

さんさんクラブ みやざき



健康・友愛・奉仕

令和4年度
第149号

令和5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 松浦 博徳

水清谷高齢者クラブ
会長 栗田 英俊
会員 52名
(男性18名、女性34名)

単老写真報告



チェック

- 会長ごあいさつ
- さんさんクラブ大会受賞者名簿
- さんさんクラブ宮崎スポーツ大会



グラウンド・ゴルフ



▲花苗植え



水清谷（みずしだに）高齢者クラブは、令和3年4月1日に地区の旧クラブの千歳会と喜寿会が合併し結成されました。現在、会員数は、男性18名、女性34名の合計52名です。

地名の由来は、水清谷川の谷の入口に「みずし」の木が立ち並んでいたことにちなんでいます。クラブ活動は、水清谷地区で社会奉仕活動や健康づくり活動等を中心に行っています。

社会奉仕活動では、水清谷神社の清掃活動や町道除草・ゴミ拾いを主に行っています。清掃活動は、11月の例大祭前や年末等、会員総出で実施し、神社境内を隅々まできれいにしています。

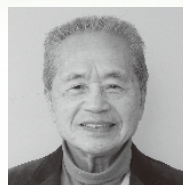
健康づくり活動では、グラウンド・ゴルフを週3回水清谷運動公園で行っており、会員相互の親睦と健康維持・増進を目的に和気あいあいと日々の楽しみの一つとして活動しています。

現在、若手会員の勧誘等、会員の増強に向けて役員を中心に活動していますが、なかなか加入に結びつかず苦勞している状況です。

今後とも、楽しく活動を行いながら地域づくりにも貢献して、魅力ある高齢者クラブづくりを進めたいと思います。

コロナを超えて 普通の暮らしを取り戻そう

宮崎県老人クラブ連合会 会長 松浦 博徳



コロナ禍は発生から丸3年となりました。以前に比べて重篤化の恐れはだいぶ低くなっ

ているものの、本県では、人口当たりの感染者数が、全国上位を続けている状況です。高リスクの高齢者にとりまして、感染を警戒して引きこもりがちになりますのも無理のない状況です。

しかしながら、県老連といたしましては、このような高齢者の引きこもりに伴う「フレイルの進行」が、健康寿命や平均余命を確実に低下させていることを深く憂慮しております。このため、様々な行事、イベントについては、感染対策に留意しながらも、積極的に開催していくことを基本方針として事業を進めて参ります。

もちろん、感染に対する様々な不安はあるのは当然ですし、「参加する、参加しない」は、強制されることなく、あくまで本人の人生観や価値観で決

定されるものです。

一方で、社会に参加し、交流する意欲を持った会員の活動の舞台を用意し、意欲的な活動のお手伝いをしていくことが、ウィズコロナの時代におけるさんさんクラブ活動の重要な役割であると信じております。

前号でもお知らせしたように、市町村老連の取り組みや愛訪問やサロン活動、各種スポーツなどのサークル活動に必要な経費の助成制度を整備いたしました。併せて、本年度から3年計画でeスポーツ・ニュースポーツの体験交流会を県内各地で開催していくこととしていきます。積極的にご参加ください。政府は、新型コロナを2類から5類相当にすると決定しましたが、国民が新型コロナに怯えない、「普通」の生活になるにはもう少し時間がかかるでしょう。

さんさんクラブ活動を取り巻く状況は、きわめて厳しいものがありますが、私たちは、会員相互の交流と社会への参加を通じて、笑顔で生活していくことを目指していきたいものです。

全国老人クラブ連合会創立60周年記念

「全国老人クラブ大会」開催される

11月8日(火)、天皇后両陛下をお迎えして、東京都内(会場「両国国技館」)で全国から850名(本県から松浦会長以下10名)が参加し開催されました。式典では次の方々が表彰されました。

厚生労働大臣表彰／育成功労者

那須 清重(椎葉村老人クラブ連合会)

全国老人クラブ連合会会長表彰／育成功労

馬籠 英男(都城市高齢者クラブ連合会)

宮本 良治(延岡市さんさんクラブ連合会)

全国老人クラブ連合会会長表彰／優良老連

日向市高齢者クラブ連合会(会長 弓削 哲郎)

また、講演では、作家の阿万田高さんが「老いてこそユーモア」という演題でお話がありました。

今回は、2023年11月8・9日に秋田県秋田市で開催されます。

第47回

宮崎県さんさんクラブ大会開催



▲知事表彰：日隈副知事



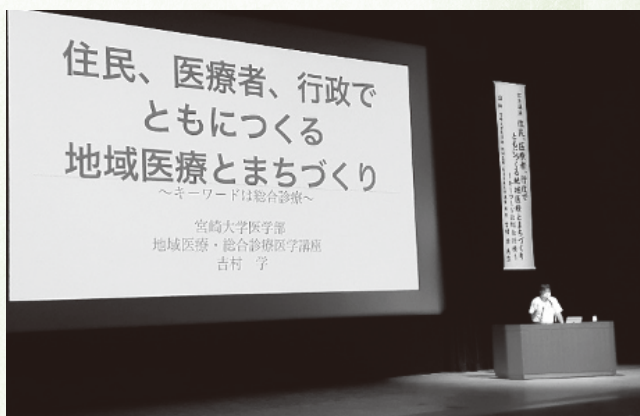
▲会長表彰：松浦会長

第47回宮崎県さんさんクラブ大会は、新型コロナウイルス感染防止対策を取りつつ、3年ぶりに、9月30日(金)、宮崎市民文化ホールにおいて、県内の老人クラブ会員、県及び市町村高齢者福祉関係者292人が参加して開催されました。式典には、共催者の宮崎県から日隈副知事、県議会を代表して中野一則議長、市町村を代表して池田宜永市長、会長(都城市長)から挨拶・祝辞を賜りました。

第1部では、老人クラブの発展に功績のあったクラブ・会員や、会員加入促進に功績のあったクラブへ県知事及び県老人クラブ連合会会長からの表彰が行われました。第2部では、宮崎大学医学部地域医療・総合診療医学講座教授の吉村学先生から「住民、医療者、行政でとまにつくる地域医療とまちづくり」キーワードは総合診療」と題してご講演いただきました。ご自身の勤務地である岐阜や宮崎での高齢者の看取りや地域医療を担う医学生育成を通し、地域全体が一体となった取組みをユーモアを交えながらお話いただき、参加者は熱心に聞き入っていました。



▲受賞者代表謝辞：堀之内逸郎氏（上水流東高齢者クラブ）



▲記念講演：宮崎大学医学部 地域医療・総合診療医学講座 教授 吉村学 先生



受賞者名簿

宮崎県老人クラブ連合会長表彰

◆老人クラブ役員永年勤続功労者／37名

市町村名	氏名	市町村名	氏名
宮崎市	後藤良子	えびの市	田畑ヨツ子
宮崎市	友清義久	えびの市	丸尾トシ子
宮崎市	杉尾泰弘	えびの市	川元眞吾
宮崎市	井上末美	えびの市	松元イチ子
宮崎市	石川昌子	えびの市	桑原悦子
都城市	鶴島正孝	高原町	川口勇蔵
都城市	山下謙二郎	国富町	藤岡次夫
都城市	小久保鈴子	新富町	高木勉
都城市	柚之原通雄	木城町	平野詔子
延岡市	北林貢	川南町	松元房子
延岡市	甲斐泰子	門川町	津隈ミサオ
日南市	枅屋努	門川町	田中正之
日南市	河野勲	門川町	牧田智子
日南市	斉藤一子	椎葉村	岡村絹江
小林市	高下茂雄	椎葉村	椎葉朋恵
小林市	鹿嶋久美	美郷町	那須みさ子
小林市	種子田陽子	美郷町	日高玲子
日向市	林田初音	高千穂町	野尻泰弘
えびの市	下村典義		

◆会員加入促進功労賞

◎会員拡大功労クラブ／9クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
宮崎市	月見ヶ丘おひとりさまの会	小林市	真方二区友愛クラブ
宮崎市	寿老人クラブ	小林市	老杉友愛クラブ
延岡市	家田青葉会	えびの市	堀浦高齢者クラブ
延岡市	川坂さんさんクラブ	都農町	藤見老人クラブ
日南市	栄松第一老人クラブ		

宮崎県知事表彰

◆優良老人クラブ／5クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
宮崎市	あおばさんさんクラブ	門川町	西栄町高齢者クラブ
日南市	上方さん燦クラブ	諸塚村	川内寿会
木城町	友愛クラブ		

◆優良老人クラブ会員／9名

市町村名	氏名	所属クラブ名
宮崎市	平木香	鶴島親和会
宮崎市	井園九州男	久谷オモト会
宮崎市	竹下禎英	小松台ハイランドむつみ会
都城市	堀之内逸郎	上水流東高齢者クラブ
延岡市	甲斐光義	和楽会
日南市	蛭原義隆	上酒谷高齢者クラブ
えびの市	押川秀齡	えびの市高齢者クラブ連合会
都農町	遠藤忠雄	中町老人クラブ
椎葉村	松岡今朝男	松尾松風会

◎復活クラブ／4クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
延岡市	大門寿クラブ	日向市	山下生寿会
日向市	南町みどり会	高原町	出口区老人クラブ

◎新規発足クラブ／13クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
宮崎市	さんさんクラブ生目台 ギターアンサンブル	日南市	札之尾高齢者クラブ
宮崎市	さんさん生目 ミニバレークラブ	日南市	脇本コスモスクラブ
宮崎市	親睦会 さんさんクラブ	小林市	水流迫友愛クラブ
宮崎市	さんさんクラブ宮崎 あやとり同好会	串間市	東町さんさんクラブ
宮崎市	さんさんクラブ はまゆうコーラス	串間市	中園さんさんクラブ
宮崎市	さんさんクラブ くすの木グリーンクラブ	串間市	居口の中悠々クラブ
都城市	桑原高齢者クラブ 「新三葉会」		



第21回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会開催

第21回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会は、10月

19日(水)、雲一つない秋晴れの下、県総合運動公園において開催されました。ゲートボール66人、四半的弓道43人、グラウンド・ゴルフ395人、ペタンク61人、合計565人、平均年齢79・6歳の参加者に役員等を含め、700人に近い規模となり、参加の皆さんは日頃の練習の成果を発揮しプレイされるとともに交流を深めました。

今年の大会も昨年に続き感染防止の観点から開会式は行わず、それぞれの競技ごとに注意事項等を競技団体が説明し競技に入りました。競技中には、河野知事の訪問があり、4つの競技場を回られプレイ中の皆さんを激励していただきました。

競技の結果は、まずゲートボールでは、宮崎市の糸原が優勝、国富町の国富町Bが準優勝、串間市

の上町が3位でした。

次に、グラウンド・ゴルフでは、A、B、C、Dの各コースの優勝者でプレイオフが行われた結果、宮崎市の宮崎市中心東の川越哲雄さんが総合優勝を飾りました。

また、ペタンクでは、都城市の都城Aが2年連続の優勝、三股町の三股Bが準優勝、小林市のきりしまが3位でした。

体育館で行われた四半的弓道では、団体は、日南市の日南Aが優勝、都城市が準優勝、日南市の日南Bが3位。個人は、都城市チームの川越正美さんが優勝、小林チームの阿部慶太郎さんが準優勝、日南Aチームの松山光治さんが3位でした。

今大会には、90歳以上の方が17人参加されました。



▲ゲートボール



▲四半的弓道



▲グラウンド・ゴルフ



▲ペタンク

文化伝承事業

「しめ縄づくり

体験コーナー」の開催

今年度も、12月3日(土)に宮崎県立図書館において、都城市の上水流東高齢者クラブの満留哲哉会長ほか5名の皆さんが「しめ縄づくり」の実演を行い、72名の参加者にご指導いただきました。

年末年始を控え、お正月のお飾りとして、また親子のふれあいの機会として人気があり、当日は準備した材料が不足する位の盛況でした。

なお、しめ縄に使う藁は「もち米」の藁でないといけないそうで、その準備に満留会長ほかクラブ会員の方々は大変なご苦労をされていきました。ありがとうございました。



▲しめ縄づくり体験の様子

令和4年度

シルバーボランティアリーダー研修会開催

令和4年度シルバーボランティアリーダー研修会は、県内を3地区に分け、まず、7月13日(火)に延岡総合文化センターにおいて県北、日向、入郷地区の会員86名が参加して実施されました。さらに、7月19日(火)に都城市総合文化ホールにおいて北諸、西諸、県南地区の会員120名、7月25日(月)には宮崎市のJ・A・AZMホールにおいて県央、西都児湯地区の会員144名が参加して行われました。

研修会では、県老人クラブ連合会の孫田

常務理事兼事務局長から「老人クラブの運営と活動について」という演題で全国老人クラブ連合会が発行している「老人クラブリーダー必携」をもとに老人クラブの現状や役割等の説明がありました。その後、県健康づくり協会の管理栄養士の長嶺由香里先生から「めざせ！健康長寿日本」フレイル予防で健康寿命をのばそう」と題して講演が行われました。「フレイル予防のポイント」や「バランスの取れた食事、タンパク質摂取の大切さ」などについての分かりやすい説明が、さらには「フレイル予防のおすすめの運動」について実演指導もあり、講演最後には、参加者全員による「膝伸ばし」や「開眼片脚立ち」なども行われました。参加された皆さんには、毎日の食事の大切さや運動の重要性を身をもって体験する研修会となりました。



▲延岡会場・長嶺由香里先生講演



▲県老連・松浦会長あいさつ



▲宮崎会場



▲都城会場



▲県老連・孫田事務局長講演



70歳以上の方、必見!!

宮崎バスに関する

お得な情報

宮崎交通が販売している「悠々パス(6か月券)」について、期間限定で初回の取得費用が無料になるお得な制度を紹介します。

「悠々パス」とは、高齢者のみが購入できる定期券のことで、悠々パスを取得すれば、県内どこでも格安料金で路線バスを利用することが出来ます。

主な内容は以下のとおりですが、詳しい条件については、県総合交通課までお問合せください。

【対象者】

・70歳以上の運転免許証返納者又は制限運転宣誓者(初めて制度を利用する方)

【実施期間】

・期間/令和3年4月から令和5年3月まで

【注意】

・数量限定のため、期間中であっても事業を終了する可能性があります。

・令和5年4月以降は通常料金での販売となります。

【問合せ先】

・県総合交通課
豊島(0985-26-7037)
(悠々パスについての問合せ先)
・宮崎交通バス案内センター
(0985-32-0718)

速報!

令和4年中、特殊詐欺被害が増加!!

令和4年の被害状況(県内)

認知件数 **52件** (前年比+25件)

被害金額 **1億3,628万円** (前年比+7,288万円) ※統計値は暫定値

電話やメールで「お金」の話が出たら詐欺を疑って、すぐに最寄りの警察に相談しましょう!

- 電話やメールで「**未払いの料金**があります」と言われた
- パソコンがウイルスに感染して、**電子マネー**を買うように言われた
- メールで**高額の現金**が当選した(もらえる)と通知が届いた



警察安全相談電話
#9110

宮崎県警本部 生活安全企画課

令和4年度eスポーツ・ニュースポーツ体験交流会の開催

県老連では、今年度から会員の皆さんの心身の機能活性化や健康維持を図るため、頭と身体をフル回転させる「eスポーツ」や20世紀後半以降に新しく紹介された「ニュースポーツ」の普及に取り組んでいます。

県内を3地区に分け、まず、1月19日(木)に宮崎市の県武道館において、宮崎・東諸県地区の会員40名が参加のもと開催されました。さらに1月23日(月)に小林市中央公民館において西諸県地区の会員40名、1月30日(月)には延岡市のカルチャープラザのべおかにおいて延岡・西臼杵地区の会員32名が参加して行なわれました。



▲会長あいさつ



▲宮崎・東諸県地区



▲西諸県地区



▲延岡・西臼杵地区

eスポーツとニュースポーツを交互に体験しました。eスポーツは県eスポーツ協会の佐藤光倫先生に脳と指先を使うパズルゲームの「ぷよぷよ」を、ニュースポーツは東園二明先生にステイックでボールを打ち4m先のホールに入れて得点を競う「スカットボール」を紹介していただきました。最初のうちは、初めて経験するという方も多く戸惑い気味でしたが、徐々に慣れ歓声も聞こえるようになり心身のリフレッシュにつながるものと期待が持たれたところです。参加者からは「頭の体操となり楽しかった」「気分転換になった」「他の新しいスポーツも紹介してほしい」等の感想をいただきました。

県内各老人クラブ・高齢者クラブの皆さま方へ

メモリード宮崎では、冠婚葬祭でご利用頂けるお得なお積み立てを取り扱っています。

結婚式

花嫁衣裳

ご葬儀

通過儀礼

1Cコース・1口

月掛金 1,000円×120回

満期額

120,000円

※ただし、施行時の消費税相当額をお預かりいたします。消費税を含む支払額は132,000円となります。

会員特典

- 会員情報誌「ありがとう」無料購読
- ご優待会員旅行
- 一般貸衣裳20～50%OFF(当社直営式場以外での衣裳利用も可能です)

●コース利用される場合、お得な会員割引も適用されます。

2022年12月、当社31ヶ所目の斎場が三股町にオープンしました！



入会のお申し込み・お問い合わせ・資料請求は

メモリードグループ



株式会社

メモリード宮崎

〒880-0842 宮崎市青葉町5-1 宮崎営業本部

TEL.0985-27-0720

今年度、新たな取り組みとして、会員の皆さんの心身の機能活性化や健康維持、そして仲間づくりの輪を広げることに役立つ「eスポーツ・ニュースポーツ体験交流会」を開催したところです。来年度も、今回行ったアンケート調査等のご意見や要望などを踏まえ、より良い交流会にして行きたいと考えています。また、例年この時期にご報告して

あ
と
が
き

います「さんさんクラブ宮崎作品展」につきましては、今年度は開催が3月となっており、これから次回の老連だより（7月末発行予定）に掲載することとしております。1月末時点で、絵画、工芸、手芸など例年とほぼ同程度の出品状況となっております。次回の老連だよりでの紹介を楽しみにしていただきたいと思います。

愛ちゃんと希望くん



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。

県消費生活センターからのお知らせ



火災保険申請サポート契約にご注意!!

【相談事例】

突然、業者から電話があり、「台風で被害を受けたところはないですか。火災保険で保険金が出ます。調査しましょう。」と言われた。断ったが、強引に「訪問します」と電話を切られた。すぐに業者が調査に来て、「屋根は修理が必要。火災保険で修理できます。申請のサポートもします。」と言われ、よくわからないまま修繕契約と火災保険を申請してもらうためのサポート契約をした。後日、周囲の人に相談すると、手数料が高額であること、サポート契約を解除するには、高額なキャンセル料が発生することが分かった。

「火災保険が使える」にご用心!



【アドバイス】

- 突然訪問してきた事業者に安易に点検・調査させないようにしましょう。点検箇所をわざと壊して撮影し勧誘するなど、悪質なケースも見られます。
- 保険金の請求は加入者自身で行うことが基本です。手続き等については、損害保険会社もしくは代理店に確認しましょう。
- 工事終了後でも、クーリング・オフできる場合があります。困ったときは、消費生活センターにご相談ください。
- 強引な勧誘を受けたり、不安や恐怖を感じる場合には、最寄りの警察署に相談しましょう。

宮崎県消費生活センター相談専用電話

相談ダイヤル 終了時刻の30分前までにお電話ください

宮崎 TEL 0985(25)0999
都城 TEL 0986(24)0999 月～金 9:00～17:00
延岡 TEL 0982(31)0999
TEL 0985(25)0999 土曜日 9:00～17:00
※来所される場合は必ず事前にご相談ください

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

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
10月	7月15日～9月15日まで	10月1日午後4時から1年間
4月	1月15日～3月15日まで	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(新型コロナウイルスを含む※特定感染症危険補償特約付)。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

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 法律上の賠償責任が伴う対人・対物事故が対象です。

- 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

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

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/> 老人クラブ保険 検索 メールアドレス 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)

【老人クラブ団体賠償責任保険】

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よりますが、ご不明な点は、代理店までお問い合わせください。

2022年3月作成 21-TC11211

