

# さんさんクラブ みやざき



健康・友愛・奉仕

平成29年度

第135号

平成29年6月30日発行

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

■発行責任者 山田 時治

日向市高齢者クラブ連合会

石並長寿会

会長 甲斐 政夫

会員 49名

(男性24名、女性25名)

単老写真報告



▲研修旅行



▲一日社会奉仕の日の活動



▲好評のミニ運動会



▲沿道の花植栽

チェック

- 旅館・ホテル等指定一覧
- 会長ごあいさつ

「墓がならんで そこまで 波が押し寄せて」～山頭火～ 昭和5年に種田山頭火が当地を訪れた際に詠んだ歌です。

この歌のとおり海岸線に沿った街並みに私ども石並長寿会49名のメンバーは住んでいます。豊かな自然に恵まれていますが、山頭火の歌からも想像できるように歴史的には多くの自然災害を経験している街です。それだけに住民は強い絆で結ばれた友愛の情の深い地区だと自負しています。

昭和39年2月に「石並長寿会」としてクラブを結成以来今年で53年目を迎えてます。活動としては、研修旅行、グラウンドゴルフ、輪投げ、歩こう会、沿道の花植栽、公衆トイレ・駐車場清掃、地蔵尊境内清掃と交通安全祈願祭、健康・交通安全・医療等各種講座参加が挙げられますが数々の種目を取り入れた室内運動会は特に好評を得ています。

全国統一「100万人会員増強運動」においても29年度5名の実質増員ができ、平均年齢78歳とやや若返りも果たしています。

自治会でも65歳以上の役員全員が会員であることも特徴の一つであり、地区全体で長寿会を盛り上げようとしてもらっている恵まれたクラブです。

# この一年を振り返って

宮崎県老人クラブ連合会

会長 山田 時治



域において、なくてはならない存在として様々な活動に積極的に取り組んでまいつたところであります。

松元道文前会長の後を引き継ぎ、会長となり、早いもので、一年が経ちました。

私も老人クラブにおきましては、これまでスポーツや趣味を通した「健康づくり・生きがいづくり活動」、地域の環境美化や子供の安全見守り等の「社会奉仕活動」、更には、高齢者同士の「助け合い活動」など、それぞれの地

しかしながら、こうした熱心な活動の一方で、価値観の多様化、働く高齢者の増加等により、近年全国的にも、また、県老連におきましても老人クラブの会員は大きく減少しております。

県老連におきましても老人クラブへの取り組みをモデルとして行つていただきたいところでございます。特に、新地域支援事業は、高齢者が住み慣れた自宅・地域でできる限り暮らし続けていけるようする「福祉のまちづくり」の取り組みでもあります。老人クラブはこれまで「健康・友愛・奉仕」を基本に、地域で助け合い・支え合いの活動を行つてきました。老人クラブが新地域支援事業の担い手

として、会員のみならず地域の高齢者による支援の輪を広げることは、現在進めている「百万会員増強運動」の成果にも繋がるものと考えます。

老人クラブ会員の皆様にも、是非とも、新地域支援事業に対し、お力を貸し頂きますよう心からお願いを申し上げ、平成二十九年度の年頭に当たつての所感とさせて頂きます。

このような中、平成二十六年度から全国老人クラブ連合会では「百万人会員増強運動」を提唱し、今年度で三年目に入つておりますが、会員を増やしたクラブもありますが、一方で解散するクラブもあるという極めて厳しい状況が続いている訳であります。



## 平成二十八年度「老人クラブ介護予防・健康づくり支援事業」の実施

椎葉村老人クラブ連合会 会長 那須 清重

椎葉村老連では、みずほ教育福祉財団の助成を受け、「老人クラブ介護予防・健康づくり支援事業」を平成二十八年度に実施しました。

この事業は、介護予防・健康づくりリーダーの養成を図る養成セミナーと高齢者や住民、地域を対象に、介護予防・健康づくりに対する理解を広めるためのキャンペーンイベントを開催することになっています。

椎葉村老連では、介護予防・健康づくり養成セミナーを二十六名の参加を得て、九月二十六日、十月三日、十七日の三日間、村の総合保健センター「すこやか館」などで「運動による健康づくり」、「認知症の理解」、「歯・口腔の健康管理」、「薬の正しい使い方」、「食生活のあり方」について、健康運動指導士、医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士といった専門家からの講義を受けました。参加者からは、「日頃思つてない事柄を再認識した」、「病院等では聞けない内容を詳しく教えて貰えた」、「教わったことを多くの会員に伝えたい」、等の声がありました。



また、キャンペーンイベントでは、「高齢者料理教室」「高齢者レクリエーション交流会」を、料理教室に二十六名、交流会に五十二名の参加を得て、二十四日に村の開発センターの調理室と講堂で開催し、参加者からは、「主食エネルギー、主菜タンパク、副菜ビタミン、カルシウム三主菜をしっかりと摂ることが大切であることを学んだ」、「食生活には日頃から気を付けていますが、再確認した」、「調理の工夫で塩分の摂取を抑えられることを学習した」、「初めて体験するレクリエーションのプログラムが楽しかった」と等の声が聞かれました。

### 平成29年度行事予定表

月	県老連行事	全老連・九州ブロック行事
4	・市町村老連女性部長、事務局長等会議 (20日(木)県福祉総合センター)	
5	・監事会(中旬) ※ 後日日程調整 ・第1回理事会(31日(水) 県福祉総合センター)	・全老連 女性代表者会議(26日(金)東京) ・全老連理事会(31日(水)東京)
6	・市町村さんさんクラブリーダー研修会(20日(火)~21日(水) 宮崎市 ホテルスカイタワー) ・定時評議員会(21日(水) ホテルスカイタワー) ・県老連だより発行(下旬)	・第34回都道府県、指定都市事務局長会議(12日(月)~13日(火)東京) ・全老連 評議員会(19日(月)東京)
7	・第2回理事会(上旬) ・シルバーボランティアリーダー研修会(延岡:13日、宮崎:19日、都城:27日)	・九州ブロック老人クラブリーダー研修会(6日(木)~7日(金) 佐賀市)
8	・第42回宮崎県さんさんクラブ大会(29日(火)宮崎市民文化ホール)	・第42回活動推進担当者研究セミナー(1日(火)東京) ・第35回都道府県、指定都市老人クラブリーダー中央セミナー(8日(火)~9日(水)東京) ・九州各県、指定都市老連事務局長会議(24日(木)~25日(金)福岡市)
9	・シニアパワー宮崎づくり月間	・第30回全国健康福祉祭あきた大会(9日(土)~12日(火)秋田県) (第27回地域文化伝承館9日(土)~11日(月))
老人の日・老人週間 (15日(金)~21日(木)) 全国一斉「社会奉仕の日」(20日(水))		
10	・第16回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会(27日(金)県総合運動公園) ※予備日:11月1日(水)	・第46回全国老人クラブ大会(18日(水)~19日(木)京都府)
11	・県老連だより発行(中旬) ・第51回さんさんクラブ宮崎作品展示会(28日(火)~12月3日(日)県立美術館) 展示 30日(木)~12月2日(土) 搬入28日、審査会29日、搬出12月3日 表彰式・知事賞以外の特別賞表彰 12月3日午前(県立美術館) 知事表彰 12月2日午後(ねんりんフェスタ会場)	・第29回女性リーダーセミナー(16日(木)~17日(金)東京)
12		・都道府県、指定都市老連会長会議(4日(月)~5日(火)東京)
1		・第23回在宅福祉を支える友愛活動セミナー(31日(水)~2月1日(木)東京)
2	・県老連だより発行(下旬)	・都道府県、指定都市老連事務局長会議(7日(水)東京) ・九州各県、指定都市老連連絡協議会(15日(木)~16日(金)鹿児島市) ・第15期健康づくり中央セミナー(21日(水)~23日(金)神奈川県葉山町)
3	・第3回理事会(中旬) ・第2回評議員会(下旬)	・全老連 理事会(15日(木)東京) ・評議員会(15日(木)東京)
解散防止対策強化月間(~4月)		

※女性部役員会、若手委員会は、必要に応じて、今後日程調整の上開催 ※評議員会の日程は、理事会で正式に決定されます。

# 連の活動

日南市高齢者クラブ連合会の現況と今年度目標について述べさせていた  
だきます。

初めに今年度は、前年度取り組んだ「会員増強」という目標を明確に示し、威勢よく取組みます。

当会は総務部、レクリエーション部、健康増進部、広報部、女性部の5つの部会で組織し、連合会会长、担当副会長、部会長、副部会長と地区分会代表で構成されています。その中の女性部長は連合会の副会長となります。

委員会の設置として、現在も今後も永遠の課題であります。が会員増強推進委員会があります。連合会会长、副会長、各地区分会代表1名により構成されています。他に行事のアドバイザーとしてスポーツマスター若幹名、それに加え今年度は、ジョイントクラブを立ち上げアドバイザーとなりフォロー役に徹し目標達成に努めようと計画中です。各事業部会、各委員会の充実を図り模索しながら進めています。他の部会も独自の事業案を具体的に検討し提案の運びとなります。

一番の事業は百花繚乱を意識した会

## 一度の人生、すべての目標に向けてトライする

### 三股町老人クラブ連合会

#### 稗田きらめき会の紹介

日南市高齢者クラブ連合会 会長 枝屋 努

三股町稗田きらめき会 会長 大浦 芳英



員増強推進であります。目標達成意識が大方理解しつつあります。各クラブの知恵の出し惜しみのないように会員拡大運動に全会員で取り組み達成感を分かち合いたいものです。

今年度は、行政が11名（19名まで）の少人数クラブを1クラブと認めて15,000円の助成を受けることになりました。目標は、このような少人数クラブを15クラブ達成することになります。この機会を会員増強のチャンスに捉え、一層の努力を必要としますので、全会員に周知し強力に取り組んでいます。

「稗田きらめき会」は三股町、西部中央に位置し都城市と隣接、周辺地域に大・中規模の医療機関、商業施設が点在する県道108号線沿いの新興集落地に平成10年に発足「健康・友愛・奉仕」の基本方針の下、「伸ばそう・健康寿命、担おう・地域づくり」を目標に現在男性会員12名、女性会員10名計22名で活動に積極的に取り組んでおり、活動の一部についてご報告致します。

年間を通じて週3回（グラウンド・ゴルフ）を行い「健康維持、向上」

- 一、会員の加入促進をはかる。
- 二、友愛奉仕活動の充実をはかる。
- 三、触れあい活動の充実をはかる。

ひいては「クラブの育成向上」に努めています。

「健康づくり教室」活動においては、血圧測定、ラジオ体操を行ったのち、調理講師指導の下、不慣れな包丁捌きで料理づくりに大奮闘、終って全員で味見しながら喫食、和気あいあいと楽しんでいます。

これからも、更なる明るい長寿社会をめざし次の活動に積極的に取り組んでまいります。

# 市町村老

## 川南町長寿会連合会の紹介

川南町長寿会連合会 会長 井上 源之助

川南町では、以前から広大な台地に移住者が受け入れてきましたが、昭和14年から「川南原大規模国営開拓事業」として着手されたが中断。終戦後、国の施策により3,000ヘクタール以上に及ぶ大開拓地になり、全国47都道府県からの入植者があり川南合衆国とも呼ばれ、進取の気風が強く「フロンティアスピリッツ」の町と標榜されています。

昭和36年10月、時の先輩諸氏が老人クラブとして組織化を図り、高齢者として地域での役割を担い、町の発展のため寄与するという熱意と健康寿命を目標に活動する「川南町長寿会連合会」が発足し、昭和38年、地域長寿会の12組織に会員約400人での結成が進められ、最盛期には1,800人を超えた経緯があります。

発足後、川南町長寿会綱領の設定、川南町長寿会の歌・川南長寿会小唄・長寿会音頭も作詞作曲、大会・総会等で愛唱されています。長寿会は組織活動を通して、3大事業目標である「健康・友愛・奉仕」活動と併せて、「環境美化・伝承事業・世代間交流」等を開いています。昭和61年長寿会連合会は、老人クラブ活動の推進に専念努力、その業績によって全国老人連会長賞を受賞しました。その後も21世紀に向けての新たな老人クラブづくりを目指し活発な運営活動推進、女性部リーダー研修、女性部研修大会を開催、女性リーダーの育成強化、ヤングオールドの会員への加入促進・環境美化花づくり運動をしてきました。



平成14年には花いっぱいコンクール大会で法務大臣賞を受賞しています。

平成20年には回復し21クラブ872人にその後も減少、平成28年には回復し21クラブ872人になりましたが、今年度は20クラブ812人になりましたが、急速な少子高齢化が進み、人になりました。急速な少子高齢化が進み、団塊世代も高齢化、喫緊の課題は、若年高齢者への加入です。全国会員増強運動に、町独自の目標を立て、新会員加入推進に努力、社会福祉協議会作成の「どんげね」のぼりを立て、

役割を担い、町の発展のため寄与するという熱意と健康寿命を目標に活動する「川南町長寿会連合会」が発足し、昭和38年、地域長寿会の12組織に会員約400人での結成が進められ、最盛期には1,800人を超えた経緯があります。

発足後、川南町長寿会綱領の設定、川南町長寿会の歌・川南長寿会小唄・長寿会音頭も作詞作曲、大会・総会等で愛唱されています。長寿会は組織活動を通して、3大事業目標である「健康・友愛・奉仕」活動と併せて、「環境美化・伝承事業・世代間交流」等を開いています。

昭和61年長寿会連合会は、老人クラブ活動の推進に専念努力、その業績によって全国老人連会長賞を受賞しました。その後も21世紀に向けての新たな老人クラブづくりを目指し活発な運営活動推進、女性部リーダー研修、女性部研修大会を開催、女性リーダーの育成強化、ヤングオールドの会員への加入促進・環境美化花づくり運動をしてきました。

発足後、川南町長寿会綱領の設定、川南町長寿会の歌・川南長寿会小唄・長寿会音頭も作詞作曲、大会・総会等で愛唱されています。長寿会は組織活動を通して、3大事業目標である「健康・友愛・奉仕」活動と併せて、「環境美化・伝承事業・世代間交流」等を開いています。

昭和61年長寿会連合会は、老人クラブ活動の推進に専念努力、その業績によって全国老人連会長賞を受賞しました。その後も21世紀に向けての新たな老人クラブづくりを目指し活発な運営活動推進、女性部リーダー研修、女性部研修大会を開催、女性リーダーの育成強化、ヤングオールドの会員への加入促進・環境美化花づくり運動をしてきました。

## 活性化講演会

## 開催される

平成28年3月17日宮崎県福祉総合センターで、「活性化講演会」が県内から175名の参加のもと開催されました。

介護保険制度の改正に伴う新地域支援事業への老人クラブの取り組みの促進、及び自治会との連携強化による老人クラブの組織強化を目的に「地域を支える老人クラブづくり事業(県補助事業)」において指定された、県内の老人クラブを紹介するとともに、県内の先進事例を研修しました。

最初に「モデル地区・クラブの活動状況について」と題して、県老連の江口勝一郎事務局長から事業内容の説明があり、「会員増強・クラブの活性化の推進」モデル地区として「宮崎市生目地区老人クラブ連合会」、「都城市庄内地区高齢者クラブ連絡協議会」、「小林市西小林老人クラブ連合会」と、「地域支援事業に向けた組織体制の構築」モデル地区として、「宮崎市神宮西さんさんクラブ」「日南市木山さんさんクラブ」「山野原」「日南市木山さんさんクラブ」の活動の紹介がありました。

次に、県老連若手委員会の28年度活動についての説明の後に、宮崎市老連若手委員会の小川定範委員長により、「さんさんクラブ宮崎市若手委員会 老人クラブの活性化とクラブ組織の強化のために」と題して講演がありました。最初に宮崎市長寿介護課から、「若手リーダー育成強化事業」として、予算活動が促進されたことを説明しま

した。若手委員22名(男性12名女性10名)の内老人クラブ会員が16名それ以外が6名。先ず、「広報誌の発行による認知度アップ」として、会員以外の皆さんに情報発信します。既にカラーで新聞を3刊発行し、自らの結束を図り、会員に紹介をしました。また、「お助け隊」を結成し、11月には若手委員会主催で、グラウンド・ゴルフ大会を開催し、若手委員の結束を図るため、会員に紹介をしました。また、「お助け隊」を結成し、各地区の行事、広報誌作成、事務等の補助を支援します。最後に、「若手の入会を図るために、クラブにしばならないで、チャレンジの場所を作ることを話されました。



県老連 江口事務局長

県老連 山田時治会長

宮崎市老連若手委員会  
小川定範委員長



## 平成29年度 旅館・ホテル等指定一覧

平成29年度の旅館・ホテル等を次のとおり指定しました。

各単位老人クラブが宿泊又は日帰りの旅行をされるときは、下記の施設をご利用ください。

(平成29年4月1日現在)

	No.	地区名	施設名	電 話	住 所	備考
宮 崎	1	日南市	かんばの宿日南	0987-22-5171	日南市大字星倉 2228-1	継 続
	2	えびの市	国民宿舎 えびの高原荘	0984-33-0161	えびの市大字末永 1489	〃
大 分	3	別府市	かなわ荘	0977-66-0742	別府市御幸3組648	〃
	4	別府市	ホテルつるみ	0977-66-0561	別府市大字鶴見 641	〃
熊 本	5	植木町	荒木観光ホテル	096-274-7201	熊本市北区植木町田底 6	〃
	6	阿蘇市	内牧温泉 旅館 金時	0967-32-0038	阿蘇市内牧 1131	〃
	7	球磨村一勝地	一勝地温泉 かわせみ	0966-32-0200	球磨郡球磨村一勝地乙39番地2	〃
	8	人吉市	かくれ里の湯	0966-23-1111	人吉市矢岳町 3248	〃
	9	相良村	さがら温泉 茶湯里	0966-25-8111	球磨郡相良村深水 2136	〃
	10	南関町	ホテルセキア	0968-69-6111	玉名郡南関町セキアヒルズ	新

●29年度に継続しない旅館等

宮 崎		小林市	すきむらんど かるかや	0984-48-2480	小林市須木下田 412-6	
熊 本		人吉市	国民宿舎 くまがわ荘	0966-22-2787	人吉市相良町 4-2	

### 新しく指定されたホテルセキア



## 「さんさんクラブ宮崎市 芸能文化発表会委員の集い」開催される

宮崎市老人クラブ連合会(さんさんクラブ宮崎市)では、「生きがいと健康づくり」の一環として、恒例の発表会が、宮崎市民プラザのオルブライトホールで開催されました。140人を越える出演者が、日頃の練習の成果を発揮し、観客(500人)から拍手喝采を浴びました。本格的な衣装と真摯な演技で、会場の全員が、笑顔と元気をいただきました。



フラダンス ハイビスカスサロン



レインボーコーラスみやざき

### 県内各老人クラブ・高齢者クラブの皆様方へ

メモリード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いている。



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。

メモリード宮崎の一括プラン  
一括払いはとってもお得!  
=挙式金1回の場合  
完納額  
180,000円が  
(月々1,500円×1口×120回)  
**162,000円**

なんと18,000円もお得です!

### 初盆展示会のご案内

展示会にご来場いただいた方に、**さらには** 早期ご成約いただいた方には、**素敵なプレゼント**を進呈いたします。

宮崎メモリードホール  
7月22日(土)・23日(日)  
開催時間／10:00～16:00

佐土原ライムホール  
7月9日(日)  
開催時間／10:00～15:00

西都メモリードホール  
7月15日(土)  
開催時間／10:00～15:00

小林メモリードホール  
7月9日(日)・21日(日)  
開催時間／10:00～15:00

えびのメモリードホール  
7月15日(土)  
開催時間／10:00～15:00

都城メモリードホール  
7月8日(土)・9日(日)・23日(日)  
開催時間／10:00～17:00

市民葬儀相談センター延岡店  
7月8日(土)・9日(日)・16日(日)・17日(日)  
開催時間／10:00～16:00

日南ライムホール  
7月15日(土)・16日(日)・23日(日)  
開催時間／10:00～15:00



株式会社 メモリード 宮崎 ☎ 0120-30-4949 <http://memolead.co.jp/>

〒880-0842 宮崎市青葉町5-1  
<http://memolead.co.jp/>

こんなのがアリ!?  
と思ったら…  
あきらめないで  
まず相談!!



## 宮崎県消費生活センターからのお知らせ

悪質商法に  
気をつけて!

### ワンクリック請求

インターネットでアダルトサイトなどを見ていて、年齢確認ボタンをクリックした途端、「登録完了。登録料10万円」などと請求画面が出る「ワンクリック請求」。60歳以上の方からも相談が多く寄せられています。

ワンクリック請求は、申し込み内容確認や訂正画面もなく、ただクリックしただけなので、契約は成立していません。慌てて業者に連絡したり、お金を支払ったりしないで無視してください。業者に連絡すると、新たな個人情報が知られ、請求がエスカレートする可能性がありますので絶対に止めましょう。

トラブルにあったと感じたり、不安に思うことがあれば消費生活センターへご相談ください。



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。

相談ダイヤル

宮崎 TEL0985 (25) 0999

都城 TEL0986 (24) 0999

延岡 TEL0982 (31) 0999

あとがき



4月以降、宮日新聞の  
声の欄に投稿された「老  
人クラブ加入で有意義な  
老後」「高齢者クラブ一  
日遠足満喫」といった記  
事が目につき、うれしく  
思います。

今後、老人クラブ連合  
会では、リーダー研修会、  
スポーツ大会、作品展示  
会等の行事が計画されて  
おりますが、各市町村老  
人クラブの皆様方のご協  
力を得て実施してまいり  
たいと思いますのでどう  
ぞ宜しくお願ひいたします。

今年4月から、老連便  
り「さんさんクラブみや  
ざき」を担当することと  
なりました戸高と申しま  
す。これまで、宮崎県  
技能士会連合会で日本の  
伝統的な技能の伝承、繼  
承事業等に携わってまい  
りました。技能士もくら  
しの名人ですし、老人ク  
ラブ連合会が実施する事  
業の中にもくらしの名人  
が多数いらっしゃるので  
職場が違つても楽しく思  
います。

あとがき

## 老人クラブ会員向け 3つの保険で安心補償

### ① 傷害保険 24時間型

自分がケガをした時の保険です。  
(病気および他人に与えたケガは対象外です。)

**対象:** 老人クラブ会員に限ります。年齢制限はなく、いつでも加入できます。(1人1口加入)  
ただし、加入手続きは所属老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体傷害保険です。

**補償範囲:** 「24時間型(掛金3タイプ)」と「活動型(掛金3タイプ)」

**掛金:** ① 24時間型 お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円  
② 活動型 お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円

**補償内容:** 死亡・後遺障害保険金(後遺障害保険金はクラブ活動中のみ)／入院保険金／手術保険金／通院保険金

**保険期間:** 掛金払込み日の翌月1日から1年間

③

### 賠償責任保険

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:** 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  
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  
**TEL.03-3597-8770 FAX.03-3597-8767**

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3丁目6-14 三久ビル1階102号  
(取扱代理店) 有限公司 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769  
(引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社

\*この広告は「老人クラブ団体傷害保険 総合生活保険(傷害補償)」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「重要事項説明書」をよくお読みください。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。

17-T00982 平成29年4月作成 4