



老人クラブ広報紙 すこやか老友

SC富田林

2020.2

Vol.
59

発行
富田林市老人クラブ連合会
富田林市宮甲田町9番9号
総合福祉会館内
☎ 0721-25-8261

単位クラブ数 87 クラブ
会員総数 7,560名

編集協力 (株)博報社 大阪市平野区喜連西 4-6-69 ☎ 06-6797-0212



CPじゃんけんゲーム
一の谷芝生広場



CPサイコロゲーム
多目的広場



CP輪投げゲーム
里の家 表門

舞台は秋めく錦織公園!

富田林市老連 第4回 10月24日
ウォークラリー大会



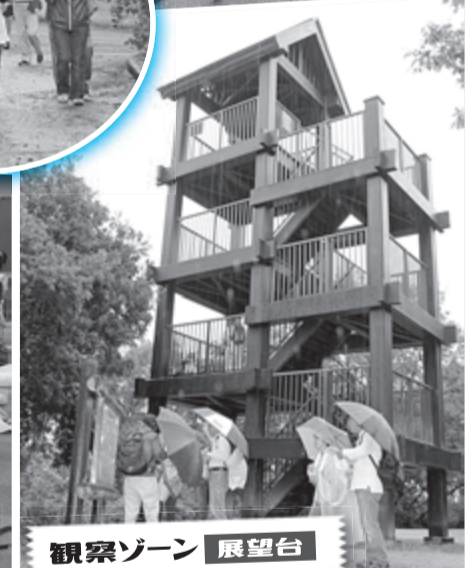
観察ゾーン 里の家



木戸山楽遊会が2連覇達成!
おめでとうございます!



#錦織公園 #雨三毛負ケズ
#仲間と協力 #健康増進図る
#4ページに関連記事があります



観察ゾーン 展望台

私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています



旭クラブ



稲葉会



甘山長寿会



嬉桜ヶ丘クラブ



久野喜台老人クラブ



南甲田南寿会



リベラスクラブ

花のあるまち、ゴミのないまち

老人クラブ 「社会奉仕の日」 実施報告

9月20日は、老人クラブ
全国一斉「社会奉仕の日」。
単位老人クラブごとに地域の
環境美化、清掃活動を実施し
ました。



アルジャン津々山



センポリフレンド



つづやま睦会



ときわクラブ



年頭のごあいさつ

富田林市老人クラブ連合会

会長 渡邊ヒロミ

昨年5月から元号は令和に代わり新天皇が即位、また10月には消費税増税という目まぐるしい変化の年でありました。また、相次ぐ台風により、各地で甚大な被害を被った令和元年でした。被災された皆様には心よりお見舞い申しあげるとともに一日でも早い復興を願っております。

この令和2年は富田林市老人クラブ連合会が飛躍の年となるよう願っております。ご存じの方もいらっしゃると思いますが、令和2年度より開始予定のSC富田林会員優待制度の為、準備を進めております。会員優待制度は地域の活性化と老人クラブ会員となることのメリットを感じていただ

き、それが会員増につながること大いに期待しています。この協賛店の獲得には理事をはじめ単位クラブ会長の皆様にもご協力をいただいたおかげでございます。協賛店につきましては充実した制度となるよう今後も増やしてまいりますので、引き続きご協力をお願い致します。

また、毎回申しあげておりますが高齢化は進む一方で全国的にも老人クラブの会員は年々減少の一途をたどっています。大阪府下で

平成15年の4,963クラブ、355,758人をピークに平成30年度、3,177クラブ、200,692人、令和元年度においては3,111クラブ、194,007人、実に大阪府下だけで年間6,000人減少しています。富田林においても毎年200人から300人の減少があり、寂しい限りです。現実には60歳代で入会される方が極端に少なく会員減少の大きな要因であるとともに、会長の後継者不足につながっています。その年代の入会

者を増やすことが活性化につながると思われま

す。さて、高齢者を取り巻く環境は決してやさしいものではありませんが、住み慣れた地域で暮らし続けるために地域の団体や住民参加による支え合いの仕組みを作り、その中で地域の単位老人クラブもその担い手としての役割を果たしていくことが欠かせません。

その意識をもって今後、連合会のもと単位老人クラブの皆様とともに取り組んでいかなければなりません。新年度に向けての準備を進めてまいりますので、何卒、皆様のお力添えをお願い申し上げます。

+1 プラスワン
友だち入会作戦
～会員一人が、一人の友だちに
クラブ入会の声かけを～

私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--



富友会



青山台白寿会



山手門星寿会



宮寿会



伏見堂老人クラブ



千歳会



山中田松寿会



宮林老人クラブ



伏山老人クラブ



津々山台シニアクラブ



寿美ヶ丘すみれ会



錦寿いきいきクラブ



新堂万年青会(第1・第2・第3・第4老人クラブ)



社会奉仕の日 スローガン
きれいな地球を子どもたちへ



錦寿クラブ



清楽会



南寿会 (南大伴)



南旭ヶ丘老人クラブ



金剛会



北甲田亀楽会



平老人会



北別井喜楽会



清友会



元町福寿会



老春会



南別井老人クラブ



西板持老人会西福会



甲友会

私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています



令和元年度市老連シニアクラブ作品展



11月17日(日)～20日(水)の4日間、総合福祉会館で市老連主催シニアクラブ作品展が開催され、技巧を凝らした作品171点が展示されました。期間内には会員をはじめ総合福祉会館の利用者が多数来場し、芸術の秋を堪能。作品の前で足をとめては「すごいな」と感嘆の声をあげていました。

富田林市老連 第4回ウォークラリー大会



悪天候のなか深めた絆

10月24日(木)、第4回ウォークラリー大会が開催され、16チーム80名が参加しました。はじめに渡邊会長の開会あいさつや若手委員会南野副委員長の競技説明があり、その後、あらかじめくじびきで決めておいた順番で5分おきに総合福祉会館からスタートしました。ウォークラリーのキーワードは、「コマ図」「課題解決」「グループ」「歩く」「合計点」です。それぞれのチーム内でコミュニケーションを図りながら団結力を発揮して高得点を目指しました。

あいにくの空模様で終日雨が降り続けましたが、かっぱを着込み傘をさしながらコマ図を頼りにはつらつと歩く参加者の皆さん。今回の主な舞台は錦織公園北部で、道中の自然道ではぬかるんだ所もありましたが、注意をはらいながら進みました。チェックポイントではサイコロゲームや輪投げ、じゃんけんの結果に一喜一憂し、観察ゾーンの展望台や里の家では協力しながらメモをとる姿が印象的でした。



森永乳業(株)特約店西川乳販(株)さんによる無料の骨強度チェックも行われました。

- ★大会結果
- 1位 木戸山楽遊会
 - 2位 伏山老人クラブ
 - 3位 和く和くクラブ

私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--	--

2019年度市老連会員研修旅行

10月29日(火)~30日(水)

石川県辰回温泉方面へ
一乗谷朝倉氏遺跡や白川郷を散策

10月29日(火)、今年度より初めて全地区1班での催行になり、バス4台に分乗し富田林を予定通り8時半に出発し、昼食場所である敦賀市塩荘に向かいました。

午前はいくくの雨でしたが、午後、研修先である福井市一乗谷朝倉氏遺跡に着く頃には雨も上がり、バスごとに現地のガイドさんの案内で戦国時代を伝える遺構で復元された街並みを

見学しました。2キロ近くにわたり庭園などいろいろな施設が点在し、タイムスリップをしたような感覚になりました。

その後、宿泊先である石川県辰回温泉に向かい午後4時半頃に到着しました。夕食では全地区ということもあり、以前一緒に研修旅行に行けなかった地区とも今回は大いに交流し親睦が図られたと感じました。

2日目は晴天に恵まれ、8時半に出発。全長約33キロの白山白川郷ホワイトロードに向かい、高度が上がるにつれ気温もぐっと下



一乗谷朝倉氏遺跡



ふくべの大滝

がり、移り変わる木々の色や滝を見学し、絶景を大いに楽しんでおられました。ホワイトロードを下り、白川郷の合掌造りの街並みを散策、海外からの旅行者が多く見受けられたのが印象

に残りました。一路白川郷を後にし、富田林に向け帰路につきました。19時30分ごろ富田林帰着、各集会所で順番に降車され、事故・ケガ等される方なく家路につかれ、無事に研修旅行を終えることができました。



白川郷



第61回大阪府老人クラブ大会

第61回大阪府老人クラブ大会が9月20日に大阪国際交流センターで盛大に開催されました。式典では表彰式が行われ、富田林市からは南甲田南寿会が大阪府知事表彰優良老人クラブを受章しました。

若手委員会の活動

もえきダイアリー

兵庫県老連と大阪府老連の若手委員による情報交流会に参加

若手副委員長 南野 保

若手委員の活動強化をはかるため、老人クラブへの加入促進と活動の活性化をテーマとして情報交流会が12月20日(金)に寺内町センターで開催された。兵庫県からは5名、大阪府からは8名の若手委員が参加し、富田林市老連からは渡邊会長・山口副会長、若手委員は谷委員長と副委員長である私南野の4名が参加した。

交流会は開会の挨拶から始まり活動事例発表2件、グループ討議、寺内町の説明と散策を行なった。開会には兵庫・大阪の連合会長と、この交流会の協力市である当市老連の渡邊会長の3人の挨拶から始まり、事例発表では豊岡市と田尻町が発表され、今後の老人クラブ活動の参考になった。グループ討議では「若い会員を増やすには」を議論し、特に若手に魅力ある行事を計画実行することが大切であることを確認した。後半は当市老連山口副会長による寺内町の説明と現地案内をもらった。府下唯一の重要伝統的建造物群保存地区が富田林市にあ



るということで、参加者は興正寺別院をはじめ杉山邸ほか旧家の町並みを見学し、この町を作った先人の偉さと現在まで保存されていることに感嘆していた。こうして情報交流会は有意義に終了した。

SC富田林 (愛称)について

多くの人たちに富田林市老人クラブ連合会に親しみをもっていただくとともに、老人クラブのイメージアップのため採用しました。

SCはシニア・クラブ(Senior Club)の頭文字から引用したもので、「S」のキーワードに、

「健やか」「爽やかな」「しっかりと」「支えあう」「素晴らしい」「育てる」の意味が込められています。



私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています



「通いの場づくり」サロン活動

この町で「ついで」も…

寿美ヶ丘すみれ会 田中優子

「健康長寿」をテーマにした番組が大流行で、「〇〇が健康に良い」と放送された翌日にはその品物が売り切れ状態とか。それを見込んでスーパーなどでは仕入れを増やすらしい。昭和22年に男女とも平均寿命が50歳をこえ、平成25年には男女とも80歳をこえた。人生50年時代からいまや100年時代を迎えようとしている。私たちは、今まさに超高齢社会を生きているのである。

高齢者(65歳以上)が増えているのに、全国的に「老人クラブ」の数や人数が年々減少傾向である。SC富田林でも同じである。老人クラブの起源は、長寿を祝う平安時代の「尚齒会」、さらには仏教伝来とともに日本に伝わったとされる相互扶助組織「講」にまでさかのぼることができる。その後、明治26年博多高砂会(福岡県福岡市)、明治40年榮寿老人会(京都府亀岡市)、大正14年上田地区老人会(熊本県小国市)が設立され、現在の老人クラブの基礎が築かれたようである。ちなみに「老人クラブ」という名称は、クラ



ブづくりを広げていた人たちの間で、テキストとして読まれていた「英国老人福祉委員会発行『老人クラブ』新設と経営の手引き」に由来するようだ。昭和37年には全国老人クラブ連合会が設立され、昭和38年には老人クラブに対する国の助成が開始され、多くの先輩方が高齢期を健やかに仲間と共に相互扶助の精神で乗り切ろうと受け継がれてこられた。老人クラブの役割も時代とともに変化、今や多種多様なカルチャー教室があり、個人で好きな時に参加できる。わざわざ



地域の「老人クラブ」に加入しなくても友人はできる。地域のお付き合いも煩わしい。それに今の時代「老いる」ということに抵抗感がある人がほとんどだ。「老人クラブ」に加入をと声掛けすると、私はまだまたそんな歳ではと断られる。しかしながら誰にでも平等に老いは訪れる。今や社会現象になっている「高齢者の免許返納」の声。交通の利便性の悪い地域では生活そのものが成り立たなくなると。高齢期の不安はまだまだある。歳を重ねる事により、病による通院、認知障害、ひとり暮らし等々、高齢期の不安は山積みである。これからは、こんな不安を老人クラブの起源に戻り、会員同士が相互扶助の精神で支え合い、声掛け合い「住み慣れた地域で仲間と共に暮らしていける」町

づくりを進めていくことが大切になる。

私が住む地域は丘陵地であり、交通不便な場所にある。そこで「寿美ヶ丘で遊ぼう! すみれ会で楽しもう!」を合言葉に集会所を中心に多様な通いの場を設けている。寿美ヶ丘町会の輪を広げよう、深めようと会員以外の方にも声をかける。すみれ会では毎日クラブ活動があり、月1回は「集いの日」があり、誕生会や各種講座、脳トレゲーム等々自分たちで楽しめる行事がある。サロン「那須さん家」は普通の住宅なので落ち着いてゆっくりとおしゃべりできる。福祉委員会では月1回「ふれあい喫茶」、月2回「笑顔はつらつ教室(高齢介護課・介護予防運動や管理栄養士・歯科衛生士の講話)」がある。何よりも心強いのは、ちょっとお節介やけど「困ったときはおたがいさまや〜」と遠慮せんと声をかけてや〜」とってくれる近くの他人のおぼちゃん(何人もいてる。私も今回随分と助けられたひとりである。そして、健康番組を見なくてもすみれ会の会員平均年齢は83歳で、今も活動に参加されている90歳以上の会員は10名はいる。まさに健康長寿生活をおくる先駆者集団、高齢期を健やかに過ごすヒント満載である。独り身になったが、めげずに人生の先



達を目標に「何事も、もう歳だとあきらめない! 歳のせいにならない!」そんな生活を目指して、新たな気持ちで暮らしていこう。

すみれ会は、平成6年11月23日に「以前なら人の一生は50年のひと山越せばよかったのだが、長寿社会の到来で、もう一山、否二山、三山時代となりました。その二山、三山の人生をみんなの手をつなぎ、楽しく健やかに明るく(寿美ヶ丘)づくりに参加してみませんか」の設立の呼びかけ文に賛同された93名の方々が活動を開始された。私はこの呼びかけ文章こそ「寿美ヶ丘すみれ会」の原点、超高齢者の老人クラブの果たす役割が込められていると思う。これからもちよっとお節介おぼさんのひとりとしてみんなと一緒に「おたがいさま」という素晴らしいつながりを絶やすことなくすみれ会会員として暮らしていこう。

私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Table with 4 columns and 2 rows, likely a contact or support information table.

会 員 投 稿

おかえりなさい

佐備老人クラブ 山崎 幸子



令和元年8月13日、今年も祖母と姑が無事に帰ってきた。？無事に帰ってきたは、なんだか変？ならば何と言えは良いものか。...

「おはようございます。ああ、あれはラジオです。鳥よけですねん。」 「なんの鳥がくるんや。」 「雉がね、スイカヤトウモロコシを突つついて、よ

至福の時

大伴老人会

大村美智子



先日、恒例の清秋望月特別古都懐石に行き、お能の舞と郷愁漂う二胡の生演奏に酔いしました。2万円の懐石でお酒も美味しく、二胡の雅ひな生演奏は今でも脳裏にやきついていま

す。幽玄なお能の舞は在原業平の歌で、奈良興福寺新能でも舞われるそう。見上げれば本当に望月、至福の一時でした。 楠木正成の冊子を読んで



うけられましたわ。近くで2家族が巣を作ってるみたいですよ。」 「えっ、雉ってあのケーン、ケーンと鋭い声で鳴くやつかいな。」 「そうそう、それです。」

「ラジオ効果あるんかいなあ。」 「いやあ、もう慣れてしても無いんちがいますか？」 「ハハハ、そうか雉もなかなかやるなあ、雉は親が子を思う情がもっとも深いと言われている日本固有の鳥や、間近で聞かれるとは、けつこうな生活やないか。」

「おかげさんで？...あんまり関わりたくないものも来ますけどね。」 「うんうん、生きること

ち死にしたとき、甘南備に草庵を建立し、自ら敗鏡尼として61歳で入寂するまでの16年間、楠妣庵に隠棲し楠木一族の菩提を弔ったそう。山の上の景色を眺めて、昔を偲び、これもまた、至福の一時でした。

小春日和の昨今、次はどこに行こうかな。「ありがとう」とつぶやいた。

◇川柳 断捨離できない冬が又来たね 柿すだれやっぱりこは 大和だね ひとすに健康祈る不動産 新米の中から父の笑顔かな

第15回 総合福祉会館文化祭開催のお知らせ

日頃、福祉会館をご利用いただいている皆様の成果を発表するとともに地域とのふれあいや繋がりを築くため、「総合福祉会館文化祭」を開催します。 この機会にぜひ福祉会館へお越しください。



とき：令和2年3月15日(日) 10時～16時 ところ：総合福祉会館 (宮甲田町9-9) 内容：舞台発表(舞踊、詩吟、フラダンス、民謡など) お茶席 即売会(陶芸、創作品など) 特別出店・道の駅かなん 講演：イリュージョニスト Daiki(マジックショー) 若手注目ナンバーワンマジシャン 海外で数々の賞を受賞 問い合わせ：総合福祉会館 ☎ 25-8261 ※当日は、浴場のご利用はできませんので、ご了承ください。 ※駐車場が少ないため、会場へは公共交通機関をご利用ください。

はそういふことや」と一人 でうなずくと仏間の方へ行き、よいしょと座り、お経が始まった。ゆったりとしたお経を聞いてみると心があたたかくなって涙が出てきた。なんの涙かって...



さんに現実を引き戻され、慌てて玄關まで送って出た。ラジオが気になるのか、「結構、大きな音やけどなあ」と煙の方を見ながら、止めておいた車に乗ると快適なエンジン音を残して坂道を下っていった。残されたエンジン音に負けてなるものかと言わんばかりに、荒らされっぱなしのトウモロコシ畑の中で三文ラジオが訳の分からないことをがなりたてている。は、い、分かりました。暑い中でご苦労さん、今日もがんばって、とニッコリ笑って手を振っておいいた。(無

駄に喧しいだけなんだけど)は独り言。 さて、今日は地獄の釜の蓋も開いたことだし、あちらの国から里帰りしてきた、なつかしいご近所の人たちと昔話に花を咲かせたり、近々お世話になるあちらの住みごちなども聞いてみたりと、にぎやかな一夜を過ごしますか、(なむあみだぶつ)。



私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Table with 5 empty columns for member information.

健康づくり いきいきセミナー

福祉・医療・文化の3つのジャンルでセミナーを開催します!

と き 令和2年3月14日(土) 受付 13時00分~

開 講 13時30分~16時00分(予定)

会 場 市消防本部 4階 講堂 募集定員 100名(先着)

主 催 SC 富田林(富田林市老人クラブ連合会)

講 師 ※各ジャンルは40分を予定しています

★福 祉★

「適切な高齢者福祉制度の利用」
学校法人大屋学園 関西社会福祉専門学校
校長 山本 容平 氏



★医 療★

「今やるべきこと、元気で暮らしてゆくために」
医療法人 今城クリニック
理事長 今城 保定 氏



★文 化★

南河汽車の旅を歌う会
高井 義 氏
男声合唱団メンスコア富田林



<申し込み> 市老連事務局まで TEL 0721-25-8261
☆老人クラブ会員以外の方もこのセミナーにご参加いただけます☆

消費者啓発講座に70名が受講



1月31日(金)に市商工観光課主催で消費者啓発講座が市消防本部4階講堂において開催され、70名が受講されました。
最初に富田林警察から最近頻発におきているアポ電

強盗をはじめ、市職員や警察官を名乗り通帳やクレジットカードカードを奪うなどの高齢者を狙った特殊詐欺についての事例が紹介され、身近で起こりうることを自覚させられたお話でした。
次に、富田林市消費生活センター消費生活相談員田中氏より今の時代になくはならないキャッシュレス決済についての基礎の話がありました。
最後は食品ロスの話。日本では年間600万トン以上の食品ロスが発生しており、その半分は家庭から排出されています。個人が日頃から心がけ削減すること

参加者募集 体力測定及びニュースポーツ(フリーフロー)講習会を開催します

富田林市老人クラブ連合会主催で体力測定会及びニュースポーツ(フリーフロー)講習会を実施します。この機会に、ご自分の体力を測っていませんか。また、ニュースポーツを体験しませんか?

と き: 令和2年3月26日(休)
①体力測定会 10時~12時(9時30分~受付)
②ニュースポーツ講習会 13時~15時(13時30分~受付)
ところ: 富田林市消防本部 4階 講堂
対象者: 市内在住の60歳以上の方(老人クラブ会員以外の方でも参加可)
定 員: ①40人 ②50人(いずれも先着順)どちらか一方の参加でも可
持ち物: 運動のできる服装、靴、水分補給用飲み物
種 目: 握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行
申 込: 令和2年3月6日(金)9時から受付(電話可)
富田林市老人クラブ連合会事務局(電話0721-25-8261)へ



富田林市社会福祉協議会法人化50周年記念福祉大会において表彰されました!

2月1日(土)、すばるホール2階ホールにおいて社会福祉法人富田林市社会福祉協議会法人化50周年記念福祉大会が開催されました。

富田林市老人クラブ連合会は第1部式典において、日ごろの功績が認められ表彰されました。



◎ご協賛いただいた皆さまへのお礼◎

本紙の発行に際しましてご協賛いただきました方々に厚く御礼申し上げます。本紙は会員の生きがい向上、交流のためにさらに内容の充実に励んでまいります。どうかこの趣旨にご賛同いただき、今後も倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。



※フリーフロー(安全吹き矢)とは?
特殊な吸盤付きの安全な矢をターゲットに向かって吹く、吹き矢ゲーム。吹くという行為により自然に腹筋運動ができます。

原稿募集

会員の皆さまから本紙への原稿を募集しています。活動報告、体験談、随想や紀行文、また詩・短歌・俳句・川柳などの文芸作品など、下記の宛先までお気軽にご投稿ください。

- ◆原稿の注意点: 原稿には住所、氏名、電話番号、所属単位クラブ名を明記の上、関連写真や資料などがあれば添付してください。なお、紙面に限りがあるため、文章の場合は800字まで、俳句・短歌類は1人3句までを目途にしてください。また、原稿は返却できません。編集の都合上、多少の修正や長文などはカットする場合があります。
- ◆原稿締切: 次号60号の発行は9月のため、原稿締切は 2020年7月20日です。
- ◆投稿先: すこやか老友編集(株)博報社
〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69
☎06-6797-0381 sukoyaka@gold.ocn.ne.jp



私たちは、富田林市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--