



# わかとりクラブ鳥取

## ～とっとり県老連だより～

第42号  
1月

公益社団法人鳥取県老人クラブ連合会 鳥取市伏野 1729 番地 5 県立福祉人材研修センター内 TEL 0857-59-6351

編集・制作：株式会社ニチコミ 神戸市中央区元町通 4-4-8 タイムスビル 10F

### ごあいさつ



## 鳥取の文化や活動 全国へ発信しよう

鳥取県老人クラブ連合会

会長 岡森 裕

皆さまには健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年は、鳥取県老人クラブ連合会が設立され六十周年の節目の年であり、また、第36回全国健康福祉祭(ねんりんピック)が鳥取県で初めて開催されます。

ねんりんピックは、60歳以上の方を中心としたスポーツ、文化、健康、福祉の総合的な祭典で、10月19日から県下全市町村で開催されます。そのイベントの1つとして「地域文化伝承館」があり、老人クラブが主管となり鳥取県の地域文化や、老人クラブの活動などを披露するため、舞台上で出演し

たり、展示コーナーを設けます。私たちの素晴らしい地元の文化や老人クラブ活動を全国に向け発信していきたいものです。終わりにになりましたが皆さんにとって幸せ多き年でありますよう祈念申し上げます。



第35回全国健康福祉祭えひめ大会「地域文化伝承館」閉館式 岡森会長あいさつ

### 目次

- 市町村老連活動報告..... 2~4
- 全老連&県老連表彰  
高齢者健康運動会..... 5
- 各種事業報告..... 6~10
- 地域文化伝承館視察..... 11
- ねんりんピックボランティア募集案内  
編集後記/スポンサーへのお礼..... 12

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

**KISHIKEN**  
DEMOLITION WORK

■解体工事 ■土木工事 ■管工事

## 岸建 株式会社

倉吉市巖城 1600-14  
TEL: 0858-22-0700  
FAX: 0858-22-0701

◆しろあり防除 ◆床下防湿・調湿施工

(社)日本しろあり対策協会正会員

## 碧栄和ハウズガード

倉吉市八屋 216-17  
TEL (0858)26-7772  
FAX (0858)26-7774

7月14日 新規開院

## おおやま内科クリニック

院長 大山賢治  
内科 肝臓内科 消化器内科 緩和ケア内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	/	●	●	●	/
15:00~18:00	●	●	/	●	●	●	/

【休診日】水曜日・日曜日・祝日  
一人一人の気持ちに寄り添った診療を目指します。

西伯郡日吉津村日吉津 863-2 ☎(0859)46-0281

有名店の味が買える!  
冷凍ラーメンの自販機

## ヌードルツアーズ

【ヌードルツアーズ米子店】  
(三本松口駅からローリエさんに向かって150m)  
〒683-0853 米子市岡三柳278

Create the Future

## CFtech

各種補修工事・アコ工事・その他土木建築工事

株式会社シーエフテック 〒683-0853 鳥取県米子市岡三柳278番地  
TEL:0859-21-7791 FAX:0859-21-7794

土木工事・解体工事・建築工事

## 有限会社 呉島組

倉吉市下余戸 149-2  
TEL: (0858)26-3146  
FAX: (0858)26-3184

市町村老連 **活動報告**

**琴浦町**

**「月例会」を楽しく**

琴浦町高齢者クラブ連合会 副会長  
八橋 2 区田町クラブ 会長 高塚 綺子

私たちのクラブは人数が12名と少  
数ではありませんが、  
人数に負けず例会  
を、春はひなまつ  
り、夏は七夕、秋  
はそば打ち、冬はクリ  
スマスと行っています。  
かす運動をしたりして  
います。

珍しいゲストによる講  
演としては、お巡りさん  
による「キャッシュカード  
盗」という寸劇です。迫力  
迫る演技にみんな大喜び  
でした。「騙さ  
れないように  
しよう」と誓い  
合いました。



春のひな祭り



そば打ち体験

**若桜町**

**花づくり活動**

若桜町老人クラブ連合会  
会長 山本 賢二



▲美しい花々の  
鮮やかさに  
誰もが心華やぎます



我が老く連合会は環境  
美化の一環として、毎年  
役員が花の種類を変えな  
がら苗作りをしています。  
今年度はサルビアと  
日々草、約2400株を  
ポットに植え付けて育て、  
各老人クラブをはじめ、  
こども園・特別養護老人  
ホーム・農協・銀行など  
7施設に配布し喜ばれて  
います。  
各老人クラブでは会員  
作業により公民館などに  
寄せ植えのプランターを  
飾ったり、独居老人宅に  
も配布しており、住民か  
ら来年どんな花になるか  
を楽しみにしている声か  
聞かれます。

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 **なかむら医院**  
内科・外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
16:00~18:00	○	○	○	×	○	○

休診日：日・祝・木曜午後  
伯耆町大殿1086 ☎68-2123

医療法人 仁和会  
**ゆえひら内科クリニック**  
境港市竹内町 578-5  
TEL 0859-21-7564  
FAX 0859-21-7566  
在宅訪問診療・往診可

**たかの歯科クリニック**

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
午後 2:00~6:00	○	○	○	/	○	/	/

休診日 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日  
米子市博労町 2-31 (勝田神社横)  
TEL.0859-23-6700

医療法人社団  
**村上内科クリニック**  
日本糖尿病学会認定  
糖尿病専門医 村上 功  
休診日 日曜・土曜午後、日曜日、祝日  
境港市上道町 3052 番地 1 ☎(0859) 42-1100

内科・循環器内科  
**渡部医院**  
境港市渡町 1987-1  
TEL 0859-45-0152

**あさくら歯科医院**

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~1:00	○	○	○	/	○	○	/
午後 2:30~6:30	○	○	○	/	○	△	/

休診日…木曜日・日曜日・祝日 △…午後 2:30~5:00  
米子市西福原 5-8-17  
TEL.(0859)34-5624  
FAX.(0859)22-8675



「秋の全国交通安全運動」が9月21日から30日の10日間実施されました。運動の重点である①ごとも高齢者をはじめめとする歩行者の安全確保  
②夕暮れ時と夜間の交通事故防止及び飲酒運転等の根絶  
③自転車等のヘルメット着用と交通ルール順守

**倉吉市**  
**秋の交通安全運動**  
**交通安全啓発パレードに参加**  
倉吉市老人クラブ連合会  
副会長 中林 正樹



の徹底を目指すため、9月23日に倉吉パークスクエア周辺を周回する「交通安全啓発パレード」が開催されました。当日は倉吉警察署、倉吉地区交通安全協会等の各機関・団体から約90人の参加者の内、倉吉市老人クラブ連合会は交通安全委員会委員や各地区の会員23人が参加し、交通安全週間をアピールすると共に、市民の交通安全意識の高揚を訴えました。



大山町老連の事業は、大山・名和・中山の各支部の活動を中心に、連合会としての活動があまりありません。各支部では本年度は、近年、コロナ禍で自粛していた運動会や研修、交流・懇親会等の再開を目標にして運営してきました。た。それぞれの場面で役員の確保、単体クラブ、会員拡大等々、課題は山積みですが「今出来ることを」をテーマに皆さんと協力して歩んでいきます。社会教育、福祉場面の情報交換、連携が出来ればと考えています。

**大山町**  
**今出来ることを**  
大山町老人クラブ連合会  
(通称 大山キヤラボクラブ)  
会長 清見 久夫

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

**富長眼科クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後 2:30~ 6:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜・日曜・祝日  
米子市東福原 6 丁目 5-61  
☎0859-36-2525

**パープル歯科クリニック**

【診療時間】AM10:00~13:00 PM15:00~20:00  
【休診日】木曜・日曜・祝祭日  
倉吉市山根 540-1 パープルビル 2F  
TEL.0858-24-6022

**阿部クリニック**

米子市福市 2276-1  
☎0859-39-7000  
耳鼻咽喉科：阿部 博章  
小児科：阿部 紀子

**ふなこし眼科  
ペインクリニック**

船越 泰作 (眼科専門医・医学博士)  
石倉 涼子 (眼科専門医・医学博士)  
船越 多恵 (麻酔科専門医・医学博士)  
米子市紺屋町 15 ☎0859-23-2754  
<http://www.funakoshiganka.com/>

**うなてクリニック**  
内科・外科・消化器内科・肛門外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~13:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:30	○	○	△	○	○	○

△15:00~17:30 休診日：日・祝日  
倉吉市宮川町 256-2  
☎0858-24-6133

**さいはく眼科クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
PM2:00~ 6:00	○	○	○	○	○	○

〈休診日〉水曜・土曜日午後、日曜、祝日  
〒683-0323 鳥取県西伯郡南部町倭485番地1  
TEL (0859)57-5340

市町村老連

活動報告

日南町

日南町の取り組み

日南町老人クラブ連合会  
会長 大塚 武史

日南町老連では、毎年総会に町長と福祉保健課長に御出席いただき意見交換を行っています。また、先日、非常に活

今年度も会員数の減少、単位クラブの消滅、連合会からの脱退等如何に対処すべきか話し合いました。更に日を変えて町長、副町長、福祉保健課長との話し合い



伯耆町老連と会員加入促進について意見交換



会員研修 (天橋立)



会員研修 (玄武洞にて)



福祉大会

八頭町

郡家支部福祉大会

八頭町老人クラブ連合会理事兼  
郡家支部副支部長 岸田 哲夫

コロナ禍で2会場に分けて行っていた福祉大会を今年度は久しぶりに合同で行い、約200名の参加で開催しました。

会場は郡家東小学校の体育館、椅子席を8割作りました。開会行事の後、7年ぶりにmottoひょうごの事務局長の栗木剛氏に「老後を楽しく生きるために」と題して講演をいただきました。人の心を驚掴みにするユーモアのある内容でした。

町老連理事の小谷秀雄氏が籍のマンドリン研究会の演奏には心慰められました。コロナがら類になったとはいえ開催時間を短縮、昼食懇談会はなく弁当は持ち帰りとなりましたが、楽しいひと時が過ごせました。

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

税理士法人 松本会計事務所

税理士 松本 正福  
税理士 松本 考史  
税理士 田中 大志

◆境港事務所  
境港市外江町 3801 ☎0859-44-6195  
◆神戸事務所  
神戸市中央区磯上通 8-1-1 テックビル7階  
☎078-242-2177

Happy Together まほろば税理士法人

代表社員 税理士 坂口 千加広  
代表社員 税理士 播間 光広  
社員 税理士 播間 和雄  
社員 税理士 播間 匡広  
税理士 河原 玲奈

本社 米子市河崎 1373 番地 4 TEL(0859)24-0306  
坂口事務所 米子市角盤町 4 丁目 109 番地 TEL(0859)32-7481

林原医院

■ 診療時間 ■  
午前 9 時～12 時 午後 2 時～6 時

■ 休診日 ■  
木・土曜日午後 日曜・祝祭日

琴浦町赤碓 1092  
☎0858-55-0305  
FAX/0858-55-0331

社会福祉法人 いずみの苑

・介護老人福祉施設・ケアハウス・高齢者向け優良賃貸住宅・グループホーム・有料老人ホーム(介護付)  
・短期入所生活介護事業所・通所介護事業所・居宅介護支援事業所・米子市淀江地域包括支援センター

米子市淀江町淀江1075番地  
TEL/0859-56-6888

<https://www.izuminosono.or.jp/>

社会福祉法人 赤碓福祉会

百寿苑

東伯郡琴浦町赤碓 1061-3  
TEL 0858-55-2051

まつもと薬局

東伯郡琴浦町赤碓 1091  
☎0858-55-2032



玉入れ

高齢者健康運動会が4年ぶりに東・中・西部の全地区で開催されました。玉入れやラダーゲッター等を通して健康づくりや仲間づくりを楽しみました。また、今年度は初めて競技を3地区共通の内容とし、県下1位を決定しました。

## 4年ぶり全地区開催

### 高齢者健康運動会



ラダーゲッター

### 各地区・各競技優勝チーム成績 (◎：県下1位)

	競技	団体	得点
東部 11月9日(木)	玉入れ	岩美町◎	88点
	ラダーゲッター	鳥取・佐治◎	38点
中部 9月29日(金)	玉入れ	倉吉市C	35点
	ラダーゲッター	三朝町A	33点
西部 10月20日(金)	玉入れ	伯耆町B	36点
	ラダーゲッター	伯耆町A	36点



令和5年度

県老連会長表彰 ●●●

【個人表彰の部】16名 (敬称略)			
本池 重信 (米子市)	山田 通 (伯耆町)	牧野 三男 (米子市)	光木 勝利 (伯耆町)
村尾 泰功 (米子市)	米田 速史 (伯耆町)	山口 博敬 (倉吉市)	田中 徳恵 (伯耆町)
川口 昭一 (境港市)	松原 茂春 (伯耆町)	山本 英輔 (境港市)	有田 博美 (伯耆町)
渡部 靖朗 (境港市)	椎木喜久男 (大山町)	岩垣 毅 (北栄町)	杉原 俊雄 (大山町)

【団体表彰の部】5団体	
誠道老壮クラブ	境港市
吉定老人クラブ	伯耆町
吉長老人クラブ	伯耆町
三部友の会	伯耆町
笹苞クラブ	伯耆町



令和5年度

全老連会長表彰 ●●●

【育成功労表彰】2名 (敬称略)	
岡森 裕	鳥取県老人クラブ連合会 会長
足立 勝也	境港市ことぶきクラブ連合会 副会長

  

【優良老人クラブ表彰】1団体	
宮原老人クラブ	伯耆町

  

【永年勤続表彰】1名 (敬称略)	
仲村 玲子	伯耆町老人クラブ連合会 事務局

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

**エポック**  
かやの

境港市上道町 3272  
☎(42)2597

**SANSHIN**  
株式会社 三伸総合設備

米子市目久美町 70 番地 6  
TEL (0859)34-6443  
FAX (0859)34-5066

米子の街の建築屋  
**谷口建築**

米子市灘町 3 丁目 134-6  
TEL.0859-57-5884  
FAX.050-3173-4527

EXTERIOR & GARDEN  
**有限会社 スギタ技研**

米子市古豊千 546-1  
TEL 0859-21-5461

総合建設業  
**TAHARA K.K.**  
株式会社 田原工業

米子市東山町 50 番地 1  
TEL:(0859)57-2483  
FAX:(0859)57-5939

お客様と共に“話し合う”。  
感動を共有することが私たちの喜びです。

**株式会社 小田原工務店**  
代表取締役社長 小田原勤

〒683-0853 鳥取県米子市両三柳 161-1  
TEL.0859-33-1036 FAX.0859-33-1387

小田原工務店 検索

ウォーキング

秋の健康ウォークinとっとり花回廊

県老連 広報委員 有田 博美

10月25日、ウォーキングを「とっとり花回廊」で開催し、総勢189名の参加者が秋の季節を満喫しました。

今回のウォーキングはクイズラリー形式で行い、1周1kmの展望回廊を含む、高低差40mにおよぶ園内各所に設けられた24ヶ所のポイントを巡り、クイズに挑戦するものです。マイペー

スに真っ赤なサルビアやコスモスを楽しみながら各所をまわるグループ、全ポイント制覇に向けて汗だくになって全ヶ所まわるグループ等があり、すれ違うグループと「次のポイントはどこ？」とあいさつ代わりにの会話や「綺麗な花だね」等のたくさんの会話が溢れていました。

また、閉会式では合計得点の多い上位5チームとくじで選ばれた15チームに賞品を贈りました。



クイズを解きながらポイントを巡りました



鮮やかなサルビアの花畑



賞品贈呈



開会式にて準備体操

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

クレーン作業一式

**公陽クレーン** 有限会社

米子市夜見町 2847-4  
TEL:(0859)29-3196  
FAX:(0859)29-3251

金属 (アルミ外装パネル・ステンレス手摺等) 工事  
屋根・板金・ALC (ハーベル) 工事  
エクステリア (物置・ガレージ・フェンス) 販売・施工

**大成産業(株)**

倉吉市清谷町2丁目63番地  
TEL.0858-48-1122  
FAX.0858-48-1123

Kaneda より快適なまちづくりへ

**株式会社 金田工務店**

本社 米子市古豊千 225 番地 1  
TEL.(0859)27-9200  
伯耆支店 西伯郡伯耆町溝口 162 番地 1  
TEL.(0859)62-1135

一級技能士の店 品質管理認定工場

**谷野畳工場**

・畳 (新畳・表替え・裏返し) ・障子・ふすま張替え  
・網戸張替え・カーテン・ブラインド

西伯郡大山町平田178-1  
**0120-534277**

鉄のことならおまかせ下さい

**フクイテック**

倉吉市下余戸156-2  
TEL 0858-26-3820

農業用資材全般

**東亜産業 有限会社**

米子市淀江町佐陀 380-21  
**(0859)37-4111**

男女共同参画推進事業

男女共同参画の  
研修会に参加して

県老連 広報委員 徳岡 和枝



講師 田中響氏による講演

9月13日に「男女共同参画を学ぼう！」と題した研修会を倉吉市で開催し、77名男31名、女46名が参加されました。

午前中は鳥取看護大学の田中響先生の講演で、人権という視点から男女共同参画について令和4年に倉吉市で開催された「日本女性会議in鳥取くらし」の報告とあわせて学び、自らの意思で社会のあらゆる分野の活動に参加することで男女間のバランスが保たれ、理想に近づ



講師の長谷川理恵氏による  
ワークショップの様子

くのではないかと思いました。午後からはBeingPr em代表の長谷川先生によるワークショップで、4人1グループで単語の書かれたカードを使い、自分が大切にしている言葉を3つ残していくカードゲームで自分のいきがいについて考え、自分を見つめ直すことができました。また、今回の研修会の参加者の半数近くが男性であったので、男女共同参画の研修会として非常に有意義なものになったのではないのでしょうか。



私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

不動産の売買・賃貸・管理・仲介等  
人の心に残る仕事  
株式会社  
**ミネプラス**  
米子市今在家 31-2  
TEL:0859-30-3788 FAX:0859-30-3789  
URL:<http://mine-plus.jp/>

**INATA**  
有限会社 稲田建設  
米子市旗ヶ崎 2314  
TEL.0859-36-8443

**KYORITSU**  
有限会社 共立製缶工業  
建設業許可鳥取県知事(般-1)第6341号  
米子市吉岡 356 番地 5  
TEL 0859-27-5152  
FAX 0859-27-5611

柔軟で斬新な提案。熟練の業と誇り。  
・機械部品各種 ・建築金物一式  
・厨房機器全般  
**ステンレス工機株式会社**  
西伯郡日吉津村日吉津 212  
TEL.0859-27-3288  
FAX.0859-27-0034  
<http://www.stainlesskouki.co.jp>

**SIB** 建築施工・管理  
建築設計及び工事監理  
株式会社 **サンユービルド**  
米子市兼久 695-4  
TEL.0859-30-3007

**MT** 建築塗装・一般塗装・防水吹付一式  
鋼構造物塗装  
有限会社 **森本塗装店**  
鳥取県倉吉市和田 4  
TEL (0858)22-8922  
FAX (0858)22-8950

中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会

令和5年度中国・四国ブロック  
老人クラブリーダー研修会について

県老連 広報委員 水野 彰



事例発表の様子



参加されたリーダー一同

「令和5年度中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会が令和5年7月6日～7日の2日間、山口県湯田温泉で開催されました。はじめに、基調報告として「老人クラブの現状と課題」について全国老人クラブ連合会業務部長の岡本ま

ゆみ氏が講演されました。地域共生社会の実現に向けて地域住民の支え合いやデジタル社会に取り残されない社会の実現が重要であり、クラブ運営にも工夫が必要となっているとのこと。

事例発表では9人が発表されました。

私は鳥取県老人クラブ連合会を代表して「とり方式認知症予防プログラム」普及促進の取り組みについてこの令和2年度から令和4年度の研修会の取り組みや課題に向けての令和5年度の取り組みについて発表をしました。また、「老人クラブカード」の取り組みで会員増強している事例や「助け合いチケット」を発行して「近所助け合い活動」をしている事例があり、今後の参考にしたいのではと思われま

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

- ステンレス・アルミ・スチール・その他金属製品
- 金属製手摺●金属製建具●装飾金物
- 金属製パネル
- その他各種製作金物・製作・施工

# 榎野工業

西伯郡日吉津村日吉津 2-7  
TEL/080-3880-9191



# 田中電機株式会社

米子市大篠津町3031番地  
(和田浜工業団地内)  
TEL/0859-25-0030

住宅用サッシ・シャッター・ガラス  
各種リフォーム、設計、施工、販売

# 有限会社 松本住器

境港市芝町1548番地1  
TEL/0859-44-4018



給排水衛生設備 設計・施工・管理  
空調換気設備

# 株式会社 シンセイ

【本社】米子市西福原 9-19-15  
TEL (0859)35-6560  
FAX (0859)35-6599  
【境港出張所】境港市外江町 2262-1  
TEL (0859)30-4750  
FAX (0859)30-4765



# 株式会社 愛幸建設

米子市米原 9 丁目 3-16  
TEL: (0859)21-0570  
FAX: (0859)21-4170



「運ぶ」「造る」で幸せを。

# 有限会社 柳田建設

米子市河崎 2535番地 2  
TEL: (0859)29-2055  
FAX: (0859)29-2003

ニユースポーツ体験会

球が弾むと、心も弾む



県老連 広報副委員長 北村 隆雄

令和6年10月に鳥取県 本として軽く柔らかい専  
で開催される「ねんりん 用のボールをバウンドさ  
ピックとつとり大会の正 せながら手のひらで打ち  
式種目となった「バウンス 合う楽しいスポーツです。  
ボール」は鳥取県発祥で年 県老連では健康づくりと  
齡問わず小学生から高齢 バウンスボールを盛り上げ  
者まで楽しめるニユース するため、東・中・西部地区  
ポーツです。3人1組を基 で体験会を開催しました。



簡単ながら奥が深い、バウンスボールに熱中!



10月5日に中部地区の  
体験会があり、あやめ池ス  
ポーツセンターに約40人  
の参加者が集まりました。  
鳥取県バウンスボール協  
会の方に指導していただ  
き、初めての方もすぐにプ  
レーに慣れ、和気あいあい  
と体験しました。  
これを機に高齢者の体  
力作りと、コミュニケーション  
に役立てたいと思  
います。

健康づくり・介護予防活動研修会

健康寿命を引き延ばそう

県老連 広報委員長 川口 昭一

10月11日倉吉体育文化  
会館に77名の県老連会員  
が集まり、山陰労災病院  
副院長の萩野浩氏を講師  
としてお招きし「ピン  
ピンコロリはみんなの願  
い」をテーマに研修会  
を開催しました。

我々が日頃気にか  
けている元気で日常生活を  
送れる健康寿命を保つ  
ために、ロコモ(運動器症  
候群)、サルコペニア(筋  
肉減少症)を防止するフ  
レイル予防について、数  
ページの資料を参考にし  
て詳しく説明をしていた  
だきました。難しい内容  
が川柳を活用して面白く  
話され、筋力が減少すると  
「つまずいて昔は恋で今  
段差・あがらない年金小  
遣いつま先が」を防ぐた  
めフレイル予防に努め「離



ユーモアも交えながら、楽しく学びました!

さない昔は君で今は杖」 会になりました。  
にならないために、日頃 会員の皆さん、健康寿  
命を延ばす生活にチャレ  
ンジをしましょう!  
から運動療法で筋力を維  
持し、また栄養療法で体  
力を保ちPPK(ピンピ  
ンコロリ)を目指す過ご  
し方を教わる楽しい研修



地域活動リーダー育成研修会

みんなで活動を楽しもう

県老連 広報委員 池澤 数昭

11月13日に「魅力ある老人クラブづくりで仲間を増やそう!」をテーマに研修会を開催し、59名が参加されました。

午前中は、伝達研修として、中国・四国ブロック



講演 (講師: 田川雅規氏)



リフレッシュ体操 (健康づくり推進員: 高塚勝氏)



伝達研修

次に、松友会長長瀬中部老人会の活動について松友会の水野会長からハイビスカスの見回り活動、ゆりりんサロンでの仲間づくりや健康づくり等の事例発表をしていただき、皆さんの良い刺激になっ

たようでした。 午後は健康づくり推進員の高塚氏による軽妙な進行でリフレッシュ体操を楽しみました。 その後、あそびの工房もくもく屋の田川氏に誰もが振り向く魅力ある老人クラブ会員になろうと題した講演をしていただきました。仲間づくりのためには老人クラブ会員の自分たちが活動を楽しむ、明るい表情でいることが大切であるという事等、楽しく分かりやすい話で参加者の目から鱗の表情を見ることができました。

「とっとり方式認知症予防プログラム」とは、「運動」「座学」「知的活動を組み合わせた一連のサイクルを連続して行うことにより医学的効果が全国で初めて証明されたプログラムです。

県老連 広報委員 庄倉 三保子

Zoomを活用し啓発研修会



zoom研修会

このプログラムを多くの方に知っていただくため、Zoomを使用したハイブリット型の啓発研修会を7月27日から令和6年1月23日にかけて、智



普及啓発研修会



「とっとり方式認知症予防プログラム」普及事業

に鳥取県作業療法士を迎え、ユーモア満載の講演、脳トレを併せた筋力運動、頭の体操を取り入れたゲーム(知的活動)等で1時間30分心地よい汗をかきました。

また、リーダー養成研修会も開催し、「知的活動」の実践を行いリーダーとしてのポイント等を学びました。研修会后、早速サロン等に活用された所もあったようです。

みなさんもフレイル予防や認知症予防に活用していきましょう。

頭町・倉吉市・米子市・鳥取市・大山町で開催しました。また、令和5年度は、啓発研修会にZoomで参加出来るよう、また自宅からこのプログラムに取り組めるよう、Zoom研修会を開催しました。



リーダー養成研修会

Zoom研修会では、講師

者側の方法を学びました。

地域文化伝承館視察

愛媛大会の活気に感動！  
情熱を鳥取に持ち帰る！

10月27日～30日の4日間、企画運営委員9名、実行委員5名、女性委員1名、事務局1名計16名で、第35回全国健康福祉祭えひめ大会「地域文化伝承館」の視察に行きました。鳥取を早朝に出発し、貸切バスで7時間半

かけて愛媛県松山市へ向かいました。前日準備と開館式～閉館式まで視察し、地域文化伝承館の出展、ステージ、おもてなしコーナー等について、それぞれの角度からの感想をいただきました。



壮大で、熱量溢れるステージに圧倒！



●**実行委員長 岡森裕**  
愛媛県の地域文化伝承館は、いろいろと考えられ、工夫されたとても素晴らしいものでした。鳥取県では、多くを教えていただき勉強させてもらったことを土台に、さらにより良いものにしていきたいと思えます。具体的には、演目表示、展示の広さや配置、動線などの工夫が必要ではないかと感じられました。しかしながら最も肝心なのは笑顔のおもてなしで「鳥取県はよかった」といつまでも心に残るものにしていきたいと思います。



視察参加者

●**企画運営委員長 水野彰**  
愛媛県の地域文化伝承館を視察して感じた事は、おもてなしの心が感じられとても工夫されていて、参考にすべき点がありました。出展では14ブースの内4ブースで体験・実演がりましたが、とつとり大会では、もう少し多くの体験ブースがあればと思います。出演では、様々なジャンルがあり良い点もありましたが、観客の少ない日もあり、出展・出演の来客者を増やすため、PR等を検討する必要があると感じました。

●**女性委員長 佐竹ふみ代**  
「地域文化伝承館のおもてなしコーナーが、展示ブースと一緒だったため少し落ち着かない雰囲気でした。長椅子に緋毛氈が敷いてあったため、抹茶が頂けるかと思いましたが、この地域の良質でおいしいお茶が提供されました。鳥取大会のおもてなしコーナーは入口に近く、かつ展示ブースと切り離して行いたいと思います。予算的な点もありますが、緋毛氈に拘るのであれば抹茶を提供できればと思います。また、コロナのことを考えると少し勇気がいると思いますが、机・椅子を並べ、お茶を提供しながら来場者とお話するのも気持ちいおもてなしに通じると思います。

●**広報委員 庄倉三保子**  
出展ブースでは実演や体験コーナーがありました。ブースのスタッフさんとおしゃべりしながら体験できたことで、いろいろな事も知れ、とても楽しかったです。また、ステージでは、会場が広く来場者数に比べ閑散とした印象を受けましたので鳥取大会はその点を工夫し賑やかな感じにしていきたいと思えました。地域文化伝承館以外にも、会場の正面には、休憩コーナーが多く設けてあり、そういう配慮は非常にありがたかったです。今回の視察者16名は、普段関わりの少ないメンバーでしたが、4日間と長い期間一緒に過ごした事で絆がより一層深まり、とつとり大会へ向けての思いも高まったと思えます。とつとり大会へ向けて広くPRし素晴らしい地域文化伝承館にしていきたいと思えます。





# ねんりんピックはばたけ鳥取2024 大会ボランティア募集集中!

全国から集まる選手・役員等を鳥取県ならではのおもてなしの心で温かく歓迎するとともに、式典やイベントをはじめ、大会の円滑な運営を支えていただく大会ボランティアを広く募集します。

- 活動期間** 令和6年10月18日(金)から22日(火)
- 活動内容** 開・閉会式やイベント会場での受付・案内、式典の運営補助、選手乗降駅・空港での歓迎 等  
※事前PR活動、おもてなし運動の提案・企画など 今年からの活動にもご参加いただけます。
- 応募方法** ホームページの応募フォームより申込み、または、応募用紙に必要事項を記入の上、下記応募先にご提出ください。

【問合せ・応募先】ねんりんピックはばたけ鳥取2024ボランティアセンター  
〒689-0201 鳥取市伏野1729-5 (社会福祉法人鳥取県社会福祉協議会内)

TEL: 0857-59-6338 FAX: 0857-59-6340  
メール: nenrinvc@tottori-wel.or.jp



▲ホームページQR

## 第36回全国健康福祉祭とっとり大会 ねんりんピックはばたけ鳥取2024 地域文化伝承館

【期間】2024年10月19日(土)~21日(月)  
【会場】米子コンベンションセンター

入場無料

高齢者が長年培ってきた豊かな経験・知識・技術を生かして取り組んでいる様々な地域文化・生活文化の伝承活動を展示・実演を通して披露します。また、地域に伝わる民俗芸能・郷土芸能を紹介・発表し、各世代間との交流等を図ります。



▲地域文化伝承館QR



### 編集後記

コロナも5類になり、今年度の秋は楽しいイベント盛りだくさん…と意気揚々だったところにインフルエンザや気温の乱高下等で体調管理に気を遣った方も多かったと思います。

このような中、各老人クラブでは日程、内容等工夫し、負けじと活動を進めていることが市町村老連の報告から伺えます。

今号は今年の10月に開催される「第36回全国健康福祉祭(ねんりんピック)とっとり大会」のイベント「地域文化伝承館」に向けて視察に行った、えひめ大会「地域文化伝承館」の報告記事もあり、盛りだくさんとなりました。

ねんりんピックの成功と各クラブの躍進に向け、共に頑張っていきたいと思います。

(広報委員 有田 博美)

### スポンサーへのお礼

この会報、「わかとりクラブ鳥取」は、スポンサーのご協力により発行されています。高齢者の活動に温かいご支援をいただき、深く感謝しています。どうか今後ともよろしくお願い申し上げます。  
鳥取県老人クラブ連合会

私たちは鳥取県老人クラブ連合会の活動を応援しています

一般土木工事  
暮らしのエンジニア  
**株式会社 吉村興産**  
倉吉市巖城690番地1  
TEL: (0858)23-0800  
FAX: (0858)24-6619

やはた歯科  
Yahata Dental Clinic  
診療時間  

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	/	●	●	/
15:00~18:30	●	●	●	/	●	●	/

 【休診日】木曜・日曜・祝日  
米子市東福原5丁目1-48  
TEL.0859-30-4182

空調設備・冷凍冷蔵設備  
設計施工及び修理業務  
**株式会社 えま空調**  
倉吉市下余戸162番地1  
TEL: 0858-26-1910  
FAX: 0858-26-1975

健康経営優良法人  
地球に優しい、人に優しい空間を一。  
**株式会社 あおい総合設計**  
Aoi Architects  
代表取締役 浦川 英敏  
【本社】〒683-0003 米子市栴生6-1-25  
TEL 0859-34-5811 FAX 0859-34-5812

NSC 鉄骨建築及び金物製作  
**株式会社 日伸建鉄**  
西伯郡日吉津村日吉津50番地3  
TEL (0859)27-1802  
FAX (0859)27-1857

**有限会社 景川鉄筋**  
米子市大篠津町前芝3278  
TEL.0859-28-8056