

栃木県老連だより

第152号

〈平成31年1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団体
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

- 県老連スポーツ大会が開催…………… 1
- 新年のあいさつ 会長…………… 2
- 新年のあいさつ 知事…………… 3
- 全国老人クラブ大会が開催…………… 4
- スポーツ大会の結果…………… 6
- 全国老人クラブ大会「大会宣言」…………… 6
- 栃木いきいきクラブ大学校第17期生卒業式… 7
- 地域いきいきコーナー…………… 8
- 「介護の日」フェスティバル…………… 12
- 全老連女性リーダーセミナー…………… 12
- 県老連女性リーダー研修会…………… 15
- 西日本豪雨災害救援募金の取組結果について… 16
- お知らせコーナー…………… 17

平成30年度 県老連スポーツ大会



10月10日(水)、平成30年度県老連スポーツ大会が、井頭公園軟式野球場を会場に、選手・役員総勢800名が参加し、開催されました。

秋晴れの空の下、ペタンク、グラウンド・ゴルフ、輪投げの3種目に、県内各地から参加した111チームが日頃の練習の成果を存分に発揮し、熱戦を繰り広げました。

ペタンクとグラウンド・ゴルフについては、それぞれ栃木県ペタンク・ボール連盟、真岡市グラウンド・ゴルフ協会の全面的な協力を得て実施するとともに、これに輪投げを加えた3種目の全てについて、県老連サポーターにもお手伝いいただいたことで、大会運営もスムーズに行うことができました。

「のぼそっ！健康寿命」は、私達老人クラブの最大の運動目標ですが、この日はそれを参加者全員で実践する活動的で明るい一日となりました。

(関連記事6ページ)



この広報誌は一部共同募金の配分金を受けています



明るい地域社会づくりに老人クラブの力を

栃木いきいきクラブ (二財) 栃木県老人クラブ連合会

会長 東原 勸

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

会員の皆様には、お健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

日頃から、県老連の諸事業の実施に当たりまして、多大なご支援・ご協力をいただいております。心より感謝申し上げます。

昨年は、県老連の主催する四つの大きなイベントである「老人クラブ大会」、「スポーツ大会」、「サークル活動発表大会」、「会員作品展」を、滞りなく実施することが出来ました。平成では最後となるこれら事業の実施に当たり、各市町老連、単位クラブの皆様には大変お世話になりました。ご協力に心から感謝申し上げます。

さて、「のぼそうー健康寿命、担おう！地域づくりを」のテーマのもと、県老連が平成二六年度から取り組んでいる『一万人会員増強運動』も今年度が最終年度です。これまで、皆様には大いに会員獲得のご努力をいただき、会員増を実

現したクラブも多く、またクラブ未設置地区への新規クラブの立上げも相当数あるのですが、一方で会員の高齢化や会長の後継者不在によるクラブ解散も多いことから、なかなか全体としての会員増には繋がっていないというのが現状です。

全国的に展開されたこの五年間の会員増強運動の状況から、全国老人クラブ連合会の会議等の場では、会員増強に「特効薬」はなく、やはり個々の地道な声かけが大事なのではないかという意見が出ております。運動の計画期間は終了しますが、今後ともクラブの活性化を維持するための新たな会員の獲得を目指し、地元自治会や関係団体との連携を図りながら、会員獲得に努力することが必要だと思えます。

他方、我が国の少子高齢化の一層の進展を背景として、現在、様々な場面で「地域共生社会」の構築が強く訴えられております。私達の目指す地域共生社会は、高齢者も若者も、男性も女性も、健

常者も障害のある方も、その地域に住む全ての人々が何らかの役割を持ち、生きがいを持って暮らすことのできる「支え合いの社会」でもあると考えております。

この地域共生社会の構築に当たっては、高齢者自身にも出来る範囲での「支え手」としての役割が求められており、特に私達老人クラブには、これまでの友愛訪問や見守り活動等の経験から、在宅の要支援高齢者に対する日常生活支援・介護予防活動が大いに期待されております。

皆様には、これまで地域で行ってきた様々な活動を一層充実させ、これからの明るい地域社会づくりの一翼を担うことで、地域において老人クラブの存在感を示し、更に魅力ある老人クラブとなっていくことをご期待いたします。

結びに、会員の皆様及び関係者の皆様にとつて、この一年が幸運な年でありまして、この一年が幸多新年のご挨拶といたします。

謹んで

新春の御祝詞を

申し上げます

(二財) 栃木県老人クラブ連合会

会長 東原 勸 (宇都宮市)

副会長 小島 正 (鹿沼市)

理事 諏訪 正 (小山市)

天川 充 (真岡市)

仙波 清 (高根沢町)

鈴木 康 (鹿沼市)

井口 孝 (足利市)

戸藤 孝 (栃木市)

齋藤 秀 (栃木市)

安良岡 三 (佐野市)

森山 良 (日光市)

坪山 穂 (大田原市)

関谷 眞 (矢板市)

大場 夫 (那須塩原市)

野木 彦 (さくら市)

山田 勝 (那須烏山市)

山田 博 (下野市)

山田 秋 (益子町)

山田 徳 (壬生町)

山田 敦 (学識者)

白根 彰 (県老連)

杉山 栄 (栃木市)

宇津木 正 (上三川町)

佐々木 明 (宇都宮市)

増田 男 (足利市)

酒巻 昌 (栃木市)

恩田 繁 (佐野市)

増田 稔 (鹿沼市)

福川 吉 (日光市)

重喜 昭 (小山市)



新年のごあいさつ

栃木県知事 福田 富一

あけましておめでとうございます。老人クラブの皆様には、高齢者福祉の推進に御支援、御協力をいただき厚く御礼を申し上げます。

さて、我が国は世界有数の長寿国であり、年々平均寿命が延び「人生百年時代」の到来が現実のものとなりつつあります。年齢に関係なく、いくつになっても新しいことにチャレンジできるような社会の実現に向け、着実に進んでいかねければなりません。

こうした中、「支えが必要な人」というこれまでの高齢者像を変え、意欲のある高齢者が地域社会の担い手として、健康で誇りを持って活躍し、生き生きと輝く

「生涯現役社会」の実現が求められており、県におきましても、高齢者の多様な社会活動への参加促進に鋭意取り組んでいるところで

老人クラブの皆様におかれましては、今日まで培ってこられた豊かな知識と経験を十分に発揮して活躍していただくとともに、来年開催される東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会、その2年後に開催される第77回国民体育大会「いちご一会」とちぎ国体」と第22回全国障害者スポーツ大会「いちご一会とちぎ大会」を絶好のチャンスと捉えていただきながら、魅力ある老人クラブ活動を展開し、本県が目指す

「とちぎで暮らし、長生きしてよかったと思える社会」の実現のため、より一層の御理解、御支援をお願いいたします。

本年が老人クラブの皆様にとって実り多き素晴らしい年となりますよう、また、栃木県老人クラブ連合会のみならずの御発展をお祈り申し上げます。

さつといたします。



評議員

- 上野 重治 (真岡市)
- 植木 正雄 (大田原市)
- 大木 紀 (那須塩原市)
- 佐々木 清 (那須烏山市)
- 田嶋 善行 (下野市)
- 森島 清 (那須烏山市)
- 佐藤 悦郎 (茂木町)
- 齋藤 隆守 (野木町)
- 鈴木 隆江 (那須町)
- 高久 卷子 (宇都宮市)
- 井澤 アサイ (上三川町)

●女性委員会

- 委員長 鈴木 康子 (鹿沼市)
- 副委員長 井澤 知子 (宇都宮市)
- 委員 星 阿部 節子 (宇都宮市)
- 近 能 節子 (上三川町)
- 阿部 節子 (足利市)
- 鈴木 美沙子 (栃木市)
- 山田 夕力 (佐野市)
- 高橋 榮子 (日光市)
- 岡田 和子 (小山市)
- 阿久津 美知子 (真岡市)
- 増野 芳子 (大田原市)
- 新野 明子 (矢板市)
- 大木 悦子 (那須塩原市)
- 柴山 泰子 (さくら市)
- 磯藤 ミヨ (那須烏山市)
- 佐藤 とよ子 (下野市)
- 田辺 節子 (市貝町)
- 細内 朋子 (壬生町)
- 山内 公子 (野木町)
- 兼子 テルイ (塩谷町)
- 大久保 ミエ子 (高根沢町)
- 人見 裕子 (那須町)
- 川上 孝子 (那珂川町)

第47回

全国老人クラブ大会 (沖縄大会) 開催される

メインテーマ「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

第47回全国老人クラブ大会が、12月4日(火)～5日(水)、沖縄県宜野湾市の「沖縄コンベンションセンター」他の会場において開催されました。

大会初日は活動交流部会が行われ、第1部会…私たちの地域を支え合おう、新地域支援事業への参画、第2部会…仲間を増やそう、会員増強運動の推進、第3部会…老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン、第4部会…演じる活動、の4つの部会に分かれて、事例発表及び舞台発表が行われました。

第1部会では、地域包括ケアシステムの構築に向けて、老人クラブに対する期待が大きい「新地域支援事業」への取り組みについて、次の3つの団体から発表が行われました。

① 沖縄県 うるま市老連具志川支部
テーマ…「ばあばの会」各クラブの友愛活動

② 広島県 呉市老人クラブ連合会
テーマ…支え合いホームヘルプサービス～お互いさまの地域を目指して～

③ 大分県 臼杵市老人クラブ連合会
テーマ…地域ぐるみで高齢者を支えるボランティア活動

部会参加者の関心の高さを反映して、会場からの質問も多く、時間を超過するほど熱心な討議が行われました。

第2部会では、全老連の「100万人会員増強運動」の最終年度にもかかわらず、なかなか成果が見えてこない「会員増」という普遍的テーマについて、次の3つの団体から発表が行われました。

① 沖縄県 読谷村老人クラブ連合会
テーマ…単位クラブの活性化にむけて～組織の強化・体制づくり～

② 鹿児島県 南さつま市老人クラブ連合会
テーマ…会員増強運動の主役は若手

③ 大阪府 交野市星友クラブ連合会
テーマ…解散の危機をのりこえ、広げる仲間づくりの輪、これからもずっとこの町で暮らしたい
こちらにも熱心な討議が行われました。



▲第3部会 会場の様子



▲受章者の方々

第3部会では、巧妙かつ組織的な手口で被害件数の増えている高齢消費者被害防止に向けた取り組みについて、次の3つの団体から発表が行われました。

① 石川県老人クラブ連合会

テーマ…「だまされたくない音頭」で詐欺被害防止の歌を作って防ごう！オレオレ詐欺

② 徳島県 板野町老人クラブ連合会

テーマ…寸劇で取り組む高齢消費者被害防止の「訪問購入トラブルの巻！」

③ 神戸市老人クラブ連合会

テーマ…高齢消費者被害は高齢者自らが主体となって防ごう！行政とともに「見守りサポーター養成講座」を開催

こちらでは替え歌や寸劇を交えた発表で盛り上がり、熱心な討議が行われました。

また、第4部会の舞台発表では、創作舞踊や寸劇、伝統舞踊などについて6団体から日頃の成果が披露され、見事な出来映えに会場から大きな拍手が送られておりました。

2日目は、初めに沖縄県立博

物館・美術館長 田名真之氏による「琉球・沖縄の歴史と文化」と題した講演が行われました。その後式典に移り、主催者あいさつに続き全老連会長表彰が行われ、本県からは、育成功労者2名、優良団体として1老連1クラブが受章されました。

大会の最後に採択された大会宣言は、別掲(P6)のとおりです。

第48回全国大会は、2019年11月26日(火)～27日(水)の日程により、埼玉県での開催が予定されています。

○表彰を受けられた皆さん

◆全老連会長表彰

◆老人クラブ育成功労者

東原 勸氏 (栃木県老連会長)

関澤 昇氏 (前いちいシニアアクティブクラブ会長)









◆優良老人クラブ

さつき長寿会 (会長…花木正夫氏、宇都宮市老人クラブ連合会)

◆優良市区町村老人クラブ連合会

高根沢町シニアクラブ (会長…仙波清之氏)

お役にたちます!! あなたのまちのシルバー人材センター

<p>専門的・技術的職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●カルチャースクールの講師 ●学習教室講師 など 	<p>運搬・清掃・包装等の職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●清掃全般 ●除草・草刈り ●包装 など 	<p>サービスの職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●福祉・家事援助サービス ●ビル・駐車(駐輪)場管理 ●広告等の配布 ●育児サービス など 	<p>お仕事のご依頼はお住まいのシルバー人材センターまでお問い合わせください。</p> <p>新規会員 随時募集中!</p> 
<p>農林漁業の職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●植木の剪定 ●植木の水やり など 	<p>事務的職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●経理事務・パソコン事務 ●宛名書き ●毛筆筆耕 ●受付事務 ●検針・集金 など 	<p>生産工程の職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ふすま(障子)張り ●和洋裁 など 	<p>その他の職業</p> <ul style="list-style-type: none"> ●大工仕事 ●ペンキ塗り など 
<p>宇都宮市SC Tel.028-633-5300</p> <p>佐野市SC Tel.0283-23-7765</p> <p>小山市SC Tel.0285-28-4130</p> <p>矢板市SC Tel.0287-43-6660</p> <p>那須烏山市SC Tel.0287-88-7731</p> <p>益子町SC Tel.0285-70-1113</p> <p>芳賀町SC Tel.028-677-0246</p> <p>野木町SC Tel.0280-56-2137</p> <p>高根沢町SC Tel.028-676-0099</p> <p>那珂川町SC Tel.0287-92-5730</p>	<p>足利市SC Tel.0284-44-1511</p> <p>鹿沼市SC Tel.0289-65-3200</p> <p>真岡市SC Tel.0285-84-1110</p> <p>那須塩原市SC Tel.0287-37-5121</p> <p>下野市SC Tel.0285-47-1124</p> <p>茂木町SC Tel.0285-63-4970</p> <p>壬生町SC Tel.0282-82-4682</p> <p>塩谷町SC Tel.0287-45-0157</p> <p>那須町SC Tel.0287-72-6321</p> <p>*SCはシルバー人材センターの略です。</p>	<p>栃木市SC Tel.0282-23-4165</p> <p>日光市SC Tel.0288-22-5168</p> <p>大田原市SC Tel.0287-23-1255</p> <p>さくら市SC Tel.028-682-1369</p> <p>上三川町SC Tel.0285-56-8766</p> <p>市貝町SC Tel.0285-68-3722</p>	<p>公益財団法人 栃木県シルバー人材センター連合会 ☎ 028(627)1179 〒320-8503 宇都宮市駒生町3337-1 ちぎ健康の森内</p>

県老連スポーツ大会の結果

第24回 ペタンク大会

優 勝 東峰南長寿会A (宇都宮市) 第3位 大町シニアクラブ (上三川町)
 準優勝 中久保長寿会B (宇都宮市) 第3位 東和町長寿会 (日光市)

第24回 グラウンド・ゴルフ大会

団体
 優 勝 滝田本郷いきいきクラブ
 (那須烏山市) 打数357
 準優勝 富田シニアクラブ
 (矢板市) 打数368
 第3位 弥生会A
 (宇都宮市) 打数374

個人
 優 勝 舘野嘉宜
 (下野市・薬師寺一丁目) 打数49
 準優勝 手塚 悟
 (宇都宮市・弥生会A) 打数51
 第3位 長屋一美
 (宇都宮市・宝井団地いずみ会) 打数52

第34回 輪投げ大会

団体
 優 勝 太田シニアクラブ福寿会
 (高根沢町) 1,107得点
 準優勝 さつき長寿会B
 (宇都宮市) 1,055得点
 第3位 さつき長寿会A
 (宇都宮市) 1,042得点

個人
 優 勝 吉原英二
 (さくら市・馬場桜陽会) 287得点
 準優勝 大塚 勇
 (宇都宮市・さつき長寿会B) 267得点
 第3位 加藤卓磨
 (高根沢町・太田シニアクラブ福寿会) 266得点

宣言

平均寿命の延伸によって、人生百年時代の到来が予測されるようになりました。一方で増加する高齢者を支える社会保障制度の持続可能性が問われています。

このような社会情勢のなかで、老人クラブの健康づくりや友愛活動をはじめ、官民が一体で取り組んでいる新地域支援事業への参画は一層重要性を増しています。

特に見守り支援の友愛活動では、女性会員を中心に取り組んできた特殊詐欺被害の防止活動が、消費者庁はじめ関係各方面から高い評価をいただくまでになりました。

私たちはこれからも社会の一員として、子どもや障害者、高齢者が安心して暮らせる地域共生社会の実現をめざして活動の輪を広げてまいります。

沖縄県は、古来よりアジア諸国との交易によって国際色豊かな独自の文化が育まれてきました。私たちはこの地で受け継がれてきた「ゆいまーる」(相互扶助)の精神に学び、次の事項の実践を誓い、ここに宣言します。

- 一、老人クラブ「一〇〇万人会員増強運動」をすすめます
- 一、「友愛活動」の充実と「新地域支援事業」を支援します
- 一、高齢者の尊厳が守られる諸制度、地域共生社会の実現をめざします

平成三十年十二月五日

第四十七回 全国老人クラブ大会

栃木いきいきクラブ大学校 第17期生17名が卒業

◀ 答辞を述べる小菅恵子さん



平成30年度「栃木いきいきクラブ大学校」は、7月25日の入学式から毎月1日から4日のペースで、延べ15日間、58時間の講座を終え、11月28日無事卒業式を迎えることができました。

「老人クラブの歴史と現状、今後の展開」でスタートしたこの大学校も、「県老連の現状と

皆さんへの期待」「老人クラブ会計の基礎について」など、老人クラブ運営に必要な基礎的な講座から、「見て触れて覚えようパソコン」や「手作りの物を作ろう（折り紙）」で思いがけず自身の能力を発見したり、「県南方面の史跡と文化を訪ねる」野外学習で、安藤勇寿「少年の日」美術館での色鉛筆の絵にどこか懐かしさに魅せられ、安藤先生が登場されたのには、参加者全員感動で、記念写真に収まりました。

仲間同士大いに交流を深めたりと、多彩な講座内容に毎日が充実した中身の濃い5か月でありました。

「この大学校で学んだことをそれぞれの地域に持ち帰り、老人クラブの仲間とともに活動を通して心豊かな地域づくりに活かすことがこれからの役割である」という、卒業生代表小菅恵子さんの答辞の言葉にあるように、皆さんのこれからの活躍が大いに期待されるところです。

講義風景



いきいきヘルシーライフ



共に考える介護生活



ハイキングの計画の立て方と実践



手作りの物を作ろう

子ども会との交流

さくら市いきいきクラブ連合会
葛城松風会
会長 荒井美智子

私たちの会は、7年前に立ち上がった小さな集落の老人会です(会員数34名)。

今年、初めての試みとして、夏休みに子ども会との交流活動を行いました。水でつぼうつくりを中心に、スイカ割りやおにぎりの会食も加えました。

幼児から小学生まで、子どもたち9名、保護者8名、会からは6名が参加しました。子どもたちに会員が水でつぼうの作り方を教



え、保護者がアドバイスをしながら作りました。盛り上がりがあったのは、それぞれで作った水でつぼう遊びでした。あいにく雨が降ってきたにも関わらず、雨の中かけっこをしておおはしゃぎでした。

子どもたちとの活動を通して、若い世代との交流ができ、急に親しくなった思いがします。実践しなければわからないことでした。これからは単発の活動ではなく、引き続き、多くの会員と子ども会とが交流する活動の場を設けていきたいと考えています。

また、私たちを含む区において、今年から区及び地域担当の民生委員等の努力で「カフェかつらぎ」が立ち上げられました。毎週月曜日に介護予防プログラムが実施されています。区その他集落の参加者との交流も新たにできました。笑いヨガ、太極拳、カラオケなど、介護予防の活動に私たち、松風会も積極的に参加していきたいと思っております。



私たちの地域活動とこれからの地域づくり

茂木町老人クラブ連合会
中飯友和会
会長 大島 芳雄

私たちは茂木町の飯にある老人クラブ中飯友和会として、普段から地域に密着した活動をおこなっています。公民館周りの整備や元々老人クラブの会員であった方の自宅や入所している施設に訪問しおしゃべりをしたり、施設の依頼で草木の剪定を行うなど、地域の皆さんと一緒に交流し、活動しています。

また、子どもたちとの交流の場として、今年度から始まった事業として、現在は廃校になった逆川中学校の小学校高丘に社会福祉協議会で開設した「冒険遊び場プレーパークさかがわ」に参加しています。

逆川地区の子どもたちも減少しており、現在は中学校も統合されてしまったため、普段地域で子どもたちの顔を見ることも少なくなり、今回の事業で子ども



もたちと触れ合う機会として、私たちが子どもの頃にやっていた昔ながらの遊びを教えています。遊ぶ道具も無かったため、自分で篠竹を切って紙竹鉄砲を作ったり、ベイゴマを回したりするなど、今の子どもたちと楽しく交流しながら活動することで、そこに新しい地域が生まれてきたのだと実感しています。

こういった活動を通して私たちが地域に出来る役割を生きがいと感じ、これからの地域を新たに作っていけるよう今後も取り組んでいきたいと考えています。

「市老ク連合同の活動」に着手

下野市老人クラブ連合会
会長 山田 博

下野市老ク連の主な各種活動は、昨年度まで合併前の三地区（南河内・石橋・国分寺）別にスポーツ大会その他を各地区の会場で開催しており、特にスポーツ等は、競技毎に地区の代表選考会を実施し、市の大会に代表を送る方法で開催していましたが、平成30年度から、種目別に合同で開催する方式に変更しました。開催方法については、各単位老人クラブ別の会員数の差が相当数有り、異論も多く出たと感じていますが、市全体の単位老人クラブとの交流が出来たことは一つの収穫でした。次年度の運営方法については、別途機会を設けて議論したいと考えています。その他、福祉団体との交流運動会等につきましても、参加人数・施設・他の福祉団体の意見・交通手段等も考慮しつつ前向きに検討していく必要があると考えています。老ク連としては、現



状での会員数減少（単位老人クラブ休眠も含む）を真剣に考え、外部団体へ会員増のPRを、機会ある度に行い、今後とも会員増に対する努力を、会員の皆様方と一緒にやっていくつもりです。その為には一般の任意団体として期待されている諸活動を、市老ク連の役員の皆様と一緒に、限られた任期中に継続努力していくのみと考えています。



塩谷町老連スポーツ大会を開催

塩谷町
老人クラブ連合会

平成30年10月21日（日）第47回目となる塩谷町老人クラブ連合会スポーツ大会が開催されました。初開催以来、毎年の恒例行事となっておりましたが、昨年度は天候に恵まれず実施できなかつたため、今年は2年ぶりの開催となりました。当日は、昨年の雪辱を晴らすような雲一つない青空のもと、303名の会員が選手として集結しました。単位老人クラブごとに赤組、白組に分かれて、借り物競走やリレーなどの定番競技から、グラウンド・ゴルフ競走やタガ回し競走など老人クラブスポーツ大会ならではの競技まで、個人競技、ペア競技、団体競技合わせて全20種目の競技を行いました。和気あいあいな雰囲気でも勝負には真剣に挑む会員の姿は一人ひとり輝いていました。



また、今年初めて、場所を今までの旧玉生中学校グラウンドから変更して、老人福祉センターグラウンドで行いました。さらに社会福祉協議会が開くボランテア体験講座に参加する小・中・高校生がスタッフとして参加しました。初めての試みで事務局も参加者も戸惑うことがありましたが、今までより会場が狭くなった分以前より会員同士の距離が近くなり、親近感のあるアットホームな大会になりました。

栃木県行政書士会 平成31年



マスコットキャラクター
アドちゃん

市民公開講座

開催のお知らせ

相続・遺言・終活について

将来の安心のために今できること
ラストステージは自分が主役

入場無料 予約不要



無料相談会も実施します。
テーマに限らず暮らしのお困りごと
などお気軽にご相談ください。

開催日	このようなお話をします	会場	所在地	講座 開始時刻	無料相談 開始時刻
2/16(土)	エンディングノートの書き方	総合コミュニティセンター 大会講室	宇都宮市 明保野町7-1	午後1時30分	午後3時00分
2/16(土)	①わたしの終活ノート ②相続と遺言について	佐野市役所1階 市民活動スペース	佐野市高砂町1	午後1時30分	午後3時00分
2/17(日)	新しくなった相続・遺言	元気あっぷむら 多目的ホール	高根沢町 上柏崎588-1	午後1時30分	午後2時40分
2/23(土)	①遺言と相続 ②成年後見および信託	足利市民プラザ	足利市 朝倉町264	午後1時30分	午後2時30分
2/23(土)	成年後見制度・ エンディングノートなど	いきいきふれあいセンター 大会講室	那須塩原市 桜町1-5	午後1時30分	午後3時00分
2/24(日)	終活を学ぶ～概要・デジタル 終活・エンディングノート～	栃木市大平健康福祉センター ゆうゆうプラザ	栃木市大平町 西野田666-1	午後1時30分	午後3時00分

主催：栃木県行政書士会 宇都宮市西一の沢町1番22号 電話 028-635-1411
後援：宇都宮市・佐野市・高根沢町・足利市・那須塩原市・栃木市

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



天然温泉100%の大浴場

迦葉山



皆様だけの宴会となります



吹割の滝

- 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

「第10回『介護の日』フェスティバルinけんちょう」に参加

11月11日は国の定めた「介護の日」で、「介護についての理解と認識を深めるため、重点的に啓発を行う日」とされています。この日に合わせて栃木県庁で開催されたイベントに、県老連も4年連続で共催団体として参加し、栃木県議会棟で行われた開会式典には、栃木県老連を代表して東原勸会長が出席しました。



式典では、主催者である福田富一知事から2025年を目途とした「地域包括ケアシステム」の構築の話が出されましたが、改めて元気な高齢者自身が地域共生社会の担い手となることの重要性を考えたところです。

また、県民広場には県高齢対策課と共同でテント内に啓発ブースを開設し、来所者に広報紙や会員勧誘のチラシを配布したところです。また、テント側面を利用して老人クラブの活動啓発パネルを展示し、ブースを訪問された皆さんに説明させていただきました。

た。関係資料の配付や説明を通じ、多くの方と老人クラブの活動に関して様々なお話ができ、意義のある一日となりました。

介護問題は高齢化の進む地域社会の大きな課題であり、多くの高齢者が介護の受け手として制度の一層の充実を願っています。一方で、地域を基盤とする高齢者の自主的組織である老人クラブには、在宅高齢者に対する生活支援や介護予防の面での「支え手」としての活動にも大きな期待が寄せられています。



その意味でも、このイベントに参加することには大きな意味があると考えられています。



活動PR用のパネルは、市町老連や単位クラブなど、どなたにでもお貸しします。遠慮なく県老連までお申し出ください。

第30回 全国女性リーダーセミナーに参加して

那珂川町老人クラブ連合会副会長・女性部長 川上孝子



テーマ「示そう！女性パワー」
参加者は全国各地、北は青森から南は沖縄の女性リーダーが一堂に会して話し合いをしました。

初日には、全国老人クラブ連合会理事の川端幸枝さんから女性パワーを示して多くの仲間と語り合い、健康、明るい地域づくりの担い手となればよいのではと話がありました。

次に基調報告として「老人クラブ組織発展に向けて」
全老連事務局長の谷野香氏が本日のテーマ「示そう！女性パワー」として今後の取り組みについて

一、高齢者の状況について
(一)高齢者人口は2025年団塊世代が75歳以上になり、高齢化率30%にデータを元に説明がありました。

二、老人クラブにおける女性の状況
単位クラブ、会員と会長の女性の割合

○会員の6割が女性 女性会長15%
三、老人クラブの全国運動・行動提案
女性リーダーへの期待

(一)老人クラブ「100万人会員増強運動」(最終5年次)の推進に向けて
会員増強(仲間づくり)に女性パワー発揮

四、よりよい単位クラブのために
リーダーの基本的な3つの留意事項
(一)活動の記録保存と推挙
(二)会計の透明性
(三)会員の安全対策などの話がありました。

休憩を挟み4名の会員の事例発表
発表された皆さん、いろいろな取組をされ、会員増強、見守りサポーター、詐欺撲滅運動、特に関心をもつたのは茨城県神栖市シニアクラブ柳川さんの発表でした。東日本震災の被害見舞、ボランティアの方々への恩返しにと思いついたのが女性部を立ち上げることでした。5名で発足3年目で32名となり、現在では46名の参加者で活動しているそうです。

2日目は男女共同参画センター横浜北館長常光明子氏の指導のもとワークショップ
女性の視点をいかした自助・共助
高齢者の仲間づくりを通じて考える
防災

5人1組のグループになり防災についての話し合いをしました。自助と共助を育むために今日のテーマは「高齢者の仲間づくりを通じて考える防災」です。東日本大震災以降、絆やつながりが大切だと言われています。「イメージする力」「つながる力」「あきらめない力」「自助と共助をつなぐキーワード」は「お互いさま」の安心づくり「できること」を具体的に女性が安心できる備えは高齢者や子どもも多様な不安に寄り添える、日々を楽しむ「わ」(輪・和)を広げる機会をつくる。大震災の時あなたは何を守りたいと思いますか？帰宅したら非常持出袋を点検する。上体ほぐし体操を毎日の習慣にするという事で上体ほぐし体操をして終了しました。女性パワー全開のセミナーでした。ありがとうございました。

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



女性限定

500円割引

2019年1月～7月まで

このチラシを
ご持参ください

A
コース

8,500円 (税別)

(15名様以上)

おさしみ、陶板焼き、地魚揚げ共7品

B
コース

10,000円 (税別)

(12名様以上)

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

7大特典

- ① 個室宴会場2時間無料サービス
- 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



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



★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。

※ 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。

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

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）

老人クラブ用無料送迎プラン (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

●飲物 1本付(酒又はジュース) ●カラオケ無料(通信カラオケは有料)
●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

湯西川温泉かまくら祭 1/26(土)~3/3(日)

元湯 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



全室オーシャンビュー 獲れたての海の幸を贅沢に堪能

お一人様
1泊2食

税込
11,340円

土曜休前日はプラス1,080円



20名様以上 無料送迎プラン

- 舟盛り無料
- カラオケ無料
- お酒またはジュースお一人1本付
- 無料観光案内



阿字ヶ浦海岸 つるやホテル

茨城県ひたちなか市阿字ヶ浦町2229-20 TEL 029-265-8322

平成30年度

県老連女性リーダー研修会 開催される

11月13日(火)県老連女性リーダー研修会が健康の森多目的フドーアで開催され、県内13市町から50名の女性役員・会員と3名の事務局職員の参加がありました。



東原会長のあいさつ

県老連の東原勸会長、鈴木康子女性委員長のあいさつに続き、午前中には、県老連事務局長から「地域社会の将来像と老人クラブの今後の活動」2025年問題と女性リーダーへの期待」の講義を受けました。

高齢化の進む地域社会では、高齢者自身にも地域の「担い手」としての役割が求められ、特に老人クラブには在宅高齢者

に対する日常生活支援等の活動が期待されています。講義では、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年に焦点を当て、この年を目的に取り組むべき支え合いの仕組み作りの必要性について、資料を基に説明がありました。この研修会に初めて参加したという女性会員からは「これからの老人クラブの地域社会での役割がよく分かった」という声も聞かれました。



研修会場の様子



ふまねっと運動の体験

午後には、近年、全身のバランスや認知機能を向上させる「運動学習」プログラムとして注目されている「ふまねっと運動」の体験講習会が行われ、栃木県シルバード大学卒業生でもある「ふまねっとサポーター」の指導のもと、5グループに分かれて全員が運動を体験しました。参加者からは「楽しかった」「地元でも活動に取入れたい」という声が多く聞かれました。この運動は介護予防にも効果が大きいことから、サロン活動などでの活用が大いに期待されます。

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

(諸税込、酒1本付き・昼食代と高速代は別) ●10月11月は1,000円高

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



上田城・千本桜

平成30年7月西日本豪雨災害救援募金の取組結果について

昨年7月に発生した西日本豪雨災害に対する救援募金につきましては、8月2日付け栃老連第63号の会長名通知により、各市町老連会長あて取組要請を行ったところですが、取組の結果は下表のとおりでした。

ご協力いただいた募金は総額 2,511,372 円になりました。集約後、岡山県、広島県老連事務局にそれぞれ、1,255,686 円送金したところです。各老連事務局からは、丁寧なお礼のお電話をいただいております。ご協力大変ありがとうございました。

平成30年12月3日

市町名		事 項	金 額	市町名		事 項	金 額
市	宇 都 宮 市		970,610	町	芳 賀 町		34,636
	足 利 市		211,000		壬 生 町		99,000
	栃 木 市		178,552		野 木 町		30,000
	鹿 沼 市		215,000		塩 谷 町		10,000
	日 光 市		227,600		高 根 沢 町		104,700
	真 岡 市		79,000		那 須 町		24,568
	大 田 原 市		111,713		那 珂 川 町		48,000
	矢 板 市		157,293				
	那 須 塩 原 市		6,700	合 計		2,511,372	
	下 野 市		3,000				

※芳賀町、那須町の募金額は、振込手数料を除いた額である。

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。

- ◆海水浴場まで約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)

2泊3日(5食)

10,300(税込)円より 16,700(税込)円より

●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

●常連のお客様の多い宿(約90%)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。

●エレベーターはありませんが、階段はきつくないです。

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

お知らせコーナー

◆平成30年度の主な行事

- 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

○昨年8月1日から輪投げ用具の料金と販売方法が変更になりました

現在、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ています。

輪投げ用具料金(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

○シニア世代のみんなの歌集

A5判 122ページ 定価540円 (税込・送料別)

※県老連で注文を受け東京の業者から送付されます。

◆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

編集後記

★新年あけましておめでとうございます。

昨年は、老人クラブ大会やサークル活動発表大会、スポーツ大会等、県老連が主催する様々な事業を無事実施することができました。市町老連役員職員の皆さん、そして会員の皆様のご協力に心より感謝申し上げます。

★さて、平成26年度から取り組んできた期間5年の「一万人会員増強運動」も今年度が最終年度で、余すところあと3ヶ月となりました。ここまでの運動の結果、地域の個々のクラブでは成果が見られるものの、全体としての会員減少に歯止めがかからないというのが現状であります。

★全国の状況も本県と同様で、とても会員増強運動の看板を下ろすような状況にはありません。今後とも、運動を継続することになると思いますが、5年の節目を機会に運動の進め方は再検討することも必要だと考えています。

★これまでも申し上げてきたところですが、会員数が増えずに最大の理由は、会長の後継者不在によるク

ラブの解散が多いことです。クラブの会員は続けたいが会長はやりたくないという方が本場に多いのです。確かに、会長となるとクラブの取りまとめという本来の業務の他に、地域での様々な集まりや行事などに出番があるので、一人で全てを担うのは大変だと思います。しかし、このためにクラブが解散してしまうのは何とももったいないと思います。

この懸案を解決するには、会長の重荷はクラブ全体で組織として担っていただくのが一番です。副会長や総務担当等の皆さんがクラブの代表として堂々と出て行っていたらいいと思います。会長の負担が軽減されれば、会長の成り手はおられると思います。

★それともう一つ、単位クラブの会長さんへお願いします。今後クラブ解散の危機に直面したような時は、一人で悩むことをせず、まず市町老人クラブ連合会に相談し、解決策を模索してください。市町老連や隣接単位クラブなど周囲の皆さんの協力を得ながら、危機を乗り越えていただきたいと思っています。

(白根沢)

発行 一般財団法人 栃木県老人クラブ連合会 東原 勸 宇都宮市駒生町三三三七二 「とちぎ健康の森」内 電話〇二八(六二二)四七八七 FAX〇二八(六二二)四七六七

茨城県北茨城 平潟港温泉

15名様以上送迎無料

天然温泉と港直送地魚料理!

日本一のおんこう鍋とテレビ取材で人気の宿の

あんこう鍋 or とらふぐ鍋

15名様以上の特典

カラオケ無料・宴会場無料・無料観光案内
夕食時、酒又はジュースお一人様一本付き
※宴会・カラオケのご利用時間は二時間までです。
※高湯代は別途徴収となります。(別途代含む)

1泊2食
[消費税・入浴税別]

限定10組 **得々フェア**

通常料金
12,000円が
今だけ限定

8,000円

2種類の鍋からお選びいただけます。



日本一の
あんこう鍋

全国ご当地鍋フェスタ 鍋-1グランプリ 優勝の鍋
旨さ日本一! あん肝が濃厚なあんこう鍋



新名物
常磐温泉とらふぐ鍋

新鮮直送! 自社で温泉を使って調理しています。
あっさりホクホクの常磐温泉とらふぐ鍋



港直送の海鮮料理



身も心もゆったり寛ぐ畳敷きのお風呂

北茨城 平潟港温泉
あいらの宿まるみつ旅館



全国ご当地鍋フェスタ優勝の宿

TEL.0293-46-0569

FAX.0293-46-5698

E-MAIL front@ankou1.com