

さんさんクラブ みやざき



健康・友愛・奉仕

平成22年度
第114号

平成22年 6 月25日発行

■財団法人
宮崎県老人クラブ連合会
宮崎市原町2-22
TEL (0985) 25-7800
■発行人 小川 順平



県老連では今年度、「いきいき健康ウォーキング事業」を始めました。

4モデルクラブで開始。初回は、正しい歩き方の実技指導から。

(モデルクラブのひとつ 日南市大堂津・上高齢者クラブ「渚会」)

22年度、23年度の 新たな役員決まる

―会長に小倉豊宮崎市老連会長―

さる5月28日に県老連の平成22年度第1回理事会・評議員会が開催され、平成21年度の事業報告と収支決算が原案どおり承認されました。今年度は県老連役員・評議員の一斉改選期（任期2年）に当たり、新たな理事・監事・評議員が選任されました。

今回の改選で川越義郎会長が退任され、新会長には県老連副会長で宮崎市老連の小倉豊会長が選任されました。

また、顧問には、引き続き清山義美氏（元会長）に就任いただくことになりました。



あいさつ

会長就任に際して

小倉 豊



このたび、五月二十八日の理事会・評議員会で、皆様方から会長

に選任いただきましたことに改めて感謝申し上げます。とともに、その職責に身の引き締まる思いでございます。

これまでの会長職の中で、先達として活躍されました清山、永井、川越会長様の歩みを見習い、活かしたいと考えています。

また、県老連会員の皆様方が、自分達の地域に合った、健康・友愛・奉仕活動に組織的、計画的に取り組めるように支援していかなければならないとの思いでいます。

ところで、このたび、全老連から「老人クラブ活性化3か年計画」が提唱され平成二十二年度から実施されることになりました。これは、年々高齢化が進み高齢者人口が増えている

現状にありながら、クラブ会員増に結びつかない状況に対する我々会員が取るひとつの手立てとして提示されたものと考えています。

この計画の一部を申し上げますと、現在老人クラブで行っている『生活』を豊かにする楽しい活動（友愛活動）や『地域を豊かにする活動』（奉仕活動）等を実施基盤として、

一つ『健康づくり』

介護予防の活動』

二つ『若手リーダー養成と活用』

三つ『一般高齢者への呼びかけ』

などの三つの実施項目を行うことによって、『会員加入増』を図る手立てがとれるとの考えであると思っています。

皆様方には、これらの活動実施項目を地域やクラブの状況に合わせて取り入れ実施していただきたいと考えています。皆様方のお力添えを心からお願いいたします。



新役員体制

会長	小倉 豊（宮崎市）
副会長	杉野 初明（延岡市）
	徳田 道治（日南市）
	倉掛 喜有（高原町）
	河野 タエ（女性部長・宮崎市）
理事	瀬戸山 杉夫（都城市）
	柊山 林一（小林市）
	眞弓 辰男（日向市）
	山内 正信（串間市）
	前谷 由忠（西都市）
	押領司 勲（えびの市）
	緒方 干城（国富町）
	黒木 弘（都農町）
	椎葉 林（椎葉村）
	佐藤 定儀（高千穂町）
	大峯 綾子（女性部・都城市）
	甲斐 厚子（女性部・延岡市）
	矢野 幸子（女性部・高鍋町）
	宮本 尊（学識経験者）
	小川 順平（常務理事兼事務局長）
	中蘭伊三郎（宮崎市）
監事	吉高 一喜（延岡市）
	正ヶ峯 征男（三股町）

女性部常任委員会

4月27日開催された市町村老連女性部長会議において、平成22年度から2年任期の常任委員の選出がおこなわれました。前年度の常任委員8人全員が引き続き再選されました。

女性部長あいさつ



河野 タエ

河野です。8人の常任委員全員で力を合わせて女性部発展のために頑張ります。本年度もどうぞよろしくお願いたします。

常任委員会体制

部長	河野 タエ (宮崎市)
副部長	大峯 綾子 (都城市)
常任委員	甲斐 厚子 (延岡市)
	矢野 幸子 (高鍋町)
	工藤 佐都子 (宮崎市)
	田中 ミヨ子 (日南市)
	杉田 藤子 (小林市)
	田中 昭子 (日向市)

常任委員会開催される



6月10日に第1回の女性部常任委員会が開催され、女性部の強化に向けて活発な議論がなされました。

平成22年度

事業計画

3月30日に開催された県老連平成21年度第2回理事会・評議員会で決定された本年度の事業計画概要は、つぎのとおりです。

重点事項

- 1 全国三大運動(健康・友愛・奉仕)の推進
- 2 組織の維持、会員拡大の取り組み
- 3 老人クラブ傷害保険の加入促進

事業の主な実施計画

1 健康・友愛・奉仕の三大運動の推進

- ① 「いきいき健康ウォーキング」の取り組み
手軽にできる健康ウォーキングを推進するため、新規事業としてモデルクラブを指定して継続的なウォーキング実践活動に取り組みます。
- ② 健康づくりリーダー研修会の開催
市町村老連の健康づく

り担当役員を対象に、研修会を開催します。

- ③ 1クラブ1友愛チームづくりの推進
- ④ シルバーボランティアリーダー研修会の開催
昨年度に引き続き7地域で実施(口蹄疫関係で延期しています。)
- ⑤ 全国一斉「社会奉仕の日」の推進
「花のあるまち、ゴミのないまちの活動」、「環境にやさしい活動」に取り組みます。

2 組織の維持・会員拡大の取り組み

- ① ホームページの開設
会員への迅速な情報提供と老人クラブ活動を広く県民へ紹介し、会員の加入促進を図ります。
- ② 若手リーダーの育成
「若手会員代表による意見交換会」を実施し、具体的にリーダーの育成に取り組みます。
- ③ 生活と地域を豊かにする活動の推進
① サークル活動の推進

② 文化伝承、世代間交流の推進

③ 安全・安心なまちづくりの推進
・関係機関と連携し、交通安全対策や悪徳商法被害防止など組織的に取り組みます。

・子どもの見守り活動の推進

4 「老人の日・老人週間」の取り組み

それぞれの地域の実情に合った活動に積極的に取り組むこととします。

5 各種大会の開催

- ① 第35回宮崎県さんさんクラブ大会(8月27日 宮崎市民文化ホール)
- ② 第8回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会(10月6日 宮崎市・県総合運動公園)
- ③ 第44回さんさんクラブ宮崎作品展示会(12月16日 19日 宮崎市民文化ホール)
- 6 県老連50周年記念事業
県老連の前身「宮崎県百歳会連合会」が昭和36年12月に発足して、来年50周年を迎えるため、記念事業の準備委員会を立ち上げます。

口蹄疫被害を受けられた会員はじめ多くの関係者の皆さまに
こころからお見舞い申し上げます

月 日	行 事
8月27日(金)(※予定)	第35回宮崎県さんさんクラブ大会 (宮崎市民文化ホール)
9月15日(水)～21日(火)	「老人の日、老人週間」 20日(月) 全国一斉社会奉仕の日
10月6日(水)	第8回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会 (宮崎市・県総合運動公園)
20日(水)	予備日
8日(金)～12日(火)	ねんりんピック石川2010「美術展」出品
11月16日(火)～17日(水)	第39回全国老人クラブ大会(仙台市)
12月16日(木)～19日(日)	第44回さんさんクラブ宮崎作品展示会 (宮崎市民文化ホール)
2月下旬	市町村老連健康づくりリーダー研修会
3月下旬	県老連平成22年度第2回理事会・評議員会
3月～4月	クラブ解散防止対策強化月間

6月～8月上旬にかけて予定していましたが、市町村さんさんクラブリーダー研修会及び

シルバーボランティアリーダー研修会は、口蹄疫非常事態宣言を受けて、延期しました。

平成22年度 行事予定(8月以降分)

健康づくり リーダー研修会を開催

県老連では、3月1日から2日にかけて宮崎市と日向市で順天堂大学名誉教授の武井正子先生を招き、市町村老連の健康づくり担当リーダーなどの役員対象に研修会を開催しました。

午前中の講話に続き、午後は「いきいきクラブ体操」や「高齢者向け体力測定」などに取り組みました。

県央・県西ブロックが1日宮崎市の県武道館で、県北ブロックが2日に日向市日知屋公民館で実施しましたが、合わせて約200名の参加がありました。



延岡市では 健康講座を開催



甲斐厚子女性部長

からご報告いただきました。

健康講座は、5月22日に延岡市社会福祉センターで、延岡市高齢者クラブ連合会女性部の総会後に開かれました。参加者は127名。講師は延岡市内で長年「大川原整骨院」を経営されている、柔道整復師の大川原一彰先生でした。

先生は、「心と体の健康」と題して、タオルを使つての実践体操や応急措置、心の健康など、



講師の大川原一彰先生

高齢者の健康な身体づくりについて熱心に講演され、大変有意義な「健康講座」でした。

「いきいき健康 ウォーキング」スタート

県老連では、いつでも・どこでも・誰でも無理なくできる「健康ウォーキング」を継続して実践していくために、本年度から「いきいき健康ウォーキング」事業に取り組むことにしました。

本年度は、都城市高城地区高齢者クラブ、日南市は北郷地区大藤高齢者クラブと大堂津・上高高齢者クラブの2クラブ、小林市北堤老人クラブの4クラブをモデルクラブに指定し、それぞれのクラブで初回は正しい歩き方について指導者を招いて実際に実技指導を受けました。県老連から歩数計、記録用手帳などのウォーキング用具を配布し、今後継続的に取り組んでもらうことにしました。



老人クラブの
健康ウォーキング
シンボルマークです。

モデルクラブ紹介

都城市高城地区高齢者クラブ

高城地区高齢者クラブは、いち早く、初回は花見を兼ねて3月26日に西都原公園まで出かけて「健康ウォーキング」を開始しました。けいめい記念病院健康支援センター所長で老年開発講師団の日吉眞理子先生を招いて、公園内を歩きながら講義と実技指導を受けました。



日南市は2地区で開始!

北郷地区協議会大藤高齢者クラブ

大藤高齢者クラブは4月17日に大藤農業会館の屋外で、健康運動指導士・宮崎市体育指導員の松田利一先生を講師に、講話の後、正しい歩き方の実技指導を受けました。



大堂津・上高高齢者クラブ

大堂津・上高高齢者クラブ「渚会」は5月15日に大堂津海水浴場の貝殻ステージ広場で北郷地区と同じ松田利一先生を講師に、地域住民の方も参加して指導を受けました。講話の後は、松林内の遊歩道を歩きながらの実技指導となりました。



小林市北堤老人クラブ

北堤老人クラブは4月24日に小林勤労者体育センター屋外のグラウンドで、地元住民も参加して健康運動指導士の西田俊輔先生を講師に、ユーモアあふれる講話と実技指導を受けました。



悪質商法・振り込め詐欺に

ご用心！

まずは相談を！

宮崎市江平西のNHK隣にある宮崎県消費生活センターを訪問、崎村主幹にお話を伺いました。

宮崎、都城、延岡の3消費生活センターでの相談件数は、ここ数年減少傾向にあったのが、平成21年度相談件数は9,747件で、前年度に比べて63件増加しているそうです。



主な相談内容	件数
○融資サービス ・多重債務、過払金返還請求	1,349件
○商品一般 ・ハガキによる架空請求	566
○書籍・印刷物 ・新聞の訪問販売	269
○工事・建築・加工 ・訪問販売によるリフォーム工事	221
○医療用具 ・家庭用治療用具の訪問販売	195

依然として悪質商法被害も多発していますが、高齢者は他の年齢層に比べて、被害にあっても恥ずかしさが先に立つのか、人に話さない傾向が強いそうです。

全国老人クラブ連合会が行ったアンケートでも「高齢になるに従い、相談しなくなる傾向がみられる」との結果がでています。

怪しい？と思われるケースがあったら、まず、センターへ連絡を！

出前講座の案内

消費生活センターでは、「一日消費者スクール」を実施しています。悪質商法・振り込め詐欺の知識だけでなく、食品表示や省エネ・クリーニングの基礎知識などくらしの知識についての講座もあります。小グループでの勉強会など、気軽に消費生活センターへご相談くださいとのことです。

テーマ	主な講座内容
契約の基礎	くらしの中の契約、悪質商法から高齢者を守る
くらしの知識	知っておきたい食品表示、家庭でできる省エネ 家計簿の活用法など生活設計、クリーニングの基礎知識

申し込み先

延岡地方消費生活センター	都城地方消費生活センター	県消費生活センター	連絡先	対象地域
延岡市本小路39-3 電話0982-31-0998	都城市北原町16街区1 電話0986-24-0998	宮崎市江平西2-1-20 電話0985-32-7171		延岡市、日向市、 東臼杵郡、西臼杵郡
	高原町			都城市、小林市、 えびの市、三股町、 串間市、西都市、 東諸県郡、児湯郡

県内各老人クラブ・高齢者クラブの皆様方へ

セレモニー宮崎のネットワークで冠婚葬祭のお手伝いをさせていただきます。

斎場 西都メモリードホール

斎場 小林メモリードホール
結婚式場 ガーデンベルズ小林
ティアラプラザ小林

斎場 都城メモリードホール
メモリード博善社
結婚式場 グランドパティオ都城
ティアラプラザ都城

斎場 延岡メモリードホール
伊達メモリードホール

結婚式場 ガーデンベルズ延岡
ティアラプラザ延岡
アルファ・ブレンド・キュービック延岡

斎場 佐土原メモリードホール
佐土原ライムホール

斎場 宮崎メモリードホール
住吉メモリードホール
清武メモリードホール
恒久メモリードホール
第一葬祭ライムホール
法事会館 メモリード青葉会堂

結婚式場 ガーデンベルズ宮崎
アルカーサル・ピエントス
アルファ・ブレンド・キュービック
ティアラプラザ宮崎

斎場 日南ライムホール



総合斎場 宮崎メモリードホール

詳しいことにつきましては
下記の営業所へ
お問い合わせ下さい。

宮崎営業本部 0985(27)0720
清武営業所 0985(64)5002
住吉営業所 0985(72)4951
西都営業所 0983(43)3698
小林営業所 0984(23)2539
えびの営業所 0984(25)3370
都城営業所 0986(24)9221
延岡営業所 0982(33)8899
日南営業所 0987(23)5340

高齢者クラブ・老人クラブのいろいろな活動の応援をさせていただきます。

安心と特典満載の**新規会員様募集中!**

毎月わずかな掛金で、
大きな安心と特典付き
のお得な会員システム

結婚式・お葬儀にご利用いただけます

セレモニー 宮崎の 会員プラン

月掛金	満期額
1,500円×120回	180,000円

◎お得な一括払い、年払いもごさいます

月々
1,500円
の積立で、
しっかり
サポート!

家族写真のことなら
スタジオABC

お宮参り、七五三
成人式、金婚・銀婚式
Alpha Cubic
ABC宮崎店
0985-32-0777
ABC延岡店
0982-21-1122

株式会社 **セレモニー宮崎** ☎0120-30-4949 〒880-0842 宮崎市青葉町5-1
http://memolead.co.jp/

会員章をあなたの胸に
老人クラブの会員章

金メッキ入り
高級七宝製
700円



針を布地に差し込み、
裏側からその針を
止め金で固定します。



止め金部分は大きく、
固定型です。

お申し込みは、所属の市町村老人クラブまで。

平成23年版 「老人クラブ手帳」のご案内

老人クラブ会員向けのオリジナル手帳。老人クラブ活動にご活用ください。

老人クラブ手帳の特長

- ◎携帯に便利なポケットサイズです。
(大きさ 縦17.5cm、横9cm)
- ◎新しく日記欄に毎日の歩数記録を加えました。
- ◎大きな活字で見やすく、活動日程等の記録に最適です。
- ◎豊富な老人クラブ資料が、活動の参考になります。
- ◎連絡先などを記入する「おぼえ」欄があり、緊急時に役立ちます。

老人クラブの
マークが、金箔
で入ります。



お申し込みは、所属の市町村老人クラブまで。

この「県老連だより」は共同
募金会の配分金で発行され
ています。



愛ちゃんと希望くん

口蹄疫被害非情事態宣言を受けて、
県老連行事も、恒例の一泊二日の市
町村さんさんクラブリーダー研修
会や6月から8月にかけて7地区
で予定していたシルバーボランテ
ィアリーダー研修会を延期した。口
蹄疫で被害を被られた会員はじめ
多くの関係者の方々の心中を察す
ると何ともやりきれない気持ちだ。
地域の老人クラブでは、消毒作
業に従事したり、作業員へのバスタ
オルを集めるなど奮闘されている。
県下各市町村老連でも、会議・行事
など自粛し、義援金活動に取り組ん
でいる。一刻も早い終息を願うばか
りだ。
終息後は、県民あげて活気ある
宮崎県の再興に努めねば…。私たち
老人クラブもクラブ活動を通して、
地域を元気づける役割を是非果た
したいと思う。

あ
と
が
き

文芸コーナー

川南町長寿会と宮崎市工藤佐都子さまからご投稿
いただきました。川南町からは口蹄疫被害発生前
にいただいたものです。

俳句

川南町長寿会俳句同好会

蛇行して村抱きゆく春の川
雛ひ孫十月であんと春の星
山あいのダム建設の音に春
トラクターの二重奏で植田となりぬ
梅の香をえりにしまいてたびを履く
老梅やしむむ夕日に母思う
絵手紙に桜の花の文やさし
枯れ色を自慢気に立つ梅古木
友と酌む酒の甘さや古希の春
椿咲く小鳥の群と老二人
春の夜の姿無き声のメールかな
身に恥じ無しミカン花白く匂い
天帝は気まぐれ寒さもどる春
春雷の激しき夜は亡夫を恋う
春風やかくれんぼうの子の背にも
娘は島へ転勤と聞く春嵐

俳句

「夏見舞」

宮崎市清武町 工藤佐都子

万緑や肺の奥まで青あおと
夏霧や読めぬ点字に触れてみる
絵手紙の余白に一句夏見舞い
走り根の回廊めきし芒種かな
マンガのレシビ読みつつ足湯して
傷口に白南風染みるモアイ像
更衣老いには老いのストレッチ



高尾日出夫
梶原寅雄
大久保一臣
下村恵子
河野静子
中村哲夫
新地和子
蜷川露子
池田美寿々
岩切貞夫
福重福一
岩村卯一郎
古川ただし
九鬼絹子
永田優
本部みさ子

老人クラブ傷害保険のご案内

(平成22年1月1日始期以降用)



ご加入タイプごとの掛金と補償額	タイプ名	基本タイプ〈活動中補償〉			上乗せタイプ〈24時間補償〉 〔基本タイプ+3千円上乗せ〕 〔職種別: A 団体割引30%〕		
		Aタイプ	Bタイプ	Cタイプ	Aタイプ +3千円上乗せ	Bタイプ +3千円上乗せ	Cタイプ +3千円上乗せ
活動中のケガ	年間掛金	500円	1,000円	2,000円	3,500円	4,000円	5,000円
	ケガによる死亡保険金額 (死亡・後遺障害保険金額の全額)	50万円	100万円	200万円	150万円	200万円	300万円
	ケガによる後遺障害保険金額※1	50万円	100万円	200万円	50万円	100万円	200万円
	ケガによる入院保険金日額※2	1,000円	2,000円	4,000円	2,000円	3,000円	5,000円
活動中以外のケガ	ケガによる通院保険金日額	650円	1,300円	2,600円	1,150円	1,800円	3,100円
	ケガによる死亡保険金額 (死亡・後遺障害保険金額の全額)	—	—	—	100万円	100万円	100万円
	ケガによる後遺障害保険金額※1	—	—	—	—	—	—
	ケガによる入院保険金日額※2	—	—	—	1,000円	1,000円	1,000円
	ケガによる通院保険金日額	—	—	—	500円	500円	500円

※注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因する場合のみが対象となります。(後遺障害の程度に応じて、基本タイプの死亡・後遺障害保険金額の3%~100%が支払われます。)
※注2 手術保険金のお支払い額は、手術の種類に応じて入院保険金日額の10倍、20倍または40倍となります。

上乗せタイプに関するご注意 上乗せタイプは職種別A(無職、年金受給者、事務従事者、販売従事者等)の方を対象としたものです。被保険者が危険な職務(職種別B(自動車運転者、採掘・採石作業、建設作業、農林業作業、漁業作業、木竹・草・つるの製品製造作業))に従事中にケガをした場合には、上記保険金額から削減して保険金が支払われる場合があります。削減率は、死亡・入院・通院共通で25.5%となります。職種別A以外の方は、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。



財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係

通話料無料のフリーダイヤル 0120-000937

受付時間 9:30から17:30まで
(土、日、祝祭日休)

〈取扱代理店〉 有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768

(引受保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社

(担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 電話番号 03-3515-4144

◆この広告は老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯普通傷害保険・普通傷害保険)の概要についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「老人クラブ傷害保険の手引き(平成21年7月改定対応版/平成22年1月1日始期以降用)」「重要事項説明」をよくお読みください。ご不明な点等がありましたら、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。

◆保険法改正に関するご案内

2010年1月1日始期以降のご契約より、保険法改正による約款等の改定があります。詳細は、取扱代理店または保険会社までお問い合わせください。また、2010年1月以降、保険会社のホームページ(<http://www.tokiomarine-nichido.co.jp/>)に改定内容を掲載いたしますので、あわせてご確認ください。

1340-09-106 平成21年12月作成