

# 栃木県老連だより

第161号

〈令和3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 1,520団体

会員数 60,063人

発行部数 5,300部

発行 年4回  
(4・7・10・1月)

## 目次

- 新会長就任挨拶……………1
- 市町老連会長・事務担当者研修会……………8
- 県老連の新たな役員等を選任……………2
- 老人クラブ活動を考える①……………11
- 令和2年度事業報告・決算報告……………2
- 元気シニア活躍応援情報……………12
- 地域いきいきコーナー……………4
- お知らせコーナー……………15
- コロナに負けない健康づくり……………6
- 難読クイズ……………15

## 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 前川 昭一  
まえ かわ しやういち

この度、今年度の第2回理事会において会長に選任されました佐野市の前川でございます。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。

昨年の新型コロナウイルス感染拡大を受け、外出の自粛、イベントの中止等も相次ぐなど、老人クラブ活動にも大きな影響がある中、各地域においては、感染予防対策の徹底を図りつつ、工夫をしながら活動を継続していただいていることに感謝申し上げます。

老人クラブは、これまでも友愛訪問や環境美化活動など、地域に根ざした社会貢献活動を通じて、高齢者自身の健康・生きがいづくりに力をいれてまいりました。超高齢化や人口減少が進み、暮らしにおける人と人とのつながりが弱まる中、国では、誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現を目指しており、老人クラブに対しては、「地域の支え手」としての大きな期待が寄せられております。

しかしながら、個人のライフスタイルの多様化や地域における人間関係の希薄化等を背景に、老人クラブ会員の減少や役員のみならず手不足は依然として続いており、新たな視点での取組が必要だと考えています。

私は老人クラブの活動は、極力「やさしく・楽しく」をコンセプトとして、難しいことを一切企

画なしで活動すれば、誰もが気楽に楽しく参加できる「お茶のみ場」になるのではないかと思います。居場所・たまり場づくりは、高齢者の外出のきっかけをつくり、家に閉じこもりを防ぐ唯一の施策になるかと思えます。住み慣れた街に高齢者の居場所が必要です。

役員不在の解決策として、組織を上意下達式の三役を責任者とした組織から、会員同士が、上下関係のない平等な組織に変えて、会員一人ひとりになんらかの役割をもってもらい、全員参加の運営に変革していくことも、一案ではないでしょうか。

何の縛りもない、サークル活動や趣味の会で楽しんでいるグループが県内に沢山存在しているのも現実です。昨今は、市・町の広報紙や掲示板の情報により、地域の身近な企画が簡単に得られることになったことも背景にあります。

しかし、あきらめる事なく、今こそ老人クラブの出番です。もう一度クラブ活動それ自体の魅力を見つめなおして、長年暮らしてきた地域のため、そして「地域共生社会」を実現するために、老人クラブの全体像として、「生活を豊かにする楽しい活動」「地域を豊かにする社会活動」を目標として、積極的な活動に取り組んで参りましょう。

皆さま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。





⑥全老連活動賞 3団体  
 ※受賞者・団体への表彰状については、後日市町老連を通じ伝達しました。

◇栃木いきいきクラブ大学校(中止)

◇県老連スポーツ大会(中止)

◇県老人クラブ会員作品展(中止)

◇県老人クラブサークル活動発表大会(中止)

◇市町老人クラブ連合会長及び事務担当者研修会(中止)

◇市町老人クラブ連合会リーダー研修会(中止)

◇機関紙の発行

県老連だより

第157号(第159号)

発行日: 4月10日、9月10日、1月10日

※各種事業の中止に伴い、7月10日・10月10日発行予定を9月10日合併号としました。

◇広報紙コンクール

7月8日

広報部会で応募広報紙を審査

7月21日

第3回正副会長会議で表彰団

体を決

最優秀賞

ファイオーレ和会

(さくら市)

優秀賞

4団体、佳作

4団体

「社会奉仕の日」(中止)

◆市町老連「女性リーダー研修会」支援  
 宇都宮市、大田原市、市貝町

3市町老連/127名参加

◆市町老連「多世代ふれあい交流推進」支援  
 足利市、大田原市

2市老連/473名参加

◆市町老連「友愛訪問活動」支援  
 宇都宮市、足利市、小山市、大田原市、矢板市、上三川町、市貝町、高根沢町

8市町老連/710名参加

◆第49回全国老人クラブ大会(中止)

●全老連会長表彰

(1)老人クラブ育成功労者 2名  
 木村章穂氏(大田原市)  
 田崎フジ氏(さくら市)

(2)優良老人クラブ  
 南赤田福寿会(那須塩原市)

(3)優良市町老連  
 野木町老人クラブ連合会

※受賞者・団体への表彰状については、後日県老連を通じ伝達しました。

◇県老連大学校OB会合同研修会(中止)

◆市町老連との協議

23市町老連(茂木町・塩谷町を除く)・県高齢対策課・県老連職員により、令和3年度に県から受

託予定の事業説明及び事務局体制のヒアリング・意見交換を行いました。

◆老人クラブ加入促進グッズの作成  
 加入促進活動のための「のぼり旗」を作成し、市町老連に配布しました。

◆高齢者の交通安全運動の推進

県警発行の「高齢者交通安全白書」等を各市町老連あて配付しました。

◆安全で安心なまちづくりの取組  
 各地域において、学校関係者や地元自治会と連携した児童生徒の登下校見守り活動を実施するほか、各種啓発活動に取り組みました。

令和2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	1,000	425	575
受取分担金	6,780,000	6,867,930	△ 87,930
受取補助金	7,337,000	7,336,981	19
受取配分金	600,000	600,000	0
受取会員章拠出金	50,000	89,000	△ 39,000
事業収益	3,148,000	2,385,341	762,659
受取寄付金	1,000,000	1,000,000	0
雑収益	1,000	23	977
経常収益計	18,917,000	18,279,700	637,300
2 経常費用			
事業費用	14,035,000	12,512,801	1,522,199
管理費用	5,711,000	5,648,049	62,951
経常費用計	19,746,000	18,160,850	1,585,150
当期経常増減額	△ 829,000	118,850	△ 947,850
当期一般正味財産増減額	△ 829,000	118,850	△ 947,850
一般正味財産期首残高	7,925,000	7,925,051	△ 51
一般正味財産期末残高	7,096,000	8,043,901	△ 947,901



# 黄ぶなのお守り

宇都宮市老人クラブ連合会  
清原地区老人クラブ連絡協議会

令和2年度は新型コロナウイルス感染症防止のために行事計画のすべてが各地で中止となり、とても悔しい思いをしました。令和3年度もかなり厳しい状況が続いておりますが、予防接種も開始され少しずつ変化しているように思いますが、清原地区老人クラブ連絡協議会では、会員の心の支えに少しでも



も役立てればとの思いで有志が集まり、折り紙で千匹の黄ぶなを作りました。黄ぶな伝説も一緒に印刷し小さな袋に同封。持ち歩きのできる「お守り」にしました。日ごろ会員の皆さんはスポーツ等の練習で腕を磨き、各種活動等に励んでいます。集まることや発表する場所がありません。なんとしてもコロナを退散させたいとの願いを込めて「黄ぶなのお守り」を全会員906名と、関係各所の方々合わせて1,000名に配布いたしました。会員の皆さんは「とても嬉しい」「ありがとう」「これからも頑張ります」「千個の黄ぶなのお守り作り大変だったでしょう」とお声を掛けていただきました。

一日でも早く新型コロナウイルス感染症が終息し、何でもない日常が来ることを願うばかりです。

## 黄ぶな伝説

昔、宇都宮に疫病が流行った時に、田川(宇都宮駅前)で釣った「黄色の鰯」を食べたところ、病が治ったという言い伝えがあります。以来当地では初市にて売られる張子の黄ぶなを神棚に飾り、無病息災を祈る習慣が残っているそうです。

# 地域でなくてはならない「いきいきクラブ」を目指す

那須烏山市南那須支部連合会  
大金台いきいきクラブ  
会長 野木 勝

私たちの自治会は、業者が開発した林間分譲地の中にあります。住民は137世帯で、主に他方から来た人で構成されているため地元の人々は少なく、高齢者が多いため、近い将来、限界集落にならないか危惧されている地域です。そのため、将来の不安や孤独になる人たちが多く、対策として数年前から見守り隊、困りごと相談や

助っ人隊等を立ち上げており、我が「大金台いきいきクラブ」も自治会長の方針のもと、積極的に参加、応援をしています。

現在会員は、60歳〜90歳までの53名で、これからも会員増が必要であり、自治会になくてはならない「いきいきクラブ」を目指していきます。



会員を増やすために、月1回の自治会回覧では会員の募集をしております。今ではその成果がでていますが、また、フレイル予防で特に大切に行っているのは運動で、月曜日と金曜日はグラウンド・ゴルフ、火曜日と土曜日はベタンク、水曜日はダンベル運動、木曜日は介護予防として「ふれあいの里」と、一週間フルに活動しています。

これからも、会員間でコミュニケーションをとりながら楽しい活動の充実を目指して参ります。





私たち「矢板市シニアクラブ連合会」は、社会活動部を始め5つの部会があり、それらの部会が中心となり運営に当たっております。

主な活動内容は、グラウンド・ゴルフなどの各種スポーツ大会

**健康長寿を  
目指そう**

矢板市シニアクラブ連合会  
会長 三好良重

や、県外視察研修、文化財巡り、シルバークロニクル活動などを行い、ふれあいと笑顔でいきいき健康長寿を目指し、会員同士の交流と生きがいづくりに努めています。

しかしながら昨年度は、新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、残念ながら多くの事業を中止せざるを得ないという未曾有の事態となつてしまいました。

今年度もコロナウイルスの感染状況を見ながら事業を進めていくことになるのではと、大変心配しておりますが、会員のみならず交流が少しでも多くなる機会を作っていけるよう、会員のみならずのご意見やご要望を頂きながら工夫していききたいと思っております。

このような時だからこそ地域におけるシニアクラブの役割を十分に認識するとともに、会員のみならずの知恵と力を結集し、所期の目的が達成できますよう努力して参りたいと思っております。



昨年度、新型コロナウイルス感染症が拡大する中、私は那珂川町老人クラブ連合会の会計の任を仰せつかりました。そのような状況の中、緊急事態宣言に伴い那珂川町でも連合会で予定し

**コロナ禍でも  
楽しく活動  
するために**

那珂川町老人クラブ連合会  
会計 小高正孝

ていた行事はすべて中止となり、計画どおりの予算執行が難しい状況となりました。

そこで、連合会役員で様々な知恵を出し合い、各単位クラブに非接触型体温計を配布するにしました。普段の活動時の体温チェックに使用するのももちろんのこと、連合会の行事の際には、受付での密状態を防ぐため、単位クラブごとに体温を測定し、結果を代表が報告するという体制を整えました。

今年度は予定どおり行事を開催できるよう、手指の消毒はもちろんのこと、用具を共用する輪投げ交流会では、全員が使い捨て手袋を使用して感染防止に万全を期すなどの準備を連合会役員で相談しながら進めています。

会員数が毎年減少する中、コロナ禍で更に活動が縮小してしまいがちですが、元気に笑顔が溢れる行事を一日でも早く再開できるように、会計という立場から支えたいと思っております。



# コロナに負けない健康づくり

自宅でも毎日「フレイル予防」

コロナ禍で大切なことは、「感染防止」と「健康維持」の両立です。特に高齢者は、外出を控えて、仲間と会う機会が減ることにより、体力だけでなく気力も低下して「フレイル(虚弱)」になることが心配されています。

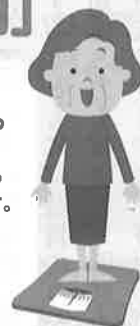
「フレイル」は早期に気づいて予防することで、健康な状態に戻ることができます。クラブや連合会で目標を掲げて、私たち一人ひとりが毎日の暮らしのなかでフレイル予防に取り組みましょう。

## 予防の柱は「運動」「栄養」「社会参加」

食事は元気の源、3食しっかりとりましょう。口の健康も大切に。

- 肉・魚・卵・大豆製品などたんぱく質をバランスよくとろう。

- 食後の歯磨き、定期的な歯科健診。  
\* 歯と口の健康維持。入れ歯や義歯の場合も同じです。
- 体重の変化に気をつけよう。



### 栄養

しっかり噛んで、しっかり食べる。



### 運動

毎日、適度な運動を心がける。

体を動かして、心身共に、健康を保ちましょう。

- 室内の体操に加えて、人の少ない時間帯を選んで、散歩やウォーキングを楽しもう。
- 継続のために目標を持とう。
- 仲間と励まし合って続けよう。



### 社会参加

地域の人や仲間とのつながりを保つ。

今できる交流、つながりを考えましょう。

- 外出が難しい時は、電話で友人や家族と話そう。
- 身近な情報に関心を持とう。  
新聞や回覧板、広報などからの情報は、会話や外出のきっかけになります。
- 感染予防を行い、無理のない範囲でクラブや趣味、地域活動に参加しよう。



『農機具』『建機』お売り下さい。買取地域No.1を目指して買取強化中!!

とにかく  
買い  
ます!!



「農機具」「建機」  
高価買取  
致します。

まずはお電話にてお問合せください!!  
☎ 0289-64-1004

創業以来中古機買取総数  
20,000件  
以上の実績

査定  
無料

県内  
出張見積  
OK!!

トラックも  
買取強化中!!



『農機具』『建機』売らなら高価買取のひこうせんアグリへ!!

古物商計可証第411010001894号



HIKOUSEN AGRI

ひこうせんアグリ

栃木県鹿沼市白桑田 516-4

☎ 0289-64-1004

営業時間 9:30~18:00 毎週水曜定休

www.hikousen-rs.com



# 市町老連会長及び事務担当者研修会が開催されました

令和3年6月10日(木)とちぎ健康の森大会議室において、令和3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ました。県内各市町から37名の参加があり、皆さん熱心に受講されました。

昨年度は新型コロナウイルス感染防止のため中止を余儀なくされましたが、今年度は開催時間を短縮するとともに出席者のソーシャルディスタンスをとるなど様々な対策を行い開催しました。

県老連前川会長のあいさつの後、県高齢対策課生きがいづくり担当の大根田課長補佐から令和3年度保健福祉部の運営方針について説明があり、高齢対策課ではシニア世代の多岐にわたる社会参加ニーズにワンストップで対応する「とちぎ生涯現役シニア応援センター」の事業を栃木県老人クラブ連合会に委託

し、さらに発展したものにしていくとのことでした。

地域支援担当の齋藤副主幹からは、「生活支援体制整備事業について」と題し、以下の点について説明がありました。

## ◆高齢者人口等の現状と将来予測

栃木県の人口の将来予測では、20〜64歳で75歳以上を支える担い手が2025年には3・1人、2040年には2・4人で

支える必要があるなど、急速な高齢化や人口減少による担い手不足への対応は喫緊の課題となっている。

## ◆地域包括ケアシステムの実現に向けた展開

地域包括ケアシステムの構築に当たっては、「介護」「医療」「予防」といった専門的サービスの前提として、「住まい」と「生活支援・福祉」といった分野が重要であり、自

助・互助・共助・公助をつなぎあわせる役割が必要である。また、地域包括ケアシステムを構築するためには、高齢者のニーズに応じた体制の構築といった視点が必要である。

## ◆生活支援コーディネーター及び協議体について

生活支援の必要性が増加し、ボランティア、NPO、民間企

業等の生活支援・介護予防サービス提供による高齢者の介護予防が求められている。社会参加・社会的役割を持つことが生きがいや介護予防につながる中で、多様な生活支援・介護予防サービスが利用できるような地域づくりを市町村が支援できるように制度的な強化を図る。

最後に高齢者の地域づくりへの参加促進と地域の中核となる人材の育成のためには、老人クラブ活動の活性化が求められており、それが地域包括ケアシステムの深化、推進につながるという話がありました。

県老連薄井事務局長からは、「地域づくりの支え手として」と題して、国が進める「地域共生社会」構築のポイント及び老人クラブ活動が地域づくりを進める大きな力になるという内容





で、以下の点について説明がありました。



○高齢化・人口減少を背景として、新たな時代に対応した福祉の提供ビジョン↓地域共生社会の実現が求められている。

○地域のつながりの希薄化や家族機能の低下、雇用習慣の変化等により、血縁、地縁、社縁という日本の社会保障制度の基礎となってきた「共同体」の機能が脆弱化している

が、地域では多様なつながりや参加の機会の創出により、「第4の縁（知縁）」が生まれている。

○市町村の重層的な支援体制の構築には、相談支援、参加支援、地域づくりに向けた支援が求められている。住民同士が出会い、参加することのできる場や居場所づくり、課題を抱える人に対する声かけなどを通じ、「相談支援」に早期につながるなどが重要であるが、その内容は老人クラブ活動に通じるものが多く、意識的な取組が期待される。

○地域づくりを進めるためには、「地域における出会いや学びの場を作り出す↓多様なつながりや参加の機会を確保する↓地域の中での支え合いや緩やかな見守りが生まれる」という視点が重要。その人と人とのつながりそのものがセーフティネットの基礎となる。  
最後に、今こそ元気高齢者・

老人クラブの出番！であるとの話がありました。

県老連ぶらっと担当廣澤事務局からは、「シニアの社会参加相談窓口設置支援事業について」説明がありました。

○平成26年に設置されたぶらっとは、窓口が宇都宮市内の1カ所しかなく、遠く離れた地域の方の利用が不便である等の課題があった。

○そのため、より身近な市町老人クラブ連合会事務局にシニ

アの社会参加活動を応援する窓口を新たに設置し、取組を進めていきたい。

その他、現状の窓口利用状況や今後のスケジュール等の説明がありました。

新型コロナウイルス感染はまだまだ予断を許さない状況ですが、ワクチン接種が徐々に広まること、今後は活動範囲も広がってきます。今できることから少しずつ始めて豊かな地域づくりを進めていきたいと思います。



軽井沢の雲場池

この秋

さわやか信州で深呼吸

バス代無料の税込宿泊代(15名様以上)  
1泊2食 12,250円～

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

GOTOトラベルなど助成金の手続き致します。  
まずはお電話ください。

いきいき活動を  
支える

## 老人クラブ会員向けに 傷害保険・賠償責任保険で安心補償

2021年10月始期  
2022年4月始期版

### 傷害保険 (掛金・補償内容)

改定

自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)。

〔一部のタイプでは特定感染症に感染した場合や、他人の物を壊したり、他人にケガをさせた場合も対象となります。〕

- 2021年4月始期契約より24時間型のすべてのタイプに「特定感染症危険補償特約(新型コロナウイルス感染症を含む)」が追加されました。
- 保険の対象となる方は老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体保険です。

①保険始期月 および保険期間	保険始期月	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
	2021年10月	2021年7月15日～9月15日まで	2021年10月1日午後4時から1年間
	2022年4月	2022年1月15日～3月15日まで	2022年4月1日午後4時から1年間

②掛金払込の条件: 加入申込の人数に関わらず1回の払込につき掛金総額3,000円以上(追加の場合も同様)  
※払込手数料は加入申込者負担となります。老人クラブ・会員個人には保険証券・領収証は発行されません。

③補償内容・掛金タイプ: 「24時間型:4タイプ」・「活動型:2タイプ」の6タイプから1人1つ選択してください。  
複数口加入はできません。

④掛金内容・補償内容【下記◆重要◆と併せてご確認ください】

補償内容のうち上段は老人クラブ活動中のケガの補償額、下段( )内は老人クラブ活動中以外のケガの補償額です。

タイプ	補償充実 24時間型				活動型		
	クラブ活動中(往復途上(注1)を含む)・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。 【補償額】上段:活動中のケガの補償額 下段:(活動中以外のケガの補償額)				クラブ活動中(往復途上(注1)を含む)のケガを補償します。		
補償内容(保険金額)	1名あたりの年間掛金	12,000円	8,000円	5,000円	3,500円	1,000円	500円
A 死亡保険金		321万円 (151万円)	185万円 (100万円)	172万円 (87万円)	106万円 (61万円)	85万円	45万円
B 後遺障害保険金(注2)		321万円 (151万円)	185万円 (100万円)	172万円 (87万円)	106万円 (61万円)	85万円	45万円
C 入院保険金日額(注3) 1事故につき30日限度		6,300円 (2,300円)	3,200円 (1,200円)	3,050円 (1,050円)	1,800円 (800円)	2,000円	1,000円
D 通院保険金日額 1事故につき30日限度		3,700円 (1,100円)	2,050円 (750円)	1,950円 (650円)	1,150円 (500円)	1,300円	650円

新

特定感染症危険補償(新型コロナウイルス感染症含む)(注4)  
対象となる保険金 B C D (注5) (A死亡保険金は対象外です)

個人賠償責任補償(自転車事故も含む)(注6)  
1億円限度 1億円限度

地震・噴火・津波危険補償  
対象となる保険金 A B C D (注5)

熱中症危険補償  
対象となる保険金 A B C D (注5)

⑤【クラブ活動中とは】

- (1)「所属する単位クラブが予め計画・実施する活動」および
- (2)「市区町村(地区・校区)から全国までの各連合会が主催する活動イベント」ならびに
- (3)「老人クラブ関係者として他団体の活動」への参加・往復途上を含みます。
- (4)事故証明者:単位クラブ関係者、参加した主催者連関係者

◆重要◆

- ⑥(注1)往復途上とは、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、クラブ活動場所までの通常経路を指します。
- ⑦(注2)後遺障害保険金は、死亡保険金と合算した金額が補償の上限額となります。後遺障害の程度に応じて、後遺障害保険金の4%~100%が支払われます。2021年4月始期契約より、全タイプで後遺障害保険金が対象となりました。
- ⑧(注3)手術保険金として、入院中は入院保険金日額の10倍、外来(入院中以外)は5倍がお支払対象となります。傷の処置や抜歯等お支払いの対象外の手術があります。
- ⑨(注4)特定感染症危険補償特約。2021年4月始期契約より24時間型の全タイプに追加となりました。新型コロナウイルス感染症を含む特定感染症を発病した場合に、後遺障害保険金、入院保険金、通院保険金について(除く死亡保険金、手術保険金)補償の対象となります。
- ⑩(注5)特定感染症、地震・噴火・津波危険補償、熱中症危険補償はクラブ活動中・活動中以外を問わず24時間対象ですが、補償額はA死亡保険金(除く特定感染症補償)、B後遺障害保険金、C入院保険金日額、D通院保険金日額の下段( )内の補償額(活動中以外の補償額)となります。
- ⑪(注6)1事故について1億円を限度に保険金をお支払いします。自動車等を運転中に生じた事故については対象外となります。

### 賠償責任保険 (掛金・補償内容)

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: 単位老人クラブ(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(中途加入可)
- 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

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

加入申込書、資料請求先 専用FAX 03-3597-8767 お問い合わせ先 03-3597-8770

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> (老人クラブ傷害保険) (既払) メールアドレス [hoken@senior-ltd.com](mailto:hoken@senior-ltd.com)  
(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8768  
(引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社(担当課)医療・福祉法人部 TEL.03-3515-4143

※この広告は、以下の商品についてご紹介したものです。  
【老人クラブ傷害保険】  
老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険・総合生活保険(傷害補償)  
【老人クラブ団体賠償責任保険】  
施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険  
ご加入にあたっては、必ず「パンフレット」「概要」「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてあります保険約款によりませんが、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。

# 老人クラブ活動を考える①

## ～老人クラブの運営～

老人クラブ活動の課題である会員の減少や役員のなり手不足などに対し、様々な工夫をして、会員の増加や安定的な運営に結びつけている活動事例もあります。あらためて自分たちの老人クラブ活動を振り返ってみましょう。

### 1 運営の原則

- 会員本位の自主的かつ民主的な運営を行う
- 会則や内規を定めるなど運営方法を明確にする
- 各世代や男性会員・女性会員の意見を十分踏まえる

### 2 役員構成

- 会長、副会長、会計、監事などをおく
- 高年会員と若手会員、男性会員と女性会員の均衡に配慮する
- 常に後継リーダーの養成確保に努める

### 3 会員の役割分担

- 役員のほかに活動分野ごとの担当者や係（例えば、健康委員、友愛活動リーダー）等を設けて、できるだけ多くの会員が、役割を分担して活動推進に参画する

#### こんな効果がありました！

- 会員がそれぞれの役割を持ち、各種事業に取り組むことにより、主体性や責任感が生まれ、活動が活性化しました。
- 会員が役割を担うことにより、役員負担軽減につながり、スムーズな役員交替ができるようになりました。



### 4 役員会、定例会の開催

### 5 活動計画、予算の作成

### 6 自主財源を主体とした運営

～老人クラブ運営指針から抜粋～

5名様から



## 『送迎付き宿泊プラン』

企画できます!!

老人クラブのご旅行に最適！  
相談できる旅行屋さんです！  
お気軽にお電話ください！

見積  
無料

## 株式会社 旅らんど

〒320-0822 栃木県宇都宮市河原町7-5-508

TEL 028-688-8322

FAX 028-688-8323

【営業時間】9:00～17:30

【定休日】土・日・祝祭日





# 元気シニア

## 活躍応援情報

今年度、栃木県より「とちぎ生涯現役シニア応援センター(ぷらっと)運営業務」を受託し、市町老人クラブ連合会事務局への応援窓口設置、「やってみっぺいちご隊」活動等の準備を進めています。

### 1 元気シニア活躍応援窓口の設置

高齢者の活動エリアとなる身近な市町域において、社会参加を進めるため、何か活動したいと考えているシニア世代の応援窓口を協力可能な市町老連事務局に設置していきます。現在、開設に向け準備中です。



### 2 やってみっぺいちご隊活動業務

積極的に社会参加し、地域づくりの担い手として活躍する高齢者を「やってみっぺいちご隊」として募集・登録し、生涯現役社会の実現に向けた機運づくりと社会参加活動へのきっかけづくりに取り組んでいきます。登録時に交付する缶バッジや周知方法等を検討中。

### 3 元気シニア活躍推進モデル事業



老人クラブを主体とした社会貢献活動等をモデルとして、活動の進め方や課題解決の方法を検証し、その情報を各地域で共有することで、魅力ある社会参加活動の普及と活動意欲のある高齢者の活躍を推進します。各地域における取組状況を集約中。

上記のほか、新たなホームページを開設し、様々な情報発信を行っていく予定です。楽しみにお待ちください。

## 「ぷらっと」では

- ◎ **どんな人を対象としているの？**  
 A これから何かを始めたいと考えているシニア世代の方ならどなたでも結構です。
- ◎ **直接出向かないと相談できないの？**  
 A 電話やメール、あるいは県内各地で実施する出張相談でも相談できます。
- ◎ **本人しか相談できないの？**  
 A ご家族や兄弟姉妹などからの相談もできます。
- ◎ **利用料はかかるの？**  
 A 無料です。
- ◎ **相談は1回しかできないの？**  
 A 何回でも相談できます。

## 「ぷらっと」ご利用の流れ



受付

相談

資料閲覧



一人ひとりの経歴や希望に添って、最も適した社会参加活動のできる情報を持った関係機関を紹介します。

社会参加活動に関する活動事例や関係資料をゆっくりご覧ください。

ボランティアセンター	老人クラブ
シルバー人材センター	ハローワーク
生涯学習センター	その他の関係機関

# とちぎ生涯現役シニア応援センター

# ぷらっと

## 生涯学習



## 社会貢献



## 仕事



いろいろな  
社会参加活動が  
あるんだな!  
まずは、  
相談して  
みよう

友だちを  
誘ってみよう  
かしら



場所

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町 3337-1 とちぎ健康の森2階  
(一財) 栃木県老人クラブ連合会事務局内

利用  
時間

9:00~17:00 月曜~金曜  
※土曜、日曜・祝休日、年末年始は休業

連絡先

TEL 028-623-1291 FAX 028-621-4767  
E-mail shougaieneki-p@tochigirouren.or.jp

とちぎ生涯現役シニア応援サイト  
<https://www.senior-ouen-p.ne.jp>



「ぷらっと」は、輝き続けるシニアライフを応援するために栃木県が設置した機関です。



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

(15名様以上) **9,800円** (税込)

12~14名様  
1,200円増し(税込)

おさしみ、陶板焼き、地魚揚げ共8品



女性限定

500円割引

2022年4月末まで

このチラシを  
ご持参ください

※電話予約に限ります



写真は夕食時の料理です

## 7大特典

GoToトラベル  
割引対象

- 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 飲み放題 2時間 1,200円(税込)
- ⑤ 宴会時お一人様お酒またはウーロン茶1本サービス
- 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

(税込)

に変更するとき 各1,200円増し



※ 当日出発は10:00頃、または12:30頃です。  
(当日出発12:30は宿泊料金 300円割引)

※ 土曜日・休前日は1,200円増しです。(税込)

★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

## ◆令和3年度の主な行事

- 8/23(月) 第27回栃木県民福祉のつどい (宇都宮市文化会館)
- 8/31(火)～9/2(木) 第35回県老連作品展(搬入・搬出)(宇都宮市文化会館)
- 9/2(木) 第35回栃木県老人クラブ大会 (宇都宮市文化会館)  
第24回県老連サークル活動発表大会 (宇都宮市文化会館)
- 9/15(水)～21(火) 老人の日 (老人週間)
- 9/20(月) 社会奉仕の日 (全国一斉)
- 9/27(月) 県老連大第17回OB会合同研修会 (健康の森) (予定)
- 10/13(水) 県老連スポーツ大会 (井頭公園 軟式野球場)
- 11/17(水) 第50回全国老人クラブ大会 (香川県高松市)
- 2/8(火) 市町老連リーダー研修会 (宇都宮市文化会館)
- 2/15(水) 調査研修部会 (健康の森)
- 3/3(木) 市町老連事務局長会議 (健康の森)
- 3/8(火) 第3回理事会 (健康の森)

## ◆販売品紹介

### 輪投げ用具の料金と販売方法

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
- 全老連創立60周年記念会員章 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550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。
- 県老連オリジナルポロシャツ  
色は6色、サイズも6つ、価格は2,500円。胸に老人クラブ

のロゴマーク、背中に「とちまるくん」のマークあり。「とちまるくん」は各市町の「ゆるキャラ」と交換可能。

## ◆全老連監修「泣いて、笑って、昭和の子育て」のご案内

- ・定価 1,100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

- 令和3年度版「老人クラブリーダー必携」  
1冊 640円(送料込) / 2冊以上 440円×冊数(送料別)
- 高齢者向け体力測定ハンドブック  
1冊 640円(送料込) / 2冊以上 440円×冊数(送料別)
- 高齢者向け体力測定記録用手帳  
1冊 380円(送料込) / 2冊以上 180円×冊数(送料別)
- 健康ウォーキングハンドブック  
1冊 640円(送料込) / 2冊以上 440円×冊数(送料別)
- 健康ウォーキング手帳  
1冊 380円(送料込) / 2冊以上 180円×冊数(送料別)
- いきいきクラブ体操関連教材  
・DVD (映像)  
1枚 2,500円(送料込) / 2枚以上 2,200円×枚数(送料別)  
・CD (音楽)  
1枚 1,050円(送料込) / 2枚以上 850円×枚数(送料別)

※ご注文、お問い合わせは、県老連事務局あてに電話・FAX又はメールでお願いします。

電話：028-621-4787 / FAX：028-621-4767  
メール：tochi-ikiiki@tochigirouren.or.jp

# 雑誌クイズ!

暑い「夏」の季節になりました! 「夏」をテーマにクイズにしました。

★次の①～⑤の読み方をお答えください。

- ① 簾 ② 心太 ③ 鬼灯 ④ 玉蜀黍 ⑤ 向日葵

★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。

## 応募先

〒320-8503

宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森2階

栃木県老人クラブ連合会まで



## 第160号(4月10日発行)の答え

- ① 椿(つばき) ② 鱈(さわらじ) ③ 芹(せり) ④ 松(すずな) ⑤ 薺(なすな)

ご応募をいただき、ありがとうございました。  
応募総数5通、全問正解は5通でした。次の5名の方に粗品をお送りいたします。

- ☆鈴木 誠さん (宇都宮市 中島町熟年の会)
- ☆大橋 行子さん (小山市 鹿向榮遊会)
- ☆諏訪さく子さん (小山市 東出井いきいき会)
- ☆深津 貞夫さん (壬生町 緑友会)
- ☆稲澤 フクさん (那珂川町 北向田北寿会)

## 編集後記

4月から事務局に「ぷらっと」の3人が加わり、6人体制となりました。職員の一り一言でご挨拶に代えたいと思います。

■そろそろ自分の「人生の楽園」を見つけたいなあと思っています。(薄井) ■「雑誌クイズ」を前号から5年ぶり再開したところ、「楽しみに心待ちしておりました」と何通かいただきました。県老連と会員をつなぐ老連だよりです。事務局として嬉しい一言です。(海老原) ■昨年末にいくつかの各市町を訪問する機会がありました。今年度は、他の老連にも行きたいと思います。(町田) ■今年、我が家の家庭菜園に、初めてサツマイモを植え付けました。新たにチャレンジすることは楽しみです。(廣澤) ■今日一日まあまあ良かったな、と思える日が続きますように。(桑川) ■マイブームは「日本100名城巡りです」残り48城。何とか制覇したいと思っています。(田中)

皆様、どうぞよろしくお願いたします。事務局職員一同

# シルバー人材センター

## 令和3年度 技能講習のご案内



**受講料  
無料**

**対象者**

- シルバー人材センターに入会し就業を希望する県内在住の60歳以上の方
- 職種転換を希望するシルバー会員若しくは昨年度1年間就業していないシルバー会員

### 技能講習一覽表

講習番号	講習名	申込締切日	定員	開催日程	講習番号	講習名	申込締切日	定員	開催日程
2	学童保育支援	8/16 (月)	15	9/1 (水) ~ 9/2 (木)	10	整枝・剪定	9/21 (火)	15	10/6 (水) ~ 10/7 (木)
			会場	日光市生きがいセンター 日光市今市1659-10				会場	那須塩原市シルバー人材センター 那須塩原市南郷屋5-163-765
3	学童保育支援	10/4 (月)	15	10/19 (火) ~ 10/20 (水)	11	整枝・剪定	10/11 (月)	15	10/26 (火) ~ 10/27 (水)
			会場	足利市シルバー人材センター 足利市東砂原後町1069-1				会場	栃木市部屋地区公民館 栃木市藤岡町部屋454-1
6	(刈払機安全取扱) (安全衛生教育)	8/10 (火)	20	8/26 (木)	12	整枝・剪定	11/2 (火)	15	11/17 (水) ~ 11/18 (木)
			会場	真岡市シルバー人材センター 真岡市荒町111-1				会場	那須烏山市シルバー人材センター 那須烏山市岩子6-1
7	(刈払機安全取扱) (安全衛生教育)	8/25 (水)	20	9/9 (木)	13	整枝・剪定	11/15 (月)	15	11/30 (火) ~ 12/1 (水)
			会場	足利市シルバー人材センター 足利市東砂原後町1069-1				会場	とちぎ健康の森 宇都宮市駒生町3337-1
8	(刈払機安全取扱) (安全衛生教育)	9/27 (月)	20	10/12 (火)	15	ハウスクリーニング	8/24 (火)	15	9/8 (水)
			会場	つがの里体験交流館 栃木市都賀町日久保325 (つがの里ふるさとセンター敷地内)				会場	矢板市シルバー人材センター 矢板市扇町2-4-19
9	整枝・剪定	9/13 (月)	15	9/28 (火) ~ 9/29 (水)	16	ハウスクリーニング	10/25 (月)	15	11/9 (火)
			会場	芳賀町生涯学習センター 南高分館 芳賀郡芳賀町下高根沢2552				会場	真岡市シルバー人材センター 真岡市荒町111-1

※ 各市町のシルバー人材センター及び栃木県シルバー人材センター連合会にパンフレット(申込書付き)を用意しておりますので、内容をご確認の上、お申し込みください。また、栃木県シルバー人材センター連合会のホームページからもお申し込みいただけます。  
 ※ 新型コロナウイルス感染症の拡大防止のための適切な対策をとって実施しますが、今後の感染状況等によっては、技能講習の日程・会場が変更または開催中止になることがあります。また、申込人員が少人数の場合、講習を中止することがありますので、予めご了承ください。  
 ※ 申込締切日を過ぎても応募者が定員に満たない場合は、募集期間を延長する場合があります。詳しくは、栃木県シルバー人材センター連合会へお問合せください。

高齢者活躍人材確保育成事業

## 公益財団法人 栃木県シルバー人材センター連合会

〒320-8503 栃木県宇都宮市駒生町3337-1 とちぎ健康の森内 (8:30~17:30 土・日・祝日・年末年始を除く)

TEL: 028-627-1179 FAX: 028-627-2522 ホームページ: <https://www.tochigi-silver.jp>