

よさこいクラブ高知

健康

友愛

奉仕

第189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

新春を迎えて



高知県老人クラブ連合会
会長 成川 清

あけましておめでとうござい
ます。

老人クラブの会員の皆様には新
しい年を健やかに迎えのことに
お喜び申しあげます。

高知県では全国と比べて高齢化
が10年、少子化が15年先駆けて進
行し、高齢者を取り巻く環境も大
きく変化してきています。

特に、高知県の多くを占める中
山間地域では、これまで地域が担
ってきた支え合いの力が弱ってき
ています。

こうした中、高齢者の経験と知
恵がますます必要とされる時代を
迎えていますし、私達老人クラブ
の活動が大きく期待されています。

さて、本年は高知県老人クラブ
連合会設立50周年の記念すべき年
にあたります。これまでの50年の
歴史を振り返り、次の50年につな

げる大切な年になります。この記
念すべき年に「高知県老人クラブ
連合会50年史」の編纂に取り組む
こととしています。

ところで、私は就任のご挨拶で
二つの約束をしました。一つは
「地域支え合いの推進」です。これ
は老人クラブが地域に密着した最
大の高齢者組織であるという特性
を活かし、地域での支え合いに力
を発揮し、地域の高齢者全体の福
祉の向上を進めようとするもので
す。

もう一つが「公益法人制度改革」
への適切な対応です。この改革は
今後50年の高知県老人クラブ連合
会の活動の方向を決めるものです。
2年あまり検討に検討を重ねてき
ましたが、昨年12月に臨時の理事
会・評議員会で「公益財団法人」
を目指すという決議をいただき23

年度の早い時期の移行認定に向け
準備を進めています。

公益財団法人へ移行するという
ことは、高知県老人クラブ連合会
の活動が会員に対してのみならず、
地域のすべての高齢者に向けて活
動することが求められています。

これこそ私達が目指している地
域支え合いの活動だと思っています。
私は、いつも申し上げていますが、
老人クラブ活動に加わって以来、
「老人クラブ活動の基本は地域の単
位老人クラブにある。」と考えてき
ました。今後引き続き「単位老
人クラブ」「市町村老人クラブ連合
会」本位で取り組んでいきたいと
考えています。

終わりになりましたが、数多く
の先輩方の活動の歴史を踏まえ、
それらを継承して皆様方と次の50
年に向けて老人クラブの発展を誓
い合い、併せて皆様方のご健勝を
祈念いたしまして、新年のご挨拶
といたします。



新年のごあいさつ



高知県知事

尾崎

正直



明けましておめでとうござい
ます。

老人クラブの会員の皆様におか
れましては、新しい年を健やかに
お迎えのこととお喜び申し上げま
す。

昨年は、「挑戦の年」と位置付け、
産業振興計画の取り組みの加速化
をはじめ、日本一の健康長寿県構
想の推進、学力問題を中心とする
教育改革、県民の皆様が安心して
暮らせるためのインフラの整備や
災害対策など、多くの政策を着実
に実行してまいりました。今年は、
これらの取り組みをさらに進め、
県勢浮揚への歩みを確かなものに
していきたいと考えております。

なかでも「日本一の健康長寿県
構想」は、「県民自らが病気を予防
し、生涯を健康に暮らす」「県民と
ともに医療環境を守り育てる」と

もに支え合いながら生き生きと暮
らす「高知型福祉」の実現」を三
つの柱に、市町村や関係団体の皆
様のご協力をいただきながら、具
体的な取り組みを進めております。
その一つとして、高齢になつて
も住み慣れた地域で元気に暮らし
続けることができるよう、介護予
防や健康づくりに住民の方々が自
ら取り組んでいただくための仕組
みづくりや社会参加・地域貢献活
動を通じた生きがいづくりを進め
ております。

老人クラブの皆様は日頃から、
スポーツなどを通じての健康づく
りや介護予防、一人暮らし高齢者
や高齢者世帯への訪問や見守りと
いった友愛活動などに積極的に取
り組んでおられます。こうした活
動を通じて、これまで培ってこら
れた皆様方の経験を活かしていた

だき、「日本一の健康長寿県構想」
の実現に向け、一層のご協力をお
願いします。

さらに、平成二十五年度には高
知県で「ねんりんピック」が開催
され、県内各地で様々な競技や催
しが予定されております。老人ク
ラブの皆様方におかれましては、
地元で開催されます競技への参加
を始め、日頃の活動を活かして
「ねんりんピック」を支える力とし
て、大会の成功に向け、県や市町
村とともに取り組んでいただきま
すよう重ねてお願い申し上げます。
今年も、高知県が将来にわたつ
て安心して暮らし続けることので
きる県となるよう全力で取り組ん
でまいります。

最後になりましたが、高知県老
人クラブ連合会のますますのご発
展と、会員の皆様並びにご家族の
皆様のご健康とご多幸を心からお
祈り申し上げます。



謹賀新年

会長 成川 清

副会長 加藤 美代治

同 小橋 容之

同 横山 早智子

同 森野 芳一

同 鈴木 彬夫

同 谷 幸三郎

同 遠近 伝

同 谷 岡 一四

同 弘田 浩三

同 湯地 康夫

同 楠目 五月

同 南 輝明

同 筒井 彰

同 福永 富守

同 牧野 利恵子

同 戸梶 幸雄

同 土居 清子

同 廣光 良昭

常務理事

監事

同

23年度早期の移行を目指して 公益財団法人へ移行決議される 第3回理事会・第2回評議員会を開催

昨年12月7日県立ふくし交流プラザにおいて、午前中は平成22年度第3回理事会が、午後は平成22年度第2回評議員会がそれぞれ開催され、第一号議案「公益法人制度改革について」「理事会・評議員会」第二号議案「評議員の選任について」「理事会のみ」審議されました。概要は次のとおりです。

公益法人制度改革については、平成21年3月の理事会・評議員会から平成22年6月の理事会・評議員会までの4回。また8月のプロジェクト別研修会においてそれぞれ説明した経過について報告があり、議案書に基づき説明がありました。

1. 移行先法人を「公益財団法人」とする

2. 新公益法人移行後の最初の評議員選任方法については「最初の評議員の選任方法」とおり
そして、議決後は速やかに申請作業に着手するとともに、23年度

早期の移行を目指すということで、原案のとおり全会一致で承認されました。

その後、「公益財団法人高知県老人クラブ連合会定款」(検討案)が配付されました。

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12月7日から平成24年6月30日までとなります。

澤田 幸男(土佐町)
佐竹 正盛(四万十町)



評議員会の模様

表彰関係

受賞おめでとうございます

▽昨年8月5日、第52回四国老人クラブ大会が香川県琴平町のことひら温泉「琴参閣」で開催され、本県からは成川会長ほか76名が参加しました。このとき、次の方々が役員功績者として表彰を受けられました。(敬称略)

山内 豊(安芸市)
西森 律(南国市)
遠近 伝(土佐市)



第52回四国老人クラブ大会の模様

▽昨年11月16日・17日の2日間、宮城県仙台市において第39回全国老人クラブ大会が開催され、本県からは成川会長ほか8名が参加しました。

大会2日目は、約一千三百名の参加者が一堂に会して、総会・式典が行われましたが、その式場で表彰を受けられた本県関係者は次のとおりです。(敬称略)

育成功労表彰

谷 幸三郎(南国市)

笹岡 四郎(津野町)

優良老人クラブ表彰

横浪さざなみ会(須崎市)

優良老人クラブ連合会表彰

田野町老人クラブ連合会千歳会



第39回全国老人クラブ大会アトラクションの模様

▽全国老人クラブ連合会が実施しています平成22年度「活動賞」について、県老連から推薦しておりました次の団体が受賞されました。

【ボランティア活動部門】

三和地区老人クラブ連合会

(南国市)

第50回記念

高知県老人クラブ大会開催

第50回記念高知県老人クラブ大会が昨年10月29日、ふくし交流プラザにおいて県内各地より約四百人の老人クラブ関係者が参集し、50年の歴史を踏まえ、次の50年に向けて21世紀にふさわしい老人クラブづくりを期して開催されました。

国歌斉唱、物故者に対する黙祷に続き、成川県老連会長が「地域支え合いで地域貢献」をテーマに、老人クラブが、地域に密着した最大の高齢者の組織である特徴を活かし、地域での支え合いに力を発揮し、地域の期待に応える取り組みを進めましょう」と挨拶をされました。



続いて、表彰・来賓祝辞のあと、「日本一の健康長寿県構想」と題して尾崎正直高知県知事から特別記念講演がありました。



なお、受賞された団体・個人の方々は次のとおりです。〈敬称略〉

高知県知事表彰

◎浮津長寿会（室戸市）

長年にわたり市老連の役員を送り出すなどしてリーダー的なクラブである。定期的に合唱活動を行うことで、会員の健康と生きがいづくりに役立っている。

◎多ノ郷駅前友和会（須崎市）

地区住民や地区老連と連携し、長年近隣の保育・小中学校などへ手作りの竹箒や雑巾を寄贈し、ふれあい交流を続け、地域での清掃活動など社会奉仕にも積極的に取り組んでいる。

◎貝塚じょうもんクラブ（宿毛市）

歌謡体操を月2回続けて、会員の健康づくりに役立っていることや、交通安全講習会へ度々参加し、会員の交通安全の意識づけができている。

◎江川崎老人クラブ寿会（四万十市）

地元の川崎小学校とも常に連携をとり、「子ども見守り隊」として地域の中で子ども達を見守り、昔遊び体験や交流、門松の提供などを続けて、高齢者の力を発揮している。

◎手結山高齢者クラブ（香南市）

住吉神社の境内及び拝殿の清掃を春の大祭前日と年末の2回実施している。また、地区集会所の周囲の草引きや清掃を年3回、震災慰霊碑周辺の清掃を毎年8月15日に行っている。

◎中栄老人クラブ（香美市）

竹箒や雑巾を作成し市内の小・中学校や施設などに配布する活動を長年続けており、社会奉仕が地道につづいている。また、ゲート

ボール教室を週1回、年間60回開催し、会員同士の交流と健康づくり・生きがいづくりに貢献している。

◎錦野老人クラブ（黒潮町）

単位老人クラブの活動が低調気味のなかで、非常に地道な活動を計画的・継続的に実施している。

また、老人クラブの諸行事には必ず出席し、学習に健康づくりに務めている。

県老連会長特別表彰

山本 榮美（室戸市）
仲田 豊道（安芸市）
山内 豊（安芸市）
岡松総一郎（安芸市）
野町 広美（安芸市）
谷 幸三郎（南国市）
溝渕 末廣（南国市）
土居 恭一（南国市）
藤田 竹美（須崎市）
永富徳次郎（宿毛市）
黒石 富三（宿毛市）
中野 輝男（土佐清水市）
岡谷 秋穂（土佐清水市）
角田 良平（土佐清水市）
織田 時雄（土佐清水市）
岩井 幸康（土佐清水市）
中根 順一（香南市）

「集え！競おう！
ろうれんピック
2010」終わる

スポーツ交流大会「ろうれんピック」が、昨年9月9日、同30日にそれぞれ高知市・県立春野総合運動公園と黒潮町・土佐西南大規模公園の2ヶ所で開催されました。優勝チームは下表のとおりです。

秋友 喬夫（香美市）
西内 政巳（香美市）
常石 立夫（香美市）
高田 禎（香美市）
畠山 幸一（本山市）
越智 鹿江（いの町）
吉永 強（仁淀川町）
西森 徳喜（仁淀川町）
矢野 今世（佐川町）
永田 益猪（佐川町）
北添富美子（佐川町）
藤本 勝子（佐川町）
吉井 保雄（佐川町）
森田 龍義（佐川町）
吉岡 昭英（日高村）
松岡 秀直（日高村）
川田 亀藏（津野町）
柴田 貞子（四万十町）
小松 小浪（四万十町）
宗崎 護（四万十町）

種 目	ベタシク	グラウンド・ゴルフ	ゲートボール	ダーツ	フロッカー	シャフルボード	ワナゲ
県立春野総合運動公園	佐川サンサン（佐川町）	わしおクラブA（高知市）	高知ファミリー（高知市）	稲吉A（南国市）	稲吉B（南国市）	稲吉E（南国市）	稲吉A（南国市）
県立土佐西南大規模公園	土佐清水竜串（土佐清水市）		黒潮フレンド（黒潮町）	せっちゃん（梶原町）	津野町西支部（津野町）	元気チームA（中土佐町）	元気チームB（中土佐町）

※ 土佐西南大規模公園のグラウンド・ゴルフは悪天候のため中止

老人の日・老人週間
健康・友愛・奉仕活動

9月15日の「老人の日」から21日までを「老人週間」と制定しています。県内の市町村老連でも多くの取組みが行われましたので一部をご紹介します。

健康

ノルディックウォーキングで楽しく健康づくりを（本山市老連）

昨年9月17日に本山市老連では、9クラブ27名がノルディックウォーキング教室を開催しました。

ノルディックウォーキングはスキー用ポールを使った歩行運動で、季節を問わず誰でも簡単に始められ、下半身だけでなく上半身の筋肉など全身を使うスポーツです。

講師による講習の後、老人クラブ活動アピールも兼ねて屋外ウォーキングを行いました。

友愛活動
地域ぐるみで支え合い
（香南市老連）

私たち赤岡地区高齢者クラブでは、80歳以上の独居会員宅に、地区役員が訪問し、ちらし寿司やお花などの手土産を持って安否確認をしています。

また、お天気の良いい日には、一緒に散歩をしたりして、楽しい時を過ごしています。

奉仕活動

地域をきれいな明るい町に
（四万十町老連）

下津井老人クラブ長寿会には神社やお寺などを清掃し、集落周囲をウォーキングを兼ねながら、空き缶拾いをし、最後に集会所の掃除を行いました。

元氣もんが元気を分けに行っている！
 合宿開催のきっかけは、3年前のある酒の宴で、「なんで単位クラブは活動が進めれんのじゃろう」「人も減ってきたり、どうしたらえ

老人クラブふれあい合宿を通じて

健康づくり

仲間づくり

地域づくり

クラブ活動紹介

「いわからんがやないです？」「そうか：細かいところまでは外のものにはわからんきのう」そこで、別の単位クラブ会長から「鮎がどつさり獲れたんやけど」「よっしゃ、その鮎で飲み会をしよう」「会長、どうせやるがやったら地域に入っで、みんなあで食べて、お話しする機会を創つたらどうです」「そりやあえい！みんなあで元氣のないところへ行つて、元氣のおすそ分けをしに行こう！」この話を持ち帰り、後日役員会で実施に向けて話し合い、1泊2日のふれあい合宿がはじまったのです。

今年のふれあい合宿

今年、南川地区で実施しました。地元の老人クラブ会長からは「南川に來たたちなんちゃあできんで。なんせ人がおらん、もう南川地域は大体終わりじゃき」というお話しがありました。役員会ではこの話を受けて、南川地域で14年ぶりとなる運動会と交流会を計画しました。当日は、ゲストとして昨年度研修旅行でお世話になった別府市老連事務局、高知県老連事務局の方々も参加をしていただき、総勢55名と南川地域の人口とほぼ同数の参加者が集まった運動会は、大盛り上がり！地元の方からは

「こんなに楽しいのは久しぶりじや」と言う声がありました。



運動会の後は皆さんお待ちかねの交流会！

野菜や猪肉や鰹、ハチの子や鮎：とたくさんの食材を会員が持ち寄り、みんなで一緒に料理をしました。また、食生活改善推進協議会の協力を得て、料理講習会も開催し、食べきれないほどのご馳走が出来上がりました。楽しい交流は夜遅くまで続き、次の日の朝、掃除をしたあと解散し、合宿は大成功に終わりました。

実は与えられていたのは…

合宿会場は旧南川小学校跡地に建てられたもので、以前来た時にはグラウンドは荒れ、周囲には雑草が茂っていました。合宿前日、

運動会の準備に会場へ行くと、荒れたグラウンドはきれいな砂が敷かれ、周囲の雑草はもちろん、好き放題伸びた木はきれいに剪定されていました。「えいひきべちやつたわよ。合宿がなかったらこんなことができることもなかったろうき」地元の老人クラブが事前に数日かけて会場のまわりを整えてくれたのです。「もう何もできん」と話していた老人クラブが、よそから人が来るということ、話し合い、集まり作業をしてくださったのです。元氣をおすそ分けに行くはずが、実は元氣をいただいたのは、自分達のほうかも知れません。

最後に…

単位クラブ活動を支援する立場の私達町老連は、既存の事業を当たり前のように消化することではなく、疲弊したクラブや会員の声をしっかりと受け止め、十分に話し合った上で、事業に反映させていくことが重要だと思っています。

事務局として、このふれあい合宿を通じて思いをつなぐことの大切さ、共感し協働すること、そして交流することの大切さを改めて学ぶことができました。

土佐町老人クラブ連合会

事務局 上田 大

県からのお知らせ

日本一の健康長寿県構想について

全国的に少子高齢化が急速に進んでおり、その中であって本県の高齢化のスピードは全国に10年先行しています。こうしたなか、県では、昨年2月に県民の皆様が健康やかで心豊かに、支え合いながら生き生きと暮らしていくことのできる県づくりを目指して「日本一の健康長寿県構想」を取りまとめました。

この構想では、「県民自らが病気を予防し、生涯を健康に暮らす」「県民とともに医療環境を守り育てる」「ともに支え合いながら生き生きと暮らす」「高知型福祉」の実現を3つの柱にして、取り組んでいます。

今回は、その3つの柱に沿って、概要をご説明します。

1. 県民自らが病気を予防し、生涯を健康に暮らす

本県は40歳代、50歳代の働き盛りの方の死亡率が全国に比べて高いため、市町村とともにがん検診などの定期的な健康診断をしっかり受けていただくよう取り組んで

おります。皆様方の受診はもちろんのこと、ご家族、ご近所へのお声掛けも積極的に行っていただきますようお願いいたします。

2. 県民とともに医療環境を守り育てる

県内では、若手医師が減少するとともに、病院、診療科が県中部に偏在しているという状況があるため、医師確保対策として、昨年4月に「高知医療再生機構」を立ち上げ、県のほか高知大学医学部、医師会、市町村、医療機関など関係機関の力を結集して、医師のキャリア形成や専門医の資格取得など、若手医師にとって魅力ある環境づくりに他県に先行して取り組んでいます。また、救急医療体制を整備するため、高知医療センターにドクターヘリを導入することとしました。

3. ともに支え合いながら生き生きと暮らす「高知型福祉」の実現

高齢者、障害者のサービスの課題として ①地域での支え合いの力も弱まってきているうえに、国の全国一律の介護や障害福祉の制度サービスだけでは、必要なサービスが行き届かなくなっていること ②今後ますます、人口減少、高齢化が進む中で、誰もが住み慣れた地域で、いつまでも安心して

暮らしていくための福祉サービスを、いかに確保していくかということが大きな課題となっています。このため県では、こどもから高齢者、障害者など、すべての県民の皆様が、住み慣れた地域で安心して、ともに支え合いながら生き生きと暮らすことができる地域づくりを推進するとともに、これまでの福祉という概念を超えて、本県の中山間地域等の実情に即した、新しい福祉の形を地域、地域で作りに上げていく「高知型福祉」の実現を目指した取組を進めています。

その一つとして、平成21年度から、これらの福祉制度サービスの隙間を埋め、こどもから高齢者の方まで、年齢や障害の有無にとらわれず、小規模でありながらも一箇所が必要なサービスを受け、ふれあうことのできる「あつたかふれあいセンター」を整備しています。多くの市町村の賛同もいただき、22年12月現在で、30市町村39か所で取組が行われています。

また、高齢になっても住み慣れた地域で、いつまでも元気で暮らしていくことができるよう、介護予防や健康づくりに住民の方々が自ら取り組んでいただくための仕組みづくりや社会参加・地域貢献活動を通じた生きがいづくりに、

取り組んでいます。介護予防については、取り組みやすい運動方法や栄養バランスの良い食事例などを検討のうえ、わかりやすい形で介護予防手帳として作成し、高齢者の方々に広げていきます。

さらに、平成25年には高知県においてねんりんピックを開催することとなっています。これを契機に、それぞれの地域でさらに高齢者の健康づくりや生きがいづくりの活動が盛り上がりそうです。皆様方のご協力をよろしくお願いいたします。

なお、「日本一の健康長寿県構想」はインターネットでもご覧いただけます。詳しくお知りになりたい方は、県庁高齢者福祉課にご連絡ください。

【連絡先】

TEL088-823-9627

お詫びと訂正

平成22年9月1日発行の第一面に掲載の(財)高知県老人クラブ連合会評議員名簿の中で笹岡四郎(津野町)とあるのは谷添順一の誤りでしたので、訂正してお詫び申し上げます。

味わうホテル

オリエントホテル高知グループ



オリエントホテル高知
高知県高知市升形5-37
Tel. 088-822-6565

吉萬
KICHIMAN

和風別館 吉萬
高知県高知市北本町2丁目1-22
Tel. 088-885-3311

Auberge Tosayama

オーベルジュ土佐山
高知県高知市土佐山東川661
Tel. 088-850-6911



木の香温泉
高知県吾川郡いの町桑瀬225-16
Tel. 088-869-2300

auberge 内子
オーベルジュ内子
愛媛県喜多郡内子町五十崎乙485-2
Tel. 0893-44-6565

団体・グループ 無料送迎いたします(要予約)

Kagamigawa

高知自動車学校

〒780-0945 高知市本宮町223
TEL 088-844-3188 FAX 088-840-0303

高齢者講習随時受け付け中!



20周年記念 四国「ホテルレオマの森」

高知県老人クラブ連合会
会員様特別ご優待

天然温泉1泊2食

365日同一価格 大人3名1室利用なら1名様

7,800円

※入湯税150円別 ※2名1室利用は9,800円

期間限定
平成23年2月1日～6月30日

20種類のお風呂を満喫

和室・洋室
選べます。

平日・日曜日宿泊者限定

お一人様
2名様

お孫さんが喜ぶ!
プレゼント付

ご宿泊者の方全員に
NEWレオマワールド
遊園地無料
入園券進呈!

※月曜日が祝日の場合を除く

豪華!!和洋中70種の
味覚が食べ放題
夕食・朝食はバイキング
ソフトドリンク・デザート食べ飲み放題!!

さらに
特設
コーナー
にて

1月～3月は 節 物語り開催!

車で
約15分

レオマに泊まって
金比羅参り!



大江戸温泉物語

ホテルレオマの森

〒761-2405 香川県丸亀市綾歌町栗原西40-1
http://www.reomanomori.com

ご予約お問い合わせ

※ご予約の際、老人クラブ名をお伝え下さい。

0877-86-5588