

埼玉県老人クラブ連合会機関誌

平成29年  
7月14日 NO.112

# 彩愛クラブ埼玉

SAIAI CLUB SAITAMA

目次	●女性委員長就任挨拶 内田まさ子／平成29年度 定時評議員会	2
	●平成29年度 第1回理事会／平成28年度 一般会計収支決算報告	3
	●各地区連絡協議会開催報告	4
	●平成29年度 関東甲信越静ブロック老人クラブリーダー研修会	5
	●平成29年度 県老連女性委員会交流研修会	6
	●ワナゲ・マグダーツ普及講習会	7
	●特集「新地域支援事業」について⑦	8-9
	●さいたま市老連 さいたまシニア体力測定／川越市老連第六支部 活動紹介	10
	●さいたま市老連大宮区上小町五月会 活動紹介／ 川越市老連第七支部白扇会 活動紹介	11
	●越谷市老連南団地寿クラブ 活動紹介	12
	●深谷市老連川本地区福寿会 活動紹介／ 北本市老連本町ふるさと会 活動紹介	14
	●元気に活躍する会員さん紹介／編集後記	16





## 就任挨拶

埼玉県老人クラブ連合会

女性委員長 内田まさ子



この度、埼玉県老人クラブ連合会女性委員長に就任いたしました。その責任の重

大さに身の引き締まる思いでございます。前委員長の意向を引き継ぎ、微力ながら女性委員会の活性化に努力して参りたいと存じます。県老連女性委員会の設立にはこれまでの長い歴史と歴代の役員の皆様が女性の資質向上と活躍の場の拡充のため、昭和五十一年に「第一回婦人幹部研修会」を開催し、昭和六十二年に婦人部会活動方針を打ち出し、「婦人部会」が県老連に誕生しました。

また、平成五年「婦人部会」から「女性部」に名称を変更し、平成九年「女性部」から「女性委員会」に名称を変更し現在の活動に至ります。女性委員会の推進にご尽力された歴代の女性役員の皆様に深く敬意を表します。

現在、介護保険制度の見直しにより、市区町村は要支援に対して、平成二十七年から三年間において独自の「新地域支援事業」に取り組み、対応しなければなりません。老人クラブではこれまで、地

域の支援を必要とする会員・高齢者を対象に、声かけ、安否確認、話し相手、ごみ出し、外出支援等の友愛活動に取り組んできました。この経験を活かし、地域の方々と共に要支援高齢者の介護・生活を支え、助け合い、多くの市町村老連が新地域支援事業の担い手として、参画し、会員のみならず、地域の高齢者による支援の輪を広げることが、会員増強運動の成果にもつながるはずで

す。埼玉県老連では「三万人会員増強運動」と題し、この運動を普及・推進しています。老人クラブ会員の六割は女性です。今こそ、女性会員の力を結集し、友愛活動を強化し、女性パワーを加入促進運動に取り入れ、老人クラブの活性化と会員増強運動に弾みをつけましょう。それには、皆様のご協力が必要不可欠です。どうか、お力添えをいただきたく、よろしくお願い申し上げます。

最後に、会員の皆様のご意見やご要望を頂きながら女性委員長として女性委員会の発展のため誠意尽くしてまいりますので、今後とも、ご支援ご協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

## 平成二十九年 定時評議員会

平成二十九年六月二日（金）、彩の国すこやかプラザにおいて定時評議員会を開催しました。

出席者は評議員六名で概要は次のとおりです。

## 議事録署名人

- ・議長 小林 英
- ・評議員 原 伸次
- ・評議員 村田文雄

## ◆第一号議案「平成二十八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「平成二十八年度収支決算について」

原案のとおり承認されました。

## ◆第三号議案「理事の選任（補充）について」

左記の者が選任されました。

谷合傳治（富士見市）、小林順行（嵐山町）、原伸次（川越市）、内田まさ子（川口市）、田村好郎（上里町）、浅見タカ子（寄居町）

## ◆第四号議案「評議員の選任について」

左記の者が選任されました。

廣田勝明（白岡市）、浅見文男（吉川市）、石田準一（越生町）、村田文雄（ときがわ町）、山崎光子（ふじみ野市）、石川みよ子（戸田市）、溪圭一郎（上尾市）、須藤成光（本庄市）、小池勉男（長瀨町）









# 各地区 連絡協議会 開催報告

## 東部地区

平成二十九年五月二十四日(水)  
春日部市総合福祉センター

### 〈講話〉

埼玉県警察本部  
「防犯対策について」

埼玉県高齢者福祉課「行政説明」

### 〈説明〉

県老連平成二十九年年度事業計画等  
〈協議事項〉

①平成二十九年年度友愛実践活動モデル事業モデル市町村老連の選定について

②埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会のアトラクション出演クラブの選定について

③平成二十九年度彩愛クラブ埼玉特別号掲載のクラブ選定について

④平成二十九年年度事業について

⑤その他・意見交換

## 西部地区

平成二十九年五月十五日(月)  
富士見市民文化会館

### 〈講話〉

埼玉県警察本部  
「防犯対策について」

埼玉県高齢者福祉課「行政説明」

〈説明〉  
県老連平成二十九年年度事業計画等  
〈協議事項〉

①県老連理事候補者の選任について

②西部地区連絡協議会副会長の選任について

③平成二十九年度友愛実践活動モデル事業モデル市町村老連の選定について

④埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会のアトラクション出演クラブの選定について

⑤平成二十九年度彩愛クラブ埼玉特別号掲載のクラブ選定について

⑥平成二十九年年度事業について

⑦その他・意見交換

## 南部地区

平成二十九年四月十九日(水)  
彩の国すこやかプラザ

### 〈講話〉

埼玉県警察本部  
「防犯対策について」

埼玉県高齢者福祉課「行政説明」

### 〈説明〉

県老連平成二十九年年度事業計画等  
〈協議事項〉

①県老連理事候補者の選任について

②南部地区連絡協議会副会長の選任について

③県老連女性委員会委員の選任について

④平成二十九年年度事業について

⑤その他・意見交換

## 北部地区

平成二十九年五月三十日(火)  
寄居町中央公民館

### 〈講話〉

埼玉県警察本部  
「防犯対策について」

埼玉県高齢者福祉課「行政説明」

### 〈説明〉

県老連平成二十九年年度事業計画等  
〈協議事項〉

①県老連理事候補者の選任について

②北部地区連絡協議会副会長の選任について

③県老連女性委員会委員の選任について

④平成二十九年度友愛実践活動モデル事業モデル市町村老連の選定について

⑤埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会のアトラクション出演クラブの選定について

⑥平成二十九年度彩愛クラブ埼玉特別号掲載のクラブ選定について

⑦平成二十九年年度事業について

⑧その他・意見交換

主な協議結果は次のとおりです。

### 県老連理事候補者

西部地区 谷合傳治(富士見市)、小林順行(嵐山町)、原伸次(川越市)

南部地区 内田まさ子(川口市)

北部地区 田村好郎(上里町)、浅見タカ子(寄居町)

地区連絡協議会副会長

西部地区 谷合傳治(富士見市)、小

西部地区 谷合傳治(富士見市)、小

西部地区 谷合傳治(富士見市)、小

林順行(嵐山町)、原伸次(川越市)  
南部地区 内田まさ子(川口市)  
北部地区 田村好郎(上里町)、浅見タカ子(寄居町)

### 県老連女性委員会委員

南部地区 内田まさ子(川口市)

### 友愛実践活動モデル市町村

川越市、入間市、さいたま市見沼区、深谷市

### 大会アトラクション出演市町村

東部地区 宮代町

### 趣味の作品展示会(日にちは公開日)

東部地区 蓮田市総合文化会館  
平成三十年二月十四日(水) 十六日(金)

西部地区 入間市博物館  
平成三十年二月二十八日(水) 三月二日(金)

南部地区 プラザノース(さいたま市)  
九月二十九日(金) 十月二日(月)

北部地区 小鹿野町中央公民館  
平成三十年一月十六日(火) 十八日(木)

### グラウンド・ゴルフ大会

東部地区 久喜市総合運動公園  
十一月七日(火)

西部地区 予備日十四日(火)  
日高市総合公園  
十一月十六日(木)

### ワナゲ大会

北部地区 深谷市総合体育館  
十月十三日(金)

西部地区 深谷市総合体育館  
十月十三日(金)

西部地区 深谷市総合体育館  
十月十三日(金)



平成二十九年年度

## 関東甲信越ブロック 老人クラブブリーダー研修会

平成二十九年六月二十九日(木)～三十日(金)に「関東甲信越ブロック老人クラブブリーダー研修会」が千葉市で開催された。会場「千葉ポートアリーナ」には、各地から約二百名。本県からは、八名が参加。

### ◎第一日目の研修会

開会式は、会場「カンデオホテルズ千葉」で行われた。続いて表彰式、基調講演・講演と各市老連の事例発表が行われた。

### ●関東甲信越ブロック会長表彰

本県の関係者は、左記の通り  
▽玉水 きみ子(県老連理事)

### ●基調報告

### 「老人クラブ組織の発展に向けて」

全老連事務局長 谷野 香氏  
▽地域共生社会を構築しよう  
全ての住民が役割を持ち、支え合いながら、活躍できる地域コミュニティを形成し、公的なサービスと協働して暮らそう。

### ●講演



「認知症予防のABC」ノルディック・ウォークへの期待」  
講師 東京都健康長寿医療センター 研究所  
ター 医学博士 谷口 優氏  
▽認知症のリスク因子は、高齢者の歩行動作に関係する。ノルディック・ウォークは、普通の歩行運動より、歩幅がひろがり消費カロリーがアップして、健康寿命がのびる。

### ●事例発表

### ◆シニアクラブ静岡県

会長 松本庄次氏  
(さわやかクラブふじえだ連合会顧問)

①「健康づくり支援事業」として「レクリエーションダンス」と「ノルディック・ウォーク講習会」を実施している。

②講習会の開催は、三年目を迎え県内での愛好者が増加中である。  
◆横浜市老連副理事長

烏田 次雄氏

①「ノルディック・ウォーク」は、平成二十四年度より女性委員会にて取り組み開始を決定した。  
②年四回講習会を実施している。毎回二十名～四十名が参加。

### ◆千葉市老連副会長

名取 信子氏

①老人クラブの活性化に「ノルディック・ウォーク」を取り入れた。  
②普及に向けて、市老連主催の講習会を開催している。  
③市老連の職員が公認指導員の資格の取得をめざしている。  
④効果は、肩こりの解消や姿勢が良くなった。足腰が強くなった。

### ◎第二日目の研修会

会場を「千葉ポートアリーナ」に移し行われた。

### ●いきいきクラブ体操

参加者が全員汗をながした。

### ●ノルディック・ウォーク講習会

講師 全日本ノルディック・ウォーク連盟  
ウォーキングライフマイスター  
内藤 寿子氏

「ノルディック・ウォーク」の基本についての説明があり、実際に歩き、楽しく体験できた。

### ●閉会式

次回開催地、東京都老連増田時枝会長の挨拶。続いて、千葉市老連藤森清彦会長の挨拶で終了。

川越市 小林 松十郎





平成二十九年年度

## 県老連女性委員会交流研修会

平成二十九年五月二十八日(金)  
午前十時十五分より「新座市民会館」にて、県内各地からの女性リーダー四十二名と新座市老連より四十五名、合計八十七名が参集して開催された。

## ●開会式

司会は県老連事務局の椎名主査が担当。野島充枝女性委員(新座市老連副会長)の開会の言葉。開催地の市老連を代表して、濱光明新座市老連副会長の挨拶、続いて、高橋義一県老連会長は「全国的に老人クラブの会員が減少している。埼玉県でも同様に厳しい現状である。本日参加した女性委員が力を合わせて会員増強に取り組んで欲しい」と激励した。

主催者を代表して、玉水女性委員会副委員長は「我々女性委員は、今までの経験を活かして、安否確認、話し相手、ゴミ出し、外出支援等の友愛活動の支援の輪を広げ、会員増強につなげていきたいと思えます。」と挨拶して開会式は終了。

## ●活動発表

「新座市老連の地域支援事業の取り組みについて」

講師 新座市老連友愛活動部会  
会長 細谷 節子氏  
新地域支援事業担当者からの説明

講師 新座市介護保険課  
主事 阪中 宏美氏  
新座市老連担当者からの説明  
講師 新座市長寿支援課  
係長 金山 徳夫氏

## ① 「にいざ元氣アップ広場」

(ストレッチ等の健康体操及びレクリエーション、脳トレ等)  
▽六十五歳以上の方。介護予防に  
関心のある方。会員以外の高齢者にも参加を呼びかけている。

▽平成二十七年の実績は、

開催場所 二十六ヶ所  
開催回数 二百五十七回  
参加者数 五千九百七十一人  
▽老人クラブの役割・担当  
参加者への呼びかけ  
会場の設営・受付

## ② 「にいざ元氣アップ

ウォーキング」

開催場所 市内六コース  
開催回数 十二回  
参加者数 五百三十一人  
▽老人クラブの役割・担当  
受付、準備体操、誘導、  
安全確認

## ③ 「にいざ元氣アップ

トレーニング」

開催場所 市内七ヶ集会場  
開催回数 週一回  
▽スタッフの養成を行っている。  
④ 新座市健康マイレージ事業実施  
地域包括支援センターが健康



づくりの事業として実施している  
介護予防の関連事業である。

①②③の事業に参加するとポイントシールが一枚貰えて、年間八枚以上集めると行政から記念品が貰える仕組みである。

会員はポイントを集める楽しみから、各種事業に積極的に参加するようになった。

## ⑤ 市老連幹部が中央会議へ参画

新座市老連の会長が新座市の中央会議(新座市地域包括ケアシステム推進会議)に出席して、老人クラブの活動の現況報告や、事業に対する意見を述べている。このような仕組みが、個人の健康を保ち、地域の高齢者の方々との親睦を図る機会を確保しながら会員増強や地域の活性に繋がっていると思われる。

## ●総括 石川みよ子副委員長

新座市の新地域支援事業の取り組み方は、老人クラブと行政の長寿支援課・介護保険課との連携プレーの素晴らしさを感じた。これを地元を持ち帰り参考にしたい。

## ●閉会式

山崎光子副委員長の閉会の挨拶で、午後三時二十分に終了した。

春日部市 玉水 きみ子



ワナゲ・マグダーツ普及講習会

シルバースポーツ大会参加をめざして

六月二十五日に、彩の国すこやかプラザで、「ワナゲ・マグダーツ」の普及講習会が開催されました。十月三十日開催のシルバースポーツ大会の種目となっています。多くの会員が大会に参加できるための講習会です。講師は特定非営利活動法人フレンドリー情報センターのニュースポーツ指導員の西尾和久さん。参加者は四十七名。前半はワナゲ。



少しだけ経験している人が多く、得点を伸ばす秘訣など実践的な情報がたくさん。ワナゲ台の棒の並びは右利きの人が多いので、手前と中央部よりも、奥を重点的に練習すること。BINGOになることにこだわる。また、二〇〇二年にルール改正があり、投げた時に、踵は上がっても良いこととなったそうです。後半はマグダーツ。的にくっついた矢の点数の数え方が良く理解できました。2倍・3倍のゾーン

が有ることで得点を優位に重ねることで面白さ倍増。的の得点配置も右利きが多いため、的の右上域は得点し難い配置になっているとか。こうしたことを知れば、もっと楽しくゲームができます。多数の人が集まった時、参加者が同じ地区同士にならない様なグループ分けの方は見事でした。「みんなで作ろうパーフェクト」は、どのグループが早くパーフェクトになるかグループで競います。やはり、ワナゲ台の奥の三つが最後まで残りますがグループの心が一つになりました。



今日の参加者からスポーツ大会で上位入賞者が出ることに期待します。約二時間半で二種類のゲームの奥義がわかった気持ちになりました。各市町村老連で講習会を開催したい場合には、県老連へご一報ください。

さいたま市 渡辺 充

仲間と共に、地域と共に輝いて

会員章を胸に活動の輪を広げて

老人クラブ会員章は、会員一人ひとりの意欲とクラブの誇りを示すシンボル。そして仲間、連帯のしるしです。あなたも会員章を胸に、地域の担い手としていきいきと輝きながら、クラブ活動を広げていきましょう。



●末広鶴と日の丸

鶴(高齢者)が、両翼を扇(末広)状に広げて、日章(日本)を担っている図。すなわち高齢者の歩みは、わが国を守り、家庭生活を支えてきたものであることを表す。

なお、両翼の張り出しは、高齢者の衰えぬ活動意欲を象徴する。

●色彩

内側の円(日章)が赤。外側の鶴が白。外周線を金色とする。



総力を結集して、埼玉3万人

会員増強を達成しましょう

112号  
特集

## 「新地域支援

～アンケート結果と老人クラブが

## 事業」について 7

担うこれからの新地域支援事業へ～

彩愛クラブ 106～111号では、新地域支援事業について、私たちの老人クラブとしての関わり方や実践事例を紹介させていただきました。

介護保険制度の改正に伴い、全国の市町村は、平成 27 年 4 月から 3 年の間に新地域支援事業へ移行することになりました。

これを受けて埼玉県老人クラブ連合会は今回、県内 57 市町村老連に対し、新地域支援事業に関するアンケート調査を行いました。

また、市町村老連が担うことになる新地域支援の概要についても特集しました。

## 1 県老連が実施したアンケート調査とその回答

アンケート調査の目的は、「埼玉県内の市町村が、新地域支援事業を進めるにあたり、市町村老連に対して行った説明内容の把握と市町村老連の対処方針を把握する」ためです。アンケート項目は下記のとおりです。

質問 1：あなたの市町村では、「新地域支援事業」の移行はいつですか？

質問 2：本事業について、行政（新地域支援事業担当課）から、市町村老連に対して説明がありましたか。

質問 3：市町村老連として、「新地域支援事業」への参加に向けて、検討していることがありますか。

以下に、アンケート結果のまとめの紹介をします。

①市町村の「新地域支援事業」の移行時期は？ ②行政側から、市町村老連に対して説明がありましたか。

移行時期	回答件数	比率 (%)
平成 27	4	7
平成 28	20	35
平成 29	30	52
平成 30	2	4
無回答	1	2
計	57	100

1) 説明の有無 2) 説明の内容  
(説明を受けた市町村老連 33)

項目	回答内容	項目	回答内容
説明を受けた	33	説明のみ	8
説明なし	23	協議体への参加を求められた	24
無回答	1	無回答	1
合計	57	合計	33

③「新地域支援事業」への参加に向けて、検討していることは？

項目	回答内容
検討している	21
検討なし	10
無回答	2
合計	33

具体的に次のような回答が出てきています。(要約を紹介)

- 市へ、要望書を提出と市長との懇談会を行いました。
- 「いきいき百歳体操」モデル事業をきっかけに加盟クラブに説明の機会を設けた。
- 「サロン活動」・「友愛活動」など具体的な計画を推進中。
- 市と老連の会合で具体化する意識合わせができている。
- 平成 29 年の移行に向けて、活動の形を検討している。
- 「高齢者の安全見守り」「いきいき健康づくり」を核に検討中。
- 現在の活動が、新事業の内容と合致しておりさらに充実していきたい。
- 実践例などを紹介し、活動クラブを拡大予定。
- 研修会を実施して、具体化する(平成 29 年度予定)

多くの市町村老連では、「新地域支援事業」への移行予定は平成 29 年度です。また、すでに活動していることが、求められている事業内容が多く含まれていることに気づいてきています。私たちが既に行っている活動に自信を持つ事が大切です。

## 2 老人クラブが担うこれからの新地域支援事業

要支援者に対する訪問・通所介護が全国一律であった介護保険制度は、我が国の急激な高齢化、高齢者ニーズの多様化に対応できず、平成 27 年度に既報の通り改正されました。

今後、国としては、市町村が地域の実情に応じた独自の新地域支援事業を実施し、老人クラブにもその一翼を担うよう希望しています。市町村老連としては、市町村が今後行うであろう次の①～⑤の新地域支援事業の中から、自分たちが担える事業を見極め、参加することを前提に具体的な事業について記述しました。

## 1 多様な生活支援

高齢になると、今まで簡単にできたことができなくなったり、1人暮らしになって感じる不便さが生活の負担になっています。お互いがちょっとした困りごとをお手伝いする仕組みがあれば高齢者の暮らしの支えになります。

- ゴミだし
- 草取り
- 電球交換
- ついでの買い物



## 2 多様な通いの場づくり

高齢になり体が衰えたり、気分がすぐれない時には、閉じこもりがちになります。そんな時でも行きたいと思える通いの場を作りませんか。気軽に集える場所や機会は、生活の励みになります。

- サロン
- 茶話会
- 体操
- ゲーム
- カラオケ



## 3 見守り支援

ひとり暮らしや高齢者だけの世帯、家に閉じこもりがちな人達、地域には見守りが必要と思われる人がいます。いざという時に支援につなげるためには、関係機関と連携することが必要になります。

- 声かけ
- 友愛訪問
- お誘い
- 安否確認電話
- 話し相手



## 4 健康づくり支援

からだを動かす事は、身体だけではなく心まで活性化します。無理なく継続的な健康づくり活動をしましょう。

- 体操(健康・介護予防等)
- ウォーキング
- シニアスポーツ
- 健康体操



## 5 情報伝達支援

一人暮らしや高齢者世帯、家族の介護で多忙な人、家に閉じこもりがちな人には、直接情報を届けに行きましょう。

- 行事の案内(開催通知やお知らせ)
- 通いの場案内やお誘い

※老人クラブがめざす友愛活動から抜粋

## まとめ

5つの活動は連動しています。老人クラブは、自分たちが取り組めることから進めています。自分たちの活動が、まさに「新地域支援事業」を担っています。自信を持って、活動をすすめてください。



さいたま市老連

## わらわまのニア体力測定

GK(元氣と活力)をめざして

七月五日さいたま市大宮体育館で、市老連主催の四回目の体力測定を実施。市内十区から百名を超える参加者がありました。来年度以降は各区老連単位で実施することになります。

講師は武井正子氏(順天堂大学名誉教授)。講演で、①長寿と健康長寿について 長寿化で男性八〇・二一歳、女性は八六・六一歳だが日常生活に何らかの支障がある期間は、男性九・〇二年、女性は一二・四〇年もあります。体は動かさなければ衰えます。運動器の働きが悪くなると寝たきりになる可能性があります。運動器とは、筋肉、腱、靭帯、関節、骨、脳、神経系(運動、知覚)などで、互いに連携して運動器として機能しています。②日常生活でのカラダへの気づき。・足腰の衰え・すり足で歩く・動かないための血行不良・深呼吸・良い姿勢などちょっと意識すれば体に良いことがたくさんあります。

午後からは、実際の体力測定で



さいたま市 渡辺 充

す。測定種目は、①握力 握力は体全体の筋力低下を予測 ②長座体前屈 柔軟性 ③上体起こし 腹筋力 ④10m障害物歩行 体の調整力、敏捷性 ⑤開眼片足立ち バランス能力 ⑥六分間歩行 全身持久力、心肺機能 どれも日常生活で何気なく行われている動作です。測定結果を記録用紙に書き、評価表で自分の評価が楽しみでもあり不安でもありません。

当日は館内の気温が高く熱中症予防のため「上体起こし」と「六分間歩行」は実施しませんでした。事故防止のための判断も来年から区老連実施の参考となりました。

川越市老連第六支部の活動

## 今、健康づくり活動に沸騰中!

川越市老連第六支部は(支部長は筆者、会員数二百三十四名)、東上線川越駅東口の繁華街、創建千年といわれる八幡神社、地元丸広デパート等川越市内の観光地にあります。

日本の平均寿命が過去最高の男性八十一歳、女性八十七歳を迎え正に長寿社会であり、皆さん誰しもが健康、長寿を願っています。

この現状から、当支部では、県老連、市老連の目指す健康づくり活動を特に重視して活動しています。

この背景には支部長自身が県老連の「健康づくり大学」へ川越から参加し、健康づくりの重要性、若手リーダーの養成、最終目的の会員増など少なくとも単位クラブの会長が習得すべきことを全老連、県老連の幹部から直接学べたことでありました。この貴重な経験を下にも、更に、関東甲信越静ブロックリーダー研修会、全国大会へ積極的に参加しています。日頃の老人クラブ活動に活かしています。その成果が次の三本柱です。①ミ



ステリーパスツアー、②視察研修旅行③健康講座で好評を得て継続実施しています。特に、健康づくりクラブは、介護予防体操、リズム体操、いもっこ体操さらに童謡、唱歌などの合唱も皆さん楽しみながら健康づくりに励んでいます。

川越市 工藤 憲一



## 私たちの友愛活動は普段着

上小町五月会の友愛活動は、平成二十七年から始めました。

「幹事さんは、毎月の行事案内は直接手渡し訪問実行」を、キャッチフレーズでスタートです。

その結果、クラブの活動にも相互扶助の心が盛り上がりつつあります。

私が会員になった頃、「元気で生きている事」が社会貢献と思っていました。平成二十三年三月、東日本大震災後「災害から身を守る」自助・共助・公助で、高齢者の安全、安心を守り、互いに思いやり助けあいを自治体・国がバックアップする社会のあり方が示されるようになりました。

現実では、近所づき合いが上手くできない方もいます。私たちは、最も身近なお隣さんへ、あいさつから始まる対話（話し相手になる）と、見守り活動を次のように実行しております。

友愛チームの大久保さん、世田さんと私と夫の四人は、フロアー会議（井戸端会議）を定期的に行

っています。それは、おしゃべり状況を話題にした友愛コミュニケーションションです。

同じマンションの老人クラブの方々のゴミ出し、声かけ、散歩へのお誘い、買い物などで出会った時の「あいさつ」「笑顔のおしゃべり」のひとつが十一人の仲間の絆となっています。普段着活動がモットーです。

「いつまでも」「いつまでも達者でね」とエールを送りながら……。

さいたま市 谷島 洋



井戸端会議メンバー（右から）  
谷島さん、大久保さん、  
谷島さんの夫、世田さん

## 友愛実践活動モデル事業を開始

川越市老連が県老連友愛実践活動モデル地区に指定をされた。第七支部白扇会（会長 石田憲治氏）では、水崎顧問をリーダーに早速活動を開始した。



友愛社会奉仕活動

### ●活動について支部で検討

五月七日（日）支部内で推進方法と意志決定の仕方を統一。  
①各クラブの責任者と担当者を任命。

### ●推進方法

- ①高齢者の抱える課題を洗い出す。
- ②主な対象者を洗い出す。
- ③活動方法を三つのステップで行う。
- ▽第一ステップ  
各班の要支援者を洗い出す
- ▽第二ステップ  
要支援者の安否確認（見守り）
- ▽第三ステップ  
災害時には、全会員の介護と安否確認を行う。

### ●訪問対象者を決定

会員の日常生活を調査した。

- ①一人暮らし
  - ②夜間のみ一人暮らし
  - ③別棟で一人暮らし
  - ④夫婦のどちらかが要介護
  - ⑤老人ホームに入居
- 友愛チームの編成  
自治会長・民生委員・白扇会理事を中心に友愛チームを編成した。

### ●訪問対象者より情報を収集

- ①一人暮らしの方と食事会実施
- ②簡単な認知症チェック票（川越市作成）を使用して認知症予防・早期発見に寄与。

### ●友愛活動時の留意点

個人情報取り扱い方について規程を作成し、友愛チームの活動中に知り得た個人情報の秘密厳守を徹底した。

### ●今後の課題

- ①依頼者は一人で来て欲しい時もある。
- ②活動はボランティアだが、有料の案もある。
- ③消耗品は、依頼者が負担。
- ④通院送迎時の事故補償。
- ⑤除雪作業の依頼が一番多いが、老人クラブの会員の体力では難しい為断っている。

川越市 小林 松十郎



越谷市老連

創立五十周年を迎えた「南団地寿クラブ」

南団地寿クラブは、武蔵野線と東武線が交錯する越谷市瓦曽根町に在り、昭和四十二年に創設され、今年は五十周年を迎えるという。会長は田村静男氏（八十六歳）、会員数は七十五人である。

南団地寿クラブは、次の活動を行っている。

①「役員会」を毎月開催し、役員間で運営方針を共有、確認し、毎回、健康体操を行っている。

②「社会奉仕活動」としては、毎月、南越谷小学校下校時の防犯パトロール（月、金）、資源回収を行っている。

③「会員の娯楽行事」としては、お茶飲み会、米寿・喜寿を祝う会、暑気払い・忘年会、秋の研修旅行を行っている。

④友愛活動は、高齢社会に於ける必要不可欠な事業として最も注力、実施している。

また、田村会長は、本年四月、越谷市老人クラブ連合会の会長に就任し、同連合会を牽引し、次の事業を推進されるとのこと。

その一つは、友愛活動を進化させ、越谷市が今後進める「介護予防・日常生活支援総合事業」に協力することである。

次には、越谷市老連会員の増強である。減少に歯止めをかけ、会員増を図りたい。

両事業とも、前途は多難であるが、前進に向けて努力する、と語られた。

越谷市 北山 隆司



埼玉県老人クラブ連合会様 **いつでも！おみやげ**  
信州 戸倉上山田温泉の旅

参加者 **埼玉県老連様特典**  
全員に **びっくり！お土産付**



■生あんず  
6月・7月



■長いも  
11月～3月

シルバー料金	1月～9月・12月	10月～11月
1泊2食	10,800円	11,800円
2泊5食	17,600円	18,600円

※ **15名様以上でお申し込み下さい。**  
※料金は、毎夕お酒1本付諸税込みの宿泊代です。  
※行き帰りの昼食代・見学科・有料道路代等は別に必要です。  
※ご宴会は貸切宴会場、カラオケサービス致します。

**バス代無料！**

埼玉県国民健康保険指定ホテル

(ゆうざん)

**ホテル 雄山**

〒389-0821 長野県千曲市上山田温泉 2-32-11

電話番号 **026-275-2333**



# 老人クラブ 3つの保険 〈掛金・補償内容〉

## 傷害保険

自分がケガをした時の保険です。病気および他人に与えたケガは対象外です。

- ① 対象：老人クラブ会員に限ります。年齢制限はなく、いつでも加入できます。(1人1口加入)  
ただし、加入手続きは所属老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体傷害保険です。
- ② 保険期間：掛金払込日の翌月1日から1年間
- ③ 補償範囲・掛金タイプ  
「24時間型(掛金3タイプ)」と「活動型(掛金3タイプ)」の6タイプから選択してください。

1 24時間型		2 活動型	
〈クラブ活動中・クラブ活動中以外を問わず日常生活全般(24時間)のケガを補償します。〉		〈クラブ活動中とその往復路上 <sup>(注3)</sup> のケガを補償します。〉	
① クラブ活動中のケガの場合は、 <b>白地</b> + <b>濃いグレー</b> の合計 <b>黒色</b> の保険金額が支払われます。 ② クラブ活動中以外のケガの場合は、 <b>濃いグレー</b> のみの保険金額が支払われます。		① クラブ活動中のケガの場合は、下表の保険金額が支払われます。 ② クラブ活動中以外のケガの場合は補償されません。	
年間掛金	10,000円	5,000円	3,500円
ケガをした時の状況	活動中のケガの場合	活動中以外のケガの場合	活動中のケガの場合
補償内容			
死亡保険金	170万円 / 217万円 <b>387万円</b>	85万円 / 109万円 <b>194万円</b>	45万円 / 91万円 <b>136万円</b>
後遺障害 <sup>(注1)</sup> 保険金	170万円 / — <b>170万円</b>	85万円 / — <b>85万円</b>	45万円 / — <b>45万円</b>
入院保険金 <sup>(注2)</sup> 日額 (1事故につき30日限度)	4,000円 / 2,280円 <b>6,280円</b>	2,000円 / 1,140円 <b>3,140円</b>	1,000円 / 950円 <b>1,950円</b>
通院保険金 <sup>(注3)</sup> 日額 (1事故につき30日限度)	2,600円 / 1,700円 <b>4,300円</b>	1,300円 / 850円 <b>2,150円</b>	650円 / 600円 <b>1,250円</b>
※「24時間型」の職種別A級は無職・事務職(傷害リスクの低い職業)等です。B級(傷害リスクの高い職業)については、下記をご参照ください。			
<b>ご注意</b> ●職種別B級に該当するおもな職種 ・建設作業員、自動車運転者、探鉱・採石作業員などの傷害リスクの高い職業。 ・上記に該当する方は、保険金額が変更になります。 ・詳しくは取扱代理店もしくは引受保険会社にお問い合わせください。			
<b>ご注意</b> クラブ活動とは、各クラブで予め企画、実行したものを指します。			
※注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因する場合のみが対象となります。(後遺障害の程度に応じて、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金額の4%～100%が支払われます。) ※注2 手術保険金のお支払額は、入院中以外(外来)は、入院保険金日額の5倍または入院中は、10倍となります。 ※注3 往復路上とは、自宅(マンション、アパートなどの集合住宅は専用部、戸建ては敷地を含む)を出てから、活動場所までの通常経路を指します。			

## 3 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。自分のケガは対象になりません。

- ① 対象：老人クラブ(全員加入が条件となります)
- ② 保険期間：毎年10月から1年間
- ③ 掛金：1人年額100円(最低引受保険料3,000円)
- ④ 補償：支払限度額1億円

公益財団法人全国老人クラブ連合会 保険係

TEL.03-3597-8770 FAX.03-3597-8767

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3丁目6-14 三久ビル1階102号  
 (取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769  
 (引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社

※この広告は「老人クラブ団体傷害保険 総合生活保険(傷害補償)」の概要についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。 17-T00967 平成29年4月作成



深谷市老人クラブ連合会川本地区福寿会

## 文化の部発表会

平成二十八年十一月十六日(水)  
高齡者福祉と青少年活動の複合施設で、天体観測なども行われる、「もくせい館」の廊下に置かれた長机には、編物・余り布を縫い合わせたキルトの数々・牛乳の空箱を利用した作品など手芸クラブの作品が並ぶ。

その上の壁面には、書道クラブの作品が。中には立派に表装したものもある。反対側は写真クラブのコーナーである。家族のにこやかな顔・旅先の思い出がまつたものなど力作ぞろいだ。その向こうは絵画。色彩の鮮やかなものもあれば、伝統的な水墨画もある。大広間は二百名になんなんとする人々であふれている。

午前十時、年一回の文化部の発表会が始まる。大澤晋地区福寿会長が、

「今日の発表会は、福寿会の皆様の一年の精進の成果を問うものです」とあいさつ、来賓者の祝辞が続く。

最初はカラオケ。堂々とした歌

声に「相当鍛えているな」という

感じ。曲目は演歌はもちろん、若者が歌うものまで千差万別。女性には詠えたと思えるドレス姿も。

次に舞踊。

女性の着物姿の立ち居が色とりどり。女性に男性が交じる。締まった帯が凛々しい。

次に舞台上上がったのは黒いパンツ、蝶ネクタイグループ。最近高齡者が増えてきている社交ダンスである。危なっかしいステップの方もあったが、無事踊り終えた。普段から鍛えている方と思える。

昼食後、もう一度ずつ舞台にたつて午後三時を回ったころ、無事に今年の発表会は閉幕。

深谷市 小林 英



北本市老連 本町ふるさと会

## 心地よい蕎麦打ちのリズムに魅了されて

北本市老連傘下・本町ふるさと会では、地域の仲間づくりとコミユニケーションを図ろうと、日頃ご奮闘下さっておられる、深井昭芳先生の地域活性化活動により、ご協力いただき推進しています。

深井先生は、全麵協認定四段位で、この度、全国蕎麦打ち大会におきまして、目出度く、優勝の栄誉を受けました。そこで、六月二十九日(木)に深井先生のご指導の下蕎麦打ちの体験会を開催いたしました。

深井先生曰く、「蕎麦には不思議な魅力が内在しております、蕎麦会を開くと多くの友達が集ってまいります。そこには蕎麦打ちだけではなく、さまざまな作業とその協力者を通して、「仲間づくり」が深められる」ということでもあると言われます。

そうした、さまざまな活動のなか、小学校の生徒下校時における交通指導・見守りの実施などにも留意され、時には校長先生、教頭先生を交えて、懇親会を開き地域



相互の輪を深めることにも精を出されることもあります。

蕎麦打ちの体験から、心の融和・交流を深められることができ、本町ふるさと会の団結力が強まった楽しい蕎麦打ち体験でした。

先生のご指導の下、会員みんなで作ったお蕎麦の味は、感動と喜びを味わい、会員同士の交流になり、笑顔の絶えない一日となりました。

このお蕎麦の会の開催により深井先生方と、本町ふるさと会の輪が益々大きく発展することを、心から願っております。

北本市 佐田 一郎



# 大好評! 旅らんどがお勧めするお得なお宿!

※平日に限ります

## ポイント

- ・15名様以上送迎付宿泊プラン!
- ・傷害保険(死亡時1000万円)付!
- ・宴会時2人に1本の割合でビール付!
- ・宴会は完全個室宴会場にて!
- ・宴会時カラオケサービス!
- ・宴会時、全員にお酒又はジュース1本付!
- ・観光を取り入れたオリジナルコースを無料作成!

県	地名	ホテル名	1泊2食(税込)	
			10・11月	12~3月
長野	戸倉 上山田 <sup>♫</sup>	ホテル雄山	10,650円	9,150円
長野	斑尾 花が入 <sup>♫</sup>	パートンホテル	12,500円	11,500円
長野	白馬	けやきの樹	12,800円	設定無し
栃木	乃木 <sup>♫</sup>	乃木温泉ホテル	15,800円	15,800円

※その他指定旅館以外のホテルも多数ございます! ※10名様から送迎可能なホテルもございます!

詳しくは、お問い合わせ下さい。資料をお送り致します。

全国旅行業協会(ANTA)会員・栃木県知事登録旅行業第3-695号

個人宿泊から  
団体旅行まで  
予約・手配・コース作成は

## 株式会社 旅らんど

〒320-0822 栃木県宇都宮市河原町7-5 フェニックス瑞雲508号室  
028-688-8322 FAX 028-688-8323

総合旅行業務取扱管理者/金子 慎

営業時間 AM9:00 ~ PM5:30 (定休日: 土・日・祝日)

【企画実施】 楽旅クラブ 茨城県知事登録旅行業2-618号  
茨城県筑西市幸町3-15-11

お電話1本で!

## 老人クラブ「彩愛クラブ埼玉」の皆様



お仏壇  
神仏具

店頭  
表示価格  
より

10% OFF

一部特価品、特注品、一部商品を除く

お線香  
ローソク

店頭  
表示価格  
より

10% OFF

一部特価品、特注品、一部商品を除く

お墓  
(墓石・工事代)

店頭  
表示価格  
より

10% OFF

永代使用料、年間管理費、供養料、一部霊園・一部石種・屋内墓苑を除く

初回ご来店の際には「彩愛クラブ埼玉」とお申し出ください。  
それ以降のお申し出は特典無効となります。※他の割引サービスとの併用はできません。

有効期限  
H30.3.31

お問い合わせ  
資料請求



はせがわ  
つながります。心と、いのちと、人。

通話無料

0120-11-7676

www.hasegawa.jp

(10:00~18:00 不定休)



元気に活躍する  
会員さん紹介

上尾市・緑丘クラブ

今なお、重鎮として活躍

立野 修市氏



平成二十一年に共に学んだ健康づくり大学で、ひとときわ目立った存在だった立野修市氏と語り合ったのは、そのときであった。

見るからに清潔、社交的な方だったので、色々と語り合った。そうした中で時間が立つのは早いもので、いつしか卒業記念パーティーとなった。

たすきがけになり、一芸をご披露。昨日のことのように懐かしく想い出されております。

その会場で私と語り合ったことは、この健康づくり大学で学んだ指圧のことを、早速地元単位の

クラブで、会員の皆さんに実践されました。その実行力には驚きを感じました。そうした行動力がまた会員増強につながり、会員をまとめる大きな力にもなり、そして信頼感を醸し出すのだなど実感いたしました。

これからも、これを機に、会員増強の一環として単位クラブはもとより、市老連におきましても、ご奮闘くださいますことをひとえに願っています。

北本市 佐田 一郎

北本市・本町ふるさと会  
常に沈着冷静に物事をとらえて

松岡 洋吉氏

物事を行動する前に、常にその人の心を考え、優先して行くことを知ったとき

に心を動かされました。

早春とはいえ、まだまだ肌寒いある朝、ふるさと会のお茶飲み会のために春の七草を摘みに、それもおおごることなく、極々自然に会

員の皆さんに振舞ってくださった時、感謝の念がわきました。

永年にわたり県庁の職員として行政に携わり尽力なされた方で、物事を見極め、物事に取組む行動力は抜群の力を持ち、常に老人クラブのため、高齢者のため、その足下をみつめていくことには、心を動かされずにはいられない日々のごろでございます。

そうした中、現在、単位クラブの会計として屈指の才能を振って頂いております。

そしてまた、雨にもまけず、風にもまけずと言いますが、健康づくりに励んでいる姿には、常に心動かされる思いでいっぱいです。どうぞ、これからの健康づくりはもとより、ますます会の運営のためにも、そして会員増強のためにも、お力を發揮いただけることを、心から願っております。

北本市 佐田 一郎

「彩愛クラブ埼玉」は、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています。



## 編集後記

彩愛クラブ埼玉百十二号は、新地域支援事業について、県老連が埼玉県内五十七の市町村老連に進行状況について、アンケートを実施した「その回答結果の報告と、老人クラブが担うこれからの新地域事業について」どのような形式で報告すべきか、また、今後の新地域支援事業の編集をいかに継続すべきかを協議いたしました。

そして、老人クラブが取り組んでいる五つの支援事業が、新地域支援事業を担っていることも分かりました。

- ① 多様な生活支援
- ② 多様な通いの場づくり
- ③ 見守り支援
- ④ 健康づくり支援
- ⑤ 情報伝達支援

そこで、次号より、これらを順次掲載することに決まりました。

なお、記事の書き方については、読みやすく理解し易いように、

▽小見出しを多くする。

▽主観をいれず客観的に表現するように工夫して行きたいと思っ

ていますが、毎回、老人クラブ活動紹介の原稿の集まりが悪く、担当事務局員が大変苦労している実情を見ていて、何とか改善の余地が無いのかと考えるこの頃です。

川越市 小林 松十郎