

埼玉県老人クラブ連合会機関誌

令和6年
3月22日

NO. 132

SAIAI CLUB SAITAMA

彩愛クラブ埼玉



発行人 ▶ 内田まさ子

発行所 ▶ 公益財団法人 埼玉県老人クラブ連合会 〒330-0075 さいたま市浦和区針ヶ谷 4-2-65

tel 048-822-7330 fax 048-822-7377

印刷 ▶ 関東図書株式会社 〒336-0021 さいたま市南区別所 3-1-10 tel 048-862-2901 fax 048-862-2908

埼玉県老人クラブ連合会

検索



令和五年度 第四回理事会

令和六年三月二十日（水）、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「新（仮）年間一単位クラブ純増二名以上プラン」の策定について

令和四年度・五年度の二年間にわたり打ち出された「一単位クラブ純増二名プラン」の改定版が発表され、左記の内容のとおり承認されました。

- ・名称 会員増強の手引きを活用「仲間をふやそうプラン」年間一単位クラブ純増二名以上プラン
- ・目的

埼玉県は、今後二十年間における八十五歳以上人口が全国トップスピードで増加することが見込まれています。

令和四年度に行った埼玉県老人クラブ実態調査により、会員の年齢は八十歳～八十四歳が最も多く、全体の八十%が七十五歳以上でした。令和八年度本県で開催される第三十八回全国健康福祉祭埼玉大会（ねんりんピック）彩の国さい

たま2026）の成功に向け、今後も、老人クラブが地域活動のリーダーとして活躍するために「会員増強の手引き」を活用し会員増強運動の推進を目指すことを目的とします。

- ・目標
- 年間一単位クラブ純増二名以上
- ・運動期間
- 三年計画
- （令和六年度～令和八年度）
- ・運動主体
- 公益財団法人埼玉県老人クラブ連合会
- 市区町村老人クラブ連合会
- 単位老人クラブ
- ・県老連サポート体制づくり

- ①本事業の円滑な推進を行うために、本会役職員を講師及び指示・相談・助言のため、各市区町村老連へ派遣いたします。
- ②会員増強の円滑な推進を図るために、会員増強運動の説明会や研修会等を開催します。
- ③地区連絡協議会で会員増強の取り組みについて、情報交換や情報提供を積極的に行い推

進を図ります。

- ・「仲間をふやそうプラン（年間一単位クラブ純増二名以上プラン）」達成クラブ、新規復活のクラブ優秀表彰
- ①会員増強を推進し、純増二名以上の市区町村老人クラブ連合会と純増二名以上の単位クラブと、新規・復活した単位クラブを表彰するものとします。
- ②県老連報告書に基づき表彰を行います。ご提出をいただいていない場合は、埼玉県老人クラブ大会において表彰することが出来ません。

◆第二号議案「基金造成検討委員会設置要綱（案）について」

原案のとおり承認されました。

◆第三号議案「令和六年度事業計画（案）について」

原案のとおり承認されました。

◆第四号議案「令和六年度収支予算（案）について」

原案のとおり承認されました。

◆第五号議案「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。

◆第六号議案「令和六年度・七年度友愛実践活動モデル事業のモデル市町村老人クラブ連合会の指定について」

原案のとおり承認されました。

◆第七号議案「令和六年度埼玉県老人クラブ大会アトラクション」の出演について

原案のとおり承認されました。

◆報告事項

- ・会長、常務理事の職務の執行状況について
- ・令和六年度スポーツ大会について
- ・老人クラブに関する県ホームページについて
- ・埼玉県健康づくり大学開催市について
- 令和七年度は、春日部市での開催となります。

「令和六年度能登半島地震災害」救援拠金の実施について
 公益財団法人全国老人クラブ連合会定めた「能登半島地震災害救援拠金」実施要項に賛同し、埼玉県老人クラブ連合会として実施する事が、令和六年二月十三日開催の正副会長会で決定した。この内容を落合事務局長が報告した。

基本方針

本年から、新型コロナウイルス感染症拡大も収まり、これまでの活動や運営も元にもどりつつある。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、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ユアル」を作成し、新友愛活動「みんながいるから、助け・助けられ」運動を展開したと

ころである。また、会員増強の手引き書を活用し、「年間1単位クラブ純増2名プラン」にも更に力を注いでいる。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、「のぼそう！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 「年間1単位クラブ純増2名プラン」の更なる推進、県老人クラブ連合会の組織強化の推進
- 2 冊子2020彩愛クラブ埼玉「電話等による友愛活動マニユアル」、冊子「会員増強の手引書」の更なる活用
- 3 健康の維持・向上、生きがいづくり、介護予防活動の推進
- 4 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
- 5 市区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
- 6 地域（子ども）見守りパトロール活動、防犯活動の強化
- 7 新地域支援事業への参画の推進
- 8 高齢者に対する交通安全についての啓発活動の推進

令和6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"> ◎会員章の普及 ◎会員増強運動（仲間をふやそうプラン） ◎高齢者の生きがい・健康づくりの推進（年間通） ◎ワナゲ・マグダーツ普及講習会（さいたま市 2日） ◎第1回広報委員会（19日） ◎第1回基金造成委員会（26日） 	◎関東ブロック事務局長会議（東京都 4日）
5	<ul style="list-style-type: none"> ◎地区連絡協議会 【東部（1日）、西部（24日）、南部（6月3日）、北部（30日）】 ◎監事監査会（8日） ◎第2回広報委員会（10日） ◎第1回理事会（17日） 	◎関東ブロック会長会議（東京都 9日）
6	<ul style="list-style-type: none"> ◎老人クラブ手帳の斡旋 ◎定時評議員会（7日午前） ◎第2回理事会（7日午後） ◎第2回シルバースポーツ大会主管会議（14日） ◎第3回広報委員会（21日） 	<ul style="list-style-type: none"> ◎全老連評議員会（霞が関 20日） ◎関東ブロックリーダー研修会（山梨県 27日～28日）
7	<ul style="list-style-type: none"> ◎第1回女性委員会（5日） ◎第4回広報委員会（12日） ◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第133号）発行 ◎第2回基金造成委員会（19日） 	◎全国事務局長会議（霞が関 30日）
8	<ul style="list-style-type: none"> ◎シルバースポーツ大会（熊谷市 8日 予備日 9日） ◎第5回広報委員会（23日） ◎老人クラブ健康づくり大学の開設 	◎全国活動推進員等職員セミナー（霞が関 27日）
9	<ul style="list-style-type: none"> ◎女性リーダー日帰り研修会（6日） ◎第6回広報委員会（13日） ◎老人クラブ活動日誌・会計簿の斡旋 ◎老人の日（15日） 老人週間（15日～21日） ◎趣味の作品展示会（さいたま市プラザノース 搬入12日 搬出117 公開日14日～17日） ◎第3回理事会（20日） ◎第2回女性委員会（27日） 	<ul style="list-style-type: none"> ◎老人の日（15日） ◎老人週間（15日～21日） ◎全国一斉「社会奉仕の日」（20日）
10	<ul style="list-style-type: none"> ◎新任単位クラブ会長研修会（老大公開講座） ◎第7回広報委員会（4日） ◎市区町村老連会長研修会（すこやかプラザ 11日） ◎第3回基金造成委員会（30日） 	<ul style="list-style-type: none"> ◎第36回全国健康福祉祭とっとり大会（19日～22日） ◎関東ブロック活動推進員等研修会（神奈川県）
11	<ul style="list-style-type: none"> ◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第134号）発行 ◎第8回広報委員会（8日） ◎女性リーダー日帰り交流研修会（15日） 	◎全国老人クラブ大会（神奈川県 20日～21日）
12	<ul style="list-style-type: none"> ◎第9回広報委員会（4日） ◎第4回理事会（13日） 	◎高齢者の健康づくり・生活支援セミナー（霞が関 5日～6日）
1	<ul style="list-style-type: none"> ◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（特別号）発行 ◎友愛活動研修会（老大公開講座）（すこやかプラザ 10日） ◎第3回女性委員会（17日） ◎第10回広報委員会（31日） 	
2	<ul style="list-style-type: none"> ◎地区連絡協議会 ◎埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会（さいたま芸術劇場 21日） ◎第11回広報委員会（28日） 	◎全国代表者会議（霞が関 4日～5日）
3	<ul style="list-style-type: none"> ◎第4回基金造成委員会（7日） ◎第5回理事会（12日） ◎機関誌「彩愛クラブ埼玉」（第135号）発行 	◎全老連理事会・評議員会（霞が関 13日）

令和5年度

埼玉県老人クラブ大会・指導者研修会

老人クラブの育成・指導に多大

な貢献をされた方々の顕彰・社会に貢献されたクラブ活動の更なる充実を図ることを目的とし、県老連は標記令和5年度埼玉県老人クラブ大会を実施しました。

日時 令和6年3月14日(木)

会場 彩の国さいたま芸術劇場・大ホール

主催 公益財団法人埼玉県老人クラブ連合会

後援 埼玉県、さいたま市、さいたま市老人クラブ連合会、社会福祉法人埼玉

県社会福祉協議会

参加者 市町村単位クラブ

市町村及び市町村福祉協議会

老人クラブの担当職員
一般高齢者等

◆開会

品川県老連副会長の「開会のこ
とば」により、本大会は幕を開
けました。

◆国歌斉唱

参加者全員による国歌斉唱

◆主催者あいさつ

内田まさ子県老連会長は、本大会の目的を述べた後、純増2名プランへの協力を謝し、主催者代表の挨拶をされました。

◆来賓あいさつ

○埼玉県副知事 堀光 敦史様
○さいたま市長 代理部長 さいたま市
福祉局長寿応援部長 兼山 和夫様

◆表彰

令和5年度、老人クラブの育成・

指導等に多大な貢献された方々を顕彰し、代表者に内田県老連会長から授与された。

1 埼玉県老連会長感謝状

2 埼玉県老連会長表彰

3 年間1単位クラブ純増2名プラン達成クラブ、新規・復活クラブ

優秀賞

4 全国老人クラブ連合会活動賞

◆講演「組織活動は健康長寿の秘訣」

尾島俊之講師（浜松医科大学健康社会学講座教授）より約50分間、健康長寿を内容とした講演を頂きました。

初めに、健康長寿の秘訣講演の前置きとして次の説明があり、続いて秘訣6項目等の講演を頂きました。

・健康長寿の秘訣はこれまで、「平均寿命」が使われていたが、最近「健康寿命」が注目されている。

・この健康寿命の秘訣は「長年にわたる科学的な調査・研究」により有効性が明らかになった。
・他者との交流頻度が高いほど、要介護・認知症・死亡が少ない結果が出ている。

秘訣1 人との交流が多いと健康にプラス

交流が月1回未満と少ない人は、1.3倍早く亡くなりやすい。

老人クラブは人と会う機会が自然に増える

あなたは人とのくらの頻度で交流していますか？週1回より少ないと健康に影響が出る可能性が高くなるという調査結果です。

老人クラブ活動に参加すると、人と会う機会が自然に増えてきます。クラブの「仲間づくり」は健康にも大きな影響があることを示すものです。

秘訣2 運動は仲間とすると健康

にプラス

頻繁に運動しても、グループに参加していないと要介護に至る可能性が高まる。

老人クラブはみんなでスポーツや体操を実施

運動をする時は、グループに参加して実施した方が、要介護状態になりにくいという調査結果です。老人クラブで実施しているニュースポーツや体操、ウォーキングなどの活動に参加して、一緒に運動しませんか。

一人での運動より、クラブで仲間と共にすることで副次的効果が得られます。

秘訣3 サロンへの参加は健康に

プラス

サロンに参加している人たちは、要介護認定率が低い。

老人クラブは集いと活動の場

サロンに参加して、身体や頭を動かして刺激ある環境にあって、さらに仲間と共に過ごす時間を持つことで、要介護状態から遠ざかる結果になっています。

この調査はサロンを対象としたものですが、サロンに限らず、多様な通いの場にも同様な効果が期待できます。老人クラブは、健康な時から参加できる集いと活動の場です。クラブ活動に頻繁に参加して、仲間と共に健康になりましょう。

秘訣4 笑いのある生活が健康に

プラス

笑わない人は、脳卒中になる危険性が1.6倍に増える。

老人クラブは仲間と一緒に笑いがあ

一人暮らし高齢者の中には、一日中誰とも会話をせずに過ごす人

も少なくありません。テレビを相手に笑うこともできませんが、笑いは人との会話や交流の中から生まれることが大事です。

「笑う門には福来る」ということわざがあります。この調査では笑いが健康にプラスの影響を与えることがわかりました。老人クラブに参加して、笑いの機会を増やしましょう。

秘訣5 地域組織への参加は健康

にプラス

地域組織参加率が高いと、認知症危険者割合が減少。

老人クラブは地域の高齢者組織
クラブや町内会などの地域活動に参加することが、認知症になるリスクを下げるにつながっています。

近年、地域での人のつながりが希薄化していると言われ、「孤独死」も社会問題となっています。

地域の高齢者であれば誰でも参加できる老人クラブは、認知症のリスク（危険）軽減にも役立っているという調査結果です。

秘訣6 地域で役割を担って長生きしよう

地域で役割のある高齢者は、長生きしやすい。（死亡率12%減）
老人クラブは役員・リーダーには長生きのごほうび

老人クラブなどの役員は、通常メンバーより死亡率が低い結果になりました。組織内で大切な立場につくことで、生きがいや責任感（社会的有用感）が高まったことが原因の一つと考えられています。クラブの役員やリーダーは避けられがちですが、長生きというごほうびがありそうです。

今、クラブ活動は多様化しています。活動時毎にリーダーをおいて、皆で担いましょう。

◆老人クラブが目指すこと

①勧誘「あなたも一緒に健康長寿を目指しませんか」

②P R「老人クラブをご存じですか」

③クラブづくり「クラブの未設置地域はありませんか」

④ご褒美「老人クラブの役員は長生き」

⑤仲間づくり「健康長寿を実況」

本講演の締めとして尾島講師は、老人クラブ役員等に対し次のエールを贈られた。

「講演の6の秘訣を活用し、仲間づくり（会員増強）と健康長寿とを目標して活動して欲しいと。」

◆アトラクション紹介

さいたま市西区、川越市、川口市老連の役員・会員より、次のアトラクションのご披露を頂きました。

例年このアトラクションは関心が高く、今回もコーラス・民謡・舞踊などにより会場は大盛況でした。

①さいたま市西区老人クラブ連合会によるコーラス

老人クラブが目指すもの
「健康・友愛・奉仕」

・さいたま市老連で実施
グラウンド・ゴルフ大会
ゲートボール大会
芸能大会

大宮プラザシニアクラブ「グラウンド・シエル」による人生の応援歌を4曲ご披露頂きました。

・この街で
・青葉城恋歌
・河口
・栄冠は君に輝く

②川越市老人クラブ連合会による「七重八重 シニア咲かせる小江戸かな！」

・地域の元気にチャレンジ
（6の秘訣）

・地域部 研修指導部 文化部
・保健体育部 社会奉仕部
・女性部

川越城にまつわる寸劇・民謡等をご披露頂きました。

・寸劇 川越城築城にまつわる太田道灌（山吹の花）
・民謡 川越大火時に復旧資材の運搬に貢献した舟運の歌（新河岸音頭）

・民謡 川越大火時に復旧資材の運搬に貢献した舟運の歌（川越舟歌）
・フラ・ダンス
・民謡 川越の紹介（川越音頭）

③川口市老人クラブ連合会によるダンスと舞踊

・活動目標
女性部会を中心とした友愛活動
クラブ活動の復活（コロナ）
地域のつながりで会員増強
キューポラ川口よりダンスと舞踊をご披露頂きました。

④県老連女性委員会、春日部市いきいき老連女性部、青五松寿会、川口市さしまスローライフによるコーラス

4団体の40余名が合同で合唱所属は異なるが、一致団結合同合唱団は県老連の絆

県・市老連等の皆様にコーラスをご披露頂きました。

・コーラス 未来へ（キコロ）
・コーラス サライ（谷村新司）

◆閉会
小林松十郎県老連副会長の「閉会のことば」により、本大会は幕を閉じました。

越谷市 北山 隆司

南

川口市老人クラブ連合会



内田まさ子会長は、
県老連の会長であり、川口市老連女性部会長も努めています。

川口市老連（岩澤勝徳会長）は、
単位老人クラブ178クラブ会員
数11、211名（令和5年3月
31日現在）により構成されている。
役員構成は次の通りである。
役員構成…会長1名、相談役1名、
副会長9名、会計理事
1名、監事2名、理事
20名。

◆市老連の司令塔である理事会
（年6回開催）は、下部に「奉仕・
研修・広報の3部会」が組織さ
れ、老連の諸事業は同部会が機
能し、協議・運営されている。
また、女性部会（内田まさ子部
会長）が置かれ、友愛活動・生
きがい活動等を積極的に展開し
ている。

◆年間1単位クラブ純増2名プ
ラ
ン
役割分担を行い、県老連方針に
協力している。
①理事会が増強委員会を兼任し、
推進リーダー21名を選出した他、
「説明会の実施・チラシ等の作
成」等の支援を行う。
②具体的な純増2名の推進は単位

クラブに付託。
◆広報委員会は今回、女性部会が
世代交流・会員増強を目的とし
社交ダンスパーティーを行うと
情報を得て取材を行っている。

第19回キューポラ女性部会
社交ダンスパーティー

川口市老連
の女性部会は
令和5年7月
21日（金）、川口
リリアに於い
て、世代間交
流・地域交流
を目的とした
社交ダンスパ
ーティーを開
催するとの情
報を得て、県
老連・広報委
員会はその取
材を行いました。

本ダンスパ
ーティーは、
鈴木副会長の
司会・開会で始まりまし

ドアオープン

会場内に音楽が流れると、広い
ホールでフリーダンスの始まりです。
参加された10組以上の会員ご夫



妻、ダンス仲
間のペアが静
かに踊り始め
ました。主催
者席を除くホ
ールの三方で、
300人を超
す観客が静か
に見守ります。
会員と見ら
れる高齢のペ
アは、ゆっく
りとダンスを
楽しみ、また
自前の衣装に
着飾った女性
（壮年）のペ
アは軽快なリ
ズムのマンボ
やジルバで踊
っていました。



我が女性部会
が企画したダ
ンスパーティー
をご覧いただき
、誠にありが
たう。そして
踊って下さい
。次いで、岩
澤川口市老連
会長からは、
「内田部会長
の指導力、女
性部役員の行
事運営のすば
らしさは男勝
りであると称
え、会場の参
加者には大に
楽しんで下さ
い。」と、挨拶
されました。
続いて、奥ノ
木川口市市長
、三浦西中
学校校長より
祝辞がありま
した。
川口市立西中
学校ダンス部
によるデモン
ストラシオン
同校のダンス
部は、県内・都

主催者挨拶

初めに、内田まさ子女性部会長
（県老連会長）は主催者を代表し、
次の挨拶を行いました。

交流ダンスタイム

この時間は、ダンス愛好者同士
のダンスタイムです。居並ぶ女性
に、男性が夫々、ダンスのパー
トナーを申し込む形式です。
皆さんがこの形式に慣れている
ようで、すぐにパートナーが決ま
り、どの曲も10組程度の方がダン
スを楽しみました。

そしてラストダンス。本ダンス
パーティーは予定通り、盛況裡に
15時終了となりました。

越谷市 北山 隆司

東

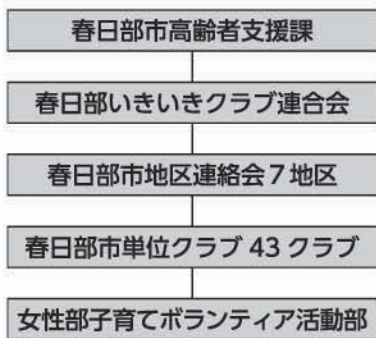
春日部市いきいきクラブ連合会

① 会長紹介



春日部市いきいきクラブ連合会（玉水きみ子会長）は、県老連副会長と東部地区連絡協議会の会長を務めています。

② 組織図



③ 市老連の活動紹介 （行政からの委託事業）

- ① 体力測定会（年4回）
- ② いきいき連合研修会（年19回）
- ③ リーダー育成研修会（年12回）
- ④ 趣味の作品展（年1回）
- ⑤ 三代交流事業（年1回）
- ⑥ 安心見守り養成事業（年1回）

（市老連の自主事業）

- ① ワナゲ
- ② グラウンドゴルフ
- ③ 吹き矢等
- ④ 旅行
- ⑤ 社会奉仕活動

④ 会員増強活動の取り組み

春日部市いきいきクラブ連合会の会員増強の策は第一に「健康づくり活動」です。

「会員増強委員会」は理事会を充当し、「行政からの委託事業」に、一般市民と老人クラブ会員も一緒に参加出来るように工夫しました。また、事業実施時に非会員の参加者に加入を呼びかけています。



※取材日は、田中道子講師の健康体操ねたきりゼロを目指す体操実施日でした。会場は笑顔いっぱい参加者でした。

（健康づくり体操）



（ワナゲ大会・県大会の予選会）



※各地区からの参加者160名超活気あふれるワナゲ大会です。一本一本真剣に投げています。上位者、9月の県大会に出場です。笑顔いっぱい会員増強に寄与しています。

⑤ 今後の抱負

春日部市いきいき連合会では、健康づくりで、会員以外の高齢者に声をかけ、さらに会員を増やす努力をしています。

戸田市 石川 みよ子



西

富士見市老人クラブ連合会

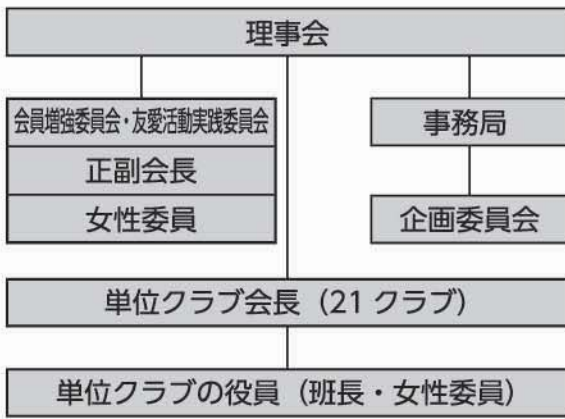
① 会長紹介



富士見市老人クラブ連合会（谷合 傳治会長）は、県老連の副会長と西地区連絡協議会の会長を務めています。

② 市老連の会員増強体制

理事会において、「会員増強・友愛活動実践委員会」を充当しています。



③ 会員増強活動方法

「パークゴルフ」が会員増強の目玉です。

富士見市では、市制周年の記念事業として「びん沼自然公園」をリニューアル。「パークゴルフ場」が新設され、子供も高齢者も一緒に楽しめる都市型公園に変貌しました。

「会員増強委員会」では、この「パークゴルフ」を会員増強の策として提案しました。多少の不安はあったが、コロナ感染症の為、今まで野外活動を控えていた方々が、喜んで「パークゴルフ」に加入。併せて、老人クラブに加入してくれました。

① 「パークゴルフ」での加入者24名
 ② 「パークゴルフ」全会員 59名
 今後も「パークゴルフ」を通して、会員同志の交流を図り、益々の会員増強に結び付くことに期待しています。

◆ パークゴルフ紹介

パークゴルフとは、スポーティな服装・運動靴で、一組4名以



④ 今後の抱負

富士見市老連は、「パークゴルフ」で今後も老人クラブへの加入に声をかけ続けます。

内でプレー、18ホールプレイすると、歩数は約五千歩。運動時間一時間30分、友人・家族と楽しめます。

川越市 小林 松十郎

南

さいたま市老人クラブ連合会(シニアクラブ)



さいたま市老人クラブ連合会(品川惣壽会長)は、県内最大規模の老

連で、市内10区、クラブ数313、会員数は17、251人の規模です。品川会長は県老連副会長・南部地区連絡協議会会長・さいたま市老連会長を兼務しています。中



央区の休会クラブ復活の経験を持ち、後継者の育成・研修を重要視し、県老連事業にも積極的に、協力と参加推進している。

・**会員増強活動**

会員数が年々減少する事に危機感を持つ当クラブは、令和4年度、会員の純増2名を推進する会員増強委員会を設立した。各区の取組み結果を見ると、会員減少に歯止



めはかけられないものの、会員増クラブが見られる。会員増の方針を理解し、実践している効果は少しずつ見えはじめています。

コロナ規制が緩和される昨今、会員増の効果を高める活動も見えてきた。会員が手軽に実施できる「ワナゲ・マグダーツ」等の講習会がそれである。また、これらの器具を購入した区老連・単会もあるようだ。これらの効果は、県老連シルバースポーツ大会の参加増に見られている。従来20名程度が100名規模となった。

◆会員増強の取り組み「楽しい行事をやれば、人は寄ってくる」

①「声かけ」

行事への参加お誘いは有効。きっかけがあれば、参加しやすくなる。最初から「入会勧誘」は

禁物。

②「お試し機会をつくる」

最初から強引に誘っても、相手は怖がるだけ。

③「夫婦で会員」

会員の夫や妻の加入をお願いしてみても、会費負担は人数ではなく世帯単位で。

④「行事は自主運営で」

行事は参加者主体で。行事の定期開催は、継続につながる。行事の片付け等は参加者の当番で。

◆「きょういく」と「きょうよう」が大切。「今日行くところ」と「今日の用事」がある人は、人生が楽しく、元気でいられます。

◆老人クラブの活動方針 高齢者が共に楽しみ、孤独でないこと。この方針を受けて、

- ①地域に新しい仲間ができること。
- ②健康を保ち、続くこと。
- ③これまでの知識や経験を生かせること。
- ④社会活動への参加・貢献ができること。
- ⑤心のやすらぎ、充実感が得られること。

さいたま市 納 美恵子

北

熊谷市長寿クラブ連合会の活動

楽しいところへ 人は集る!!



会長の藤野銀三氏は、県老連副会長、北部地区連絡協議会会長、熊谷市長寿クラブ会長として重責を担っています。

5大行事として、①ゲートボール大会（5月）、②高齢者芸能大会（8月）、③世代間交流グラウンド・ゴルフ大会（9月）、④高齢者趣味の作品展（11月）、⑤市長寿連合会新年会（1月）。三つの行事を取材する機会がありました。

行事ごとに参加の高齢参加者の表彰です。ゲートボール大会、芸能大会では、会場から大きな拍手をうけてとても嬉しそうでした。

◆ゲートボール大会

5月25日 参加チーム8チーム 参加者約100名

設営から片付けまで参加者全員での運営に仲間意識の強さが印象的でした。開会・閉会式には市長、



市議会議長、市公民館連合会長、市社会福祉協議会などから、ご挨拶をいただいています。事務局からも強力な援護が見えました。支援の「多さ・厚さ・熱さ」を感じられました。

◆高齢者芸能大会

（8月25日） 参加24団体 出演者数300名

参加団体の熱演が繰り広げられ4年振り開催のブランクを全く感じられない熱演です。今回の開催で、43回目を迎えました。



チーム

◆世代間交流グラウンド・ゴルフ大会（9月29日） 500人の大会で最大規模です。会員でない方も参加できます。ドーム全面を使用します。

大勢の会員が参加する行事のメリットは、「お誘い」が気軽にできることです。



和気あいあい(3ホール目での仲間たち)

熊谷ドームは天候に左右されずに行事開催ができるのも強みです。

会員数の推移は、

- R3 6、418人
- R4 5、826人
- R5 5、829人

（2023・4・1）

会員数は一時減少傾向にありました。会員への「声かけ」、「行事参加のお誘い」を実施しています。現在、新加入47人。6クラブで18名増（R5年9月末）

年度末には、堂々と「増加した！」報告したいと頑張っています！

さいたま市 渡辺 充

令和5年度

友愛実践活動研修会

令和6年1月12日彩の国すこやかプラザホールにて、参加者約180名で開催されました。

開会式は、玉水副会長の力強い新年の挨拶で始まり、次に内田会長からは、「石川県能登地震と津波の被害について、お見舞いの言葉と、今年度も友愛活動と会員増強に皆様のご協力をお願いします」と挨拶がありました。

1. 講演「友愛活動と

会員増強運動について」

講師 県老連主幹

椎名久美子氏

①令和4年度の「純増10名以上の単位クラブ名」と「純増2名以上の単位クラブ名」の報告。

②埼玉県老人クラブの実態調査とマニュアル活用の説明。

③会員増強のノウハウについて

▼会長の人柄が一番重要。

▼楽しいクラブ活動にしよう。

▼友達になってから誘う。



2. 事例発表

①「友愛モデル事業について」

伊奈町長寿クラブ連合会

会長 関根 清一氏

▼本会は、15クラブと小さいので友愛モデル事業と会員増強運動を一体となって行うことにし、他の団体と連携を密にし協力とPRを行った。

②「友愛モデル事業について」

川口市老人クラブ連合会

会長 岩澤 勝徳氏

▼友愛活動にプラスして、日頃の活動の充実が必要。宣伝活動では多様な多世代へのアプローチが必要だと思う。



③「友愛モデル事業について」

さいたま市西区

老人クラブ連合会

会長 小藤 伸一氏

▼友愛推進委員会を設置し、「仲間同志の助け合い」を合い言葉に毎月例会を実施。「友愛活動」と「会員増強運動」を連携し実施した。また、会員増強運動は他団体及び複数の行政機関とも情報を共有して推進した。

3. 実技

「座ったままでできる

「簡単リラククス体操」

全老連健康づくり推進委員

田中 道子氏

▼限られた場所での「タオル」を使った体操。

自分の力で「歩き、立つ、座る」ことが大事です。次に、体操をやっていると、体幹、下半身へと血行が良くなり、ポカポカと体が温かくなり、楽しく笑顔が溢れる体操でした。

4. 総評

県老連副会長 小林松十郎氏

▼今日の研修は非常に有意義でした。その地域に合った活動方法を見つけて欲しい。

また、記録を残すことを忘れな

5. 閉会の言葉

県老連副会長 藤野 銀三氏

▼長時間にわたりお疲れ様でした。今日の研修は、大変参考になりました。家に帰ってから一度復習して欲しい。帰り道は、田中先生の体操を思い出し、つま先を上げて歩くことに気をつけて下さい。

戸田市 石川 みよ子

令和5年度

全老連・活動受賞報告

●新座市老人クラブ連合会ときの会

新座市老人クラブ連合会ときの会（外谷 功会長、会員数32名）は、平成28年6月1日に結成。

当会は、日頃から会員相互の親睦を図り、会員の教養の向上と健康増進及び社会奉仕に努めている。

◆活動内容

- ①会員の高齢化でスポーツが苦手な会員が多い為、カラオケに力を入れています。
- ②カラオケを通して、会員同志の親睦を図っています。
- ③カラオケはストレスの発散するだけで無く、血液循環の促進を促し、認知症予防の効果もあるため、会員の健康増進に寄与しています。
- ④会員が体調不良の際には、積極的に「声かけ」を行っています。

川越市 小林 松十郎

●新座市老人クラブ連合会福德会

会長、平田重之さん。昭和48年3月に結成されました。今年で50年を迎えました。活動の基本は、会員相互の親睦を図り、教養の向上、健康の増進及び、社会貢献に努める事を忘れずに活動を行ってきました。

定例的に行える事業を重要視しています。定期的な活動の実施は大きなメリットがあります。行事に誘っても半年後では、その気が無くなります。

事業の間隔が短いと参加しやすくなります。この経験則を生かしながら活動しています。例えば、定例会は毎月。グラウンド・ゴルフ大会は年3回など。

大会を目指してサークル活動が活発化します。特に運動系の行事は参加しやすさがあります。グラウンド・ゴルフ以外にも、軽スポーツ大会も、気軽に参加出来る行事で人気があります。

各事業の開催回数、継続性は、役員にとってもメリットがあります。①参加者の協力が得られる。②役員が交代しても、後任者が行事体験があるため、引き継ぎがスムーズになります。

皆さんも行事の数を多くすることで、会員増と役員の負荷軽減に役立ちます。

さいたま市 渡辺 充

●春日部市いきいきクラブ 武里地区連合会

当クラブ林重盛会長は、役員等と協力し、長年にわたり仲間づくり、会員の健康維持活動に貢献してきた。

特に、休会状態にあった「一ノ割長寿会」を、地区連合会長等が協力し、15名のコーラス活動を通じて復活に導いたことが評価され、活動賞を受賞された。

また、このコーラス部としての活動が会員増強にも繋がっている。

○連合会の組織

- ・クラブ数・12クラブ
- ・会員数・538名
- ・役員：会長1名、副会長2名、女性委員3名、理事4名、相談役1名、顧問1名

○活動

・混声コーラス（フェニックス）

○内容

- ・毎月2回（参加者40〜50名）
- ・電子ピアノで音とり、発声練習
- ・脳トレ訓練
- ・曲は、童謡・唱歌が中心
- 会員増強
 - ・女性委員が地域住民に接触し、コーラスを通じて会員増強に寄与している。

○成果

新規入会者が現在、37名に増加。

越谷市 北山 隆司

訃報



この度、本会元副会長、前広報委員長の成田準之助様が令和六年三月五日、ご逝去されました。

ここに生前のご功績を称え謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

生前は、本会の友愛事業とともに広報活動の礎を築いて下さいました。平成20年に、初めて「友愛実践活動モデル事業」を実施したところ、春日部市いきいきクラブ会長であった成田氏は、モデルを心よく引き受けていただきました。初代モデル市となり、「友愛活動で仲間を増やす」という信念は、私たちの胸にきざまれています。

また、長年広報委員長として活躍され、創立50周年記念誌、60周年記念誌作成にも尽力されました。本会では、最期まで重責を担っていた心より感謝を申し上げます。

お詫びと訂正

「彩愛クラブ埼玉百三十一号四ページ」の内容に誤りがございました。

次のとおり訂正させていただきます。

【誤】 畑山清彦氏

← 【正】 畠山清彦氏

関係各位の皆様、大変申し訳ございませんでした。

令和5年度

全国老人クラブ連合会表彰受賞報告

① 育成功労表彰

◆獅子倉 康治

埼玉県老人クラブ連合会理事



◆山路 孝

埼玉県老人クラブ連合会監事



◆清水 絹代

埼玉県老人クラブ連合会監事



② 育成功労表彰

(1) 川越市高階支部五ツ又地区「五ツ又親和会」

当クラブ代表田中稔会長は、役員と協力し、高階地区のグラウンド・ゴルフ大会の企画・運営を指導すると共に、防犯・児童の安全誘導等に積極的に参加し、支部の模範となっている。

また、地域自治会と連携し、会員増強を踏まえていることが評価され、優良老人クラブとして表彰されました。

○連合会の組織

- ・クラブ数…17クラブ
- ・会員数…680名
- ・役員構成…会長1名、副会長3名
- ・部 会…グラウンド・ゴルフ部
- ゲートボール部
- 防犯安全部
- 文化部など

○活動内容

- 健康活動 48回・415名
- 友愛活動 12回・240名
- 奉仕活動 124回・1240名
- 会員増強活動 12回・120名

越谷市 北山 隆司

(2) 加須市北川辺地区「第2区幸友会」

当クラブ松澤千年会長は会員増強にあたり各単位クラブ会長に純増2名を依頼したところ、17名となり目標の8・5倍の成果を上げた単位クラブとなり、その募集の努力と内容が表彰に値するものであり、推薦する。単位クラブが独自に案内を作成し行事等の写真を掲載した。まずは、地域のインフルエンサーに入会してもらった。その他、勧誘にあたってはカラオケ集会への体験入学や地域で友人知人関係に長けている方々、地域内での商店に案内を置かせていただくなどの取り組みを行った。

○連合会の組織構成

- ・会員数 35名
- ・役員 ①会長1名、副会長1名、監査1名、婦人会計1名、人部代表2名、班長6名
- ②部会、委員会等の有無と名称
- 婦人部

- ・健康活動 カラオケ
- ・奉仕 ボランティア活動
- 街をきれいにする活動で、花の手入れ
- ・広報活動 会員募集用チラシ、ポスター作成・配布、役員、班長による個別訪問
- ・その他 年間1単位クラブ純増2名プランへの取り組み。

さいたま市 納 美恵子

(3) 春日部市ゆうゆうみどり会

会長 林 重盛

楽しい活動で仲間を増やそう

ゆうゆうみどり会は、今年で結成29年を迎えました。平成7年4月に発足し、特徴はクラブ活動を中心にした老人クラブです。スローガンは「クラブ活動を通じ仲間との交流を深めともに助け合っ

て明るく楽しく元気に生きていこう」で発展してまいりました。囲碁将棋、踊り、グラウンド・ゴルフ、健康吹矢、ゆうゆうゴルフ、カラオケみどり、ハイキング、歩け歩け、ゆうゆう茶話会、わなげなど10個のクラブがあります。会員は好きなクラブに参加。もちろん複数に入って楽しんでます。コロナで活動が萎縮していた中でも、活動の参加者数は、延2800余名。今年は自治会ニュース、口コミ等で体験入会運動を実施した結果新しく7名の仲間が入会し86名の会員です。

さいたま市 渡辺 充

令和5年度

健康づくり大学卒業式

令和5年度健康づくり大学の卒業式が、1月23日（火）、東天紅JACK大宮店で開催されました。今年の学生40名は半年間の講義を学び歓喜あふれる会場となりました。学長の内田まさ子よりお祝いの言葉と卒業生を代表して、卒業証書が授与されました。祝電を披露、全国老人クラブ連合会会長村木厚子氏、埼玉県福祉部長金子直史氏からいただきました。続いて学生委員長齋藤光男氏よりお礼の言葉があり、「それぞれ素晴らしい学習と体験を学び取る事が出来ました。これからは知識と経験を生かして老人クラブ21世紀プランの更なる充実と実現をめざしてまいります」と思います。ご指導くださいました講師の先生方、事務局の皆様、県老連の幹部の皆様には、衷心より感謝申し上げます。」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歌い終了しました。その後各班で記念写真を撮り、記念パーティーでは各班が工夫した余興で最後まで盛り上がりました。

最後に健康づくり大学は毎年開催されています。是非皆様も参加してみませんか。新しい仲間が待っています。

さいたま市 納 美恵子

令和5年度健康づくり大学の卒業式が、1月23日（火）、東天紅JACK大宮店で開催されました。今年の学生40名は半年間の講義を学び歓喜あふれる会場となりました。学長の内田まさ子よりお祝いの言葉と卒業生を代表して、卒業証書が授与されました。祝電を披露、全国老人クラブ連合会会長村木厚子氏、埼玉県福祉部長金子直史氏からいただきました。続いて学生委員長齋藤光男氏よりお礼の言葉があり、「それぞれ素晴らしい学習と体験を学び取る事が出来ました。これからは知識と経験を生かして老人クラブ21世紀プランの更なる充実と実現をめざしてまいります」と思います。ご指導くださいました講師の先生方、事務局の皆様、県老連の幹部の皆様には、衷心より感謝申し上げます。」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歌い終了しました。その後各班で記念写真を撮り、記念パーティーでは各班が工夫した余興で最後まで盛り上がりました。



2班



1班



5班



4班



3班

編集後記

年度末を迎え、令和5年度を振り返ると、最大のトピックスは新型コロナウイルスの第5類への移行であったと思う。この日以降コロナ規制が大幅に緩和され、マスク着用が個人の自由となり、外出・会合等々が可能となった。我が国を覆っていたコロナの霧が一気に晴れたのである。

さて、彩愛クラブ埼玉第132号の内容は、埼玉県老人クラブ大会、全老連・活動賞受賞報告、東西南地区老連の活動記事の他、令和6年度の月別行事予定表・重点目標と多彩である。

編集作業を終えた今、心をよぎるのはコロナ禍三年間の苦闘と規制緩和の有難さである。思い起こすとほろ苦い。

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。

