。

### 第六潜水艇殉難慰霊碑（鯛之宮神社）いまだに、世界中の海軍軍人の鑑となっている佐久間艇長

もう一つは、鯛之宮神社（呉市西三津田町1-1）です。佐久間艇長の美談で有名な第六潜水艇ですが、この場所に慰霊碑があることは知られていないのではないでしょうか。

この潜水艇は日本最初の国産艇で、1910年（明治43年）4月15日、半潜航という当時では最先端航走法の訓練中に山口県沖で沈没したとされています。佐久間艇長のもと乗組員14名全員が息絶えるまで持ち場を離れず職務を果たしており、欧米でも「日本人の強き精神」として大きく報道されたそうです。

その後、発見された佐久間艇長の遺言には事故の経過が記され、この事故が潜水艇の発展に打撃を与えないよう、また、部下の遺族が生活に困ることのないようにと記されてありました。このことから佐久間艇長は「沈勇」と称えられ、戦前の教科書にも掲載されていました。英国海軍の潜水艦学校では、現在もその沈着冷静な行動を紹介し称えているそうです。鯛之宮神社では、毎年4月15日に追悼式が行われています。

私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

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/

## 竹原市 中部ブロック

### 塩づくりで栄えた町～竹原～

竹原は江戸時代、赤穂から塩田技術を導入し、1650年（慶安3年）より塩田が築造され、1960年（昭和35年）に塩田が廃止になるまで310年もの間、竹原は塩の産地として全国にも知られた名産地でした。

塩を購入することを意味する「タケハラを買う」という言葉があったほど、良質の塩の生産地として知られ、その経済的発展により、竹原は町人文化も栄え、現在の町並み保存地区にその面影を多く残す事になります。

しかし1960年（昭和35年）、塩づくりは終わりをつげ、残念ながら現在はその遺構もほとんど残っていません。地域の町づくり団体であるNPO法人ネットワーク竹原では塩田廃止により途絶えた塩づくりの再現に2005年より取り組み、現在流下式塩田（枝条架）を再現し、竹原の塩の歴史を紹介するとともに、自然のミネラルを豊富に含んだ自然海水塩「たけはらの塩」を生産し、多くの方にご愛用いただいています。「たけはらの塩」は昔ながらの製法（流下式）で作った手づくりの塩です。

▲入浜式塩田（昭和20年頃）
海水は塩田に浸透すると表面に染み上がる。日光や風により水分がとばされ表面の砂に塩分が付着する。

▲枝条架（流下式塩田）
海水を組みあげ塩分濃度を高める装置です。上部より海水を落とし巡回させ、太陽と風の力で海水の塩分濃度（3%）を18%ぐらいまで高めます。

## 福山市 東部ブロック

### 福山市老人クラブ連合会 記念誌「次世代へのメッセージ」を発刊

平成28年7月1日に市制施行100周年を迎えるにあたり、福山市老人クラブ連合会では市の補助事業として「福山空襲を語り継ぐ」証言集の発刊を企画しました。

証言集については、福山空襲から70年の節目にあたることから「次世代へのメッセージ―福山空襲、戦中・戦後の記憶から―」の題目で発刊。福山空襲被災者の証言と米軍資料（対訳）、シベリア抑留体験、出征兵士の手記、下駄産業で栄えた街の歩み、日本鋼管進出で福山に移り住んだ人、戦後荒廃の中で学校設立に携わった修道女の奮闘記、郷土の偉人など、市民の目が捉えた福山の歴史が綴られています。貴重な体験や記憶が、こうして「遺産」として残されることに意義を感じております。

年々、老人クラブの会員減少が深刻化し、組織の弱体化、人間関係の希薄化が危惧されている中、地域包括ケアシステムの構築が大きな課題になっています。老人クラブ会員を中心に、地域住民や機関・団体の強固な信頼とネットワークができて初めて安心安全な社会が実現するはずです。犯罪やテロも警察など関係機関だけでは守りきれないと言われています。平和な社会に大切なのは、地域全体の連帯と情報の共有です。

平和な社会実現の歩みは、身の回りの一つ一つから始まるものです。平和は、皆で心してつくるもの、そして、守るものだと思います。

本書は、平和を祈るメッセージと貴重な体験や知恵が満載の本です。ご一読いただければ幸いです。

**販売：1,500円**
**【A4判204頁】**
（郵送の場合360円追加）
お問合せ 福山市老人会館
〒720-0816
福山市地吹町12番7号
☎&FAX 084・924・0186
※開館日：月曜日、水曜日、金曜日 9時半～16時

## 三次市 北部ブロック

### 布野の名酒復刻、合鴨農法米でつくった「しがらみ」

平成26年の暮れ、「布野の逸品を作ろうじゃないか」と、三次市布野町内の5人の男女が集まりました。自分たちが住む町で名品と呼ばれるような物づくりが出来ないかと額を寄せ合ったのです。かつて布野町が三次郡上布野村であった昔、歌人中村憲吉の生家は造り酒屋でした。その酒「萩の露」も今はなく、ならば布野の酒を復刻しようということになりました。それから三次市内の酒造業を訪ねて勉強すること約1年、ついに「道の駅ゆめランド布野」でつくる「安全安心な合鴨農法米」を収穫し、平成27年秋に三次市甲奴町の山岡酒造へ送り込みました。待つこと半年、今年4月に出来上がった酒は紛れもない「布野の酒」です。幻の復刻酒は憲吉歌集にちなみ「しがらみ」と命名、同時に布野で活躍するおんな太鼓や、神楽団、道の駅などのラベルを付けて、店頭販売を始めました。肝心のお味は、粋でフルーティーな香りと、コクのある重厚な味わいです。まさに「教えちゃろ！これこそ布野の名品」、売り出しと同時に味見に現れた同町老人クラブ会員の中田博志さん、「こりゃあたまげた、この味は」。「飲み過ぎなさんなよ」との奥様の忠告を気にしながらも既に3本目を購入し、「飲み出したら止められんようの。冷やが一番ですけえ」とご満悦です。

**道の駅ゆめランド布野**
**店頭で限定販売**
- 300ml入り 800円
- 720ml入り 1,620円
- 1800ml入り 3,240円

店頭販売価格（税込み）です。
電話でのご注文
▼0824・54・2929

私たちは広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。
日帰り 選べる3つの料金プラン 4,000円(税別) 5,000円(税別) 6,000円(税別)
グラウンドゴルフパック

特典 ★ご入浴（タオル付き）
★宴会場でのカラオケサービス
★グラウンドゴルフプレー1日利用・組品
★15名様より送迎無料
※写真はイメージです。
日帰り宴会パック

セラミック温泉
特典 ★ご入浴（タオル付き）
★宴会場での カラオケサービス
★15名様より送迎無料
※写真はイメージです。
西中国国定公園 深入山
いこいの村ひろしま
〒731-3834
広島県山県郡安芸太田町大字松原1番地1
☎0826-29-0011
15名様より 送迎バス無料
※1時間圏内（それ以上は応相談）
※高速道路を利用の場合は別途料金

# 読者ひろば 楽々喜々

今号より、会員の皆さまの作品が楽しく賑わうコーナーとして、文芸欄から「読者ひろば 楽々喜々（らくらくきき）」と名前を変えさせていただきます。
文芸（短歌・俳句・川柳・詩）、絵画（絵・絵手紙）・書・写真（風景・お孫さん・ペット）・お便りなど、会員の皆さまの投稿を募集しています。皆さまに、楽しみ、喜んでいただけるようなコーナーとなりますよう、皆さまの作品の投稿をお待ちしています!!

## 短歌

大空の　剥がれしやうな　朴落葉
　音を平らに　敷き詰めをりぬ
福山市　廣本 貢一

月見草　咲きしを見んと　遠まわり
夏野の川辺の　朝の清しき
庄原市　中原 幹枝

見上げれば　たわわに咲いた　花桃の
夕日に映えて　なおも華やか
福山市　井上 須美子

庭池の　緋鯉にえさを　あたえれば
日ごと飛びはね　水すまし泳ぐ
神石高原町　竹中 藤子

鴨川の　水の流れで　身を清め
行き交う人　の笑顔いただく
世羅町　東 美恵子

人生の　まさかの道を　乗り越えて
頑張り抜いて　前見て進む
東広島市　中津 ユキエ

又ねと　別れし友　最后の声とは
悲恋の涙　切なくも
竹原市　坂田 智子

おり立ちて　白いひかりの　あふるるる
ゆるりとまいらむ　石垣の島
福山市　櫻井 明子

コーラスで「青い空は　青いままで
子供らに　伝えたい」と唄う
竹原市　実藤 三郎

我知らぬ「幸せいっぱいあったのね」
輝きて笑ひ　友の遺影は
府中市　田附 京子

洗面後　そのままつるり　皺がない
眼鏡を　かけたその顔は
福山市　元谷 和子

## 俳句

一年を　生きて又逢ふ　桜かな
福山市　小林 信子

初蝶の　飛び行く方の　定まらず
庄原市　中原 幹枝

友とゆく　香りに酔う程の　梅ばやし
福山市　井上 須美子

満開の　土手の桜の下に　君しのぶ
安芸高田市　北岡 幸枝

奥出雲　神秘の世界　舌震
世羅町　東 美恵子

連なりて　空に起伏や　鰯雲
福山市　廣本 貢一

夕風に　舞い散る花や　吹きだまり
呉市　橋本 千佐子

大粒の　真珠がごとき　月光る
府中市　田附 京子

椿の芽　五月晴れなり　きらきらと
竹原市　実藤 三郎

## 川柳

言い切った　あとの反応　気にはなる
福山市　廣本 貢一

少し派手　似合うかしらと　鏡まえ
呉市　橋本 千佐子

顔見ては　言えぬ言葉が　出る電話
庄原市　中原 幹枝

美容整形　この子本当に　うちの孫？
呉市　木原 鈴子

お見合いも　価値感合えば　カップルに
竹原市　坂田 智子

今日もまた　行く場所有りて　食進む
福山市　兼広 二郎

長生きの　秘訣は息を　休まぬこと
竹原市　実藤 三郎

高齢者　認知度合いを　時計から
福山市　元谷 和子

わが口に　チャックを付けたい　しゃべり好き
呉市　小林 節子

## 詩

此の頃ふと自分の歳を考える
貴方は何年生まれ訊ねられ
昭和二桁です自慢げに応えた
未だお若いですね話しかけた年配者
あれから何年過ぎたか
気が付けばポツリポツリと旅立ち
寂しい　思い出が過る
今では後輩者から失礼ですが
何年生まれですかと　聞かれる
昭和二桁です　お元気ですね
言葉が返る
肩に担う草刈機のエンジンが
無理をしないで年相応にねと唸る
そうだよね　有難う　頷く私
まだまだ昭和一桁の先輩者元気に
人生を闊歩される人もある
これを目指し地道に我が路を
歩もうと大きな願望を燃やす
安芸太田町　栗栖 三男

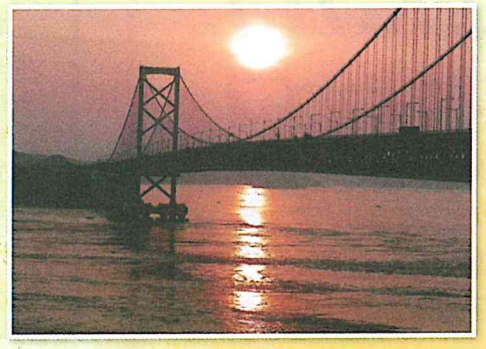
心優しき先生
八方美人の先生
人柄も良き太っ腹の先生
大家の先生
裏・表なき先生
お茶上手で
何だか教養ある先生
年は十八はなれても
八十路も半ば過ぎ
明日に向かって先生見習って
活躍心で前進しよう
幸多かれと我が道を行く
竹原市　坂田 智子

## 絵はがき

三原市　野﨑 禮子

福山市　山路 雅子

## 写真



「大鳴門橋 夕景」
呉市天応町　山下 典雄

「ナイス」
竹原市　吉木 有為子

## 読者からのひとこと

●私の仕事は野菜作りです。季節ごとに野菜を作り、東京にいる孫に送ります。ひ孫らも「ひいばあちゃんのお野菜は甘くておいしい！」と電話をかけてくれます。この一言がとても励みになっています。（東広島市）

●文芸欄を繰り返し繰り返し読ませていただき、感動しております。また、90号の掲載記事で、尾道市の「出たもん勝ち」の記事に考えさせられました。（三原市）

●広報誌の「私の健康法」で紹介されたお元気な細谷さんとはご近所で、老人会でもご一緒させていただき、親しくお世話になっています。私も細谷さんにあやかりたいです。（尾道市）

●会報誌を読ませていただくたびに、自分に合った年の重ね方の維持を続ける刺激になります。（呉市）

●今年度より近くの老人会へ入会させていただきました。早速、6月7日の研修旅行に参加して、楽しく有意義な1日を過ごすことができました。（三次市）

●現在、私は70歳です。60歳で市老連に入り、社交ダンス・フォークダンスと自分の健康のために頑張っています。それも市老連に入っているからこそ、格安で習えることがメリットです。（府中市）

### 「楽々喜々（らくらくきき）」に皆さまの作品やお便りをお寄せください。

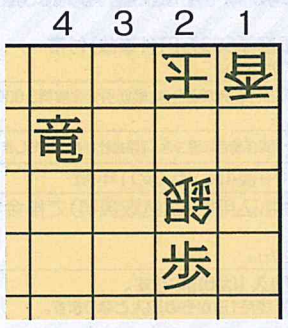
次回発行の「第92号」は2017年3月発行予定です。
原稿は500字程度でお願いします。必ず氏名、住所、所属クラブ名、電話番号を明記の上、事務局までお送りください。

**応募締切 1月末**

**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 広報誌係

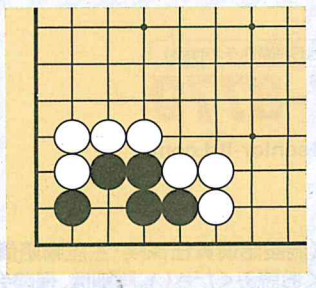
## チャレンジしてみませんか？

### 詰め将棋




持駒　角香

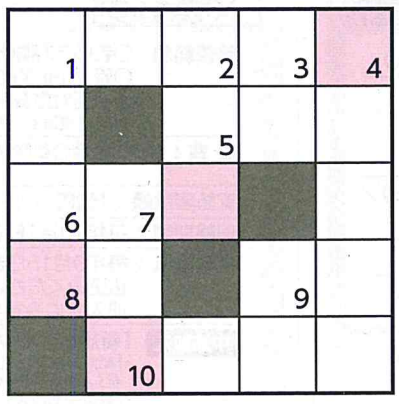
### 詰め碁



〈黒先生き〉

## クロスワードパズル

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 空中ブランコや綱渡りはここで。
2 これでカーソルを操作します。
3 墨を吐く海の生き物。
4 ちょうどよいことです。
7 目玉のことです。
9 月の周りに見える光の輪

**ヨコのカギ**

1 焼いたり蒸かしたりして食べる秋の味覚。甘いです。
5 不注意なことです。
6 鋭い歯を持つ細長い魚。干物にして食べます。
8 ○○を噛むような一味気ないです。
9 過ぎ去りしものです。
10 大根や人参、牛蒡などのことです。

### 91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、下記までお送りください。正解者には抽選で、クオカード（1,000円分）を20名様にお送りいたします。当選は景品の発送をもってかえさせていただきます。
ご応募お待ちしております。

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)
広島県老人クラブ連合会 事務局

**応募締切 1月31日**

### 90号クロスワード 正解発表 「カシワモチ」

560人の応募のうち559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。

# 誘ってみませんか！
## 老人クラブでいきいきシニアライフ

**お住まいの地域の皆さんと、仲良く楽しく元気に活動している老人クラブです。同じ町内会の方、サークル活動で一緒の方、まだ老人クラブに入会していない方を誘ってみませんか。**

今、全国的に100万人会員増強運動を展開中です。1クラブに2人の会員増をめざしています。いきいきとしたシニアライフを実現するために、お知り合いの方へ入会をおすすめください。

## 熊本地震災害救援拠金の報告とお礼

本年4月の熊本地震については、まだ記憶に新しく、なかなか復興が進んでいないとの報に接するたびに心痛む思いがしているところですが、全老連の呼びかけに応じて、各市町老連に協力をお願いした「熊本地震災害救援拠金」に多大なご厚志をお寄せいただきました。

今回、第一次集約として、十四市町老連から寄せられた五百九万二千六百九十九円を7月29日付けで熊本県老人クラブ連合会の「熊本地震災害救援拠金」口座へ送金させていただきましたので、ご報告申し上げます。

ご協力いただきました会員の皆さまに厚くお礼申し上げます。

(公財) 広島県老人クラブ連合会　理事長　鈴木 孝雄

## 編集後記

読者の皆さまにより読みやすく楽しんでいただけるよう、今号より紙面を一新しました。カラー6頁・モノクロ6頁の全12頁だった「ひろしま県老連」ですが、オールカラーの16頁になりました。

新たに「教えちゃろ！隠れたわが町の名所名品」コーナーも増え、文芸欄も読者ひろば「楽々喜々」とタイトルを改めました。日々を楽しみ、喜びにあふれた人生を過ごせるようにとの思いから付けたネーミングです。

引き続き、皆さまの投稿をお待ちしています。今後もご愛読の程、よろしくお願いいたします。

## 税務署からのお知らせ

公的年金等の収入金額が 400 万円以下で、それ以外の所得金額が 20 万円以下である場合には、確定申告は必要ありません。

※　所得税等の還付を受ける場合や、株式等の損失を翌年に繰り越す場合などには、確定申告が必要です。また、住民税の申告が必要な場合があります。

**確定申告書を提出される方へ**

申告書は、国税庁ホームページで作成できます。

国税庁ホームページ　www.nta.go.jp　作成コーナー　検索

申告手続などには
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

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。

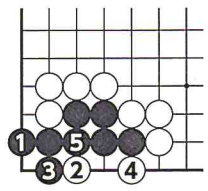
ひろしま県老連
発行：(公財) 広島県老人クラブ連合会
〒732-0816 広島市南区比治山本町12-2
(広島県社会福祉会館内)
TEL 082-254-1900
FAX 082-256-2228
広告・印刷：昭和印刷株式会社
〒700-0942 岡山市南区豊成3-1-27
TEL 086-264-6110 FAX 086-262-5096
編集：株式会社 タカトープリントメディア
広島市中区千田町3丁目2-30
TEL 082-244-1110(代)

### 詰め将棋【解答】

▲1二角 △同香 ▲2二香 △1一玉
▲3一竜 まで5手詰め。
▲1二角が好手。これを打たずに
▲2二香では、△1二玉と逃げられて
詰みません。

### 詰め碁【解答】

黒1が正解でした。
白2のオキには黒3と眼をつくり
白4には黒5とツナぎ、白2と4は
連絡できません。
※黒1で2と眼をつくりにいくと
白1でコウになってしまいます。





# 老人クラブ会員向けに 3つの保険で安心補償

## ❶ 傷害保険 総合型　❷ 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った。
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**：〈❶総合型〉お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円
〈❷活動型〉お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円
**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。　❸ 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、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日までに賠責保険専用の掛金払込用紙(払込取扱票)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。

## 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

受付時間 9:30から17:00まで(土、日、祝祭日、年末年始休)
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.03-3597-8769
〈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-T14040　平成28年4月作成 3