

平成27年1月号 第195号

よさこいクラブ高知

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



オオバアサガラ（木の花）
（撮影：土佐市老連 萩野善久）

迎春



高知県老人クラブ連合会

会長 加藤 美代治

皆さん、明けましておめでとうござい
ます。

今年は例年より冬將軍の到来が早く、
厳しい寒さが続きそうです。風邪など引
かないように健康管理には特に注意をし
ていただきたいと思います。

昨年度は会員増強運動への取組みをは
じめ、元気ハツラツ交流会や女性委員会
20周年記念大会など多くの会員のご尽力
により楽しい活動ができました。

来年は、16年ぶりに高知市老連も再加
入し、会員数も約7千人増加します。こ
れを機に会員増をはじめとして一層充実
した活動を県下全域で行ってまいりたい
と思います。

皆さんのこれまで以上のご支援ご協力
をよろしく願います。

100万人会員増強運動「高知県の目標決まる」

26年～30年度5カ年計画

1クラブ10人増への挑戦 ～誘い合うことから始めよう～

全国の老人クラブでは今年度より5年間、100万人会員増強運動が開始されました。

県老連でも会員数3万5千人を目標に各単位クラブで10名増を目指し取り組むことになりました。

県内で取り組まれている事例を紹介します

「勧誘から始めよう」

《室戸市老連》

複数の会員が訪問し勧誘することで成果を上げています。

何人かで行くと、中には顔見知りの人もいて相手も断りづらいことや話の幅が広がるのが結果に結び付いています。



「クラブをPRしよう」

《土佐市老連》

ハイキングに誘うことにより会員増につなげています。

若手や元気な高齢者にとって魅力のあるスポーツやレクリエーションをクラブ活動に取り入れることによって入るきっかけをつくり、1単位クラブが新設されました。



土佐市老連
ハイキング（天狗高原にて）

《南国市 西部千寿会》

公民館行事の後、地域の方との親睦会を開きます。その際未加入の方にボウリング大会やビアガーデンなどへの参加を呼びかけ、老人クラブの楽しさを知ってもらいます。

その結果今年は若手会員10名の加入がありました。

また会長が60代ということもあり、同年代が入りやすく幅広い年代が活動しやすい場となっています。

「クラブをつくろう」

《黒潮町 鈴地区》

会長さんは在職中に地区の高齢者が外へ出ていく機会を失ったことを大変残念思い、退職して60歳になったら老人クラブを復活させようと考えていたそうです。

一人で地区を一軒一軒賛同者を募ってまわり、40人の会員を集めてクラブが復活しました。



須崎市フレッシュクラブ
サロン風景

《須崎市 フレッシュクラブ》

元々地域サロンの世話人として活動していた会長さんが老人クラブでサロンをつくりたいという思いから若手のメンバーを集めて復活しました。

第54回 高知県老人クラブ大会開催

第54回高知県老人クラブ大会を11月7日にふくし交流プラザで開催しました。

県内各地より約300人の老人クラブ関係者が出席しました。

受賞された団体・個人の方々は次のとおりです。

高知県知事表彰

◎斧積老人クラブ

平成17年に「元気村おのづみ」を立ち上げ、会員一人一人の健康づくりや支え合いを深め、孤立を防ぐことや研修会や奉仕活動を通じて、生きがいづくりにつながる活動に取り組んでいます。

主な活動としては、地域での5大まつり、健康づくり教室や清掃活動などの行事を通じて会員の交流を深めたり、一人暮らし高齢者宅訪問を行うとともに地域のサロンとして月1回の喫茶を開店し、地区内外から

多くの人が参加するなど、中山間地域における地域コミュニティのモデル的取り組みとして注目されています。



月に1度の喫茶店
“斧積モーニング”

県老連会長表彰

◎役員功績者

久保澄恵	桑野輝實	山本俊暢	中尾香代	笹岡亀意	堅田幸子	堅田啓一	田村富子	正木茂栄	川村博	川添利英	近森亮	中屋憲夫	大前寿美子	岡崎房子	門田栄子	池田清子	川久保郁子	川村万亀恵	岸野幸四郎	町田益子	下村堯基	平石了	井上範子	水田信一
(室戸市)	(室戸市)	(南国市)	(南国市)	(須崎市)	(須崎市)	(須崎市)	(四万十市)	(四万十市)	(四万十市)	(四万十市)	(香南市)	(香南市)	(香南市)	(香南市)	(香南市)	(香南市)	(香南市)	(奈半利町)	(田野町)	(北川村)	(大豊町)	(大豊町)	(いの町)	(いの町)

◎会員功績者

藤野嘉秋	西森孝四郎	森野亀清	藤岡明	岡添輝男	片岡妙	山本楠狭	西森兼益	岩崎美穂子	保川保	三本敏夫	戸田忠義	岡本利一郎	橋本スミ子
(仁淀川町)	(仁淀川町)	(中土佐町)	(佐川町)	(佐川町)	(佐川町)	(越知町)	(津野町)	(津野町)	(津野町)	(津野町)	(津野町)	(四万十町)	(四万十町)

◎優良老人クラブ

山北地区高齢者クラブ	森地区老人クラブ	本郷中部老人クラブ
(香南市)	(仁淀川町)	(日高村)

◎会員増強老人クラブ

伊野第7長寿会
(いの町)

◎特別功労者

山嶋 丈
(北川村)



受賞者代表謝辞
(室戸市 久保澄恵さん)

高知市老連 27年4月から県老連に

高知市老人クラブ連合会がこの4月から16年ぶりに高知県老人クラブ連合会に加入することになりました。

再加入については、地域文化伝承館と一緒に行動したことが大きなきっかけとなりましたが、会員減や組織率低下が深刻化している現状を考えた場合、これからはお互いが力をあわせて老人クラブ発展のため努力していくことが重要との認識で一致したためです。

県老連大会では全老連の齋藤常任理事立会いのもと調印式を行い、再加入とこれからのお互いの協力を約束しました。

調印式



全老連齋藤常任理事と高知市老連川村会長と県老連加藤会長との固い握手

第43回全国老人クラブ大会

昨年11月12日・13日の2日間、大分県別府市において第43回全国老人クラブ大会が開催されました。

全国から1、600名余りの老人クラブ会員が集まり、本県からは加藤会長はじめ12名が参加しました。

今回から「演じる活動」を新設し、舞踊やファッションショーなどこれまでとは異なる面からの活動発表となりました。手作りの衣装や工夫を凝らした華やかなステージとなり会場は熱気に包まれました。



今年は静岡県で開催され、演じる団体の募集をしています。日頃の活動を全国にPRしたい団体は応募してみたいかがでしょうか。

大会2日目は、表彰式典が行われ本県からは次の方々が表彰されました。(敬称略)

◎育成功労表彰

加藤 美代治 (いの町)
松本 昭英 (田野町)

◎優良老人クラブ表彰

田井なでしこ老人クラブ (土佐町)

◎優良郡市区町村老連表彰

室戸市老人クラブ連合会

第53回四国老人クラブ大会

昨年8月5日、第56回四国老人クラブ大会が香川県で開催されました。

あいにく台風の影響で本県からは参加者10名となりました。

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)

明神 辰子 (梶原町)
永富 鶴美 (宿毛市)

中国・四国ブロック 老人クラブリーダー研修会

昨年7月3日・4日に愛媛県にて平成26年度中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会が開催されました。

分科会では室戸市老連副会長(吉良川老人クラブ末広会西風会会長)の山崎昭八郎さんが「地域支え合い活動の推進と老人クラブの役割」で『重要伝統建造物群町並み保存地域での老人クラブのかかわり』と題して事例発表をされました。毎月発刊の会報「すえひろだより」や合唱団「ロージンズ」、「吉良川町並み音頭」のことなど地域に深く根差した老人クラブであることを紹介されました。



事例発表
山崎昭八郎さん

介護予防ブロック研修会

昨年5月～6月にかけて県内5ブロックで総勢823名が参加して開催しました。

「介護予防くいつまでも笑顔で元気に過ごそう！」のテーマで講師に訪問看護ステーションおたすけまんの理学療法士 岡崎 明美先生が講師となり、講義と実技を行いました。

お家でソファに長時間もたれかかっているかなど普段の座る姿勢を見直すことや自分にあった適度な運動が必要であることなどが説明されました。

実技では片足立ちで1分間行う平衡性の確認や各部位を使ったストレッチを時間をかけてじっくり行いました。皆さん汗を渗ませながら最後まで真剣に取り組んでいました。

後半は各ブロックの女性委員などが企画した活動発表を行いました。

普段行なっている体操の披露や事例発表、また寸劇では認知症の人との接し方について、夕方になり落ち着かない認知症の方がいればどのように対応したらよいかなどを分かりやすく演じました。



認知症の人との接し方について寸劇



ブロック別リーダー研修会

昨年7月から9月にかけて県内5ブロックに分かれ総勢401名が参加者して開催しました。

テーマは、「こうすれば会員は増える！そのやり方教えます」で、県老連会長・副会長・事務局長が講師となりました。会員増のためには楽しいクラブづくりがリーダーの役割で大事なことを話をしました。

会場からは会員増となった取組などが発表され、どの会場も熱心に研修を終えました。

講義終了後は会員による寸劇で最近の特殊詐欺について巧妙な手口を時折笑いも交えながら分かりやすく演じました。



特殊詐欺の手口を寸劇で

リーダー養成研修会

昨年11月27日に高知市春野文化ホール「ピアステージ」で開催し、50名が参加しました。

テーマは「みんなに聞いてほしいクラブを見違えるほど元気にする話」を昨年度に引き続き鬼澤慎人先生が楽しくお話してくださいました。

講義内容のポイントは次のとおりです。

★いい組織をつくる六か条

- ・ 明るい、楽しい、得をする、徳のあるところに人は集まる
- ・ 人の悪口を言わない、いない人を褒めよう
- ・ リーダーは雰囲気作りが大事、笑顔で前向きに元気の出る話をしよう
- ・ リーダーは会員に常に声を掛けよう
- ・ リーダーは会員の行動を「して当たり前」と考えてはいけない
- ・ リーダーはありがとうでつながっている組織をつくらう



若手の力で 新しいクラブづくりを

若手リーダーの育成と新しい行事づくりを目的に複数の市町村老連が参加できる取組みを始めました。



土佐市老連ではハイキング、ゴルフ大会、ボウリング大会を企画し、実施に当たっては他の市町村にも声を掛け、参加者を募りました。

この結果、ハイキングには4市町から52人、ゴルフ大会には4市町から34人、ボウリング大会には5市町から32人の参加者があり、老人クラブへの参加者が増えるなどのうれしい効果が表れました。

同様の取組みは、安芸市老連で地引網体験や四万十町老連での海岸でのサバイバル活動を行っています。が、どちらも多数の参加があり大盛況でした。きつとこうした活動が定着すれば若い会員の入会も増えてくると確信しています。

第3回 元氣ハツラツ交流会

昨年8月28日春野ピアステージで元氣ハツラツ交流会を開催しました。

当日は出演者154人、観客343人が集まり、歌あり踊りありの15の演目が熱演され、出演者、観客とも大いに盛り上がった1日となりました。

開催にあたっては、今年度も企画から運営まで23名の若手委員さんと女性委員さんが積極的に関わっていただきました。

また、大塚製薬さんの後援により、熱中症対策についてのお話を聞き、ポカリスエットイオンウォーターが全員に提供されました。



女性委員会設立20周年記念大会

昨年12月17日ふくし交流プラザで女性委員会設立20周年記念大会を開催しました。

20年間の活動を振り返るとともに、女性委員会発展に功績のあった会員の表彰や女性委員の活動の発表、演じる発表、漬物コンテストが行われ、参加した200余名の会員が楽しいひとときを過ごしました。



表彰者は次のとおりです。

永富 鶴美 (宿毛市)
西森 律 (南国市)
狩野 良子 (いの町)
明神 辰子 (梲原町)

漬物コンテスト おふくろの味に舌鼓み



漬物コンテストでは10品の出品があり、参加者が出品された漬物を味わいながら投票しました。

入賞者は次のとおりです。

優勝

浜田 武子 (中土佐町)

『奈良漬』

2位 ご飯がススムで賞

谷岡 壽満子 (室戸市)

『大根のハリハリ漬け』

3位 お酒がススムで賞

松本 孝子 (安芸市)

『チャーテの酢漬け』

出品の皆さん

ありがとうございました。



スポーツ交流大会「ろうれんピック」が昨年10月8日と同24日の2日間、県立春野総合運動公園と土佐西南大規模公園の2ヶ所で開催されました。

集え！競おう！ ろうれんピック2014



スポーツ吹矢



ワナゲ

優勝チーム

会 場	県立春野総合運動公園	県立土佐西南大規模公園
ペタンク	ゆうゆうクラブ（高知市）	上田の口わかばA（黒潮町）
グラウンド・ゴルフ	個人の部 岡林 勉（安田町）	個人の部 小神田 肇（三原村）
	団体の部 野市クラブA（香南市）	団体の部 三原村A
ダーツ	稲吉B（南国市）	錦野老人クラブ（黒潮町）
フロッカー	稲吉A（南国市）	元気チームB（中土佐町）
シャフルボード	稲吉B（南国市）	元気チームA（中土佐町）
ワナゲ	里改田（南国市）	元気チームA（中土佐町）
スポーツ吹矢	個人の部 今本 孝資（安芸市）	個人の部 川田 静恵（津野町）
	団体の部 稲 吉（南国市）	団体の部 津野町西支部

高知の輝くシニア大賞を 2人が受賞

今年度新設された高知県社会福祉協議会主催の「高知の輝くシニア大賞」に土佐清水市老人クラブ会長の弘田浩三さんが「大賞」に、室戸市老人クラブ末広会会長の山崎昭八郎さんが「いごっそう賞」に選ばれました。

弘田さんは、斧積地区で10年を超えて地域のリーダーとして、地域づくりの在り方の模範となる活動を行い、地域の活性化に取り組んだことが評価されました。

山崎さんは日本画、工芸、染め物等様々なジャンルで秀でた才能を持っていることに加えて、地域おこしの音頭をつくるなど、その才能により地域に貢献しています。



室戸市吉良川町並み音頭



老人クラブ活動のPRのために「のぼり旗」をつくって市町村に配布しました。活動中はこれを掲げPRに努めましょう。

お問い合わせ先
南国市 久礼田老人クラブ
会長 村上 泰俊
電話 088-862-3581まで

試した方たちは痛い！とか、気分爽快とか、楽しみながら歩いています。一般の方にも開放していますので、是非ご利用ください。利用したい方は事前に連絡をお願いいたします。



足ツボ歩道で健康増進！

南国市久礼田老人クラブでは、久礼田老人憩いの家に足ツボ歩道を設置しました。会員はもとより、地域の方々に開放し役立つことを目的に設置されたもので後世の人にも利用されることを願っています。



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

老人クラブ傷害保険

日常生活中で高い事故率

(老人クラブ活動中以外の事故)

普通傷害保険事故率の

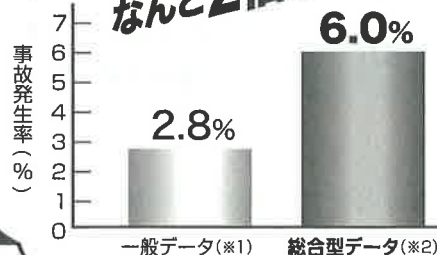
2倍以上になる **6%**

(※1) 普通傷害保険被保険者中の被害者比率(平成23年損害保険料率算出機構統計集より抜粋)

(※2) 事故データ提供: 東京海上日動火災保険(株)

えっ!!

なんと2倍以上



総合型

〈クラブ活動型〉+〈24時間型〉

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 3,500円・5,000円・10,000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・1,000円・2,000円



公益財団法人 全国老人クラブ連合会

〒100-8822 東京都千代田区麹が関3丁目6-14 三久ビル1階102号

加入申込書等、資料請求先

専用FAX 03-3597-8767

お問い合わせ先

保険保

受付時間 9:30から17:00まで(土、日、祝祭日、年末年始除く)

03-3597-8770

〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社
TEL.03-3597-8769

〈引受保険会社〉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)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/>)でもご確認いただけます。

13-T-03781-1 平成26年8月作成