

第164号

〈令和4年4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	1,454団体
会員数	56,569人
発行部数	5,300部
発行	年4回 (4・7・10・1月)

栃木県老連だより

目次

- 市町老連リーダー研修会等…………… 1
- 令和4年度事業計画…………… 2
- 地域いきいきコーナー…………… 4
- 令和4年度事業計画 [続き] …… 6
- 総務部会・調査研修部会報告…………… 8
- 元気シニア活躍応援情報…………… 12
- 老人クラブ活動を考える④…………… 14
- お知らせコーナー…………… 15
- 難読クイズ…………… 15

コロナ禍だからこそ工夫してクラブ活動の充実を！

CLC 池田理事長



～R3市町老連リーダー研修会録画収録から～

依然として続くコロナ禍での生活。収束の兆しが見えず、クラブ活動は事業の中止・延期を余儀なくされておりますが、クラブ活動のメリットである「仲間づくり」や「健康の保持・増進」等につながるため、各クラブでは工夫をしながら事業に取り組んでいるものと思います。

県老連では、令和4年2月に開催を予定していた「令和3年度市町老人クラブ連合会リーダー研修会」については、新型コロナウイルス感染症の感染拡大によりやむなく中止といたしました。講師を予定していた全老連の正立事務局長及びCLC（全国コミュニケーションライフサポートセンター）池田理事長にご理解をいただき、予定していた講演の資料及び録画収録によるDVDを各市町老連あて配付させていただきました。

また、市町老連事務担当者会議をオンラインでの開催としたほか、フレイル予防をテーマとして開催予定であったブロック別研修会については、いきいきクラブ体操のDVD等の配付とし、今年度も引き続き、普及啓発を図ることといたしました。

今後は、ICT（情報通信技術）の活用や県老連ホームページからの情報発信の充実等の取り組みも進めたいと考えております。皆さんと力を合わせて現在の環境を乗り越え、ステップアップした活動にしていきたいと思います！



栃木いきいきクラブ(二財)栃木県老人クラブ連合会 令和4年度 事業計画

栃木県老人クラブ連合会は、仲間づくりを基本とする生きがいづくり、健康づくり、地域づくりを目指した幅広い活動を継続するとともに、「コロナ禍での「新しい生活様式」に基づくクラブ活動が求められる中、特に、高齢者のフレイル予防や次世代育成支援、地域の再構築等に取り組むことにより、人生100年時代、生涯現役社会の実現を目指します。

また、クラブ活動の活性化及び体制強化のため、昨年度総務部会で取りまとめた提言に基づき、各クラブの積極的な活動展開とともに行政・自治会等への働きかけを行うほか、調査研修部会で検討された研修体系の見直しにより、効果的な人材育成を図ります。

さらに、昨年度栃木県から受託した「とちぎ生涯現役シニア応援センター運営事業」を積極的に推進します。特に「元氣シニア活躍推進モデル事業」において取り組んだモデル活動の成果や課題等を各クラブと共有することにより、それぞれの地域特性に応じたクラブ活動の活性化を図ります。

I 全国老人クラブの「メインテーマ」と「令和3年度第50回全国老人クラブ大会」宣言事項の実践

1 メインテーマ

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

〈健康寿命〉

○健康寿命をのばし、自立した生活、生きがいのある生活の実現を目指します。

○仲間や地域の高齢者とともに

継続的な健康活動に取り組

みます。

〈地域づくり〉

○他世代や関係団体と連携し、安全・安心の住みよい地域づくりを目指します。

○元氣高齢者の知識・経験・活力を生かす場づくり・機会づくりを広げます。

2 宣言事項の実践

第50回全国老人クラブ大会で採択された以下の宣言事項の実践に努めます。

○高齢者の社会参加を働きかけ仲間づくりの輪を広げます

○健康づくり・フレイル(虚弱)予防で元氣高齢者をめざします

○友愛活動を基盤に新地域支援事業と連携した支え合い活動に努めます

○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

3 全国的な取り組みの重点

(1) 会員増強への取り組み

地域社会における老人クラブの意義や有効性への理解を

深め、健康づくり・フレイル予防活動や友愛活動等を通して会員増強の取り組みを推進します。特に、昨年度総務部会で取りまとめた提言等に基づき、加入促進活動等に県老連及び市町老連が連携して取り組めるよう努めます。

(2) 高齢者の健康づくり・生活支援活動の推進
「地域共生社会」の実現へ向け、積極的に次の活動に取り組めます。

【健康づくり】

○健康を保持・推進するフレイル(虚弱)予防活動

【生活支援】

○友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動

4 全国的な事業の活動目標

(1) 組織活動の充実・強化に向けた取り組みの推進

・老人クラブの意義や有用性への理解を深める取り組みの推進

・健康づくり活動や友愛活動

など具体の活動を通じた加
入促進

- ・ 高年、女性、若手会員の個別・
連携した活動の推進

- ・ 優良事例の発掘・公表及び顕
彰(活動賞)

- ・ 「老人の日・老人週間」(9月
15日～21日)での組織活動の
推進

- ・ 市町老連ホームページの開
設普及・活用(広報・情報提供)

(2) 高齢者を地域で支える仕組み
づくりに資する「全国三大運動
の推進」

- ・ 健康活動(フレイル予防活動、
高齢者向け体力測定、健康
ウォーキング等)

- ・ 友愛活動(幅広い生活支援活
動の推進、「地域支え合い応
援事業」の実施)

- ・ 奉仕活動(「社会奉仕の日」や
高齢消費者被害防止に向け
た学習・支援体制づくり)

(3) 制度・政策、高齢者に係る課題
等の学習・実践

- ・ 老人クラブの組織強化・活動
への理解促進と予算の確保等

(4) 会員の安全対策と連帯意識の
高揚

高揚

- ・ 「老人クラブ保険」、「老人ク
ラブ会員章」の普及拡大

II 栃木県老人クラブ大会に おける大会宣言の実践

第35回栃木県老人クラブ大会
における大会宣言は、新型コロナ
ウイルス感染拡大の影響により、
採択を得ることはできませんで
したが、関係各方面への配布を
もって採択があったものとし、次
の宣言事項について積極的な取
り組みを行います。

○健康で自立した生きがいので
きる生活の充実

○魅力あるクラブ活動の充実と
会員増強運動の推進

○フレイル(虚弱)予防活動と生
活支援活動の推進

○他世代や団体と連携した住み
よい地域づくりの推進

○地域文化の活性化や環境美化
の促進

○地域文化の活性化や環境美化
の促進

1 健康で自立した、生きがいの
ある生活の充実

月1日(木)
宇都宮市文化会館展示室

(1) 県老連ブロック別研修会の開催

これまで開催してきた「栃木い
きいきクラブ大学校(栃木県老連
大学校)」を見直し、県内3ブロッ
ク(県央・県南・県北)で実践的リー
ダーの養成を行います。

〔開催時期〕令和4年7月～令
和4年8月(予定)

〔開催期間〕ブロック別研修各
3日間、全体研修1日…計10日
間

(2) 県老連スポーツ大会の開催(ペ
タンク、グラウンド・ゴルフ、
輪投げ)

令和4年10月20日(木)

栃木県井頭公園軟式野球場

※参加費(1チーム1,000円)

は徴収しません。

(3) 第25回老人クラブサークル活
動発表大会の開催

令和4年9月1日(木)

宇都宮市文化会館小ホール

(4) 第36回老人クラブ会員作品展
の開催

令和4年8月30日(火)～9

2 魅力あるクラブ活動の充実
と会員増強運動の推進

(1) 会員増強運動の推進

(2) 第36回栃木県老人クラブ大会
の開催(優良老人クラブ及び育
成功労者表彰等)

令和4年9月1日(木)

宇都宮市文化会館小ホール

(3) 優秀活動団体表彰の実施

(4) 全老連等の研修会への参加

(5) 市町老人クラブリーダー・若手
リーダー研修会への支援(講師
派遣・資料提供等)

(6) 市町老連及び単位老人クラブ
における女性役員の登用促進

(7) 女性委員会(女性部)の育成強
化

令和4年5月24日(火)

とちぎ健康の森大会議室

(8) 市町老人クラブ女性リーダー
研修会への支援

1 市町老連当たり

5,000円～23,000円

(6頁に続く)



会員の連携・親睦を図るために

とちぎ歳の街シニアクラブ連合会

本会は、新栃木市の誕生にあわせ、平成23年5月に設立され、昨年5月に、一つの節目となる設立10周年を迎えましたが、合併前の市・町の時代から活動が続く六つの老人クラブ連合会を支部とする連合体であることから、それぞれの支部の活性化とともに、いかに全支部、全会員の連携・親睦を深め、一体感を醸成していくかということが重要な課題となっております。

そのため、これまで様々な事業に取り組んできましたが、主な恒例事業として、令和3年度においては、第10回ゴルフコンペ、第7回グラウンド・ゴルフレディース大会、第9回蔵の街シニアクラブ大会を実施したところ です。

残念ながら、一昨年から続くコロナ禍の中で、シニアクラブ大会については、2年連続で活動発表会と作品展は取り止め、表彰式のみを規模を縮小して開催し、またゴルフとグラウンド・ゴルフについては、屋外での競

技ということでも、表彰式の簡略化などの感染防止対策を図りつつ、多くの参加者の下、盛大に大会を開催することができました。

一昨年から続くコロナ禍の中で、多様な事業展開が難しくなっていますが、今後とも本会の支部・会員の連携・親睦を図る事業を進めていきます。



ボランティアで美化運動

さくら市いきいきクラブ連合会 伝馬町千寿会

会長 渡邊 明

令和2年の新型コロナウイルス感染症の発生に伴い、いきいきクラブの活動はほぼ全面的に中止となり、当会の活動も停止してしまいました。そこで年間目標をボランティア作業に切り替え美化運動に取り組むことにしました。

国道沿いに国が管理しているツツジの植栽地と、その横に雑草の繁った法面があります。

もう一ヶ所、有料老人ホームと用水路の間に3m×30mほどの空地があり、セイタカアワダチソウが手の付けられないほど繁茂していました。ここを無理のない範囲で除草と除草剤の散布を2年間続け、見違えるほど綺麗になりました。

私たちの会は2年前より「健康寿命を伸ばそう」という取り組みを行っております。食べ物、運動、医学的注意点、高齢者の振り込め詐欺被害防止、体操などを冊子にして会員全員に配布しました。また、さくら市いきいきクラブ連合会を通じて傘下



の全単位クラブにも配布しました。ぜひとも活用していただき健康寿命を伸ばそうではありませんか。

このような活動の成果が認められて、連合会からの推薦を受け、栃木県老人クラブ連合会から優良老人クラブ賞を受賞しました。これを契機に更なる社会貢献活動を行い、地域に親しまれるクラブ活動を推進します。皆様のご協力よろしくお願います。



みんなの笑顔があふれる地域に

茂木町老人クラブ連合会 竹原かぐや姫老人クラブ

会長 竹原 洋子

竹原の集落は、小さな集落ですが、やはり高齢化が進み隣近所との会話も少なく淋しく暮らしているお年寄りも多くなってきました。そんなお年寄りの笑いを取り戻したく思い4、5名で令和元年にクラブを立ち上げ、3年を終わろうとしています。

最初の年は、会員を集めお弁当でも食べながら「雑談」をする活動を「お楽しみ会」と名付けて月一回の集まりから始めました。

会員は15名程度でしたが回数を重ねることに皆意欲が出て、読み聞かせや花壇づくり、マジックショー、演奏会、スクーリングバス停の改修、ロコモ体操など尽きることなく全員参加で盛り上がりました。

令和2、3年にはコロナの出現で年を取っている人たちは感染を恐れて活動も限りあるものとなりました。

竹原には幸いにして小学生が7名おり、子どもの少ないこの世の中でこんなにも地域に大

勢いてくれることに感謝して、お年寄りとお若いお父さん、お母さん、子どもたちと交流を持つ機会を設けていければと願っています。



昨年暮れにはハロウィンのカボチャづくりに親子で参加してください、楽しいひと時を過ごすことができました。

参加者の親からは、「今は子どもが減少しているため育成会も消滅してしまったのが嬉しかった」との言葉をいただくことができました。

今後も集落や子どもたちのため、できる「何か」を探しながら、地域の人たちに「お年寄りがいてくれて良かった」と思われるように努力していきます。

ボッチャ講習会を開催

いきいき王雷クラブ連合会

会長 大橋 良平

いきいき王雷クラブ連合会では、コロナ禍の影響を受けここ2年は500名規模で開催できていたスポーツ大会が開催できず、輪投げやボウリング種目に参加していた体力のない方々が運動の機会を奪われている状況を鑑み、運動の苦手な方でも簡単にできて、近くの公園や公民館でもできるボッチャの普及を目指して令和3年11月19日(金)にボッチャ講習会を開催しました。

講習会には、壬生町スポーツ推進委員5名を講師にお迎えし、40名の役員や単位クラブ会長が参加しました。

参加者は、競技者・審判・副審等を体験しながら競技方法やルールを学びました。参加者は、これなら誰でもできるし簡単で楽しい、単位ク



クラブに広めたいとの声をいただきました。いきいき王雷クラブ連合会では、12月より単位クラブや町福祉団体等に貸出しを開始し、3月末までに8団体から申込みがありました。今後も身近な所でも体力づくりができる環境づくりを進めていきます。

3 フレイル(虚弱)予防活動と生活支援活動の推進

- (1) サロン活動の推進
- (2) 高齢者相互支援(友愛)活動への支援

1 市町老連当たり

15、000円

(3)「社会奉仕の日」事業の推進

- 6月15日の県民の日及び全国一斉「社会奉仕の日」(9月20日)に合わせて実施

4 他世代や団体と連携し、住みよい地域づくりの推進

- (1) 関係機関との連携強化
- (2) 報道機関等への情報提供
- (3) 多世代ふれあい交流事業への支援

1 市町老連当たり

15、000円

(4) 交通安全運動の推進

- (5) 悪質商法等の被害防止の推進
- (6) スクールガード活動の推進

5 地域文化の活性化や環境美化の促進

伝統技術や郷土芸能の伝承、地

域文化や史跡の保存等について、クラブ活動の世代交流の機会として活用するとともに、高齢者の知識、経験をまちづくりの活動に活かします。

(1) 老人クラブサークル活動発表大会の開催(再掲)

令和4年9月1日(木)

宇都宮市文化会館小ホール

(2)「社会奉仕の日」事業の推進(再掲)

6月15日の県民の日及び全国一斉「社会奉仕の日」(9月20日)に合わせて実施

国一斉「社会奉仕の日」(9月20日)に合わせて実施

Ⅲ 県老連の組織体制の充実

1 諸会議の開催

- (1) 理事会の開催/令和4年5月、令和5年3月(予定)
- (2) 評議員会の開催/令和4年6月(予定)
- (3) 正副会長会議の開催/令和4年5月、6月、7月、令和5年1月、3月(予定)
- (4) 部会の開催(必要に応じ、複数回開催)

女性委員会/令和4年5月、総

務部会/令和4年6月
広報部会/令和4年7月、調査
研修部会/令和4年12月

(5) 市町老連会長・事務担当者研修会の開催

令和4年6月14日(火)
とちぎ健康の森大会議室

(6) 市町老連新任会長及び新任事務担当者研修会の開催/令和4年6月(予定)
新任となった会長及び事務担当者を対象に、老人クラブの歴史やリーダーとしての視点、県老連の各種イベント・事業内容、事務手続き等を学ぶことにより、円滑なクラブ運営につなげる。

(7) 市町老連リーダー研修会の開催

令和5年2月13日(月)
とちぎ健康の森講堂

2 イメージアップ活動の推進

(1) 県老連ホームページの充実
コロナ禍において活動が制限される中での有効な情報発信も含め、一層の内容充実と活用促進を図る。

(2) 「栃木県老連だより」の発行
(年4回:4月・7月・10月・1月、5、300部/回)

(3) 広報紙コンクールの実施

3 財政の健全化

- (1) 老人クラブ関係予算の確保
- (2) 正会員数、賛助会員数の増強
- (3) 県老連だより広告料収入の確保
- (4) 「県老連オリジナルポロシャツ」の販売促進
- (5) 輪投げ用具の販売促進及び全老連が発行する図書等の販売
- (6) 老人クラブ会員章の普及拡大(再掲)
- (7) 「老人クラブ保険」の普及拡大(再掲)
- (8) その他の収益事業への取り組み(再掲)

Ⅳ とちぎ生涯現役シニア応援センター(ぷらっと)の運営

活動意欲のある高齢者が、その知識と経験を活かして地域社会の支え手となり、健康で意欲を持ちながら生涯現役社会の実現を目指すため、相談窓口をはじめとする

仕組みづくりに取り組みます。

1 相談業務

シニア世代の社会参加活動について、一人ひとりの個性や意欲を踏まえ、活動に向けた助言を行い、その方に適した活動に関する機関等を案内します。

〔開設時間〕午前9時から午後5時まで

〔開設日〕祝日及び年末年始を除く月曜日から金曜日

2 シニアセミナーの開催

〔対象者〕概ね50歳以上の方
〔期日・場所〕月1回開催、とちぎ健康の森

3 栃木県シニアサポーター活動の推進

地域における高齢者の社会参加の情報収集及び普及啓発を行う「栃木県シニアサポーター」の活動を推進します。

(1)シニアサポーター養成研修

(2)シニアサポーターフォローアップ研修

〔対象者〕栃木県シニアサポーター及び市町高齢福祉主管課担当者

4 やってみたいちご隊の登録推進

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「やってみたいちご隊」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みます。

5 シニアの社会参加相談窓口設置支援

高齢者の活動エリアとなる身近な市町域において、社会参加の仕組みづくりを推進するため、協力いただける市町老連事務局にシニアの社会参加相談窓口を設置します。
(1)設置支援／各市町老連事務局に設置した相談窓口業務に係る助言、資料提供等
(2)相談窓口担当者研修

6 元気シニア活躍推進モデル事業

老人クラブ活動を主体とした社会貢献活動等をモデル活動として実施し、活動の進め方や課題解決の方法を検証し、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。

令和4年度は、市町老連を通して活動意欲のある老人クラブの募集、モデルクラブの選定を行い、モデル活動の取り組みを推進します。また、年度末に中間報告会を開催し、取り組みの成果や課題等の共有を図ります。



きれいな客室ときれいな宴会場 おいしい料理

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。

- ◆海水浴場まで約30m
- ◆カラオケサービス
- ◆客室 9室(全室バス・トイレ付)
- ◆お風呂 天然温泉(加温、循環濾過方式)
- ◆宴会場 48畳(堀ごたつ)

- 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。
- エレベーターはありませんが、階段はきつくないです。

敬老会様(お一人様)

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)

10,600円(税込)より

〈茨城県ひたちなか市阿字ヶ浦町5番地〉

阿字ヶ浦

つるや旅館

TEL 029-265-8250
FAX 029-265-5200

令和4年変革のとき！

総務部会・調査研修部会報告

総務部会報告

昨年度の総務部会において、会

員の加入促進の検討を行った際、役員のなり手不足や会員減などの課題が挙げられたほか、首長との懇談会及び行政・自治会との連携強化、単位クラブへの助成等により、課題解決やクラブ活動の活性化につながったとの話もありました。各委員からは、検討した内容をもっと掘り下げ、課題を整理し、提言としてまとめてはどうかとの意見があり、部会として提言をまとめましたので、概要をご報告いたします。なお、報告書については、3/8開催の第3回理事会において報告いたしました。

1 栃木県における老人クラブの現状

● 毎年老人クラブへ入会する人はいるものの、昭和63年をピークに

会員減少が始まり、近年では毎年約3千人が退会し、会員の減少に歯止めがかかっている。

● 地道な活動やユニークな取り組みで休会していたクラブを復活させたり、会員を増やしているクラブもあり、全老連の冊子や県老連の広報紙等に掲載されているものの、個々の単位クラブに十分浸透しきれておらず、また課題は認識していても、具体的な取り組みは進んでいない状況にある。

2 課題

- (1) 地域を担う老人クラブの実現
- (2) 老人クラブへの加入促進
- (3) 老人クラブの魅力度UP
- (4) 老人クラブの活性化
- (5) 老人クラブ運営体制の充実強化

3 課題に対する対策(案)

- (1) 地域を担う老人クラブの実現
- (2) 介護経験者など現役時代の経験

が活かせる人材を捜し勧誘する。

- ② 地元自治会と連携しながら顔の見える関係を築いていく。
- ③ 会員以外でも参加できるイベントを開催し、地元で溶け込んだ活動を行う。

④ シルバー大学の卒業生(生きがい推進員)、自治会、シルバー人材センター等で活躍している行動力ある若い会員の勧誘を行う。

- ⑤ 自治会や社会福祉協議会の行事などへの積極的な参加・協力を行う。
- ② 老人クラブへの加入促進
- ① 会員一人ひとりが地域に密着した勧誘を地道に取り組む。
- ② ケーブルTV・ラジオ・YouTubeなどを活用し、老人クラブの活動を地域に広くPRする。
- ③ 自治会等の協力を得ながら県老連だよりや会報を自治会の回覧板を通して積極的に老人クラブの活動をPRする。
- ④ 行政と意見交換を行い、老人クラブの現状を理解してもらい協力を得る。
- ⑤ 各市町共通の課題は県老連で取りまとめる。

りまとめ、県へ要望書を提出する。

- ⑥ シルバー大学の卒業生(生きがい推進員)、シルバー人材センター会員に対し、県老連・市町老連から勧誘を行う。
- ③ 老人クラブの魅力度UP
- ① 参加が容易にできるように自宅から徒歩圏内で開催するイベントや行事を企画するとともに開催場所の見直しを行う。
- ② 行政や自治会の助成による会費の減額など、会員の負担を軽減する。
- ③ スポーツ大会等において高齢者賞などの賞を設け、イベント参加の動機付けを行う。
- ④ 市町連合会会長の業務を分担し、フラットな組織に変えていく。(会長一人に負担させない。)
- ⑤ 近隣のクラブ間で行事を合同開催し、老人クラブ活動をもっと地域の人に知ってもらう。
- ④ 老人クラブの活性化
- ① 年齢層ごとの興味や、体力に合わせて参加できるように活動内容の多様化を図る。
- ② 世代間交流ができるゲームや昔遊びなどのイベントを充実させる。



せる。

③若手会員により既成概念にとらわれないイベントを企画・実施する。

④地域貢献活動へ積極的に参加し、地域でのクラブの存在価値を高める。

⑤魅力的なサークルを新設し、会員だけでなく会員以外の参加を促進する。

⑥老人クラブ運営体制の充実強化
①単位クラブの事務手続きをできるだけ簡素化し、市町老連のサポートに係る負担を軽減する。

②自治会と連携した行事の開催など業務を分散し、負担軽減を図る。

③既存書類を見直し、廃止・簡素化を図るなど事務負担を軽減する。

④会長一人に業務が集中しないように役割分担し、後継者を育成する。

⑤シルバー大学校・自治会・シルバー人材センター等の協力を得て、意識の高い高齢者を紹介してもらい個別に入会を勧める。

⑥定期的に研修会を実施し、リーダーや女性・若手会員を育成する。

⑦単位クラブの取り組みや成功例の情報を整理し、共有できるように発信する。

4 今後の進め方

①単位クラブ、市町老連それぞれ重点的に取り組む事業を選定する。

②県、市町行政との意見交換の場を設け、自治会や行政機関等との連携協力が必要な事項について、提言(要望)を行う。

③クラブとして取り組んだ実績を評価検証し、継続的な改善・向上に結びつける。

《参考資料》

1 老人クラブの現状認識と課題(県老連まとめ)

2 県老連第3回総務部会協議資料

3 平成23年栃老連若手委員会提言

4 令和2年宇都宮市政研究センター研究論文

「市内高齢者の老人クラブに関する意識についての調査研究

― 加入促進に向けた提案 ―

《キーワード》

◆「気軽で」「無理がなく」「楽しい」活動

◆「地域特性に応じた」活動

◆県内外の「成功事例を参考にした」活動

調査研修部会報告

昨年度の調査研修部会において

は、人材育成の観点から、これまでの研修体系の見直しを行い、地域における実践的なリーダーを養成するため、「栃木いきいきクラブ

大学校(栃木県老連大学校)を「県老連ブロック別研修会」に組み替えるほか、クラブ活動の円滑な運営を図ることを目的に、新たに「市町老連新任会長及び新任事務担当者研修会」を開催すること

といたしましたのでよろしくお願

いたします。

■栃木いきいきクラブ大学校(栃木県老連大学校)の見直し

これまでの「入学資格」については、「老人クラブの会員又は単

位老人クラブの結成を目指す者

で、開校期間を通じて通学できる者」のほか、「市町老連会長から将来のリーダーとして推薦された者」か、「市町老連の実践的リーダーとして地域において活動が期待できる者」となっており、年間

15日間の集合研修(宇都宮市で開催)となっていました。

令和元年度に実施した老連大受講者アンケートでは、「老人クラブの役割が理解できた。」「活動への意欲が湧いた。」「仲間づくりのきっかけになった。」等のメリットが挙げられた一方で、「宇都宮1か所にしないで、会場も変えてほしい。」「連続講座にしてほしい。」「若い人を取り込めるような取り組みが必要。」等の意見もありました。

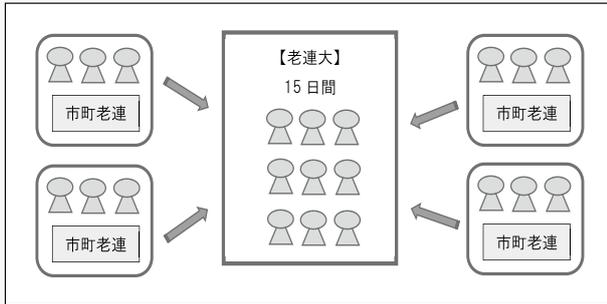
アンケートも踏まえ、以下の課題を整理し、ブロック別研修(各3日間)と交流・情報共有を含めた全体研修を1日開催することとしました。

【課題】

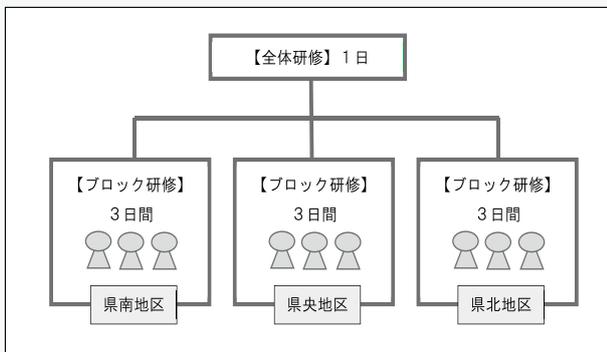
●交通手段(遠距離、同乗等)↓出前講座、シルバー大学校の活用

等

見直しのイメージ



- カリキュラム↓パソコン・スマホ、単位クラブの活動事例(視察)等
- 受講生の確保(H14~R元:634名) Ⅱ約35名/年 (H28:40名、H29:27名、H30:17名、R元:26名、R2:1、R3:5名)
- 老連大修了後の活動展開(リーダーとしての知識技術の発揮)
- 情報不足(活動が活発な単位クラブの情報等がない)



- 〔改善点〕
- 開催エリア↓県域↓各圏域(県央・県南・県北)※全体研修1日あり
 - 受講期間・日数▼7~12月:15日間↓10日間(全体1、ブロック3×3)
 - 受講要件▼全日程受講できる者で、市町老連の実践的リーダーとして活躍が期待できる者(市町老連会長の推薦)
 - 聴講▼市町老連事務局の聴講は可とする。

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

- ◆この保険の対象は、全国老人クラブ連合会に連なる都道府県・指定都市老連および市区町村老連に加入している単位老人クラブです。
- ◆全国老人クラブ連合会が契約者となり、各単位老人クラブで取りまとめて申し込む団体保険です。個人での加入手続きはできません。
- ◆新規加入をご希望、ご検討の際は、クラブで担当者を決めて全老連「保険係」まで資料をご請求ください。

〔資料請求受付期間〕【傷害保険】4月始期⇒1/4から2月末頃まで、10月始期⇒7/1から8月末頃まで
【賠償責任保険】随時受付中

傷害保険 自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)

- ①対象: 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。
- ②保険始期月および保険期間: 年に2回の募集となります。

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

- ③補償範囲・掛金タイプ: ◆24時間型...日常生活全般のケガを補償(新型コロナを含む※特定感染症危険補償特約付)。自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償、熱中症危険補償が付いたタイプもあります。
- ◆活動型...老人クラブ活動中のケガを補償

賠償責任保険 他人の物を壊したり、ケガをさせた時*1の保険。(自分のケガは対象になりません。)

*1 法律上の賠償責任が伴う対人・対物事故が対象です。

- 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

受付時間 9:30から12:00まで (土、日、祝祭日、年末年始休) 13:00から17:00まで

加入申込書等、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/> 検索 [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 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すが、ご不明な点は、代理店までお問い合わせください。
2022年3月作成 21-TC11211



—東日本大震災 11年の軌跡—

復興写真展

復興は終わらない。
東北の声と力が復興の鍵。
誰も置き去りにしないため、
今わたしにできること。

3/11
OPEN 2022



HIKOUSEN
有限会社 飛行船

古物商許可証第 411010001894 号

本社 (飛行船マルシェ・三陸物産店)

栃木県宇都宮市鶴田 2-11-4

TEL 028-649-0180

飛行船アグリ

栃木県鹿沼市白桑田 516-4

TEL 0289-64-1004

飛行船 釜石物産店

栃木県鹿沼市白桑田 516-4

TEL 0289-74-7336

飛行船マルシェ・復興野菜市場

栃木県鹿沼市千渡 2217-3

TEL 0289-77-7821

※ 復興食堂ゆめ広場は、新型コロナウイルスが完全に終焉するまで、感染拡大防止のため、2020年4月20日から休業させていただいております。



■開催日時：2022年3月11日（金）OPEN10:00-17:00 常設展示 ※水曜定休日

■会場：有限会社 飛行船 北展示場（ひこうせんあぐり）
〒322-0011 栃木県鹿沼市白桑田 515-8

■入場/駐車場：入場無料/駐車場完備

■主催：有限会社 飛行船

■問合せ：有限会社 飛行船（本社）10:00-18:00

TEL/FAX 028-649-0180（水曜定休日）

※新型コロナウイルス感染防止対策のため、写真展では細心の注意を払い3密を回避するため風通しの良いガレージが会場となります。また、関係者・スタッフをはじめ、ご来場の皆さまへの検温・消毒を実施させていただきます。

※会場に隣接する釜石物産店では東北で復興を遂げた珠玉の特産品を、復興野菜市場では自社農場をはじめ福島県産等の青果をご提供しております。

昨年3.11にOPENした三陸物産店（宇都宮・本社）も是非ご利用ください。

元気シニア 活躍応援情報

昨年度は、「やってみっぺいちご隊」や「元気シニア活躍応援窓口」等の新規事業に着手しましたが、今年度新たに「元気シニア活躍推進モデル事業」に取り組みますので、よろしくお願ひします。



1 「元気シニア活躍推進モデル事業」について

シニアが身近な地域で継続的に社会参加することができる環境づくりのため、老人クラブ活動を主体とした社会貢献活動をモデル事業として実施し、活動の進め方や課題解決の方法を検証し、魅力ある活動の普及と活動意欲のあるシニアの活躍を目指すものです。概要は以下のとおりですが、詳しくは、(一財) 栃木県老人クラブ連合会 (TEL 028-621-4878) までお問い合わせください。

1. 対象

次の4項目を満たす栃木県内の単位老人クラブ等

※複数の単位老人クラブ（地区老連含む）、市町老連も応募可

- (1) 新規性 → 当該老人クラブが新たに取り組む活動であること
- (2) 継続性 → 定期的実施する活動であること
- (3) 情報発信 → 活動を広く周知すること
- (4) 地域貢献 → 地域社会に貢献する活動であること

2. 活動期間

令和4年9月～令和6年3月末(予定)

3. 応募期間

令和4年3月上旬～令和4年6月30日(木)

4. 応募方法

各市町老連が取りまとめ、県老連あてメールまたは郵送で提出

5. 選定方法

提出されたモデル活動計画書に基づき審査し、モデル活動を実施する老人クラブ等を選定し、審査結果を通知

6. 補助金の交付

モデル活動が決定した老人クラブには、上限額 100,000 円/年の補助金を交付(2年間: 200,000 円が上限となります。)

※各年度末に、モデル活動の「報告会(中間報告会)」を予定しております。



「募集要項」および「添付書類」は、『ぷらっと』のホームページからもダウンロードできます。 URL : <https://www.senior-ouen-p.ne.jp/>



2 やってみっぺいちご隊の登録



昨年の塩谷町老連に続き“いちかいアクティブクラブ”の皆さん(517名)が登録してくれました。その他、野木町老連など市町老連においても徐々に登録が増えており、令和4年3月28日現在の登録者数は1,454名となりました。

ご登録ありがとうございました。さらにみんなで情報発信していきましょう!



3 元気シニア活躍応援窓口の設置

市町老人クラブ連合会にある元気シニア活躍応援窓口では、とちぎ生涯現役シニア応援センター(ぷらっと)と連携し、シニアの社会参加活動に関する情報提供や関係機関等の案内を行っています。気軽にご利用ください!



この「のぼり旗」が目印です!



元気シニア活躍応援窓口(令和4年4月1日現在) ※場所は、市町老連事務局です。

No.	名称	TEL	No.	名称	TEL
1	ぷらっと栃木	0282-23-5181	10	ぷらっと那須烏山	0287-84-1294
2	ぷらっと佐野	0283-20-3021	11	ぷらっと下野	0285-43-1236
3	ぷらっと鹿沼	0289-65-5191	12	ぷらっと市貝	0285-68-3151
4	ぷらっと日光	0288-25-3070	13	ぷらっと芳賀	028-677-4711
5	ぷらっと小山	0285-22-9617	14	ぷらっと壬生	0282-82-7899
6	ぷらっと真岡	0285-82-8844	15	ぷらっと塩谷	0287-45-0133
7	ぷらっと矢板	0287-44-3000	16	ぷらっと高根沢	028-612-3440
8	ぷらっと那須塩原	0287-37-5122	17	ぷらっと那須	0287-72-5133
9	ぷらっとさくら	028-686-2670			

4 ぷらっと通信の配信



“ぷらっと通信”友だち募集中!!

シニアの社会参加に関する情報を配信しています。ぜひチェックしてみてください。イベントや健康づくりの情報もお届けします!

友だち追加の方法

LINEアプリの「その他」→「友だち追加」より

方法① 「ID検索」で「@733wsrdy」と検索する

方法② 右側のQRコードを読み取る。



老人クラブ活動を考える④

～新会員への呼びかけ～

老人クラブ活動には、いきいきとした生活の実現につながるたくさんの魅力がありますが、新しい会員となる方への呼びかけについては、うまく説明できない、何を話してよいのか戸惑う、などの声もあるようです。

全老連ではこれまでの活動から、ポイントをまとめておりますので、ぜひ積極的に活用してください。

1 地域に新しい仲間ができる

- 地域の同世代と仲間づくりができる
- 地域の各世代と交流ができ、多くの新しい関係が生まれる

2 健康の保持・増進になる

- 活動へ参加すれば、閉じこもりの防止、健康の保持・増進につながる
- いきいきクラブ体操や健康ウォーキング、シニアスポーツなどへの参加を通して、健康の保持・増進になる

3 知識や経験を活かし、新しい能力の発揮ができる

- これまでの生活や仕事、趣味などの知識や経験を生かす機会が増える
- 新しい学習や能力を活かす機会が増え、自己実現につながる

4 社会活動への参画と貢献ができる

- リサイクル運動や地域環境の保全、美化、緑化など、住みよい環境づくりに参画・貢献できる
- ボランティア活動などへの参加を通して、地域福祉の推進役となる

5 心の安らぎ、充実感が得られる

- 地域に仲間ができることで、孤独感がなくなり、心のやすらぎが得られる
- 仲間との交流は、日常生活に必要な情報交換に役立ち、心配事や悩み事の相談を容易にする

～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



お知らせコーナー

◆令和4年度の主な行事（4月～7月）

- 5/12(木) 県老連第1回正副会長会議（県老連事務局）
- 5/24(火) 県老連女性委員会（健康の森 大会議室）
- 5/31(火) 県老連第1回理事会（健康の森 大会議室）
- 6/2(木) 県老連定時評議員会（健康の森 大会議室）
- 6/7(火) 県老連第2回正副会長会議（県老連事務局）
- 6/14(火) 市町老連会長・事務担当者研修会（健康の森 大会議室）
- 6/15(水) 社会奉仕の日（県民の日）
- 6/21(火) 県老連総務部会（県老連事務局）
- 7/13(水) 県老連広報部会（県老連事務局）
- 7/15(金) 県老連第3回正副会長会議（県老連事務局）
- 7/20(水)・21(木)・25(月) 県老連ブロック別研修会(県央地区)（健康の森 大会議室）

◆販売品紹介

輪投げ用具がリニューアルされました

板面が青色に変更、本体が軽量化（角度や支柱、輪の仕様は従来型と変更なし）されました。

また、室内での騒音対策に「吸音マット」が新たに販売になり、「台」の単品販売も開始しました。

販売方法は、従来どおり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 ・支柱（1組9本） 4,500円
- ・収納ケース 4,800円 ・台 9,200円
- ・吸音マット 6,000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又はメールをお願いします。

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

難読クイズ!

季節も暖かくなり「春っていいな」ということで、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 薊 ② 通草 ③ 独活 ④ 土筆 ⑤ 蒲公英

★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

〒320-0850 3

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163号（1月10日発行）の答え

- ① 牡蠣(かき) ② 河豚(ふぐ) ③ 炬燵(こたつ)
- ④ 蠟梅(ろうばい) ⑤ 鴛鴦(おどり又はえんおう)

ご応募をいただき、ありがとうございます。
応募総数21通、全問正解は19通でした。厳正に抽選をさせていただきました結果、次の5名の方に粗品をお送りいたします。

- ☆加藤 哲雄さん（宇都宮市 東雲会）
- ☆岸本真樹子さん（足利市 天王町鹿島会）
- ☆酒巻 稔さん（栃木市 歳勝の会）
- ☆荒居恵美子さん（佐野市 リフレッシュ閑馬クラブ）
- ☆岡本 保夫さん（那須塩原市 西三島長寿会）

編集後記

■あれほど寒い日が続き、霜が降りて枯れてしまっかなと思っていた庭の花たちも可愛い花を咲かせ、よく見ると桜やドウダンなどの木々の芽も膨らみ、めっきり春らしくなってきました。いつもこの時期は、花粉症の症状に苦しめられることなのですが、それでも桜咲くこの時期から初夏までが私の一番好きな季節です。■でも、なぜか今年はずいぶん、ワクワク感がありません。コロナ禍に加え、戦争での子どもたちのことが連日報道されているからなのかも知れません。■身近な地域でも、「虐待」や「貧困」などを理由に、何らかの支援を必要としている多くの子どもたちがいます。すべての子どもたちが生まれた環境に左右されることなく、夢を抱き、健やかに成長できることを願い、自分ができることを続けていこうと、あらためて思います。■今年度、総務部会の提言に基づき実践やブロック別研修会の開催を予定していますが、その内容には子どもに関するものが含まれています。今後、活動を通じて地域のおちこちに素敵な笑顔の花が咲くことを願っています。

※今年1月、小山市老人クラブ連合会の福田重昭会長が逝去されました。これまで県老連の理事及び評議員としてご尽力いただきました。心より、ご冥福をお祈りいたします。

(薄井)

編集発行 一般財団法人 栃木県老人クラブ連合会 前川 昭一 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)四七八七 FAX〇二八(六二二)四七六七



このポスターは、宝くじの社会貢献広報事業として 助成を受け作成されたものです。

頼れる街の法律家

行政書士は



伊藤 聡子

行政書士は、さまざまな許認可や届出、遺言や相続、契約などの相談から書類作成まで全力でサポートします!



日本行政書士会連合会
栃木県行政書士会

後援: 総務省 栃木県



日本行政書士会連合会公式キャラクター
ネコちゃん

令和4年度 行政書士相談センター (09) 届~(09) 届



行政書士相談センター
電話無料相談 (月~金 9:00~17:00 祝日・年末年始・お盆を除く)

まるくいく
☎ 028-638-0919

行政書士相談センター 伊藤 聡子