

地区名	クラブ数	会員数
豊科地区	10	839
穂高地区	22	1,582
三郷地区	8	869
堀金地区	4	273
明科地区	8	660
合計	52	4,223



2012年10月15日創刊

発行所

安曇野市老人クラブ連合会
安曇野市社会福祉協議会内
〒399-9304 安曇野市豊科 4160-1
Tel. 0263-72-1871

発行者 山田 高久

印刷 (同)アルティナ

生きがいと健康づくりで 長寿社会をつくろう



会長 山田 高久

市老連発展の為にと会員増強にご尽力されました前若宮会長さんのご苦勞には敬意と感謝申し上げます。老連の課題は前任者同様、会員の増員と組織強化に心しています。まぢがっても県連からの脱退などな

きよう念じ仲間の輪を「和」をもって老連発展に当たっていきたくと思います。
昭和38年「老人福祉法」が施行され郡連合会の創立以来、53年長い歴史ある団体です。この間、急激な高齢者増に反し会員数は平成10年をピークに半減しています。この危機を憂い全国老連は100万人の会員増強計画を立て、県・市老連もこの目標達成に取り組んでいます。

地域を基礎とした自主的な組織だけに昨今の地域連帯感・絆の欠如からか厳しいのが現状です。私達は、老人憲章のすばらしい理念のもと、仲間づくりを通して、生きがいと健康づくり、生活を豊かにする活動・これまでに得た知識や経験を生かし、地域を豊かにする社会活動、長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的として取り組んでいます。
市は健康長寿のまちづくりを重点施策にし進めています。「老人福祉法」に基づき老人クラブに対して援助するよう努めなければならぬと法的な位置

「あづみ野の風」

第8号発刊によせて



安曇野市長 宮澤 宗弘

安曇野市老人クラブ連合会機関紙「あづみ野の風」第8号の発刊を心よりお祝い申し上げます。会員の皆様には、日頃から老人クラブ活動の柱である老人憲章のもとで多彩な活動を展開され、健康づくりや明るい長寿社会づくりのために、多大なご尽

力をいただいておりますことに、敬意と感謝を申し上げます。さて、市においても少子高齢化が進行しており、市の人口に占める65歳以上の方の割合、いわゆる高齢化率は、今年の6月1日現在29・5%、うち75歳以上の後期高齢者の割合は14・6%となっております。さらに団塊の世代が後期高齢者となる2025年には、18・3%になると予測しております。このような社会において、活力と潤いに満ちた環境を将来にわたり維

持するためには、皆様がいっまでも健康で各方面において活躍いただくことが何よりも大切であると感じております。市といたしまして、健康長寿のまちづくりを重点施策の一つに掲げて、さまざまな事業を展開してまいりますと考えております。また市民の皆様や行政・関係機関等が協働し、地域の絆を強め、すべての市民が支え合う、安全・安心なまちづくりを進めてまいりますので、ご提言やご協力を賜りたいと存じます。
結びに、新会長のもとに安曇野市老人クラブ連合会の益々のご発展と会員の皆様のご健勝をご祈念申し上げ、お祝いの言葉とさせていただきます。



総会で挨拶をする山田会長と新役員の方々

づけとして補助金が出され、市社会福祉協議会では事務局として活動支援をいただいています。市老連はその期待に呼応し、献身的な活動をしなければなりません。
我が国の平均寿命は世界一ですが、健康寿命は約10、13年短くその開きが介護費用増となります。高齢者は社会の宝になるよう、美しく生きぬき、終り良ければすべて良しとしたいと思います。



副会長
筆頭部長
藤岡 嘉

活用する会報づくり

この度、市老連の会報紙「あづみ野の風」の発行を担当することになりました。老人クラブ活動の柱である健康管理、友愛、奉仕活動の三大運動は、会報紙

を通してより活発になるものと思えます。

会報のはたす役割りは、情報の伝達、意見交換の場として、また活動の報告、結果の発表の場として、多いに活用していただきたいと思えます。会報が、住み良い地域社会づくりのお役に立てば幸いです。会員各位のご協力を切に希望いたします。



副会長
文化部長
藤田常三郎

文化部活動について

この度文化部の任に指名されましたので、よろしくお願ひ申上げます。事業は「芸能大会」と「高齢者作品展」であり、ここ数年、工事の関係で開催場所が変更され、実施して参りま

したが、本年度は「市中央図書館みらい」に決まり期日は11月16日、19日（16日は準備）となりました。詳細は部会にて検討し後日お知らせ致します。この事業は市老連の重要な事業と認識し、綿密な計画に基づき実施する所存でございます。実施にあたり、多くの皆様のお力添えを頂くこととなりますが重ねて宜しくお願ひ申し上げます。



副会長
体育部長
一志 和恵

老人憲章を念頭に

副会長の要職を拝命して間もなく県老連主催の中信ブロック研修会が穂高会館で行われた。事前に渡されたリーダー必携を見て方向付けを受けた、そこでやる気だけは精一杯持つことが

大切との思いで当日は第5分科会の人となった。当会場は25人司会をつとめた方は高齢であっても素晴らしい進行をした。私は心うたれた。及ばなくてもせめて老人憲章を頭に納めて常に暗唱しながら任期をつとめさせてもらいたいとの、思いを深くした研修会でありました。尚体育部が担当です。ご指導お願ひいたします。



副会長
会計
山崎 敏夫

全てが一からの勉強

市老連の役員は初めての経験ですので、全てが一からの勉強です。しかも会計担当という事です。市老連の事業が円滑に運営出来ますよう、金庫番として健全な財務管理に努めてま

いります。

収入源は市補助金、社協補助金、会員会費が財源で会員の減少により補助金、会費共大きく減額しており、一部事業の縮小も視野に検討し、事業執行に支障の無いよう努めてまいります。今年度は会員の減少もあつて厳しさはありますが、会員増に力を入れていきます。皆様のご指導ご協力をお願い致します。



副会長
女性部長
勝山 孝子

女性部の活動計画

女性部長として第2期を迎えました。前期は今迄どおりの活動を踏襲してきましたが、消化不良の後味が残りました。今期は各支部の女性部長も世

交代し、新しい気持で女性部として特徴のある活動をしてゆきたいと思えます。まず、5支部女性部長同志が仲良くなることです。なるべく回数多く集まり研修やボランティアなどを実施し、各支部ごとの活動だけでなく複数の支部合同の活動など女性ならではの特長を生かした活動が出来たら良いと思えます。

2. 連合会を組織しなくとも、単独で助成金をもらつているところもあるから、このグループを連合会に誘う。
3. リーダーを決めるのが一番の問題。現在の各連合会の役員の高齢は高く、未組織地区では、若手の人たちが多く、目線が合っていない、だから目線の合う人が対応するのがよい。
4. 若手会員と言っても、一般社会では高齢者であるが、行動力、判断力などは充分備えています。この力を組織に生かせるように、役員若返りが必要。

5. クラブが休会、閉会になつた所は、後継者がいない。後継者育成も、役員の仕事のひとつだと考えます。など、重要な意見が出ました。根は深く、重要な問題提起がありました。

ブロック研修に参加して

のばそう!健康寿命担おう!地域づくりを

県老連評議員 山田文明

6月14日(火)安曇野市穂高公民館で、県老連主催の中信ブロックの研修会が開催されました。私は、「3、未組織地域への対応」グループを担当したので、このグループの意見を報告します。色々な意見がでていました。主なものをまとめました。

1. 各地区において、3、4組の同好会を有しており、これを高齢者クラブにまとめるとよい。



第1分科会から

力を合せて活動するクラブ



名所となつてきました。いつまでも貴重な財産として守り続けなければと思うところですから。

吉野高齢者友の会は、「会員相互の親睦を図り福祉の向上と高齢者の生きがいある地域づくり」を指すことを目的にしています。4月1日の会員数は145名が登録されており、目的達成のため、神社清掃・桜管理・旅行・福祉・支援・女性の6専門部を設けて活動しています。特殊な活動は、桜管理部で平成7・8年桜を新田堰沿いに記念植樹し、花壇及びベンチの設置と併せて大切に維持管理に重点を置き進めてまいりました。幸い開花のときには観賞に訪れる人が多くなり安曇野を彩る

福祉の向上を目指して

吉野高齢者友の会

古幡寛昌

子ども達との交流

小田多井老人クラブ

一志和恵



が作り、育苗技術も段々と確立して男女会員の息の合った作業が年々続けられて来ました。年間では交流花壇の植付作業、ソバ打体験、シメナワ作りの3事業がこども育成会との楽しい共同事業で、クラブ存在の大きな位置付けになっています。此の基盤を築いた先輩の努力に私達は常に感謝の気持ちでクラブ活動をしていきます。

も前からいつも和やかでありたいとの思いで、にこにこ会の会名をつけて呼び名としています。平成10年交流センターが建設されて広い敷地の一部に、こども会育成会との交流を願って花壇が作られました。建設工事の現場であつた瓦礫の中に作業を搬入して圃場

豊科支部

堀金支部

三郷支部

明科支部

穂高支部

かならずサークル参加

ひといちばシニアクラブ

田口さな江

奉仕活動で地域貢献

光長寿会

山崎敏夫

奉仕活動で活力を

穂高町区愛好会

中山隆



私たちが、ひといちばシニアクラブには、ウォーキング・体操・マレットゴルフ・地域学習・ボウリング、親睦旅行迄、12サークルあり必ずどちらかのサークルに入り、活動する様にしています。サークルといっても、自分の趣味の延長の様なものです。「ひとりでは、やっても楽しくないし、できないが、大勢の仲間とやれば楽しくできる。」そんなサークル活動です。

歌声サークル・里山歩きも、会員の中の1人から、「はじめない？」と、最近できたサークルです。現在会員は115名ですが、退会員を出さない為にも必ず、何かのサークルに参加してもらおう様に役員が心掛け、お誘いしています。女性の参加は比較的好いのですが、男性が参加したいサークルがあると、もつとシニアクラブ入会員が増えるのかもしれない。

年度当初の会員は54名でしたが、死亡退会2名の後、会員の増強に取り組み、10名の新入会員の加入で62名です。女性部、園芸部を中心に専用の花畑への花壇づくりを地域の環境美化の一環として、維持管理を重点に会員を9班に編成し、半月交代で灌水、摘花、摘葉、除草作業を週2回のペースで全会員が担当、更に高速道にバス停の清掃、光運動公園、御嶽神社の草刈り清掃など奉仕活動をしてあります。又、長寿会の目的である会員相互の交流と親睦を図るために、花見、日帰り旅行、一泊の親睦旅行、女性部を中心に年4〜5回のお茶会の開催と地区社協の事業への積極的な参加協力が会員の絆を強める原動力になっています。



日頃の活動を忘年会や老連芸能大会で披露し楽しんでいきます。今回は介護施設訪問や保育園児との交流活動を紹介します。

①老人介護施設老所訪問
毎月1回介護宅老所を訪れ踊りや歌・手品等で約1時間を楽しく過します。5年目を迎えました。

②穂高保育園で「年2回の交流会」
10月「お爺ちゃん・お婆ちゃん」と仲良しになろう！お手玉・おはじき・紙風船・コマなどで遊びます。

③穂高児童館「餅つき大会」
12月児童・保護者と餅つき、きなこや、あんこ餅を作り楽しく遊びます。



県老連女性指導者研修会に参加して

女性部長 勝山孝子

7月9日、白馬村八方文化会

館で行なわれた研修会には、安曇野市老連から16名の参加

がありました。生憎の雨でしたが新緑の中にスキージャンプ台が美しく輝いていました。

楽しく折紙をする皆さん

午前の講演は、大町市保健所管理栄養士、堀内亜矢子係長による『みんなで取り組む健康づくり〜信州ACE(エース)プロジェクト』でした。健康長寿を維持するには「A」：体を動かすアクティブ、「C」：健康チエック「E」：食を大切にイートのACEがよく理解できました。「ずく

を出し体を動かし、定期的な健康チエック、塩分控え目、和食中心の食生活を心掛けることを教えられました。

午後は白馬村シニアクラブ飯田寿会の活動発表でした。会員の減少と若手の未加入者などで役員のなり手が無い悩みを訴えていました。加入促進の為、60歳になった人に誘いの声掛けや友人、同級生に加入を促すなどしているが、会員の85%が女性会員であり、今後は女性の活躍の場を広げることが課題となるようです。又、都会からの移住者の新規加入については、その方々だけのお楽しみ会などがあり、地元のクラブへの加入は難しいものがあるとのこと。実践研修に移り、折り紙細工のカード入れと小物入れの製作

平成28年度安曇野市老人クラブ連合会役員

会長 山田 高久 豊科

副会長 藤岡 嘉 三郷

副会長 (筆頭・会報部長) 藤田常三郎 穂高

副会長 (文化部長) 一志 和恵 堀金

副会長 (体育部長) 山崎 敏夫 明科

副会長 (会計) 勝山 孝子 豊科

副会長 (女性部長) 古幡 寛昌 豊科

理事 矢野口義宣 穂高

理事 中山 隆 穂高

理事 斉藤 文美 穂高

理事 柴野 道夫 三郷

理事 田口さな江 三郷

理事 米倉 勝身 堀金

理事 丸山夫美子 堀金

理事 矢花 正一 明科

理事 松島 幸子 明科

理事 藤澤 靖雄 三郷

理事 丸山 宏充 堀金

理事 内川 美徳 明科

理事 吉澤 鋭二 穂高

監事

会報部

編集後記

▼28年度の新体制を整えて、役員の各部門別任務体制も決まり、前年度より約400人の会員減を抱えながら踏みだしました。このとき、時宜を得て県老連では、「ブロック研修会」を開催し(後継者づくり)へ未組織の地域への対応)など5分科会で、ワークショップ方式を採用して、意見をまとめました。積極的な意見が続出しており、やがてまとめられる冊子の活用が期待されます。▼熊本地震から2ヶ月になります。避難されたままで、厳しい夏を迎え、暑さに加え豪雨のなかで二重の被害に合っていることを知ると、彼の地の老人クラブの方々の苦痛が身にせまります。災害援助金が届くまでの、やきもきさせる事なども耳にすると、それを縛るさまざまなきまりに、もどかしさを感じます。しかし、きまりは又大事な社会の秩序を守るためのものであります。▼安曇野市は地震の巣とも言われるように、私たちは活断層の上で生活をしている、と言つても過言ではない地域です。糸魚川静岡構造線と名付けられていて、「熊本級の地震がいつ来ても不思議ではない」とこの頃は特に言われています。災害に合ったら、まず自分の命を守ることだと教わりま

(内川美徳)

平成28年度安曇野市老人クラブ連合会一般会計予算書

Table with 3 columns: 款 項 目, 本年度予算額, 備考. Includes 収入 (Income) and 支出 (Expenditure) sections.

Table with 3 columns: 款 項 目, 本年度予算額, 備考. Continuation of the budget table, detailing various expenses like 会議費, 事務費, 事業費, etc.