



令和7年度 定期総会が開催されました

5月29日(木)宇都宮市総合福祉センター大会議室において、令和7年度定期総会を開催しました。

出席者は、理事・各地区連絡協議会長等合わせて37名、議長に篠井地区連絡協議会長 鈴木和明氏を選出し、第1号議案 令和6年度事業報告、第2号議案 令和6年度決算報告について、第3号議案 令和7年度事業計画(案)、第4号議案 令和7年度予算(案)について、第5号議案 会則の一部改正について、第6号議案 理事の選任について、第7号議案 監事の選任について の7つの議案を審議し、すべて承認されました。



令和7年度新役員紹介

令和7年度は役員改選期にあたり、5月29日の定期総会において19名の理事と2名の監事が選任され、同日開催された新理事による理事会において正副会長の互選により今年度の新役員体制が決定されましたのでご報告します。

役職	氏名	地区
会長	桶田正信	富士見
副会長	清水孝一	昭和
副会長	鶴田勝善	上河内
副会長	○竹本政之	陽東
副会長	○和田九三夫	陽光
副会長	手塚悦子	富士見 (女性副会長)
理事	安藤泰次	中央
理事	佐藤智一	西原
理事	○関口益男	清原
理事	○高橋勉	平石
理事	○石田和男	城山
理事	○佐藤福重	宝木
理事	新島哲	宮の原
理事	○百瀬正人	横川
理事	中島芳郎	豊郷
理事	南木栄弘	御幸
理事	尾形利子	豊郷 (女性副会長)
理事	○原田知津子	緑が丘 (女性副会長)
理事	山崎久	専務理事
監事	宮田光進	宝木
監事	○齊藤正行	峰

○印は新任の方です

令和7年度事業計画書

I. 基本方針 ※抜粋

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主的な組織であり、地域のニーズに応じた様々な活動を通じて高齢者の健康保持増進や相互の支え合い活動、地域づくりに取り組んできました。老人福祉及び地域福祉の向上発展に寄与することを目的とする当連合会は、各種事業やクラブの活動状況のPR活動に積極的に取り組むとともに、各地区や会員の現状やニーズを的確に捉え、より多くの会員が参加できる開催方法について検討して高齢者の「生きがいづくり」「仲間づくり」「健康づくり」「地域づくり」の推進に努め、クラブ活動の更なる活性化や地域で支えあう基盤づくりに取り組んでいきます。

併せて、市内の老人クラブや各地区連絡協議会、自治会をはじめとする地域内の関係団体や関係機関と更に連携を密に図りながら、老人クラブが持つ特性や強みを生かして既存クラブ活動の活性化を図るとともに、新規クラブの結成・既存クラブの解散防止に向けた加入促進活動を並行して行い、老人クラブ活動に参加することで一人でも多くの「元気高齢者」を輩出していくことを目指していきます。

ポイント II. 重点事業

1. 事業の充実強化

当連合会の創立60周年を迎えるにあたり、老人クラブのつどい(式典)開催内容の充実を図ります。

2. 関係団体・関係機関との連携強化

各地域の老人クラブが生きがい健康づくり活動や介護予防・生活支援活動に取り組めるよう、地区や単位クラブの現状に見合った各種事業の内容や開催方法について適宜に見直しを行い、単位クラブや連合会事業への参加を促して老人クラブ活動の活性化を図ります。

また、行政や社会福祉協議会、自治会連合会、地域包括支援センターなどの各種関係機関との連携を更に深め、より効率的・効果的なクラブ運営を目指します。

III. 事業計画

1. 地域福祉の向上を図る活動

- 1 地域福祉の向上を図る活動
 - (1) 地域福祉を豊かにする活動の推進
 - ① 友愛活動など地域での支え合い活動の推進
 - ② 社会奉仕活動などのボランティア活動の推進
 - ③ 児童見守り活動や交通安全運動など地域安全活動の推進
 - ④ 世代間交流などの地域交流活動の推進
 - (2) 地域組織の人材育成
 - ① リーダー研修会の開催
 - ② 女性部会・女性研修会の開催
 - ③ 老人クラブの組織運営に関する相談業務
 - (3) 情報の発信
 - ① 機関紙「いちよう」の発行
 - ② 会員加入促進運動啓発チラシ等の作成、配布
 - ③ 関係機関発行福祉関係パンフレット等の配布
 - ④ 老人クラブ活動の積極的なPR活動の推進
(フェスタmyうつのみや、市役所市民ホール作品展示会)
 - ⑤ 老人クラブのつどいの開催
(式典、サークル活動発表会、作品展示会)
 - ⑥ ホームページの活用



2.高齢者の福祉の向上を図る活動

(1)健康づくり活動の推進

- ①軽スポーツ大会(グラウンドゴルフ、ペタンク、輪投げ)の開催
- ②体育系事業の開催
- ③地区体育大会及び地区歩け歩け大会への支援

(2)生きがいきり活動の推進

- ①作品展示会の開催
- ②サークル活動発表会の開催
- ③文化系事業の開催



3.加入促進運動の推進

- (1)加入促進運動強化月間における取り組み内容の充実
- (2)自治会及び地区社会福祉協議会などの地域の各種団体との連携
- (3)新たなクラブの結成、既存クラブ解散防止に向けた相談体制の強化

4.連合会の運営

(1)会の運営

- ①定期総会の開催
- ②理事会の開催
- ③正副会長会議の開催
- ④監事会の開催
- ⑤地区連絡協議会会長会議の開催

(2)関係機関との連携

- ①市や県などの行政機関並びに自治会連合会、社会福祉協議会など各種関係機関との連携
- ②全国老人クラブ連合会及び栃木県老人クラブ連合会との連携
- ③宇都宮市民福祉の祭典など関連事業への参画



..... 令和7年度 地区連絡協議会長紹介

○印は新任の方です

地区名	氏 名
泉が丘	○熊 倉 茂
今 泉	○内 田 和 己
上河内	鶴 田 勝 善
河 内	川 人 四 郎
清 原	関 口 益 男
国 本	○上 岡 重 夫
五代若松原	○稲 葉 靖 和
桜	古 谷 計 之
篠 井	鈴 木 和 明
昭 和	清 水 孝 一
城 山	石 田 和 男
姿 川	○中 野 晃
雀 宮	松 田 一 郎
宝 木	佐 藤 福 重
中 央	鍋 谷 千賀子
戸 祭	○木 村 務
豊 郷	中 澤 明

地区名	氏 名
西	○阿 部 惠 昭
錦	添 野 實
西 原	佐 藤 智 一
東	北 村 正
平 石	高 橋 勉
富士見	桶 田 正 信
細谷・上戸祭	松 川 俊 夫
緑が丘	岡 田 米 男
峰	齊 藤 正 行
宮の原	新 島 哲
御 幸	南 木 栄 弘
御幸ヶ原	○佐 藤 健 一
明 保	小野寺 七十六
陽 光	和 田 九三夫
陽 東	竹 本 政 之
陽 南	○佐 藤 浩 哉
横 川	百 瀬 正 人

令和7年度部会員紹介

総務部会



総務部会の役割

- ・会員及びクラブ数の維持、会員の加入促進及びクラブ数の増強に関すること
- ・本連合会組織の充実強化及び事業の活性化に関すること

総務部会員 (◎部会長 ○副部会長)

◎新島 哲	○桶田 孝子	黒田 隆
古谷 計之	角田 英雄	今井 立子
高野 章一	鍋谷千賀子(オブザーバー)	

広報部会



広報部会の役割

- ・機関紙「いちょう」の発行や啓発用チラシ・パンフレットの作成、連合会のPR等に関すること

広報部会員 (◎部会長 ○副部会長)

◎川人 四郎	○高橋 勉	鈴木 和明
阿部 千恵	海老原 隆	小野塚秀男
新井 勝二	北村 正	渥美 亨

教養福祉部会



教養福祉部会の役割

- ・各研修会、式典、作品展、サークル活動発表会に関すること

教養福祉部会員 (◎部会長 ○副部会長)

◎高橋 正光	○小池ノブ子	谷貝 成子
杉田 一男	阿部 恵昭	木下 淳
川北 恵一	野田 政美	小野寺七十六

健康部会



健康部会の役割

- ・各種スポーツ事業や健康づくり活動に関すること

健康部会員 (◎部会長 ○副部会長)

◎中澤 明	○山本 良子	岡田 仁
渡辺 正道	古谷 勝雄	二口 善男
中野 晃	篠原 宏之	根田 文雄

女性部会

女性部会の役割

- ・女性リーダーの育成及び女性会員の資質の向上やクラブ活動の推進と組織強化に関すること

女性部会員 (◎部会長 ○副部会長)

◎手塚 悦子	○鍋谷千賀子	○尾形 利子	○鈴木 知子	○原田知津子	蕪木カツイ	岩淵 容子
鈴木 昭子	野添 愛子	齋藤 啓子	池田セツ子	横塚 チイ	大澤 ヒロ	柿内 貴子
下井 寿代	村上 久枝	石井 幸子	山崎 良子	小口 孝子	山本江美子	鈴木 法子
秋場シノブ	石濱八重子	植木 智子	寺西 芳子	吉田 陽子	高橋みち子	若狭 和子
草野 範子	三森和香江	小川 ヒサ	岸 佳子	鈴木千恵子	吉永 祐子	





活動の輪を広げて

宝木地区老人クラブ連絡協議会
会長 佐藤 福重

宝木地区老人クラブ連絡協議会は、宇都宮市の西部で東北自動車道の東側の大谷街道の南北に位置し、地区内には皆さま良くご存知の「とちぎ健康の森」や「栃木県教育会館」等の公共機関があります。

自治会連合会数は10自治会で構成されていますが、うち8自治会に8つの単位老人クラブ375名の会員が地域貢献活動を行っております。

私事ですが、令和6年度から地区連絡協議会長を担い、先ずは“出来る事業”からやろう！ということで、地区歩け歩け大会を数年ぶりに開催したところ、85名の会員に参加いただきました。参加者のなかには、90歳以上の参加者が3名いらっしゃり、正に「健康寿命の鏡」とのことで、開始前に記念品を贈呈して参加者全員の拍手でお祝いました。

大会は、一般コースのBコースと、脚に自身がある健脚コースのCコースの2班に分かれて、宝木小学校の正門内から学校の敷地内を通り北門から市道に出て西隣に隣接するとちぎ健康の森へ、指定されているそれぞれのコースを談笑しながら楽しく歩き、体調不良やケガもなく参加者全員が無事に完歩することが出来ました。

また、自治会連合会との協働で宝木小学校の体育館において「趣味の作品展」と「体育大会」を実施しました。

趣味の作品展においては、石細工や木工芸品、写真、絵画など多数の出品があり、とても華やかなものでした。

体育大会においては、フライングディスク投げ競争などに参加したり、昨年度から取り入れたグラウンドゴルフ大会に参加するなど活動を広げています。

本年度の事業は、引き続き「歩け歩け大会」の開催の他、7月に単位クラブ対抗の「ペタンク大会」を開催する予定です。

今後も様々な事業を取り入れて、会員の活動の輪を広げていきたいと思っています。



歩け歩け大会 開会式の様子



仲間と談笑しながら楽しく歩きます



ふれあい

みんなで歌えば

国本地区 野沢町長寿会
会長 龍福 登美子

野沢町長寿会は、桜並木で有名な日光街道沿いにあります。土手に咲いている黄色や紫の花々やそれらを覆う桜並木、何とも言えない風情です。

また、日光街道を横切るように流れている釜川に時折、カモの親子が音も立てず上流と下流を行き来して泳ぐ姿、夏には弁天橋の川河を愛する会の人達により整備された公園で子供達が魚のつかみ取りをして賑やかになる、そんな自然豊かな地域で活動をしています。

私達は、活動を始める前に和合で心を一つに活動したいとの想いから歌を歌います。月の砂漠から始まって、今はおぼろ月夜を歌っています。地区のカラオケ大会や社会福祉大会では皆で舞台に立ち歌わせていただいています。

その他、スポーツ事業においては毎週木曜日を「体育活動の日」と定め、グラウンドゴルフや輪投げをしています。練習の成果があつてか、輪投げにおいて一昨年の栃木県老連スポーツ大会個人の部で優勝することが出来ました。応援してくださった会の仲間と心を一つになれた瞬間でした。夢をふたたび…と皆で練習に励んでいます。



輪投げの練習前にみんなで合唱 ♪♪

ふれあいを大切に

西原地区 花房本町遊悠会
会長 齋藤 斌

花房本町遊悠会は会員の親睦・経験・地域還元を目的に再建され、食事・運動・交流の3要素を中心に次のようになっております。

①食事関係

戸外での活動がままならない6月と2月に「食事会」を行い、おしゃべりやカラオケなど楽しいひと時を過ごしております。

②運動関係

町内のはなぶさ児童公園を会場として毎週金曜日に「グラウンドゴルフ」を実施しております。秋には遠征コンペを、また最近では地区体協主催の大会に参加するなどの熱の入れようです。

③交流関係

上記以外にも春と秋の計2回「五七の会」で俳句・川柳を楽しみ(?) また、昨年9月からは脳トレを兼ねた「健康麻雀」も始めました。

④コラボ事業関係

自治会・遊悠会・育成会が持ち分を生かした「餅つき大会」や「梅見会」が行われ、けんちん汁や甘酒が遊悠会の担当となっております。

これらの活動は会の役員、班長さんのご協力の賜物であり感謝の限りです。「去年はこうだった」ではなく「去年はこうだったけど今年はどうしよう」を心掛けてこれからも「ふれあい」を大切にしながら運営していきたいと思ひます。



グラウンドゴルフの練習のようす



餅つき大会のようす

交流広場



イベントだより

陽光地区 今宮2丁目陽寿会
会長 和田 九三夫

今宮2丁目陽寿会は平成3年に結成され今年で34年目を迎えました。日々会員同士親睦を図りながら地域貢献活動に取り組んでいます。早速ですが6月に開催された「輪投げ大会」について報告いたします。

この大会は8月8日開催の宇老連輪投げ大会の参加クラブを決める予選会も兼ねており、我ら陽寿会含む7クラブから総勢69名の参加でした。参加者のなかには地区小学校の校長先生、副校長先生も休日を返上して参加いただきました。

参加者のなかには日頃から練習を積み重ねて大会に備えている者、全く経験のない者まで様々でしたが、お目当ての的に1本入る毎に童心に返ったかのようにしゃぐ声が会場に響きました。競技形態は個人戦とし、参加者全員に参加賞を、また男女ともに成績優秀者上位5名が表彰されました。ちなみに2ゲームで最高得点者は88歳の女性で146点という高得点！素晴らしい限りです。

年に一度、会員が集まる大きな行事ということもあり、会員同士手を取り合って再会を喜び、お互いの健康を讃え談笑は尽きることなく終始和やかな雰囲気で開催となりました。普段使わない筋肉を動かしたこともあり翌日？翌々日？の身体の痛みは如何に・・・(笑)

来年の再会を誓いながら家路につきました。



輪投げ大会のようす



目標の的へそれっ！

社会奉仕と健康

陽東地区 中久保長寿会
会長 渡邊 忠

中久保長寿会は南中久保自治会に属し多様・多彩な活動をしているのではないかと考えています。令和7年度の会員数は74名ですが囲碁・将棋・健康サロンなど、自治会員とともに毎週火曜日と木曜日は資源ゴミの回収、毎月第1日曜日は地域の子供会の皆さんとともに自治会内の資源ゴミの回収、毎月第3日曜日は地域の安全を守るべくパトロール活動を兼ねてのゴミ拾いを行い、また自治会で借りている畑での野菜を作って陽東地区の夏祭り他、様々な行事に参加しています。

また、地域の公民館において毎月第1・第3木曜日に健康サロン開催、第3月曜日は活動場所への感謝を込めて公民館の清掃活動をしています。活動においては、ほぼ一部の会員の方の参加となりますが、和気あいあい楽しく活動しています。参加者増員を目的として活動報告等の資料を作成し会員宅へ配布する活動もしています。

スポーツ事業は、ペタンクを取り入れています。数多くの事業や大会へ参加しており、会員の健康づくりのお役に立てているのではないかと思います。

私個人では病気で入退院を繰り返してきましたが、7人(平均年齢76歳)でバンドを結成し、はや17年が経過しました。仲間で毎週土曜日を練習日と定め老人施設等へ演奏ボランティアとして活動しています。今後も社会奉仕・健康づくりに励み日々楽しく生活していきたいと思っています。



健康サロンのようす



資源ゴミ回収活動のようす

これからの主な行事予定

月	期 日	事 業 名	場 所
8月	8日(金) 予備日: 21日(木)	輪投げ大会	宇都宮市体育館
9月	9日(火) 予備日: 12日(金)	ペタンク大会	宇都宮市 河内総合福祉センター
	29日(月)～ 10/1日(水)	老人クラブのつどい (作品展示会)	宇都宮市文化会館
	30日(火)	老人クラブのつどい (サークル活動発表会)	宇都宮市文化会館
10月	30日(木)	老人クラブのつどい (式典等)	宇都宮市文化会館

※諸般の事情により変更になる場合があります。

東日本大震災における被災地の支援

岩手県や、福島県の方々へ全国からご支援
いただいた物資や自社農場の野菜をお届け
しています。この活動と並行し
て東北で復興を遂げた産品
を提供する「物産店」を
運営しています。私達
は「買う」を通じて
東北の生産者を応援
しています。

豊かな海を守る
三陸の漁業従事
者の販路確保に寄
与し、持続可能な
形で資源の流通
を支援しています。

誰も置き去りにしないため



HIKOUSEN

**児童養護施設・子ども食堂
へ野菜の提供**

栃木県内の「児童養護施設」
や「子ども食堂」へ毎週無
償で野菜を提供しています。

中古農機具・機具の再生と流通
循環型社会の実現へ

枯渇する資源の循環・再利用を目指し、不要となった農機具・機具を修
理し再生。農業従事者や新規就農者に安価で提供し、農業推進への寄
与も目指しています。

農業の推進
教育・生涯学習の機会を提供

耕作放棄地を再生させた自社農場で栽培した
野菜を、東日本大震災の被災地へ無償提供し
ています。農場は不登校やひきこもりの青少
年の教育・就労支援の場に。老人クラブや各
種団体にも開放し、農作物の収穫等を通じて
生涯学習の場として提供しています。

HIKOUSEN 飛行船 栃木県宇都宮市鶴田 2-11-4
TEL/FAX 028-649-0180

編集後記

人生百年時代を生きる我々高齢者にと
って何を生きがいとするかを考えると

- ①趣味の深化向上
- ②知的好奇心を満たす
- ③孫たちの成長
- ④健康で過ごせる事
- ⑤地域社会への貢献
- ⑥旅行等…種々あると思われます。

私が気づいたのは「自分が好きなこ
とは長く続けられるし自分の生きがい
になる」という事です。好きなことに目標
を定めそれに向かって日々努力すると
何時かは目標(夢)を達成できるかもし
れないと思います。私が今取り組んでい
る目標は毎月の低山登山を続ける事とゴ
ルフでホールインワンを達成すること
です。何事も諦めたら終わりです。目標に
向かって頑張りました。

(河内地区 川人四郎)

我々が錦ひばりクラブのお楽しみ会
に、平松本町女性の会のメンバー6名
に日本舞踊を披露していただきました。
堅苦しい総会終了後なので、リラックス
して鑑賞しました。お揃いの踊り着を
身につけて、“細雪”他3曲の舞は、日
本人女性特有の身のこなしで、歌詞に、
曲に合せて、時にしなやかに、艶やかに、
そして激しく、力強く、一糸乱れぬ舞に
ただただうっとり。改めて日本文化の良
さを堪能しました。

日頃から稽古をされているとはい
え、足腰には相当ご負担がかかること
でしょうが、見事な踊りに感心するば
かりでした。これからも健康に留意され、
益々稽古に精を出され、多くの人に感
動を与えていただければ願うばかり
です。

(錦地区 新井 勝二)

今期は、トランプ関税で訳の分から
ぬ事態が始まり、令和の米騒動たる米
価高騰対応で廉価版備蓄米配布が始ま
り、不足の事態に未知の対策で応える
展開がまるでドラマのように目まぐる
しいスタートを切りました。今更のよ
うに最近の世の中の動きの早さを実感
するとともに、我が老人会も、もたも
たしている場合ではないな…という思
いも新たにしました。Eスポーツとか
新スポーツとか、何か新機軸にチャレ
ンジしたくなった今日この頃です。こ
れから皆様のお役に立てるように頑張
りますので、どうぞ宜しくお願いいた
します。

(細谷・上戸祭地区 渥美 亨)