

支 部	クラブ数	会員数
豊 科	5	291
穂 高	14	740
三 郷	8	590
堀 金	1	60
明 科	R4 年度休会	
合 計	28	1,681



第24号 2024年(令和6年)9月30日発行

発行所

安曇野市シニアクラブ連合会
安曇野市社会福祉協議会内
〒399-8205
安曇野市豊科 4160-1
TEL.0263-72-1871

発行者 中村 守良
印 刷 株式会社
ニチコミ静岡支店
TEL.054-283-5424

会長あいさつ



会 長 中村 守良

昨年9月、藤岡会長（前会長）が逝去された後、会長代行に就任。今年4月の総会で安曇野市シニアクラブ連合会、会長に選出されました。

その任務に値するかわかりませんが、恐る恐る就任を了承しました。

就任後半年間、皆さんの応援をいただき何とか活動してきました。役員の方には

多大なご迷惑をおかけしてはいますが、今後ともよろしくお願いたします。穂高支部会長も兼ねていますので、社会福祉関係、交通安全関係、他にも安曇野市関係、穂高地区関係、地区関係、アルプス花街道関係等々思ったよりもシ

ニアクラブ以外の会議、行事に出席することが多く大変な立場に混迷しています。

就任後半年が過ぎ、今までは大きな行事もなく経過してきましたが、これからはマレットゴルフ大会、作品展、芸能祭等々行事が控えています。会員の皆さまのご協力をお願いいたします。

今後は会員の減少、単体クラブの解散、支部の脱退等々直面している問題を、解決すべき問題を検討していきたいと思えます。皆さまのご協力をお願いいたします。

目 次

会長あいさつ	1
安曇野市シニアクラブ連合会の総会が行われました	2
役員・顧問の紹介	3
令和6年度安曇野市シニアクラブ連合会事業計画	4
令和6年度安曇野市シニアクラブ連合会一般会計予算書	5
市役所ロビー作品展	6・7
花いっぱい運動花壇コンクール審査結果	8・9
中信ブロック研修会	10
女性指導者研修会	11
会員文芸・編集後記	12



安曇野市シニアクラブ連合会の総会が行われました

副会長 宮島 千里

第19回安曇野市シニアクラブ連合会の総会が4月13日(土)13時30分から安曇野市豊科ふれあいホールにて開催されました。今年も縮小開催となりました。

- 表彰者は次の4名でした。
- ・豊科支部 倉科 好磨 様
 - ・穂高支部 森田 進 様
 - 赤沼れい子 様
 - 江津 武 様

です。おめでとうございます。

コロナ禍が明けたこともあり、今年から来賓の方々が見えになりました。市長 太田寛様、市議会議長 松枝功様、県議会議員 寺沢功希様と小林陽子様、市教育長 橋渡勝也様、市社協会長 小松正直様がご出席くださいました。

議事の中では、目的や役員

の定数および任務についてなどの、規約の改正がありました。また、役員の選任では、会長に中村守良さんが選任されました。規約の改正や、役員選任の詳細は、総会資料をご覧ください。令和6年度の活動にもご協力よろしくお願いたします。



会場内①



会長あいさつ



来賓の皆さま



来賓祝辞(市長)

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

令和6・7年度 安曇野市シニアクラブ連合会役員 役員・顧問の紹介



役員紹介



会場内②



議事



謝辞 (受賞者代表)



功労者表彰



顧問	監事	監事	幹事(女性部)	幹事(女性部)	幹事(女性部)	幹事(女性部・会報部)	幹事(体育部)	会計	副会長(体育部長)	副会長(女性部長・文化部長)	副会長(会長代理)	会長(会報部長)
山田 高久	山口 欣哉	降旗 勝	青柳 則子	小松 直美	中村きよ子	土屋加南子	中村 茂實	加川 千秋	古屋固四郎	勝山 孝子	宮島 千里	中村 守良
豊科	三郷	豊科	堀 金	三郷	穂 高	豊科	穂 高	穂 高	三郷	豊科	堀 金	穂 高

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

令和6年度 安曇野市シニアクラブ連合会事業計画

近年、安曇野市シニアクラブ連合会（以下「本会」という）は、各単位クラブ（以下「単会」という）の減少、また単会の構成員（以下「会員」という）の高齢化や新規会員の加入が困難な状況となり、単会の会員が大幅に減少してきております。このことから役員のなり手不足も大きな課題となってきています。本会では、こうした状況の中で、これらの課題を解決すべく「あり方検討会」を令和5年度に立ち上げ、その検討を進めてきました。しかし、こうした課題は一朝一夕に解決できるものでなく、今後も継続していかなければなりません。令和6年度の事業においては、令和5年度の検討会の検討事項を反映するとともに、課題解決に向けた検討も引き続き行います。

令和6年度、本会の事業推進にあたり、次のコンセプトに基づき実施します。

- 1 単会、支部及び本会事業について、より効率的で効果的な事業を展開し、役員の負担を軽減していきます。
- 2 本会に加入する単会の減少に歯止めをかけるため、単会及び支部の負担の軽減を図るとともに、単会の事業推進を支援します。
- 3 単会の会員の増加を図るため、会員のメリットを生み出す事業の展開とともに、会員以外の高齢者への積極的な事業参加を呼びかけます。
- 4 本会の円滑な事業推進及び組織運営を図るため、関係機関や団体（区、民生児童委員、地区社協等）との連携を図ります。
- 5 本会の意義や目的を定め、本会への関心を高めるとともに、加入しやすい組織運営及び事業推進を目指します。

月 日		内 容	場 所
10月	5日(土)	安曇野市社会福祉大会	豊科公民館
	17日(木)	市シニア連 マレットゴルフ大会 【開催地：穂高】	権現宮マレットゴルフ場
	31日(木)	第64回 県シニアクラブ大会 (県事業)	駒ヶ根市
11月	1日(金)	市シニア連 作品展 & 芸能大会 第2回実行委員会	豊科身体障害者会館
	18日(月)	市シニア連 作品展 前日準備	豊科公民館
	19日(火)～22日(金)	市シニア連 作品展	豊科公民館
	23日(土) ※勤労感謝の日	市シニア連 芸能大会	豊科公民館
12月	10日(火)	市町村シニア連会長・事務局会議 (県事業)	塩尻市
3月		会報「あづみ野の風」第25号発行	

※上記の他、市シニア連「役員会」「正副会長会」「文化部会」「会報部会」「体育部会」「あり方検討会」等を随時開催予定。 ※県シニア連：理事会、女性委員会等出席予定。

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

令和6年度 安曇野市シニアクラブ連合会 一般会計予算書

収入金額 5,436,000円

支出金額 5,436,000円

差引残額 0円 (単位 円)

【収入の部】

款 項 目	本年度予算額①	前年度予算額②	比較 (①-②)	備 考
1 会員会費	420,250	485,000	△ 64,750	250円×1,681人 前年比△259人
2 助成金	3,257,500	3,827,000	△ 569,500	
1 市助成金	2,854,500	3,080,000	△ 225,500	
1 単位クラブ活動交付金	1,124,000	1,220,000	△ 96,000	単位クラブ助成
2 会員活動交付金	840,500	970,000	△ 129,500	500円×1,681人
3 市シニアクラブ連合会助成金	240,000	240,000	0	本部事業 (会員1,000人以上)
4 特別活動事業補助金	650,000	650,000	0	作品展・芸能大会
2 社協助成金	403,000	747,000	△ 344,000	共同募金助成金
3 アルプス花街道事業	1,500,000	1,500,000	0	花いっぱい活動
4 雑収入	100,817	829	99,988	(株)ニチコミより会報誌発行手数料10万円、預金利息等817円
5 繰越金	157,433	64,171	93,262	令和5年度からの繰越金
合 計	5,436,000	5,877,000	△ 441,000	

【支出の部】

(単位 円)

款 項 目	本年度予算額①	前年度予算額②	比較 (①-②)	備 考
1 会議費	225,000	225,000	0	
1 総会費	20,000	20,000	0	4月13日(土)総会開催
2 役員費	200,000	200,000	0	会長他会議等年間旅費、理事他年間旅費、ペットボトルお茶代他
3 監査会費	5,000	5,000	0	令和7年3月末 会計監査
2 事務費	87,000	87,000	0	
1 消耗品費	30,000	30,000	0	印刷用紙、トナー代
2 印刷製本費	36,000	36,000	0	印刷代月3,000円×12ヵ月分
3 通信運搬費	21,000	21,000	0	切手・ハガキ代
3 事業費	3,070,000	3,348,000	△ 278,000	
1 市シニア連事業費	2,667,000	2,888,000	△ 221,000	
1 研修費	90,000	90,000	0	中信ブロック研修会、女性指導者研修会
2 県大会参加費	100,000	100,000	0	10月31日(木)駒ヶ根市
3 金婚慶祝費	100,000	100,000	0	金婚夕婚お祝賞状・茶筒・額縁
4 表彰費	0	0	0	
5 スポーツ大会費	80,000	80,000	0	マレットゴルフ大会
6 県シニア連負担金	147,000	168,000	△ 21,000	87円×1,681人分、100円未満切り捨て
7 会員以外の参加促進費	0	0	0	県からの奨励金支出科目
8 広報発行費	0	200,000	△ 200,000	会報年2回発行 / (株)ニチコミ
9 特別事業費【作品展 & 芸能大会】	650,000	650,000	0	豊科公民館作品展・芸能大会
10 アルプス花街道事業	1,500,000	1,500,000	0	令和6年度21クラブ参加申込
2 支部事業費【共同募金配分金】	403,000	460,000	△ 57,000	共同募金配分金を各支部へ
4 諸支出金	27,000	27,000	0	
1 交際費	10,000	10,000	0	
2 慶弔費	10,000	10,000	0	
3 雑費	7,000	7,000	0	
5 助成費 (単位クラブ活動補助)	1,964,500	2,190,000	△ 225,500	市よりの活動交付金の合計額
6 予備費	62,500	0	62,500	
合 計	5,436,000	5,877,000	△ 441,000	

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

市役所ロビー作品展

会計 加川 千秋

今年も5月10日～5月23日の2週間、市役所東ロビーで開催されました。昨年の11月21日～11月24日の4日間豊科公民館で開催されました作品展に出展された200点近い作品の中からアンケートをもとに選ばれました。62点(絵画9、書6、写真11、工芸36)の力作が展示されました。安曇野市役所1階の東入り口を入つてすぐ左の「くつろぎコーナー」で行われまし

た。休日には来場者は少なかつたですが、平日は市役所に来られた方も寄つて下さつたりして、多くの方に賑やかに楽しんでいただきました。来場者の方々は熱心に鑑賞されていました。出していただいた感想文の一部を紹介しますと……○どれも素晴らしく力作で感心しました。○偶然にもこの展示と出会い、とても心満たされました。皆さまの感性と日々の楽しさがないじ

み出る作品ばかり。感動しました。○シニアクラブの皆さんの力作を拝見し、お元気で作品作りを楽しんでいらつしゃると感じました。などを寄せていただき大変元気づけられました。

毎年市役所で発表する機会と場所を用意していただいた安曇野市には感謝しております。皆さん、また来年の開催を楽しみにしましょう。



私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



●●●● ロビー作品展会場 ●●●●



私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



特別賞

熊倉春日会 (豊科)



特別賞

岩原豊葦会 (堀金)



金賞 塚原さわやかクラブ (穂高)



金賞 豊里しゃくなげクラブ (穂高)



銀賞 矢原シニアクラブ鶴齢会 (穂高)



銀賞 新屋和楽会 (豊科)



銅賞 常念クラブ【柏原区】(穂高)



銅賞 橋爪シニア倶楽部 (穂高)

安曇野市シニアクラブ連合会 花いっぱい運動 花壇コンクール 審査結果

令和6年8月19日実施

大猛暑の中の花壇作り

青柳 則子

8月19日(月)に花壇の審査が行われ、役員13名で、三郷・堀金・穂高・豊科の20カ所の花壇をバスで回りました。今回は残念ながら明科地域の参加がなくなりました。

今年は特に暑く、花の水くりに時間がかかる等苦労した

クラブもありました。花がこの暑さで枯れたり、根本が割れてしまった花がありかわいそうでした。

どこの地区も仲間と工夫されて、きれいな花を咲かせており、日頃のご苦労がしのばれました。

辞める事もなく、次の年も頑張つて、花壇を作りましょう。

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています



北小倉長寿クラブ (三郷)



中萱長寿会 (三郷)



新屋三ツ矢会 (穂高)



金賞 二木ハートクラブ (三郷)



金賞 ひといちばシニアクラブ (三郷)



金賞 等々力町白寿会 (穂高)



銀賞 野沢シニアクラブ (三郷)



銀賞 穂高町区愛好会 (穂高)



銀賞 アルプス区銀嶺会 (豊科)



銅賞 下長尾寿楽会 (三郷)



銅賞 シニアクラブ古厩親睦会 (穂高)



銅賞 宮城シニアクラブ (穂高)

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

中信ブロック研修会

女性部長 勝山 孝子

今年の研修会は6月7日(金)に塩尻市社会福祉センターにおいて開かれました。午前中は島内高齢者クラブ連合会の馬場雄治氏による活動事例発表でした。会場のスクリーンに活動の様子が次々に映し出され活発な活動が伺われました。残念なことに発表者



会場の様子



交通安全対策の講話

が不慣れなのかマイクの調子が良くなかったのか声が聞き取れない部分がありました。続いて行われた出前講座は「事故を起こさない、あわないために」と題し、長野県くらし安全消費生活課の簗部孝志氏の公演は、身近な交通安全に対し自分自身で守らなくてはいけないこと、車を運転するということはどういう危険が待っているか、改めて問い直されました。歩行者であれ、運転者であれ常に安全に對し、真摯に向き合わねばならないのですネ!!

午後の研修は南信ヤクルト販売事業部CS推進室次長湯川広孝氏による「腸内環境を整えて健康寿命を延ばしましょう」と題し日々の暮らしの中で私たちが安易に考えている腸内の働きについて有意義な話を伺いました。講師の聲がマイクに乗らず聞き取りにくい時がありました。マイクを手を持って話をするようになってからは内容もよくわかるようになりました。研修の最後においしいヤクルトをご馳走になり、お土産に缶ビール専用の栓抜きをいただき終わり良ければすべてよしの研修会でした。反省として大勢の前で話をする場合、あらかじめマイクの位置と自分の声が会場のすみまで届いているか確認すると、スクリーンに映される情景説明はマイクを手を持ち、顔がスクリーンに向けていても声が会場内に届いていることを確認しないと、せっかくの情景が皆に理解してもらえません。今後はこのような会を運営する機会があるかもしれません。発表者の熱意を無にしないためにも気をつけたいと思います。

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

女性指導者研修会

女性部長 土屋加南子

令和6年度女性指導者研修会が去る7月24日松本市総合社会福祉センターで開かれました。

社協の送迎バスで安曇野市から11名参加しました。熱中



「簡単ピースネックレス」づくりの様子



症にならぬよう水分補給しながら冷房のきいた会場で行われました。

午前中実技講習で「簡単ピースネックレス」を作りました。長野県シニア連合会女性委員の指導のもと、サイズの決まったストローに布を巻き、かざり玉と交互にゴム紐に通し作成。ボンドが手につきながらも皆さん楽しそうでした。また伝達講習を各地区で行う予定です。

午後は花王グループ社会コミュニケーション担当の方が講師となり身だしなみハンドケア講座が行われました。化粧水、乳液、日焼け止め、ファンデーションなど内側から外側に優しく塗り、ハンドプレスでしっかりとなじませるなどの方法や眉毛をバランス良く描くなど教えていただきました。またマスクを外す機



県シニア連女性委員会 勝山 孝子副委員長のあいさつ

会が増え、口元のケアも大切とお話でした。ハンドケアはハンドクリームの塗り方で爪の周りや指関節も円を描くようにマッサージしながらの方法も教わりました。

最後にいきいき体操、椅子に座ってできる手足曲げ伸ばしを行い研修会が終了しました。これからも健康で歳を重ねていきたいと思えます。



私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています

会員文芸

俳句

轟音に機の旋回や雲の峰

虫時雨今宵限りの虫もあらむ

熊倉春日会 相澤 照子

部屋ぢゆうを睨んで通る鬼やんま

音立てて米搗虫の跳ねる音

熊倉春日会 相澤 亮平

股くぐり子供大泣き親笑顔

身体中痛むは加齢進行中

上長尾福寿会 青柳 等

訳ありの風鈴割れて一人旅

天高し娘と競い合ふ万歩計

熊倉春日会 小川 初子

林道に子鹿の遊ぶ落暉かな

青羊歯にこもればさして鳥の鳴く

中萱長寿会 小林 清次

短夜や形見の筆で書く一句

フルーツの香りの紅や藍浴衣

中萱長寿会 大澤 文子

記録更新五輪ピックの夏パリィ

過疎の村植えた杉の木蝉しぐれ

新屋和楽会 上條 強

種蒔いて土に命を預けけり

聴覚を試すがごとく蝉しぐれ

西原旭クラブ 佐伯 治海

編集後記

副会長 古屋固四郎

会報第24号 あづみ野の風をお読

みただきありがとうございます。

令和6年は災害、事故と波乱の幕
開けとなりました。その後もいろいろ
な災害が発生して心配しております。

さて、安曇野市シニアクラブ連合会

も、4月から新体制が始まり、ロビー
展、中信地区役員研修会、花壇審査と

前半が終わりいよいよ後半に向かっ
ております。シニアクラブ連合会もさ

まざまな課題がありますが、会員相
互の力を結集して乗り越えましょう。

最後に、会報に原稿をお寄せいた
いた方々に感謝し、お礼申し上げます。

スポンサーへの御礼

本誌発行に際しましてご協力頂きましたスポンサー各位に厚く御礼を申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは安曇野市シニアクラブ連合会の活動を応援しています