

栃木県老連だより

第150号

〈平成30年7月10日発行〉

栃木いきいきクラブ
(一財)栃木県老人クラブ連合会

〒320-8503
栃木県宇都宮市駒生町3337-1
とちぎ健康の森 2階

TEL:028-621-4787
FAX:028-621-4767

単位老人
クラブ数 1,614クラブ

会員数 65,588人

発行部数 7,300部

発行 年4回
(4・7・10・1月)

目次

- 新会長就任あいさつ……………1
- 全老連事務局長会議……………7
- 市町老連会長・事務担当者研修会……………1
- 寄稿 充実した2泊研修……………9
- 県老連の役員等を新たに選出……………2
- クラブ活動PRパネルをご活用ください……………10
- 平成29年度事業報告・決算報告……………2
- 2025年問題への対応……………13
- 地域いきいきコーナー……………4
- お知らせコーナー……………15
- 市町老連会長・事務担当者研修会(続き)……………6
- クイズコーナー……………15

平成30年度 市町老連会長・事務担当者研修会を開催



〈関連記事6ページ〉



会長就任のご挨拶

栃木いきいきクラブ
(一財)栃木県老人クラブ連合会
会長 東原 勸

この度、今年度の第一回理事会において会長に選任されました東原でございます。本紙上をお借りして、会員の皆様にご挨拶を申し上げます。

老人クラブは、これまでも高齢者自身の健康・生きがいづくりに止まらず、友愛訪問や環境美化活動などを通じて、社会貢献を果たしてまいりましたが、高齢化の一層進む地域社会は、現役世代だけの維持が難しくなり、老人クラブに対しては、「地域の支え手」として、特に在宅高齢者に対する生活支援等の活動が大いに期待されております。

しかしながら、個人のライフスタイルの多様化、地域における人間関係の希薄化等を背景に、現役引退後の活動の場に老人クラブを選ぶ方が少なくなる傾向が続いており、本県においても会員数の減少は取り組むべき最大の課題となっております。

私は、地域社会を住民同士が互いに支え合う「地域共生社会」としていく鍵は、平日昼間に支援活動のできる老人クラブが握っていると思っております。そのためにも、活動のできる若手高齢者の入会促進は欠かすことのできないものであります。私たちが長年暮らしてきた地域のためにも、互いに助け合い安心して暮らすことのできる社会の実現に努力していこうではありませんか。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。就任に当たってのご挨拶とさせていただきます。

平成30年度第1回理事会・定時評議員会の開催 東原勸氏が新しく栃木県老連会長に選任

平成30年度第1回理事会が5月17日(木)に、定時評議員会が5月24日(木)に開催されました。

理事会では、黒圖盛男会長の退任に伴う新たな会長の選任が行われ、宇都宮市老連会長の東原勸氏が新しい栃木県老連会長に選任されました。

理事会等で審議・承認議決された主な事項は、次のとおりです。

○第1回理事会

- ①平成29年度事業報告
- ②平成29年度収支決算及び監査報告
- ③補欠評議員候補者の推薦及び補欠女性委員会委員の選任
- ④会長・副会長の選定、顧問の選任

○定時評議員会

- ①平成29年度計算書類の承認
- ②補欠評議員、補欠理事の選任

所属する市町老連の役員変更に伴い、県老連役員を退任される方、新たに就任される方は次のとおりです。

退任

理事	足利市	笠原晃夫
〃	日光市	黒田盛男
〃	小山市	新井幸男
〃	真岡市	浅井光二
〃	那須烏山市	高田博
〃	益子町	谷口正己
〃	日光市	森山正一
〃	小山市	諏訪山良一
〃	大田原市	越井桂一
〃	那須烏山市	野崎洋子
〃	小山市	尾崎千代子
〃	真岡市	山口芳子
〃	那須烏山市	森山千代子
〃	下野市	秋山福子
〃	那須町	大和田法子

評議員

〃	日光市	川村喜昭
〃	小山市	福田重男
〃	真岡市	上野清潔
〃	那須烏山市	森島清
〃	小山市	岡田和子
〃	真岡市	阿久津美知子
〃	那須烏山市	磯田ミヨ
〃	下野市	佐藤とよ子
〃	那須町	人見裕子

女性委員

〃	日光市	戸叶道孝
〃	日光市	森山良一
〃	小山市	諏訪正平
〃	真岡市	天川充
〃	那須烏山市	野木正勝
〃	益子町	粕谷秋

新任

理事	足利市	戸叶道孝
〃	日光市	黒田盛男
〃	小山市	新井幸男
〃	真岡市	浅井光二
〃	那須烏山市	高田博
〃	益子町	谷口正己
〃	日光市	森山正一
〃	小山市	諏訪山良一
〃	大田原市	越井桂一
〃	那須烏山市	野崎洋子
〃	小山市	尾崎千代子
〃	真岡市	山口芳子
〃	那須烏山市	森山千代子
〃	下野市	秋山福子
〃	那須町	大和田法子

役員の変更に伴い、新たに次の方々が県老連会長、副会長に選任されました。

会長	宇都宮市	東原勸
副会長	鹿沼市	小島正男
〃	小山市	諏訪正平
〃	真岡市	天川充

なお、退任された黒圖盛男氏は、会長経験者として新たに顧問に選任されました。

平成29年度

主な事業の結果

平成29年度の事業報告・決算報告の概要は、次のとおりです。

◇第31回栃木県老人クラブ大会

9月7日(木)
宇都宮市文化会館 小ホール
(参加者 約500名)

式典

(1)表彰状及び感謝状贈呈

①優良老人クラブ 28団体

②老人クラブ育成功労者 28名

③県老連活動賞 10団体

④加入促進運動優良老人クラブ

・クラブ数又は会員数増老連

7団体

・10名以上又は20%以上増加

58団体

⑤広報紙コンクール優良老人クラブ

5団体

⑥全老連活動賞伝達 3団体

(2)大会宣言

◇栃木いきいきクラブ大学校

7月〜12月 15日間 58単位
(総論、組織運営、活動実践、一般教養等)
とちぎ健康の森ほか(卒業生 27名)

◇県老連スポーツ大会

10月11日(水)

栃木県井頭公園 軟式野球場

〈参加者 約800名〉

出場チーム数

ベタンク25、輪投げ58

グラウンド・ゴルフ25

〈(計) 108チーム〉

◇県老連会員作品展

8月8日(火)～10日(木)

宇都宮市文化会館 展示室

出展数204点、出展者数20

4名・1グループ

◇県老連サークル活動発表大会

8月8日(火)

宇都宮市文化会館 小ホール

〈参加者 約380名〉

17団体、222名が出演

◇市町老人クラブ連合会長及び事務担当者研修会

6月9日(金)

とちぎ健康の森 1階大会議室

〈参加者 40名〉

①栃木県の高齢者対策

②支え合い社会における老人クラブの役割

③グループ討議「在宅福祉を支える友愛活動、健康づくり活動等の充実」

◇市町老人クラブ連合会正副会長等研修会

2月19日(月)

とちぎ健康の森 講堂

〈参加者 330名〉

1講義

「支え合い社会」の中での老人クラブの位置と役割

県老連事務局長

2介護予防運動

ふまねっと運動の紹介

3事例発表

中島 武夫氏

(小山市、小葉老人クラブ)

椎名あつ子氏

(佐野市、石塚緑会)

小口 晋氏

(矢板市、沢長寿会)

加藤 正秋氏

(高根沢町シニアクラブ)

◇女性リーダー研修会

11月21日(火)

とちぎ健康の森 大会議室

〈参加者 68名〉

1講演

「支え合い社会」における老人クラブの役割と女性リーダーへの期待

県老連事務局長

2実技研修

手作りの物を作ろう(エコクラフト)

県老連 副会長 鈴木 康子氏

◇機関紙の発行

年4回

県老連だより 第145号～第148号

◇広報紙コンクール

7月12日(水)

広報部会で応募広報紙を審査

8月2日(水)

第3回正副会長会議で表彰団体を決定

老人クラブ大会において表彰

最優秀賞 グリーンクラブ(下野市)

優秀賞 2団体、佳作 2団体

◇「社会奉仕の日」の実施

公共施設等の清掃、美化、緑化等

6月15日(木) (県民の日)

〈参加者 1、181クラブ／20、614名〉

9月20日(水)

〈参加者 1、134クラブ／18、186名〉



平成29年度 収支計算書(正味財産) (単位:円)

科目	予算額	決算額	差異
1 経常収益			
基本財産運用益	3,000	847	2,153
受取分担金	7,565,000	7,533,460	31,540
受取補助金	8,600,000	8,600,000	0
受取委託金	675,000	675,180	△180
受取配分金	600,000	600,000	0
受取負担金	135,000	135,000	0
受取会員章抛出金	30,000	19,000	11,000
事業収益	4,389,000	3,584,232	804,768
雑収益	2,000	48	1,952
経常収益計	21,999,000	21,147,767	851,233
2 経常費用			
事業費	19,382,000	18,773,251	608,749
管理費	6,585,000	5,931,642	653,358
経常費用計	25,967,000	24,704,893	1,262,107
当期経常増減額	△3,968,000	△3,557,126	△410,874
固定資産除却損	0	3,149	3,149
当期一般正味財産増減額	△3,968,000	△3,560,275	△407,725
一般正味財産期首残高	17,928,000	17,928,144	△144
一般正味財産期末残高	13,960,000	14,367,869	△407,869

救急救命法を学ぶ

那珂川町老人クラブ連合会
会長 藤田和夫

「すごく力が要るね。」「あー疲れた。」などと言いながら、みんな汗だく。救急救命講習会の様子です。

数年前、老人クラブ運動会中に突然会員が心臓疾患で倒れ、その場に居合わせた元保健師と、到着した救急隊によるAED（自動体外式除細動器）を使った救命措置により一命を取り留めた出来事がありました。



ありました。

このことから、普段から地域でスポーツ活動を行う会員への救急救命法の普及の必要性が認識され、平成二十七年年度から日本赤十字社の指導員や地元消防署の職員を講師に救急救命講習会を実施することになりました。

内容は、座学で心肺蘇生法やAEDの使い方などを学んだ後、専用のダミー人形を使って人工呼吸や胸骨圧迫、訓練用AEDを使って疑似体験を行いました。AEDは自動音声に従い操作すれば誰でも安心して使用できることが分かりました。胸骨圧迫は、想像以上の力で胸を押す必要がありました。器具を一切使わずに実施できるため、救急車が来るまでの間、交代しながら続けることにより救命率が向上することを学び、AEDが近くにない場合にも最善を尽くすことが出来るようになったのではないかと思います。

各クラブからの参加者の多くは、普段できない初めての貴重な経験に「いい勉強ができました。」と笑顔で話していました。



「百歳時代到来」を前にして

宇都宮市中央地区
老人クラブ連絡協議会
会長 銅谷汎

中央地区は宇都宮市の中心部に28の自治会数がありながら老人クラブはかつて20クラブもあったとのことだが今は7クラブである。

ここで、踏ん張って「百歳時代の到来」に「支えられる高齢者」から「支える高齢者」を目指し、4月は「桜の花見」、6月は「歩け歩け大会」、11月には健康寿命を延ばすための講座として「転倒防止と認知症予防のための脳トレ教室」を開催した。

幸いにも地区内に宇都宮城址公園があるので大いに利用させていただいており、特に、「桜の花見」では180名を超える参加者を得て、踊りやレクレーションを満喫した。また、90名以上の参



加を得た「歩け歩け大会」では、ゲームやクイズを途中に加え、楽しみながら歩くことができた。

会員の動員には、各単位クラブの会長並びに役員、中央地区の体育協会様や民生委員様の多大なご協力をいただき、深く感謝するものである。

減り続ける会員数に歯止めをかけるため、常に魅力ある催しを続ける必要性を感じている次第である。



子どもたちの 楽しい交流

那須塩原市老人クラブ連合会
第2長寿会

会長 関谷 眞夫

私どもの第2長寿会は三市町合併により連合となり、会員も増加いたしました。現在は減少気味。会員の募集にあたっては、老人会という言葉で敬遠され、募集につながらないので、地区毎に老

人会の名称をシルバー会と置き換えて文書化して活用しております。

老人クラブの申し合
わせの一節であります

地域奉仕活動に3年前より取り組んでおり、
地域（地区）の子ども
と交流をもつための一

端として、花壇の植栽、子供会との交流、親睦を深めながら楽しいひとときを過ごしております。春

先から花植え、秋には冬に対応できる花を植え、その間草取りを3回行い、一年中鑑賞しております。いずれも学校の休日と夏休み中に行事を行うようにしております。このほかに小川と原野の生態調査も行っております。楽しいひとときを過ごしており、子どもたちも老人会も学ぶことが多かれ少なかれあると思います。ましてや老人会は若いエネルギーをもらい、精神がよみがえる思いです。



会員の増強を 目指して

真岡市老人クラブ連合会
柳林いきいきクラブ

会長 仙波 壯

柳林いきいきクラブは、昭和39年3月10日に柳林老人会として産声を上げ、その後諸先輩たちが「明るく・楽しく・元氣よく」を合言葉に苦楽を分かち合いながら運営をしまいにま



しかし、現代社会において全国的に老人クラブの会員数が毎年減少の一途を辿っているのが現状であります。私たちが求めているのは、第一に健康です。第二は生きがい、第三には困った時に相談できる仲間です。我がクラブでは、この現況にいかにも歯止めを掛けるかを全体会議等で活発に意見交換をしております。

まず、健康ですが、各種シニアスポーツなどを通じて健康の維持増進。

次に、生きがいをもつことで今までの知恵や経験を生かす絶好の機会となり、そして同世代の仲間ができ、孤独感がなくなることです。

この事柄を総合し、新会員の呼びかけを常に行っております。一昨年は、「10名以上又は20%以上の会員増加」として、県老連会長表彰を受賞しました。今年も新会員の入会で現在41名の大所帯で活動を進め、前期には市老ク連主催の各種スポーツ大会に明け暮れ、後期には旅行会の復活、会独自のGゴルフ大会、お楽しみ会等を地道にそして焦らず邁進してまいります。

市町老連会長及び事務担当者研修会が 開催されました〈続き〉



県高齢対策課 鏡課長補佐

平成30年6月7日(木)とちぎ健康の森大会議室において、平成30年度市町老人クラブ連合会長及び事務担当者研修会が開催

され、午前10時から午後3時30分まで、県内各市町から37名が参加して熱心に研修が行われました。

県老連東原会長のあいさつの後、県高齢対策課鏡課長補佐から栃木県高齢者支援計画「はつらつプラン21(七期計画)」と生活支援体制整備について、県老連白根沢事務局長から「支え合い社会において期待される老人クラブ」と題して、老人クラブの現状と今後の超高齢社会の中で、期待される活動についての説明がありました。午後は、参加された皆さんを7つのグループに分け、「解散クラブ防止と新規クラブの立ち上げに若手高齢者の力を」をテーマにして、討議、情報交換をしていただきました。

◆会長の後継者がいないために解散してしまう老人クラブが非常に多いという現状に対して、どのようにしていったらよいかとして、次のような意見が出されました。

○会長の負担を減らすように、クラブの組織化を図り、みんなで運営する。
○女性会長を積極的に登用する。

○会長後継者のいないクラブを近隣のクラブに合併し、会長候補ができれば独立させる。

○地区を越えた広域のクラブを作る。
○いきいきクラブ大学校に入学してもらい、後継者を育てる。

◆新規クラブの立ち上げにはどうしたらよいかとして、次のような意見が出されました。

○行政区長に、地域包括ケアシステムを構築するために老人クラブが必要なのを説明し、協力要請する。
○自治会長・民生委員等に協力してもらい、クラブのない地区にクラブを立ち上げる。

○地域のキーマンを紹介してもらい、その方をサポートしてクラブを立ち上げる。

◆若手高齢者に参加してもらうにはどうしたらよいかとして、次のような意見が出されました。

○若手部会を作り、若手向けの活動を実施する。

○老人クラブの名称はイメージが良くないという意見が多いが、名称を変えるだけでなく、活動の中身を変えていく。

○一定の年齢になったら自動的に加入することにして自治会もある。

2025年を目標に、地域包括ケアシステムの構築がすすめられています。

これまで友愛訪問や見守り活動を行ってきた老人クラブには、「在宅高齢者に対する生活支援や介護予防」の活動が期待されています。しかし、その活動を充実・継続していくためには、若手高齢者の加入が欠かせません。皆さんの智慧を出し合い、行政や自治会等の協力を得ながら、若手高齢者の加入促進を推進していきましょう。



都道府県・指定都市老人クラブ連合会 事務局長会議が開催

7月2日(月)～3日(火)、東京都の全国社会福祉協議会会議室で都道府県・指定都市老人クラブ連合会事務局長会議が開催されました。

会議の主要テーマは「100万人会員増強運動の推進」や「新地域支援事業(介護予防・日常生活支援総合事業)の推進」、「老人クラブ補助金の活用」などでした。

◆全老連の配布資料から会員増強運動の状況を紹介します。

○100万人会員増強運動(4年次)の概要

①都道府県・指定都市老連の実績(上表)

②全国の都道府県市老連の状況

●運動開始時に設定した4年次の増員目標を達成した老連がないだけ

でなく、前年度から会員が増加した老連も少ない結果だった。すべて

4年次	(目標) 206,247人	→	(実績) △225,535人	(対目標) △91%
3年次	(目標) 207,963人	→	(実績) △191,900人	(対目標) △92%
2年次	(目標) 207,262人	→	(実績) △176,806人	(対目標) △85%
1年次	(目標) 189,816人	→	(実績) △175,058人	(対目標) △92%

市老連で減少している。運動開始時の会員数を基準(100)とした4年次29年度末の会員数割合の全国平均は86.3%。

◆会議の最後に全老連齊藤常務理事が話された会員増強運動関連部分を紹介します。

●100万人会員増強運動について、これまで4年間、

各都道府県・指定都市老連で取り組んでいたが、その努力の成果が数字に結びついていないのが残念である。

●100万人会員増強運動は、都道府県・指定都市老連自身が、目標数を掲げて

取り組みを決定した運動であることを踏まえ、引き続き積極的に取り組んでいた

運動の共通目標は、①勧誘、②クラブPR、③クラブ

立ち上げの3つだが、都道府県市老連、更には市区

町村老連でも、この目標では不十分なものの、オリジナ

ルの目標を加えて運動を展開していくようなことを考

えていかないと結果はなかなか出てこない。

●都道府県市老連では、市町

村老連の現場に行つて、会長等役員の方々の悩みや苦労、工夫などの話を聞き、これらの情報を整理・共有し、更にはこのような情報を他にも発信していくような姿勢で取り組んでほしい。

●足元の事例を発掘し、スポットを当て、自身の活動を誇れるような形を作る。

そしてそこから周囲が学んでいくことは重要である。リーダーにやる気を持ってもらう。そのやる気を育てることも都道府県市老連の

大きな役割ではないかと思う。(以上、会議の報告)

★理事会や市町老連事務局長

会議の場でも申し上げておりますが、平成30年度の栃木県老連の事業計画には「県老連と市町老連との協議の場づくり」を新たに加えております。

市町老連の皆さんと様々な場で見聞交換できればと考えております。また、ご要望があれば研修会や会議の場に向いていきたいとも考えておりますので、このような場の設定にご協力いただければと思います。

計報

本会評議員大塚 宏氏

におかれましては、4月4日御逝去されました。

ここに、生前の御功績をたたえ感謝申し上げますと共に、謹んで御冥福をお祈り申し上げます。

本会評議員小野口乾二氏におかれましては、5月23日御逝去されました。

ここに、生前の御功績をたたえ感謝申し上げますと共に、謹んで御冥福をお祈り申し上げます。



港町で魚が食べたい
北茨城温泉郷 平潟港温泉

15名様以上無料送迎!



3種のお風呂で湯っくい



まごころ送迎いたします



魚の宿 **まごころ旅館**
 北茨城 平潟港温泉

**15名様以上
無料送迎**

お問い合わせ

TEL 0293-46-0569

茨城県北茨城市平潟町 235 FAX 0293-46-5698

寄稿

充実した2泊研修

身近な問題を取り上げて

黒田原第一和老会長 黒崎 誠一

町営バスを利用して5月29日から3日間「町営いこいの家」で研修会が開催された。

主な内容は次のとおりである。

全員参加の「輪投げ大会」・「悪徳商法に注意」・「血圧測定」・健康教室「転倒予防」・夜の「カラオケ大会」・「スマホつってどんなもの」・「高齢者の交通安全教室」・全員参加の「トランプ大会（ババ抜き）」等盛りだくさんの内容であった。

どの内容も2時間以内でスポーツに、身近な問題をプロに、そして自分たちで楽しむ内容を取り入れた。

特にスマホを取り上げたことは、最近若者のほとんどがスマホを利用している。我がクラブでは携帯を利用しているがスマホまではという声をよく耳にする。誰もスマホを持っていない。スマホで世の中に仲間入りしたい。そこで、黒磯のドコモにお願いしたところ無料で快く応じてくれた。

当日は職員4人が旅館までスマホを一人一台持ってきて、スイッチの入れ方からの講習会が始まった。「ワイワイ！ガヤガヤ！」一人ひとりの目が輝いた。89歳の会員も全員が心を一つにして学んだアツと言っ間の2時間だった。



終わってみて、会員からは「これでブラジルの長男と元気な顔を見ながら交信ができる」「世の中が数段明るくなった」等の声を耳にすることができた。

誰もが新しいことを知った喜びと充実感、そして仲間同士が生き生きとした研修会だった。

日光国立公園 湯西川温泉

「平家落人の里」秘湯の宿と呼ばれる当宿は、全てアルカリ性の源泉掛け流し温泉。大浴場、露天風呂、貸切風呂（無料）をご用意。楽天トラベルの美肌の湯温泉地ランキング日本一に輝いた温泉をご堪能ください。お食事は、素朴な山里のおふくろの味で、おもてなしいたします。女将の民話の語り部、着付け舞も好評です。（要予約）

老人クラス用無料送迎付プラン (税込料金)

	7~11名様	12~14名様	15名様~
1泊Aコース	11,000	10,000	9,000
1泊Bコース	12,000	11,000	10,000
2泊合計額			
2泊Aコース	15,500	14,500	13,500
2泊Bコース	17,500	16,500	15,500
3泊合計額			
3泊Aコース	21,500	20,500	19,500
3泊Bコース	24,500	23,500	22,500

- 飲み物1本付（酒又はジュース） ● カラオケ無料
- 連泊中の昼食サービス ● テーブル、いすでのご宴会です。

元湯 湯西川館本館



三源泉の掛け流し温泉



四季折々の山、川の旬の幸をご提供

- 竹の宵まつり 7/6(金)~7/29(日)の金・土・日・祝日 開催
- 心かわあかり 7/21(土)~8/2(日) 20:30~

湯西川館本館

〒321-2601 栃木県日光市湯西川783-2

TEL 0288-98-0316 FAX 0288-98-0318

「老人クラブ活動PRパネル」をご活用ください

栃木県老連では、栃木県の補助を受け、ここに掲示したPR用パネル5枚を作成しました。皆さんの地元で開催するクラブ大会や研修会、福祉祭りなどで是非ご活用ください。長机の上立てておくだけで、様々な場面で使えます。特に、非会員の方々に老人クラブ活動を理解してもらうには、口で説明するより手っ取り早いと思います。

市町老連、地区老連、単位クラブなど、県老連事務局（宇都宮市の健康の森内）まで取りに来ていただければ、どなたにでも貸し出しいたします。事前に県老連事務局に電話で貸出期間をご予約ください。

電話：028-621-4787
FAX：028-621-4767



老人クラブとは地域を基礎とする自主的組織

1 高齢者の生活を豊かに楽しくする。 2 地域社会を豊かにする。 3 明るい良寿社会づくりをすすめる。

生活を豊かにする 楽しい活動

心とからだの健康づくり

- いきいきクラブ体操、健康ウォーキング
- グラウンド・ゴルフ、ベタンク、輪投げなどのスポーツ大会

地域を豊かにする 社会活動

地域を豊かにする奉仕活動

- 花いっぱい運動、社会奉仕の日など
- 保育施設、幼稚園、小中学生との世代間交流
- 学園の登下校時の見守り
- 郷土芸能、地域文化を次の世代へ伝承



創造と連帯の 輪を広げて 心豊かな 地域社会を!

楽しい仲間づくり

- 民謡、踊り、習い事などの趣味や文化活動
- 多彩なサークル活動
- 会報や文庫の発行
- 研修会や旅行を通じて交流促進

超高齢社会で老人クラブに求められる新たな役割

- 元気な高齢者が支える側にまわり住民同士が支え合う社会づくり
- 同じ地域に住む顔の見える関係が安心を生む
- 住み慣れた地域で住み続けられるよう高齢者の在宅生活を支える
- 人に役立つことで自分も満たされ元気になれる
- 今担い手である人がやがて受け手になる（備は人のためならず）
- 受け手と担い手に分かれることなく参加して連帯感が生まれる
- 行政や自治会、NPO等と積極的に連携して効果的な支援の実現

あなたの豊かな経験と知識を活かして、仲間と共に楽しく社会に貢献できるクラブづくりに是非参加してください。

栃木県老人クラブ連合会の事業



- 第31回 栃木県老人クラブ大会
- スポーツ大会
- グラウンド・ゴルフ (輪投げ、ベタンク)
- ベタンク大会
- ゴルフ大会
- サークル活動発表大会 (自作の発表発表)
- サウナ活動発表大会 (自作の発表発表)
- 新米とらふん大会 (健康講座)
- 作法講座

② 栃木県老人クラブ連合会の事業

伸ばそう！健康寿命



- 老人クラブオリジナルのいきいきクラブ体操
- 元気はつらつ！バドミントンで健康寿命UP
- 地域の仲間が一堂に会して運動会
- 意気に返って 紅白玉入れ
- 健康は食から！懐かしい「かぼちゃんじゅう」
- 体操教室で家でもできる運動を習得

③ 伸ばそう！健康寿命



④地域で支え合う友愛活動



⑤地域に貢献する奉仕活動

きれいな客室ときれいな宴会場 おいしい料理

茨城県内屈指の海水浴場として知られ、シーズン中には約200万人の海水浴客で賑わいます。白砂、青松、遠浅で危険が少なく水も綺麗、波も静かなことで人気があります。

バスの無料送迎を行っております。15名様以上でお申し込みください。詳しくはお電話にてご相談ください。
(ただし、高速道路料金と有料視察は別途ご負担となります)

※周辺観光については幹事さんと相談します。

- ◆海水浴場まで30m
- ◆客室 9室 (全室バス・トイレ付)
- ◆宴会場 48畳 (堀ごたつ)
- ◆カラオケサービス
- ◆食堂 60席
- ◆お風呂 天然温泉 (加水なし、加温、循環濾過方式)
- ◆バス 26人乗り1台、29人乗り1台
- ◆駐車場 乗用車20台

敬老会様 (お一人様)
同窓会様 (お一人様)

1泊2日 (2食)

《お迎え午後出発》

10,100円(税込)より

●豪華舟盛り付き (5名様に1台) 10月下旬から3月ごろまでアンコウ鍋付き

●ご宴会時、お酒又はジュースどちらか1本サービス

1泊2日 (2食)

《お迎え午前出発》

10,300円(税込)より

常連のお客様の多い宿です。四季折々の旅情を、新鮮な磯料理と共にお楽しみください。

阿字ヶ浦 つるや旅館

〈茨城県ひたちなか市阿字ヶ浦町5番地〉

TEL 029-265-8250

FAX 029-265-5200

ふれあいの旅「ぐんま」
尾瀬片品温泉

1泊2食付 10,800円(税込み)
2泊5食付 13,880円(税込み)

- 送迎サービス 15名様以上より
- カラオケサービス
- お酒またはジュース1本付

★エレベーター完備、全室洋式トイレ、洗面所付
★グラウンド・ゴルフ、ゲートボールのコート無料



- 宴会場 イス・テーブルの会場にリニューアル。
- 迦葉山 鼻の高さ2.7m、丈5.5mという日本一の大天狗の面。
- 吹割の滝 天然記念物。岩畳の雄大な滝。



〒378-0413 群馬県利根郡片品村越本626-1
TEL.0278-58-2328(代)

http://siojiri.co.jp
FAX.0278-58-3752

「2025年問題」への対応

地域に困っている高齢者仲間はいませんか？

○2025年には、団塊の世代（昭和22～24年生まれ）の全てが75歳以上の後期高齢者となります。この年、社会の高齢化率は30%を超え、高齢者世帯（単独・高齢者夫婦のみ）の数も全世帯数の4分の1を超えると予測されています。

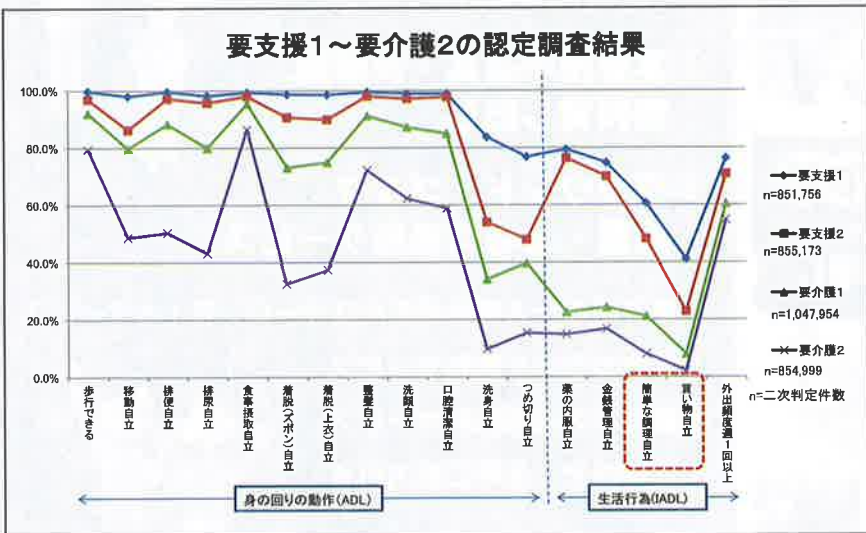
○在宅高齢者の増加により、地域社会における医療や介護のニーズも爆発的に増加していくとされ、これが「2025年問題」と言われるものです。

○医療や介護ニーズが増加する地域社会は、介護保険制度等の公的制度だけでは維持することが難しく、ちよつとした手助けで日常生活が送れる軽度な要支援高齢者に対しては、地域の人々による支え合いの仕組みで対応していくことが求められています。

○要支援高齢者の増加は、既に地域社会において具体的にみられる状況になっており、仕組みづくりへの早急な対応が必要です。

○次に、国の資料から要介護認定の際の調査結果の一部（H24集計）を紹介します。要支援1～要介護2となった対象者の日常生活の自立度合いを示したものです。

○これを見ると、要支援1～2の方でも買い物などの生活行為の一部がしづらくなっているのが分かります。



○平日昼間に活動できる老人クラブには、このような在宅の要支援高齢者に対する生活支援・介護予防活動への大きな期待があります。地域で困っている方がいれば、何で困っているかを良く聴いて、できることは手伝ってあげるようにしたいものです。



日本の棚田百選 嬬捨の棚田
2018年松尾芭蕉がこの地を訪れ更科紀行を記してから330年

信州の旅

バス代無料の旅行費用

1泊2日 11,800円

●15名様以上でOK
●10月11月は1,000円高

(諸税込、酒1本付き・昼食代と高速代は別)

信州 戸倉上山田温泉
湯楽ゆうざん

〒389-0821 長野県千曲市上山田温泉 2-32-11
☎026-275-2333
費用とコース表送ります まずはお電話を

国営ひたち海浜公園、阿字ヶ浦海岸一望

「いばらきの地魚取扱認証店」



老人会 1泊2食プラン

A コース (15名様以上) **8,500円** (税別)

おさしみ、陶板焼き、地魚揚げ共7品

B コース (12名様以上) **10,000円** (税別)

おさしみ、陶板焼き、地魚揚げ共9品



写真は10,000円コースの料理です

あんこう鍋・さしみ盛り合わせ

(税別)
に変更するとき 各**1,000円増し**



7大特典

- ① 個室宴会場無料サービス (2時間30分)
- ② 宴会用小道具・衣装類、無料貸し出し
- ③ グラウンド・ゴルフ 設置・会場料無料サービス
- ④ 宴会時お一人様お酒またはウーロン茶1本サービス
- ⑤ 宴会カラオケ無料サービス
- ⑥ 観光バス送迎無料サービス
- ⑦ 近隣観光・名所ご案内付き



※ 当日出発は10:00、翌日到着は15:30です。
※ 土曜日・休前日は1,000円増しです。

※ 積雪時には中止の場合もあります。

★国営ひたち海浜公園まで車で5分。
★那珂湊おさかな市場まで車で8分。

潮騒の宿

丸徳旅館

〒311-1202

茨城県ひたちなか市磯崎町4318

TEL 029-265-7006 FAX 029-265-7719

お知らせコーナー

◆平成30年度の主な行事

- 7/11(水) 広報部会 (健康の森)
- 7/25(水) 栃木いきいきクラブ大学校入学式 (健康の森)
- 8/2(水) 第3回正副会長会議 (健康の森)
- 8/7(火) 第22回県老連サークル活動発表大会 (宇都宮市文化会館)
- 8/7(火)~9(日) 第33回県老連作品展(搬入・搬出) (宇都宮市文化会館)
- 8/29(水) 第24回栃木県民福祉のつどい (宇都宮市文化会館)
- 9/6(木) 第32回栃木県老人クラブ大会 (宇都宮市文化会館)
- 9/15(土)~21(金) 老人の日 (老人週間)
- 9/20(木) 社会奉仕の日 (全国一斉)
- 10/10(水) 県老連スポーツ大会 (井頭公園 軟式野球場)
- 11/13(火) 県老連女性リーダー研修会 (健康の森)
- 11/28(水) 栃木いきいきクラブ大学校卒業式 (健康の森)
- 12/12(水) 調査研修部会 (健康の森)
- 12/17(月) 県老連大第15回OB会合同研修会 (健康の森)
- 2/18(月) 市町老連リーダー研修会 (健康の森)
- 3/5(火) 第4回正副会長会議 (健康の森)
- 3/7(木) 市町老連事務局長会議 (健康の森)
- 3/13(水) 第2回理事会 (健康の森)

◆販売品紹介

○輪投げ用具の値上げと販売方法が変更になります

県老連では在庫を置かず、県老連で注文を受けた上で、業者より直送させていただき、請求書と振込用紙については、県老連からお送りします。

輪投げ用具料金は下記のとおり8月1日から(送料・税込)

- ・ケース付 14,300円 ケースなし 12,000円
- ・輪 (1組9個) 5,300円 ・棒 (1組9本) 4,500円
- ・ケースのみ 4,800円

○会員章 1個 1,000円

○みんなで歌う愛唱歌集 B6版200ページ 定価700円

◆老人クラブ傷害保険のご案内

いつでも、何歳からでも加入できる老人クラブ会員独自の傷害保険です。年額500円から加入できます。もしもの場合

に備え、安心して活動をしましょう。

お問い合わせ・お申し込みは、市町老連又は県老連事務局まで。

◆老人クラブ賠償責任保険のご案内

会員が活動中に、「誰かにケガをさせた」、「誰かのモノを壊した」などの事故への損害賠償保険です。一人年額100円の掛け金で、支払限度額1億円です。ただし、単位クラブの会員全員の一括加入が必要です。

お問い合わせ・お申し込みは、市町老連又は県老連事務局まで。

◆全老連監修「泣いて、笑って、昭和の子育て」のご案内

- ・定価 1,080円(税込・本体1,000円)
- ・荷造り・送料 1冊 200円、2冊以上 実費

○申込み・問い合わせ

公益財団法人 全国老人クラブ連合会
〒100-8917 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル
電話：03-3581-5658 FAX：03-3597-9447

◆全老連発行教材のご案内

- 高齢者向け体力測定ハンドブック
1冊 520円(送料込) / 2冊以上 420円×冊数(送料別)
 - 高齢者向け体力測定記録用手帳
1冊 240円(送料込) / 2冊以上 160円×冊数(送料別)
 - 健康ウォーキングハンドブック
1冊 520円(送料込) / 2冊以上 420円×冊数(送料別)
 - 健康ウォーキング手帳
1冊 240円(送料込) / 2冊以上 160円×冊数(送料別)
 - いきいきクラブ体操関連教材
・DVD (映像)
1枚 2,280円(送料込) / 2枚以上 1,860円×枚数(送料別)
・CD (音楽)
1枚 1,050円(送料込) / 2枚以上 830円×枚数(送料別)
- ※ご注文は、県老連事務局あてに電話・FAX又はメールでお申し込みください。

電話：028-621-4787 / FAX：028-621-4767
メール：roujin33@maple.ocn.ne.jp



応募先

〒320-0803
宇都宮市駒生町三三三七-1
とちぎ健康の森2階
栃木県老人クラブ連合会まで

★ハガキに解答①~⑤までの読み方と住所、氏名、所属クラブ名、電話番号を明記のうえ、県老連事務局までご応募ください。
★正解者の中から抽選で5名の方に粗品を贈呈します。(読み方と当選結果は次号掲載)

- ★次の太字の地名の読み方をお答えください。
- ①足利市五十部町
 - ②鹿沼市麻生町
 - ③真岡市道祖土
 - ④那須塩原市箭坪
 - ⑤上三川町大字西汗

とちぎ県内地名クイズ
平成21年7月から平成26年1月まで県内地名90箇所を地名クイズに出題しましたが、今回発行150号を記念し、90問の中から難読地名を再度選びました。

栃木県老連だより150号記念

編集後記

★当老連の広報紙「栃木県老連だより」も今回の7月号が節目の150号になります。

★第1号が発行されたのが昭和54年7月ですので、ちょうど39年が経過したことになります。今後も発行を続けて参りたいと思いますので、引き続きご協力をお願いいたします。

★さて平成25年度から、5年間県老連の会長を務めていただいた黒田盛男氏が、この度会長職を退任されました。在任中、黒田前会長には、平成26年度開催の「ねんりんピック栃木2014」での「地域文化伝承館」の運営、現在全県を上げて取り組んでいる「1万人会員増強運動」の推進などに、大いにリーダーシップを発揮していただきました。また、他にも5名の理事、4名の評議員、5名の女性委員が退任されました。黒田前会長をはじめ退任された皆様には大変お世話になりました。心より感謝申し上げます。

★本紙巻頭にご挨拶を掲載させていただきましたが、新会長には東原勸氏(宇都宮市老連会長)が選任されました。老人クラブは今がまさに正念場にあります。東原新会長を中心として関係する皆さんの力を合わせて、老人クラブの将来に光を見出していきたくと思っていますので、よろしくお願いたします。

★最後に残念な報告があります。本編にもお詫言を掲載しましたが、ともに県老連評議員を務めていただいた大塚宏氏が4月に、小野口乾二氏が5月に逝去されました。お二人には県老連の様々な事業に積極的にご協力をいただきました。本当にありがとうございました。心よりご冥福をお祈りいたします。(白根沢)

編集発行 一般財団法人 栃木県老人クラブ連合会 東原 勸 宇都宮市駒生町三三三七-1 「とちぎ健康の森」内 電話〇二八(六二二)四七七七 FAX〇二八(六二二)四七六七



秋の行楽プラン

10名様より送迎

アイアイグループ 送迎付宿泊プラン

ご予約受付中

那須温泉 那須ニューパレスホテル

栃木県

15名様以上送迎付プラン

Aコース	1泊2食	2泊5食
通常	8,010円	13,560円
10/15~11/10	9,090円	15,720円
Bコース	1泊2食	2泊5食
通常	9,090円	14,640円
10/15~11/10	10,170円	16,800円

10名様以上送迎付プラン

1泊2食(お一人様)
10,500円(税込)
※10/15~11/10の期間
12,500円(税込)

2時間飲み放題付



イメージ



- 送迎付 ●気がねなく「個室宴会場」
- 宴会時カラオケサービス

戸倉上山田温泉 ホテル雄山

長野県

15名様以上送迎付プラン

	1泊2食	2泊5食
通常	11,800円	18,600円
10月・11月	12,800円	19,600円



掛け流しの天然温泉



- 送迎付 ●気がねなく「個室宴会場」
- 宴会時カラオケサービス ●宴会時お酒又はジュース1本付

大金温泉グランドホテル

栃木県

15名様以上送迎付プラン

	1泊2食	2泊5食
通常	9,500円	16,000円

※秋も同料金

- 送迎付 ●気がねなく「個室宴会場」
- 宴会時カラオケサービス ●宴会時お酒又はジュース1本付



カハシクハ日本随一！
古代海水温泉。

日光湯元温泉 湯守釜屋

栃木県

	1泊2食
20名様以上	10,500円
15名~19名様	11,580円

- 送迎付
- 気がねなく「個室宴会場」
- 宴会時カラオケサービス
- 宴会時お酒又はジュース1本付



源泉掛け流し
"乳白色"の温泉

宿泊プラン
のご案内

※表示価格は税込みです。※表示価格は、休前日・祝前日を除いた料金となります。(一部を除く)
 ※ご旅行中の「有料道路」「有料駐車場」「有料施設」「昼食代」は別途代金となります。
 ※バスの車種は参加人員により設定されます。※客室は定員利用となります。※期間の詳細はお問い合わせください。

詳しい資料をお送りできます。お気軽にお問い合わせ下さい



アイアイグループ

0120-76-0987

お電話代無料です！

(株)アイアイグループリゾートトラベル
〒321-0962
栃木県宇都宮市今泉町175
MAC宇都宮コート503号室
TEL:028-627-1212 / FAX:028-627-1251
全国旅行業協会会員登録栃木第2-692号
総合旅行業務取扱管理者 平山瞳
営業時間 9:00~17:30(定休日:日曜日)