

平成28年3月号 第197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



仁淀川町の秋葉祭り（毎年2月11日） 撮影：小崎 淳

ご挨拶



高知県老人クラブ連合会
会長 鈴木 彬夫

県老連活動が28年度を迎えます。新年度を迎える第一歩は「28年度事業計画」の作成です。前年度の活動結果を評価し、積み残しせざるを得なかった問題点と新年度の新たな社会的要請に応える諸課題を事業計画に織り込む作業です。

その「28年度事業計画」が理事会、評議員会で承認されました。是非目を通して頂きたいと思います。新年度事業計画について2点だけ述べさせていただきます。

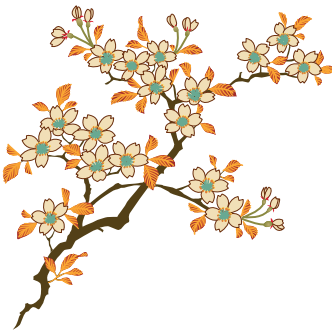
一つは「会員の増強」です。

誰のためでもなく、自分のための増強運動と考えてもらえばと思っています。花壇の清掃は少人数で行えばしんどい仕事ですが、人数が多くなればなるほどおしゃべりの場、団らん場になりしんどさを忘れさせてくれます。

多くの仲間にあえば、違った考え

方、やり方、異なった世界が自分の前に広がり自分の視野を広げてくれます。高齢者・若手・様々な年齢層が集まれば多様な活動の出来るクラブが誕生すると思っています。

二つ目は「地域支援活動を進める人」になることです。言葉が固いので言い換えますと、お互い助け合って生きていく人間の一人になることです。元々人間は互いに支え合っているしか生きられない動物です。かつては、血縁、地縁の互助で暮らしていましたが、その縁も薄くなり、その薄くなった分新たな縁を作らなければ生きてゆけません。その新たな縁を作る作業が老人クラブ活動の大きな柱です。これも自分が幸せに生きてゆく為の活動であると共にクラブの存在感を高める重要な作業です。高齢者の特権は「全て自分のため、自分の人生を豊かにするため」が許されることだと思っています。その特権を大いに生かしてゆきましょう。



平成28年度 6つの重点取り組みが決まりました。

一、1クラブ10人の会員増に取り組もう！

全老連の会員増強運動に呼応して、平成30年度までに会員数3万5千人を目標に取り組みを進めています。

目標を達成するためには、高知市と大月町が加入したことで8,500人の増となりましたが、それでも3,000人の会員増に取り組まなければなりません。

26年度の取り組みの結果を見ると、目標を達成することはできませんでしたが、減少割合がそれまでより少なくなり、会員の増加につながった老連があるなど一定の成果も見えています。

クラブのPRや勧誘を行い、会員増を目指すとともに、解散クラブ防止に取り組み会員増を達成しましょう。

二、老人クラブも介護予防や生活支援の担い手になろう！

介護保険制度が改正され、全国一

律であった要支援者に対する訪問介護などの給付が見直され、老人クラブも介護予防や生活支援の担い手となることができるようになりました。

この制度への移行は、平成29年4月までの間に行われますが、まずは市町村で行われる協議の場に市町村老連会長も参加し、老人クラブも事業主体となりえることをPRしていきましょう。

これまでの経験を活かし、介護予防、生活支援の担い手として認められるよう、市町村に積極的に働きかけましょう。

また、新地域支援事業に取り組むことで、クラブの活性化を図り、会員増強運動にも弾みをつけましょう。県老連では、担い手の養成を行うとともに、これに取り組み意向がある市町村老連については、事業実施に向けて支援を行います。

三、高知市老連等の加入を県老連全体の活性化につなげよう！

高知市老連と大月町老連が県老連

に加入したことで、ブロック単位の研修会は、開催箇所を増やし、新たな会員も参加しやすい環境づくりに努めてきました。

これからも、多くの方がイベントに参加しやすいあり方を検討していくことが必要です。

また、相互に交流することにより、県老連全体として組織力を高めるとともに、活動の内容と質を高め、会員の満足感が得られるよう取り組みます。

四、健康づくりと介護予防を推進しよう！

これまでキャラバンメイトと健康づくりリーダーの養成に取り組んできましたが、さらに知識を高めていただくとともに、新たな人材の養成にも努めていきます。

また、こうした方々が地域で認知症に対する啓発や健康づくり活動に関わっていくきっかけづくりとなる委託事業を行います。

五、若手高齢者広域スポーツ等交流大会を開催しよう！

企画から運営まで若手委員が主体となっており、複数の市町村老連が参加できるスポーツ大会等の開催を支援していきます。

ハイキング、ボーリング、ゴルフ大会の他、文化的な取り組みなど若手高齢者の活動の場を広げる効果があるとともに、複数の市町村老連の広域的な交流と会員増にもつながっています。

六、若手・女性委員の活動の場を一層広げよう！

「元気ハツラツ交流会」と「はちきん大会」は多くの方が参加し、会場と一体となって盛り上がった素晴らしい大会となりました。

大会が成功裏に終わったのは、若手・女性委員による企画と準備、自分たちによる自主的な運営によるものであり、その企画力と行動力は着実に向上しています。

今年度もこうした交流会や研修会を通じて、これからの県老連の活動の基盤となる人材を育てていきます。

会員の皆様が参加できる行事

一般の方の参加も歓迎です。お誘い合わせの上参加をお願いします。

単位クラブ会長など現在リーダーとして活躍している人、将来活躍が期待される人

○ブロック別リーダー養成研修会

- * 安芸 8月30日(火) 安芸市
- * 中央東 9月 5日(月) 本山町
- * 中央西 9月 9日(金) 土佐市
- * 幡多 9月中旬 四万十市
- * 高幡 11月上旬 梶原町
- * 高知市 11月中旬予定

○ブロック別新任会長研修会

- * 中部 6月30日(木) 県立ふくし交流プラザ(高知市)
- * 東部 7月20日(水) 田野町老人福祉センター
- * 西部 7月27日(水) 黒潮町保健福祉センター

○介護予防ブロック別研修会

「高齢者に多い睡眠障害」と「運動機能向上」をテーマに講演を行います。

- * 中央東 5月 16日(月) 南国市保健福祉センター
- * 高知市 5月 23日(月) 高知県立ふくし交流プラザ(高知市)
- * 幡多 6月 8日(水) 土佐清水市立市民文化会館
- * 中央西 6月 13日(月) いの町総合保健福祉センター
- * 高幡 6月 28日(火) 津野町役場西庁舎
- * 安芸 7月 5日(火) 北川村民会館

その他のイベントや大会等

○第58回四国老人クラブ大会(高知開催)

- * 8月 3日(水) 三翠園(高知市)

○はちきん大会

- 1月12日(木) 県立ふくし交流プラザ(高知市)

○第5回元気ハツラツ交流会

- * 8月25日(木) 高知市春野文化ホールピアステージ

○第56回高知県老人クラブ大会

- 11月17日(木) 県立ふくし交流プラザ(高知市)

◆中四国ブロックリーダー研修会

- 7月13日(水)~14日(木) 香川県

◆全国老人クラブ大会

- 11月9日(水)~10日(木) 富山県

※日程・会場は都合により変更する場合があります。

第55回

高知県老人クラブ大会開催

第55回高知県老人クラブ大会が昨年11月13日に県立ふくし交流プラザで開催され、県内各地より約330人の老人クラブ関係者が出席されました。

来賓として、尾崎正直高知県知事、県議会三石文隆議長、県社会福祉協議会上岡義隆会長をお迎えしました。

講演は、「ヘルプマン」の著書で知られる漫画家のくさか里樹先生に「世界最高齢を誇れる国へ」と題して介護現場やこれからの超高齢化社会について話していただきました。

その中で、認知症のため話をしなくなったおばあさんの話がありました。おばあさんの家で介護の方が古い民謡のレコードを見つけ、曲を流してみたとところ、隣の部屋から「あいやうはいはい！」と合いの手を入れるおばあさんの声が聞こえてきたということです。認知症になっても昔の楽しかった思い出を蘇らせることで喜びを感じることができるということでした。



大会式典

この大会で受賞された団体・個人の方々は次のとおりです。

〔敬称略〕

高知県知事表彰

里改田長生会（南国市）
西峰老人クラブ福寿会（大豊町）

県老連会長表彰

◎役員功績者

東山 登（室戸市）
久川 久子（安芸市）

濱渦 亀喜（四十町）	山崎 健正（四十町）	坂本 城輝（津野町）	村田 三喜子（津野町）	高本 康稔（津野町）	尾崎 代美（日高村）	野口 綾子（日高村）	中野 益隆（日高村）	畑山 博信（日高村）	山本 幸子（日高村）	隅田 豊幸（仁淀川町）	鈴木 数秋（仁淀川町）	藤原 勉（いの町）	藤田 榮子（いの町）	山中 兎世（いの町）	井上 洋子（いの町）	安部 庄祐（いの町）	渋谷 正（いの町）	森田 千鶴子（いの町）	北村 久賀代（大豊町）	浜渦 光雄（北川村）	島村 昭（奈半利町）	山本 信子（香美市）	澤田 静子（香南市）	森下 園枝（四十町）	森 泰子（四十町）	新改 敦（四十町）	川下 清喜（宿毛市）	山崎 茂久（宿毛市）	渡辺 勇夫（土佐市）	野川 速美（安芸市）	小松 正里（安芸市）
------------	------------	------------	-------------	------------	------------	------------	------------	------------	------------	-------------	-------------	-----------	------------	------------	------------	------------	-----------	-------------	-------------	------------	------------	------------	------------	------------	-----------	-----------	------------	------------	------------	------------	------------

◎会員功績者

林 三千子（四十町）
松田 晃明（大月町）
松本 兼好（室戸市）
高田 浅七（宿毛市）
竹内 ツネ子（四十町）
豊永 康雄（四十町）
山本 邦夫（四十町）
川添 涉（四十町）
笹岡 マリ子（大豊町）

◎優良老人クラブ

行当光寿会（室戸市）
宇須々木老人クラブ（宿毛市）
清寿会（宿毛市）

◎会員増強老人クラブ

いきいきクラブ平田（宿毛市）
白梅会（宿毛市）
宮木老人クラブ（津野町）

◎特別功労者

湯地 康夫（四十町）
朝比奈 喜世子（黒潮町）



高知県知事表彰

第44回 全国老人クラブ大会

昨年10月28日・29日の2日間静岡県において第44回全国老人クラブ大会が開催され、全国から約1,900名が集まりました。本県からは鈴木会長はじめ9名が参加しました。

大会初日は「支え合う地域づくり」「同世代の連帯・仲間づくり」、「演じる活動（舞台発表）」の3つのテーマに分かれて交流部会が行われ、活発な情報・意見交換がされました。そのうち「演じる活動（舞台発表）」の部会では、リフォームファッションショーや創作劇、新聞紙によるエコファッションショーやコーラスな



どの発表がありました。レベルの高い各団体の発表に会場から惜しみない拍手が送られ、日頃の練習の成果を讃えていました。



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

弘田 浩三（土佐清水市）
福永 富守（中土佐町）

◎優良老人クラブ表彰

錦野老人クラブ（黒潮町）

◎優良老人クラブ連合会表彰

土佐市老人クラブ連合会

◎永年勤続表彰

山本 佳史（越知町）

これまでの老人クラブ活動を生かそう！ ～新地域支援事業に向けて～

平成29年度4月までに、要支援者への訪問・通所介護は、各市町村が地域の実情に応じた取組みができる新地域支援事業に移行されます。

新地域支援事業では、高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるために、地域団体や住民参加による支え合いの体制を作ることが必要とされています。

老人クラブでは、これまで声かけなどの友愛活動や介護予防などに積極的に取り組んでおり、新しい地域支援事業と重なり合うところがあります。

老人クラブも新地域支援事業の担い手となるよう、県老連では今年度室戸市、土佐市、土佐清水市の3市で研修会を実施しました。

研修内容には各市の担当者で打合せし、プログラムを組みました。

3～4日間に亘る研修では、介護保険制度の説明や地域の状況、サービス提供者の心得や認知症の方への対応など各講座を専門の先生にお願いしました。

講師で有償ボランティアとして生活支援を行っている「NPOさわやか高知」の三谷 英子会長からはゴミ

だしや犬の散歩、家事支援などの様々な活動内容の紹介がありました。

そして活動する上で最も重要なのは依頼者と提供者をつなぐコーディネーターが的確に判断ができなくてはいけないと言われました。

またグループワークも行われ、今の生活の満足度を指数にしながら、住民主体の活動の進め方について話し合いを行いました。

受講された方からは「自分達の将来の為に地域で見守れる社会を今からつくっておかなければ」という声がありました。

来年度も希望する市町村で開催していく予定です。



地域の活動



「クラブ再始動で ハッピーライフ」

ハッピーライフ仁淀川会
(仁淀川町)

ハッピーライフ仁淀川会は仁淀川町名野川にあり、中津溪谷や天然温泉「ゆの森」で知られています。

会長のなり手がおらず1年半休会していましたが、一昨年の10月に元役員職員の竹内博さんが会長になりました。

クラブ名は名野川長寿会からハッピーライフ仁淀川会と改め、再出発です。

設立時には復活祭を行ったり、小学生との七夕交流会やぶどう狩り、海釣りツアー、紅葉狩りなど皆がワクワクする活動を行っています。

また地区の防災訓練では、これまで参加していなかった会員にも声をかけ、多くの参加者が集まり、日頃からの備えや住民同士の助け合いの大切さを実感されたようです。

活動を活発に行おうとすれば、お金がかかります。そこで運営費をつくるために中津溪谷での紅葉祭りで、



皆でお餅をついて販売したよ！



ゆの森周辺を清掃奉仕活動

餅つきの実演販売を行いました。予想以上の売れ行きで午前中のうちには完売しました。
今後とも、地域と連携を図りながら、活動をさらに充実させていきたいと意欲いっぱいです。

「スローガンは つながり広げ融合 する」

(四万十町)

四万十町老連では昨年9月8日に中土佐町の大野見源流の家にて高幡地区（梶原町、津野町、中土佐町、四万十町）の4町合同で『スポーツと文化と食の祭典』を開催し、130名もの参加者が集まりました。

午前中は押し花や手編みカゴづくり、また四万十川を眺めながらのウォーキング、軽スポーツ体験など様々な体験教室が行われ、参加者は希望する場所で存分に楽しまれています。



素敵な押し花作品の数々

そして昼食には各町の地元食材を使った焼肉、あめご串焼き、ソーメン流し、焼きそば、竹飯などを作り大宴会となりました。

準備には各町の役員、事務局、若手委員が実行委員となり、会場設営、食材仕入、体験教室などの役割分担を行い、隣町同志の連帯感が強まっ



ひろめ市場に負けない賑わいです。



肉奉行が勢ぞろい

たことで、今後の活動にもつながっていくと思います。
次年度は梶原町、津野町の両町連携による事業を実施し、クラブの活性化や若手委員会の組織づくりにますます生かしていただきたいと思います。

女性が主役！ はちきん大会

1月28日に県立ふくし交流プラザにて県老連女性委員会主催の「はちきん大会」が開催され約200名が参加されました。

本大会は昨年、県老連女性委員会20周年記念大会を開催したところ、女性が輝ける場となり大変好評で毎年行うことになったものです。



オープニングは青い山脈から始まり、午前中は『キラリと光る活動発表』で次の5名の方に発表いただきました。

浜田 礼子 (高知市老連)

西岡 ミツコ (田野町老連)
松本 孝子 (安芸市老連)
湯地 黎子 (四万十市老連)
西森 律 (南国市老連)

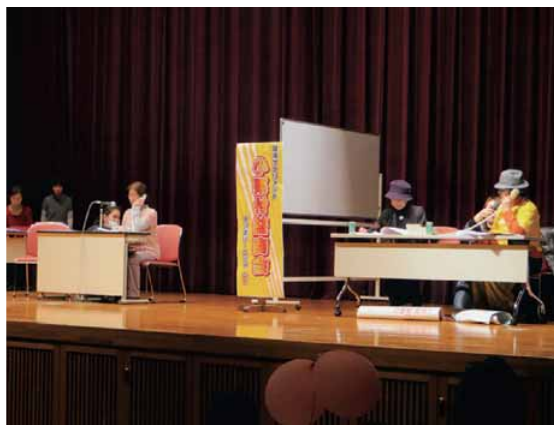
次に「NPO法人訪問理美容ネットワーク ゆうゆう様」に指導いただきながらメイクアップ教室を行いました。

メイクの基本を学んだ後女性会員4名のモデルさんがメイクアップして、着物とウェディングドレスで華麗に登場すると会場からは綺麗！という歓声が上がりました。

お昼休みにはスイーツコンテストが行われ、目にも楽しいお菓子の数々が並びました。



午後には悪質商法詐欺防止を目的に寸劇を3老連に発表していただきました。
アドリブを交えながらユーモアたっぷりの演技で会場を沸かせていました。



最後にはスイーツと寸劇の表彰式を行い、次の方々が受賞されました。



《スイーツコンテスト》

- 1位 松本 孝子 (抹茶ゼリー)
- 2位 坂本 範子 (生姜かん)
- 3位 朝比奈喜世子 (いろいろゼリー)

《寸劇》

ハッスル賞 日高村老連
ろうれんアカデミー賞 土佐市老連
はちきん賞 高知市老連

フィナーレを飾るのは、新聞紙で作ったドレスのファッションショーです。

指導くださった土佐清水市老連と県老連女性委員会と一緒に、「魅せられて」の曲に合わせて優雅に披露されました。



大会名のようにはちきんパワーあふれる女性会員がキラキラ輝く大会となりました。
皆さんご協力いただきありがとうございました。

写真、ハーモニカ、囲碁など
趣味への探究心で元気ハツラツ！



小崎 淳さん
(仁淀川町79歳)

今回本紙の表紙を飾った「仁淀川町の秋葉祭り」の写真は小崎 淳さんの作品です。

仁淀川町内外の自然写真や人物などを撮られています。

小崎さんは写真の他、蕎麦打ち、ハーモニカ、囲碁、ツーリングなど多趣味です。ハーモニカは保育園、老人ホーム、老人クラブ行事など依頼があれば演奏を行われています。老人ホームで演奏すると、過去を回想し、涙ぐまれる方もいらっしゃるそうです。

また4段の腕前の囲碁はインターネットを介して全国各地の人達と対戦を行い、技術をさらに磨かれています。

「今からでもやってみたいものにはとにかくチャレンジして、ストレスをためないことが健康の秘訣」と意欲的で探究心のある小崎さん。

これからの趣味を通してたくさんの人を喜ばせてください。

老人クラブ傷害保険 5つの利点

老人クラブ傷害保険は、団体契約の利点を活かして会員にとってこんな利点のあるケガの保険です。



- ①加入年齢に制限なし
- ②掛金の年齢割増なし
- ③一人でもクラブを通せば加入OK！
- ④いつでも加入OK！
- ⑤とても割安な掛金で充実保障

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



活動型

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（3タイプお選びできます。）
500円・1,000円・2,000円

《補償内容例》

活動型（例 500円タイプ）	
	クラブ活動中
死亡	45万円
入院日額	1,000円
通院日額	650円

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



総合型

日常生活全般のケガを補償します。

年間掛金（3タイプお選びできます。）
3,500円・5,000円・10,000円

《補償内容例》

総合型（例 3,500円タイプ）		
	クラブ活動中	クラブ活動中以外
死亡	136万円	91万円
入院日額	1,750円	750円
通院日額	1,150円	500円