

さんさんクラブ みやざき

～健康・友愛・奉仕～

平成28年度

第131号

平成28年2月28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 松元 道文

門川町高齢者クラブ連合会
南町一区百年会高齢者クラブ
会長 黒木利男（会員 56名）

単老写真報告



▲いつも元気いっぱい! 百年会の皆さん



▲「いきいき百歳体操」の様子

チエック

- 平成27年度全老連会長表彰
- 元気インタビューア
- 第49回作品展示会

現在、南町一区百年会は会員数56名で、健康づくり・社会奉仕活動・友愛活動・地域社会との交流など様々な活動を行っています。

主な活動は、介護予防で、週3回のグラウンドゴルフ、月2回の卓球バレー、週2回の「いきいき百歳体操」を実施。笑いながら時間を忘れるくらい楽しく行っています。また、学童の登下校に、子ども見守りとして黄色いベストを着用し立ち番をしております。その他、世代間交流の一環として地元の小学校・中学校に伝承授業の講師として参加。昔の遊びを伝承することの大切さを感じ、子どもたちの喜ぶ姿を見て毎回パワーをもらっています。

何ごとも積極的に参加し会員一人一人が健康になり笑顔あふれいくよう、これからも会員一同がんばっていきたいと思います。

第49回さんさんクラブ宮崎作品展示会

第49回作品展示会 宮崎県知事賞

一年を通し、会員が丹精を込めて作成した作品を一堂に展示し、同時に会員相互の交流を目的とした「第49回さんさんクラブ宮崎作品展示会」は、12月3日から5日まで県立美術館県民ギャラリーで行われました。

出品された作品は、絵画48点、彫刻7点、工芸93点、書42点、写真26点、手芸254点の計471点で、前回よりも60点増えいずれも高齢者が作成したとは思えない緻密で力強いものばかりで、3日間で訪れた、市町村老連会員を始めとする約1660余名の観客を魅了しました。県福祉保健部の高原福祉担当次長がわざわざ来館され、熱心な鑑賞の後、賞賛の言葉もいただきました。

この作品展示会に先立ち、各部門の先生による厳正な審査会が行われ、知事賞以下特別賞40点が決定しました。受賞者は、自分の作



[書]岑参詩
高妻純一・84・宮崎市



[工芸]大太鼓
牧野重義・86・延岡市



[彫刻]仁王
白石寛・66・延岡市



[手芸]パッチワーク(こたつカバー)
興梠美生子・84・延岡市



[絵画]タマの指定席
杉田和子・78・日南市

次回は節目の50回目を迎えます。
今回以上の出展を願っております。

議事賞がメディキット県民文化センターで行われた「宮崎ねんりんフェスタ」の席上で、その他、県美術館のアートホールで行われました。

無鑑査として出品していただくことになります。表彰式は、6日に知事賞がメディキット県民文化セ

ンターで行われた「宮崎ねんりん

フェス

タ

」

の

時

間

に

は

お

は

い

る

よ

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

う

平成27年度 第49回さんさんクラブ宮崎作品展示会受賞者

書 手芸	手芸 工芸	絵画 手芸	書 手芸	工芸 手芸	絵画 手芸	書 手芸	写真 佐藤ミチル	宮崎日日新聞社長賞	宮崎県物産貿易振興センター理事長賞	宮崎県議会議長賞
田 中 健 一 子	小 松 吉 子	瀬戸山文二	渡 邊 睦 子	野 田 露 子	川崎三恵子	重 久 行 子	前田紀美子	手芸	手芸	手芸
78 91	男女	90 68 85	82 74 68	74 85 74	75 81 80	84 77 75	83 84 65	76 男	72 71 86	69 男
延 都 城 市	都 城 市	都 市	市	市	市	女	女	女	小林市	えびの市
宮崎交通社長賞	宮崎ケーブルテレビ社長賞	宮崎放送社長賞	UMKテレビ宮崎社長賞	MRT宮崎放送社長賞	宮崎日日新聞社長賞	宮崎県物産貿易振興センター理事長賞	宮崎県議会議長賞	宮崎市	延岡市	宮崎市

◆文化伝承体験コーナー◆

今年度も図書館で

「しめ縄」と「竹かご」会場は大賑わい



力を合わせて「しめ縄」つくりを体験



「四海波かご」つくりを体験

作品展示会の最終日の5日（土）には、図書館に体験コーナーを設け、綾町高連（青山辰男会長）から青山会長を始め5名による「しめ縄つくり」を、同じく綾町竹細工教室の奥次男さん（老人クラブ作品展示会工芸の部で特別賞を2回受賞）を始め7名の方々に「竹かごつくり」を指導していただきました。両コーナーともに作品の材料が不足するのではなくいかと心配するほど多くの方々に体験していただき、世代間の交流も図られました。

訪れた方々は、できあがつた作品を手に満足しておられました。多くの方々に体験いただき、指導者の方も“うれしい悲鳴”を上げておられました。

作品展示会の最終日の5日（土）には、図書館に体験コーナーを設け、綾町高連（青山辰男会長）から青山会長を始め5名による「しめ縄つくり」を、同じく綾町竹細工教室の奥次男さん（老人クラブ作品展示会工芸の部で特別賞を2回受賞）を始め7名の方々に「竹かごつくり」を指導していただきました。両コーナーともに作品の材料が不足するのではなくいかと心配するほど多くの方々に体験していただき、世代間の交流も図られました。

元気マニタビュ

延岡市さんさんクラブ野地

木本ミヨさん（98歳）



今回の県作品展示会で「書」の部に出品された木本ミヨさん（98歳）を、延岡市の自宅に訪ねお話を伺いました。

Q1 「書」はいつごろ始められましたか。

70歳の時に始めました。楷書が中心で書き始めて3年目に、延岡市の高齢者創作展に出品しました。

Q2 「書」どのくらいのペースで書いていますか。
毎日2時間位、「般若心経」を書いています。

3日間で1枚を仕上げるくらいのペースで取り組んでいます。

Q3 「書」を出品するようになつたきっかけは？
「書」の仲間を通して、老人クラブの会長さんから誘いがあり老人クラブに加入しました。それから毎年出品することができます。毎年出品することができるようになりました。

Q4 日常生活は？
毎日決まった時間に三食を取っており、食事

を抜くことはありません。間食はしません。長男夫婦と一緒に住んでいますが、生活は別にしています。台所も別にあり、自分で調理（自炊）しています。食材もシルバーカーを押して自分で買に行きます。

Q6 趣味は？
小間物を作る（ミシン掛け）のが好きで、作品は人に上げています。手を動かさないと寂しいです。

Q7 好きな言葉はありますか
「般若心経」の中の言葉で「色不異空 空不異色 即是空 空即是色」が好きです。「般若心経」で生かされています。

Q8 後輩に伝えたいこと

現代は文字を書く機会が少なくなってきたります。「日本の美術」を失いたくないという気持ちです。

Q9 これからのお目標は？

「般若心経」から離れられません。これからも「般若心経」を書き続けたいです。

木本さんは、老人クラブ例会にも積極的に参加されています。

規則正しい生活と自立心が健康維持にも繋がっているように思いました。

「書」の仲間と話をするとき夜が明けてしまうこともあります。

「今まで良い先生、良い人たちに出会えて良かった。今は先生の指導を受けられないのが残念です。」と言わされ、感謝の気持ちで毎日過ごしておられる様子が伺えました。毎日向かっている机の横には、木本さんのことを詠った短歌の額が置かれています。

「一錠の薬也要らぬ 九十八歳
手押し車の葱はみ出せり」

どうぞ、いつまでもお元気で！ 来年も作品をお待ちしております。

50周年を迎えた市町村

50周年を迎えて（これから）の夢）

国富町高齢者クラブ連合会

会長 大島 義弘

国富町は県都宮崎市に隣接する都市近郊型の農業を基幹産業に再生エネルギー、自動車用精密部品などをはじめとする企業誘致及び農商工業の振興を推進し、健 康づくりや福祉の充実さらに災害に強い安心安全で元気な町づくりに取り組んでいる人口約二万人の町です。

ご多分に漏れず当町でも急速な少子高齢化の進展に伴い、六十五才以上の高齢者の男性は約二七二五名、女性三七三三名と人口全体の三十二%を占めております。また、高齢者クラブ会員数はピーク時の昭和五十五年には二二〇一人まで達していました。

特にバブル崩壊後には、我々にも余波が及び会員数は減少の一途をたどり現在は二十六クラブで会員数約九〇〇名が実情です。

会員減少の要因を突き詰めていくと、時代の流れと言つたらそれまでですが、加入年齢に達した人の中には現役として活躍している人が少なくなく、加入者の年齢の幅や組織に対しての意識の相違や価値観のズレ等により、新規加入者がほとんどの後継者が育たず、又役員のなり手もなく若手への交代が困難になつてきています。

そこで、当連合会では全老連の二十五年度の「一〇〇万人会員増強運動」に呼応して前期二年、中期二年、後期一年で計画を立て、前期の一年目は運動のPR期間とし①いかにしたら会員を増やせることが出来るか会長を中心とした「シニ



会員研修会



蕎麦打ち会食

ア国富きらら」の委員会を発足させ対策を重ねた。②高齢者クラブを理解して貰うため、会員をはじめ未加入者町民に對して広報誌を発行することを決め委員会を立ち上げた。③未加入者への加入勧奨のため「あなたの蕎麦が好きの会」を発足させ、種蒔き、刈取り、脱穀、蕎麦打ち体験等を行つた。

この件に関しては、既に一年目から七名の新規会員を迎えることが出来たし、二年目もすでに実施したが成果はあります。

また、「シニア国富きらら」で区長や民生委員への協力依頼をしたことが功を奏し、本年四月には六十名の単位クラブが設立することにも繋がつたことは本当に喜ばしいことです。

来年度からは中期計画に入り、この二年間で目標を達成の予定であるが、更に今後は男性会員への加入勧奨のため、未加入会員も含めた「シニア元気会」と名付けたゴルフ会も今春開催の予定である。

今後も現状に甘えることなく目的遂行のため試行錯誤しながら進んで一縷の光明を見つけ一歩ずつ発展させていきたい。

平成27年度「老人の日・老人週間」、「社会奉仕の日」活動報告便り



▲日南市楠原高齢者クラブ
ゴミ収集場所での分別作業



▲川南町国光長寿会(22地区公民館)
花いっぱい地域一斉活動



▲えびの市中浦高齢者クラブ
中浦熊野神社周辺の除草・清掃作業



▲木城町出店老人クラブ
地区県道沿線植木周辺草取り・ごみ拾い



▲椎葉村小崎老人クラブ
草刈りと清掃作業



▲国富町犬熊高齢者クラブ
環境美化活動(彼岸花跡地)



こんなアリ!?と思ったら…あきらめないでまず相談!!

消費生活センターからのお知らせ

こんな手口に気をつけて!

医療費などの還付金詐欺に注意

市役所職員を名乗る男から電話で「医療費の還付がある。口座に振り込むので携帯電話を持ってコンビニのATM（現金自動預払機）へ行って」とと言われ、電話で指示されるままにATMを操作したところ、他人の口座にお金が振り込まれ、騙し取られるという詐欺事件が発生しています。

「還付金があるので、ATMへ行くように」と言わされたら、還付金詐欺です。

少しでも不安を感じたら、すぐに消費生活センターへご相談ください。

宮崎 TEL 0985 (25) 0999
都城 TEL 0986 (24) 0999
延岡 TEL 0982 (31) 0999



宮崎市老連“和知川原一区さんさんクラブ”が平成27年度「健康長寿推進企業等知事表彰」受賞

県が本県企業・団体等における健康づくりの取り組みを推進するために今年度創設した「健康長寿推進企業等知事表彰」に、宮崎市老連“和知川原一区さんさんクラブ”が第1回目の受賞に輝きました。

徳地市次会長の強力なリーダーシップの下、平成21年から現在までは毎日継続的にラジオ体操を実施することにより、会員の健康増進に加え、認知症予防や1人暮らしの高齢者の安否確認にも繋げたことが評価されました。また、夏休みには当地区の児童と保護者も参加し、三世代交流の場ともなるなどの効果も上げておられます。



右から2番目が徳地さん

平成27年度全国老人クラブ連合会会長表彰

10月28日～29日、静岡市で開催された第44回全国老人クラブ大会で、三股町の正ヶ峰征男さんが長年活動に尽力されたことで、全国老人クラブ連合会長賞を受賞されました。

老人クラブ育成功労者表彰
正ヶ峰 征男さん (三股町) 78歳
森松 好幸さん (新富町) 82歳

優良老人クラブ連合会長表彰

●西米良村老人クラブ連合会 ●五ヶ瀬町高齢者クラブ連合会

なお、当日出席できなかった森松好幸さんには2月19日に開催された「第36回新富町さんさんクラブ大会」の席上で、また、西米良村老人クラブ連合会には11月26日に開催された「児湯郡老人クラブ連合会会長・女性部長等会」でそれぞれ伝達させていただきました。



**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。**

訂正記事

前回130号の表紙に掲載しました、「単老写真報告」の中で、諸塙村寿会連合会川内老人クラブ会長のお名前の表示が田崎勝となっていましたが、田崎勝馬の誤りでした。お詫びして訂正いたします。

県内各老人クラブ・高齢者クラブの皆様方へ

セレモニー宮崎の葬儀保険 ご家族に迷惑をかけたくない ご自身のことに責任を持ちたい

満89歳までお申込可能!! 最高300万円まで!!



※ 上記は年払保険料を月々に換算したものとなります。詳細はお問い合わせください。最低30万円から10万円単位で自由設計!!

[少額短期保険代理店]

株式会社セレモニー宮崎

[少額短期保険引受け会社]

メモリード・ライフ

登録番号：関東財務局長（少額短期保険）第18号

[お問い合わせ] セレモニー宮崎保険事業本部 10:00 ~ 17:00 (土 / 日 / 祝を除く)

0120-99-3765

メモリード・ライフのホームページへ



承認番号MLAD1602-07

老人クラブ 3つの保険〈掛金・保険金内容〉

傷害保険

平成25年10月1日改定

1

総合型

< クラブ活動中・クラブ活動中以外を問わず、日常生活全般(24時間)のケガを補償します。 >

- ➡ クラブ活動中のケガの場合は、**白地** + **薄いグレー** の合計 **黒色** の保険金額が支払われます。
- ➡ クラブ活動中以外のケガの場合は、**薄いグレー** のみの保険金額が支払われます。

年間掛金	3,500円	5,000円	10,000円			
ケガをした時の状況 補償内容	活動型	総合型	活動型	総合型	活動型	総合型
死亡 保険金	45万円 136万円	91万円 136万円	85万円 194万円	109万円 387万円	170万円 387万円	217万円 387万円
(注1) 後遺障害 保険金	45万円 45万円	— 85万円	85万円 85万円	— 170万円	170万円 170万円	— 170万円
(注2) 入院保険金 日額 (1事実につき 30日限度)	1,000円 1,750円	750円 1,750円	2,000円 2,950円	950円 2,950円	4,000円 5,900円	1,900円 5,900円
通院保険金 日額 (1事実につき 30日限度)	650円 1,150円	500円 1,150円	1,300円 2,000円	700円 2,000円	2,600円 4,000円	1,400円 4,000円

※「(総合型)」の被保険級別A初は無職・事務職(堪能リスクの高い職業)等です。日仮(荷物リスクの高い職業)については、下記をご参照ください。

※注意

- 荷物リスクが高いに該当するおもな職業
建設作業者、農耕作業者、伐木・伐石作業者などの荷物リスクの高い職業。
・上記に該当する方は、保険金額が変更になります。
- 詳しくは取扱代理店へお問い合わせください。

2

活動型

< クラブ活動中とその往復途上(注3)のケガを補償します。 >

- ➡ クラブ活動中のケガの場合は、**白地**のみの保険金額が支払われます。

クラブ活動中以外のケガの場合は補償されません。

年間掛金	500円	1,000円	2,000円			
ケガをした時の状況 補償内容	活動型	総合型	活動型	総合型	活動型	総合型
死亡 保険金	45万円	85万円	170万円			
(注1) 後遺障害 保険金	45万円	85万円	170万円			
(注2) 入院保険金 日額 (1事実につき 30日限度)	1,000円	2,000円	4,000円			
通院保険金 日額 (1事実につき 30日限度)	650円	1,300円	2,600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、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金額の4%~100%が支払われます。)

※注2 手術保険金のみ支払われる、入院手術外(外来)は、入院保険金日額の5倍または入院中は、10倍となります。

※注3 往復途上とは、自宅(マンション・アパートなどの集合住宅は専用部、戸建てでは駐在を含む)を出でから、滞在場所までの通常経路を指します。

クラブの全会員加入が条件です。

賠償責任保険

平成27年10月から
一部改定

3

クラブ全員型

*印:改定

補償範囲: 老人クラブ活動中の対人・対物の損害賠償(車等の事故は、対象外)(注1)

管理下財物(注2)の損壊、紛失、盗取、詐取を補償します。但し、往復途上の事故およびご自身のケガは対象となりません。*

注1)自動車(ゴルフカートを含みます)、原動機付自転車、フル電動自転車、航空機、船舶(モーターボートを含みます)および銃器(空気銃を除きます)等の所有、使用等に起因する損害賠償責任等

注2)日本国内において被保険者(単位老人クラブ・会員)が占有または使用等している第三者の財物

掛金: クラブの全会員数×100円(但し、最低引受保険料3,000円)***支払限度額:** 1億円

※施設賠償責任保険:対人・対物(1名・1事故)

※生産物賠償責任保険:対人・対物(1名・1事故・保険期間中)

※初期対応費用・訴訟対応費用待合:支払限度額500万円(1事故) (お支払される保険金は、事故の損害額や賠償責任割合に基づき、保険会社が査定いたします。)

故)も付帯されております。*

保険期間: 毎年10月1日(午前0時)～翌年10月1日(午後4時)までの1年間**申込方法:** 每年9月15日までに賠責保険専用の掛金払込用紙(払取取扱票)で掛金を払込みください。

加入時に会員名簿の提出は必要ありません。*

中途加入: 「新規加入のクラブ」および「会員の追加加入」は可能です。

・「新規加入クラブ」:毎月15日までに掛金の振込で翌月1日からの加入となります。

但し、保険期間は直近の10月1日までとなります。

・「会員追加加入」:届出は不要です。掛金は加入年に限り必要ありません。*

※詳細については、賠償責任保険の「概要・ご加入の際の注意事項」をご参照ください。

※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、クラブ活動中の死亡・後遺障害保険金額の4%~100%が支払われます。)

※注2 手術保険金のみ支払われる、入院手術外(外来)は、入院保険金日額の5倍または入院中は、10倍となります。

※注3 往復途上とは、自宅(マンション・アパートなどの集合住宅は専用部、戸建てでは駐在を含む)を出でから、滞在場所までの通常経路を指します。



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丁目6-14 三久ビル1階102号

加入申込書類、
資料請求先

◆ 最寄りの市町村老人クラブ連合会に常勤しています。

◆ 不足の場合は市町村老連を通じて下記までご請求ください。

専用FAX 03-3597-8767

受付時間 9:30から17:00まで(土、日、祝日、年末年始除く)
03-3597-8770ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> (老人クラブ連合会) [検索] メールアドレス hoken@senior-ltd.com

(取扱代理店) 有限公司 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769

(引受け保険会社) 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 TEL.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帶普通傷害保険)」、「普通傷害保険」、「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」についてご紹介したもので、ご加入にあたっては必ず「老人クラブ3つの保険」(案内パンフレット)「概要・ご加入の際の注意事項」等をよくお読みください。ご不明な点等がありました場合には、全老連保険係または取扱代理店、引受け保険会社までお問い合わせください。

15-T01142 平成27年6月作成



さんさんクラブみやざき 131号 8