

- 今号の主な内容
- 2 平成28年度広島県老人クラブ大会／理事長表彰受賞者名簿／大会宣言
  - 3 県老連会議報告／老人クラブリーダーブロック研修会／ブロック別グラウンド・ゴルフ大会
  - 4 理事長杯グラウンド・ゴルフ大会／広島県老人クラブゲートボール大会
  - 5 市町老連会長研修会／若手リーダー・女性リーダー研修会
  - 6 全国老人クラブ大会／全国健康福祉祭ながさき大会
  - 7 老人クラブ女性リーダーセミナー／女性委員会／上半期主要行事予定
  - 8 活性化を目指して
  - 11 私の健康法／おたっしゃ食育講座
  - 12 教えちゃう！隠れたわが町の名所名品
  - 14 読者ひろば 楽々喜々

# 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92号

平成29(2017)年3月31日

<http://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。

## 平成28年度広島県老人クラブ大会を開催

平成28年11月2日(水)／広島県社会福祉社会館講堂

平成28年度 広島県老人クラブ大会



5ブロックの代表各  
2チーム、合計24チ  
ムが集い、広島県ナン  
バー1を目指す大会を  
開催しました。

### 表彰者69名に 功労賞・特別賞・感謝状を贈る

県内各市町老連より約180人の役員・会員が参加し、  
盛大に式典を開催しました。

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。



地下2,000mから湧き出る高濃度天然温泉と瀬戸内の絶景

### 大衆演劇

公演中

公演時間 13:30～15:30

3月1日～30日 市川ひと丸劇団

(休演日 3/15) ※変更となる場合があります。

4月公演：劇団花月 総座長 一條洋子

5月公演：劇団勇舞 総座長 勇羅庵嘆

6月公演：劇団菊太郎 座長 梅沢菊太郎

※休演日等、詳しくはお問い合わせください。



### 観劇料金(日帰り温泉入浴付)

[大人] 一般 1,850円 MC会員 1,750円

※温泉と食事がセットになったお得な日帰り観劇セットプランや宿泊観劇プランもございます。※表示価格は税込み

### 日帰り観劇セットプラン

温泉+食事+観劇  
一般 5,000円  
(MC会員 4,700円)

4名様～要予約

ご予約は2日前までに

2F 食事処「魚三昧」では新鮮な魚介類をご堪能いただけます。

※表示金額は全て税込み

日 帰り 宿泊療養 活魚専門料理

みはらし温泉 夢の宿 魚三昧

■日帰り温泉入湯料(タオル、館内着貸与含む)

大人 一般 980円 会員 880円 ※表示価格は全て税込 年中無休

子供 一般 450円 会員 400円 ※子供=3歳～小学生

営業時間／日帰り温泉 9:00～22:00 魚三昧 11:00～22:00

お問合せ／予約センター 9:00～22:00 三原駅西口・隆景広場から無料

シャトルバス 1日5便運行中!

広島県三原市須波ハイツ1丁目1-1 国立立体駐車場 270台収容

岡山から鹿児島まで西日本の主要都市にナンバーワンの店創りを目指して躍進する

森川酒店グループ



## 県老連会議・研修会報告

平成28年10月-平成29年2月

平成28年度市町老連会長研修会 【日時】10/3(月) 10:30~4(火) 14:30  
【場所】白竜湖リゾート(三原市大和町)

第1回県老連理事長杯グラウンド・ゴルフ大会 【日時】10/31(月) 9:00~13:00  
【場所】三原市北方グラウンド・ゴルフ場(三原市本郷町)

平成28年度広島県老人クラブ大会 【日時】11/2(水) 13:30~15:30  
【場所】広島県社会福祉会館講堂

広報誌92号第1回編集委員会会 【日時】11/16(水) 13:30~15:00  
【場所】広島県社会福祉会館 2階会議室4

第35回広島県老人クラブ ゲートボール大会 【日時】11/17(木) 9:00~15:30  
【場所】比治山下公園(南区比治山本町)

平成28年度市町老連会長会議 【日時】12/13(火) 12:30~15:00  
【場所】広島県医師会館 4階 401会議室

広報誌92号第2回編集委員会 【日時】2/2(木) 13:30~15:00  
【場所】広島県社会福祉会館 2階会議室4

運営委員会 【日時】2/17(金) 13:30~15:30  
【場所】広島県社会福祉会館 2階会議室3

平成28年度 第2回市町老連事務局長会議 【日時】2/24(火) 13:30~15:30  
【場所】広島県社会福祉会館 2階会議室1・2

## 平成28年度ブロック別グラウンド・ゴルフ大会

西部ブロック [30チーム] 180人	平成28年9月13日(火) 宮園総合運動公園 (廿日市市)	優勝 ▶ 佐伯友愛クラブB(廿日市市) 準優勝 ▶ 千代田支部A(北広島町) 第3位 ▶ 串戸老連A(廿日市市)
南部ブロック [30チーム] 180人	平成28年9月30日(金) 北新地グラウンド (安芸郡坂町)	優勝 ▶ 八千代会(府中町) 準優勝 ▶ 東昭和親和会(海田町) 第3位 ▶ 郷原老連GGD(呉市)
中部ブロック [30チーム] 180人	平成28年9月6日(火) やまみ三原運動公園(三原市)	優勝 ▶ 木一会(三原市) 準優勝 ▶ 瀬戸田(尾道市) 第3位 ▶ 鮎崎長寿会(大崎上島町)
東部ブロック [30チーム] 220人	平成28年10月11日(火) 福山市グラウンド・ゴルフ場 (福山市)	優勝 ▶ 津之郷(福山市) 準優勝 ▶ 金江学区A(福山市) 第3位 ▶ 春日A(福山市)
北部ブロック [34チーム] 204人	平成28年10月12日(水) 吉田運動公園(安芸高田市)	優勝 ▶ 庄原北A(庄原市) 準優勝 ▶ 庄原C(庄原市) 第3位 ▶ 西城(庄原市)

平成28年度  
老人クラブリーダーブロック研修会

西部  
ブロック  
[参加人数]  
94人

開催日 平成28年10月14日(金)  
場所 川・森・文化・交流センター(山県郡安芸太田町)  
「体操指導と神楽よさこいの演舞」  
指導／安芸太田町健康運動クラブ  
講演：「健康寿命を伸ばすために老人クラブは貢献しよう」  
講師／広島県レクリエーション協会副会長 恵谷 祐三様

南部  
ブロック  
[参加人数]  
126人

開催日 平成28年11月15日(火)  
場所 府中町老人福祉センター・福寿館(安芸郡府中町)  
講演：「患者にも介護者にも優しい認知症対応療法」  
講師／府中みくまり病院副院長 石橋 健一様  
事例発表：「青東会の活動報告」  
発表者／府中町青東会会长 金井 廣光様

中部  
ブロック  
[参加人数]  
196人

開催日 平成28年9月14日(水)  
場所 東広島芸術文化ホール くらら(東広島市)  
事例発表1：「白寿会クラブ活動報告」  
発表者／竹原市白寿会会长 笠岡 明彦様  
事例発表2：「伸ばそう!健康づくり 担おう!地域づくりを」  
発表者／東広島市安芸津支部若手委員 正岡 康靖様  
研究討議  
講演：「住みなれた地域で安心して暮らすためには」  
講師／特別養護老人ホーム豊邑苑施設長 原 靖様

東部  
ブロック  
[参加人数]  
156人

開催日 平成28年11月7日(月)  
場所 福山労働会館みやび(福山市)  
講演：「様々な医療情報が氾濫する中でどのようにして  
正しい医療情報を習得したらよいのか  
～福山市民病院が目指す医療～」  
講師／福山市民病院院長 坂口 孝作様  
事例発表：「楽しく魅力ある活動をめざして」  
発表者／福山市春日学区春日池老人クラブ会長 古谷 輝昭様  
研究協議：「老人クラブの活性化と会員増強について」

北部  
ブロック  
[参加人数]  
187人

開催日 平成28年11月9日(水)  
場所 世羅町せらにしタウンセンター(世羅郡世羅町)  
事例発表1：「老人クラブ活動の現状とこれからの課題」  
発表者／安芸高田市美土里町老人クラブ会長 藤原 道夫様  
事例発表2：「大田寿会の活動について」  
発表者／世羅町世羅支部大田寿会会长 石原 洋也様  
講演：「次世代に何を伝えますか?」  
講師／世羅町社会福祉協議会福祉活動専門員 神田 敬州様

私たち広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

# グラウンドゴルフプラン

プレイ 入泉 昼食 送迎

<b>A</b> プラン	さんわ御膳 お一人様 <b>3,800円</b> (税込)
<b>B</b> プラン	梅会席 お一人様 <b>4,800円</b> (税込)

送迎は20名様以上で無料 (20名様未満の場合は要相談)  
遠方エリアの場合、別料金になる場合がございます。

9種のお風呂  
お気に入りの過ごし方で  
充実したひとときを。

宿泊プラン  
ごだわりの料理で贅を尽くしたおもてなしプラン!  
ちょっぴりぜいたく宿泊プラン 1室1名様より  
1泊 朝食+夕食(松会席) お一人様  
《平日通常料金》 10,470円 ► 特別プラン **9,800円** (税込)  
《休前日・特別日価格》 12,410円 ► 特別プラン **10,800円** (税込)

平日限 定とくとく宿泊プラン  
1泊 朝食+夕食(さんわ御膳) お一人様  
《通常料金》 7,130円 ► 特別プラン **6,500円** (税込)

0847-85-4000

団体予約承ります

無料 福山駅北口より  
シャトルバス毎日運行

詳しくはホームページをご覧ください。

※掲載プラン料理内容は都合により食材が変わる場合がございます。  
※場所・人数によって、送迎の承りが出来ない場合がございます。

〒720-1411 神石郡神石高原町光信58-1  
www.yukkura-kohshinji.jp



## 第1回 理事長杯 グラウンド・ゴルフ大会

【日時】平成28年10月31日(月) 【場所】三原市北方グラウンド・ゴルフ場

### 5ブロックの代表チームが、県下ナンバー1をかけ 热戦を繰り広げる

平成28年10月31日(月)

日本グラウンド・ゴルフ協会認定コースの三原市北方グラウンド・ゴルフ場において、第1回県老連理事長杯グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。会場には早朝から県内22市町老連から代表24チームが集合し、来賓に武田直也広島県地域ケア推進部長を迎えて開会式を行いました。

鈴木孝雄県老連理事長から「グラウンド・ゴルフが大変に盛んになり、高齢者に大きな役割を果たしている。ブロック別大会などで会員増強運動などに役立つことを願っている」と挨拶があり、地元三原市の木一会の元岡孝徳代表の力強い選手宣誓で競技を開始しました。

競技は3ラウンド各8ホールで行われ、コースの芝の手入れも素晴らしい、選手からも賞賛の声が上がっていました。しかし、

普段は土のグラウンドで練習しているチームからは芝の起伏もあって難しいという声も聞こえました。  
競技終了後、結果発表を行った間にお楽しみ抽選会を行い、参加者の皆さんには試合以外でも楽しんでいた

ときました。

優勝は地元の利を生かした三原市の「木一會」、鈴木理事長から表彰状と共に、大きなカップと盾、各選手にメダルが授与されました。準優勝は福山市の金江老人クラブA、第三位は大崎上島町の鯨崎長寿会となり、それぞれ表彰状と盾、メダルが授与されました。

優勝された三原市の木一会からは、赤谷竹美さんがベストスコア賞も獲得され、二重の栄誉となり、木一会の皆さん、「今回は、木一ムグラウンドでいろいろなことがありました。でも、予選となるブロック大会は会場が毎回異なるため、そこで勝ち抜くのはなかなか難しいです。」と感想を言われました。

▲ベストスコア賞 赤谷竹美さん



した。  
雨天順延となり、参加者は市町老連事務局の皆さんには何かとご迷惑をおかけしましたが、第1回大会を成功裡に終えることができました。大会運営にご協力いただいた三原市老連の皆さん、会場の指定管理者のNPO法人「森のおさるさん」、県老連若手委員会の役員の皆さんに深く感謝申上げます。



## 第35回 広島県老人クラブ ゲートボール大会

【日時】平成28年11月17日(木)  
【場所】広島市南区 比治山下公園

平成28年11月17日(木)

広島市南区の比治山下公園において、第35回広島県老人クラブゲートボーリング大会が開催されました。好天に恵まれ、11月半ばとは思えないほどの暖かさの中、県内18市町老連から代表25チーム、選手・役員など約200人が参加され、熱戦を繰り広げられました。

予選リーグを勝ち抜いた11チームによる決勝トーナメントはいすれも

白熱した興ゲームとなりましたが、優勝「西部クラブ」(廿日市市)、準優勝「府中町老連」(府中町)、第3位「片島」(三原市)、第4位「黒瀬チーム」(東広島市)となりました。誠におめでとうございました。また、優勝及び準優勝チームは広島県代表として、平成29年9月に開催される第30回全国健康福祉祭あきた大会でのご健闘をお祈りします。



(5)「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。  
さんは、「会長同士で研修を終えられた皆さんには、」  
まことに、研修を行いました。

## グループワークを中心とした、密度の濃い充実した研修会

平成28年10月3日・4日に三原市大和町白竜湖リゾートにおいて、市町老人クラブ連合会の会長を対象とした研修会を開催しました。

県内各市町老連から19人の会長・副会長が参加され、グループワークを中心とした密度の濃い1泊2日の研修に取り組みました。

グループワークは、テーマごとに①「会員増強を図る

ためには」、②「若手委員会を活性化させるためには」、③「会長はじめ役員に女性を増やしていくためには」、④「市町老連事務局の機能強化を図るために」の4グループに分かれて行いました。

グループワークの時間が3日の午前中から翌日の午後まで延べ9時間にわたる長丁場でしたが、いずれも日頃から切実に感じられている課題だけに、終始、活発な議論を重ねられ、夕食交流会でもそこかしこで懇談の輪が見受けられました。

成果は、それぞれの

テーマごとに、阻害要因の分析と関連付けを行う「特性要因図」と、課題解決に向けた方策を検討して具体化した「系統図」としてまとめて発表し、グループ間での意見交換を行いました。

研修を終えられた皆

【日時】平成28年10月3日・4日 【場所】三原市大和町白竜湖リゾート

# 市町老連会長研修会

## 若手リーダー研修会・女性リーダー研修会

### 活躍が期待される若手リーダー

若手リーダー研修会を平成28年8月31日(水)、広島県社会福祉会館会議室1・2で開催しました。

午前は全老連セミナー報告があり、第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナーは黒田博巳さん(県老連副理事長)、第13回健康づくり中央セミナーは富永敦子さん(県老連評議員)、第34回老人クラブリーダー中央セミナーは松葉勉さん(県老連若手委員)、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は大塚悟さん(県老連若手委員)に、それぞれ発表してもらいました。

午後は、「老人クラブ若手委員会活動の手引き」(仮称)を作成するため、5グループに分かれて骨子案をもとに内容を検討しました。

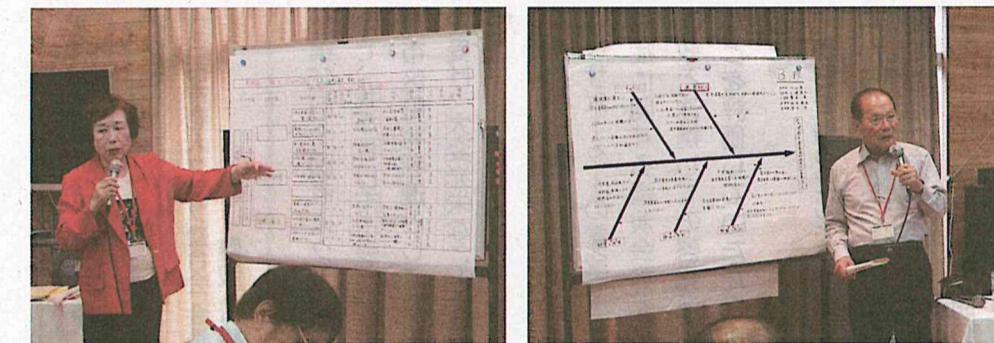
### 安定した活動の女性リーダー

女性リーダー研修会も平成28年9月7日(水)に、広島県社会福祉会館会議室1・2で開催しました。

午前は全老連セミナー報告があり、第21回在宅福祉を支える友愛活動セミナーは黒田博巳さん(県老連副理事長)、第13回健康づくり中央セミナーは藤岡久子さん(県老連評議員)、全国都道府県・指定都市老連女性代表者会議は川口錦江さん(県老連副理事長)、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は細谷里子さん(県老連女性委員会常任委員)に発表してもらいました。

午後は若手リーダー研修会と同様に、「老人クラブ女性委員会活動の手引き(仮称)」について骨子案を検討しました。

活動の手引きは、若手・女性リーダーの活動をサポートする上で重要なツールとなるため、早期に完成できるよう努めたいと思います。



私たち広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

**春旅 毎日出発! 岡山駅から無料送迎!**

**春会席×温泉**

1泊2食付 9,800円 通常価格19,600円のところ  
連泊特典 2泊4食付 18,600円

(注意事項) 休前日は5,000円アップとなります。送迎希望の場合予約が必要ですので宿泊の際に必ず希望を申し出てください。バスの出発時間、到着時間は天候や交通事情により変更になる場合がございます。料金は消費税・入湯税別となります。

ご予約・問合せ 湯原温泉蒜山高原 右記3館まで

湯原国際観光ホテル菊之湯 ゆばらの宿米屋 ホテル蒜山ヒルズ

料理 地鶏鍋の里山会席 料理 国産黒毛和牛しゃぶしゃぶ会席 料理 ジャージー牛と高原の洋風会席

0867-62-2111 0867-62-3775 0867-66-7018

無料送迎 岡山駅発 3/18~5/2 毎日出発

期間中、岡山駅から各旅館／ホテルへ送迎バスを運行いたします。

ご予約は、当グループホテル・旅館をご予約の際に「岡山駅発無料送迎希望」とお知らせください。※満席の場合、お断りする場合もございます。  
※お早めの事前予約をおすすめいたします。ご予約が前日の場合、予約状況や人数によってお断りする場合もございます。※前日の17:00が乗車予約締切となります。また満席の場合はご予約できない場合もございます。※お子様料金については各旅館にお問い合わせください。

詳細はホームページをご覧ください おもてなし温泉.COM 検索



第45回 全国老人クラブ大会

第45回全国老人クラブ大会の開催地である富山県富山市で開催されました。この大会には、全国から約1300人が参加しました。



▲左から2番目 難波督雄会長

第45回全国老人クラブ大会には、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。

この大会では、多くの団体が参加しました。この大会では、地域活性化や健康づくりなど、様々な取り組みが紹介されました。



## 第45回全国老人クラブ大会

全老連

第45回全国老人クラブ大会に参加して  
大会に参加して

## 全国健康福祉祭 ながさき大会

どなたでも  
ご利用  
いただけます

「ねんりんピックながさき2016」が平成28年10月15日から18日の4日間長崎県内の各市町会場で開催されました。15日に長崎県立総合運動公園陸上競技場で行われた総合開会式には、常陸宮妃殿下もご臨席になり、開催地の長崎県の魅力を表現したダンスやマーチングバンド、マスゲームなどのメインアトラクションも盛大に展開されました。

KURE(呉市)、上下(府中市)の2チームが参加

「ねんりんピックながさき2016」が平成28年10月15日から18日の4日間長崎県内の各市町会場で開催されました。15日に長崎県立総合運動公園陸上競技場で行われた総合開会式には、常陸宮妃殿下もご臨席になり、開催地の長崎県の魅力を表現したダンスやマーチングバンド、マスゲームなどのメインアトラクションも盛大に展開されました。

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  
FAX 0846-29-0400  
〒725-0002 広島県竹原市西野町442-2  
かんぽの宿 案内

2017年3月					2017年4月					2017年5月											
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5	22	23	24	25	26	27	28

当宿最寄りの駅・バス停  
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。  
【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が含まれております。■プラン料金は入湯料(日帰り50円・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料分(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。(シンブ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)をしているお客様は、他のお客様から入れ墨(タトゥー)が見えない状態でのご利用をお断り申し上げます。■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。

2017.3 かんぽの宿 竹原 調製

私たち広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

**春風に誘われて… 春のかんぽの宿竹原へ出かけませんか!**

販売期間 2017年3月1日㈬~5月10日㈫

**日帰り 姫御膳プラン**  
四季を味わう 昼膳プラン  
お1人様 昼食・温泉入浴付き  
**3,500円**

**グラウンド・ゴルフ** 初心者から 上級者まで 楽しめる  
愛好家の皆様へ  
**天然芝 三原市北方グラウンド・ゴルフ場** (日本グラウンド・ゴルフ協会公認3コース)

ご利用日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。

**ご宿泊 鮑まるごと一杯付き豪華プラン!**  
春の会席 春の息吹プラン  
要予約(前日まで)  
**15,000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)  
広島県老人クラブ連合会の会員様限定  
「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。

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  
FAX 0846-29-0400  
〒725-0002 広島県竹原市西野町442-2  
かんぽの宿 案内

ご利用区分カレンダー

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				

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				

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				

A  
B  
C  
D

ご宿泊料金  
当宿最寄りの駅・バス停  
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。  
【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が含まれております。■プラン料金は入湯料(日帰り50円・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料分(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。(シンブ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)をしているお客様は、他のお客様から入れ墨(タトゥー)が見えない状態でのご利用をお断り申し上げます。■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。

全老連の主催で毎年開催され、第28回となる「老人クラブ女性リーダーセミナー」には、全国から57老連124人が参加され、広島県老連から藤岡久子さん（廿日市市老連）、岩崎笙子さん（三次市老連）、川崎弘子さん（庄原市老連）の3人が受講されました。

セミナー1日目は、全老連副会長・女性委員長の駒場玲子さんの挨拶に始まり、厚生労働省老健局から、要介護状態となつ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ーションシステムの構築の重要性が語られ、新地域支援事業に果たす老人クラブの役割などについて行政説明がありました。

次に、全老連の齊藤常務理事から「老人クラブの全国運動・行動提案について」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、東京の委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

全老連の主催で毎年開催され、第28回となる「老人クラブ女性リーダーセミナー」には、全国から57老連124人が参加され、広島県老連から藤岡久子さん（廿日市市老連）、岩崎笙子さん（三次市老連）、川崎弘子さん（庄原市老連）の3人が受講されました。



## 老人クラブ女性リーダーセミナー



# 第28回 老人クラブ女性リーダーセミナー

【日時】平成28年10月5日(水)～10月6日(木) 【場所】東京都千代田区(全社協)

## 示そつ！女性パワー

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、5人ずつ33グループに分かれての協議。「会員増強運動・休会・解散を防ぐ取組み」をテーマに、日常の悩みや体験を話し合いました。

く情勢を踏まえ、会員増強運動への参画、高齢者被害防止の取組みなどについて、女性リーダーの力を發揮してほしいと基調報告がありました。

事例発表では、「①会員増強に向けた取組み」として、東京都青梅市、滋賀県野洲市から、「②高齢者被害防止に向けた取組み」として、群馬県高崎市、神戸市から、女性委員長や女性部長が女性役員等を中心とした取組みを発表されました。

最後の全体会で老人クラブの運動の推進、新地域支援事業への参画、高齢者被害防止

の取組みなどについて、女性リーダーの力を發揮してほしいと基調報告がありました。

最後の全体会で老人クラブの運動の推進、新地域支援事業への参画、高齢者被害防止の取組みなどについて、女性リーダーの力を發揮してほしいと基調報告がありました。



# 平成28年度 女性委員会

【日時】平成28年11月22日(火)  
【場所】東京都千代田区(全社協)

## 女性の行動力を、被害防止キャンペーング

### 会員増強に活かそう

全老連女性委員会は全国8ブロックの都道府県・指

定都市老連の女性代表者で構成されていますが、今回

の会議には、委員長で関東

ブロック代表の駒場玲子さ

んをはじめ、女性委員5人

と斎藤秀樹全老連常務理事

が出席され、中国ブロック

代表としては、県老連女性

委員長の川口鈴江さんが出

席しました。

会議ではまず、全国7ブ

ロックの平成28年度リーダー研修会で女性の参加率

が34%となつているなど全

老連大会・セミナー等への

女性の参加状況についての

報告、平成26年度老人クラ

ブ実態調査では女性会員が

6割、女性会長が15%となつ

ているなどの報告が行われ

ました。

その後の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

その他の協議事項では、「100万人会員増強運動の推進」、「高齢消費者被害防止キャンペーング」、「全国大会『演じる部会』への参加」について、出席委員からの報告を受けながら女性委員会や会員の取組みを発表されました。

# 平成29年度 上半期 主要行事予定

- 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会(1泊2日)【日時】7月11日(火) 【場所】県社協福社会館会議室2
- 活動指導研修委員会【日時】7月28日(金) 【場所】県社協福社会館会議室4
- 広報誌編集委員会(第93号第2回・9月末発行予定)【日時】7月28日(金) 【場所】県社協福社会館会議室2
- 運営委員会【日時】5月10日(水) 【場所】県社協福社会館会議室3
- 監事会【日時】5月2日(火) 【場所】県社協福社会館会議室8
- 第16回理事会【日時】5月19日(金) 【場所】県社協福社会館会議室1・2
- 県老連若手委員会総会【日時】6月1日(木) 【場所】県社協福社会館会議室1・2
- 第1回市町老連事務局長会議【日時】6月6日(火)午前 【場所】県社協福社会館会議室4
- 平成29年度定時評議員会【日時】6月14日(水) 【場所】県社協福社会館会議室1・2
- 第17回理事会【日時】6月20日(火) 【場所】県社協福社会館会議室1
- 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会(1泊2日)【日時】6月29日(木)～6月30日(金) 【場所】吳市

# 活性化を目指して

西部  
ブロック

## 活性化を目指した活動

大竹市老人クラブ連合会では、若い会員の加入促進と活性化を目指し、楽しく参加しやすい行事の企画を心がけています。

**健康づくり大会** (6月・参加者約 500 名)



楽しく安全な行事となるように、毎年スポーツ推進委員の皆さんに企画から当日の審判まで協力していただいています。

**ふれあい旅行** (7月・参加者約 70 名)

行き先、食事、お宿、観光などを理事会で希望を募り、満足していただける旅行となるよう旅行会社と交渉しています。(28年度は出雲大社、玉造温泉方面)

**女性部長研修** (9月・参加者約 40 名)

「何かを学んで各単老の活動に活かそう」との目的で、昨年は柳井市の金魚ちょうちん、今年は岩国市の草木染めの実体験をし、参加

..... 大竹市老人クラブ連合会 事務局 **廣兼 敏史**

者はその作品を福祉まつりで展示しました。



**芸能大会** (11月・参加者約 200 名)

詩舞、太鼓、南京玉簾等の発表会に地元出身の演歌歌手中村ひろ子さんの歌謡ショーや大竹警察署の詐欺防止劇が花を添えています。



**日帰り旅行** (11月・参加者約 100 名)

ふれあい旅行同様に、行き先などの希望を募り、満足していただけるよう企画しています。特に、今年は 80 名定員のところ、希望者が多くバス3台、約 100 名の旅行となりました。(28年度は豊・下蒲刈島方面)

これからも、単老や参加者に喜んでいただける行事の企画実施に努め、そのことで大竹市内の高齢者生きがいを高める活動の一翼を担いたいと思います。

南部  
ブロック

## 環境保全、地域活性化に思う

高齢者の世紀といわれて始まった 21 世紀も 10 数年が経過し、社会からの孤立、孤独死など高齢者の抱える問題は一層深刻化しています。全国で取り組みが始まっている地域包括ケアシステムにおいても、老人クラブによる仲間同士の見守りや生活支え合い活動、健康長寿に向けた取り組みへの期待がこれまで以上に高まっています。私たちも昨年から毎週木曜日に小古江老人集会所に集まって、「いきいき百歳体操」を取り組んでいます。



また、地域の荒廃した耕作放棄地（荒地）を借り受けて整備することで、地域の若男女すべての人々の生活に潤いをもたらし、明るい地域社会の実現を目指して活動しています。市内の道端でよく見かける「この道は私たちがきれいにしています」という看板、こうした心温まる出来事に出逢えたよろこび、誰しも感じられたことがあるのではないでしょうか。私たちも五年前から、雑木の伐採、根おこし、不法投棄ごみの撤去等を繰り返し、立派な野菜畑という現在の姿に辿りつきました。

昨年は、地元で 10 月に開催



..... 江田島市大柿町老人クラブ連合会 会長 **樽見 誠治**



された「ヒロシマ MIKAN マラソン」に先立ち、ランナーに気持ち良く走って頂こうと、道路の除草、草刈り、花の手入れ等にも汗を流しました。会員の頑張りには感謝です。



戦後 70 年、生き残った者の努めが何なのか、世界で飢餓に苦しんでいる人 8 億人、感謝の気持ちを忘れずに四季折々の草花、野菜作りで地域の人々に喜びをお裾分けしています。大柿音頭に歌われた小古江の浜に是非どうぞ。

## 活性化を目指して

**中部  
ブロック**

### 超高齢化社会の今だからこそ重要な老人クラブ、 今一度その存在意義を訴えよう

尾道市は、平成の大合併により平成17年に旧市と向島町、御調町、翌18年に因島市、瀬戸田町と合併し、それに伴い市老連も統合し、面積285.09km<sup>2</sup>、東西22.73km、南北35.16kmと非常に広範囲となりました。新幹線駅のある市街地から、御調の山奥、橋や船で渡る島嶼部まで、街あり山あり海ありの状況です。



こうした土地柄での統一的な活動は極めて難しい面がありますが、市老連を中心に各地区老連がそれぞれ創意工夫しながら活動を展開



しています。老人クラブ活動の活性化はいまでもなく、数（会員）と団結（参加）であり、継続であり結果（成果）であろうと思います。

昨今の世相の中、会員増強は力を入れても非常に困難であり、活動への参加もこれまで役員選出も絡めて、特にその事が継続の難しさにつながっており、成果が上がつてこないと考えられます。



しかしながら、前述のごとき困難な状況を開拓し、「我ら老人ここに在り」という誇りを持てるような活動をしたいと思っています。

今、市老連ではグラウンド・ゴルフ、ゲートボール、カローリングなど、スポーツを通じて多くの地区で三世代交流の活動に取り組んでいます。時季的には、芋掘り、稻刈り、お正月の注連飾りづくりなども積極的に行っています。老人クラブ行事への参加は、子ども達や若い方から元気を貰い、会話の中での世相や社会情勢の把握などを通じて、コミュニティの推進を図ることを目指しています。

青年団なし、女性会なしの今、また、高齢化が進み超高齢社会の今日、老人クラブの存在は大変重要で意義があると考えています。私たち会員一人ひとりが誇りを持ち、今だからこそ老人クラブの必要性を説き、活動の活性化を図りましょう。クラブの活性化、数、参加、継続、成果を、今一度、入会対象年齢期の皆さんに大きく訴えましょう。

**中部  
ブロック**

### 健康寿命をのばし、元気な高齢者を目指すに、五大行事開催

竹原市老連は結成53年を迎え、現在39クラブ、会員1,931名となっています。

長寿社会の到来で会員も高齢化していく中、健康寿命をのばし、豊かな人生を送るために、市老連として五大行事を実施し、皆さんに参加していただくことで、自ずから健康管理ができる環境づくりに努めています。

今年度開催した竹原市老連の五大行事を紹介します。

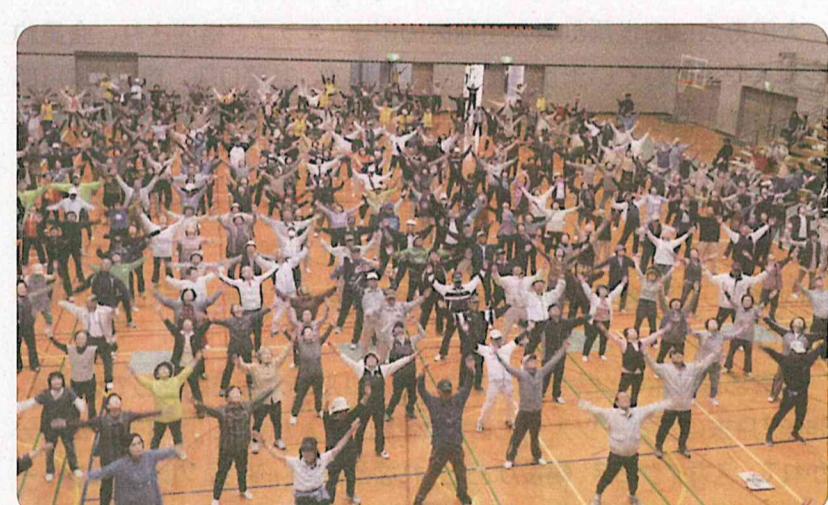
①第8回グラウンド・ゴルフ大会は、5月25日出場者147名で開催しました。

②第35回ゲートボール大会は、6月8日出場者65名で開催しました。

③第43回作品展は、9月8日～11日の4日間にわたり、絵画、書、写真、手芸、工芸など出品者421名、出品数414点、来場者数657名と大盛況で、毎年、丹精込められた力作が出品されています。

④第38回演芸大会は、10月7

日に開催され、出演者96名により、それぞれの単位クラブで練習された1年間の成果として、合唱、カラオケ、舞踊など43の演目が披露され、330名の来場者から盛大な声援と拍手をいただきました。



⑤第42回スポーツ大会は、10月26日に開催された大運動会です。

441名の出場選手が、ざる引き、魚釣り、ストライクなどユニークな種目と、玉入れなど伝統的な種目を合わせて計12競技を楽しく競います。応援席の皆さんの盛んな声援を受け、会場が一体となって盛り上がる楽しい大会となりました。

作品展、演芸大会、スポーツ大会の三大会は、たけばらケーブルネットワークによって、市内にテレビ放映され、出場者に喜ばれていますとともに、老人クラブ活動のPRができていると好評を得ています。

## 活性化を目指して

東部  
ブロック

### 限界集落の中で会員が輝く日々を求めて



私たちの集落では、終戦時約220世帯が住み、貧しいながらも活気ある地域でしたが、年々の挙家離村と自然減により現在では92世帯となり、限界集落ど真ん中で日々の暮らしを続けています。

その中で老人クラブの組織率は高く、100余名が在籍し、うち44名(48%)が世帯主として自治会活動の重責を果たしつつ、会の活動を続けているのが実態です。

私たちの活動のモットーは「地域社会に貢献する老人クラブ」として、どんな行事にも主体的に参加し、地域の中で存在感や所属感が味わえる活動の企画や他団体との交流を大事にしています。

その実践例として「老和会花壇」を地域の中心地に作り、四季折々の花を咲かせる営みを多年にわたり続けて好評を得ています。

また、広域では「さんわふるさとフェア」協賛事業として、老人クラブ作品展への取組みを大事にし、出品者一人ひとりの自主的、主体的なアイデアが生かされ、



神石高原町老人クラブ連合会 時安老和会 会長 平田 行雄

#### 郷土芸能(ハケ社神楽)伝承資料展示コーナー



やりがいと成就感、達成感が得られる場として、その過程を重視しています。

その他、各種研修会や体育行事、地域の運動会への出席率の向上に意を注いでいます。参加する喜びを体感できる活動に加えて、個人的にできる趣味の活動も組織として重要視し、奨励しています。私個人は、郷土芸能の継承として、神楽面づくりに励んでいるところです。

このように時安老和会が地域の中で「小さな宝」となるよう努力を続けた結果、昨年、神石高原町老連会長表彰を受賞しました。これを契機として、会員が地域の中で輝く日々を過ごせるよう、たゆまぬ努力を続けようと思っています。

北部  
ブロック

### 文化部・体育部・盆踊り部・旅行部、4部会を設け、会の充実を図る

世羅町老人クラブ連合会 世羅支部 大田寿会 会長 石原 洋也

大田寿会は旧世羅町東大田地区の6単位クラブで構成され、会員約220人で活動しています。文化部、体育部、盆踊り部、旅行部の4部会を設け、単位クラブから役員が出て、それぞれの事業を実施しています。

文化部では、主に年4回の広報の発行を行っています。原稿の収集からパソコン入力、印刷と大変苦労しておりますが、会員の皆さんのが紙面を通して一層の親睦を深め、情報交換などに活用できればと頑張っております。

体育部はスポーツ大会とグラウンド・ゴルフ大会を開催しています。昨年7月末のスポーツ大会には6単老約80人が参加し、3チームに分かれ、スカイクロス、輪投げ、玉入れなどを楽しみ、好プレー、珍プレーには拍手を送りながら良い汗をかきました。グラウンド・ゴルフ大会は10月の体育の日に開催しています。

盆踊り部については、旧世羅町は昔から盆踊りが盛んなところで、毎年8月に夏祭り盆踊り大会が盛大に開催されますので、その世話をしています。当会は伝統あるヨーホイセーと炭坑節を毎年踊っておりまます。

旅行部は毎年の日帰り旅行を企画し、昨年は倉敷、一昨年は松江へ行きました。参加者の希望により、観光コースとグラウンド・ゴルフ大会に分かれて楽しんでいただくなど工夫しております。

その他、会が主催して、地区内の全高齢者を対象に教養講座を毎年行っています。毎日一読、十笑、百呼、千字、万歩が健康の秘訣と聞

いたことがあります。一番、十笑が難しい。そこで、昨年は「笑い」のある講座をと思い、「脳の活性。歌って笑って若返り」と題して、音楽療法士さんの話を聴きました。

課題は会員の増加です。地区内未組織地域の解消、地区外からの加入の呼びかけ、会員以外の高齢者との交流促進など、クラブの維持・発展のために取り組んでいいきたいと思っています。



# 私の健康法

規則正しい生活と、97歳から始めた陸上競技

三次市 とみひさ しょうじ 正二(100歳)

私は大正6年1月生まれで、満百歳です。満州事変東亞戦争に軍人として中国各地を転戦した後に帰国し、昭和20年8月の原爆投下直後には救護搜索隊として入市し被爆しました。波乱万丈の半生でしたが、現在は三次に住み、元気に暮らしています。

マスターズ陸上競技 H28.8.27

▲マスターズ陸上競技 H26.10.2

そんな私が健康の秘訣だと思っているのは「規則正しい生活を送ること」。自宅敷地内に息子夫婦が住んでいますが、7年前に妻を亡くしてからは食事・掃除・洗濯、身の回りのことは全て自分でやっています。午前4時に起床し、全身をゆるめる体操、手足腹もみ・背中そらし体操・体幹トレーニングを20分、朝夕2回必ず行っています。毎日の20分間の歩行訓練（走るもの含む）も欠かしません。

特に、背中そらし体操は不眠や高血圧、腰痛に効き、わずか10秒ででき、高齢者には最適です。

自分の力を過信しない。周りの全ての物、全ての人のお蔭で生かされているという謙虚な心を持つて、感謝をこめて「ありがとう」を口癖に唱えています。

私の健康法の一つである陸上競技を始めたのは97歳、三次市内で整体院をされていた貞末先生に勧められたことがきっかけでした。当時、中国地方には95歳以上の競技者がいないからと、陸上経験をお持ちの先生に指導を受け、3ヵ月後の平成26年9月には第33回中国マスター陸上選抜選手権大会に出場しました。翌年に岐阜県で開催された第33回全日本大会にも出場し、60mと100m走で一位の栄に浴しました。昨年、三次市で開催された第35回中国大会では砲丸投げにも出場し、大会新記録を出すことができました。

▲100才の内閣総理大臣からのお祝状 H28.9.15

## お近くまで出向きます♪ おたつしや食育講座

～しっかり動いて きちんと食べて みんな笑顔でのばそう健康寿命～

三次市福祉保健部 健康推進課 課付係長  
下野 真弓(食育担当)



「おたつしや食育講座」は平成23年度から実施しています。三次市の健康増進、食育推進事業として老人クラブ連合会〔会員数：3,825人（18支部110単位老人クラブ）〕に加入している方を対象にした「低栄養（高齢者のたんぱく質やエネルギーが不足した食事）予防」の講座です。

栄養士による“健康に過ごすための食事”の話と簡単料理の実演、試食ありのおいしい講座です。平成25年度からは歯科衛生士による“お口の健康”的話も加えて、内容を充実し、平成27年度までに70単位老人クラブで実施しました。

平成27年度参加者（252名）アンケートの「今日のような講習があつたら、また受けたいと思いますか？」では97%が再受講を希望していました。また「今日食べた献立を家でも作ってみようと思いますか？」の問い合わせに対しては89%が作ってみたいとの回答がありました。

実際に作るところを見たり、食べてみると「家でも作ってみたい！」という思いにつながるようです。

この講座を知っていたらまだには時間がかかりましたが、老人クラブ連合会の事務局からこまめに、丁寧に声掛けをしていただいたおかげで、今まで市主催の事業を受けたことがなかった方たちにも広がりました。

この講座をきっかけに「食べること」や「口腔」に少しでも関心を持っていただき、市民の皆さんのが健口（健康）でおいしく食べて、老化を先送りしていただきたいです。



- [試食メニュー]
- ひじきご飯
  - ひじきサラダ
  - 卵と鶏のさっぱり煮
  - 揚げない豆腐
  - ミルクくずもち

私たち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

7・8月を除く平日企画

**1日1組限定**

片道40分圏内、15名様以上28名様以下無料送迎つき。  
上記以外は応相談  
※有料道路利用は別途料金

**カラダが喜ぶ  
一日帰り  
グランドゴルフ  
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♪

料金：3,500円（税別）

**元気に  
はつらつ  
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

**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）

084-970-5050  
「ひろしま県老連」プランと  
お申し付け下さい。

ご予約は  
こちら

〒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

1時間以内、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

**親睦を深める  
絆宿泊プラン**

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）

朝食 和食中心のビュッフェ  
入浴 鞆の浦温泉

**半日お出掛け日帰りプラン**

お一人様 3,000円（税別）

料理長おまかせ季節のご膳  
レストランでテーブル席  
入浴 鞆の浦温泉

15名様より

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。

12名様より

鞆の浦  
絆が深まる宿  
なごみ  
(鞆シーサイドホテル)

TEL: 084-983-5111 FAX: 084-982-3121



廿日市市は中世から木材の集積地として栄え、十二世纪に建立された厳島神社の美しさからも明らかかなように、木材とその加工技術との強い繋がりを持つています。明治時代には木工玩具の製造が始まり、ろくろ技術を活かした様々な工芸品が宮島の土産物として生産されていました。

廿日市市における「けん玉」文化は、江草濱次という職人の考案から始まります。赤い玉と三日月型に削られた皿の形状から「日月ボール」と名付け、大正10年頃から廿日市市内の木工所で製造を始め、誕生しました。様々な技が可能なけん玉は人気を博し、最盛期には、

誇る伝統玩具との触れ合いを図っています。廿日市市にとって、「けん玉」とは、過去と未来を繋ぐ架け橋であるとともに、世代を超えたコミュニケーションの道具となっています。

廿日市市は中世から木材の集積地として栄え、十二世纪に建立された厳島神社の美しさからも明らかかなように、木材とその加工技術との強い繋がりを持つっています。明治時代には木工玩具の製造が始まり、ろくろ技術を活かした様々な工芸品が宮島の土産物として生産されていました。

廿日市市における「けん玉」文化は、江草濱次とい

う職人の考案から始まります。赤い玉と三日月型に削られた皿の形状から「日月ボール」と名付け、大正10年頃から廿日市市内の木工所で製造を始め、誕生しました。

廿日市市における「けん玉」文化は、江草濱次とい

う職人の考案から始まります。赤い玉と三日月型に削られた皿の形状から「日月ボール」と名付け、大正10年頃から廿日市市内の木工所で製造を始め、誕生しました。

廿日市市における「けん玉」文化は、江草濱次とい

### 廿日市市(西部ブロック)

### 「けん玉」発祥の地

廿日市市は中世から木材の集積地として栄え、十二世纪に建立された厳島神社の美しさからも明らかかなように、木材とその加工技術との強い繋がりを持つっています。明治時代には木工玩具の製造が始まり、ろくろ技術を活かした様々な工芸品が宮島の土産物として生産されていました。



### 熊野町(南部ブロック)

### 新グルメ「くまの鳥」一覧



近年は世界中から愛好家が集まり、年回、けん玉世界大会「けんだまワールドカップ」が開催されています。ぜひ一度見学されてはいかがでしょうか。

彫壁画や硯に見立てた石があります。モダンな和の雰囲気を楽しめます。

帰ろう! というメニューの開発をめざし、熊野町商工会や町内の飲食店を中心に新グループが考案されました。熊野の化粧筆で外から綺麗になりました。中華料理の回鍋肉にヒントを得て、豚肉の代わりに鶏肉を使いたっぷりコラーゲンとキャベツでビタミンを取り美肌になつてもらおうといふのです。町内の飲食店ではこの幟旗です。

廿日市市では平成23年から市内全ての小学一年生にけん玉を配布し、普及と郷土が誇る伝統玩具との触れ合いを図っています。廿日市市にとって、「けん玉」とは、過去と未来を繋ぐ架け橋であるとともに、世代を超えたコミュニケーションの道具となっています。



### 熊野町観光案内所「筆の駅」

### 古来より信仰されている、ゆるぎ観音



筆の都熊野町は四方を山に囲まれた高原盆地で、広島市、呉市、東広島市の中央部に位置します。およそ80年前から始まった筆作りは、国の伝統的工芸品に指定され、今や世界的にも「熊野筆」がブランドとなっています。

創業明治26年で、9割は地元で消費されている老舗の酒屋です。袋絞りという昔ながらの手法を取り、受け継がれた酒樽を使い作られた「大号令」。口に広がる吟醸香とキレが持ち味で、全国の日本酒ファンの心をつかみ、直接書をテーマにした庭には、木



▶熊野町中溝  
(熊野町筆の里工房北)

私たち広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

**1日3室  
期間中  
先着300名  
限定**

**客室リニューアルオープン記念企画限定プラン**

和の“安らぎ”と“快適”に過ごすことができる空間づくりをテーマに  
本館鷺羽閣28室は「和モダン」ディストに生まれ変りました。

<b>■本館鷺羽閣 和モダン SD</b>	<b>お一人様 13,500円 (税別)</b>	<b>OPEN記念特典</b>
4F~6F   定員2~3名   禁煙 和室(ツインベッド+収納式ベッド1)		ベティスマス オリジナルBagプレゼント (1個/大人)※滞在中1回のみ
<b>■本館鷺羽閣 和モダン DX</b>	<b>お一人様 14,000円 (税別)</b>	ご夕食時にスパークリングワイン 又はソフトドリンク (1杯/名)※施設使用料除く
最上階   定員2~4名   禁煙 和室(ツインベッド+収納式ベッド1+ソファーベッド1)		客室に岡山「成羽の水」を (1本/大人)
<b>■本館鷺羽閣 和モダン CX</b>	<b>お一人様 15,000円 (税別)</b>	◆夕食: ブッフェダイニング「竜宮の遣い」 ◆朝食: ブッフェと朝食膳(選択不可)
最上階角部屋   定員2~4名   禁煙 和室(ツインベッド+収納式ベッド1+ソファーベッド1)		Buffet Style Dining <b>竜宮の遣い</b>

※各プラン休前日3,000円(税別)UP ※一泊につき入湯税お一人様150円別途申し受けます。(中学生以上)

鷺羽山吹上温泉 空中露天風呂・はちみつパール風呂

**鷺羽ハイランドホテル**

岡山県倉敷市下津井吹上303-17 E-mail reserve@hailand.co.jp http://www.hailand.co.jp/ JR児島駅～ホテル間無料送迎有【要予約】

予約専用 フリーダイヤル 0120-489-526 公式サイト

※前日までにご予約ください。(受付時間8:00~20:00)



▲久井歴史民俗館から50m位登った  
牛山公園にある「跡地」の石碑  
牛市の説明板

中世には杭荘（くじのじょ）と呼ばれていた久井町は三原市街より車で約40分の山間部に位置し、2005年3月に三原市と合併して三原市久井町となりました。人口は5千人未満、高齢化率43%。過疎化が進む中山間農業地域です。近年は2月に開催される久井稻生神社の「はだか祭」で県内外にも広く知られるようになります。実は、この久井稻生神社が久井（杭）の始まりのようです。

千年以上もの昔（951年頃）久井稻生神社神域（室山・江木龜甲山）で育つた一頭の牛の生育がことのほか良かつた事から御神徳によるものと信じられ、徐々に牛馬商人が室山に集まるようになり、

しかし、農作業の機械化などの急激な社会情勢の変化により次第に衰退し、昭和39年に千年以上続いた歴史に幕を閉じました。

この賑わいを再現しようと平成14年から「久井ウツシッキ祭り」と「岩海まつり」を交互に隔年開催していましたが、現在は「久井一さわやか高原祭り」として毎年開催されています。各地区から試行錯誤して作り上げた牛テコが集結し、米俵を載せて走る牛そり逆転ゲームも迫力があり、注目されています。その他には、久井稻生神社の「祇園祭（7月）」・「御座祭（2尾の鯛に手を触れ

中国・四国地方はもとより近畿・九州方面から多数の牛馬商人が参集するようになりました。この「杭の牛市」は、大分県「浜の牛市」、鳥取県「大仙の牛市」と共に、西日本三大牛市の一つとして知られるようになりました。

963年久井牛市としての基礎が定まつたよです。やがて、江戸時代1680年には広島藩の公認となり、1680年には広島藩の公認となり、

すに金箸と包丁でさばき48名の東西各座に盛り付け会食する「御当（おとう）」が行われる（10月）も有名です。また、名勝としては久井の岩海・吉田山脈穴群などもあります。

空気も良くええといひござへ一度久井に来てみんさう。



古くは江戸時代に代官所が置かれた石州街道の宿場町で、福山藩水野家の断絶後は天領として栄えました。街中には江戸から大正時代の建物が多く残り、商店街に白壁やなまこ壁、格子やうだつは訪れる人の郷愁を誘います。

中でも一際目立つ「上下キリスト教会」は、明治時代、旧財閥角倉家の蔵として建てられ、県の文化百選に選定された建物で、上には当時の見晴らし台が残っています。

不動産情報の提供等を行う「自由市」からなり、市の開催に合わせてフリーマーケットやギャラリー展示なども行われます。

復活して16年目を迎えた現在、庄原市内や近隣市町だけでなく、中国地方や愛媛県からも出店されるようになり、毎月40～50店舗が出店しています。

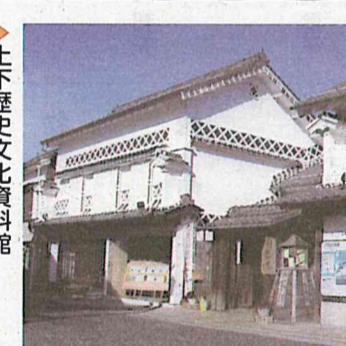
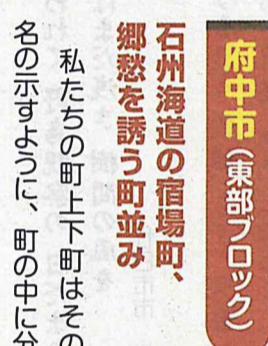
ぜひ、この九日市にお越しいただき、多種多様な出店者の皆さんとの交流を楽しんでいただければと思います。

また、山陰の石見銀山からの瀬戸内の笠岡へ至る「銀の道」のルート上に位置し、「上下歴史文化資料館」には、往時の繁榮を偲ばせる様々な資料が展示されています。

私たちが広島県老人クラブ連合会の活動を応援しています。

グラウンドゴルフプラン、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。

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/>



石州海道の宿場町、  
郷愁を誘う町並み  
府中市（東部ブロック）

上下歴史文化資料館

この「九日市」は、約40年前、物々交換の市が始まったのが起源とされており、塩や海産物とお米を交換する市としてたいそう賑わったのですが、昭和初期に戦争などの影響で途絶えていたものを、2001年にまたおこしグループなどにより、空き店舗を活用した「九日市」が復活しました。



上下キリスト教会



上下キリスト教会

この「九日市」は、約40年前、物々交換の市が始まったのが起源とされており、塩や海産物とお米を交換する市としてたいそう賑わったのですが、昭和初期に戦争などの影響で途絶えていたものを、2001年にまたおこしグループなどにより、空き店舗を活用した「九日市」が復活しました。



上下キリスト教会

## 読者ひろば



### 短歌

夕日浴び抱いて小舟に乗せし人  
健やかなりや古稀すぎたれど

呉市 道法纏

マキの葉の松に見られぬ優しさに  
親しみ覚ゆ街角の家

呉市 神尾圭

黄昏の沖の小島に目をやれば  
陽を得て牡蠣よ筏に寝寄る

呉市 八木峰男

九十年永らえぬ身のいとおしみ  
枕つき春街にいきぬ

呉市 藤岡カツ

朝目覚め「今日も生きてる」ありがたく  
正信偈唱え大事に生きる

竹原市 実藤三郎

熱燭を差しつさされつ夫とふたり  
併せなるかな一日の暮れる

尾道市 山中恵子

倉敷の珈琲館のあの香り  
零時過ぎても目は冴え冴えに

福山市 元谷和子

誘われて野鳥観察の日だまりに  
春はまだ浅き樹間の風を

廿日市市 松岡邦充

ゆうりと氣球ごとく夕日入り  
変わら月様枇杷色染めて

世羅郡世羅町 塚前澄子

山中に白く咲きいづる辛夷の花  
桜より先に山は暁はふ

神石郡神石高原町 竹中藤子

暖房の入りし電車の窓辺より  
見ゆる寒さが通り過ぎゆく

福山市 廣本貢一

ゆるぎなき信念に生きる彼の君の  
深き瞳に私はま向かう

府中市 石津高弘

丹念に花苗育てる父の  
やさしき一面見せて陽は落つ

府中市 前原諒子

梅が咲き君いつ咲く桜かな  
故郷の野道なつかし草の花

呉市 橋本千佐子

脱ぎなげた靴をそろえてその重さ  
大きくなつた孫のスニーカー

府中市 桑田ゆう子

ふと気付く結婚記念日過ぎたると  
亡夫に報告急なき日を

庄原市 中原幹枝

夢に逢ふ母は語らず露の秋  
戸がしまる音さえ侘し秋の暮

福山市 小林信子

夫婦きりの食卓湯気のあるだけで  
ほのぼの満つる静かな朝

福山市 上田綾子

年老いて過去の想い出なつかしく  
嬉し悲しい峠をこえた

東広島市 中津ユキエ

老集い笑いと涙女正月

府中市 桑田ゆう子

誕生日母に感謝の豆ごはん

福山市 上田綾子

風鈴に吊す吾が句を風が読む

福山市 廣本貢一

老人はグランド・ゴルフが生きがいに  
白髪と細きタイムでヨガタイム

福山市 元谷和子

終い風呂今日一日が走馬灯

福山市 坂本澄子

初夢の亡母にはぐれてしまいけり  
庄原市 中原幹枝

もうやめた何べんいふたタバコすい  
福山市 廣本貢一

振り向けば安芸の宮島墓参程  
大竹市 清戸寿真子

しばれては白菜漬けを旨くする  
神石高原町 竹中睦子

二センチの段差に躊躇い老い自覚  
府中市 田附京子

耳遠い内緒話しが太くなる  
呉市 橋本千佐子

立ち停まり笑顔で老いた母を待ち  
庄原市 中原幹枝

川柳

萩焚いて五衛門風呂のここち良さ  
世羅郡世羅町 塚前澄子

デイナーショー御馳走食べて夢ごごち  
呉市 小林節子

声掛けで絆ふかめて豊かな人生  
呉市 佐川千里

テキパキとこなせる薬募集中  
呉市 農原かほる

遺産ゼロ継いだ遺伝子金メダル  
福山市 水国照江

今日もまた刺激求めて此處被処  
福山市 兼広一郎

庭の花 いけてほほえむ夫の側  
福山市 上田綾子

想い出の小箱  
私の胸の中には大切な想い出が  
いつぱい詰まつた小箱がある

想い出の小箱  
そつと小箱の蓋を開ける  
想い出の玉が光つている  
私は母と書いてある玉  
両手でそつと包んだ  
寂しい時 辛い時  
優しい母の声と温もりが  
私の心の中に大きく広がり  
心が安らぐ  
有難う母さん・・・またね  
静かに想い出の玉 小箱へ  
大切に閉まつた

安芸太田町 栗栖三男



神石高原町 竹中睦子



「自画像」 尾道市 小山茂太郎

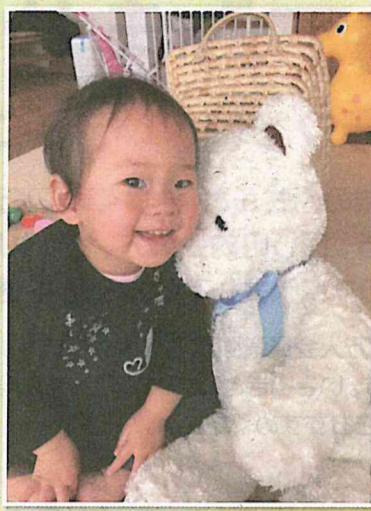


三次市

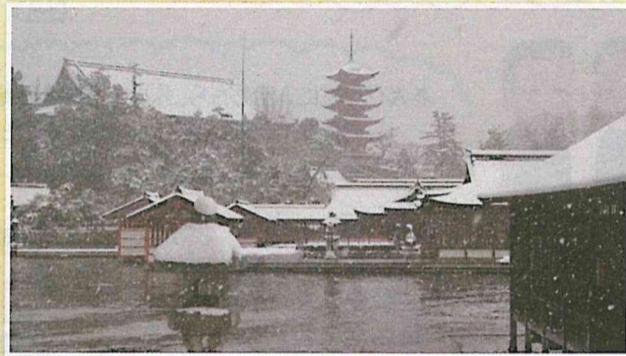


福山市 飯田君子

## 絵・絵はがき



「愛しいひ孫」 呉市



「雪の宮島」 廿日市市

## 写真

## 読者からのひとこと

日常生活や風物、新聞記事など、心に残ったことを紙芝居にして、老人クラブのサロンや敬老会、小学校などで披露しています。

（庄原市）

クラブに入つて、10年。そのおかげで、フォーエクダンス、社交ダンスと体を動かし、町内のパソコン教室で頭の活性化を。いつまでも元気でいたいものです。

（府中市）

以前、「むかご」で載せていただいたり、遠く離れた庄原市在住の同級生から、読んだよとハガキが届きました。今、その友人は闘病中です。また見てくれて、早く元気になつてほじいものです。

（福山市）

「楽々喜々」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93号」は2017年9月発行予定です。必ず、氏名、住所、所属クラブ、電話番号を明記のうえ、郵送、またはメールで事務局までお送りください。

応募締切 7月末

宛先

〒732-0816 広島市南区比治山本町12-2  
(公財)広島県老人クラブ連合会 広報誌係  
E-mail: rorenhir@lime.ocn.ne.jp

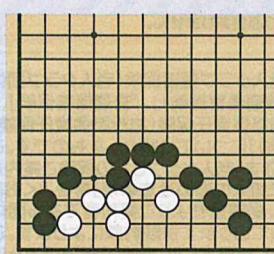
チャレンジしてみませんか?

## ■詰め将棋■



提供: 将棋の総合情報サイト「将棋タウン」  
【今週のやさしい3手詰】  
25まで利いてくることに注意。  
4三の飛車が動くと5一の角が

## ○詰め碁○



提供: 中国新聞社

出題者: 九段瀬越憲作  
黒先手でこの白はどうなりますか。  
やさしくもあり、難しくもあると  
いったような問題です。

## クロスワードパズル



## タテのカギ

- 2 浴室の壁や床に。  
3 相撲取りの頭に。  
4 ピアニストやギタリスト。  
5 慣れない航海で…。  
6 堂々として近寄りがたい。  
7 世界最長の〇〇〇川。  
8 きりがない〇〇〇ごっこ。  
9 信憑性のない〇〇話。  
10 映画「東京物語」  
—監督は〇〇安二郎。

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。

## ヨコのカギ

- 1 和食のコックさん。  
6 堂々として近寄りがたい。  
—〇〇〇のある態度。  
7 世界最長の〇〇〇川。  
9 信憑性のない〇〇話。  
10 ライオンは百獣の〇〇。  
11 旅の目安としてつくられた塚。

## 92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)  
(公財)広島県老人クラブ連合会 事務局

応募締切 7月31日

## 91号クロスワード

正解は「コスモス」でした。

248人の応募のうち247人が正解でした。

抽選の結果、(クオカード(1,000円分))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人の会員増えています。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。

趣味のグラウンド・ゴルフがきっかけで、老人クラブに入会したんよ。スポーツだけじゃなく、いろんな行事があつて楽しいわ～♪



老人クラブに入会したら、外出する機会が増えたのう。この年になって、新しい仲間もできただわい。

最初は、私だけが会員じゃったけど、この間お父さんも入会して、今は夫婦二人が会員。そしたら、共通の話題ができて、会話が増えたのには、ビックリしたわ!



### 編集後記

前号からリニューアルし紙面を一新しましたが、皆さまから

- 「全ページカラーで読みやすくなった」「新コーナーの隠れたわが町の名所名品で、新しい発見ができた」「写真や絵手紙もカラーなので、見て楽しい」など、嬉しい声をいただきました。ありがとうございます。
- クロスワードパズルの当選賞品も、コンビニなどで使えるクオカードに変更しております。こちらの方も応募をお待ちしております。
- 今後も、ご愛読よろしくお願いいたします。

ひろしま県老連 .....

発行:(公財)広島県老人クラブ連合会 広告・印刷:昭和印刷株式会社  
〒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

〒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)

## 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

自分がケガをしてしまった時の保険です。

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:①総合型 お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円

②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  
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。

### 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。

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。

補償範囲:○老人クラブ活動中の対人・対物(損壊)の損害賠償(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いません。

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日までに賠償保険専用の掛金払込用紙(払取扱票)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」は可能ですが。  
「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。

① 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 三九ビル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右記までご請求ください。

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> [老人クラブ傷害保険] 検索

お問い合わせ 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)

専用FAX 03-3597-8767

メールアドレス [hoken@senior-ltd.com](mailto: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 (引受け幹事保険会社) 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帝普通傷害保険)」「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てあ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、引受け保険会社までお問い合わせください。

16-T14038 平成28年4月作成 (3)