

第25号

■会員数 48,128人  
■クラブ数 926クラブ  
平成21年4月現在

◎この機関紙は、シルバー基金の果実を利用して、県下老人クラブ組織を通じ全会員に配布しています。



# とっとり県老連だより



「地区別研修会」  
南部まいちよこ音頭  
(南部町)



「女性リーダー研修会」  
(西部地区)  
ふれあいの里

## 「市町村老連リーダーセミナー」

グループワーク  
(プランナールみささ)



## 心新に

鳥取県老人クラブ連合会  
会長 高 澄子

天地に、春色が満ち、意欲もえるところとなりました。今年も、皆が健康で和やかに前進できますように、心よりお祈り申し上げます。さて、本年度の会員数は四八、二八名で、年々の減少が気になっております。

そこで、本年度は昨年に引き続き、会員の加入促進を図ると共に、若手委員会の組織化に取り組みました。若手の感性とやる気に大きな期待をし、加えて先輩の良き導きによって、この動きが会員増というクラブの勢いとなって、発展することを期待しています。

クラブの活動につきましては、活発な展開を誠に有難うございます。健康づくり・世代間交流・栽培・安全見守り・友愛・奉仕等々、仲間づくりや地域づくりに成果があがっています。今年にはウォーキングにも挑戦をしてみてください。

高齢者は社会の荷物ではなく、地域づくりに役立っており、健康自体が介護予防そのものです。胸を張って活動を展開しましょう。

## 平成22年度 県老連目標

### 「開かれたクラブ活動へ」

1 全国老人クラブ連合会との連携・協調のもとに取り組む。

魅力あるクラブづくりと加入促進

(1) 加入促進と若手会員の組織化

(2) 老人クラブの愛称設置

(3) 「全国三大運動」、「老人の日・老人福祉週間」(9月15日～21日)の運動推進

2 単位クラブ活動の活性化と市町村老連の充実・強化

(1) 老人クラブ地区別研修会(指導者)の開催

(2) 市町村老連リーダーセミナーの開催

(3) 女性リーダー研修会の開催

3 相互に支えあう健康づくり・友愛活動の推進

(1) 高齢者の「健康ウォーキング」の開催(モデル市町村)

(2) 「在宅福祉を支える友愛活動」の推進

## 若手高齢者組織の 結成と活動

今、全国の市区町村老人クラブ連合会では、老連のなかに若手高齢者を対象とした組織を結成し、活動するところが出てきています。

現在、都道府県・指定都市老連における若手リーダー組織は10老連となり、市区町村老連における設置も徐々に広がっています。

そこで、鳥取県老連としても、老人クラブ活動の活性化を図るため、若手委員会組織づくり検討会を立ち上げました。(H21年3月設置)

若手委員会組織づくり検討会委員の皆さんのご意見を、下記のようにまとめました。

県内の市町村老連でも、鳥取市老連・倉吉市老連・米子市老連・境港市老連では、組織づくりに向けて進められています。

また全老連若手リーダー組織化推進委員会では、若手高齢者に期待することとして、老人クラブに集まるさまざまな情報を地域の高齢者に発信していくことを求めています。おの「情報の発信」は、これからの老人クラブの重要な役割であると位置づけています。

これを機会に、ひとつでも多くの老連で若手リーダーの組織化が進められることを願っています。

### 若手委員会組織づくり検討会まとめ

#### 若手委員会組織づくり検討会名簿

①委員 10名以内

(市部4名・町村東部・中部・西部各1名・女性委員会3名)

②地区で協議の上、推薦

H21年3月3日～

選出区分	役職名	氏名	市町村名
市部	委員	上田 喜清	鳥取市佐治町
	委員	小矢野 馨	倉吉市
	委員長	石田 倫義	米子市
	委員	鈴木 祥三	境港市
郡部	委員	青木 静夫	智頭町
	委員	岸田恵美子	北栄町
	委員	井原 孝	伯耆町
女性委員会代表	委員	松浦 昭子	岩美町
	副委員長	会見 祐子	湯梨浜町
	委員	桑原 靖子	日南町
		計 10名	

名称	「若手委員会組織づくり検討会」
期間	H21年3月3日～H22年3月31日(4回)
検討会委員構成	委員10名以内 ①県内市部から4名(鳥取市・倉吉市・米子市・境港市) ②郡部から3名(東部・中部・西部各地区から各1名) ③女性委員会から3名(東部・中部・西部から各1名) ④この検討会に、委員長1名、副委員長1名設置
検討目的	若手会員の発想を活かし、老人クラブ活動の総合的かつ効果的な事業の推進を図るため、次に掲げる事項について協議し、老人クラブにおける若手会員の活躍の場づくりと老人クラブ活動の活性化を図ることを目的とする
検討内容	①若手会員活動の促進、組織化に関すること ②若手会員の加入促進に関すること ③若手リーダーの育成に関すること ④地域活動の推進に関すること ⑤その他若手会員の発想や行動力を生かした事業に関すること
検討結果	若手の目的と必要設置
	今後の課題

・中核リーダーの養成  
・若手を発掘してリーダーを育て、若い仲間を呼び込む  
・地域活性化のため、将来の老人クラブを背負う役員の養成  
・老人クラブの活性化(新たな発想・行動の導入)  
・組織の活性化(区市町村単位)  
・後期高齢者になると、過去にこだわり、新しい発想・アイデアに乏しい  
・60歳代の会員を増強しようとするれば、若手委員会が必要  
・地域の親睦を深める  
・楽しく地域づくりをアピールする  
・文化伝承、仲間づくり、組織の充実を図る

年齢のおおむね60歳～75歳(男女を問わず)

具体的組織の活動・・・当面は行事の「お世話」役から発展させる企画・運営に参画

・県老連若手委員会を設置  
・県老連理事会に若手リーダーを登用  
・市町村老連若手委員会の組織づくりの推進  
・会員加入促進運動の強力な展開  
・鳥取県老連としての愛称について検討

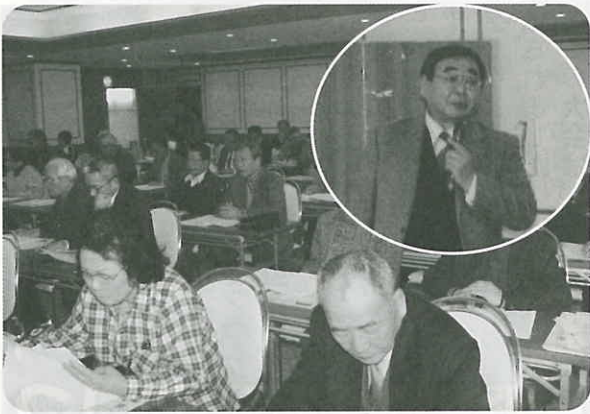
来たれ、若者よ!

平成21年度市町村老連  
若手リーダー研修会

(鳥取県老連主催)

県内の市町村老連で活動する「若手高齢者」(概ね75歳)112名が参加して、初めての若手高齢者の研修会を湯梨浜町(水明荘)で開催しました。

研修会では、鳥取県老連若手委員会組織づくり検討会 石田倫義委員長が、今までの経過報告を行い次に、日本福祉大学 中川晴夫教授が「老人クラブ活性化のため」と題して、児童虐待や自殺、高齢者犯罪といった地域社会の問題などに触れながら、地域のきず



講師のお話を熱心に聞かれる参加者の皆さん!

なを回復するためには地域活動の重要性や、老人クラブ活動の中で、若手の人がどのようなように取り組んでいくかなど分かりやすく講演されました。

鳥取県内で、既に若手委員会を設置して活動している米子市老連と、組織化に向けて準備を進めている境港市老連が、事例発表を行い、意見交換では参加者からたくさん質問をいただきました。

またまた、若手委員会の取り組みは、始まったばかりであり、この研修が、今後の若手委員会活動のきっかけになることを期待します。

若手委員会

活動報告

米子市老連

若手委員長 今岡 祐一

米子市老連は、平成20年度に若手委員会を設置いたしました。

年齢60代の方々は、老人クラブを人生の最終段階を迎えた方々の余生を楽しむ団体だとの認識で、入会を時期尚早と保留されます。

そこで当老連は、愛称を公募して「希望クラブ」と命名、「健康・友愛・奉仕」の三本柱の順序を、「奉仕」を第一とし、地域社会の

活性化を積極的に奉仕貢献することを優先することにしました。

① 日本伝統・良風美俗を次世代に引き継ぐ。

② 地球の温暖化対策に、会員各家庭が積極的に尽くす。

③ 二宮尊徳式方策で、地域活性化に協力し、喜んで働く。

④ 生命尊重・道義高揚・積徳養正・人格陶冶・王道邁進。

⑤ 公私自他一体・無私無我無欲の知足感謝生活の実践。以上であります。

この中で、若手委員が実施した環境対策事業の一部を紹介します。

◎ 県緑化事業に協働参加

○ 桜苗木七〇本植樹 10月31日

日野川土手沿い戸上水源地敷地内に米子青年会議所会員達とともに若手委員8名が朗らかに参加。将来法勝寺の、桜名所との連結を目指す遠大な構想であります。

○ 黒松苗四〇〇本 11月21日

皆生温泉公園敷地内に植樹。皆生プレイパーク運営委員会主導により地元自治会ほかボランティア10団体が参加、若手委員12名が喜んで奉仕しました。

近年、松食虫の被害が目立ち、虫害に強い黒松が選ばれ、植えられました。今後、弓ヶ浜海岸の松林にも事業が継続されます。



植樹祭 記念碑石洗浄に汗を流す

○ 山桜苗木4本植樹 11月23日

大山国立公園内楨原、植樹祭記念御製碑建立敷地。碑石洗浄・雑木伐採・雑草草・敷地整備等、地元有志とともに、若手委員四名が献勞奉仕に参加して、爽やかな汗を流しました。

以上植樹の苗木は、全て県当局の御指定御斡旋御指導によるものであります。

11月27日には「有効微生物活用講習会」が開催され、納豆菌の培養液の製造法を学びました。

若手委員会の発足により、新進気鋭の人材が発掘され、新規事業が可能となり、会員増加に繋がりました。ありがとうございます。

# 元気はつらつ! いきいき活動

## 大熱戦を展開 鳥取市高齢者ゴルフ大会

鳥取市老連  
健康部長 田見 義人

昨年七月七日「老人の明るいまち推進事業」のひとつとして、グラウンドゴルフ大会が盛大に開催されました。

この大会は、昭和六十二年に開催されて以来、連続と今日まで続いており鳥取市老連の大きな事業の一つとなっています。

例年、福部町のオアシス広場で開かれていましたが、今年度は、鳥取因幡の祭典「世界砂像フェスティバル」の会場として使用されたため、白兔グラウンドゴルフ場の本格的な公認ゴルフ場での開催となりました。

大会には、鳥取地域三十四地区と、新市域八支部(旧町村)より二百六十八名(男性百八十一名、女性八十七名)の仲間が集い、熱戦を繰り広げました。市社協の下石会長の挨拶とルール説明のあと、昨年度の男性の優勝者、池原増蔵さんと徳田信子さんが選手宣誓を

行い、試合開始となりました。

試合は三コート、二十四ホールで腕を競いましたが、本格的な会場であったこともあってか、ホールインワンが百三十一本と続出し、プレーヤーや応援者の歓声があちらこちらで上がっていました。

男女の部ごとに、優勝者、準優勝者、三位にトロフィーと賞状・賞品が、四位と五位には賞状と賞品が沖田博敬市老連会長から授与され閉会となりました。

さて、この大会は、毎回参加希望者が多く、人数制限(地区ごと)をして行っています。

最高齢は八十九歳、最年少は六十歳と年齢層も広く、また平均年



はつらつと選手宣誓



齢も七十三・五歳と若く、いきいきと目を輝かせてプレーされる姿は、「老人」という言葉とは程遠いものすら感じられます。高齢者相互の親睦融和と、生きがいと健康増進を目的に開催されるこの大会ですが、単位クラブによつては、異年齢間の交流を目的にグラウンドゴルフ大会を開催される所もあるようです。たかがグラウンドゴルフ、されどグラウンドゴルフ、多くの高齢者を集める魅力あるスポーツのようです。グラウンドゴルフを通して、新しい出会いを期待したいものです。



狙いを定めて「エイ！」

## 広報委員の取り組み

湯梨浜町老連  
広報委員長 伊藤 一男

今時の広報の役割は、とても広範囲で深く、重要な仕事だと理解しております。

その活動のいかんによつては、会そのものに大きな活力を与えたり、会員に大きな喜びを感じて頂

けると思いますが、一方では新規加入の促進を妨げたり、会の活動が鈍り魅力を失って脱会するきっかけを作つて、会そのものが衰退して行く原因にもなる等多くの不安もあつて、心配されているところであります。

この点について、各支部長は会員と加入集落の減少を問題にしておられ、その上、若手高齢者の加入促進も、重点に考えておられるようです。

心配されている大きな理由は、役員が大変で、なり手がないことが問題のように言われており、その対策が急がれるところではないかと思つて居るところです。

「私達広報委員全員が、元気を出して先頭に立ち、結束して立ち向かつて行こう」を合言葉にして、各支部で選出された委員六名は、日常生活の中に、会報材料を求めながら連携することを心掛けて居るところであります。

先ず、先進地である琴浦町との交流研修を行いました。その研修会で多くのものを学び、次のような発想の思いを会報に折り込み、掲載内容の充実を図つて、役に立つ会報発行に努力して行こうとしているところです。

- 一、発行は年二回とする
- 一、全世帯に会報を配付する



琴浦町老連広報委員との交流会

一、表紙と裏面はカラー印刷とする  
 二、掲載内容  
 ア 写真を多く取り入れる  
 イ 活動報告は連合・各支部  
 ウ 各支部の郷土自慢  
 エ グループ・趣味・作品の紹介  
 オ 八ページ程度とする  
 今までの会報は、会員のみ配布していましたが、町当局等のご理解ご協力により、全世帯に配布することとなりました。このことで、老人会の活動内容が町民全員に浸透し、新規加入促進にも連つて行くことを、期待しているところであります。十二月には、私達が構想し、練りあげた広報紙が出来上がりました。果たして、会員の皆様が期待し喜んで頂ける会報に仕上がります。

た、だろうか心配しておりましたが、各方面から「見やすく読みごたえのある広報紙に仕上がった」との声を頂き喜んでおるところです。私達広報委員は、「老人会に入つて良かった。老人会は年寄りの生き甲斐だ」と実感して頂けるような広報紙の発行に、今後も努力を続けて行きたいと考えているところです。

### 今こそ老人クラブが地域(ジゲ)起こしの原動力

日野町老連 会長 生田 秀正

中山間地の過疎・少子高齢化が急ピッチで進みつつある日野町は、高齢化率四〇・〇％に達し県下でワースト二位にある。本町老連は近年徐々に減少し現在は、八単位クラブ総勢二一七名の組織構成となりました。小規模となりましたが良くして行こうと意欲だけは十分持ち合わせており、国県の指標である三大運動「健康・友愛・奉仕」を軸足に、行政、社協、関係機関等と連携して「安心して元気に暮らせる地域づくり」を目指し一致協力して積極的に活動を展開しております。

一、健康づくりは重要な柱  
 老人大会(運動会)年一回、ボカボカ教室(健康診断・相談・筋

力向上・腰膝ストレッチ)、認知症予防(診断・食生活)、グラウンドゴルフ、ゲートボール、ウォーキング、温水プール利用、水中ウォーキング等六単位クラブが実施。



水入れ競争、こぼさないよ〜に!

二、ふれあいサロンで仲間づくり  
 既に、十数団体が取り組んでいますが、老連、社協で増大につとめております。

### 三、女性部が研修交流会

昨秋十月十五日三朝町女性部代表十五名の来訪を頂き、下黒坂沼南クラブ十八名に公民館・社協二名が参加して、「地域の期待に応える活動」をテーマに熱心に話し合いました。三朝町の知久馬二三子部長の経験豊富な実績など拝聴し、教わる実り多い研修交流会となりました。

四、食生活についてアンケート  
 高齢者が「元気で長生きの食

生活の指針」にする目的で実施し、その結果を広報活動で活用がはかられ喜ばれております。五、社会奉仕活動の推進について  
 ○町老連すべてが、ジゲの住みよい環境をつくるために、夫々の神社・佛閣、河川公園、オシドリ観察小屋周辺、ゲートボール場、グラウンドゴルフ場等々の清掃・整備作業を年間をとおして行い、関係の皆様から感謝されております。  
 ○中山間地交流田植と50周年記念体育祭並びに収穫祭  
 都市と農村との交流に、沼南クラブ挙げて支援しました。

**国営備北丘陵公園 (広島県 庄原市)**

**グラウンド・ゴルフコース**  
 充実の天然芝コース!  
 4コース32ホール・クラブハウス完備!  
 団体様のご利用大歓迎です!

備北丘陵公園は広島県北部に位置し、グラウンド・ゴルフをはじめ、広大な園内では1日をゆったりとお過ごしいただけます。春秋には、チューリップ・コスモスなど、季節の花々が一面に咲き広がります。4月8日(木)からは「春まつり」も開催します。

開園時間 ... 9:30~17:00 (季節により変動・毎週月曜休園日)  
 入園料 ... 400円 (団体20名以上・280円) 駐車料 ... 310円/日  
 グラウンド・ゴルフコース使用料 ... 100円 (クラブのレンタルもあり)

アクセス: 中国自動車道・庄原ICより約10分(4km)  
 お問合せ: 備北公園管理センター TEL 0824-72-7000

**モニター結果を活かして、みんなで考え、取り組もう！**

平成21年度テーマ「悪質商法や振り込め詐欺の被害防止」

◎鳥取県全市町村調査：協力した老ク連会員144人

《モニター（調査）結果の一部》

- ・過去1年間に訪問販売を7割、電話勧誘を8割の会員が受けている。
- ・訪問・勧誘を受けた5人に1人が、購入や契約をしている。
- ・購入商品は、健康食品・布団寝具・新聞・住宅関連サービスの順が多い。
- ・購入理由は「強引に勧められ断れない」が第1位。
- ・気軽に断れない即売会の参加は、8割が女性。商品は電気治療器・布団等。
- ・1割の人が身近に被害者がいると答えている。

(生活モニターは女性委員会が取り組んでいます)

# 老人クラブ活動が 悪質商法を防ぐ

- ・新しい手口・情報を学ぶ。
- ・繰り返し話題にして学ぶ。
- ・小グループの話し合いなどで理解を深める。

●学習機会を増やそう！（学習）



- ・結果をもとにした話し合い。
- ・会員の状況や地域で起こった悪質商法について調べる。

●結果を活かそう！（点検）

（22年度は市町村老連  
で取り組みを!!）

地区	研修内容
東部	講演「笑って泣いて健康長寿」 明穂整形外科医院 院長 明穂 政裕 氏 事例発表（女性委員会活動）
中部	講演「老化を防ぐ仲間づくり」 ～心と体の健康づくり～ 音楽指導者 原田 彰 氏 レクリエーション
西部	講演「きょうきのうあした」 島根大学医学部 准教授 木原 勇夫 氏 レクリエーション

（鳥取県老連女性委員会）

三地区開催の研修会は、初参加者が六割を占め、リーダーの輪が広がったことを実感しました。内容への評価も高く、22年度も楽しく役立つ研修を目指します。

（平成21年度）  
女性リーダー研修会  
四二〇名参集

- 声をかけ合おう、情報を届けよう！（実践）
- ・声かけ・見守り活動を広げる。
- ・情報提供や気軽に相談できる仲間づくりをすすめる。

緑に囲まれた山里で、ゆっくりと雲が流れている。ちょっと時間を忘れてみるのもいいかもしれませんね。



愛の村温泉 レストラン(和洋焼)

体験農園 特産品販売

愛が降りそそぎ、愛が咲く村。  
**愛の村パーク**  
ひがしあわくら AI no MURA PARK

岡山県美作市後山1872  
TEL0868-78-0202 FAX0868-78-0201

定休日：水曜日



天然温泉と展望露天風呂と月替わりの湯をお楽しみください。

泉質/単純温泉

- 交通アクセス ●智頭急行「大原駅」下車(車で約10分) ●国道429号線兵庫県との県境付近

# 平成21年度 県老連の主要事業報告

- 理事会(3回)・総会(2回)  
平成20年度事業報告・決算  
平成21年度事業計画・予算  
各種事業説明
- 県老人クラブ連合会と鳥取  
県福祉保健部との意見交換  
会
- (1)健康づくり・介護予防支  
援事業(健康ウォーキン  
グ)
- (2)若手高齢者組織・活動支  
援事業について
- (3)悪質商法や振り込み詐欺  
による被害防止モニター  
について
- (4)元気な高齢者(シニア)の  
社会参加の促進について
- (5)県老人クラブ連合会と県  
との業務提携について  
(出席者 県福祉保健部他  
8名・県老ク連会長役員  
8名・事務局)
- 女性リーダー研修会(東・  
中・西) 3地区開催
- 中・四国ブロック老人クラ  
ブリーダー研修会高知市・  
三翠園(参加者359名・鳥  
取県13名)
- ・基調報告(全老連)
- ・分科会
- ①「健康づくり・介護予防  
活動の推進」事例発表  
日野町会長 生田 秀正
- ②「地域支え合い活動の推  
進」
- ③「若手高齢者の組織化と  
活動」  
助言者 鳥取県老ク連  
会長 高 澄子
- ④「市区町村老連・単位ク  
ラブの活動強化」  
・講演「龍馬はやっぱり生きて  
いる!」講師 高知県坂本龍  
馬記念館 館長 森健志郎氏  
・全体会
- 市町村老連リーダーセミナー  
(参加者49名 ブランナールみ  
ささ)
- ・講義・活動事例  
「若手高齢者の組織化と活動」  
(袖京都市老連 若手委員会  
委員長 雑賀 晴彦氏  
・演習・グループワーク  
テーマ「若手委員会の目的・  
必要性について」  
・講義・実習  
「地球にやさしい生活」「エ  
コバッグ作り」  
講師 とっとり県消費者の会  
副会長 米村 妙子氏
- 健康づくり支援事業  
・実行委員会(2回)
- ・指導者養成講習会(3回)  
(講義・実技・発表・まとめ)
- ・修了証書交付
- 地区別研修会(参加者 東部437  
名・中部261名・西部249名)
- ・講演「地球を救う私たちのく  
らし」  
とっとり環境教育・学習アド  
バイザー 山本ルリコ氏
- ・地域事例活動発表  
東部(鳥取市・八頭町)  
中部(三朝町・北栄町・琴浦町)  
西部(米子市・日吉津村・大山  
町)
- 第38回全国大会(奈良県・鳥取  
県参加者8名)
- ・研究部会(第一～五研究部会  
式典)

(平成22年1月1日始期以降用)

## 老人クラブ傷害保険のご案内



ご加入タイプごとの掛金と補償額	基本タイプ(活動中補償)			上乗せタイプ(24時間補償)		
	Aタイプ	Bタイプ	Cタイプ	Aタイプ +3千円上乗せ	Bタイプ +3千円上乗せ	Cタイプ +3千円上乗せ
年間掛金	500円	1,000円	2,000円	3,500円	4,000円	5,000円
ケガによる死亡保険金額 (死亡・後遺障害保険金額の全額)	50万円	100万円	200万円	150万円	200万円	300万円
ケガによる後遺障害保険金額 ※注1	50万円	100万円	200万円	50万円	100万円	200万円
ケガによる入院保険金日額 ※注2	1,000円	2,000円	4,000円	2,000円	3,000円	5,000円
ケガによる通院保険金日額	650円	1,300円	2,600円	1,150円	1,800円	3,100円
活動中以外のケガ	—	—	—	100万円	100万円	100万円
ケガによる死亡保険金額 (死亡・後遺障害保険金額の全額)	—	—	—	—	—	—
ケガによる後遺障害保険金額 ※注1	—	—	—	—	—	—
ケガによる入院保険金日額 ※注2	—	—	—	1,000円	1,000円	1,000円
ケガによる通院保険金日額	—	—	—	500円	500円	500円

※注1 後遺障害保険金は、クラブ活動中のケガに起因する場合のみが対象となります。(後遺障害の程度に応じて、基本タイプの死亡・後遺障害保険金額の3%~100%が支払われます。)  
 ※注2 手術保険金のお支払い額は、手術の種類に応じて入院保険金日額の10倍、20倍または40倍となります。

上乗せタイプに関するご注意 上乗せタイプは職種別A(無職、年金受給者、事務従事者、販売従事者等)の方を対象としたものです。被保険者が危険な職務(職種別B(自動車運転者、探鉱・採石作業、建設作業、農林業作業、漁業作業、木・竹・草・つる製品製造業者))に従事した場合、上記保険金額から削減して保険金が支払われる場合があります。削減率は、死亡・入院・通院共通で25.5%となります。職種別A以外の方は、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。

**財団法人 全国老人クラブ連合会** 保険係 (取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 電話番号 03-3597-8768  
 通話料無料のフリーダイヤル **0120-000937** 受付時間 9:30から17:30まで (引受専事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社 (担当課) 医療・福祉法人部 法人第二課 電話番号 03-3515-4144  
(土、日、祝祭日休)

◆この広告は老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯普通傷害保険・普通傷害保険)の概要についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「老人クラブ傷害保険の手引き(平成21年7月改定対応版/平成22年1月1日始期以降用)」重要事項説明をよくお読みください。ご不明な点等がありましたら、全老連保険係または取扱代理店、引受保険会社までお問い合わせください。

◆保険法改正に関するご案内  
 2010年1月1日始期以降のご契約より、保険法改正による約款等の改定があります。詳細は、取扱代理店または保険会社までお問い合わせください。また、2010年1月以降、保険会社のホームページ(<http://www.tokiomarine-nichido.co.jp/>)に改定内容を掲載いたしますので、あわせてご確認ください。 1340-09-106 平成21年12月作成

…高齢者の『健康ウォーキング』推進事業始まる…



みなさんは一日何歩歩いていきますか。「ウォーキング大会」や「ウォークラリー」「歩け歩け」などに参加して、歩くことの楽しさを実感しても、生活の中での運動習慣につながっている人は多くありません。

いつまでも自立した生活を送るためには、日頃から意識して歩くことが大切です。健康づくりの第一歩は、自分の体力を把握して「ウォーキング」を運動習慣として定着していくことです。

平成22・23年度の2カ年計画で、高齢者の『健康ウォーキング』推進事業のモデル地区を指定して、「健康ウォーキング」に取り組みます。

一年目は、モデル地区として、次の5市町に協力いただきます。

鳥取市老連気高町支部・八頭町老連・倉吉市老連・米子市老連・境港市老連の皆さんです。

二年目は、別のモデル地区で開催します。ぜひ、参加したいと思われる市町村は、県老連までご連絡ください。

広がるウォーキングの取り組み

現在、厚生労働省がすすめる国民健康運動「健康日本21」では、2010年までに70歳以上の高齢者の一日の目標歩数として、男性6700歩、女性5900歩を目標にしています。また、多くの自治体で気軽にできる運動として、「ウォーキングの実施」が提唱され、大会の開催やコースの作成、整備が行われています。このような中、地域と連携して健康づくりの輪を広げていくことも、老人クラブの大切な役割と考えています。



平成二十一年度

全老連会長表彰  
受賞者

全国老人クラブ大会(奈良県)

平成21年10月29日・30日

【育成功労表彰】

県老連常務理事

竹本 英行(鳥取市)

境港市老連理事

竹中 業(境港市)

全老連活動賞  
受賞団体

【仲間づくり部門】

曲ふれあいクラブ(北栄町)

人形劇を通じた地域高齢者の仲間づくり

浦安南万寿会(琴浦町)

花壇の管理や「花いっぱいまちづくり運動」を通して、地域づくり・仲間づくり

会員章は  
老人クラブの  
シンボル



●会員章には、ピン止式とタック式の二種類があります。

◎頒価 一個700円

編集後記

老人クラブの会員数の減少は、クラブの組織自体が高齢化し、若手の加入が伸びないのが原因。

そこで組織の活性化と、加入促進を図る目的で、若手委員会を設立、全国的に盛り上り、県老連も設立に向けて動き出しました。しかし、クラブの中に、老人と若手の二組織を作ること、問題点があるのではと、心配する人もある。兎に角、船は動き出した、よく研鑽して、頑張りましょう。(川木勢逸記)

広報委員

- 委員長 豊嶋 潤(倉吉市)
- 副委員長 相見 寿子(鳥取市)
- 委員 湯川 宏通(若桜町)
- 委員 今岡 祐一(米子市)
- 委員 川木 勢逸(鳥取市)
- 委員 北野 昇(琴浦町)
- 委員 後藤 敏彦(日吉津村)
- 県老連 長石 三恵(西部地区代表)

発行 社団法人鳥取県老人クラブ連合会  
〒689-0201 鳥取市伏野一七二九一五  
TEL 0857-5916351  
FAX 0857-5916345  
県立福祉人材研修センター内