

よさこいクラブ高知

健康

友愛

奉仕

第188号

発行者

高知県老人クラブ連合会

高知市朝倉戊375-1

電話 (088) 844-9154

第2回理事会 第1回評議員会開催

6月18日(金) 県立ふくし交流プラザにおいて、午前中は平成22年度第2回理事会が、午後からは平成22年度第1回評議員会がそれぞれ開催されました。概要は次のとおりです。

第一号議案「平成二十一年度事業報告について」

原案のとおり承認されました。

第二号議案「平成二十一年度一般会計決算について」

原案のとおり承認されました。

第三号議案「高知県老人クラブ連合会事務局就業規則の一部改正について」

育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律の一部改正に伴う改正について、原案のとおり承認されました。

第四号議案「評議員の選任について」(理事会のみ)

原案のとおり承認されました。

~~~~~

午前中の理事会において、次の方々が新評議員として選任されましたのでお知らせします。任期は平成22年7月1日から平成24年6月30日までの2年間です。

### (財) 高知県老人クラブ連合会 評議員名簿

|                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| 山内 豊 (安芸市老連会長)  | 仁井田 昭 (土佐町老連会長)    |
| 永富徳次郎 (宿毛市老連会長) | 岡崎 友則 (仁淀川町老連会長)   |
| 土居 慶典 (東洋町老連会長) | 矢野 定 (佐川町老連会長)     |
| 米田 守 (奈半利町老連会長) | 土居 良彦 (越知町老連会長)    |
| 松本 昭英 (田野町老連会長) | 明神 辰子 (梶原町老連会長)    |
| 山嶋 丈 (北川村老連会長)  | 松岡 秀直 (日高村老連会長)    |
| 大野 忠康 (馬路村老連会長) | 笹岡 四郎 (津野町老連会長)    |
| 入野 榮喜 (芸西村老連会長) | 宗崎 護 (四万十町老連会長)    |
| 北村 光 (本山町老連会長)  | 朝比奈喜世子 (女性委員会副委員長) |
| 杉本 一 (大豊町老連会長)  | 森下 弘幸 (若手委員会副委員長)  |

### ねんりんピック よさこい高知2013

(第26回全国健康福祉祭うち大会)の概要決まる

#### 大会の目的

健康及び福祉に関する積極的かつ総合的な普及啓発活動の展開を通じ、高齢者を中心とする国民の健康の保持・増進、社会参加、生きがいの高揚等を図り、ふれあいと活力ある長寿社会の形成に寄与することを目的とする。

#### 会期

平成25年10月26日(土)

29日(火)

#### 参加者数

約10,000人(選手・役員)

#### 式典会場

総合開会式・県立春野総合運動公園陸上競技場

総合閉会式・県立県民文化ホールオレンジホール

#### 開催イベント(案)

スポーツ交流大会、ふれあいスポーツ交流大会、文化交流大会、美術展、地域文化伝承館、シンポジウム、健康福祉機器展、音楽文化祭、ふれあい広場等



# 新たな高齢者医療制度について

後期高齢者医療制度は平成24年度末で廃止されることになっており、現在、国において、新たな高齢者医療制度の検討が進められています。

このほど国の設置した「高齢者医療制度改革会議」が「高齢者のための新たな医療制度等について（中間とりまとめ）」を公表しました。

新しい制度の施行までのスケジュールと、その中間とりまとめのポイントを紹介します。

表1（新しい高齢者医療制度の施行までのスケジュール（見込み））  
表2（中間とりまとめ10のポイント）

今回の中間とりまとめでは

- 1 低所得者の保険料軽減の特例措置など高齢者の負担能力に応じた措置が不明確
- 2 都道府県単位の財政運営の在り方について不明確  
など残された課題もあります。

今後、「新たな高齢者医療制度」の創設に向けて、公聴会での意見などを踏まえて、高齢者医療制度改革会議においてさらなる検討が進められ、本年度末までに最終的なとりまとめが行われることになっている。

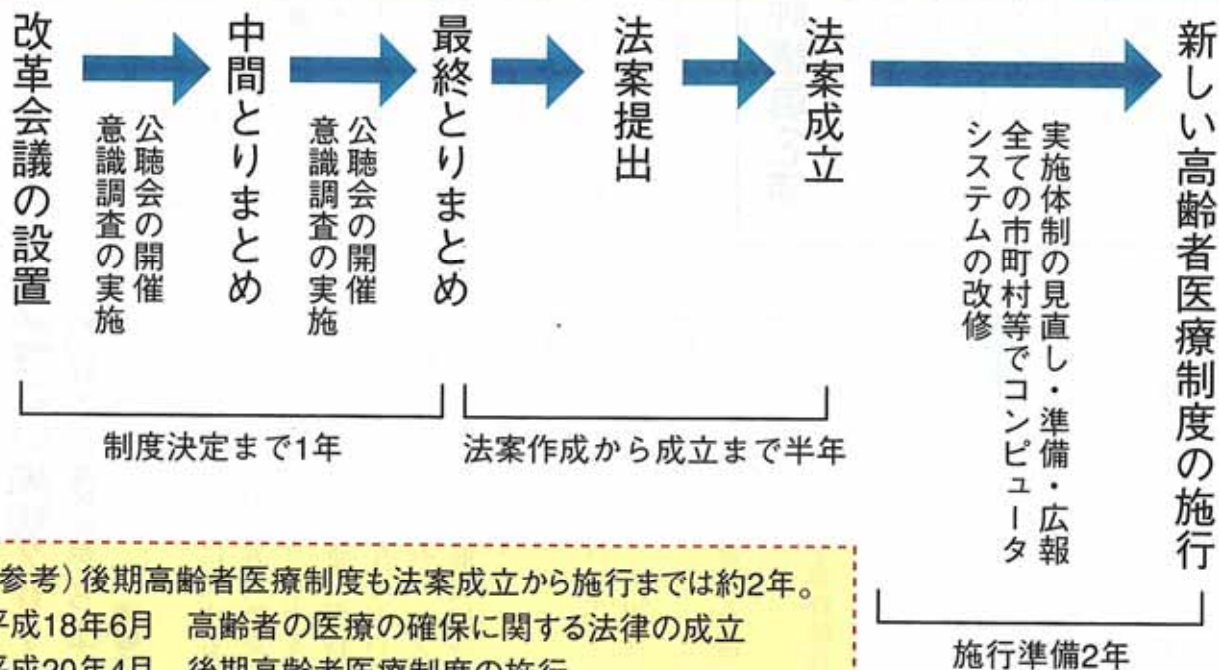
なお、これまで、公聴会には老人クラブの代表者が出席し、「高齢者の保険料負担は公平な仕組みとしてほしい」「低所得者に対しては特別な配慮が必要」「健康づくりや予防につながる健康診断など保健事業は充実・強化するべき」などの高齢者の生活実態に即した意見を述べました。



表1

## 新しい高齢者医療制度の施行までのスケジュール（見込み）

平成21年11月    平成22年8月末    平成22年末    平成23年1月    平成23年春    平成25年4月



（参考）後期高齢者医療制度も法案成立から施行までは約2年。

平成18年6月 高齢者の医療の確保に関する法律の成立

平成20年4月 後期高齢者医療制度の施行



表2 中間とりまとめ 10のポイント

## Ⅰ 高齢者の方々の視点からの改革

## 1. 年齢で保険証が変わることはなくなります

- 後期高齢者医療制度は廃止し、加入する制度を年齢で区分しません。
- サラリーマンである高齢者の方や被扶養者は被用者保険に、これら以外の地域で生活している方は国保に、それぞれ現役世代と同じ制度に加入します。
- これにより、年齢で保険証が変わることはなくなります。世帯によっては、保険料や自己負担も軽減されます。

## 2. 新制度に移る際、保険料のアップはできるだけ生じないようにします

- 国保に移る方の保険料は、75歳以上は、現行の負担割合（約1割）とし、原則として、同じ都道府県で同じ所得であれば、同じ保険料となる仕組みを維持します。
- 被用者保険に移る被扶養者の方は、保険料を納める必要はなくなります。

## 3. 高齢者の保険料の伸びが現役世代の保険料の伸びを上回らないことを基本とします

- 高齢者の保険料の伸びが現役世代の保険料の伸びを上回らないよう抑制する仕組みを設けます。

## 4. 窓口負担は適切な負担にとどめます

- 今後、高齢者の医療費は増加しますが、高齢者の窓口負担は、適切な負担にとどめます。

## 5. 年金天引きを強制しません

- 国保に移る高齢者の保険料は、同一世帯の他の現役世代の保険料と合わせて、世帯主が納めます。
- これにより、世帯主ではない高齢者の方は、保険料を納める義務がなくなり、年金からの天引きもなくなります。また、高齢者世帯で希望される方は、引き続き、年金からの天引きもできます。

## Ⅱ 現役世代の視点からの改革

## 6. 公平で納得のいく支え合いの仕組みにします

- 高齢者の約8割は国保に加入するため、国保の負担が重くならないよう、公平で納得のいく被用者保険との財政調整を行います。
- その際、財政力の弱い健保組合等の被保険者の負担を軽減できるよう、被用者保険からの支援は、負担能力に応じた分担方法への見直しを検討します。

## 7. 大幅な負担増が生じないようにします

- 新制度への移行により、市町村国保・協会けんぽ・健保組合等の負担が大幅に増加することがないようにします。

## Ⅲ 保険運営の安定化を図る視点からの改革

## 8. 国保の広域化を実現します

- 国保については、まず高齢者医療に関し都道府県単位の財政運営とし、保険料負担の格差の解消と安定的な運営を図ります。
- 現役世代についても、環境整備を進めた上で都道府県単位の財政運営にし、国民皆保険の基盤である国保を守ります。

## 9. 公費を適切に投入します

- 高齢者や現役世代の保険料負担の増加を抑制し、制度の安定的に運営を図るため、加入する制度を問わず、75歳以上の高齢者の医療費に対して公費を投入します。また、今後の高齢化の進行等に応じた公費のあり方を検討します。

## 10. 保険者機能が十分に発揮できるようにします

- 保険料徴収や健康づくり等の保健事業などの面で保険者機能が最大限発揮されるよう、「都道府県単位の運営主体」と「市町村」の分担・責任を明確にした上で、国保を地域の総合力により共同運営する仕組みにします。
- サラリーマンである高齢者の方や被扶養者は被用者保険に加入することにより、保健事業などの面で健保組合の保健組合の保険者機能がより発揮できるようにします。



# 女性委員会委員長に 横山早智子さんを選任



県老連女性委員会  
の委員等に  
選任された方々  
は次の通りです。

◎委員長 横山早智子（土佐市）  
◎副委員長 朝比奈喜世子

◎常任委員 濱川 光子（室戸市）  
簡井 君子（土佐町）  
山本 幸子（日高村）  
松田 幸（須崎市）  
松本 孝子（安芸市）  
岩城 佳子（馬路村）  
垣内 幸喜（南国市）  
宮崎 安美（香南市）  
竹内伊都子（香美市）  
川田 節子（梶原町）  
永富 鶴美（宿毛市）  
山下 喜子  
井上 齡子（土佐清水市）  
（四万十市）

◎委員



# 若手委員会委員長に 森野 芳一さんを選任



県老連若手委員会  
の委員等に  
選任された方々  
は次の通りです。

◎委員長 森野 芳一（四万十町）  
◎副委員長 森下 弘幸（香南市）  
◎常任委員 小松 正里（安芸市）  
土居 啓之（土佐市）  
安部 庄祐（いの町）  
上岡 忍（宿毛市）  
松村 元良（室戸市）  
伊吹 衛章（安田町）  
山本 俊暢（南国市）  
石丸 明（香美市）  
中之所克己  
生駒 進（黒潮町）  
（四万十市）

◎委員

県老連事務局人事異動  
平成22年4月1日付採用

老人クラブ活動推進員  
津野 理枝

# 老人クラブ健康づくり リーダー養成講習会 終わる

市町村老連で健康づくり事業の普及・促進に取り組むとともに、「ろうれんピック」で室内競技の審判ができるリーダーを養成するため、下表のとおり県内3ヶ所で119名の参加のもとに開催され、全課程を修了した受講生には修了証書を交付しました。



## 老人クラブ健康づくりリーダー養成講習会 参加状況

| ブロック別<br>開催日    | 開催場所                           | 受講者数 |
|-----------------|--------------------------------|------|
| 東部ブロック<br>6月22日 | 芸西村：憩ヶ丘運動公園<br>柔剣道場・体育館        | 47名  |
| 中央ブロック<br>6月30日 | いの町：県立高知青少年の家研修室<br>県立高知青少年体育館 | 27名  |
| 西部ブロック<br>6月25日 | 黒潮町：県立土佐西南大規模公園<br>会議室・体育館     | 45名  |



## 老人クラブリーダー

## 中央セミナーに参加して

宿毛市老連

新田さぎす会 上岡 忍

何年振りかの東京、新橋駅は相変わらずの早足族ばかりである。コロナを引しながらホテルに向かって歩いていたら、シャモ鍋の看板を掲げた料理屋さんがあった。例のボーズの龍馬と土佐ジローもいた。龍馬ブームここまで感である。明日から始まる「老人クラブリーダー中央セミナー」に参加のため、前日の日からの上京である。当日は受付一時間前にも会場に着いたが、既に30人くらいが受付開始を待っていた。資料をみたら、出席者は95名。その殆どが市町村老連の会長である。若手委員は島根県と兵庫県、それに私の3名のみであった。開催要項の「中心的リーダーと若手リーダーを対象とするセミナー」としては、いささか若い層が少な過ぎはしないか：と思いつつも、これが今の老人クラブなんだなあ、とあれこれ考えていたら開会のアナウンスが聞こえた。

松寿副会長の開会の挨拶によってセミナーは幕を開けた。続いて厚生労働省の土生課長から「介護保険制度をめぐる諸課題と地域包括ケアの推進」について説明があった。

「高齢化の進展に伴い要介護高齢者の増加が著しいのに、核家族の進行により家庭内で支える状況は変化している。今後、高齢者の介護は社会全体で支え合う仕組みが必要である。」という内容で、種々のデータを示しながら、これから高齢者介護の問題点や改善への取り組みなどについての説明であった。

午後1時から、全老連事務局の斎藤局長より「老人クラブ活性化3か年計画の推進」についての基調報告があった。

活性化3か年計画とは、平成22年から24年度までの活動計画であり、その内容は、

①健康づくり・介護予防活動の推進

②若手リーダーの養成と活用

③一般高齢者への呼びかけ

(全老連発行のパンフレットあり)

過去に例を見ない少子高齢化時代を豊かで安心できる社会とするためにこれからは、高齢者同士の支え合い活動が必要であり、健康

づくりはその原点である。元気な高齢者が増えるだけでも社会の負担は軽減される。

若手リーダーの養成については、今後大会やセミナーへの参加機会の確保、拡大に努める。

一般高齢者への呼びかけは、まずは一緒に活動することから始めたい。魅力を感じれば加入はついてくるものだと考えたい。そのような趣旨の話であった。

午後2時過ぎから、5件の事例発表があり、続いて「グループ協議」に入った。テーマは「単位老人クラブの活性化」と「市町村老連の活性化」である。

私の所属するグループは7名で協議内容は、「市町村老連の活性化」である。

事前に提出している参加者アンケートの説明から始まり、協議によって内容の掘り下げを行った。そして、活性化に最も有効な取り組みは、地域社会を元気にするための「声かけ運動を始めよう」であった。社会生活の基本中の基本である挨拶から始まる高齢者同士の声かけ運動は、地域の高齢者の生きがいづくりに有効であり、独居高齢者の安否確認や引きこもり防止にも役立つ。という理由からである。

2日目は老人クラブ傷害保険の状況説明から事故例と補償の内容などの解説があった。

つぎに、熊本学園大学、小川教授による講演「老人クラブが高齢社会を支える」があり、日本の人口構造が大きく変わる中、高齢者を支えるのは若い世代だという従来の発想は転換していく必要がある。高齢者はできるだけ自分の力で暮らせる社会、高齢者同士で支え合える社会を作り上げる必要がある、そのため老人クラブの存在は期待されるところである。

閉会の挨拶によって、二日間のセミナーは終了した。このセミナーで、老人クラブのあり方が従来とは変わらなくてはならないのだと強く感じた。

地域に広く根を張って活動している老人クラブは、行政の手の届かない部分を補完し、元気で安心な地域社会創りに最も貢献できる組織であることは間違いない。

高齢者同士がお互いに支え合い、豊かな地域社会を創っていくのに、元気な60代の智慧と行動力が必要なことを、未加入者にどうやって広報していくのか：

そんなふうに考えを巡らせながら、コロナを引っ張って新霞ヶ関を後にした。



健康づくり

仲間づくり

地域づくり

# クラブ活動紹介

毎日のラジオ体操から広がる

健康の輪 仲間の輪

南国市 上大埴西部千寿会

会長 谷 幸三郎

現在の西部千寿会は、もともとあった千寿会が会員数の増加等により平成5年に東西に分離した、西側のクラブです。分離することになったときに、何か健康づくりで継続した活動ができないか、そして、それにより会員を増やすことができないかと考え、目をつけたのが誰にも親しみのあるラジオ体操でした。

最初は10名くらいの参加者でしたが、毎日同じ時間に同じ場所で行っていることから、口コミでどんどん参加者が増えていき、40名ほどが毎日参加してくれるようになりました。夏休みには地域の小学生と一緒にラジオ体操をして、その保護者も一緒に来てくれることから一日60名以上になる日もあります。

この活動により会員同士のふれあいがあり、新しく会員となった方でも顔を会わせる機会が多いことから、クラブに溶け込むのが比較的早いようです。友人がい

るから参加しやすいという話は、新会員からよく聞きます。

そして、ラジオ体操が終わった後は、ウォーキングを実施しています。ウォーキングでは気の合う者同士が世間話をしながら、短い距離でも自分にあった距離を、無理なく楽しく健康のために歩くようにしています。歩くことで、町のちょっとした変化に気がつくこともあり、地域の一員であることの大切さも感じられます。

最近、会員が熱心に行っているのはニュースポーツのサロンです。毎週木曜日の午前の部、午後の部と2グループに分かれ、各2時間程度の練習をしています。両グループともに会員が毎回十数名、拠点となる公民館に集合して活動しています。始めた当初は活動しようにも道具がなく困りました。その対策としてみんなが自分でつくれるものは自分でつくり、できるだけ安価で楽しめるよう工夫した結果、活動できる最小限の道具が揃いました。その後、活動が地域の中でも認められ、道具を地域で買っていただけになるようになり、会員一同さらに楽しく過ごすことができるようになりました。

現在実施しているのは、輪投げ、ダーツ、ディスクゲッターフープ、

フロッカーの4種目を中心で、たまに市老連よりシャフルボードの用具を借りて楽しんでいます。



また、参加会員は女性だけでしたので、活動を長く続けるためには男性にもぜひ参加していただきたいと考え、女性会員が男性会員にニュースポーツと一緒にやろうと積極的にアタックしました。男性会員も最初は女性会員の中に入ることを恥ずかしがっていましたが、「はちきん」の積極性に根負けし、参加してくれるようになりました。いざ参加すると本当に恥ずかしがっていたのかと思えるくらい大はしゃぎし、大声でよく笑っています。

平成21年度全国老人クラブ連合会活動賞「健康づくり活動部門」受賞





住宅用火災警報器の設置をお願いします  
 犠牲者の六割が高齢者、  
 原因の多くは「逃げ遅れ」



住宅火災で亡くなった方の約6割が高齢者で、またその原因の多くが「逃げ遅れ」です。こうした犠牲者を減らすため、煙や熱を感知し、警報音や音声で火災の発生をいち早く知らせる住宅用火災警報器の設置が平成二十三年六月から全ての住宅で義務化となります。

#### 購入場所は？

電器店や量販店、ホームセンターなどで購入できます。(一個三千円程度)

#### 設置場所は？

寝室に取り付けることが基本です。ご家庭により設置場所が異なりますので、詳しくはお近くの消防署にお問い合わせください。

寝室に住宅用火災警報器を取り付けましょう！



#### ！悪質な訪問販売に注意しましょう

高齢者の方の被害が増加しています

消防職員などを装い、法外な値段で販売を行おうとする訪問販売に注意しましょう。消防職員がご家庭を訪問して住宅用火災警報器を販売することはありません。もしも悪質な訪問販売があった場合には、すぐにお近くの消費生活センターに相談しましょう。

・問い合わせ先 高知県消防政策課 088-823-9098

## 第17回 世界アルツハイマーデー記念

入場無料

### 木之下 徹 先生 講演会

●医療法人社団こだま会理事長・こだまクリニック院長

とき

平成22年10月17日(日)  
 午後1時～3時(開場/午後0時30分)

ところ

RKCホール(高知新聞放送会館)  
 高知市本町3丁目2-15

定員

650人

認知症ケアへの  
 医療の関わり



# 文具 オフィス家具 OA機器



株式会社 **岡村文具**

〒780-0841 高知市常屋町2丁目2-22

TEL. 088(代) 873-2266

FAX. 088 873-2268

オフィス環境事業部. 088 822-0364

支店TEL. 088 872-7700

<http://www.okamura-bungu.com>

NISHITOMI  
**digital  
printing**



**西富騰写室印刷**

〒780-8037  
高知市城山町36 TEL:088-831-6820・FAX:088-833-9826  
E-mail:mail@nishitomi.com

## いつでも、何歳でも…

耳よりな  
お知らせ



新キャラクター「ぞう」君です。

手軽に傷害保険に加入できるのは、  
**老人クラブ会員の特典です。**

最近、各保険会社で一般的に取り扱われている「個人契約の傷害保険」に、老人クラブ傷害保険並みの安価な保険料で新たに入ることが難しくなっています。

一方、老人クラブ傷害保険は、全国老人クラブ連合会が取りまとめ、一括して契約する「団体契約の傷害保険」のため、①比較的安価で、②年齢制限もなく、③一人でも加入できる、会員に有利な傷害保険となっています。

◆基本タイプ〈活動中補償〉老人クラブ活動中とその往復途上のケガを補償します。

| 年間掛金<br>(タイプ名) | 補償内容 | 活動中のケガによる<br>死亡・後遺障害保険金額 | 活動中のケガによる<br>入院保険金日額(注) | 活動中のケガによる<br>通院保険金日額 |
|----------------|------|--------------------------|-------------------------|----------------------|
| 500円タイプ        |      | 50万円                     | 1,000円                  | 650円                 |
| 1,000円タイプ      |      | 100万円                    | 2,000円                  | 1,300円               |
| 2,000円タイプ      |      | 200万円                    | 4,000円                  | 2,600円               |

(注) 手術保険金のお支払い額は、手術の種類に応じて入院保険金日額の10倍、20倍または40倍となります。

活動中以外  
(24時間)の  
ケガも補償する  
「上乗せタイプ」も  
あります。



財団法人 **全国老人クラブ連合会** 保険係  
通話料無料のフリーダイヤル

老人クラブ  
会員専用 **0120-000937** | 受付時間 9:30~17:30  
(土、日、祝祭日休)

〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768

〈引受幹事保険会社〉東京海上日動火災保険株式会社

(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課

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、「老人クラブ傷害保険の手引き」にはさみ込まれている「重要事項説明」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。

10-T-02743 平成22年7月作成