



# ゆめジャーナル 神奈川

ゆめクラブ神奈川

公益財団法人神奈川県老人クラブ連合会  
発行人／小宮 恒次 編集／熊谷 末男  
〒221-0844 横浜市神奈川区沢渡4-2  
電話／045(311)8737 FAX／045(312)4288  
印刷／(株)ジェイ・スタッフ

通巻  
**190号**

平成28年1月15日  
(年2回刊)

発行部数・100,000部

Eメール kanagawa@yumekurabu.or.jp  
ホームページ http://www.yumekurabu.or.jp

全国100万人会員増強運動  
(5カ年計画)

「クラブをつくろう!」の紹介 — 第3回 —

## 顔の見える老人クラブを目指して

— 秦野市老連「戸川第一長寿会」

### ●地域で「孤独死」が発生

昭和40年代、地域の工業化が進み地方から多くの人に移り住み、今は定年退職をして地域のつながりのないまま一人住まいも増えてきた。前尾会長(69歳)が自治会長をしている時に地域で3件の孤独死があった。つながりのない人々を「つなげる会」を作りたい、その思いで18年前になくなった老人クラブを再結成した。



「陶芸教室」会員の自宅に焼窯があるという

### ●地域に眠る資源がいっぱい

「得意分野を持つ人がたくさんいるんだよ」そういう人にどんどん出てきてもらって、楽しい活動を増やしている。陶芸教室もその一つ。サロンやグラウンドゴルフができる場所など、施設を大いに利用している。

### ●とにかく何でもやってみる

どんな活動であれば多くの人が参加してくれるか模索中。「11月の活動予定」には「珈琲を楽しむ会」や「グラウンドゴルフ」など20日間にイベントが記入されている。



「グラウンドゴルフ」月に3回実施



「珈琲を楽しむ会」男性が女性をもてなすさまじり

写真提供／秦野市老連 戸川第一長寿会

老人クラブのご案内 神奈川県

検索

「これしかない、こししかない、これきりない」を信条に、どこにもない、自分しかできない漆芸を追究する池谷さんは、数少ない漆師の一人である。

結婚もする。最初は苦勞の連続だったが、さまざまな人との出会いにも恵まれ、塗師としての仕事も多忙を極めるようになる。その後、地域においては子供会会長、中学校PTA会長、民生委員・児童委員として貢献され、老人クラブ会長も永年務められた。

60年以上漆芸に携わってこれた池谷さんは、温厚、気さくな人柄で、平成12年に勲七等青色桐葉章、平成17年に小田原市民功労章を受章され、小田原漆器の作成以外にも塗師として、大山の神輿、御殿場の浅間神社を塗ったことも記憶に残る仕事だと語る。

小田原市老連では、老人クラブ開放・地域連携モデル事業として「小田原漆器体験学習」を平成23年度から実施し、延べ260名程の会員が池谷さんの懇切丁寧な実演指導のもと小田原漆器の研ぎ出し作業の体験をしている。毎回、参加者相互のふれあいの場になるとともに、自ら手掛けた作品が完成に近づくにつれ、色彩と輝きを増していく工程に全参加者が満足し、池谷さんに感謝をしている。

## 100年愛される日用品をつくる人

漆師

## 池谷 元弘さん

ゆめクラブ神奈川は「祝寿共済保険 白寿1,300円コース」を推薦いたします。

神奈川県内の自営業の方・中小企業にお勤めの方はもちろん、そのご家族様までご加入いただける安心の保障!!

もしものケガの備えに **祝寿共済保険 白寿**

1,300円コース

福祉振興財団 1,300円コース

一般財団法人 神奈川県経営者福祉振興財団  
〒231-8525 横浜市中区元浜町4-32  
フリーダイヤル 0120-180890

には更に抗菌作用があって、24時間経つと大腸菌やO157とかが死滅しちゃってます。だから、子供のときから本物の漆器を使いなさいってよく言うんだけど、皆さんこういうことをあまり知らないんですよ」と笑顔で漆の魅力を語る池谷さん。

プラスチック製品の出現により需要が減っている漆器ではあるが、伝統工芸士の認定を受けた池谷さんの小田原漆器を守り抜くという熱意で、市内・市外の小学校でも実演教室を開講し、若い者の指導にもあたっている。

(文・小田原市老連)

「ゆめクラブ神奈川」  
新年のご挨拶

理事長 小宮 恒次

新年あけましておめでと  
うございます。  
会員の皆様  
におかれまし  
ては、清々しい新年をお迎えの  
ことお慶び申し上げます。

平成二十八年は、経済の再生  
活性化にて、景気の向上を祈り、  
私達の生活も安定し、安心して  
活動出来る事を願っております。

一つには仲間を増やす運動、  
次に要介護者への支援活動、友  
愛活動等これからは地域での担  
い手として安心安全を心掛けて  
一人一人が健康で幸せな「幸・  
者」として、地域の皆様と手を  
携えて支援活動を共に歩んで行  
きたいと思っておりますので、よろし  
くお願い申し上げます。



ゆめクラブ神奈川の動き

平成二十七年度の県老連の事業について、HJJB、その一部を報告させていただきます。

介護予防・生きがいづくり支援事業について

この事業は、二十五年度から引き続き県から委託を受けている事業です。

老人クラブ活動との連携・協働により、健康寿命日本一に向けた高齢者の健康づくり、生きがいづくりによる介護予防を推進するもので、「ゆめクラブ大学」を各ブロックにおいて二回、県内在住の高齢者を対象として、高齢者の健康づくり等に係る講義形式による講座を開講するものです。

横須賀・三浦ブロックは、一回目が十月十五日、二回目が十一月五日に県立保健福祉大学で実施しました。

湘南ブロックは、一回目が十一月十三日に藤沢市民会館で実施しました。

二回目は、二月二十五日に二宮町民センターで実施予定です。

県央ブロックは、一回目が十一月二十五日に、二回目が十二月三日に大和市保健福祉センターで実施しました。

西湘ブロックは、一回目が八月十二日におだわら総合医療福祉会館で実施しました。

二回目は、一月二十八日に湯河原町保健センターで実施予定です。

足柄上ブロックは、一回目が十月五日に松田町民文化センターで、二回目が十月二十一日に中井町保健福祉センターで実施しました。

相模原ブロックは、一回目が十月五日に藤野農村環境改善センターで、二回目が十一月十五日に城山公民館で実施しました。

講座内容は、高齢者の健康、健康体操、介護関連についての講座を必須として実施するものです。

関東甲信越静岡ブロック老人クラブリーダー研修会へ参加

関東甲信越静岡ブロック老人クラブリーダー研修会が、七月十六日〜十七日に一都十県四市から一八〇名が参加して埼玉県さいたま市のホテルブリランテ武蔵野で開催されました。

一日目は、全国老人クラブ連合会常務理事の齊藤秀樹氏から「老人クラブとしての運動・行動提案―社会情勢を踏まえて―」と題して、平成二十七年度から三年間で要支援者に対する訪問介護や通所介護が

介護保険の保険対象から市町村が行う新地域支援事業に移行し、今後老人クラブ・高齢者が介護予防・生活支援の担い手になることが期待されている等の基調報告がありました。

次に、「地域支え合い活動の輪を広げ、老人クラブ活性化につなげる!」と題して「コーディネーターに住民福祉総合研究所代表の木原孝

久氏、パネラーに横浜市老人クラブ連合会友愛委員長松澤秀夫氏、浦安市老人クラブ連合会ベイシニア浦安女性部会長の宮坂照代氏、川口市さしまスローライフ会長の鯨井寛正氏を迎えてパネルディスカッションが行われました。

二日目は平成二十七年度関係者会長表彰式典が行われ、本県からは三名が受賞しました。

その後、「介護保険法改正の動向と老人クラブへの期待―新地域支援事業を中心に―」と題して、文京学院大学人間学部人間福祉学科准教授中島修氏から講演がありました。

第四十四回全国老人クラブ大会

今年の大会は、十月八日〜二十九日に静岡県静岡市の静岡県コンベンションアーツセンター「グランシップ」で開催されました。

一日目は、活動交流部会として、①支え合う地域づくり②同世代の連携・仲間づくり③演じる活動へ舞台発表の三部会に分かれて行われました。

二日目は、「徳川家康公と久能山東照宮」と題して久能山東照宮博物館長落合偉洲氏から講演があり、その後アトラクションがあり休憩の後、全老連会長表彰式典が行われ、静岡県老連松本会長から歓迎の言葉、全老連斎藤会長の挨拶に続き、表彰式があり、本県から2名が老人クラブ育成功労表彰、一クラブが優良老人クラブ表彰、一老連が優良郡市区町村老人クラブ連合会表彰を受賞しました。

最後に、静岡県老人クラブ連合

会平田副会長・女性委員長から大会宣言が読み上げられ、次回大会が富山県老人クラブ連合会の島田会長から報告され、全老連山田副会長・岐阜県老人クラブ連合会会長の閉会の言葉で終了しました。

老人クラブ「二〇〇万人会員増強運動」の平成二十六年状況について

平成二十六年年度の会員増強運動の概要ですが、六十一都道府県・指定都市老連の初年度目標十八万九千八百十六人に対して実績は△十七万五千五十八人となり目標を達成した老連はありませんでした。増加した老連は神戸市老連の一老連、減少したのは五十九老連、増減なしは一老連という結果でした。

県老連の状況ですが、目標数三千四百五人に対して実績は△八百七十四人で、目標を達成した老連は、開成町老連、箱根町老連、真鶴町老連の3老連でした。会員が増加した老連は十老連、減少した老連が二十老連、増減なしが一老連という結果でした。

今後、共通実施運動である、①勧誘から始めよう! ②クラブをPRしよう! ③クラブをつくらう! の三つの会員増強運動を推進し、是非、目標達成に向け取り組みをお願いいたします。

「老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン」の推進について

横須賀市老連、平塚市老連、藤沢市老連及び相模原市老連で事業を実施しました。

たよれる街の法律家

行政書士は、各種許認可・登録申請、遺言書の作成や相続手続き、様々な契約・届出等のご相談から書類作成・提出までサポートしています。ぜひご活用ください!



行政書士キャラクターユキマサくん

神奈川県行政書士会

〒231-0023 神奈川県横浜市中区山下町2産業貿易センタービル7階 TEL 045(641)0739 FAX 045(664)5027

あさひ国際旅行日帰り企画

新名所! 日本最長の三島大吊橋:三島スカイウォーク 江間いちご狩り園内食べ放題・修善寺梅林

旅行代金@7800円(昼食付)

出発日:2月17日(水)・18日(木)詳細お問合せは下記営業所まで

あさひ国際旅行平塚(営)電話0463-35-2100・横浜(営)電話045-730-3381

# ゆめクラブ大学

ブロックで2回開催となった学びの場「ゆめクラブ大学」。各ブロック思考を凝らした講義を展開しました。いくつかその特徴をご紹介します。

横三ブロックは県立保健福祉大学での開催。講義は全て大学の先生です。昼食は学食で食べる方もいて、大学生の気分を味わえます。

西湘ブロックは交通事故予防に焦点を当て「なぜ高齢者が事故にあうのか」体の衰えの話、県警による事実をもとにした講座、歩行に関わる体力チェックなどを行いました。

相模原ブロックでは、多くの事業は市の中央で行うため、離れた地区からの参加が難しい現状がありました。今回は相模湖地区と城山地区での開催。参加者はそれぞれ約100名。大変好評でした。

多くの大学で実施した「コグニサイズ」。コグニション（認知）とエクササイズ（運動）を同時に行くと脳と体の機能を効果的に向上させることができます。皆さんも認知症予防に行ってみてください。



相模原ブロック・コグニサイズ



横三ブロック@県立保健福祉大学



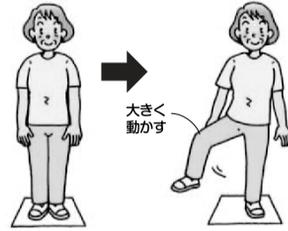
西湘ブロック・ツーステップテスト中

## コグニサイズ コグニステップ

運動しながら、脳を刺激する  
ステップ運動+3の倍数で拍手

右横・左横に  
ステップ  
※1~4を1セットとして、  
約10分間繰り返す。

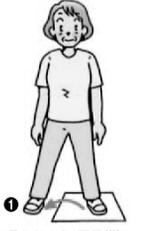
両足をそろえ、  
背筋を伸ばして  
立つ。



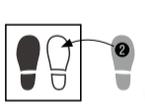
① 右横に大きく  
ステップする。



※足の動きを示す図は、自分側から見たもの(以下同様)。

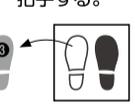


② 右足を  
元に戻す。

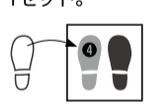


拍手!

③ 左横に大きく  
ステップして、  
拍手する。



④ 左足を元に戻す。  
ここまでが  
1セット。

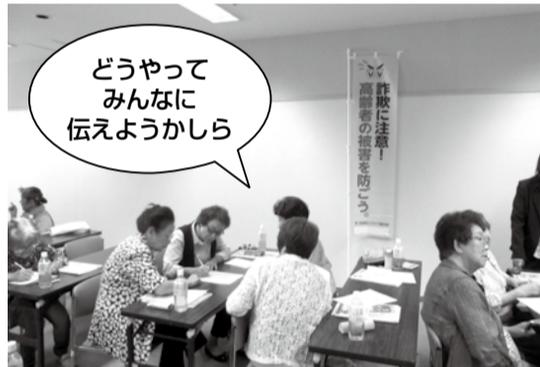


# 老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン

## ●見守りサポーター

これまで行ってきた学習や啓発活動にくわえて自らが学び、クラブ活動や暮らしの中で同世代のつながりを通じて詐欺被害の防止に取り組む「見守りサポーター」になっていただきました。

実施老連は「横須賀市」「平塚市」「藤沢市」「相模原市」。



## ●キーワード

伝える

活動や日常生活を通じて、情報を伝えましょう

気にかける

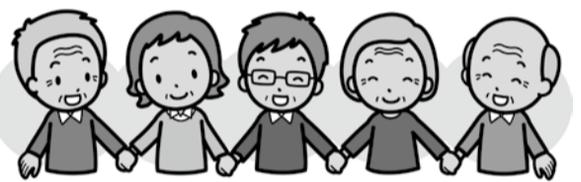
困っているサイン、不審な様子を見逃さないように気をつけましょう

つなげる

関係機関と高齢者のつなぎ役となって、地域で連携して被害を防ぎましょう

## ●講座内容

神奈川県消費生活課、神奈川県警に協力していただき、被害の実態、最新情報、見守りの知識について学び、グループ協議では地元でどのように見守りができるかを話し合っていました。



- ☆いつまでも元気で明るい笑顔を守りたい!
- ☆地域で輝く あなたと仲間づくりのために!
- ☆好きです! あなたの活動支援!

## 平成27年度ゆめクラブ活性化推進事業募金活用事業

「ニュースポーツ交流の集い開催事業」助成金 620,000円

「横須賀・三浦ブロック」	助成金額 110,000円	※平成27年10月7日(水)	葉山町南郷上ノ山公園	約168人参加
「湘南ブロック」	助成金額 110,000円	※平成27年10月29日(木)	大磯運動公園	約160人参加
「県央ブロック」	助成金額 100,000円	※平成27年12月18日(金)	海老名運動公園総合体育館	約60人参加
「西湘ブロック」	助成金額 110,000円	※平成27年6月3日(水)	酒匂川スポーツ広場	約100人参加
「足柄上ブロック」	助成金額 100,000円	※平成27年11月10日(火)	大井町総合体育館	約90人参加
「相模原ブロック」	助成金額 90,000円	※平成27年11月10日(火)	相模原市北公園スポーツ広場	約377人参加

上記のとおり、会員の皆様の身近な市町村老連支援活動に活用させていただきました。また、会場では参加者の皆様にも募金のご協力をいただき、ありがとうございました。これからも「高齢者が健康で活動するために!」をスローガンとして、委員会で検討し活用させていただきます。今後とも募金のご協力をよろしくお願いいたします。(募金は単位クラブでとりまとめでいただき、郵便払込用紙にてお振込いただけるようお願いいたします。ただし、募金は強制ではありません。)

# ゆめクラブ 神奈川の動き

② 赤い羽根  
共同街頭  
募金活動



横浜駅西口にて募金を呼びかけ、  
13,652円の寄付をいただきました。

① 役員・活動  
推進員  
合同研修会



全老連齊藤常務理事を講師に招き  
「新地域支援事業」をテーマにとりあげました。

③ 全国老人  
クラブ大会  
(静岡市)



全国表彰を受けた方から2名、  
自主参加5名の方も参加されました。

⑤ 功労者の集い



「コグニサイズで認知症予防」YMCAの講師より  
理論と実技を楽しく学びました。

④ 女性会議  
研修会  
(第2回)



女性会議ブロック代表8名が認知症予防体操の  
「コグニサイズ」を紹介しました。

⑥ 健康チャレンジ  
フェアかながわ



県知事表彰は6団体、6人を、  
理事長表彰は31団体、75個人を表彰しました。

## 県老連の動き

平成27年

7月

3日 正副理事長会議

15日 ゆめジャーナル発行

16日～17日 関ブロックリーダー研修会

21日 事業活動基金管理委員会

役員・活動推進員合同研修会 (写真①)

健康づくり実践教室 (西湘ブロック)

8月

12日 ゆめクラブ大学 (西湘ブロック)

9月

4日 正副理事長会議

15日 高齢消費者被害防止キャンペーン (横須賀市)

20日 全国一斉社会奉仕の日

25日 高齢消費者被害防止キャンペーン (藤沢市)

10月

1日 赤い羽根共同募金街頭募金活動 (写真②)

2日 理事会・正副理事長会議

5日 ゆめクラブ大学 (足柄上ブロック)

5日 ゆめクラブ大学 (相模原ブロック)

5日～6日 関ブロック協議会 (栃木県)

15日 ゆめクラブ大学 (横三ブロック)

16日 ゆめジャーナル編集委員会

21日 ゆめクラブ大学 (足柄上ブロック)

28日～29日 全国老人クラブ大会 (静岡県) (写真③)

11月

5日 ゆめクラブ大学 (横三ブロック)

6日 正副理事長会議

10日 女性会議研修会 (写真④)

11日 高齢消費者被害防止キャンペーン (平塚市花水地区)

13日 ゆめクラブ大学 (湘南ブロック)

19日 功労者のつどい (写真⑤)

19日～20日 全老連女性リーダーセミナー

25日 ゆめクラブ大学 (県央ブロック)

28日 健康チャレンジフェアかながわ (みなとみらい) (写真⑥)

12月

1日～2日 全老連会長会議

3日 ゆめクラブ大学 (県央ブロック)

8日 健康づくり実践教室 (足柄上ブロック)

10日

11日 県老連役員宿泊研修会・正副理事長会議

15日 ゆめクラブ大学 (相模原ブロック)

17日 事業活動基金管理委員会