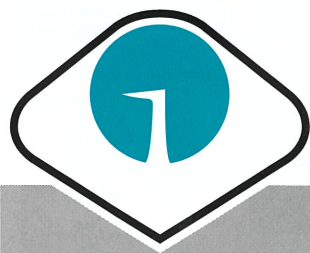


さんさんクラブ みやざき



健康・友愛・奉仕

令和 6 年度

第153号

令和 7 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 竹中 隆志

小林市友愛クラブ連合会 坂元桜の会
会長 上原 守義
会員 42名

単老写真報告



研修旅行(人吉青井神社にて)



坂元桜の会総会



スカットボール練習



さかもと茶屋(フラダンスを楽しむ)

小林市は県の南西部に位置し、霧島連山を望む人口約42,000人の小都市です。「坂元桜の会」は市内の中央部に属し、高校駅伝で有名な小林高校の北側にある集落の高齢者で組織しています。

毎月第4日曜日に「さかもと茶屋」の名称で、坂元区福祉協議会・サロンと共同で定期的に会員に集まっていただき、その日より認知症や栄養など健康につながる話を聞いたり、体操をしたり、歌や踊りを楽しんだりしています。最近ではスカットボールの練習もしました。

また、教育と教養ならぬ「今日行くと今日用」を提唱し、外に出ることで様々な利点があることを会員の共通認識として市連合会主催のグラウンドゴルフ大会や研修会にも積極的に参加し、春や秋には会員が楽しみにしている日帰りのバス旅行を行って会員の懇親を図っています。

さらに、コロナ禍の中ではありましたが、令和2年度には、それまで年々減少して来た会員の増を図ろうと未加入高齢者に呼び掛け、勧誘したところ16人の会員増となり令和3年度に県老連から「会員加入促進功労賞」をいただくことが出来ました。

現在、施設入所や死亡等での会員減少に加え、若手会員が加入しない状況が続いていますが、今後も会員増に努めて行きたいと思えます。

新春に当たって

宮崎県老人クラブ連合会 会長 竹中 隆志



会員の皆様には、日頃より県老連の事業にご協力いただき深く感謝申し上げます。

令和7年を迎え、穏やかな年開けを感じていた矢先の1月13日に、本県では最大震度5弱の地震に見舞われ、改めて南海トラフ巨大地震などいつ発生するかわからない天災への日頃の備えの大切さを痛感したところであります。皆様もまずは自助の取組として、家具の転倒防止や食糧品の備蓄など天災への備えをしていただきますようお願い申し上げます。

さて、今年はいわゆる「団塊世代（昭和22年～昭和24年生）」の方々が全員後期高齢者となってスタートした最初の年となりました。

それぞれの老人クラブや各市町村老人クラブ連合会においても、日頃より健康寿命の延伸に向けた取組を行っていただいておりますが、県老連といたしましてもスポーツ大会等の開催や健康寿命の延伸に向けた各種研修、各市町村老連への助成を通じ、会員の皆様の健康づくりに向けたサポートに取り組んでまいりますので、会員の皆様の積極的なご参加をお願いいたします。

結びに、令和7年が会員の皆様にとって穏やかで素晴らしい年となりますことを祈念し、新春のごあいさつといたします。

「第53回全国老人クラブ大会」開催される

11月20日(水)・21日(木)、神奈川県横浜市の神奈川県民ホールにおいて全国から1,254名(本県から竹中会長ほか7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。(敬称略)

全国老人クラブ連合会会長表彰／育成功労

森 光昭 (宮崎県老人クラブ連合会理事)
青山 辰男 (元宮崎県老人クラブ連合会監事)

全国老人クラブ連合会会長表彰／女性リーダー育成功労

柿内 芳子 (元宮崎県老人クラブ連合会女性部副部長)

全国老人クラブ連合会会長表彰／若手リーダー育成功労

尾割 利秋 (前宮崎市老人クラブ連合会若手委員会副委員長)

全国老人クラブ連合会会長表彰

／優良老人クラブ

東花ヶ島平寿会

(宮崎市東大宮地区)

全国老人クラブ連合会会長表彰

／優良老人クラブ連合会

綾町高年者クラブ連合会

今回は、令和7年11月5日(水)・6日(木)に茨城県で開催されます。



宮崎県さんさんクラブ大会開催

第49回宮崎県さんさんクラブ大会は、当初8月30日に予定されていたが、会場である宮崎市民文化ホールの地震被害により10月11日(金)に日程を変更して開催されました。

当日は、県内の老人クラブ会員、県及び市町村職員など、約600名が参加して開催されました。

式典では、共催者の宮崎県から河野俊嗣知事の挨拶を、県議会を代表して野崎幸士副議長、市町村を代表して池田宜永市長会会長(都城市長)から祝辞を賜りました。

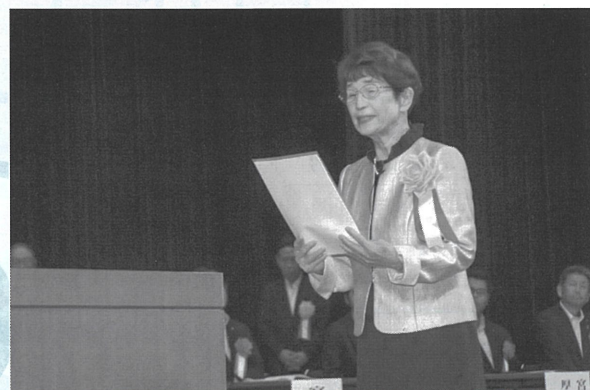
第一部では、老人クラブの発展に功績のあったクラブ・会員や、会員加入促進に功績のあったクラブへ県知事及び県老人クラブ連合会会長の表彰が行われました。



▲主催者挨拶：竹中会長



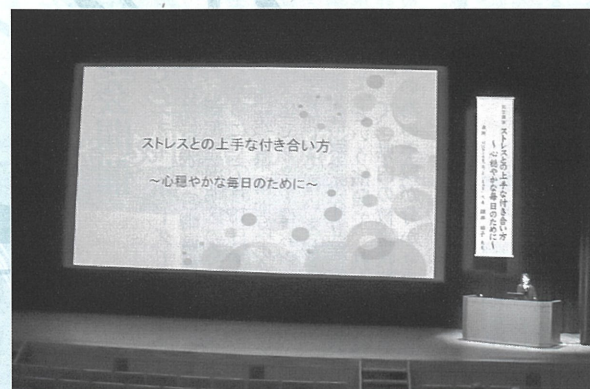
▲共催者挨拶：河野知事



▲受賞者代表謝辞：大久保ツルエ氏
(延岡市さんさんクラブ豊寿会)



▲宮崎県老人クラブ会長表彰



▲講演：錦井祐子先生

第二部では、「心にエールをほつと♡まある」代表で産業カウンセラーの錦井祐子先生に「ストレスとの上手な付き合い方」心穏やかな毎日のために」と題してご講演いただきました。

日常生活における心の平穏を保ち、怒りをマネジメントする具体的な手法の説明や隣席の会員との意見交換など、ストレスに関する様々な知識を楽しく学ぶ素晴らしい機会となり、会員の方々の心に残る講演となりました。

受賞者名簿

宮崎県知事表彰

◆優良老人クラブ／3クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
宮崎市	浮田西ながいきクラブ	日南市	上講高齢者クラブ
諸塚村	飯干寿会		

◆優良老人クラブ会員／11名

市町村名	氏名	市町村名	氏名
宮崎市	岩元 勇	日向市	弓削 哲郎
宮崎市	杉尾 泰弘	西都市	河野 方州
宮崎市	井上 未美	えびの市	鶴田 克己
宮崎市	阿萬 木久夫	木城町	高井 勝巳
延岡市	河野 常視	諸塚村	黒木 弘和
日南市	大平 宏		

◆会員加入促進功労賞

◎会員拡大功労クラブ／4クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
延岡市	市振西クラブ	西都市	鹿野田長生クラブ
延岡市	宮野浦東高齢者クラブ	新富町	さくら会

◎復活クラブ／1クラブ

市町村名	クラブ名
椎葉村	小崎老人会

◎新規発足クラブ／11クラブ

市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名	市町村名	クラブ名
宮崎市	末元さんさんクラブ	宮崎市	秀春彦会	日南市	材木幸齢クラブ	高鍋町	かがやき会
宮崎市	一の宮・日/出老人会九十九会	宮崎市	高岡中央G・Gクラブ	串間市	福寿草さんさんクラブ	門川町	本町高齢者クラブ
宮崎市	空港南長寿会	延岡市	昭和2北区高齢者クラブ	高鍋町	竹羽会		

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／43名

市町村名	氏名	市町村名	氏名
宮崎市	山崎 和彦	えびの市	遠矢 明治
宮崎市	養部 義則	えびの市	一二三 宮子
宮崎市	河口 秋幸	えびの市	的場 富美子
宮崎市	上村 サエ子	えびの市	真添 公子
宮崎市	橋本 徹	えびの市	内田 力子
都城市	戸高 正子	えびの市	新村 美智子
都城市	原田 恵子	えびの市	津貫 和子
都城市	内窪 耕三	高原町	鈴木 真雄
延岡市	大久保 ツルエ	高原町	鈴木 英治
延岡市	中島 加根代	高原町	盛永 友二
延岡市	石原 弘文	高原町	前田 勲
日南市	門田 強	国富町	富森 辰弘
小林市	坂上 千穂子	国富町	長嶺 正次
小林市	堀之内 ヤス子	国富町	上田 マリ子
小林市	乙女 ルリ子	高鍋町	矢野 充宏
小林市	田中 郁代	西米良村	河野 愛
小林市	入佐 一成	門川町	坂本 ヒサヨ
小林市	田原 勝人	椎葉村	椎葉 テルヨ
串間市	瀬ノ口 テル子	高千穂町	興梠 恭子
えびの市	大河平 静子	高千穂町	甲斐 ヨシ子
えびの市	池田 満次	高千穂町	佐藤 忠孝
えびの市	松山 光一朗		

令和6年度シルバーボランティアリーダー研修会開催

令和6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10日(水)に宮崎県福祉総合センター人材研修館において県央、西都児湯湯地区の会員164名が参加して開催されました。さらに、7月18日(木)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212名、7月25日(木)には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154名が参加して行いました。

研修会では、県警察本部生活安全少年課から「特殊詐欺の現状と被害防止対策について」という演題で、県内でも被害が続出している特殊詐欺について、県内の被害状況を始め、その具体的な手口や被害防止の為の手段が分かりやすく解説されました。

(講師：宮崎会場 猪野哲郎係長、都城・延岡会場 佐藤英三係長)



▲県老連：竹中会長挨拶



▲宮崎会場：猪野係長



▲都城会場：佐藤係長



▲都城会場：古屋保健師



▲延岡会場：原口保健師



▲延岡会場：参加者

休憩を挟んで、県健康づくり協会から「合言葉は『最近フレットでない？』笑顔いっぱい豊かな人生のために」と題して講演が行われました。高齢者が十分注意すべき「フレイル」について、その症状、原因、予防法について、参加者にとっても分かりやすいお話がありました。特に、日常生活で取り組む具体的な予防法等について、必要な栄養を取るための食事内容やトレーニング方法(ロコトレ)が示され、参加者自身の体調、体力に応じた取組のお話がありました。説明の中で、「開眼片脚立ち」や「スクワット」などの実技指導もあり、参加された皆さんは現在の体調の把握になるとともに、継続的な適切な運動の必要性を認識する良い機会となったようです。

(講師：宮崎会場 池田ひとみ保健師、都城会場 古屋那見保健師、延岡会場 原口智美保健師)

第23回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会開催

第23回さんさんクラブ宮崎スポーツ大会は、当初、10月18日(金)開催予定でしたが、天候不順のため30日(水)に延期した上で開催されました。延期後も連日の雨で開催が危惧される状況でしたが、開催当日は、長雨の隙間を縫うように絶好のスポーツ日和ともいえる天気となりました。

大会参加者は、当初申込数が695名、平均年齢80・8歳でした。大会延期に伴い大幅な減少も懸念されたところですが、最終的には、ゲートボール78名、四半的弓道43名、グラウンド・ゴルフ492名、ペタンク54名の計667名に参加いただきました。



▲主催者挨拶

開会式では、国歌斉唱、各種目の優勝カップ返還に続き、大会主催者である竹中隆志県老連会長の挨拶、共催者の宮崎県福祉保健部渡久山武志部長から選手激励の挨拶があり、その後、ペタンク競技に参加される西都市の黒川隆蔵さん(72)、細山田きぬ子さん(66)の力強く、明るい選手宣誓がありました。



▲選手宣誓



▲参加者



▲ペタンク



▲ゲートボール



▲グラウンドゴルフ



▲四半的弓道

競技の結果は、まずゲートボールでは、椎葉村の松尾チームが優勝、高原町の高原チームが準優勝、小林市の須木チームが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ーオフが行われた結果、小林市の小林Cチームの上村榮市さんが総合優勝を飾りました。

また、ペタンクでは、小林市のきりしまチームが優勝、日向市の石並長寿会チームが準優勝、三股町の三股町Bチームが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チームが3年連続の優勝、日南Bチームが準優勝、日南Cチームが3位。個人は、小林チームの阿部慶太郎さんが優勝、日南Aチームの松山光治さんが準優勝、小林チームの津曲徳夫さんが3位でした。

なお、今大会には、90歳以上の方が19名参加されました。

さんさんクラブ宮崎作品展示会開催



←↑展示会の様子



授賞式の様子

第58回目となる「さんさんクラブ宮崎作品展示会」は、12月19日(木)から21日(土)の3日間、宮崎県立美術館において開催されました。

年に一度、会員の豊かな知識と優れた技能を活かした日頃の創作活動の成果を一堂に展示し、地域社会及び会員相互の交流を深めるため、参加24市町村から選りすぐりの秀作が展示されました。

今年度は、絵画が41点、彫刻が6点、工芸が44点、書が27点、写真が23点、手芸が238点、そしてその他が27点の合計406点の作品が出品され、厳正な審査の結果、宮崎県知事賞等の特別賞40点が選ばれました。その他、アイデア賞1点、奨励賞1点、努力賞40点も選ばれました。

また、90歳以上の高齢者賞受賞者の作品が30点、100歳以上の特別高齢者賞1点、無鑑査(特別賞受賞5回)の作品が7点出品されました。

会場には、会員はもちろん、各市町村の関係者をはじめ一般の方々も来場され、展示されている作品を、作品票に記入されている作者のコメント等をみながら熱心に鑑賞されていました。

宮崎県
知事賞

〔絵画〕

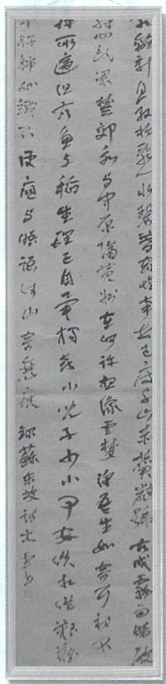
「漁港の二画」
良憲榮さん 77歳 (都城市)



〔手芸〕「ダイヤモンドアート」
富山リツエさん 83歳 (都城市)



〔書〕「蘇東坡 詩」 田村敏昭さん 78歳 (宮崎市)

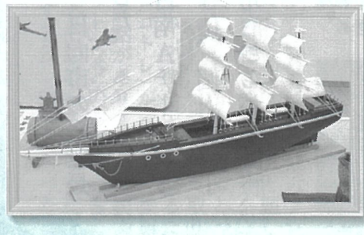


〔写真〕

「泥んこまみれの熱戦」
渡邊 義孝さん 87歳 (綾町)



〔工芸〕「帆船」
中馬 樹美郎さん 74歳 (都城市)



令和6年度 第58回さんさんクラブ宮崎作品展示会特別賞受賞者

●宮崎県知事賞

絵画	良 憲 榮	漁 港 の 一 角	77	都 城 市
工芸	中 馬 樹 美 郎	帆 船	74	都 城 市
書	田 村 敏 昭	蘇 東 坡 詩	78	宮 崎 市
写真	渡 邊 義 孝	泥 ん こ ま み れ の 熱 戦	87	綾 町
手芸	富 山 リ ツ エ	ダ イ ヤ モ ン ド ア ー ト	83	都 城 市

●宮崎県議会議長賞

絵画	中 村 キ ミ 子	め が ね 橋	83	都 城 市
工芸	前 田 智	二 重 網 代 編 み 花 か ご	87	三 股 町
書	中 村 久 代	丈 草 の 句	76	都 城 市
手芸	殿 所 郁 子	パ ッ チ ワ ー ク (タ ペ ス ト リー)	82	小 林 市

●宮崎県社会福祉協議会会長賞

絵画	原 田 正 己	風 景 画	88	都 城 市
工芸	宮 本 泰 次	守 り 神 シーサー	77	高 鍋 町
書	山 本 英 子	山 頭 火 の 句	74	日 向 市
手芸	池 田 一 子	ベ ッ ド カ バ ー	77	都 城 市

●宮崎県農業協同組合中央会会長賞

書	平 野 美 子	牧 水 の 歌	85	川 南 町
写真	黒 木 純 夫	ほ っ こ り	69	西 都 市
手芸	小 泉 紀 代 子	パ ッ チ ワ ー ク の ベ ッ ド カ バ ー	84	高 鍋 町

●宮崎日日新聞社社長賞

絵画	原 田 恵 子	静 物	83	都 城 市
書	松 永 セ ッ	条 幅 (菅 原 道 真)	78	小 林 市
手芸	阿 萬 キ ヨ 子	ワ ン ピ ー ス	79	新 富 町

●MRT宮崎放送社長賞

絵画	伊 藤 昭 昭	漁 船	86	宮 崎 市
工芸	山 下 秀 明	船 飾	73	都 城 市
手芸	日 高 京 子	傘	71	宮 崎 市

●UMKテレビ宮崎社長賞

工芸	平 川 正 利	燈 籠	88	都 城 市
書	田 中 健 一	鷺 鳥 不 群	86	延 岡 市
手芸	谷 山 佐 代 子	ガ ーゼ の 洋 服	73	国 富 町

●宮崎ケーブルテレビ社長賞

絵画	早 川 忠 忠	蝶 と ガ ク ア ジ サ イ	79	川 南 町
工芸	石 那 田 茂 利	水 し ぶ き	81	日 南 市
手芸	尾 前 迦 代	ビ ー ズ 刺 繍	85	椎 葉 村

●宮崎交通社長賞

書	小 嶋 光 子	条 幅 漢 詩 (郭 登 の 詩)	77	川 南 町
手芸	福 崎 ミ キ 子	色 染 ワ ン ピ ー ス	77	日 南 市

●宮崎県老人クラブ連合会会長賞

彫刻	安 川 洋 一 郎	群 像	81	宮 崎 市
工芸	田 上 一 雄	竹 細 工 (手 提 げ バ ッ グ)	76	小 林 市
写真	永 友 公 夫	風 に ふ か れ て	80	木 城 町
手芸	持 原 タ ツ エ	花 道	78	延 岡 市
手芸	甲 斐 洋 子	テ ー ブ ル ク ロ ス	77	延 岡 市
手芸	西 村 五 津 子	糸 掛 け マ ン ダ ラ	76	延 岡 市
手芸	寺 園 佳 子	パ ッ チ ワ ー ク (タ ペ ス ト リー)	87	小 林 市
手芸	那 須 鶴 子	台 所 の 足 ふ き マ ッ ト	76	西 都 市
手芸	是 澤 京 子	バ ッ ク	79	川 南 町
手芸	小 谷 新 子	レ ー ス 編 み カ ー デ ィ ガ ン	75	門 川 町

令和6年の8月は、最大震度6弱の地震に文字通り震撼した直後に、南海トラフ地震臨時情報「巨大地震注意」が発表され、相次ぐ余震に「もしや…」と緊張の日々でした。当連合会でも「さんさんクラブ大会」は地震による会場被害により日程変更を余儀なくされたところですが、さらに立て続けに月末には、これまでに経験したことのないような竜巻を伴う台風の襲来をうける

など自然災害の恐ろしさを改めて見せつけられました。それぞれ被害にあわれた方々には心からお見舞い申し上げます。自然災害に、日ごろからの自然災害に対する備えを忘れないようにすることを心に刻んだところで、高齢者は、どうしても災害弱者となりがちですが、備えることで地域社会に貢献できますので、皆さんの取組をお願いします。

あ と が き

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21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(皆吉茂美会長)の会員など7名の皆さんが「しめ縄づくり」の実演及び作成指導を行い、親子連れなど71組の参加がありました。



年末年始を控え、お正月のお飾りとして、また親子ふれあいの機会として人気があるため、開始時間前から待機する方々もあり、準備した材料があっという間になくなる位の盛況でした。

また、毎年、この催しを楽しみにされている方も多く、「子供たちの良い体験になる。」「これからも続けてほしい。」等のご意見を頂いたところです。

上水流東高齢者クラブの皆さんありがとうございました。



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
2024年10月	2024年7月15日～9月15日まで	2024年10月1日午後4時から1年間
2025年 4月	2025年1月15日～3月15日まで	2025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*1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老人クラブ活動中の対人・対物事故が対象です。往復途上は対象外。

- 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 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

受付時間 9:30から12:00まで(土・日・祝祭日、年末年始除く)

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

〈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。

2024年2月作成 23TC-008004