

令和 4 年度

活動事例発表報告書

市町村シニアクラブ連合会ブロック研修会

活動事例発表から

一般財団法人 長野県シニアクラブ連合会

目 次

市町村シニアクラブ連合会ブロック研修会

<東信会場>

| | | |
|-------|-----------------|----|
| 坂 城 町 | 御所沢喜楽会 | 1 |
| 上 田 市 | 上室賀シニア会 | 4 |
| 佐 久 市 | 下越シルバークラブ | 8 |
| 千 曲 市 | 志川楽生学園 | 11 |

<南信会場>

| | | |
|-------|--------------------|----|
| 伊 那 市 | 坂下本町シニアクラブ | 16 |
| 駒ヶ根市 | 上穂町シニアクラブ三和会 | 19 |
| 飯 田 市 | 名古熊悠悠クラブ | 23 |

<中信会場>

| | | |
|-------|------------------|----|
| 松 本 市 | 板場槻の木会 | 27 |
| 大 町 市 | 堀六日町シニア百寿会 | 31 |

<北信会場>

| | | |
|-------|-------------|----|
| 長 野 市 | 桐原和楽会 | 35 |
|-------|-------------|----|



坂城町

御所沢喜楽会

1 地域の概況

私たち喜楽会のある坂城町御所沢区は、国道18号線東側山間にあり、リンゴ・ブドウ栽培の盛んなところです。特にブドウづくりには38名の会員の方が携わっております。

御所沢区の人口は407人162戸で65歳以上は135人で高齢化率は33%です。ちなみに喜楽会では60歳以上の方が入会できるようになっています



料理教室



スマイルボウル大会

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率.) |
|-------|-----------|-----|------|---------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和2年度 | 45人 | 48人 | 93人 | % |
| 令和3年度 | 57人 | 67人 | 124人 | % |
| 令和4年度 | 53人 | 67人 | 120人 | % |

(2) クラブの運営

私たちの会の名称は御所沢老人クラブから喜楽会に変わり、その由来は互いに楽しく喜び合う会にするという願いが込められています

令和4年度の会員数は120名、男性53名、女性67名の構成です。会の組織は会長・副会長（会計）・女性部長・体育部長(監事)の4役と組合連絡員3名の計7名の構成です。

3 自治区（町会）との関係

会の運営は町からの補助金と区から若干の補助金と1人当たり年間2千円の会費で運営しています。喜楽会は区より補助金をいただいているものの、運営活動は区から独立しています。



坂城町バラ公園

4 活動（事業）の取組状況（昨年実績）

年間を通して、区と連携した次のような行事をしています。春は公園の清掃、秋には神社の清掃、5月の連休は区民マレットゴルフ大会、10月には区民ふれあいのつどいに、主体的に関わって活動しております。

また、町シニア連主催の年間活動計画に基づき、各行事の積極的参加を目標に活動して参りました。その中で5つのいきがい健康づくり事業を推進してきました。

(1) 春秋、2回のマレットゴルフ大会 毎回複数人で参加

(2) 7月、スマイルボウル大会 毎回2チーム、20名程参加

(3) 活動発表会、毎回 20 名程で童謡を 3 曲披露

(4) 12 月講演会、冬の運動
不足を補うためストレッチ
体操 15 名が参加
(とても好評)

(5) 2 月、カラオケ歌謡大会
発表者 10 名程参加

(6) 春夏の一泊旅行
(会員の皆さんが一番楽し
みにしている恒例行事)



活動発表会で童謡を 3 曲披露

夏期親睦旅行は経費節減のため、

旅館よりバスをチャーターしてもらえる範囲で、北は野沢温泉や湯田中温泉、南は上諏訪温泉や浅間温泉です。春は新年会を兼ねて近場の上山田温泉で行っています。ゆったり温泉につかりミーティングやカラオケなどで交流を深めています。

(7) その他、町主催の料理教室や公民館主催のしめ縄づくり等に積極的に参加

5 会員増強について

喜楽会の会員増強対策としては、毎年満 60 歳以上になられた方を対象に会の楽しさ魅力度をアピールするため、入会のお誘い・声かけをしています。会費を納める正会員でなくても、準会員として兎に角会に所属してもらえるように名簿に登録をしてもらっています。令和 2 年度に会長を拝命した際に、未入会の宅へ一斉訪問を行った次第です。

6 課題と今後の活動について

喜楽会では、会に所属していても実際に活動できる会員は限られています。会員同士の話し合いのもと、魅力ある活動内容に変えていき、会員の趣味を生かした詩吟、健康マージャン、ゴルフ、スポーツ吹き矢等、幅広く一人でも多く参加できる活動を目指しています。

我が会は令和元年まで、会長等の役職員は 1 年の任期で進んでいました。このままだと役員のみ手が行き詰ってしまいます。今後は任期を 3 年に延ばして役員報酬手当を引き上げる中で我が会の存続を維持して参ります。



上田市

上室賀シニア会

1 地域の概況

上室賀は上田市の西側に位置しています。峠が3カ所あり、その一つは平安時代からの街道で、善光地道として坂城町に抜ける峠、二つ目の峠は修那羅峠を下ると、筑北村から麻績インターに通じています。三つ目の峠は青木村当郷の国宝大法寺のそばに通じています。

又、当地は歴史の地として、戦国時代の室賀城主正武が真田に謀殺されて453年。NHK大河ドラマ「真田丸」の放映の時には、室賀氏の墓所や菩提寺の前松寺、室賀城の笹洞城・原畑城などなどの史跡巡りに、歴史好きな方々が毎日訪れ、墓所に置いた説明文700部ほどは、あっという間に終わってしまったとのこと。



ささら踊り

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率%) |
|---------|-----------|-----|------|---------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和 2 年度 | 51 人 | 4 人 | 55 人 | % |
| 令和 3 年度 | 53 人 | 7 人 | 60 人 | % |
| 令和 4 年度 | 51 人 | 8 人 | 59 人 | % |

(2) クラブの運営

上室賀シニア会は、会員は 60 名(男性 53 名・女性 7 名)で何とか維持している状態です。女性 7 人は昨年の入会で、今までの 10 年間は 0 人という状況でした。役員は 3 役 4 人・体育委員・理事 4 人の 9 人で、サロン部 2 人とスポーツ部 2 人の役員は兼任です。

会費は年間 ¥1,000 円で 85 歳以上は免除になっています。自治会から補助金をいただいております、会費とあわせて運営費としています。

3 自治区（町会）との関係

自治会から補助金をいただいておりますが、運営・活動は自治会から独立しています。

年 2 回の上室賀基幹集落センターと上室賀体育館の周囲の草刈りと植木の剪定を行い環境美化に奉仕しています。又、自治会の行事には積極的に参加・協力をしています。



草刈りの様子

4 活動（事業）の取組状況（昨年実績）

(1) お楽しみ茶話会

毎週水曜日午後 1 時 30 分から上室賀基幹集落センターにて参集した人数で、茶話会の内容が変わります。出席者が多いときは、「スマイルボウリング」で汗を流し、少ないときは「囲碁将棋」「健康マージャン」をし、時には「野菜作りの名

人話」で、種類別の名人達が主役でディスカッションし、研鑽し合っています。

(2) 研修旅行、日帰り旅行・年1回実施／1泊旅行・年2回実施

令和2年3月初めに（コロナの出始め）昼神温泉へ24人参加で、恒例の輪投げ大会・マレットゴルフ大会を行い、夜はカラオケを含めて楽しく親睦を深めることが出来ました。帰りは水引工芸館、試飲等、車中のクイズ等で楽しみました。温泉郷もホテルもその他もガラガラ空きで、我々だけの世界でした。又アルコールの消毒係を決めて、その都度、消毒噴霧の旅でした。

(3) スポーツ関係

「グラウンド・ゴルフ大会」 5月 福寿クラブ主催

「スマイルボウリング大会」 6月 福寿クラブ主催

「ウォーキング兼森林視察研修会」（武石方面） 7月

「マレットゴルフ大会」 8月 菅平サニアパーク

10月 福寿クラブ主催

10月 川西公民館主催

10月 上田市高齢者クラブ主催

11月 ねずみマレット場

「モルック競技」 上室賀体育館 延べ8回

「シルバースポーツ教室」 福寿クラブ主催 中止

「ファミリースマイルボウリング大会」 福寿クラブ主催 3月

「モルック競技大会」 上室賀体育館 3月



モルック競技の様子



マレットゴルフ大会の様子

(4) ボランティア活動

9月・2月 「ふれあい献金募金」 会員宅巡回して集金（福寿クラブへ）

6月・11月 上室賀基幹集落センター・体育館周辺の清掃

11月 特養施設へ慰問ボランティア活動

9月・10月 上室賀福祉協議会の友愛訪問と会食会に協力
3月・9月 上室賀自治会の支え合い合同訓練に参加協力

(5) 料理講習会

中国帰国者 3 人の指導のもと、「中国料理の講習会」を行っています。餃子やシャオビン等を作ったりしています。

また福寿クラブ主催の「男性料理教室」にも参加しています。



金婚祝賀会

(6) 金婚祝賀会

例年 11 月に行っています。

福寿クラブからの記念品の他に、当シニア会から生ケーキを贈呈しています。

5 会員増強について

新規加入者増を図るために、「上室賀シニア会だより」に毎回募集記事を載せ、伍長回覧をしています。また入会者があると、「シニア会だより」に紹介をしています。

去年は 役員会で入会候補者を、選び出して 1 カ月間 2 人 1 組で増強月間として訪問しました。その年は 9 人入会、死亡会員ほか退会者が 4 人あり、純増 5 人となりました。上室賀への移住者へも勧誘し、2 人入会しています。

移住者の声を上室賀シニア会だよりに掲載した文です。

「県歌 信濃の国」のメロディーが心地よく、憧れの信州・室賀へ移住しました。先住の方がかかわって建てた家に住まわせてもらい、よそ者を、心よく親切に、受け入れていただいた室賀の人々のお陰で、日々楽しく暮らさせてもらっています。

また、ささらの湯も、遠来の客のもてなしに、ありがたい施設です。

女性会員が 10 年ぶりに 6 人の加入があり、今後、手芸教室など女性向けの活動と、女性会員の加入促進を図りたいと思っています。

6 課題と今後の活動について

まだまだ区民の参加も少なく、会員増もままならずですが、今後益々の高齢化社会に、皆さんの知識と経験を生かし、多くの仲間と交流を図り、より楽しく活動を行い健康寿命を延ばし、いきいきとしたシニアライフを、過ごせるような、上室賀シニア会にしたいと思っています。



佐久市

下越シルバークラブ

1 地域の概況

佐久市の南側に位置し、田口地区には函館五稜郭と同じ五角形の龍岡城があり、桔梗城とも言われています。桜の咲く季節には、県外からもたくさんの見学者が訪れます。

当時の現存する建物としては、国の史跡に指定された「お台所」があります。また、千曲川の西には農村医学のメッカとして佐久総合病院があり、佐久地域の健康管理を担っていますので老人には安心して生活できる場所です。

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率%) |
|-------|-----------|------|------|---------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和2年度 | 87人 | 99人 | 186人 | |
| 令和3年度 | 91人 | 112人 | 203人 | |
| 令和4年度 | 106人 | 124人 | 230人 | |

(2) クラブの運営

佐久市内49単位クラブの一つとして、下越シルバークラブがあります。令和2年度の会員数は、総計186名でしたが、令和3年度に17名の加入があり、203名に増員することができ、長野県シニアクラブ連合会より、優良老人クラブ賞をいただきました。

3 自治区（町会）との関係

会の組織は、佐久市からの補助金でまかなって会費の徴収は行っていませんので、日帰り旅行などを行う場合にはその都度会費を徴収しています。

4 活動（事業）の取組状況（昨年実績）

（1）臼田駅前の清掃・ゴミ拾い・落ち葉清掃

毎年5月に商工会が中心となり開催される小満祭の1週間ほど前と、秋の落ち葉の時期に実施。

（2）高齢者生活協同組合事業の立ち上げと、小規模介護施設開設

介護事業では、2か月に一度運営会議が開かれ、民生児童委員、区長、臼田包括支援センター職員、市の福祉課職員の皆さんと一緒に、老人クラブを代表して参加し、12月には介護職員の施設利用者への対応や運営状況などについて会員の話を参考にして、報告書を佐久市に提出するなどの手伝いをしています。

（3）川柳の会

硬い頭をほぐす仲間の集まりとしてやっています。

- * つまづいた 昔は恋で 今段差
- * 徘徊（俳諧）と 噂をされて 散歩やめ
- * お父さん 呼んで手渡す ゴミ袋

川柳チャレンジの3ポイント

- * 他人の真似をする
- * たくさん作る
- * 比喩を身につける

（4）令和になってから、コロナの影響で大勢が参加しての会議等ができない状況の中で、臼田文化センターで大河ドラマの『青天を衝け』についての企画展が開催されました。渋沢栄一の佐久市との関りや、ドラマの中では見聞きできない話（栄一は三男）や展示品の藍玉。また、貴重な栄一の署名が残る藍玉通帳、藍染の羽織などを見ることができました。会員はコロナ禍で人数制限により10人しか見学できませんでしたが、貴重な勉強をさせていただきました。

5 会員増強について

老人クラブからシルバークラブへの名称変更を提案したとき、指導的役割を担っている各班担当班長が「老人クラブのイメージがよくない」と言うことで、シルバークラブに変更した事が会員拡大につなげることが出来ました。

令和3年度における加入促進活動のカギは、会員一人一人が加入促進目標を自分のものとして考え、行動した結果が、会員増強に繋がったと思っています。

6 課題と今後の活動について

(1) 問題点

- ・ 役員のできる後継者を育てる
- ・ 加入者を増やすには、どんな事業が必要か（スマホ・パソコン教室）
- ・ 多くの会員に参加してもらうにはどうしたらよいか（場所・送迎）
- ・ 講習会内容のマンネリ化（いつも同じ講師にお願いしてないか）
- ・ 事業内容が一部会員のものになっていないか

(2) 今後の対応

- ・ 「活動のマンネリ化」

独創性や新鮮度を失っているのでは新会員が入らないのか？

- ・ 「型にはまった事業」

運動・カラオケ・地域交流などにとらわれていないか

- ・ 「老人とは」

年齢を重ねて、少しずつ子供に還ることではないか

（孫と遊ぶのは楽しく疲れない）

- ・ 「役員」

型どおりの事業を毎年やっていけば煩わしくないが、役員としては負担を感じる人が多い。役員もクラブ活動も苦勞を感じずに継続するためには、“居心地の良い”人の集まれる“世間話”のできる居場所が、老人会の大事な目的ではないかと考えています。

- ・ 「初心に帰る」

昭和初期の老人クラブの共通目的は『高齢者がつどい生きがいを高めること』にありました。孤独に陥りがちな高齢者たちの親睦の場として『老後の幸せは自らの手で開こう』とする先覚者たちによってスタートしました。今年は今までの反省とともに、みんなでお茶でも飲みながら、先人の思いを継承できる組織作りをします。

- ・ 「人生 100 年時代」

後ろを見ない、これから先だけを見る。民間人でも宇宙に行ける時代です。ガガーリンは『地球は青かった』と言っていたが、20年後30年後の地球は何色になっているか。70歳、80歳で疲れたなどと言っていられない。夢を持ちましょう



千 曲 市

志 川 楽 生 学 園

1 地域の概況

私たちの志川楽生学園のある千曲市志川区は、市役所のある市の中心から中央を流れる千曲川（川幅 400m）の左岸（西部地区）の八幡地域にあります。

この地域にある姨捨は素晴らしい景勝の地として、また月見の地として、古くから俳人・歌人の憧れの地でありました。

また、JR の車窓から眺める善光寺平の夜景も有名であります。この姨捨を中心とする文化遺産 29 か所をまとめて、令和 2 年に文化庁の日本遺産の認定を受けております。

私たち志川区は、今から 50 年ほど前に大規模な住宅団地ができ、それまで 100 戸ほどの区が 500 戸に膨らんだ区であります。その団地も現在は高齢者のみの世帯が多くなってきております。

志川区の人口は、令和 3 年度 1214 人、戸数 507 戸、人口・戸数ともここ数年微増であります。65 歳以上は 451 人で、高齢化率は 37.1% となっております、ここ数年横ばいでありまして、ここ数年横ばいでありまして。



姨捨の棚田

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率%) |
|-------|-----------|------|-----|---------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和2年度 | 42人 | 19人 | 61人 | 92% |
| 令和3年度 | 40人 | 18人 | 58人 | 90% |
| 令和4年度 | 40人 | 118人 | 58人 | 89% |

(2) クラブの運営

私たちの会の名称は「志川楽生学園」と称します。令和4年度の会員数は58名 男性40名、女性18名の構成です。クラブ組織は7班に分かれ、この班長と三役・顧問・監査で役員を構成しています。総会は4月に開催し、必要に応じ臨時総会を開催します。

役員会は、定例役員会として偶数月の第1（木）に開催し、翌月・翌々月の活動計画を協議します。その他必要に応じ開催します。役員会の協議結果や、翌月以降の活動計画を、班長を通して全会員に「おしらせ」として配布しています。

クラブの運営は、市からの補助金と千曲市老人クラブ連合会、区からの補助金と会員1人1,000円の会費で運営しています。

3 自治区（町会）との関係

私たちのクラブは、区から補助金いただいております。事業計画の概要は、区の総会に提出し承認を受けて活動しています。自治会活動保険の対象にする意味もあります。会の運営・活動は、区から独立し運営しています。



寺院の山門や境内の草取り清掃

区のいきいきサロン会の活動

も一緒に取り組むことになっており、

サロンの会長は私たち志川楽生学園の副会長になることとなっております。

また、公民館内外の清掃、夏祭り、人権教育研修会など、区の活動にも共催し参加しています。

4 活動（事業）の取組状況（昨年実績）

私たち志川楽生学園の活動の特徴は、健康づくりと交流を兼ね備えた、マレットゴルフ・ゲートボール・カラオケ・日帰り温泉旅行・清掃活動・ウォーキングなどの活動が主なものです。

（1）社会奉仕活動

ア 区的安全協力委員会と合同で日程を割り振りし、小学生の登下校時の見守り活動を行っています。

イ 公民館及び周辺の清掃活動 役員会の都度と年1回全会員で行っています。

ウ 地区内の寺院の山門や境内の草取り清掃を年2回全会員で朝6時から1時間30分くらいかけて行っています。夏場の暑い時期には、水分補給をしながら行っています。

（2）友愛活動

一人暮らしの会員の中で、75歳と88歳の米寿の会員のお宅を役員が訪問し、生活のお困りごとがないかお話をしたり、「お祝い品」をお渡し、長寿のお祝いの言葉を申し上げます。



小学生の登下校時の見守り活動



日帰り温泉旅行での懇親会

（3）ふれあい交流会

日帰り温泉旅行を年2回開催しています。毎回20名ほど参加しています。ホテルのマイクロバス送迎で、ホテルに到着後、市の現状や、区の取り組みなどの研修や入浴、昼食を兼ねた懇親会、カラオケなどで楽しい1日を過ごします。

(4) マレットゴルフ

全会員を対象に年2回の大会を行っています。初心者がいる場合は、ベテランが指導しながら行っています。終了後、豪華景品の表彰式を行っています。また、普段は、体育部長が愛好者に呼びかけ年間を通して練習をしています。



マレットゴルフ大会の様子

(5) ゲートボール

愛好者は少ないですが、年間を通して練習に励んでいる会員もいます。クラブとしては上部団体で開催する年1回の大会に参加しています。

(6) サロン会 (いきいきサロン会と共同活動)

毎月10日に「サロン会」を開き健康のお話や、軽いストレッチ体操、脳トレ、カラオケ、お茶会などで楽しい一日を過ごしています。さらに、区内に蕎麦打ち愛好者の会があり、当クラブの会員も加入しているので、いきいきサロン会と一緒に年1~2回ほど試食会を行っています。



蕎麦打ち愛好者の会による試食会

(7) 新年会

前段に講演会または、会員の趣味の発表などを行った後に、交流懇親会を行っています。

5 会員増強について

私たち志川楽生学園では、会員増強対策として、知人、友人、隣近所に入会の誘い・声掛けを積極的に実施しましたところ、昨年の勧誘の呼びかけ時は男性3人、女性5人ほど入会に前向きな方がおりました。しかし、最終的に加入された方は2名でした。

6 課題と今後の活動について

私たちのクラブでは、高齢者が増えているにもかかわらず、会員数は、減少が続いています。入会者が少ない中、高齢のため大会やお亡くなりになる会員が多いためです。

また、会員といっても、健康上の問題から活動に参加できない方々もおり、活動できる会員は限られています。クラブの会員は90歳代1人、80歳代28人、70歳代23人（内12人は78歳以上）、60歳代は5人でごく少数ですが、最近では70歳くらいまで現役で働いている方が多く、なかなか難しい状況です。

昨年、元気で時間的に余裕がある方々に入会を勧めたところ、男性3人、女性5人ほど入会に前向きな方がおりましたが、改めて2月に入会申込書をもってお伺いしたところ、入会されたのは男性1名・女性1名で、他の人は、まだ入会はやめておくという事がありました。

理由を聞くと、「若いうちに入ると役を頼まれるので」という事でした。事実、私たちのクラブでも、年齢、人格についても適任者がいたのに、会長をお願いに行ったら「退会する」といって、やめてしまった。ということで、私のところへ話が来た。という経緯もあります。

このような現状の中、本年度は、クラブに加入して魅力を感じる内容にしていくために、新たに会員の趣味の作品発表や展示、交流会、カラオケ、蕎麦の試食、講演会などを内容とした、ミニ学園祭を開催し、一般区民にも見学いただくよう考えています。また、ウォーキングなどは、各個人でそれぞれ独自にやっている方がいるので、クラブとして神社・寺院などの史跡巡りや里山など、それぞれのレベルに合わせた活動をやっていきたいと思っています。



ゴルフ同好会



神社・寺院などの史跡巡り



伊那市

坂下本町シニアクラブ

1 地域の概況

私たち坂下本町シニアクラブのある伊那市は、東に南アルプス、西には中央アルプスで、中央を流れる天竜川や三峰川で伊那谷特有の美しい景観を創り出している地域です。

伊那市の高齢化率は 31.7% で、中山間地域では 50% を超えているところもあります。伊那市高齢者クラブ連合会は 50 の単位クラブ会員数 2300 余名の組織です。

その中の坂下区は市の中央に位置し、国道 153 号線と国道 361 号線が交差し、伊那の商業発祥の地と言われ、昔から商店街飲食店も多く繁栄した地域です。

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率) |
|---------|-----------|------|------|--------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和 2 年度 | 24 人 | 38 人 | 62 人 | |
| 令和 3 年度 | 25 人 | 37 人 | 62 人 | |
| 令和 4 年度 | 25 人 | 38 人 | 63 人 | |

(2) クラブの運営

昨年までの坂下高齢者クラブは、第 1、第 2、第 3 の三つのクラブでしたが、本年度より町内名を入れて、私たちのクラブの第 2 クラブは本町シニアクラブに変更しました。

現在、本町は 84 軒で、会員 63 人で活動しています。男性 25 人、女性 38 人。80 歳代が半数以上です。年会費一人 1,000 円と市・区の補助金等で賄っています。

3 自治区（町会）との関係

4 月に通常総会、予算、事業計画の審議。来賓に区長・社協・民生委員さんにご出席いただきコミュニケーションをとっております。

区の事業に積極的に参加協力しております。

4 活動（事業）の取組状況

(1) 健康活動

ア 春・秋のマレットゴルフ大会
（連合会）

我クラブでは、マレットゴルフクラブで月1回会場を変えて楽しんでいます。

イ 歩け歩けを約2キロのウォーキング（5月）

ウ ボッチャ競技 器具備品を購入

エ フレイル予防の脳いきいき教室（社協）月2回

(2) 友愛活動

ア 寝たきりの会員のお見舞い

イ 白寿・百歳賀寿

ウ 友愛募金

エ ウエスの回収

オ 会員訃報には出棺時に多くの人でお見送りに参列し、告別式に弔辞を手向けます。

(3) 春・秋の温泉旅行

皆さん楽しみにしています。

(4) 奉仕活動

ア 花いっぱい運動

マリーゴールド 300本を花壇・
国道の植込み等に植栽

イ 神社、伊那市の史跡『坂下の
辻』の石碑（伊那街道と権平街
道の交叉点）清掃

ウ 国道の横断地下道の清掃

エ 小学生の登下校時の見守り活動



ポールウォーキング



マリーゴールド 300本の植栽



小学生の登下校時の見守り活動



(5) その他

- ア 3区（山寺区、御園区）の交流会（7単位クラブ）は38年続いており、親交を深めています。
- イ テーマソング『大樹のように』は会議の折に合唱します。
- ウ コロナウィルス感染症の対策でマスクを会員に配布しました。

5 会員増強について

役員例会で名前をリストアップして勧誘。なかなか則入会できない時は来年入会の約束をお願いしています。



神社の草刈り



大正琴の練習風景



駒ヶ根市

上穂町シニアクラブ三和会

1 地域の概況

「上穂町区」は、駒ヶ根市のほぼ中心に位置し、古くから「三州街道」或いは「伊那街道」と呼ばれた現在の国道 153 号線沿いの西側に南北約 4 km、東西約 500m の細長い地域です。

駒ヶ根市は、昭和 29 年に市となり、現在、県下 18 ある市の中では人口の少ない方から数えて 3 番目くらいに位置しています。

駒ヶ根市高齢者クラブ連合会は、市内に 16 ある区の内 12 区がそれぞれに単位クラブを組織した連合体です。「三和会」を組織している上穂町区は、区民登録約 500 世帯・1500 人程度で、5 町内から成り立っていますが、アパート等の居住者はほとんど区民登録をしてい頂けない状況で、市の人口統計で見ても区民登録の把握率は 60% を割り込んでます。これは、多分どこの地区におきましても同じような状況ではないかと思われます。「三和会」つまり、前年度までの「老春会」は、所属会員が平均で 95 名程度、平均年齢 80 歳前後で、こうしたことも会の名称変更への動機となっています。

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率%) |
|---------|-----------|------|------|---------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和 2 年度 | 51 人 | 48 人 | 99 人 | % |
| 令和 3 年度 | 55 人 | 40 人 | 95 人 | % |
| 令和 4 年度 | 57 人 | 37 人 | 94 人 | % |

(2) クラブの運営

私どもの「上穂町シニアクラブ三和会」は昭和 43 年に発足。本年 4 月 1 日に「上穂町高齢者クラブ老春会」から名称を変更したクラブです。「高齢者クラブ」を「シニアクラブ」に、「老春会」を「三和会」に変更しました。所属会員が平均 95 名程度。平均年齢 80 歳前後といったことも名称変更への動機となっています。

3 自治区（町会）との関係

4 活動（事業）の取組状況

（1）朝夕の見守り活動

私共上穂町区は、赤穂小学校の校区でありまして、子供達への朝夕の見守り活動、声かけ活動等を、日常生活の場で行っております。こうした活動に対して、校長先生が定期的にお見えになり、お礼のご挨拶をいただいております。



お花の植え付け作業

（2）社会奉仕活動

社会奉仕活動の一環として、「旧・上穂村」の総鎮守である「大宮五十鈴神社」の境内清掃を、5耕地が毎月交代で行っています。



区の公民分館主催の注連縄づくり参加協力

（3）社会参加活動

地域への社会参加活動として、区の公民分館主催の年末恒例行事：注連縄づくりへ参加、協力しています。コロナ以前は、餅つき、食事会等、老若男女大勢参加しての一大イベントでしたが、この2年は寂しい催しでした。今年こそは、と期待しています。

（4）コロナ感染予防対策

当会としての活動では、公式・非公式、屋外・屋内問わず、活動前には必ず検温・体調確認を行い、それを記録に残しています。お陰様で、これまで会員のコロナ感染の情報は聞いていません。

（5）長寿祝金の贈呈

前年に会則を改正し、それまで無かった「慶弔」の『慶』への祝金の項を付け加え、4月1日に初適用として、95歳以上のお二人に『長寿祝金』を贈呈致しました。

(6) 物故会員慰霊法要

例年、盆前に「前年度逝去」された物故会員のご親族様をお招きし、区内にある「安楽寺」本堂において、『物故会員慰霊法要』を盛大に営んでおります。

(7) 健康づくり教室

ア 第1回 5月13日開催・会員32名参加

音楽療法士を招き、「トーンチャイムを使っての頭と身体を動かす」楽しい健康づくり教室を開催。

イ 第2回 9月17日開催・会員40名参加

駒ヶ根市・地域包括支援センターの保健師を招き、「認知症の理解と予防」について、楽しく、ためになる講和を拝聴。

ウ 第3回 10月15日開催・会員25名参加

旧上穂村総鎮守の大宮五十鈴神社宮司にお願いし、「神道の歴史から見た疫病」と題して、「先祖が疫病に打ち勝って来たから、今の皆さんが生きている」と、ご先祖様と今の自分の健康に感謝する、貴重な講話を拝聴。

エ 第4回 11月12日開催・会員43名参加

赤穂公民館の前館長をお招きしての、「コロナ禍において高齢者が心身共に健康で暮らすため」の、ウイットに富み、含蓄のある講話を拝聴。

オ 第5・6回 11月30日、
12月14日開催 延べ参加
会員39名 冬季間の軽ス
ポーツとして「ボッチャ」
を取り入れるべく、市社協
の担当コーディネーターに
依頼し「ボッチャ普及講習
会」を開催。

活動は、笑顔で。参加意
欲を掻き立てるには、「楽
しく」が、絶対条件だと思います。

活動は、全員笑顔で、ワイワイガヤガヤと。そんな活動の状況を、毎回、一人ひとり写真撮影し、ベストショットを即日、遅くと翌日までにはお届けしました。勿論、終了後には、集合写真を撮り、これも一緒にお届けしました。皆さん、素晴らしい笑顔・笑顔で、内心、写真の届くのを心待ちにしているのがよくわかり、張り合いがあります。



ボッチャ普及講習会



(8) 作品展

7月初旬開催された「市高連・作品展」には、15名・49点が出展してくれました。また、これを見た「上穂町区」は、区として独自に文化祭を開催して展示したいとの申し入れがあり、8月上旬、竣工になったばかりの「赤穂公民館」ロビーでの開催にも協力しました。

【会の名称変更の経緯等】

- ◎ 県連合会の名称変更が当会の名称変更検討のきっかけ
- ◎ 潜在的な名称変更への必要性
 - 「高齢者クラブ」「老春会」を冠する会では新規加入を勧めても「今更・・・『高齢者』や『老』の付く会へは入りたくない」と加入拒否の理由とされることが多い現実
- ◎ 「高齢者クラブ」については、異論無く「シニアクラブ」へ
- ◎ 愛称については、広く全会員から募集 ➡ 14件の応募
 - ①三役会で検討 ②歴代会長・女性部長等へ三役会案を諮問
 - ③臨時総会付議予定 ↔ ④コロナ感染拡大により総会中止
 - ⑤前年度改正した会則を適用して、名称変更を決定
 - (∴ = 総会開催不能のときは三役会決議を総会決議に代える)





飯 田 市

名 古 熊 悠 悠 ク ラ ブ

1 地域の概況

中央道飯田インターの東側、国道 153 号線沿線の集落で、従来、果樹、稲作、養蚕、など農業地域でしたが、平成 4 年国道 153 号線のバイパス開通により状況が一変しました。それまでは、350 世帯・人口 1250 人程の農家の集まりで、高齢者クラブ会員も農業者同志の集まりの集団でした。バイパスの開通により市立病院が新設、高校が 2 校、また多くの大型店舗の出店、マンションの建設などが相次ぎ、地域が一大商業集積地に変貌しました。現在は戸数 765 戸、人口 1,879 人(令和 3 年 9 月)で戸数は 2 倍、人口は 1.5 倍と急増しました。

住民の職業も様々に多様化し、所謂都市化しつつあると言えます。地域との連帯感も従来と様相が変化してきました。

このような変貌に対応するため、地域で平成 7 年には県の景観基本条例の制度のもと「名古熊景観形成住民協定」を作り、知事認定を頂き現在も活動中です。

急激に変化する地域の状況のもと当地区の高齢者クラブは平成 26 年度に組織の立て直しを計って現在にいたっています。役員体制、事業内容等を再検討してきました。現在は予定通り事業が遂行出来るようになり、充実しているのではと感じています。

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率) |
|---------|-----------|------|------|--------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和 2 年度 | 42 人 | 52 人 | 94 人 | % |
| 令和 3 年度 | 44 人 | 53 人 | 97 人 | % |
| 令和 4 年度 | 43 人 | 46 人 | 89 人 | % |

(2) クラブの運営

組織は、総務、組織強化、企画旅行、奉仕、保健体育、女性、寿の 7 部編成。定期総会は、年 1 回（毎年 3 月 28 日実施 35～40 名参加）。総務事業としては、毎月 1 日に月例会。役員会は随時開催している。

年会費は 1,200 円(ただし 88 歳以上は準会員になり会費無料、他は会員と同等)。他に事業によっては、参加者負担を都度事業ごとに必要経費として徴収している。

3 自治区（町会）との関係

名古屋区とは、区の事業に積極参加をモットーに、関連事業には会員に参加の呼びかけを奨励。区の事業の一部をクラブが共催の形式で会員参加を行っている。

「子供を育む会」の稲井恰好教室事業の七夕まつり（7 月）と、おやすづくり（12 月）には子供たちに作り方を指導、行事参加を通じて事業に参画している。

クラブの定期総会には、区長及び地区の民生委員を来賓として迎え、クラブの理解と助言を仰いでいる。また、自治会からは年間助成金をいただき運営資金の一部としている。

自治会主催の祭典をはじめ、お観音様、お釈迦様、島津様の祭典の準備を、責任を持っていきます。

また、育成会への協力として、正月飾りおやすづくり等を行ったりしています。それに合わせて、先ほど紹介した「大杉」のしめ縄づくりも行い奉納しています。

4 活動（事業）の取組状況

(1) 奉仕活動

毎月 1 日 公民館周辺の道路清掃、神社境内清掃、花壇整備を行っている。月例会を同時に開催し、都度事業報告、今後の予定、協議事項の検討を行っている。

(2) 友愛活動

毎年 12 月に会員物故者の慰霊法要を地元の運松寺で実施

(3) 交流活動

- ・ 納涼会、忘年会、
- ・ 世代間交流 区の事業に参加
七夕まつり、おやすづくりに協力参加

(4) 研修会・学習会事業

- ・ 研修旅行、懇親会(日帰り)を毎年実施
- ・ 防火講習(消防署より講師招き)
- ・ 交通安全、防犯講習(警察交番より講師招き)



世代間交流の七夕まつりに協力参加

- ・ 環境学習(内部会員講師)
- ・ 環境施設見学会(市内施設)の実施

(5) 健康増進・スポーツ事業

- ・ マレットゴルフ大会
- ・ グランドゴルフ大会
- ・ 囲碁ボール
- ・ ペタンク
- ・ 吹き矢
- ・ けん玉練習等を開催



吹き矢大会の様子

(6) 広報活動

ア クラブ便り発行(年4回)全会員に配布の他区民に回覧を区に依頼実施
クラブ事業の掲載、会員の趣味、文化、芸能などの活動を紹介

イ アルバム制作:年間1冊作成 現在7冊発刊、8冊目進行中
会員勧誘の手段として新会員勧誘時には予定者に届けている



年4回クラブ便り発行/年間1冊アルバム制作

5 会員増強について

課題として、会員の減少化がしつつあることです。自然減を維持するだけの新会員が出来ない現状に苦心しています。クラブ便り等を勧誘に使用したり、地域区民に回覧したりして、啓蒙策を施してはいますが、加入者の増加に繋がっていない現状です。

6 課題と今後の活動について

課題は会員が減少しつつあること。自然減を維持するだけの新会員が出来ない現状に苦心している。クラブ便り等を勧誘に使用したり、地域区民に回覧したりして啓蒙策を施してはいるが、加入者の増加に繋がっていないのが現状。

(1) 役員のなり手不足を防止するように活動状況を欠席者に知らせ、参加意欲の維持、向上を目指している。

(2) 会員の自然減少と新規加入者の減少化が始まっている。

(未加入者が増化傾向)

| | 令和元年度 | 令和2年度 | 令和3年度 | 令和4年度 |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 新規加入者 | 4名 | 7名 | 9名 | 2名 |
| 退会者 | 5名 | 9名 | 4名 | 6名 |
| 増減 | 1名減 | 2名減 | 5名増 | 4名減 |

(3) 現在のクラブ活動は以前に比して改善、向上したように受け止めていますが、事業の参加メンバーは固定化しており、増加するよう役員一同努力しているが、効果が表れない現況に苦心しているが、活動も活発になり少しずつ効果が出始めてきた。

平成26年から取り組み、クラブの改革がなされて8年になり、事業内容、役員構成等が軌道に乗ってきたと感じています。今後はこの維持、継続を図るよう努力したい。



交通安全祈願 名古熊神社正面



納涼会 焼肉大会



囲碁ボール大会



板 場 槻 の 木 会

1 地域の概況

「槻の木会」のある四賀地区は、松本市街地から北へ15km、総面積km²、四方山に囲まれた盆地です。人口も4,200人を割り、高齢化率も45%近く、若者が減っているのが現状です。



福寿草団地や、松茸、クジラの化石など有名ですが、最近では、四賀球場ができ、高校野球や、女子野球の発展のために期待されています。

山紫水明、空気がきれい、水がうまい、静かで住みやすい・・・等々



四賀球場から会田富士「虚空蔵山」を臨む

元気なお年寄りが多く、色々なことをとり上げてやっていますが、若者が定住できる環境づくりも、取り組んでいかなければいけないと思っています。

最近、古民家の人気が出て、四賀へ移住してくる人も居て、四賀の良さが少しずつ注目されてきました。

四賀の良い所をもっと知ってもらい、四賀のイメージをよくしていくことも大切な我々の使命かと思えます。

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区 分 | 会 員 数 (人) | | | 備 考 (加入率) |
|-------|-----------|-----|-----|--------------|
| | 男 性 | 女 性 | 合 計 | |
| 令和2年度 | 15人 | 10人 | 25人 | % |
| 令和3年度 | 15人 | 10人 | 25人 | % |
| 令和4年度 | 15人 | 10人 | 25人 | % |

(2) クラブの運営

現在の会員は25名で、男性15名、女性10名です。希望者だけの入会となっており、入会率30%未満と低いですが、女性の会員が増えてきました。

槻の木会は昭和42年4月に発足しました。町会のよりどころの地元神社に櫨（けやき）の大木があったことから、櫨の古名を取って「槻の木会」（ツキノキカイ）と名付けられました。少数名だけに、何事もチームワークよく取り組んでいるのが利点といえます。

会費は、年間1,000円、町会からの20,000円の補助と市の補助金で運営しています。事業によっては、弁当代等を徴収して不足分を補っています。

3 自治区（町会）との関係

槻の木会は、町会公民館からの補助をいただいていますので、年間の会計報告はしていますが、事業は独立して行っています。

町会公民館事業も、参加者は槻の木会員が多いので、共催の事業も多く、町会の事業でも槻の木会が欠かせない存在となっています。

活動費だけでなく、会員確保の面でも町会活動と一体的になることで、相互にメリットを引き出すことができている。

4 活動（事業）の取組状況

(1) 三九郎の手伝い 1月

こども、親達だけではできないところ（組み立て、材料用意など）をアドバイスしたり、手伝っています。最近は、親子で作り方も覚え、ほとんど手を出さなくても、作れるようになりました。



みんなで作った立派な三九郎

(2) 桜並木の草刈り 5月

板場町会の県道沿いに、桜が20本ほど植えられています。かつて、板場青年会が発足した時に、記念に植えられたもので、かれこれ40年は経っています。ここの管理は、槻の木会が年に2~3回行っています。草刈り、花壇の手入れが主な作業です。

(3) 四賀高齢者クラブ連合会ゲートボール・ペタンク大会参加 6月

最近は、ゲートボールをやる人が少なくなり、梶の木会でも、ペタンクだけになりました。3チーム位参加し、毎回上位の成績を収めています。この大会でよい成績を収めると、松本市高齢者クラブの大会へも参加できることから、「ドームをめざせ」を合言葉に、張り切っています。



(4) 親睦旅行 7月

会員の親睦と、交流を計るため、県内へ一泊旅行をやっています。現地では、マレットゴルフや、ニュースポーツを楽しんで、親交を深めています。

(5) ペタンク交流大会 8月

夏の暑い時期、地元のお宮の横に、いつでも使える町会の運動広場があり、そこで恒例となった「ペタンク交流大会」を開催します。会員がほとんど参加、6チームでき、3試合ずつやって、お昼は涼しい前宮で交流を兼ねて親睦会です。

(6) 諏訪社例大祭 飾りつけ 9月

毎年、地元の神社のお祭りに合わせ、神社の入り口に15個位の灯籠や、人形、キャラクターを飾り、祭りをにぎやかにして、盛り上げています。祭りに来た人からも「こりゃ、にやかくていい」と、好評です



(7) ふれあい健康教室 10月

農閑期になりこの時期に公民館と共催で、会員の健康をチェックしています。血圧を計ったり、健康体操をしたり、保健師さんから注意点などのお話を聞いて、健康に関心を持つようにしています。参加者を多くするため、この日は「落語を楽しむ会」も併せて開催しました。

(8) 収穫祝い 11月

農作業も一段落すると、収穫祝いです。特に、蕎麦は皆が好きなので慰労会を兼ねて、蕎麦を囲み、会員の親交を深めています。蕎麦を打つのも、会員のメンバー。上々の出来に舌つつみを打ち、話も弾みます。

(9) 道祖神しめ縄づくり

飾りつけ 12月

町会内に、8体の道祖神があります。毎年暮れが近づく半ばころは、道祖神に飾る松飾、しめ縄、幣束などを作り、25日頃飾り付けます。公民館に集まり、雑談をしながら作る、楽しいひと時です。



手作りの松飾、しめ縄、幣束で美しく飾られた道祖神

5 会員増強について

今、会員の確保が大きな悩みです。『役員がまわって来るからいやだ』『まだ勤めで忙しいから入会できない』『「老人」というイメージが強い』等々…。こういった理由で、断られることが多いです。入会が自由になっているので、仕方ありませんが、魅力ある会にして一人でも会員を増やせるように、働きかけていこうと思っています。

6 課題と今後の活動について

会員が楽しく、無理をしないのでできる事業、特にスポーツでは、参加し易いことを、重点に行っています。現在は、70歳くらいまで現役で働く人も増え、なかなか入会する人がいません。会員の要望を聞き、より魅力のある、

「槻の木会」にして行くことで、自然と人が集まってくるようにしたいと思います。町会の役員を卒業した人を中心に勧誘し、結果、人と人との繋がりが深まっ



落語を楽しむ会

ていけたらと思っています。スポーツで汗を流すことは健康の維持のため・・・と、今後も続けていきたい活動です。



大町市

堀六日町シニア百寿会

1 地域の概況

大町市堀六日町は北アルプスの麓、大町市の中心の一画に位置し、JR信濃大町駅より白馬方面に行く通称本通りと、国道148号バイパスの間に位置し大町消防署から東100mのところにある公民館があり、活動の拠点となっております。

徒歩数分内に3軒の開業医、10分圏内には銀行・小学校・病院・郵便局・信濃大町駅・高等学校があり、生活には便利な環境にあります。

堀六日町自治会の加入者は令和3年12月末で66戸、178人と小さな町です。65歳以上が87名(49%)、未成年25名(14%)と少子高齢化が進んでいます。

このような小さな町ですが、170年余の歴史を引継ぎ継承している舞台があります。

「大町の夏祭り」若一王子神社の祭典には大町地区六台の中の一台で、からくりキツネがあり子供たちには人気の舞台です。



冬の大町市の全景

2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区分 | 会員数（人） | | | 備考 (加入率%) |
|-------|--------|-----|-----|--------------|
| | 男性 | 女性 | 合計 | |
| 令和2年度 | 30人 | 43人 | 73人 | 84.9% |
| 令和3年度 | 30人 | 41人 | 71人 | 81.6% |
| 令和4年度 | 27人 | 41人 | 68人 | 78.1% |

(2) クラブの運営

堀六日町シニア百寿会は昭和 34 年 1 月に老人クラブとして発足しました。当初は交流活動を中心に毎月誕生会の開催等交流の場を広めてきました。その後、百歳を目指して元気で頑張ろうと老人クラブ百寿会、平成 27 年 4 月シニア百寿会となりました。

会の組織は 7 班あり、三役と班長 7 名、体育、文化、婦人の各担当と監事 2 名で役員を構成しています。

会の運営は自治会より活動交付金と市からの補助金と年会費一人 1,000 円で運営しています。

3 自治区（町会）との関係

私たちの会は（町会）から活動交付金をいただいておりますが、運営・活動は独立しております。自治会より協力依頼がある春・秋のあいさつ運動、交通安全週間の小中学校の登下校時の見守り活動、三世代交流のしめ縄作り講習会、2 年間中止の夏祭り舞台巡業に協力しています。

4 活動（事業）の取組状況

百寿会の目的でもある、皆さんが安心して健康で暮らせ、お互いに助け合い支え合いながら、活力ある地域作りに貢献できる活動を行いました。

(1) 社会奉仕活動

ア 国道 148 号バイパス歩道清掃

クラブ発足以来、年 3~5 回実施
草取・生垣の剪定を 6 月 20 日、
7 月 20 日、9 月 20 日の
3 回実施。延べ 34 名参加

イ 婦人部福祉施設ボランティア活動

12 月 6 日大町福祉センター実施

ウ 一人暮らし会員の安否確認

正月飾りを 12 月 20 日に配布

(2) 健康増進事業（介護予防）



社会奉仕活動の国道清掃

ア 健康体操 平成 24 年頃より継続

ストレッチ体操、椅子やタオル・ボールを使っの軽い運動唱歌や歌謡曲の合唱、歌体操など 4、6、5、11、12 月の 6 日と 16 日に実施

イ 複合体操教室 市役所包括支援センター指導にて導入

7~10 月の毎週 1 回、全 12 回延べ 115 名参加

フィットネスクラブ、インストラクター……ストレッチ・筋肉トレーニング

栄養士……栄養講話

保健師……体力測定、アドバイス

教室担当……脳トレーニング、歌体操（365 歩のマーチ）新聞紙パズル

ゲーム（ボッチャ、お手玉、ビー玉の箸拾い）

ウ 連合会体育事業への参加

ノルディックウォーキング

（4~11 月）

松本山雅健康教室（6~12 月）

全 10 回 延べ 42 名参加

マレットゴルフ大会（10/1）

5 名参加

ノルディックスキー

（1~3 月）



市役所包括支援センターにて複合体操教室

(3) 生きがづくり事業

正月行事どんど焼き（三九郎）

実施：1/8 開催

準備：11 月中旬会場草刈り、

12/12 檣組立 10 名、

1/7 会場除雪

(4) あいさつ運動、交通安全

(5) 春・秋の運動週間に参加



生きがづくり事業の三九郎

5 会員増強について

60 歳からが対象ですが、仕事を

している人が多く時間が取れないなど、断られることが多いですが、名簿を作成し班長を中心に班内の未加入者に依頼をしたり、自治会及び公民館行事等、集まる機会を利用して勧誘活動を行います。



どんど焼きの振る舞い

6 課題と今後の活動について

今回発表しました活動内容は歴代会長のリーダーシップと各役員、会員の協力のたまものです。

一年ごとに高齢化と健康上の理由から活動できる会員が限られており、自治会の役員も意思疎通を図り、また退職者の方々に勧誘活動を行い増員に努めると共に協力をお願いしている。小地域ネットワークの六寿会とも手を取り合い、百寿会の活動が継続してできるように頑張っ



春・秋のあいさつ運動

ていきたいと思えます。開通した県道の歩道の側面の植樹帯の手入れや除草等の新しい活動についても、関係の皆さんと検討していきたい。

と、考えています。



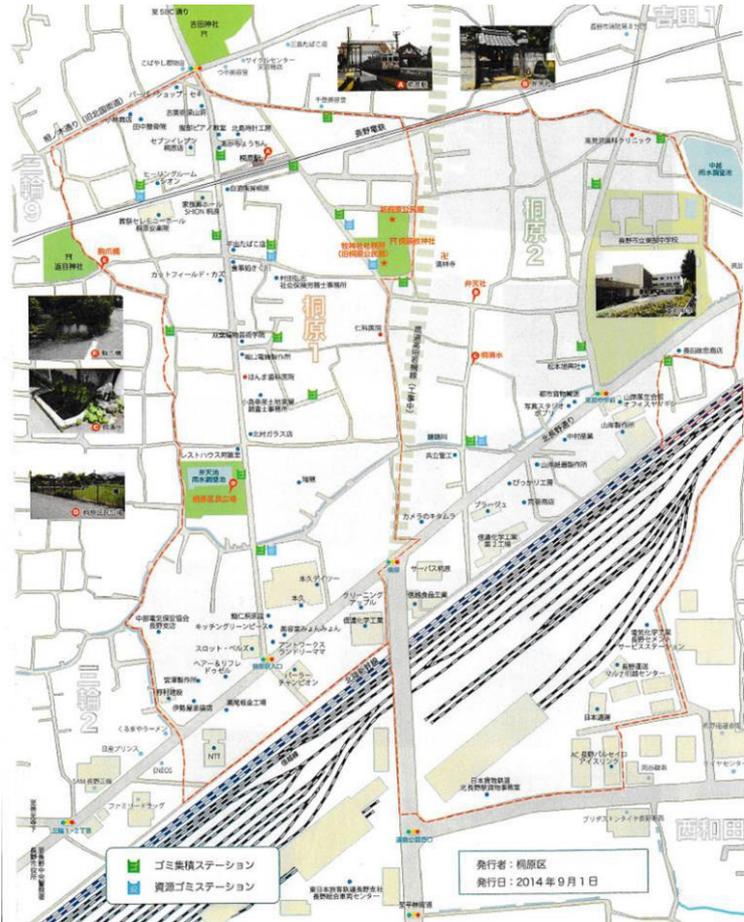
長野市

桐原和楽会

1 地域の概況

桐原区の北側に長野電鉄長野線が通っており「桐原駅」があります。令和3年3月、区内の中央に道路幅25mの県道が開通しました。この県道の開通により区的环境と車の流れが大きく変わりほぼ住宅地になりました。人口は1,788人777戸です。

桐原には、江戸時代から続いている伝統行事があります。それは、3月8日に執り行われる桐原牧神社の春季例大祭（通称「わら駒祭り」）です。この祭りの様子は、テレビや新聞で報道されます。わら駒を求めて市内外から多くの参拝者で賑わいます。



2 シニアクラブ（単位クラブ）の状況

(1) 会員数等

| 区分 | 会員数（人） | | | 備考 （加入率％） |
|-------|--------|-----|------|--------------|
| | 男性 | 女性 | 合計 | |
| 令和2年度 | 63人 | 43人 | 106人 | ％ |
| 令和3年度 | 61人 | 54人 | 115人 | ％ |
| 令和4年度 | 60人 | 52人 | 112人 | ％ |

(2) クラブの運営

今年度の会員数は、112名（男子60名・女子52名）です。会の組織は、会長、副会長3名、班長8名、顧問（前会長）、監事2名で構成しています。

（役員任期は2年とし重任を妨げない。となっています。）

毎月第4月曜日に定例役員会を実施しています。班長（8名）は各班内の会員宅に配布物を届けたり、訪問活動をして会員との連絡・交流活動をしています。

運営経費は、年会費（1,000円）と市・区からの補助金と物資の斡旋手数料等でまかなっています。

3 自治区（町会）との関係

私たちの会は、組織的には桐原区とは独立していますが、各事業は区役員・社会福祉推進委員・民生児童委員や公民館・各種団体と協力し合って推進しています。区長はじめ区の役員の皆様には、当会の会員になっていただき、支援をいただいています。

4 活動（事業）の取組状況（昨年実績）

主な事業の見直しについてアンケートを実施（令和元年10月）しました。

主な事業についての回答結果（％）

| | 現状で良い | 見直すべき | 廃止する | 表示なし |
|--------|-------|-------|------|------|
| 定期総会 | 82% | 10% | 0 | 8 |
| 春の保養の旅 | 75% | 13% | 6 | 6 |
| 秋の保養の旅 | 42% | 27 | 23 | 8 |
| お楽しみ会 | 71% | 19 | 2 | 8 |

(1) 環境美化活動

ア 弁天池公園の草取り毎月(9、10月はビーパーで全面の除草)

イ 神社境内の清掃、除草
(7、9、12月)

ウ 公民館の当番清掃
毎月の定例役員会後

(2) 地域福祉活動

- ア お茶飲みサロン
- イ ふれあいの集い
- ウ 1人暮らし会員との交流



神社の草取り

(3) 世代間交流活動

ア 大いちょうパトロール（小学生の下校時に安全指導）

イ わら駒講習会（12月中旬）

ウ しめ縄講習会
（小学校5・6
年生対象）

(4) 健康づくり活動

ア グランドゴルフ
（毎週第2・4
月曜日午前
中）

イ 健康体操・健康
麻雀（毎週）

(5) ペタング大会



世代間交流活動わら駒講習会



お茶のみサロン

5 会員増強について

会員の増強については、サークル活動や区の諸活動等で交流しながら個別に入会をはたらきかけています。

また、隣近所の情報に詳しい班長を中心にして班内の対象者に入会の誘い声掛けをしています。

6 課題と今後の活動について

桐原和楽会の今後の活動としては

- ・「秋の保養の旅」の中止による代替え事業「紅葉サロン」の内容を、各種講演・娯楽・アトラクション等の後に茶菓による交流会の内容に変更して、「豊かな学び」と「楽しい交流」のサロンにしたい。
- ・開通した県道の歩道の側面の植樹帯の手入れや除草等の新しい活動についても、関係の皆さんと検討していきたい。と考えています。