

埼玉県老人クラブ連合会機関誌

令和5年  
3月24日

NO. 129

# 彩愛クラブ埼玉

SAIAI CLUB SAITAMA



埼玉県老人クラブ連合会

検索



彩の国

## 令和四年度正副会長会

令和四年三月十七日（金）、彩の国すこやかプラザにおいて正副会長会を開催しました。

◆協議事項(一)「令和五年度事業計画(案)について」  
原案のとおり承認されました。

◆協議事項(二)「令和五年度収支予算(案)について」  
原案のとおり承認されました。

◆協議事項(三)「基本財産の取り崩し(案)」  
原案のとおり承認されました。

◆協議事項(四)「会員増強の手引きを活用「年間一単位クラブ純増二名プラン」のアンケート結果報告と会員増強の推進について」  
原案のとおり承認されました。

◆協議事項(五)「令和五年度埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会のアトラクション四団体の選出について」  
左記のとおり承認されました。

- ①さいたま市老人クラブ連合会
- ②川口市老人クラブ連合会
- ③川越市老人クラブ連合会
- ④越谷市老人クラブ連合会

## ◆報告事項

・会長、常務理事の職務の執行状況について  
・シルバースポーツ大会について  
・県老連創立60周年記念令和四年度埼玉県老人クラブ大会の概要について

## 令和四年度第四回理事会

令和四年三月十七日（金）、彩の国すこやかプラザにおいて第四回理事会が開催されました。  
概要は次のとおりです。

◆第一号議案「令和五年度事業計画(案)について」  
原案のとおり承認されました。

◆第二号議案「令和五年度収支予算(案)について」  
原案のとおり承認されました。

◆第三号議案「基本財産の取り崩しについて」  
原案のとおり承認されました。

◆第四号議案「会員増強の手引きを活用「年間一単位クラブ純増二名プラン」のアンケート結果報告と会員増強の推進について」  
左記のとおり承認されました。

- 会長 内田まさ子  
副会長 品川惣壽  
副会長 小林松十郎

※品川副会長及び小林副会長は第3回県老連理事会において会員増強担当理事に決定。

(目的) コロナの影響により、会員減少と老人クラブが衰退気味であるため、本会役員の体制づくりの強化と会員増強を図ることが目的。

一、アンケートの結果

(一)実施する 53市区町村老連

(二)実施しない 11市町村老連  
(地域、支部含む)

熊谷市大里、熊谷市妻沼、加須市大利根、羽生市、朝霞市、白岡市、越生町、鳩山町、東秩父村、美里町、杉戸町

(三)その他  
・小川町↓会長と相談し、協力できないと判断。  
・宮代町↓理事会に諮り活動ができていないので答えられないと判断。

二、各地区役員の自主的運営と連絡体制の強化について  
(一)東西南北の地区連絡協議会会長を先頭に各地区で会員増強運動や友愛活動の取り組みを推進すること。

(二)東西南北の地区連絡協議会会長は自主的に地区役員会(年2回程度)や地区打ち合わせ会(年2回程度)を開催し、自分の地区の活動状況を常に把握し、情

報提供し、地区の発展と事業推進に努めること。それに伴い、各地区役員は地区連絡協議会会長に協力すること。

(三)別紙会員増強のアンケートの結果を基に、各地区が責任を持って、市区町村老連の会員増強の「実施」の支援と啓発を推進すること。また、「実施しない」と回答した市区町村老連に対して、東西南北の地区連絡協議会会長は、聞き取り調査及び訪問等の実施を行い、協力を依頼すること。

(四)東西南北の地区連絡協議会の連絡網を作り、地区役員が密に連携をとること。

◆第五号議案「令和五年度埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会のアトラクション四団体の選出について」  
左記のとおり承認されました。

- ①さいたま市老人クラブ連合会
- ②川口市老人クラブ連合会
- ③川越市老人クラブ連合会
- ④越谷市老人クラブ連合会

## ◆報告事項

・会長、常務理事の職務の執行状況について  
・シルバースポーツ大会について  
・県老連創立60周年記念令和四年度埼玉県老人クラブ大会の概要について

## 令和五年度 埼玉県老人クラブ連合会

## 基本方針

昨年から、新型コロナウイルス感染拡大により、これまでの活動が制限され、運営も工夫しながら行われている。これまで、老人クラブでは、地域の支援を必要とする会員・高齢者を対象に声かけ、安否確認、話し相手等の友愛活動に取り組んできた。その活動及び役割は、新地域支援事業に貢献できる活動であり、高齢者を主体とする介護予防と相互の生活支援という視点から、今後ますます期待されるところである。そこで、本会では、このコロナ禍での新しい友愛活動「電話等による友愛活動」を打ち出し、更に2020彩愛クラブ埼玉「電話等による友愛活動マニュアル」を作成し、元気を届ける運動を展開しているところであ

る。また、会員増強の手引き書を発行し、会員増強運動にも力を注いでいる。老人クラブ活動はそれ自体が介護予防につながっており、新友愛活動を取り入れた内に外に開かれた活動に誇りと自信を持って前進すべきである。

埼玉県老人クラブ連合会は、さらに全国三大運動の「健康づくり」、「在宅福祉を支える友愛活動」、「社会奉仕の日」をはじめ、「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」の全国統一メインテーマを踏まえ高齢者の社会参加、生きがい活動、介護予防等の諸活動を推進するとともに、市町村老人クラブ連合会との連携を一層強化し、関係機関・団体との連携を深め、広く高齢者並びに地域に開かれた活動の展開を図り、次の諸施策を積極的に推進する。

## 重点目標

- 1 冊子2020彩愛クラブ埼玉「電話等による友愛活動マニュアル」、冊子「会員増強の手引書」の活用
- 2 健康の維持・向上、生きがいづくり、介護予防活動の推進
- 3 自主性・主体性の高い老人クラブづくりと老人クラブリーダーの育成指導
- 4 市町村老人クラブ連合会の組織強化の推進・事務局との連携
- 5 地域（子ども）見守りパトロール活動、防犯活動の強化
- 6 高齢者に対する交通安全についての啓発活動の推進
- 7 新地域支援事業への参画の推進
- 8 「年間1単位クラブ純増2名プラン」の推進、県老人クラブ連合会の組織強化の推進

## 令和5年度 埼玉県老人クラブ連合会 月別行事予定表

月	埼玉県老人クラブ連合会	全老連・関東地区老連
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎会員章の普及</li> <li>◎会員増強運動（年間通全国運動）</li> <li>◎高齢者の生きがい・健康づくりの推進（年間通）</li> <li>◎第1回広報委員会（14日）</li> <li>◎第1回会員増強推進委員会（20日）</li> <li>◎第1回シルバースポーツ大会主管会議（26日）</li> <li>◎会計監査（28日）</li> </ul>	
5	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎地区連絡協議【東部、西部、南部（10日）、北部】</li> <li>◎第2回広報委員会（12日）</li> <li>◎第1回理事会（17日）</li> </ul>	◎関東ブロック会長会議（東京都 9日）
6	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎老人クラブ手帳の斡旋</li> <li>◎第1回女性委員会（2日）</li> <li>◎定時評議員会（9日）</li> <li>◎第3回広報委員会（16日）</li> <li>◎ワナゲ・マグダーツ普及講習会（さいたま市 27日）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎全老連評議員会（霞が関）</li> <li>◎関東ブロックリーダー研修会（新潟県 22日～23日）</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第4回広報委員会（7日）</li> <li>◎第2回会員増強推進委員会（13日）</li> <li>◎市町村老連事務担当者研修会（14日）</li> <li>◎市町村老連会長研修会（21日）</li> <li>◎老人クラブ健康づくり大学の開設（26日）</li> <li>◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第130号）発行</li> </ul>	
8	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第2回シルバースポーツ大会主管会議（2日）</li> <li>◎第5回広報委員会（4日）</li> <li>◎新任単位クラブ会長研修会（23日 老大大公開講座）</li> </ul>	◎全国活動推進員等職員セミナー（霞が関）
9	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第2回理事会（1日）</li> <li>◎第6回広報委員会（8日）</li> <li>◎老人の日（15日） 老人週間（15日～21日）</li> <li>◎全国一斉「社会奉仕の日」（20日）</li> <li>◎趣味の作品展示会（さいたま市プラザノース 搬入14日 搬出18日 公開日16日～18日）</li> <li>◎シルバースポーツ大会（熊谷市 21日 予備日 22日）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎全国事務局長会議（霞が関 13日）</li> <li>◎老人の日（15日）</li> <li>◎老人週間（15日～21日）</li> <li>◎全国一斉「社会奉仕の日」（20日）</li> </ul>
10	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎老人クラブ活動日誌・会計簿の斡旋</li> <li>◎第7回広報委員会（13日）</li> <li>◎女性リーダー日帰り研修会（東京都内）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎関東ブロック連絡協議会</li> <li>◎第35回全国健康福祉祭愛媛大会（28日～31日）</li> </ul>
11	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第131号）発行</li> <li>◎第3回会員増強推進委員会（2日）</li> <li>◎第8回広報委員会（17日）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎関東ブロック活動推進員等研修会</li> <li>◎全国老人クラブ大会（秋田県 8日～9日）</li> </ul>
12	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎第9回広報委員会（1日）</li> <li>◎第3回理事会（8日）</li> </ul>	◎高齢者の健康づくり・生活支援セミナー
1	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（特別号）発行</li> <li>◎友愛活動研修会（老大大公開講座）（すこやかプラザ 12日）</li> <li>◎第10回広報委員会（26日）</li> </ul>	
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎地区連絡協議会</li> <li>◎女性リーダー日帰り研修会（すこやかプラザ 9日）</li> <li>◎第11回広報委員会（16日）</li> <li>◎第4回会員増強推進委員会（29日）</li> </ul>	◎全国代表者会議（霞が関）
3	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会（さいたま芸術劇場14日）</li> <li>◎第4回理事会（8日）</li> <li>◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第132号）発行</li> </ul>	◎全老連理事会・評議員会（霞が関）



# 県老連創立60周年記念 令和4年度埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会

埼玉県老人クラブ連合会は3月8日（水）、大宮ソニックシティ・大ホールに於いて標記創立60周年記念大会・研修会を開催しました。なお、本大会には市区町村老連の役員・会員、表彰受賞者、関係者等450人が参加され、記念大会を祝い、楽しみ、成功裏に終了しました。

## ◆司会

石川みよ子 県老連評議員議員

## ◆開会のことば

品川惣壽 県老連副会長

## ◆主催者あいさつ

内田まさ子 県老連会長



県老連は令和4年3月に創立60周年を迎えたが新型コロナウイルス感染症拡大の影響で開催が遅れ、令和4年度埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会と併せて実施す

る運びとなりました。

本会の60年の歩みは、老人クラブ会員の皆様、歴代役員、埼玉県、全国老人クラブ連合会、関係機関の全ての方々のご理解とご協力、ご尽力の賜物と深く感謝しております。

また、この節目の時に、現会長として60年の伝統と実績を守り、さらなる発展に向けて役職員が一人となり、会員増強に邁進する覚悟です。今後とも変わらぬお力添えを賜りますよう心からお願い致します。

## ◆来賓あいさつ

①大野埼玉県知事よりビデオレターによる祝辞を頂きました。

②さいたま市保健福祉局長寿応

援部部长 遠山昭人様よりご祝辞を頂きました。

## ③祝電披露

川口市長 奥ノ木信夫

老人クラブの発展、友愛活動に貢献された次の役員・会員、クラブの代表者に対し、内田県老連会長は表彰状・感謝状を授与した。



◆表彰

- 埼玉県老人クラブ連合会会長 感謝状
- 埼玉県老人クラブ連合会会長 表彰
- 埼玉県老人クラブ連合会友愛 活動優秀表彰
- 埼玉県老人クラブ連合会友愛 実践活動モデル事業表彰
- 全国老人クラブ連合会活動賞

◆講演：武井正子順天堂大学名誉教授、日本フェルデンクライス協会会長



武井講師は大ホールのステージ中央に立ち、メモを片手に「魅力あふれる老人クラブとは、仲間づ

くりを推進しよう」をテーマに講演を頂きました。

講演の要旨は次の通りで、「老人クラブが目指すのは、元気なスーパーオールドである」と。そして、皆さんは「ご自身の老人クラブに誇りを持っていますか、クラブに魅力はありますか、その魅力を他の人達に伝えていきますか」と語られました。

そして講師は、オリジナル体操を実演し、講演を結ばれました。

① 超高齢化社会「健康寿命の延伸」目指そう、元気なスーパーオールド！

・埼玉県は2025年に都市部で後期高齢者が急増し、全国で1位になる。

・「高齢者の健康」とは、疾病の有無ではなく、生活機能の自立の度合いで評価すべきである。(WHO)

② 老人クラブの歩み、活動を知っていますか？

・自分たちの活動を知る↓魅力を伝える↓活動に誘う↓仲間を増やす

③ 仲間と一緒に体を動かし、健康づくり

・体力は運動しないから低下する。歳をとるから低下するのではない。

④ 運動の基礎知識(WHO) 運動器の10年)

・運動器とは、筋肉、骨、関節、人体、運動に関わる脳神経系の総称で、夫々は連携して体を動かす。自分の体を知ろう。

⑤ 老人クラブのオリジナル体操「いきいきクラブ体操」実演



◆アトラクション紹介

1 「春日部いきいきクラブ連合会」舞踊「大風音頭」、健康づくり体操「長生きサンバ」





2 さしまスローライフ  
埼玉県の伝統的な芸能・工芸品等を、新聞紙を利用して制作した豪華な衣装で紹介。



3 県老連女性委員会・春日部市いきいきクラブ連合会女性部・青五松寿会（川口市）・さしまスローライフ（川口市）  
コーラス「切手のないおくりもの」「さくら」



◆閉会のご挨拶  
谷合傳治 県老連副会長

# (特集) 会員増強の手引き③

## ～声かけで仲間をふやそう～

**1** 会員増強の手引きの特集化は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、県老連傘下の老人クラブ数及び会員数が激減したことにより始めました。

県老連の真の目的は、次の事項達成であります。

- ①クラブを次世代へ継承する。
- ②会員の増強を図る。

127号では、クラブ数・会員数の激減を公表し、歯止めを掛け、会員増強のプラン・クラブ改革を特集。128号では、市区町村老連の組織づくり・単位クラブの取り組みを掲載。

**2** 今号、129号では、単位クラブの取り組みを特集しました。

具体的な事業を企画し、体験入会に誘おう

- (1) 生きがいづくりの事業を企画
  - ① 趣味に関するもの  
(囲碁・将棋・麻雀・カラオケ・舞踊等)
- (2) 健康づくりの事業を企画  
(スポーツ大会・健康体操・グラウンドゴルフ)

ルフ・ウォーキング・体力測定等)

- (3) 仲間づくり事業を企画  
(親睦会・新年会・旅行等)
- (4) 地域づくり事業を企画
  - ① 自治会事業に参加、参加者を誘う。
  - ② 自治会役員を老人クラブの事業に誘う。
  - ③ 民生児童委員・地域包括支援センターの力を借りる。

### 3 まず先に、誘いの言葉をかけよう!

そんなことを言われても「何て言えば良いのか?」「わからないよ?」と、悩んでいる方が多いのでは。相手に逢って「老人クラブに入会して下さい」とお願いしても「俺は、まだ、老人ではないよ!」と、けんもホロホロに断られた経験をお持ちの方が多はず。

そこで、老人クラブで体験入会を誘う事業を企画することを前提として、問答集を考えてみました。

#### (1) 「生きがいづくり」に関する事業を企画

##### ① 趣味に関するもの

###### ◆舞踊に、誘う



「〇〇〇〇を、一緒に楽しみませんか!」

###### ◆カラオケに、誘う



「カラオケを一緒に歌いましょう」

#### (2) 「健康づくり」に関するものを企画

##### ① 「スポーツ大会」に、誘う



「スポーツ大会と一緒に見学に行きませんか」

「この種目に出場すると、賞品が貰えますよ」

##### ② グラウンド・ゴルフに、誘う



「グラウンド・ゴルフを一緒にやりませんか。楽しく体力が付きますよ」

##### ③ ウォーキングに、誘う



「あたたくなったので、ウォーキングに出かけませんか」

##### ④ 健康体操教室に、誘う



「今度、健康体操教室を開きますので、よろしかったら、一緒に参加しませんか」

##### ⑤ 体力測定会に、誘う



「私たち高齢になって大分体力が落ちた今度、体力測定会があるので、一緒にどうですか」

#### (3) 仲間づくりの事業を企画

##### ① 親睦会に、誘う



「今度親睦会や忘年会に、一緒に出席しませんか」

##### ② 旅行に、誘う



「今度、バス旅行を計画していますが、一緒に参加して楽しみませんか」

#### (4) 地域づくりの事業を企画

##### ① 自治会の敬老慰安会に参加



未加入の方に「老人クラブの事業をPR」  
「よろしかったら、今度、体験入会してみませんか」

##### ② 自治会の役員を老人クラブの事業に、誘う



老人クラブの楽しい会合の姿を自治会役員に肌で感じてもらう



令和4年度

# 友愛実践研修会

令和5年1月13日東部・南部地区、1月20日北部・西部地区に分けて開催された。今回の主要テーマは、老人クラブ会員の増強の取り組みについて。川越市老連と川口市老連・さいたま市老連西区の実際の取り組みを具体的な内容で紹介しました。参加者も13日は160名、20日は120名といつになく盛況でした。



**【講演】 川越市老連 小林松十郎氏**  
年間一単位クラブ純増2名プラン



川越市老連も皆さんの地区同様に会員の減少が起こっています。何とか会員を増やせないか色々と思恵を出して取り組みを始めました。今日は私が所属している老人クラブの取り組みについて紹介します。

**会員の減少** 過去5年で69人から49人となった。要因は高齢化です。若い会員が入ってこない。何故か？

- ・直ぐに役員にされる。
- ・免許返納で足がない。
- ・コロナ自粛で意欲低下など。これらを参考に、①会長は楽をしよう。②若手に任せよう。③よその良いところを真似する。

などを共通の認識としました。仲間を増やすには 誘う声掛けが一番の効果。行事に誘う。スポーツ行事。旅行や趣味の会（花見・旅行・親睦会・カラオケ）。

健康作り（体操サロン。ワナゲ。グラウンド・ゴルフ、ゴルフなど）体験できる機会をたくさん用意。集中してお誘いをみんなで実施。断られた記録が次に誘う時の大事なノウハウ。

**【川口市老連事例発表】**



川口市老連会長 岩澤勝徳氏の地区同様に会員の減少は派生しています。ただ、できるだけ減少幅を少なくすることを考えた活動にす

るか、工夫や意識を持っています。**①友愛訪問**

一人暮らしの会員への継続的な訪問と声かけ、お土産にボックスティッシュ

**②電話による友愛活動**

世間話などして孤独感の解消と仲間意識の芽生え、話が進めば訪問してみる。

**③新型コロナウイルス接種のお手伝い**

電話の申込み困難時に、インターネット申込みでお手伝い。**④入りたくなる活動を**  
・身体機能の維持・向上「いきい

き百歳体操」  
・続けるための工夫 皆勤賞や精勤賞  
・おそろいのユニフォーム

**【さいたま市西区事例発表】**



小藤伸一氏 仲間同士の助け合いを合い言葉に 老人クラブ・民生児童委員・福祉協議会が三位一体で共同歩調で活動しています。

老人クラブ会員以外の方も分け隔て無く対応する意識を持っています。**友愛活動**・民生児童委員と連携・支援、サロン活動、生活支援（草取り、買い物支援）・イベントの案内とお誘い

**奉仕活動**・地域清掃・花の植え替え・防犯パトロール・祭り支援・学童の見守り

**健康活動**・グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、ウォーキング、健康体操、ラジオ体操、各社スポーツ

**学習活動**・講演会、カラオケ、サロン活動、マジシャン、敬老会、誕生日会、合唱活動、歴史散歩

この様な活動記録を各地区の活動状況を常に把握して活性化を持續している。  
今回発表された事例等で共通し



ている点は、①単会の役員の認識を同じ水準に高め、②急な効果は望まず、③結果を急がずに継続した取り組みで効果を徐々にしていることです。それぞれの市区町村老連の実情に合った取り組みが必要で、各発表者から、会員増の取り組みを一言で表す言葉を現すと！

小林氏

「会員に未来を託す老人クラブ」

岩澤氏

「楽しく 仲良く 元気よく」

小藤氏

「やるっきゃない！」

さいたま市 渡辺 充



### 友愛研修会終了後に

## 県老連副会長及び理事の体制づくりの強化を話し合う！

県老連では令和4年12月9日(金)の第3回理事会に於いて、会員増強運動の推進と達成の体制づくりの強化を目的とし、左記の2名を会員増強担当理事に決定した。  
品川惣壽副会長(さいたま市)  
小林松十郎副会長(川越市)

さらに、理事会では役員の役割について再確認した。

### 一、県老連副会長・理事の役割

①副会長及び理事は、県老連の全ての事業を推進(参画)し、市区町村老連に発信すること。また、本会が開催する研修会やイベントに積極的に参加し、会員にも呼びかけること。

②副会長及び理事は、常に会員増強運動を行い、本会並びに市区町村老連を活性化させ老人クラブのピーアールに努めること。

③副会長は第3回理事会で決定した「県老連担当理事制度」を全うし、会員及び会員以外の高齢者に本会事業の周知徹底に努め会員増強の発展につなげることを。

### 二、東西南北地区役員の自主的運営と連絡体制の強化について

①地区会長を先頭に各地区で会員

増強運動や友愛活動を推進すること。

②地区会長は自主的に役員会や打ち合わせ会(年2回程度)を開催し、地区の活動状況を把握し、地区の発展と事業の推進に努めること。役員は会長に協力すること。

③「会員増強アンケート」に「実施しない」と回答した市区町村老連に対し、地区会長は責任を持って対処指導し、協力を依頼すること。

④地区毎には連絡網を作り、地区役員が密に連絡をとること。

川越市 小林 松十郎



三芳町老人クラブ連合会

第一回 ワナゲ大会

令和5年1月26日 三芳町総合体育館にて総勢二百余名が集って盛大に開催されました。半年前に公式ワナゲの講習会を実施し、第一回の三芳町全体の大会の開催となりました。関係役員の皆様の熱意の結果です。

設営は会館開場と同時に始まりました。事前打ち合わせがしっかりとしていたらしく、受付やワナゲ台の設置や椅子の配置など、とても順調です。参加者も続々と集ってきます。

十時に開会式です。矢島三芳町老連会長、三芳町の林町長から応援の挨拶と、町長の始投を合図に

さあー競技の開始です。それぞれの台で競技者が投げ始める音が体育館に響きます。輪が入る度に歓声があがり、競うより励まし合いです。競技は2ゲームの得点です。熱戦が繰り広げられ表彰式です。



第一回大会の優勝者から3位までは豪華なトロフィーと賞品が授与されました。成績は、全員が「伸びしろ」のある結果となりました。これからが楽しみです。

令和5年度9月開催予定の県老連シルバースポーツ大会へ三芳町からの参加を期待しています。



さいたま市 渡辺 充

さいたまシニアクラブ

ワナゲ講習会

(県スポーツ大会への参加増に向けて) 令和5年1月27日 さいたまシニアクラブは初めてのワナゲ講習会を開催しました。品川会長挨拶。閉じこもりがちな生活が続いており、皆さんが手軽に楽しめるスポーツとしてワナゲを体験して、老人クラブ活動の活性化に役立てて下さい。たった二畳の空間で楽しむことが出来ます。

講師はお馴染みのフレンドリー情報センターの西尾氏です。軽快でユーモアたっぷりの話で会場は笑いの渦。



参加者の融和を促進する準備体操ですっきり。「参加して良かった」の笑顔がイッパイです。さあ、いよいよ実技です。「たかが2メートルされど2メートル。」

投げてみて表情が変わる人が続出。チームでパーフェクトを競う時には興奮度はピークとなります。



皆さんも、県老連シルバースポーツ大会への出場を目標にしてみませんか！

昨年優勝した加須市のチームの方のアドバイスでは、「狙う意識を持って」、「盤上に乙の字を書ければ点数は確保出来る」。満点は「おまけ」です。老連シルバースポーツ大会で、さいたまシニアが上位になれる事を目指しますと、事業部の矢部利男さんは宣言していました。さいたまシニアクラブのみなさん熊谷スポーツ文化公園でお待ちしています。

さいたま市 渡辺 充

さいたま市西区老人クラブ連合会「大宮ブラザシニアクラブ」会長 小藤伸一  
**厚生労働大臣表彰 「優良単位クラブ」**

**創設の頃** 大宮ブラザシニアクラブは2000年に設立。平均年齢60歳代前半の若々しい人達が、趣味の会を統合して楽しい老後を過ごす仲間が中心に集まりました。大宮ブラザシニアクラブの基盤は現在11サークルの仲間達です。何でも出来る活動です。



落語家も呼んじゃいます

サークルには、写真、水彩画、囲碁、ゴルフ、グラウンド・ゴルフ、ウォーキング健康体操、健康麻雀、男性合唱団、書の会、キーボードの会が月に1回から毎週、週3回と様々です。活動日が重なる事がありますがさすがにしないで開催します。参加者がどちらを選ぶか自由です。活動の発表の場として講演会、新年会、敬老会などの機会で

場を創っています。  
**コロナに負けずに**

コロナ禍でも、緊急事態宣言下以外は活動を行いました。会員同士が会えることでの情報交換はとても良い面があります。  
 ワクチンが早く打てる接種支援をしたり喜ばれる活動でより効果的な面が実現できました。

**これからの活動**

平均年齢が80代となりました。ボランティア団体との連携を含めて無理のない程度に、活動を継続中です。

数年前から、地域の範囲を広げ近隣の馬宮地区、西区全体、さいたま市の各老人クラブの活動情報を得ながら、人脈作りで、講師等紹介を得て、イベントを開きやすくしました。また、活動結果を会報で発行し、各サークルの紹介、実施した講演会、日帰り研修旅行、新年会の記事を写真を大きく掲載し、住民の方にも配布しピーアールしています。  
 笑顔溢れる活動を継続していきたいと思っています。

さいたま市大宮区 大宮シニアクラブ会長 渡辺 充  
**厚生労働大臣表彰 「優良クラブ連合会」**



全国老人クラブ連合会創立60周年記念大会にて「優良老人クラブ連合会」として表彰を受けました。

これはとてもビックリな通知をもらい仲間と喜びあいました。ワクワク・ドキドキしながら式典に参列しました。さて、大宮シニアクラブが表彰された訳を考えて見ました。

令和4年度 健康づくり大学入式  
 さいたま市の仲間  
**表彰名に優良と冠が付いているのでさぞかし輝かしい業績!**  
 ・継続的に教育の場に入財を出席させていることです。(あえて人材を人財とした訳は、人は材料では無く財産としたいため)

県老連主催の研修会や健康づくり大学など次期を担う人財を継続して参加させている事は、前大宮シニアクラブ会長の新藤亨弘さんが残していった財産です。大宮シニアクラブ 単会数45、会員三千

余名が、仲間を増やしながらか活動するように、叱咤激励をいただいたと思っっています。地味で良いのでしっかりと歩んでいきます。コロナ禍も落ち着きを見せられました。従来通りの行事を再開して、仲間の絆を深めて行きます。今回の受賞を大宮区長に報告をしたところ、大変喜んでいただきました。市報1月号「大宮区版」への記載と「表彰状と表彰盾」を区役所内に展示いただきました。

これをプラスとして会員の増加に結び付けたいものです。



令和4年度 健康づくり大学入式 さいたま市の仲間

# 全老連・活動受賞報告

## 久喜市栗橋地区彩愛クラブ連合会

久喜市栗橋地区彩愛クラブ連合会（会員数四五三名、支部数十三、菊地繁芳会長）は、会員相互の融和と会員の健康維持を図るために、各事業に対して势力的に活動しています。

### ●地域における健康維持活動

栗橋地区を4支部に分け、支部毎に部会活動を実施。

### ①連合大会部会

栗橋支部⇨連合会の企画開催運営。

### ②県外研修部会

伊坂支部⇨一泊県外研修旅行の企画実施。

### ③健康部会(1)

静支部⇨グランドゴルフ大会の企画実施。

### ④健康部会(2)

豊田支部⇨ワナゲ・マグダーツ大会の企画実施。

### ●地域におけるボランティア活動

清掃・募金・行事補助作業等。

### ●会員増強のPR活動

手製の記念誌、行事アルバム等の作成。

さいたま市 納 美恵子

## 新座市老連野火止住宅みどり会

新座市老連野火止住宅みどり会（会員数87名、賛助会員16名、原田凱光会長）は、クラブとして、勉強会（セミナー）を随時開催。また、会員が講習会・講演会にも積極的に参加し、各種の情報を習得に熱心な団体です。

### ①サークル活動

①俳句（日だまり会）

▼通信で俳句教室⇨年2回

▼自宅で、ぬり絵カレンダー

▼毎月配布⇨年12回

②ゴルフ愛好会「野火止倶楽部」

▼シニアデーのコンペ⇨年4回

▼団地コンペ・長寿祝い・大会

各大会⇨年各1回づつ

③料理教室（薬膳料理）⇨年7回

▼季節の旬の食材を美味しく調理してお弁当で持ち帰り。

④パソコン教室

▼受講生に合わせたエクセル・ワードを教えています。

回数⇨年10回

②広報紙を年2回（5月と1月）に発行。

会員と情報を共有。

川越市 小林 松十郎

## 新座市長寿会

新座市老人クラブ連合会・長寿会（会員40名、佐々木時子会長）は、昭和48年に結成し、地域のオアシスとして「ふれあいの家」を拠点として、現在まで活動を続けています。会員の構成は女性が多く、女性が中心となり、年間のスケジュールを決定しています。

### ①主な活動は「社会奉仕の日を原点としての、公園清掃等のボランティア活動を毎年行っています。

②また、昨年度から、88歳（米寿）を迎える会員を、クラブ会員全員で祝う活動も始めました。

③友愛訪問活動（年に数回実施）

④地域や他クラブの関係者との友愛活動をきめ細かく行って、地域と良好な関係を築いています。

⑤新座市老人クラブ連合会が開催する事業に、全て積極的に参加しています。

戸田市 石川 みよ子

## 三郷市老人クラブ連合会 「東町隣友会

当クラブは平成10年4月に創設され、現会員数は138名である。菊池靖孝会長は役員と協力し、コロナ禍でも感染防止対策を徹底し、次の諸活動を展開した。

（組織…会長1名、副会長4名、班長4名、会計・会報1名、監事2名）

### 「活動内容」

①友愛活動…情報交換会、誕生会、会報届等

（延回数22、延人数110）

②清掃奉仕活動…地域内清掃・美化活動等

（延回数119、延人数714）

③地域見守り活動…児童下校時見守り等

（延回数176、延人数880）

④レクリエーション活動…ボッチャ、GG、ラジオ体操等

（延回数238、延人数2113）

⑤教養・広報活動…防犯・防災、健康講座、会報、号外

（延回数72、延人数435）

越谷市 北山 隆司

## 令和四年度新任単位クラブ会長研修会

令和4年度新任単位クラブ会長研修会(健康づくり大学公開講座)が、2月22日彩の国すこやかプラザに於いて開催されました。参加者は百十四名の内女性14名今回女性の皆様が多く感じられた。

玉水きみ子副会長の開会の言葉で始まる。内田まさ子会長挨拶では「会員数が減少の中皆様のご協力に感謝申し上げます。川口も最低200名以上確保したい」とのべられ、女性会長の皆様にエールを送りました。



県老連椎名久美子主幹からは、会員増強の手引きの活動内容を詳細に説明され「クラブのPR」を特に強調されました。



川越市老人クラブ連合会会長小林松十郎氏は会員増強運動について

て20ページにおよぶプランを映像を使用しての講演でした。

①老人クラブとは?  
②会員はなぜ、減少するのか?  
③仲間を増やすのは、誘う声かけ

が、一番効果がある!

④老人クラブの魅力はPR

⑤勧誘からはじめよう

⑥クラブをつくろう

⑦組織的推進をはかろう

時間が足りないくらいの話でした。



### 公式ワナゲ講座

フレンドリー情報センター講師の西尾和久氏、脳トレを交えた準備体操は参加者の気持を和らげ、

楽しむ事から始める指導力に感嘆! 公式ワナゲのルールの説明があり早速実技に入る。1チーム13名だが皆さんお互いに称え合い最高の雰囲気の中で終る事が出来ました。



最後に埼玉県老人クラブ連合会理事 矢島繁太郎氏の閉会の言葉があり、4年度の新任単位クラブ会長研修会は終わりました。

さいたま市 納 美恵子

令和4年度

健康づくり大学 卒業式

令和4年七月二十七日に入学した三十五名が、令和五年二月二十四日めでたく卒業を迎えました。約七ヶ月にわたり十三回の講座を消化した学生の皆さんは、お互いの健闘をたたえ合い笑顔満杯の会場となりました。

学長の内田まさ子からお祝いの言葉と卒業証を、卒業生を代表して高野喜代子さんへ授与されました。



内田まさ子会長（学長）

清家篤氏と埼玉県福祉部長金子直史氏からいただきました。今回学んだ事を高齢者と地域の方々繋がりがりや絆の構築に役立てて下さいと激励されました。答辞は学生代表の熊本年男さんから、長かったようで短い期間



卒業証書授与された高野喜代子さん

実践していききたいと力強く述べられました。

卒業式は参加者全員で蛍の光を大きな声で歌い終了しました。

各班単位で記念写真を撮りいよいよ懇親会です。班ごとで合唱や



蛍の光を斉唱

独唱が披露され、女性陣は立ち上がったので応援です。盛り上がり、班ごとの記念写真を披露します。



第一班の仲間たち



第二班の仲間たち



第三班の仲間たち



第四班の仲間たち



第五班の仲間たち

令和五年度も健康づくり大学が開講されます。新たな学び・新たな出会いがあります。ぜひ入学をお待ちしています。

さいたま市 渡辺 充

編集後記

◇コロナウイルスの感染拡大が緩やかに減速している今、機関誌129号の編集作業を終え、広報委員会の一員として安堵しています。

県老連創立60周年記念令和4年度埼玉県老人クラブ大会、会員増強運動の推進など記事満載の本誌を皆様にお届け出来るからです。

◇思い起こすと、令和4年の第8波コロナ禍最盛期、県老連の多くの事業は中止・延期に追い込まれ、お伝えすべき記事が激減しました。この状況は地獄です。

◇コロナ感染症は令和5年5月頃、2類から5類へ変更になり、インフルエンザと同様の扱いになる予定ですが、老人クラブの皆様、コロナ感染に気を付けましょう。

老人クラブの解散に歯止めをかけ、会員増強のチャンス到来です。 越谷市 北山 隆司

「彩愛クラブ埼玉」は、赤い羽根共同募金の助成を受けて発行しています。

