



編集・発行 大町市老人クラブ連合会 長野県大町市大町 3887 番地 大町市役所内 電話 (0261)22-0420 内線 474

地域の仲間づくりの和が 仲間づくりの絆に

大町市老連副会長
鷺澤 徳司 (栄町会長)



○はじめに
市老連会員の
皆様こんにちは。
三寒四温の時
節、日足も伸び
てうらかな春の到来が待たれる今日
この頃です。

この度、市老連内川会長の補佐役として副会長の重責を担わしていただいております鷺澤徳司と申します。微力ながら、老連の発展のために尽くして参りたく存じます。よろしくお願いいたします。

○活動の契機と方々の支援

私たちは高齢者と呼ばれる年代になり、この少子高齢化の問題はすでに相当以前より懸念されている事実であり、これらの事実を、行政を預かる方々の並々ならないご努力により、高齢者福祉に關する諸課題の解決に向けて、ご助力・ご支援をいただけることは大変ありがたしいことと存じます。

私の地区(栄町)においても社会福祉協議会のご指導を受け、平成十一年に、地域福祉ネットワークの組織をスタートさせ、多くの地域の皆さんの後押し

しに支えられて、それらしい十六年間歩んできました。

○活動の理念

それでは、その経緯と活動の実態とその概要をお伝えしたいと思います。

私どもの地区は、市営住宅、七十六戸、持ち家を合わせて百四十四戸の自治会です。高齢者の一人住まいの方々、支援を受けている方々も多い地区と言えます。

このような環境の中、地域内での支え合い、助け合い活動の大切さ、必要性を強く感じ、老人クラブの仲間が中核となつて地域包括支援センター、社会福祉協議会と協調して、若い世代の方々にも働きかけて研修が互いに自分の事としてらえて協力して活動を進める中で絆が深められることを学ぶことができたように思います。

○日常活動の「1」

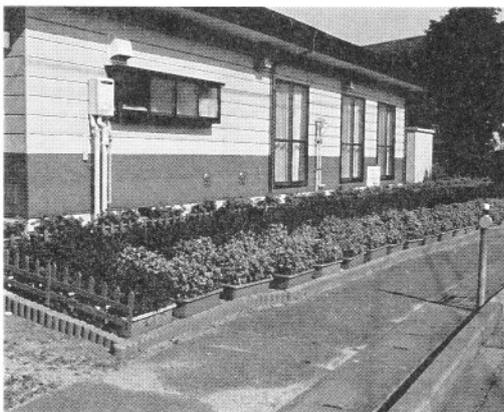
民生児童委員さんと連絡を取り合いながら、「児童生徒の見守り・一人暮らしの方々の安否確認・脳トレ健康体操・健康相談会」、その他「キラリ輝く協働のまちづくり」事業への積極的参加等々です。特に花づくりにおいては、保育園

児との交流で花植えなどの活動を共にしています。お陰様で本年度は「協働のまち花づくり」においては満点に近い評価をいただきました。

北小学校児童の登下校時の見守り活動も今春で十年を歩んできました。当時、一年生だった児童たちも今では高校生に成長され、朝の挨拶では、逆に私たちが励まされ、温かい絆に癒されています。

○まとめにかえて

支え合う町づくりは老若男女が互いに関心を強く持つこと。地域で役割を持ち、そして弱者への生活支援活動がごく自然のうちにできること。「支え合いのまちづくりのおまじ」がいよいよ本格化していくことを希求しています。各単位クラブのご健勝とご発展を祈ります。



一緒に花植えを楽しむ

二十七年 度 市 老 連 幹 部 研 修 会

編集委員長 西沢 幸治

本年度の幹部研修会は一月二十一日、二十二日に立山プリンスホテルで開催された。例年は大雪で駐車場確保が大変だったのに、今年は一尺程度の積雪でありがたいことであつたが、寒だといふのに、こんな少雪で、夏の灌がい用水が間に合うのかと心配される二日間でした。

研修に先立ち、内川会長の挨拶の中から抜粋で一部を紹介したい。

「単位クラブでは幹部の努力にもかかわらず、会員の減少が続いている。各单位クラブでは毎年二、四名の新会員確保で全老連の掲げる百万人増強運動は達せられるのだが・・

社会構造の変化とともに、人間関係が希薄になりつつある今日こそ高齢者は自己の損得勘定から脱皮して相互扶助と互いの福祉向上に向けて絆を深める努力が重ねられるべきである。会員諸兄弟の努力にもかかわらず会員が減り、休会クラブが増える中、一大決意をもって以下を提案したい。

○新会員加入一名につき、千円を目途に各单位クラブに交付する。
○休会・解散している近隣クラブ

旧会員に働きかけて当該クラブに勧誘できた場合も同様に交付する。

○休会・解散しているクラブが復活した場合、一件につき当該クラブに三万円を交付する。」等々。

研修Ⅰ 「地域づくりにおける老人クラブの役割」

松本大学総合経営学部

佐藤 哲郎 准教授

先生は幼少時から祖父に連れられてよく老人方の話し合いの場に顔を出して以来、老人福祉関係の学習に関心を持たれ、以後、福祉大学、地域社協、欧米の福祉行政の実情を勉強されて今日のお立場に立っておられる由。

改正介護保険に関わって益々住民による地域活動の期待が深まっている。

日常生活の中で、ちょっとした活動を自分の事とらえて育まれる気持ちの変化こそ大事。それらを活動の場としてみんなで継続する。そうした過程を通して、福祉関係者、当事者との話し合いにつながり、支え合いにつながっていく。

老人クラブは「有志の会員組織」

であり、情報や活動が共有できる強みを持っている。さらに、高齢者集団ゆえに、様々な人生経験を通して多様な特技を有するとともに、地域の文化、先人たちの知恵を有している。それゆえ、何としてもこれらの宝を埋もれさせないように努める。

具体的には高齢者ができる住民福祉活動には次のような活動が上げられよう。

- ① 集める：使用済み切手・ベルマーク・書き損じハガキなど。
- ② ふれ合う：福祉施設、一人暮らし高齢者、子育てサロンなどを訪問したり、招待し、高齢者の体験談を聞く、認知症の方、生きづらさを感じている方など。
- ③ つたえる：伝統工芸、伝統芸能地域史を作る、マップを作るなど。
- ④ つくる：小ものづくり、菓子や料理づくり、点字の翻訳、花壇や花栽培など。
- ⑤ おしえる：学習指導、あそび指導など。

このように高齢者には宝の山が詰まっている。

こうした財産をクラブの方々ができる時に、出来る範囲で、楽しみながら進めたい。「継続は力なり」

研修Ⅱ 「東京の方言」

市老連会長 内川三郎

硬い講義の合間を縫って、会長は肩の力を抜くべく表題のような耳慣れない話をされた。以下はその概要。
○「お国ことば」や方言は古くから言語文化として大切にされているが、国が定める口語文法に基づく全国共通のいわゆる標準語が制定され、今日新聞、テレビをはじめ、教科書辞書等々に使われている。

東京は国中から方言を話す人々の集まる都市だが、それゆえ標準語の徹底が強くはかられた町である。終戦前後、疎開の友達が標準語を話す様子にあこがれたものである。

ところが、近年テレビなどに登場するアナウンサーをはじめ、若者の言葉遣いに脱標準語が横行してきている。これを東京の方言などという人がいるという事です。

例を挙げてもきりがなが「食べる」「見れる」などの抜き言葉は序の口で文法を無視した「すごいおいしい」「全然面白い」・・・このような言葉を女子アナたちが何の違和感も感じないように話すのを聞いて一人心配している。これらは一種の流行語として承知して使っているのか。それならいいのだが。

研修Ⅲ 意見発表

『歌と共に』

西原南山会女性部長 佐藤貞子

子供のころから体が弱く、肺炎に幾度も罹患したが、歌う事だけは私の唯一の楽しみでした。

結婚後は生活に追われ、子育てに追われ、引越しや家族の病氣と闘う中、主人の鬱病をキッカケに、病気の治療のために、歌を歌うグループに入れていただきました。

お陰様で歌を歌う治療の成果が出て、主人に生気が戻り、病も快方に向かつてまいりました。

そのうちに、自分たちだけが歌って楽しんでいただけでいいものかと思ひ、歌のボランティア「ひばりの会」を仲間七人と一緒に立ち上げ、大町市社協に登録しました。

その後まもなく、社協からボランティア要請の連絡をいただきました。そして今日、市内の六施設から呼んでいただいております。

施設では、主に入所されている皆さんのよく知っている懐メロと一緒に歌わせていただいたり、リクエスト曲についての質問などにお応えしたりしています。

歌の会の終了時には、一人一人と握手を交わしています。握手によってお互いに幸福ホルモ

ンが出てくるのだそうです。「長生きして」「元気でまた逢いましょう」と声をかけると、涙を流して「ありがとうございます」と喜んできてくださいます。

夫婦の衣装には、ダンスに眠っている帯や着物をドレスに、主人のチョッキやズボンを仕立て直しをしたりして皆様に喜んでいただいています。

南山会では、月に二回のカラオケ会を、年に一回の一泊旅行では毎回二十名前後が参加し、これまたカラオケを楽しんでいます。

もう十九回を迎えている老連の「カラオケ発表会」では、主人が司会をし、私がオペレーターをさせていただいております。私のできることで、皆様のお役にたてていられることは嬉しい限りです。



歌を聞く施設の方々

悲惨な交通事故死の発生

新年早々の正月四日午後五時四十五分頃、南原交差点付近において、八十八歳の単位クラブ会員が交通事故死しました。横断歩道でない所を西から東に横断しようとしていたといひます。心よりお悔やみ申し上げます。直ちに事故現地診断、事故防止検討会が開かれ、特に歩行者のマナーの低下が指摘され、啓発の重要性が求められました。度々学習しているように、交通事故死の六割が高齢者であり、しかも歩行中の事故が最も多いのです。

通い慣れた道路でこそしっかり安全確認が必要です。当然の事ですが「ずく」を出して横断歩道を渡るべきです。特に、夕暮れ時(薄暮)の時間帯が最も危険時間帯です。夜間の外出はなるべく避けるようにし、外出の際は夜間反射材着用を遵守していただきたいです。今回の事故に際しても、反射材の着用があれば一命を取り留められたのではないのでしょうか。会員各位にはすでに反射たすきを全会員に配布させていただいておりますので有効にご使用ください。お持ちでない方は単位クラブでご相談いただきたいと思います。

特殊詐欺防止に今一度注意を

『あまたその話か』と思われ誠に恐縮ですが、被害は拡大するばかり。市内でも六件、五百五十万円に上る被害が出ているのです。

このような事件の被害者の六割強が女性であり、その九割近くは高齢者ということです。「自分は騙されない」と観念的に感じている方の多くが、その被害者になっているのです。身内に緊急事態が発生したと聞くと、冷静な判断ができなくなってしまうのが善良な市民なのです。それを逆手に取られてはたまりません。家族に相談と言ってもそれができない方もいるのです。

「何か変だな」と感じたら、まず老連の仲間に相談してください。きつとよい方策を見出すことが出来ましょう。そんな時は単位クラブの友達が一番頼りになるはずですよ。

お詫びと訂正

前号(九十記念号)において二か所に間違いがありましたので、お詫びして訂正させていただきます。

- 二頁一段目 下一百寿会を↓須沼長生会に訂正
- 八ページ マレット成績↓青木亮

佐(神楽町)を(泉)に訂正



[4月] 正副会長交代による挨拶

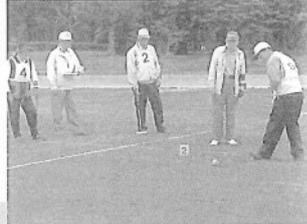
友愛 健康 奉仕 市老連この一年



友 第56回 大町市老人クラブ大会
[5月] 第56回大町市老人クラブ大会
感謝状(1)、功労クラブ(2クラブ)、功労者(7名)、介護善行(2)
金婚(25組)、米寿(59名)



[4月] 春の研修旅行(善光寺御開帳)



[6月・9月] ゲートボール大会



[4月~10月] ノルディックウォーキング



[10月] マレットゴルフ大会



[9月] 社会奉仕活動



[12月] 市役所に門松寄贈



[12月] 福祉施設等へ寄付金贈呈



[1月から3月] シニア水中運動教室

愛 奉仕 この一年



【5月】第56回大町市老人クラブ大会
 感謝状(1)、功労クラブ(2クラブ)、功労者(7名)、介護善行(2)
 金婚(25組)、米寿(59名)



【4月～10月】ノルディックウォーキング



【10月】マレットゴルフ大会



【12月】福祉施設等へ寄付金贈呈

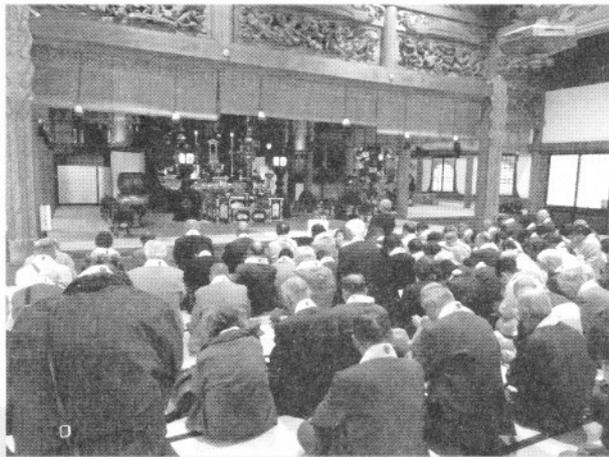


【1月から3月】シニア水中運動教室

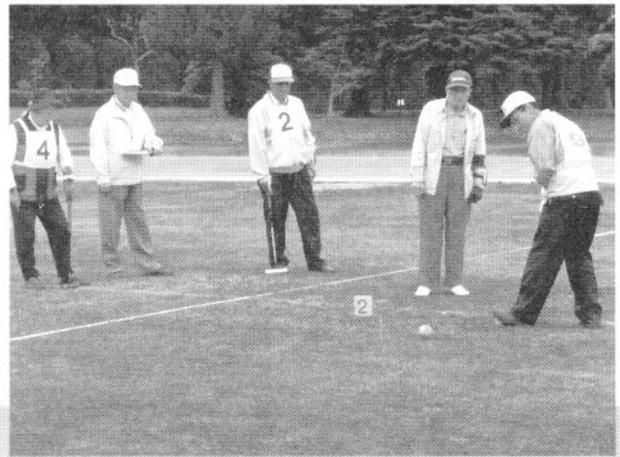


[4月] 正副会長交代による挨拶

友 健康 市老連



[4月] 春の研修旅行（善光寺御開帳）



[6月・9月] ゲートボール大会



[9月] 社会奉仕活動



[12月] 市役所に門松寄贈

女性部の事業・宿泊研修の報告

市老連女性部長 仁科宰知代

老連女性部の施設訪問と研修会は、去る十一月二十七日、二十八日に八坂において実施され、各単位クラブから二十二名の参加をいただきました。

当日は突然の降雪があり、バスのトラブルと重なって、タクシーを使うなど大変な日となりました。

○まず第一は施設訪問でした。「デイサービスみさか」では所長の丸山さんから、事業内容の説明、利用者の状況の説明をいただきました。それによると、毎日約二十名前後の方の利用があり、八坂・美麻の方のみならず、市内各所からお出でになつての方がおられることを初めて知りました。

施設内を見学したり、利用者の方々の触れ合いを大事にされ、皆さんの笑顔が拝見できて嬉しく思いました。自分もいずれお世話になることになるのかと想像したりして…。

○次に研修場所を「明日香荘」に移し、東京で開催された全国老連女性リーダーセミナーで研修してきた内容の一部を皆さんに伝達しました。

どこの都道府県でも会員減少に頭を痛めているとか。また、役員の引き受

け手がないので、休会にせざるを得なくなる。それらの理由の多くは、老人クラブに所属しなくても、ほかにもたぐさんサークルがある。また、老人クラブという名称がよくないなど、私どもの抱えている問題と似た課題が提起されました。

これらに対する対策は、知人友人に声掛けしてクラブの良さを口コミで伝えたり、女性会員が多いので、誰でも参加しやすい、女性パワーが発揮できる場を作つていかねばならないと感じたところでした。

○さて、お茶を飲みながら談笑する中で楽しい会にするためには、女性力が試されているので、個人やみんなの



日々の想いを互いに聞き合うこと、「今日は楽しかったね」「また会いましょう」などと互いの絆を深め合う話をしながら、色紙を使って誰にでも出来る「カード入れ」をつくつたりしました。夜はいつものように楽しい交流会。食べて飲んで、歌うなど楽しいひと時を過ごし時間も忘れるほどでした。

○二日目の研修は「体験そば処」にてそば打ちと「おやき」づくりに集中して取り組みました。

初めてそば粉に触つたという方もありましたが、四名が一組になつて親切に教えていただきながら水差し、練り、延ばし、切りなどの一連の作業を、無難にこなして立派なそばができました。

打ち立てのそばと灰焼きのおやきをおいしくいただきながら研修のまとめに入りました。

会長さんに研修の成果と、そば処の指導員さんにお礼の言葉を述べていただき、二日間の女性部研修は終了いたしました。

○去る二月九日、福祉センターにおいて女性部の会員十三名で「詐欺防止」「交通事故防止」を願いに安心、安全な毎日を過ごしていただくことを祈りつつ『エコハット』なるお守り製作に

取り組みました。

材料は布切れ、ジュースなどの



キャップ、糊、菓子の箱などのボール紙です。作り方は、いずれ各単位クラブで講習があるうと思いますが、ちよつとした工夫でかわいらしいお守りができます。当日はお一人暮らしの会員の皆さんに贈れるように精出して製作しました。車につけてもいいし、電話機のコードにつけておいてもおしゃれです。

本年度一年、女性部活動事業にご協力いただき御礼申し上げます。

文芸

老連短歌教室

室長 松下 岩恵

○鶯飛んで頭上をよぎる影のあり
大町 山口富永
近くに見ゆる常念の山

○パソコンに今宵静かに短歌をば
大町 松下岩恵
打ち込み居れば心楽しき

○雪の上節分豆が埋まつてる
平 佐野道子
裸足の鬼に当たらずじまい

○雪道で二度も転べば恐怖にて
大町 宮尾綾子
籠りて過ごす日々多くなり

○雪の壁生活支援の人により
平 宮沢登久子
吹き飛ばし行く機械の威力

○鉢植えのうめぼつぼつと咲き始めて
美麻 谷 敏子
部屋中ほのかに香り漂う

社 降籬 京子

○故郷は夢の中でも優しくて
友やせせらぎ若き日のまま

常盤 竹村いく子

○美しき雪花トンネル通り抜け
出湯につかり窓雪を見ゆ
有明 磯海きら代

○福寿草庭に咲いたと驚きを
話す人あり正月四日

大町 倉科久恵

○如月の我が誕生日今日米寿
生まれし年も閏年なり

美麻 傘木利也子

○しんしんと降り来る雪は絶え間なく
雪かく吾を試す如くに

平 平林 栄

○正月に雪無き庭にはこべ伸び
青きを摘みて七草粥に

平 北澤田鶴美

○暖冬の庭の小枝に白鷺が
羽を広げて飛び立つを見る

常盤 清水モト子

○大きなトラック止まるに頭下げ
吾一人なる信号渡る

吾一人なる信号渡る

大盛況
だったカラオケ発表会

大盛況
だったカラオケ発表会

二月十五日、老連カラオケ発表会が
社会福祉センターで開催されました。
出場者は三十三名。来場者は約百二十
名で満員の盛況でした。カラオケをこ
よなく楽しむ方、卓越した歌唱力のあ
る方々拍手喝采でした。

シルバードダンスクラブの皆さんには
曲の拍子に合わせて踊っていたさま
でした。以下出場者名と曲名を紹介しま
す。(敬称略)

♪真嶋 良明 (花も嵐も)

♪西澤 幾美 (旅まくら)

♪清水 利美 (おまえとふたり)

♪高橋かず子 (はぐれコキリコ)

♪藤井 昇 (南部蝉しぐれ)

♪徳竹 幸子 (酒の宿)

♪大前 金文 (みれん雨)

♪友田 賀子 (今さらジロー)

♪鷺澤 徳司 (港の雨)

♪高橋 茂子 (雪椿)

♪手塚 忠男 (雨降る波止場)

♪曾根原静子 (険の母)

♪山崎 竹子 (花言葉)

♪大堀 正次 (山)

♪伊藤 栄登 (三六五夜)

♪海川 豊治 (高原の駅よきようなら)

♪五十川渡・伏見この江 (麦畑)

♪奥原 初雄 (人恋酒)

♪宮田 盛義 (赤いランブの終列車)

♪小野三子 (貴船の宿)

♪小倉 昭勇 (北の旅人)

♪平林 文子 (ここに幸あれ)

♪松澤 幸夫 (長良川演歌)

♪矢口 博子 (月の夜汽車)

♪岡崎美智子 (夫婦坂)

♪川上 勤子 (あんたの花道)

♪降旗 豊子 (リンゴの郷)

♪伊藤三江子 (金木犀)

♪松井 清家 (花と竜)

♪小林 正二 (こころ坂)

♪奥原 幸子 (思い出酒)

♪松尾 繁人 (惚れて道づれ)

♪佐藤 弘文 (おまえにありがとう)



♪伊藤 栄登 (三六五夜)

平成27年度 小銭募金集計表

クラブ名	募金額
白塩町百寿会	20,283
神栄町神栄会	19,598
旭町百寿会	12,460
南原町年長者会	17,339
北原町長寿会	10,117
堀六日町シニア百寿会	11,400
高見町百寿会	11,300
大原町老友会	6,549
栄町栄寿会	20,000
宮田町睦会	10,700
須沼長生会	17,404
下一百寿会	14,286
上一老寿会	43,859
清水百寿会	19,075
泉百寿会	13,384
仁科郷若草会	7,073
借馬百寿会	15,952
野口百寿会	25,849

クラブ名	募金額
西原南山会	6,102
館之内百寿会	17,484
山下福寿会	31,187
宮本健楽会	38,593
大平寿会	17,446
石原スマイルクラブ	10,000
切久保鷹狩クラブ	18,000
中央高砂会	3,368
野平寿会	21,101
舟場老人クラブ	13,406
大塩老人クラブ	15,631
新行老人クラブ	16,750
青具老人クラブ	26,126
27年度小銭募金	531,822
26年度繰越金	380,461
利息	31
合計	912,314

寄付先	金額
施設募金(社協)	200,000
〃(れんげ荘)	60,000
〃(鹿島荘)	60,000
〃(なかまと)	30,000
〃(えべや大町)	30,000
〃(がんばりや)	30,000
単位クラブ事務費	52,900
合計	462,900

◎残高(繰越金) 449,414円
繰越金は、非常災害時の募金に備えます。

事務局日誌

27年12月~28年3月

- 12月9日 門松寄贈 大町市役所玄関設置
- 10日 県老連市町村老連会長・事務局長会議 塩尻市
- 16日 第3回理事会・単位クラブ会長会 市役所
- 17日 くるみ保育園3世代交流 わら工芸部
- 21日 施設訪問(社協他5ヶ所) 正副会長・事務局
- 22日 東小5年生わら教室 わら工芸部
- 22日 大町市地域公共交通会議 市役所
- 1月12日 シニア水中運動開講式スイミングスクール
- 14日 ゲートボール教室開校式 内川会長
- 19日 シニア水中運動②
- 21日~22日 市老連幹部研修会 立山プリンスホテル(57名参加)
- 26日 シニア水中運動③
- 2月2日 シニア水中運動④

- 2日 わら工芸講習会(II期)17日迄 消防団詰所
- 3日 老連だより91号編集委員会 市役所
- 5日 カラオケ発表会準備会 総合福祉センター
- 8日 交通死亡事故現地診断、事故防止検討会 市役所
- 9日 シニア水中運動⑤
- 9日 女性部研修会 総合福祉センター
- 15日 カラオケ発表会(120名参加出演者33名)総合福祉センター
- 16日 シニア水中運動⑥
- 17日 わら工芸教室総会 総合福祉センター
- 23日 シニア水中運動⑦
- 25日 県老連理事会 仁科副会長 長野市
- 3月1日 シニア水中運動⑧
- 4日 第4回理事会 市役所
- 5日 豊かな老後のための平地区市民の集い 内川会長 平公民館
- 8日 シニア水中運動⑨
- 10日 シニア水中運動⑩
- 17日 第4回単位クラブ会長会 市役所

編集後記

「春一番」が吹いて待ちに待った春の気配を感じる候となりました。
さて、本年度はブロック会長会、理事会を四回開催させていただきました。諸行事の計画を立案していただきました。お陰様で、会員各位のご協力もいただき、所期の目標をほぼ達成することができましたように思われます。感謝申し上げます。
今号では、栄町の実践活動の様子を鷺澤徳司様からご報告いただきました。日々の営みは些細でも、継続することの素晴らしさと成果の喜びがいかに大きいかについてを教えてくださいました。
幹部研修会では、松本大学の佐藤哲郎先生から「日常のちょっとした活動の大切さ」について学びました。併せて皆様と共に新年度への課題にして参りたいと思います。
会員増強運動の最中ですがその成果が出てきていないのは残念に思うところです。新年度は会員増強の成果が出る場合は、入会者の人数に応じて報奨金を申し上げる計画が具体的になりつつあります。新年度からまた新しい会員を迎え、心新たに絆を深め合う日々の多からんことを祈ります。

(編集委員長 西沢幸治)