

会報

# ふれあい

第32号

令和4年(2022年)7月発行

南部町老々連

## 清流涼風



島根町にて

天津百寿会

大塚道夫

### 老人クラブ三大目標

**健康づくり**

すこやかな暮らし

**友愛活動**

なかまづくり

**奉仕活動**

ボランティア活動

南部町老人クラブ連合会  
電話 0859-66-2766  
南部町社会福祉協議会内  
電話 0859-66-2900



# 新年度にあたり

会長

庄倉 三保子



去る令和3年度も、新型コロナウイルスが収まることなく、生活が大きく左右された年でありました。

南部町老人クラブ連合会も、こうした環境の中で、会員の皆様のご協力を頂き、最大限活動ができましたことに感謝申し上げます。

今年度も感染予防を徹底しながら活動を継続していきたいと考えています。

ここで全国老人クラブ連合会の目標をご紹介します。

みんなで元気!!

・健康づくり(フレイルを予防しよう)

コロナ禍で危惧されるのは、閉じこもりや運動不足による体力低下です。徹底した対策を呼びかけて、健康づくりに取り組んでいきましょう。

・友愛活動(ふれあいを大切に)

心と心のふれあいを大切にした同世代同士の支え合いです。外出機会が少なくなり、高齢者の孤立が心配されるなか、集いの場づくりなど交流を進めていきましょう。

・交流・地域活動(一つひとつの活動が力になる)

子どもたちの生活も徐々に戻ってきました。世代間交流や地域活動にも積極的に参加していきましょう。

・一人のできる活動(みんなで取り組もう)

花を育てる、塗り絵をする、ラジオ体操、ウォーキングなどみんなで集まることのできない人のためにも目標を作り、一人でも多く活動していきましょう。

私たちも南部町老人クラブ連合会としての目標である「健康づくり、生きがいづくり、仲間づくり、地域の支え合い」を念頭に、社会的に関わりを持ち続けることが大切だと思います。

今後は、新型コロナと共存しながら、創意工夫をこらした活動が必要です。

皆様のご協力をよろしくお願いいたします。



## ご挨拶

高姫ときわ会  
会長 岡田 久 男



このたび、「高姫ときわ会」を再編成し、本年度から新生スタートしました。

何年か前、町老人クラブ連合会から脱退していましたが、再加入させていただくことになりました。

私自身、孫からの「お爺ちゃん」という呼びかけにはまだ少し違和感を覚えますが、高齢者の仲間として老人クラブの活動を盛り上げ、支えていきたいと考えています。

発足の人数は21名ですが、できるだけの参加を募り、輪を広げていきたいと思えます。

高姫に生まれ、また嫁ぎ、本当に良かったと実感できるような活動を展開し、皆様と共に地元に貢献し、共に支え合い、ゆったりとした楽しい時間を共有したいと考えているところです。

「高姫ときわ会」を宜しくご指導・ご鞭撻のほどお願いします。

## 新役員 (令和4年度)

会長	庄倉 三保子
副会長	原 和正
顧問	垂水 英俊
顧問	小倉 栄子
顧問	安達 幸男
監事	井上 武
監事	佐伯 稔
理事	各単位クラブ会長 14名(6面に掲載)
総務委員長	野口 賢治
保健体育委員長	大塚 賢一
文教委員長	潮 昭弘(新)
女性委員長	小倉 栄子
若手委員長	細川 民治
会計	野口 昭男
事務局長	垂水 英俊

## 単位クラブ活動報告

宮前一区老人クラブ 垂水英俊

今年度初の事業として、講演会とレクリエーションを併せて行いました。(5月24日)

### 1. 高齢者の運転免許更新の改正点について

米子警察署のシルバーインストラクターの木島和彦さんをお迎えして今年5月13日より施行された内容を説明していただきました。

#### 違反歴のない人

70～74歳：これまでどおり  
75歳以上：認知機能検査が加わる

#### 一定の違反歴の人

運転技能検査を受け合格し、認知機能検査を受けませんが、実車指導を受ける必要はない

#### 主な一定の違反

①信号無視 ②追い越し違反 ③速度超過  
④横断歩行者等妨害 ⑤携帯電話使用等

### 2. 免許返納の特典について

町民生活課の宇田職員から説明を受けました。

### 3. 黄色のバスの今後のありかたについて

企画政策課の亀尾課長補佐より説明を受けました。

令和2年度の利用者は1万人。3年度は6千人で40%減った。その理由として、電話での予約が面倒、バス停が遠い、などが考えられる。

このため、今年の秋頃にバス停を増やしたり、1時間前の電話予約をなくしたり、また、時刻表をなくしたりなど検討している。

### 4. レクリエーション(スカットボール、ダーツ)

社会福祉協議会の池田さんの指導のもとで楽しく過ごしました。



令和4年度  
南部町老人クラブ連合会  
会長表彰  
令和4年4月28日

(個人表彰)

(5名・敬称略)

所属	氏名
宮前一区老人クラブ	瀬戸 修
東西町第一万寿会	長谷川 忠実
東西町第一万寿会	岡野 和美
東西町第二万寿会	平新 治行
大 国 尚 寿 会	田子 小夜子

●永年にわたり当会の発展に功績のあった方々を表彰しています。

## 受賞者を代表して



東西町第一万寿会

長谷川 忠実

東西町の老人クラブ(万寿会)に入ってからすでに10年ばかりが過ぎました。

表彰を受ける程のことは何もしていないように思いますが、入会当初から、自分が何か一つでもできることがあるならそれをやっていきたいと思っています。

皆が少しずつ自分のできることをやっていけば、幸せを感じる時間ができると感じます。

ウィズコロナの時代を、無理しないで、あせらずのんびりと生きていきたいと思っています。

ありがとうございます。



# 令和4年度 健康スポーツ大会

令和4年6月17日(金) ふるさと交流センター

## 梅雨の晴れ間 真夏日にもめげず

- ◆ (グラウンド・ゴルフ)  
参加16チーム(1チーム5名)  
上位、僅差で競り合い
- ◆ (カローリング)  
今年も取り止め



優勝	天津第一百寿会 A (216打)
準優勝	天津第二百寿会 B (219打)
第三位	池野あじさい会 A (222打)

[ホールインワン総数] 17(全チーム総計)



(協力) 南部町社会福祉協議会

### 健康福祉課だより

令和4年4月から健康福祉課長を拜命しております、前田と申します。また異動に伴い、唯が老人クラブ担当となっております。併せてみなさまの活動のお手伝いを通じて、勉強させていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

最近ではコロナ禍で活動が十分に行えないということも何つております。南部町でも、介護保険サービス利用申請が増えていることもあり、密かにフレイルが進んでいるのではないかと心配しているところです。

南部町ではワクチン接種も進み、7月中旬より4回目のワクチン接種のご案内をする予定です。最近では感染も落ち着いています。

みなさまには、感染予防をしつつ活動を再開していただくことを願っております。まずは、100歳体操に参加をしてみてもいかがでしょうか。



課長 前田 かおり



主事 唯 聡太

## 特別寄稿

南部町長 陶山清孝



夜明け間近、大山の肩口あたりから空を少しずつ杳色に染める時間帯がいいですね。特に、水田に水を張った「代満」の頃が最高です。ピリッと引き締まった空気が、光の色が刻々と姿を変えながら、空と水面が一体になった中に立った時、「生きています」と素直に感じることができます。

キナルなんぶの開館一周を記念して、京都清水寺貫主 森清範様にご講演いただきました。その中で、「朝目が覚めることを当たり前に思っていませんか？」と問われました。確かに、生きているのが当たり前。毎日、朝を迎えて起き上がるのが当たり前だと思っている我がおります。人は必ず起きることができない日を迎える。それまでは、大いなる力で生かされている。自分を取り巻く全ての人に感謝しなさいということでした。遺伝子工学がご専門の、筑波大学村上和雄先生によると、人間の体は60兆もの細胞で成り立っており、その細胞が生を受けるというのは1億円の宝くじが百万回連続して当たるほどの確率だとおっしゃっているそうです。命を授かるとは、まさに奇跡なのだということですね。

講演会前日にご挨拶に伺いました。その席上で法勝寺という地名の話になりました。京都にあった「法勝寺」の荘園がその名の由来だと聞いていとお話したところ、森貫主様が平安時代後期に栄えた京都六勝寺という

## 京都清水寺 森貫主のご講演から

「勝」の字を当てた六寺のことです。六寺の中でも法勝寺は特に隆盛だったと聞いています。とすぐにお答えになりました。さすがに、すごい知識と見識をお持ちだと感激いたしました。このお話のネタは、掛相の故入口睿さんが法勝寺の由来を調べられ、「陶山さん、読んでごしない」と上梓された本をいただいたことから。ここにもご縁を感じた次第です。入口さんがお調べになった「伯耆国法勝寺地名の由来」は図書館にありますので、興味のある方はご覧になってください。

この日揮毫いただいた文字は、桜と螢。前回が里と豊でしたので、里山景色の中に桜と螢の豊かな文化を大切に、私たちの暮らしを表す四文字ができたことを大変うれしく思います。

結びに、森貫主様の師匠である大西良慶和上様の一首を。ご講演で森貫主様は受け皿である「心」を磨きなさいとおっしゃられました。磨かれた受け皿があれば、池にも田んぼにも月は美しく映るといふことです。さあ、受け皿を磨きましよう。合掌。

草の葉の露にも  
月はやどるなり  
心をみがけ道の友人

良慶和上



キナルなんぶにて 令和4年6月5日  
(写真提供・南部町教育委員会)

(取材協力) 南部町健康福祉課



◎南部町老人クラブ連合会は、下記14の「単位クラブ」で構成されています。

寺内赤猪岩クラブ	鴨部笑友会	大国尚寿会	天津第二百寿会	天津第一百寿会	東西町第二万寿会	東西町第一万寿会	単位クラブ
内田美計	井上武	前田慎三	種治孝	亀尾公美	田浪照雄	吉木邦雄	会長
池野あじさい会	市山コスモス会	高姫ときわ会	諸木いなほクラブ	田住老人クラブ	宮前二区老人クラブ	宮前一区老人クラブ	単位クラブ
雑賀藤重	玉木久之	岡田久男	佐伯稔	福井顕雄	新井将司	垂水英俊	会長

太字は新任  
(再加入) 高姫ときわ会

南部町老人クラブ連合会  
令和4年度 主な事業の経過と予定

- 4月 28日 令和4年度 定期総会
- 6月 17日 健康スポーツ大会(グラウンド・ゴルフ)
- 7月 14日 第1回理事会
- 9月 29日 老人福祉週間講演会・芸能大会
- 10月 22日 南部町健康福祉運動会(西伯・会見合同)
- 10月 25日 西部地区高齢者健康運動会(県老連主催)
- 11月 10日 老ク連グラウンド・ゴルフ大会
- 24日 健康ウォーキング大会
- 3月 9日 第2回理事会

[上記は情勢により変更になる場合あり]

- ・上記以外に必要な応じて随時開催  
女性委員会  
専門部会(総務、保健体育、文教、若手)
- ・年間随時 会員加入促進運動の推進  
会見地区花壇の管理  
女性会員1人1枚雑巾運動
- ・検討中 老ク連役員研修会  
女性委員役員研修会

老ク連 新会員 加入呼びかけ

・資格 60歳以上の方。  
生きがいと仲間づくり、健康づくりを目指して楽しく活動しています。

新会員加入大歓迎。

原稿募集中

会員さんからの投稿をお待ちしています。各クラブの活動紹介、絵、写真、書、感想文などお寄せください。この広報紙「ふれあい」を楽しんでいきましょう。

(謝辞)  
当連合会の活動は、南部町健康福祉課、同社会福祉協議会のご支援を賜っております。

編集後記



児童との「ふれあい」活動に参加して心の若返りを頂きます。昨年、児童リサイクル活動に万寿会も参加しませんでした。とのお誘いを受けて有志で試行的に参加しました。

今年度は、万寿会の「事業計画」に盛り込んで会員に参加要請をしているところです。少子高齢化時代で我々も児童達と「ふれあい」機会がありません。そこでリサイクル活動を通じて児童とふれあつていきます。

まだ今のところ、会話はそう多くはありませんが、心が若返った気持ちになり、何かホッコリ・ワクワクを感じます。児童達から元気をもらえた気持ちがあります。会員同士のふれあいいいものですが、児童たちとのふれあいいもまた新鮮で気持ちが若返っているのです。

歳をかさねると、体力、記憶力、理解力、判断力が低下しがちですが、児童たちとの交流で活力と気力が湧いてきます。また新たな活動に参加することでフレイル(虚弱体質)とロコモ(運動)の予防と改善の一助になるのではないのでしょうか。

いつまで待ってもコロナの終息が望めませんので、ウィズコロナ(共存)でいくとして、できるだけ「ふれあい」の精神で活動の輪を広げ、早くコロナ以前の状態に戻していく必要があると思います。

(編集委員)

- 野口賢治 岩田 惇
- 植田共栄 前田慎三
- 田浪照雄 垂水英俊
- 吉持佐知子

(田浪照雄)

この会報発行にあたり共同募金の助成を受けています。

