

# まめなかい 第11号

# しまね通信



しまめさん

- P1 ● 常務理事 就任あいさつ
- P2 ● 女性・若手合同委員会、若手委員会  
高知県老連とのオンライン情報交流会
- P3 ● 令和5年度  
「全国老人クラブ連合会会長表彰」  
「島根県老人クラブ連合会会長表彰」
- P4~7 ● 令和5年度「活動賞」  
本会ホームページのご案内
- P8 ● 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会
- P9 ● 各地域の活動応援～  
老人クラブ活動活性化交付金
- P10 ● 地域の活動紹介
- P11 ● 季刊情報誌「しまねすまいる days」  
老人クラブの保険のご案内
- P12 ● 令和5年度健康づくり推進員養成研修会

発行

公益財団法人 島根県老人クラブ連合会 (愛称:まめなかいしまね)  
〒690-0011 島根県松江市東津田町 1741-3 TEL0852-32-5971 FAX0852-32-5982



## 『就任のあいさつ』

常務理事 長岡 秀樹  
(島根県社会福祉協議会 常務理事)



わが国において人口減少と少子高齢化が進行する中で、地域・家庭・職場という人々の生活領域における支え合いの基盤が弱まってきています。

また、コロナ禍における行動制限や感染不安から、社会参加のための外出を控える生活を余儀なくされ、人と人とのつながりが更に希薄化しつつあります。

こうした中で、国をはじめ県や市町村等は、高齢者、子ども、障がいのある方などのあらゆる住民が、意欲と自らの能力に応じて役割を持ち、相互に支え合いながら、地域、暮らし、生きがいなどを共に築き上げていく「地域共生社会」の実現をめざしています。

老人クラブにおいては、「健康づくり」「支え合いづくり」「生きがいづくり」「地域づくり」をめざして、スポーツや文化活動をはじめ、見守り・安否確認・生活支援といった友愛活動や、多世代交流、文化の伝承、交通安全や悪徳商法の被害防止の啓発活動など、幅広い取組を行っています。

こうした取組は、人と人とのつながりが途切れがちな時代において、豊かで活力のある地域づくりをしていくために、これまで以上に重要な役割を果たしていくものと考えられます。

私たち老人クラブには、地域共生社会を築きあげていくため、その一翼を担うことが求められていますので、県老連においても、皆さんの取組を引き続きサポートしていきます。

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

## 老人クラブ活性化のための取り組み

本会では、老人クラブにおける若手会員・女性会員の活躍の場づくりと活動の活性化を図るための委員会を開催しています。

5月25日(木)は、「松江テルサ」大会議室において開催し、全国大会やセミナー等への派遣者について女性委員・若手委員それぞれ協議により決定したほか、日頃の活動のなかで感じる課題、その課題を解決するための方策や行政に望む事等について協議・情報交換を行いました。

また、「まめなかいしまねグラウンド・ゴルフ大会」の企画や運営、当日の役割等について話し合いました。



委員会のおようす

## 若手委員会 高知県老連とのオンライン情報交流会を開催しました

### オンラインで忌憚なき意見を

今回初めて、高知県老連若手委員会とオンラインでつなぎ、自由な意見やアイデアを出し合い、今後の活動に活かしていただくために情報交換会を開催しました。



島根県老連からの参加者

大会を中心に報告しました。次に高知県老連川村渡委員長から高知県老連若手委員会の活動報告がなされました。高知県老連では、若手・女性合同で芸能大会を開催、若手委員会では、研修会の企画・開催を行っておられます。

続いて、高知県より宿毛市老連、奈半利町老連、島根県より松江市高連、安来市高連での若手委員会の活動、取り組みについて各4名の若手委員の皆さまから発表していただきました。



オンライン情報交流会のおようす

最後に意見交換を行い、高知県老連から安来市高連若手委員会の取り組み「ふれあい農園の果樹栽培」について質疑応答があり、短時間ではありましたが、有意義な情報交換会となりました。

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

## 令和5年度 全国老人クラブ連合会会長表彰の受章が決定しました

### ＊育成功労表彰

- 竹下 茂 氏(出雲市)  
〔H30.6～R4.6 県老連副会長 H29.4～R5.4 出雲市高連会長〕
- 安達 紘二 氏(安来市)  
〔H30.4～R4.4 安来市高連会長 R4.4～現在 安来市高連顧問〕



## 令和5年度 島根県老人クラブ連合会会長表彰の受章が決定しました

### ＊一般功労表彰

| 市町村 | 氏名    | 市町村  | 氏名    |       |
|-----|-------|------|-------|-------|
| 松江市 | 田村 英則 | 雲南市  | 山根 幹男 |       |
| 出雲市 | 片寄 巖  |      | 森山 勝美 |       |
|     | 原 洋子  |      | 野津 勝人 |       |
|     | 藤原 博  |      | 坂本 稔  |       |
|     | 持田 幸峰 |      | 小林 茂  |       |
|     | 上田 覚  |      | 土屋 卓夫 |       |
|     | 後藤富士雄 |      | 笠間 一雄 |       |
|     | 船木 淑子 |      | 岡田 幹雄 |       |
| 雲南市 | 影山 忠夫 |      | 邑南町   | 田中百合枝 |
|     | 難波 幸夫 |      | 南原 博文 |       |
|     | 細木 訓  | 津和野町 | 安野 明夫 |       |

### ＊優良老人クラブ表彰

| 市町村  | クラブ名    |
|------|---------|
| 津和野町 | 畑迫第4緑寿会 |

### ＊永年勤続表彰

| 市町村 | クラブ名  |
|-----|-------|
| 雲南市 | 岡田 文男 |

### 【お知らせ】

表彰は、10月14日（土）に開催する「しまね県民福祉大会」の席上で行います。

詳細は

<https://www.fukushi-shimane.or.jp/> にアクセス!!

もしくは  で

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

●島根県老人クラブ連合会：活動賞大賞

●全国老人クラブ連合会：活動賞

仲間づくり活動

まつえしほんじょうちようせいかい  
松江市本庄長生会（松江市）

◆活動の概要

- 令和4年4月の第1回開催以来、毎月1回のペースで講話会を実施しており、現在では本庄地区の恒例行事となっています。この講話会は、老若男女問わず人気を集め、注目される存在になっています。
- 講話会の講師は、主として本庄地区の住民の方に登場していただき、毎回の参加者は20名～60名と安定しています。
- コロナ禍で停滞気味の本庄地区の雰囲気に入れ、住民に地区の見直しと希望を与えることを目的にスタートしましたが、大変大きな効果が出ています。
- 公民館の支援・協力もあり、公民館報である毎月の公民館だよりに掲載され、開催案内をしていただいています。



講話会のようす

ボランティア活動

しょうばらちくじゅしょう  
れんごうかいそうわかい  
荘原地区寿昌クラブ連合会荘和会（出雲市）

◆活動の概要

- 地域の支え合い事業として、町部の神社境内及び荘原コミセン等の清掃作業を長年（継続25年）行っています。
- 荘和会結成（平成10年）当時から女性会員を中心に実施しています。
- 参加者は20名で、概ね毎月実施しています。
- 奉仕活動の会員は、全員がグラウンド・ゴルフを行い、健康増進・仲間づくりに取り組んでいます。



荘和会の皆さん



神社清掃作業のようす

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |



子どもたちと世代間交流



川底の清掃（ゴミ回収）

◆活動の概要

- 高齢化が進み会員が減少する中でも、会員相互に支え合いながら、健康づくり活動を地域住民にも広げています。同時に、特に地域の子どもたちとの世代間交流活動や地域の清掃活動を一緒になって積極的に取り組んでいます。
- 子どもたちとの世代間交流事業（餅つき大会、料理教室、ゲーム遊び等）を毎年開催。令和4年度は平田舟を購入し、高津川の支流である「後川」に舟を浮かべ、町内2つの保育園の園児約70名が参加し世代間交流事業を実施しました。舟の中から箱眼鏡で川の魚（コイ、フナ、ウグイ等）の生態を観察し、園児の喜ぶ姿と感動が伝わってきました。
- ボランティア活動として、桜並木の整備、後川の川底のゴミ回収を手掛け、地域住民からも喜ばれています。

ボランティア活動

うなんしろうじんくらぶれんごうかいきすきちようしづ  
雲南市老人クラブ連合会木次町支部（雲南市）

◆活動の概要

- 平成6年4月20日に、特別養護老人ホームさくら苑が開設されました。女性部が発足した平成14年度から29単位クラブの女性部長29名が4日間に分散・訪問し、入所者のお茶会の手伝い・話し相手等をしたのが始まりで、今日まで28年間の長きにわたり継続中で翌年度からは、一般会員も加わり、参加者が増えて、以後今日まで継続しています。
- 個人情報保護法（平成17年4月1日）の施行に伴い、入所者との面会ができなくなり、さくら苑で入所者の清拭に使用するウエス作り（布の裁断）に困っておられたので、ウエス作り奉仕により「友愛の気持ち」をお届けするという「友愛奉仕活動」を実施するようになりました。当初は同苑で用意された布を裁断していましたが、近年は布の不足により、布を持参してウエス作りを行っています。また、令和2年からは、新型コロナウイルス感染症の発生で訪問そのものができなくなり、自分のクラブの集会所で布を持ち寄ってウエス作りをしたり、会員が自宅で作ったウエスを持ち寄って、クラブでまとめ、同苑に届ける方法をとっています。



ウエス作りのみなさん



活動の様子

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

健康づくり活動

ますだしろうじん 益田市老人クラブ連合会 (益田市)

◆活動の概要

- 益田市老人クラブ活性化事業として、健康づくりと介護予防活動を中心に全体事業として【健康づくり・介護予防推進活動・仲間づくり】を実施しています。
- 健康づくり・介護予防活動として、自転車運転マナー講習会、市老連グラウンド・ゴルフ大会、高齢者の健康づくり研修会(ポッチャ競技の体験会)、友愛訪問員研修会、独居老人の会(研修会)を実施しています。
- その他、団体活動基盤強化事業として、益田市内企業視察、リサイクル・環境美化活動、世代交流・伝承活動を実施しています。
- 事業実施にあたり、益田市の連携を図ることができ、会員外を含む地区での老人クラブ活動の周知を行い、会員加入促進に繋がっています。



自転車運転マナー講習会



ポッチャ競技の体験会

健康づくり活動

うなんしろうじん れんごうかいきすきちようし ぶ さとかたことぶきかい 雲南市老人クラブ連合会木次町支部里方寿会 (雲南市)

◆活動の概要

- 健康づくり活動を静的、動的に長年にわたりバランスよく実施して、会員の健康寿命の延伸に貢献しており、他のクラブの模範となっています。静的活動は、里方寿会「健康づくり講演会」を開催しており、動的活動は、次の同好会(部)が積極的に運営されています。
  - 1) グラウンド・ゴルフ部練習を毎週月曜日実施、大会を年2回開催しています。
  - 2) ゲートボール部練習を毎週日・火・金実施、斐伊地区(里方寿会交流センター単位の地区) 高齢者親善大会等各種大会に参加しています。
- 毎年開催している「健康づくり講演会」は、企画を担当する健康づくり推進委員が、会員のニーズを把握して、それに応じたテーマ・講師を選び、全員が参加したくなる講演会となるように工夫して取り組んでいます。「健康づくり講演会」は、平成22年度から令和4年度までの13年間途切れることなく開催しており、今後も継続して実施予定です。



健康づくり講演会のようす



グラウンド・ゴルフ大会のようす

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

◆活動の概要

- 上三所長寿会はペタンクの練習において自治会内の若い世代と交流することで新規会員加入促進に繋がっています。
- 佐白寿会、上三所長寿会においては毎週練習会を開催することで、高齢者の外出機会を生み出し介護予防・フレイル予防に繋がっています。
- 奥出雲町老人クラブが主催する各種スポーツ大会へ毎回、多くのチームを送り出され、好成績を収められています。
- スポーツ活動以外にも、環境美化や幼稚園・小学校との世代間交流も実施しています。



幼稚園と世代間交流



ペタンクの練習



【お知らせ】

島根県老人クラブ連合会「活動賞大賞」の表彰は、1月に開催予定の「市町村老連代表者会議」の席上で行います。



本会ホームページのご案内

お知らせ、市町村老連の連絡先、各地域の活動等をホームページで紹介しています。これまで発行した広報紙「まめなかいしまね通信」や事例集等、資料のダウンロードもできますので、ご活用ください。

スマートフォンからも  
見ることが  
出来ます!!



<https://www.mamenakai-shimane.or.jp/>

まめなかいしまね

検索



わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

## 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会開催 (山口県山口市)

結びつく学びと交流、  
熱気あふれる研修会



中四国リーダー研修会開会のようす

7月6日(木)～7日(金)の2日間にわたって、山口県山口市「かめ福オンプレイス」において開催され、本県からは14名が参加しました。

1日目は、全老連岡本まゆみ業務部長から、「老人クラブの現状と課題」について基調報告がありました。続いて、第1部「健康寿命を延ばす健康づくり・介護予防活動の推進について」、第2部「会員増強および後継者(次期リーダー)の育成について」をテーマに事例発表・討議が行われました。

2日目は、1日目に続き第3部「地域支え合い活動の推進について」をテーマとした事例発表・討議が行われ、大田市シニアクラブ連合

会久利町寿会の福田幸司会長より「生涯現役で地域貢献・世代間交流活動」と題し、保育園との交流(さつま芋苗植え・収穫、七夕会、餅つき会)、4者共催による運動会、小学校のクラブ活動・昔遊びへの協力など多様な取り組みについて発表いただきました。

その後、松陰神社の名誉宮司である上田俊成氏から「一吉田松陰がめざしたもの」を演題に講演が行われました。続いて、山口県老連の平田武会長から総括・まとめがあり、2日間の研修会が終了しました。

来年度の中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会は、令和6年7月に徳島県で開催されます。



島根県からの参加者



福田会長事例発表



第3部発表者



## 各地域の活動を応援しています



### ＊令和5年度 老人クラブ活動活性化交付金の活用概要

| 市町村名 | 概要  |
|------|---|
| 松江市  | 日帰り旅行、公共施設環境整備事業、スマホ教室、活動基盤強化事業   |
| 出雲市  | ノルディックウォーキング、さつま芋生産   |
| 益田市  | 定期総会・研修会、若手部・女性部研修会、高齢者の体力づくり研修会、グラウンド・ゴルフ大会、友愛訪問員研修会、高齢者の運転マナー研修会、リサイクル・環境美化活動、世代間交流 |
| 大田市  | ダイヤゾーン・ボール体験交流会   |
| 安来市  | 入会チラシによる加入促進  |
| 江津市  | 健康麻雀教室、同好会活動の活性化（会員外に参加を呼びかけ健康麻雀同好会の立上げ）  |
| 雲南市  | 講演会、健康づくり等研修会、地域外視察研修   |
| 奥出雲町 | 解散中の単位クラブの再発足に向けてチラシを作成し配布、休会中地区への働きかけ、会員加入促進委員会の開催                                   |
| 飯南町  | スポーツ大会の開催、介護予防事業の取り組み、健康づくり講習会の開催   |
| 美郷町  | 「美郷つどいの場づくりお助け事業」として、フライングディスク用具を購入して、楽しみながら健康・仲間づくりと介護予防                             |
| 邑南町  | 福祉大会  |
| 津和野町 | 津和野地域老連だよりの発行、グラウンド・ゴルフ交流会、日原地域老人福祉大会   |
| 吉賀町  | きん祭みん祭農業文化祭（栃餅・鮎飯作り）  |
| 海士町  | グラウンド・ゴルフ大会、ペタンク＆クロリティ大会、運動会  |
| 西ノ島町 | 環境整備・奉仕活動、ゲームサロン開催、写真展示事業   |

# クラブ再発足!

奥出雲町老人クラブ連合会では、県老連「老人クラブ活動活性化交付金」を活用し、解散中の単位クラブの再発足に向けてチラシを作成し配布しています。

また、会員加入促進委員会を開催し、休会中地区の再発足に向けて、自治会長会へ出向いて、熱心に働きかけを行ってこられました。自治会と老人会の関わり、日頃の関わりから加入促進につなげていき、令和5年4月、8年ぶりに三成地区老人クラブ連合会が復活しました。

令和5年4月18日（火）、カルチャープラザ仁多で三成地区の老人クラブ『三成いきいきクラブ』の発足総会が開催されました。当日は、来賓の糸原保奥出雲町長、勝田康則奥出雲町社会福祉協議会会長から「今後の三成いきいきクラブの活躍に期待する。」とのご祝辞を賜りました。

今年度は、8年ぶりに町内9地区全ての老人会が揃った盛大な老人クラブ活動を行っていく予定です。



老人クラブの魅力を伝えるチラシ



再始動時の会員募集チラシ



『三成いきいきクラブ』発足時の様子

まめなかいしまね通信

10

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

健康で楽しいセカンドライフを送るのに役立つ情報や、創作発表の様子が紹介されています。元気に明るく活躍する県内の人や団体の姿を通じ、人生100年時代の生き方の参考となる情報、老人クラブ活動等を通じて活躍される方々についても掲載されていますので、ぜひ、ご覧ください。

※「しまねすまいるdays」は、本会ホームページ「お知らせ」からご覧いただけます。

Vol.14

8月21日(月)発行

老人クラブ記事掲載  
久利町老人クラブ寿会  
(大田市)



実施者：島根県  
発行：株式会社 山陰中央新報社 (年4回)  
企画・取材：島根県高齢者福祉課、  
(社福) 島根県社会福祉協議会・  
(公財) 島根県老人クラブ連合会、  
山陰中央新報社

※山陰中央新報に折り込み (タブロイド版)

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

**老人クラブ 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                |
|----------|--------------------|---------------------|
| 2023年10月 | 2023年7月15日～9月15日まで | 2023年10月1日午後4時から1年間 |
| 2024年 4月 | 2024年1月15日～3月15日まで | 2024年 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。  
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

**老人クラブ 賠償責任保険** 他人の物を壊したり、ケガをさせた時<sup>\*1</sup>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

〒100-0013 東京都千代田区麹町3-3-2 新霞が関ビル5階

受付時間 9:30～12:00まで (土、日、祝祭日、年末年始休)

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/> 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なりますが、ご不明な点は、代理店までお問い合わせください。 2023年3月作成 22TC-102744

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |

# 楽しみながら健康増進 !!



島根県レクリエーション協会 栢野氏、梶谷氏

東部会場(7月26日)は「島根県民会館」、西部会場(8月7日)は「益田市総合福祉センター」、隠岐会場(8月18日)は「海士町菱浦公民館」を会場に開催し、各市町村から会員75名、会員外45名の計120名が参加されました。

講師の宮國康弘氏には、オンライン(Zoom)講義により、「認知症予防のすゝめ」と題してデータに基づいたお話をいただきました。

実技では、島根県レクリエーション協会の栢野和美氏と梶谷清美氏により「ワクワク★レク 身近なものを活用しよう」と題して、コップ、風船、ピンポン玉、新聞やペットボトル等を使用して作成し、実際に手足を動かしながら実践しました。参加者の皆さまは、時には真剣に、時には笑顔で取り組まれ、会場は大いに盛り上がりました。



日本福祉大学 社会福祉学部 講師  
一般社団法人 日本老年学的評価研究機構  
(JAGES) 理事 宮國 康弘 氏



実技 (紙コップピンゴ)



いきいきクラブ体操 (椅子に座ってする体操)

わたしたちは 島根県老人クラブ連合会の活動をサポートしています

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |