

# 陽だまり

第31号  
令和2年11月



きららクラブ山形

一般社団法人

山形県老人クラブ連合会

〒990-0021 山形市小白川町2-3-31 県総合社会福祉センター2階

tel (023)622-5601 fax (023)622-5606

ホームページ <https://www.kirara-yamagata.or.jp>

E-mail [yrouren@poplar.ocn.ne.jp](mailto:yrouren@poplar.ocn.ne.jp)

(編集・印刷) 株式会社ニチコミ

☎03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com>

## 第49回全国老人クラブ大会 開催への思い

今回の第31号は、「第49回全国老人クラブ大会」の特集号として発行する予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大にともない、大会開催が中止となったことからその代替企画として大会要覧を発行して記録に残

すことになりました。

大会要覧には、主催者のあいさつとご来賓としてご登壇いただきご祝辞を予定しておりましたご来賓の皆様から、全国の老人クラブ関係者の皆さんにメッセージをいただいております、その原稿を本

会報に転載させていただきます。

大会要覧の表紙と裏表紙



また、開催県が担当する役割では、全国各地から参加される多くの会員を温かく迎えるために「おもてなしメイト」を結成して、交流をはかる計画でしたが、その熱い思いとエネルギーを継承し全国に発信することにいたしました。

山形県のおもてなしの心を

全国に発信!



メッセージはがきに  
観光パンフレットをセット



山形の「おもてなし」を  
紅花に添えて

### もくじ

|                           |       |
|---------------------------|-------|
| 第49回全国老人クラブ大会開催への思い       | 1     |
| 主催者あいさつ                   | 2~3   |
| 来賓メッセージ                   | 4~7   |
| 女性委員会企画◆おもてなしメッセージカード贈呈活動 | 8~9   |
| 表彰・感謝状 受章者一覧              | 10~11 |

|                           |    |
|---------------------------|----|
| 県内一斉会員加入促進キャンペーン          | 11 |
| 再結成・再加入クラブ紹介              | 12 |
| 新規結成クラブ紹介                 | 13 |
| 「きららクラブ山形ホームページ」の厳選トピックス! |    |
| 「いがった川柳」をご紹介します           | 14 |
| おらほの事務局さん(西川町)／編集後記       | 15 |
| きららクラブ山形からのお知らせ           | 16 |





# 主催者あいさつ



公益財団法人全国老人クラブ連合会

会長 清家 篤

第49回全国老人クラブ大会につきましては、開催地である山形県老人クラブ連合会と協議のうえ、新型コロナウイルス感染症の拡大予防と、全国から参集される老人クラブ関係者の皆様の安心・安全を考慮し、誠に残念ではございますが、開催を見合わせることにいたしました。

全国老人クラブ大会は、昭和47年に全老連設立10周年を記念して開催したのが始まりで、以降毎年度、全国の都道府県・指定都市老人クラブ連合会に持ち回りいただき開催してまいりましたが、開催を中止するのは本大会が初めてのことであります。

しかしながら、このような状況下にあつて、私たち老人クラブが社会的な要請に応え、高齢者の当事者組織としてその範を示すことは、きわめて重要な意義があると存じます。

人口減少と少子高齢化が進展するなか、全国の老人クラブでは、フレイル（虚弱）予防を柱とする健康づくり・介護予防活動と、身近な地域の中で高齢者が相互に支えあう友愛活動を進めているところと。

このコロナ禍において、いわゆる3密（密集、密接、密閉）の状態を避けながら、どのようにこれら

の活動を推進していくのか。新しい生活様式が求められる今日、全老連といたしましては、専門家の知見とそれぞれの地域における取り組み事例を参考にさせていただきながら、今後の活動の進め方について、引き続きご提案申し上げてまいりたいと考えております。

本年度、表彰を受けられた皆様には、長年にわたり老人クラブの発展にご尽力されたご功績に深く敬意を表するとともに、心よりお祝いを申し上げます。今後ともご自愛の上、老人クラブ活動の一層の推進にお力添えを賜りますようお願いいたします。

このたび、開催こそは叶いませんでしたが、表彰を受けられた皆様方の名簿、また大会当日にご発表いただく予定であった活動事例や講演の要旨を収録した、この大会要覧を作成いたしました。ご覧いただけましたら幸いです。

最後になりましたが、本大会の企画・準備にあたり、いただきました山形県老連の亀谷会長をはじめ、役員員の皆様またご後援いただきました関係各位に厚く御礼を申し上げ、全国会員の皆様のご健勝とますますのご活躍を祈念いたしまして、ごあいさついたします。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

**永田歯科医院**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 9:00~13:00  | ● | ● | ● | × | ● | ● | ×  |
| 14:00~18:00 | ● | ● | ● | × | ● | ● | ×  |

休診日：木・日・祝  
上山市元城内3-62 TEL023-672-0215

**池田内科医院**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30~12:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:00~17:30 | ● | ● | ● | — | ● | — |

休診：日曜・祝日  
長井市台町6番1号  
TEL&FAX:0238-84-7333

**寒河江武田内科 往診クリニック**

呼吸器内科・内科・訪問診療

診療時間 月・火・水・金・土 9:00~12:30 午後 訪問診療  
休診日：木・日・祝

寒河江市中央1-14-36  
TEL 0237-86-2641

消化器内科・内科・外科・リハビリテーション科  
医療法人社団 仁陽会

**仁陽堂外田医院**

日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医 外田 博貴

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30~12:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:30~17:30 | ● | ● | — | ● | ● | — |

休診：日曜・祝日  
長井市栄町11-17 ☎0238-84-2004

精神科・心療内科・内科  
**かみのやま病院**

不眠症・もの忘れ・アルコール依存症  
☎ 023-672-2551 (代)  
不眠・気分障害などのご相談もしております。  
初めての方はお電話でお問合せください。

山形県内の皆さまと90年、  
精神科医療のパイオニア

24時間 対応可能

介護老人保健施設 **かなやの里**  
長期入所 短期入所療養介護  
☎023-677-1081 上山市金谷字下河原1370



一般社団法人山形県老人クラブ連合会

会長 亀谷 千代子

「おはようございます。ようこそ紅花の里山形においでいただきまして、ありがとうございます。す」とあいさつをする予定でお待ち申し上げておりました「第49回全国老人クラブ大会」は、このたびの新型コロナウイルス感染症の流行拡大とそれにともなう社会情勢等を受けまして、残念ながら中止を決定するに至りました。

全国各地からご参加をいただく方々を前にしてのごあいさつができなくなりましたが、多くの皆様方からは山形大会を楽しみにしていたのにと温かいお言葉や激励を賜り、大会要覧の発行に代えていただきましたことは、第49回の中で山形大会は最も記憶に残り語り継がれていくのではないかなと思っております。

さて、このたび栄えある全国老人クラブ連合会会長表彰受章者の皆様には、長年にわたり老人クラブの発展や高齢者の福祉向上にご尽力されましたことに、改めて敬意を表しますとともに、心からお祝い申しあげ今後とも、なお一層のご活躍をお祈り申しあげます。

また、この大会では「のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに少子高

齢・人口減少、地域の脆弱化等の変化の中、住み慣れた地域で自分らしく暮らしていけるように地域住民が支え合い、元気に活躍できる「地域共生社会」をめざし、3つの活動テーマにより全国各地で取り組んでおられます実践事例を学び合い、そして何よりもその出会いと交流は、私たち山形県内の会員はもとより県民にとりましてもかけがえのない貴重なものであり、本県の老人クラブ組織の活性化と発展につながるものと大いに期待していたところでもあります。

結びに、現在はコロナ禍の影響もあり、老人クラブ活動に限らず生活全般においても困難な時を迎えておりますが、一日も早く終息し平穏な生活を取り戻し脈々と築き上げてきた活動を地域の財産として、新しい生活様式の中においても、諸先輩方の思いと英知を結集し受け継いでいかなければならないと考えております。

次年度は四国香川県が会場となりますので、元氣でお会いできますことを楽しみにしてごあいさついたします。

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》 ■

社会医療法人 公徳会

介護老人保健施設

ドミール南陽

TEL.0238-40-3888

南陽市柊塚 940 <http://koutoku.or.jp>

鞍掛胃腸科内科医院

天童市東本町 1-6-20 TEL.653-2603

診療時間

午前 9:00~12:00 / 午後 2:00~5:00

※木曜・土曜は午前中のみ診療

休診日：日曜日・祝日

医療法人 豊田会

大江歯科医院

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:30  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:00~18:30 | ● | ● | — | ● | ● | — |

休診日：日曜、祝日、水曜午後、土曜午後

天童市東久野本2-11-10

TEL.(023)654-5560 FAX.(023)654-0025

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



反射材

の着用を!!

夜間外出の際は

一般歯科・小児歯科・口腔外科  
つねファミリー歯科

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~13:30  | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 15:30~19:30 | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ／ | ／ |
| 15:00~17:30 | ／ | ／ | ／ | ／ | ／ | ○ | ○ |

●休診日●水曜日・祝日

TEL FAX 023-674-8249

天童市芳賀タウン北5丁目6-27(イオンモール天童敷地内)

医療法人 積仁会

松下クリニック

医師 松下 靖

泌尿器科・内科 ※人工透析を行っております。

| 診療時間       | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日・祝 |
|------------|---|---|---|---|---|---|-----|
| 8:30~12:30 | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ／   |

14:00~17:30 ● ● / ● ● ▲ /

▲土曜日は15:00まで

長井市本町

1-9-27-1 ☎0238-88-2538





# 来賓メッセージ



厚生労働大臣  
田村 憲久

「第49回全国老人クラブ大会」については、「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマとして山形県で開催される予定でしたが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、やむを得ず開催中止となりました。大変残念ではありますが、そのような状況においても、関係者の皆様の御尽力により、山形大会を記念する要覧を作成いただいたことに心から敬意を表します。

本年は、新型コロナウイルス感染症による影響で、社会全体として外出や人と交流する機会が減少しており、高齢者の心身への影響も懸念されています。このような状況下でも感染症防止対策を徹底しながら、地域で暮らす方々が互いに支え合い、生きがいを感じながら生活していくことは、大変重要なことでもあります。厚生労働省においても新型コロナウイルス感染症対策に全力で取り組んでまいります。

さて、我が国は、高齢化・長寿化が進展し、「人生100年時代」を迎えようとしており、今大会のテーマでもあった「健康寿命の延伸」は時宜を得た、大変重要な課題と考えています。厚生労働省においては、高齢になっても住み慣れた地域で自分らしい

暮らしを続けることができるよう、医療や介護、生活支援等を包括的に確保する「地域包括ケアシステム」の構築を実現するべく取り組んでまいりました。その中では、高齢者の社会参加を進めることで生きがいや介護予防につながっていくことも大きなテーマとなっています。さらに、認知症の人の増加が見込まれる中、認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会を目指すことが必要です。厚生労働省では、認知症の人や家族の視点を重視しながら認知症関連施策を強力に推進していくこととしていますが、地域における支援体制の強化は欠かせません。

老人クラブで活動される皆様は、まさに身近な地域の中で見守り支援や支え合い活動に取り組むほか、健康づくり・介護予防活動や通いの場づくりなどの多様な活動を通して、健康寿命の延伸に向けた取り組みも率先して進めていただいております。このような活動がさらに活発に行われますことを期待しています。

最後になりましたが、大会主催者である「全国老人クラブ連合会」及び「山形県老人クラブ連合会」並びに開催準備や大会要覧の作成に御尽力いただいた皆様に対し、心から敬意を表するとともに、日ごろから老人クラブの活動に御尽力いただいている皆様の更なる御活躍と老人クラブの御発展を心から祈念いたします。私からの挨拶とさせていただきます。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

内科・消化器内科・内分泌内科

## たかはた内科医院

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30~12:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:00~18:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

日曜・祝日は休診

東置賜郡高島町福沢163-1

☎(0238)57-4350



医療法人

## かすかわ病院

内科・外科・在宅医療

| 受付時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 8:30~11:30  | ● | ● | ▲ | ● | ● | ● |
| 13:30~17:30 | ● | ● | — | ● | ● | — |

※14:00~17:00は往診 ▲8:30~11:00 休診：日・祝

東置賜郡高島町

大字高島 526-3

☎0238-52-4288

完全予約制

## つばさ皮膚科

予約専用TEL:(0237)43-0489

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:30  | ● | ● | ● | — | ● | ● |
| 14:30~18:00 | ● | ● | ● | — | ● | ▲ |

▲14:00~17:00 【休診】木・日・祝

東根市中央3丁目2-21

TEL:(0237)43-1241

## 桜井歯科医院

◆休診日◆

全休：日・祝

午後休：火・木

土

### 糠野目診療所

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 9:00~13:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | —  |
| 14:30~18:00 | ● | — | ● | — | ● | — | —  |

TEL.0238-57-3211

東置賜郡高島町福沢81-2

一般歯科・小児歯科・矯正歯科

## ますぶち

## デンタルクリニック

入れ歯専門担当医

高齢者歯科担当医がいます。

東置賜郡高島町大字高島 827

☎0238-52-0014



通院が困難な方、お気軽にご相談下さい  
住み慣れたご自宅での療養をサポート致します

医療法人社団 伍光会

## 北村山在宅診療所

24時間 365日対応

TEL:0237-41-0583

東根市温泉町 2-5-3





## 山形県知事

吉村 美栄子

「第49回全国老人クラブ大会」要覧の発行、誠におめでとうございます。

全国各地の老人クラブで活動されている皆様には、日頃より高齢者福祉の推進に多大なる御尽力をいただき、厚く御礼申し上げます。

また、このたび栄えある表彰を受けられた皆様に心からお祝いを申し上げますとともに、長年にわたる老人クラブの育成・指導などの活動に深く敬意を表します。

このたびは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から、大会の開催が中止となり、皆様を本県にお迎えすることができませんでしたが、本県には誇るべき美しい自然、歴史・文化、美食・美酒がたくさんあります。今後の皆様の御来県を心よりお待ちしております。

さて、総務省の統計によれば、令和元年10月1日現在、日本の高齢化率は28・4%であり、過去最高となっております。また、本県の高齢化率をみると、この数値を更に上回る33・4%で、実に県民の3人に1人が高齢者という全国有数の高齢県となっております。

こうした状況を踏まえ、本県では、一人ひとりが生涯にわたって健やかで心豊かに暮らすことができる地域社会の実現を目指し、「みんなを取り組む健康長寿県やまがた推進条例」を制定し、「健康長寿日本一」を目指した取組みを展開しております。

また、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる社会を目指し、医療や介護、住まい、生活支援などを一体的に支援する「地域包括ケアシステム」の実現にも取り組んでいるところです。

皆様が活動されている老人クラブは、地域を基盤とする高齢者自身の自主的な組織であり、スポーツや文化活動をはじめ、地域のニーズに応じた高齢者の見守りや生活支援などの様々な活動を実施されております。今後とも、皆様の豊富な経験と知識を活かし、高齢者の生きがいと健康づくりを進められるとともに、地域の高齢者を支える担い手としても御活躍いただくことを期待しております。

結びに、大会開催に向けたこれまでの準備、そして大会要覧発行に御尽力くださいました関係者の皆様に深く敬意を表しますとともに、全国老人クラブ連合会並びに全国の老人クラブの益々の御発展を心から祈念申し上げ、お祝いの言葉といたします。

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》 ■

## 食べ物数え歌♪

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。  
鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

肉 いち  
魚(うお) いち  
卵 いち  
牛乳2杯に豆ひとつ  
野菜は5皿に  
ご飯食べ  
おやつは果物  
かぞえうた♪



よく噛んで、歯を大切に!

医療法人社団

## 鈴木内科医院

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 8:30~12:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 休  |
| 14:00~17:30 | ● | ● | 休 | ● | ● | 休 |    |

南陽市宮内 4545-2 (R113号線沿い)

TEL:0238-45-3355

南陽マックスバリュ南側

## 大西眼科

| 受付時間        | 月 | 火  | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|----|---|---|---|---|
| 9:00~11:30  | ● | ●  | ● | ● | ● | ● |
| 15:00~17:30 | ● | 手術 | 休 | ● | ● | 休 |

0238-49-2400 南陽市赤湯 2875-1  
【電話予約も承ります】

## ふなやま歯科医院



☎ 0238-42-3057

東置賜郡川西町上小松1078-1

| 予約制           | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|----|
| AM9:00~PM1:00 | ● | ● | / | ● | ● | ● | /  |
| PM2:30~PM6:30 | ● | ● | / | ● | ● | ※ | /  |

※はPM5:30まで

【休診日】水曜・日曜・祝日(祝日のある週は水曜診療)

## さとうクリニック

肛門外科・消化器内科・外科・内科・漢方内科

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 15:00~18:00 | ● | ● | ● | ● | ● | × |

休診日：日曜・祝日

南陽市宮内 3500 ☎ 0238-47-3109



山形県議会議長

金澤 忠一

「第49回全国老人クラブ大会」要覧が発行されるにあたり、山形県議会を代表して心からお祝いを申し上げます。

全国の老人クラブにおいて活動されている皆様におかれましては、日頃から高齢者福祉の向上に多大なる御尽力を賜り、心から感謝を申し上げます。

また、このたび栄えある表彰を受けられました皆様、誠におめでとうございます。皆様のこれまでの御功績に対し、あらためて敬意を表しますとともに、今後の更なる御活躍を御期待申し上げます。

さて、本年7月に厚生労働省が発表いたしました昨年の日本人の平均寿命は、女性が87・45歳、男性が81・41歳となり、男女共に過去最高を記録いたしました。医療技術の進歩や健康意識の高まりのなか、平均寿命の対前年比は、男女とも8年連続のプラスであり、今後も平均寿命が緩やかに延びることが見込まれております。

これからの高齢社会を考えると、高齢者が互いに支え・励まし合いながら、楽しみを共にし、長寿の喜びを実感できる地域社会を形成すること

が大変重要であります。

こうした中、各地域の老人クラブでは、シニアスポーツの実施や、趣味・サークル活動を通じた仲間づくりのほか、幅広いボランティア活動や伝統文化の伝承活動など、地域を豊かにする活動に取り組まれ、地域で支え合う環境づくりに大きな役割を果たされております。今後とも、皆様がいままで培ってこられた豊かな知識と経験を地域社会に活かし、地域共生社会の実現に向けて御活躍いただくことを御期待しております。

山形県議会といたしましても、すべての高齢者が健康に生き活きと暮らすことができる、豊かで活力ある地域づくりに向けて、引き続き力を注いでまいりますので、皆様方の御支援、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

このたびは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため大会が中止となり、皆様を本県にお迎えすることができませんでしたが、本県には四季折々に表情を変える豊かな自然をはじめ、美食・美酒や豊富な温泉などが揃っておりますので、ぜひ御来県いただき、本県の魅力を御堪能いただきたいと存じます。

結びに、大会開催に向けたこれまでの準備と大会要覧発行に御尽力いただきました関係者の皆様に心から感謝申し上げますとともに、全国老人クラブ連合会並びに全国の老人クラブの御発展を御祈念申し上げます、お祝いの言葉といたします。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

内科・呼吸器内科・循環器内科

## 笹井内科クリニック

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ▲ |
| 14:30~17:30 | ● | ● | ● | ※ | ● | 休 |

※ 木曜午後は予約制（第3木曜は休診）  
▲ 第1・3土曜は休診

休診 日曜・祝日

米沢市堀川町 4-41

**TEL 0238-22-5221**

内科・胃腸内科・消化器内科・外科

医療法人 **大道寺医院**

院長 大道寺 浩一

休 診/日曜・祝日・土曜午後  
訪問診療/木曜午後

米沢市東 3-4-41

**☎0238-21-5353**

(医) 消化器内科 内科・消化器内科・胃腸内科

## 遠藤一平医院

米沢市中央 4-7-26 ☎0238-21-3161

| 診療時間         | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前 8:30~1:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 午後 2:00~5:00 | ● | ● | × | ● | ● | × |

休診：日曜・祝日・水曜午後・土曜午後

## 松田外科医院

診療時間

平日 9:00~12:30 / 14:00~18:00  
土曜 9:00~12:30 / 13:30~15:00

休診日/日曜・祝日

米沢市城西 4丁目 4番 25号

**電話 0238-21-1155**

医療法人 **E. 内科・外科**

## よこやまクリニック

米沢市東 1丁目 3-21

**TEL.0238-40-1884**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 14:30~17:30 | ● | ● | - | ● | ● | - |

※休診 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日

医療法人 **くまの医院** 内科 循環器内科

院長 熊野 仁昌

**☎0238-22-6000**

FAX.0238-22-6002

米沢市門東町1丁目4-4





山形市長

佐藤 孝弘

全国の老人クラブの皆様をお迎えし、「第49回全国老人クラブ大会」が山形市で開催されますことを楽しみにしておりますが、新型コロナウイルス感染症の影響により、それが叶わなかったことは非常に残念に思っております。一方、全国的先進的な活動を盛り込んだ大会要覧を作成されまことは、老人クラブ活動のより一層の発展につながるから大変意義深いものであり、大会開催の準備及び要覧発行にあたられた関係各位のご尽力に心から敬意を表します。

老人クラブは、少子高齢化や世帯構造の変化など、地域を取り巻く環境が大きく変化する中で、長きにわたり「健康・友愛・奉仕」を柱とする活動に取り組み、老人福祉の向上において重要な役割を担ってこられました。また、全国約520万人の会員の方々は、文化・スポーツを通じて健康活動、高齢者の見守りや集いの場づくり等の友愛活動、街の美化等の奉仕活動を中心に、幅広い活動に取り組みられています。地域の実情に応じた高齢者の健康づくりや地域づくりに多大なる貢献をいただいておりますことに、深甚なる感謝を申し上げます。

現在、我が国は世界一の長寿国となり、人生百年時代とも言われる中、本大会のメインテーマに掲げられた健康寿命の延伸や地域づくりへの参画が大きな課題となっております。

山形市といたしましても、「健康医療先進都市」の実現に向けて、「年齢を重ねても健康でいきいきと暮らせるまちづくり」を重点政策とし、介護予防と生きがいづくりを推進するための各施策に取り組んでおります。

このような中、豊富な経験や知識をお持ちの老人クラブの皆様による幅広い活動は、個々の生きがいづくりを超えて、支え合いの輪を広げ、地域共生社会の実現に大きく寄与するものであります。皆様方には今後とも、関係機関と連携していただきながら、活動をより一層活性化され、地域社会を牽引していただきますようお願い申し上げます。

さて、山形市は樹氷と温泉で名高い「蔵王」や松尾芭蕉が愛した「山寺」などを有する自然と文化にあふれる街です。秋が旬の「ラ・フランス」、郷土料理の「いも煮」、香り高い「そば」、濃厚な味わいの「山形牛」、米どころの「地酒」など、自慢の食もご紹介します。機会がありましたら是非改めて山形にお越しいただき、山形の魅力を存分にご堪能いただきたいと思います。

結びに、全国老人クラブ連合会のますますのご発展と会員の皆様のご健勝・ご活躍を心より祈念申し上げます。

## 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

社会福祉法人 みゆき福祉会

信頼・助け合い・地域と共に

地域密着型  
特別養護老人ホーム

**みずほの里**  
上山市牧野字清水21-1  
☎023-674-3388

**ながすずの里**  
上山市長清水2-5-19  
☎023-666-7780

指定居宅介護支援事業所

**なごみ**

デイサービス **花**      デイサービス **なごみ**

土祝も営業。お気軽にご相談ください！

寒河江市日和田 6 番地の 14

（お問い合わせ）TEL.0237-85-0753

株式会社 多田

**ながまち歯科医院**

米沢市春日 2-13-16  
☎(0238) 22-5118

| 受付時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日祝 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|----|
| 9:00~12:30  | ● | ● | ● | × | ● | ● | ×  |
| 14:30~18:30 | ● | ● | ● | × | ● | ● | ×  |

## ストレッチの一般原則

- ①反動をつけずに、ゆっくりと引き伸ばすように
- ②呼吸は止めずに、自然にリラックスして
- ③痛みのない範囲で、最低でも 30 秒はその姿勢を保持する

- ④引き伸ばす筋肉に意識を集中して行う
- ⑤なるべくひとつの筋肉ごとにストレッチを行うようにする
- ⑥特定の筋肉だけを行うのではなく、なるべく全身の筋肉に対して行う
- ⑦運動の前、後に行う

身体の柔軟性を高め、けがや事故を防ぎましょう！

無理せず、体を動かしましょう！





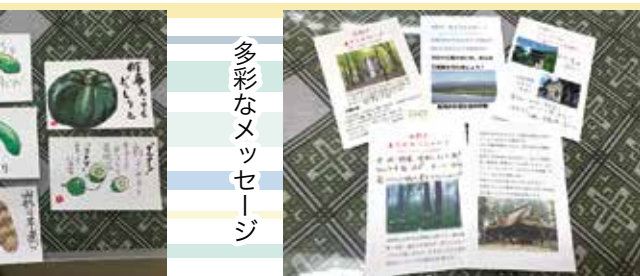
# 第49回全国老人クラブ大会 メッセージカード贈呈活動

「第49回全国老人クラブ大会」は、新型コロナと健康を第一に考慮し中止となりました。  
国から参加する老人クラブの仲間を温かくお迎えする「おもてなし」を実施する予定でしたが、活動の内容が変更されるため、お互いを応援しあうメッセージや山形のメッセージカード贈呈活動を実施しました。



「花笠」「さくらんぼ」「ラ・フランス」  
に来てください」を4つの方言を使って

オリジナルカードもありました。



多彩なメッセージ

## 各地域で『おもてなしメッセージカード』制作活動が行われました。

コロナ禍で老人クラブ活動が自粛傾向にあるなか、各市町村老連では、協力者を集めて制作活動することが難しい状況だったため、あらかじめ役員や女性委員に協力を求め郵送し、後日回収を行う方法や役員会の終了後に1〜2枚書いてもらうなど工夫を凝らしたメッセージカード作りが各地で行われました。

山形市老連女性委員会では、9月14日に市総合福祉センターを会場に女性委員17名が集まり制作活動が行われました。今年度初めての女性委員会、参加者には全員マスクを着用することと手指の消毒を徹底してもらい、1人4枚ずつ全国の仲間を思いながら心を込めて丹念にメッセージを書いてもらいました。参加者からは「久しぶりにペンをとって緊張した」や「手書きは大変だけどやっぱりいいものですね」という話が聞こえてきました。徐々に仲間と再会した女性委員は、各地区での活動状況など情報交換を行い、集まって活動する喜びを共感していました。



ソーシャルディスタンスを保ちながら



心を込めて手書き

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

学校法人 花岡学園

**楯岡幼稚園**

村山市楯岡荒町 1-6-35

☎0237-55-2425

**マアヤ保育園**

村山市楯岡荒町 1-6-7

☎0237-55-3271

社会福祉法人 こども未来創生会

**さくらこども園**

東根市神町北 5 丁目 5-18

☎0237-53-6555

**えだまつ歯科口腔外科クリニック**

院長 枝松 満

東根市神町北 5 丁目 5-17

☎0237-53-6480



健康祈願

**熊野大社**

南陽市宮内 3476-1

☎0238-47-7777

**小林ダクト工業株式会社**

- 換気設備工事 ●排煙設備工事
- 各種ダクト工事 ●総合建設工事(設計・施工)

寒河江市大字日田字五反 25-3

**TEL 0237-86-3148**

認可保育所

**つぐみ保育園**

天童市東芳賀 3 丁目 7-19

**TEL/FAX 023-651-1118**

株式会社 グリヴ

豊かなあそびと学びから  
一人一人に「生きる力」の基礎を育みます。

—— 学校法人 東陽学園 ——

**神町幼稚園**

東根市神町南 1-5-20 ☎0237-48-2311

**ひがしね幼稚園**

東根市中央 2-14-13 ☎0237-43-4548

**ルンビニー保育園**

東根市神町南 1-5-15 ☎0237-49-1515





## 全国に山形県の花「紅花」が 咲きますように。

おもてなしメッセージカードには、山形県の花「紅花」のたねを貼付し寄贈することになり、10月7日山形市老連女性委員会からご協力いただき『紅花のたね』の袋詰め作業が行われました。

各市町村老連からお寄せいただいた『おもてなしメッセージカード』は全部で1,031枚、小さな袋に紅花のたねを30粒ほど入れメッセージカードに貼付してもらいました。来年、全国各地で山形の「紅花」が咲くことを願いながら、一つひとつ丁寧に作業してくれました。



紅花の種を封入



仕分けも一つずつ手作業です

## 紫外線でカードを 丁寧に殺菌

各市町村老連から提出いただいたカードは、紫外線ライトを照射して感染予防を行っています。



女性委員会企画による

第49回

## 『おもてなしメッセー』

11月17・18日に山形県で開催を予定していたウイルス感染症拡大の影響を受け、参加者の安全と

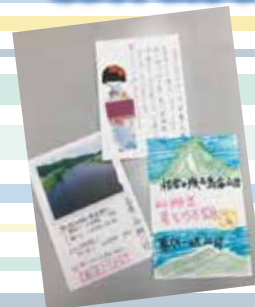
開催地であった山形県老連女性委員会では、全国のため、山形の文化や風習を取り入れた「山形のおもてなし」を変更して、コロナ禍に惑わされずクラブ活動を継続し、観光PRのメッセージを書いて贈る『おもてなしメッセー』



メッセージカードのデザインは、山形が誇る「将棋駒」を絵柄にして、タイトルに「山形」をつくりました。

## 写真や絵手紙、折り紙を貼ったス

あし  
折紙  
紙や  
いら  
った  
カス  
ドを



味  
のあ  
るイ  
ラ  
スト  
も



私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

子宝・安産・厄除けと開運の神さま

寒河江荘総鎮守

**寒河江八幡宮**

寒河江市八幡町 5-70 鎮座

☎0237-86-6258 fax0237-86-8507

<http://sagae-hachimangu.org> 寒河江八幡宮

3つの源泉全浴槽 100% かけ流し

**ゆ〜チェリー**  
寒河江花咲か温泉

入浴営業時間

6:00~22:00 (入館 21:00 まで)

寒河江市大字寒河江字久保 15

☎0237-83-1414 ●休館日● 毎月第1月曜日

みなさまの物流を支援いたします!

一般貨物自動車運送業

**株式会社 丸の内運送**

寒河江市高田 3-84-1

本社営業所 TEL 0237-86-2541

営業所：山形営業所・置賜営業所・仙台営業所

給排水衛生設備 / し尿浄化槽設備 / 換気設備  
空気調和設備 / 高圧洗浄工事 / 各種設備・設計・施工

**芳賀水道株式会社**

四市・六町上下水道工事指定店

寒河江事務所：寒河江市大字八楸 1447-1

☎0237-87-2003

西川事務所：西川町大字海味字太郎 720-16



土地と住まいのプランナー

**チェリー不動産株式会社**

寒河江市本町 1 丁目 9-17

TEL.0237-85-0488

**株式会社 さとう電熱**

TEL / 0237-86-6234

●電気設備工事

●融雪システム設計・施工

寒河江市若葉町 13-9

<http://www.sato-dn.net>



# 全国老人クラブ連合会会長表彰 本県受章者

## 【育成功労】

岸部滋(県老連副会長・

山辺町老連会長)

古瀬英子(東根市老連

副会長・女性委員長)

## 【優良老人クラブ】

金沢老人クラブ白寿会

(中山町)

## 【優良老人クラブ連合会】

鶴岡市老人クラブ連合

会羽黒支部

## 【永年勤続】

齊藤芳一(尾花沢市)

古澤智栄子(西川町)

金田睦美(白鷹町)

## 全老連活動賞

| 区分      | 受賞団体                      |
|---------|---------------------------|
| 仲間づくり活動 | 天童市 柏木町柏友会<br>小国町老人クラブ連合会 |
| 健康づくり活動 | 最上町 法田下幸寿会                |

## 老人福祉功労者 県知事感謝状

## ◆老人クラブの指導育成 に貢献

山形市 武田 波子  
山形市 太田 金廣  
山形市 大畑 政雄

山形市 熊谷英一郎  
山形市 堀 美枝子  
寒河江市 大場 直藏  
村山市 竹村 忠八  
村山市 青柳 閑政  
村山市 板垣 清丸  
天童市 東海林 榮一  
東根市 駒澤金五郎  
大江町 林 耕石

## 県老連会長表彰

## ◆育成指導功労

|           |           |           |           |           |           |          |           |           |           |          |           |          |           |         |
|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|----------|-----------|---------|
| 最上町 菅 喜代美 | 長井市 渡部 昭子 | 川西市 高世喜代子 | 飯豊町 片倉 義美 | 飯豊町 屋嶋 俊一 | 鶴岡市 手塚 晴夫 | 鶴岡市 森田 歩 | 鶴岡市 佐藤 勝昭 | 鶴岡市 野尻 廣幸 | 鶴岡市 門脇 文男 | 酒田市 青山 弘 | 酒田市 佐藤 一夫 | 酒田市 大島 久 | 酒田市 阿部 武彌 | 計26名    |
| 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部  | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部  | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部  | 鶴岡市鶴岡支部   | 鶴岡市鶴岡支部 |
| 伊田 隆 晨    | 佐藤 勝彦     | 本間 勇一     | 本間 勝彦     | 松山 諄      | 梅津 幸一     | 阿彦 秋男    | 今野 和夫     | 五十嵐 正樹    | 久松 富男     | 阿部 光子    | 矢口 實      | 鈴木 昭一    | 川合 庄一     | 栗城ミヤコ   |
| 村川 市郎     | 高橋美恵子     | 色摩 貫司     | 高橋 勇七     | 東海林 榮一    | 奥山 八郎     | 奥山あさゑ    | 長谷川宣政     | 松浦 正徳     | 安達 正幸     | 古瀬憲一郎    | 石川 紀夫     | 古城 紀夫    | 庄司喜一郎     | 住吉 正宣   |
| 早坂 五六     | 伊藤 久夫     | 有路 昭治     | 大石田町      | 大石田町      | 大石田町      | 大石田町     | 大石田町      | 大石田町      | 大石田町      | 大石田町     | 大石田町      | 大石田町     | 大石田町      | 大石田町    |

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》



有限会社 **犬飼建設**

一般建設業

村山市大字大久保甲 622-14

TEL:0237-48-6131

**SIBAKEN**

有限会社 **柴田建設**

●土木工事一式 ●建築工事一式  
●型枠工事

TEL:0237-54-3655

村山市大字稲下 1160-3



HACCP 導入型基準事業所

株式会社 **楯岡ハム**

村山市楯岡十日町 6-43

TEL:0237-55-2533

技術・心を形に、  
地域の発展と共に明日への飛躍

総合建設業  
株式会社 **マツダ建設**

村山市大字長善寺 266 番地

TEL 0237-56-2020



山形県知事許可(般・29)第300817号

株式会社 **板垣板金工業**

木造・鉄骨各種屋根板金・外壁工事業

村山市中央1丁目6-19

Tel:0237-53-4425

総合電気設備工事・設計施工

**村山電気工業** 株式会社

村山市楯岡中町 5 番 22 号

TEL:0237-55-2732





山形市  
不動会  
鶴岡市鶴岡支部  
加茂寿会（加茂地区）  
辻興屋松風会

### ◆優良老人クラブ

|      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |     |     |     |     |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 遊佐町  | 遊佐町 | 遊佐町 | 庄内町 | 庄内町 | 三川町 | 小国町 | 小国町 | 飯豊町 | 飯豊町 | 川西町 | 川西町 | 最上町 | 最上町 | 真室川町 | 真室川町 | 鮭川村 | 戸沢村 | 戸沢村 | 大蔵村 | 大蔵村 | 舟形町 | 舟形町 |
| 伊藤   | 石垣  | 阿部  | 毛利  | 原田  | 日向  | 北   | 本間  | 米野  | 中善  | 鈴木  | 佐藤  | 岸   | 菅嶋  | 佐藤   | 渡部   | 矢口  | 荒川  | 田中  | 国分  | 長南  | 治部  | 大場  |
| 良治   | 茂勝  | 満   | 健雄  | 博司  | 幸也  | トワ  | 堅策  | キヨ子 | 善三  | 孝幸  | 肇   | 隆美  | 彰   | 寛    | 毅    | 正利  | 勇雄  | 壽治  | 明   | 友藏  | 正義  | 茂春  |
| 計70名 |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |     |     |     |     |

## 令和2年度 県内一斉会員加入促進キャンペーン表彰 達成おめでとうございます

県内の老人クラブ会員数・単位クラブ数が減少にある実態を踏まえ、平成9年度から「会員加入プラス5人作戦」、さらに平成22年度からは3カ年を単位に計画・実施する「県内一斉会員加入促進キャンペーン」を、県内の老人クラブが共通の目標を持ち、一丸となって取り組みをすすめております。

表彰5区分を対象にして取り組み、その成果をまとめ、達成クラブを市町村老連から申請をいただきました。今年は、各部門をと

おして33老連より申請があり、135クラブ・3連合会が達成されました。

今後も、「地域に老人クラブの灯を消すな！」を合言葉に、県老連と市町村老連が一体となり、これまでの仲間づくりを基本にした新規会員を増やす活動に加え、現在あるクラブを活性化させることで、解散や休会してしまったクラブを再結成・再加入することと併せて、未組織地域に結成を呼びかける行動発展に取り組んでいきましょう。

| 区 分              | 市町村老連数 | クラブ数 | 会員増数 |
|------------------|--------|------|------|
| ①新規会員10%増        | 23     | 53   | 280  |
| ②新規会員5人以上増       | 22     | 46   | 306  |
| ③70歳未満会員割合5%増    | 11     | 27   | —    |
| ④再結成・再加入、新規結成クラブ | 6      | 9    | 283  |
| ⑤市町村老連会員増        | 3      | 3連合会 | —    |
| 計                |        | 138  | 869  |

鶴岡市温海支部  
湯温海老人クラブ  
新庄市  
泉田旭寿会  
大江町  
月が丘サロン会  
大石田町  
里老人クラブ  
舟形町  
堀内長寿会  
鮭川村  
向居老人クラブ

三川町  
土口永寿会  
遊佐町  
江地サクラ会  
計11クラブ  
尾花沢市  
西川町  
白鷹町  
齊藤 芳一  
古澤智栄子  
金田 睦美  
計3名

県老連会長感謝状  
朝日町  
株式会社 朝日自然観  
遊佐町  
鳥海自然文化館  
遊楽里  
計2施設

## 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

**駅弁** 米沢名物  
牛肉どまん中  
**新杆屋**  
〒992-0026 米沢市東 3-1-1  
**TEL 0238-22-1311**

**清潔で快適な毎日を**  
業務用リネンサプライ・クリーニング  
施設用カーテン・マットレスの販売 etc.  
**米沢リネンサプライ 株式会社**  
米沢市東大通 2-3-35  
**☎0238-23-4284**

**お客様に喜ばれる仕事を!**  
**有限会社 宮村産業開発**  
当社はアスファルト舗装工事の専門会社です。  
どんな小さな舗装でも施工いたします。  
**TEL:0238-40-0223**  
お気軽にご連絡下さい!  
米沢市花沢 241-7

不動産のことなら、ご相談下さい  
**株式会社 三陽不動産**  
営業時間 9:00 ~ 17:30  
定休日 日曜・祝日（事前にご連絡を頂ければご案内致します）  
米沢市金池6丁目9-56  
**☎0238-26-8351**  
URL [www.sanyo-fudousan.com](http://www.sanyo-fudousan.com)

**冬場のお風呂に要注意**  
●急に熱いお湯に入ると、血圧が急激上昇して脳卒中や狭心症などの原因になります  
●心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。  
入浴を短くし、胸のあたりまでつからないように気を付けましょう

ふとん丸洗いで健康な眠り  
●福祉用具のレンタル販売●  
**株式会社 アンミン**  
米沢市万世町片子 5152  
**☎0120-09-2101**  
お気軽にご相談ください



## 市町村老連の新規・再加入・再結成クラブのご紹介

### 再結成・再加入 クラブ

テラウチプラチナメン  
バースクラブ(尾花沢市)

会員数…39人  
会長…渡辺 優

### 地区の皆さんと一緒に支えあいながら

会員減少などの事情で10年以上活動を休止していました。しかし集まって話題になるのが、平均寿命が年々高くなる中、長い老後をどう過ごすかでした。そこで発起人会で協議。地区自治会を通じ回覧版で会員を募集し、39名(63～86歳)が入会しました。総会はクラブ名の決定で大いに盛り上がり、年寄りイメージの払拭にこだわりました。

今後の目標は、会員が自ら楽しむ場をつくり、地域に貢献することです。



お花見で集まった会員の様子

### 再結成・再加入 クラブ

東原どんぐり会  
(小国町)

会員数…36人  
会長…加藤 忠

### クラブ名も変えて心機一転

会員からの年会費徴収は行わず、地区自治会からの補助金と行事ごとの実費負担とし入会時の負担を軽減しました。若い年代にも受け入れられるようクラブ名は「老人」を使いませんでした。

月1回のサロン活動には約15名参加し、ワナゲやカーリンコンなどの軽スポーツ、季節の行事を取り入れ交流を深めています。会の結成と同時に新型コ



新しく生まれ変わりました

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

### 有限会社 天童住宅設備

上・下水道設備工事  
暖冷房設備工事 / 衛生設備工事  
各種配管設備工事  
土木工事 / 住宅機器販売  
設計施工

TEL:023-654-5729

天童市柏木町 2-6-21



### 有限会社 長谷部鉄筋

確かな技術で豊かな生活空間を支えます。

長井市白兎 1893 番地

TEL 0238-88-3668

「ゆとり」と「豊かな」  
明日のために……

### 葉山建設株式会社

長井市成田 823-6

TEL : (0238) 84-1222

FAX : (0238) 84-1287

### 病気の早期発見と予防につとめよう

1. 健康診査や健康相談を活用しよう
2. 健康について学習しよう
3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう
4. 歯を大切にしよう

水車プラント設計・製造・工事  
水土木機械設計・製造・工事  
厚板レーザ一切断・加工

### 芦野工業株式会社

TEL.(023)666-6192

天童市石鳥居 3 番地 1

<http://ashinokogyo.jp/>

あなたの心運びます

### カクシメ運送株式会社

天童市久野本 810-2

TEL.(023)654-3741





万歩計持ってウォーキング

集まったの手芸は  
楽しいな

地域の既存のいわゆる老人クラブは、男性主体で年齢もやや高く、活動内容に違いを感じていました。そこで元々の女性による手芸仲間を中心に呼び掛けを行

ない、その過程で活動の幅も広がってきているところです。活動は週1回・手芸・ウォーキング（新型コロナウイルス対策として「時間差スタート追い付きなし」のルールで実施）・ケーキ作りなどをを行っています。

## 女性の視点を取り入れて

### 新規結成 クラブ

## いろはの会

（高島町）

会員数…12人  
会長…宮曾根高子

### 新規結成 クラブ

## 大楯老友会

（遊佐町）

会員数…34人  
会長…伊藤 孝

## 100歳への健康づくり

昨年は健康づくり指定集落となり、種々の事業を行う中で自然発生的にクラブ結成の気運が盛り上がり、人生100年健康で過ごすため「同世代の仲間と交流を深めたい」と皆さんの要望でクラブを結成しました。毎週木曜日の夜に「100歳体操」で体力づくり、料理教室などの事業を実施し交流を深めております。クラブ設立の要望があっても役員のなり手がいないという課題があり、集



仲間と元気に体操

落の区長さんが代表者を兼務している状況です。「自分の健康は自分で守る」をスローガンにがんばっています。

私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》

自動車部品・ハウス金物・その他製造

**(株)山形樋口製作所**

ISO14001:2015 ISO9001:2015 認証取得

代表取締役社長 樋口 雅巳

図面を戴きましたら、金型・治具・検具を作成して、製品を立ち上げます。

南陽市大橋宇御殿跡282番地

TEL.0238-43-6254 FAX.43-6256

山形の味 サラミを是非ご賞味下さい。



Salami &amp; Sausage

**宮内ハム**

有限会社 宮内ハム直売所／南陽市宮内2508

TEL.0238-47-2102 FAX.0238-47-5543

本社工場／南陽市中ノ目47-5

TEL.0238-50-2345 FAX.0238-50-2346

産業・一般廃棄物収集運搬業

**有限会社 高島清掃**

東置賜郡高島町大字高島 2607-1

TEL 0238-52-0235

FAX 0238-52-0475



あなたの人生を  
1冊の思い出に。



株式会社 ニチコミ

http://www.nichicomi.com/

〒140-0014 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7F  
TEL.03-5718-3900 FAX.03-5718-3901

会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

JOWA  
ELECTRICAL COMPANY

私たちは、  
受配電盤設備や制御システムを  
専門に製造している会社です。

株式会社 上和電機

東置賜郡高島町大字石岡178-1

☎ 0238-57-5087 http://jowa-d.jp



**高陽電機株式会社**

東置賜郡高島町大字相森 653-4

TEL:0238-52-3120







引き継ぎ後もサポートしています

月山のある町西川町は、人口5136人・世帯数1838世帯（令和2年9月現在）という地域。そうした中で、老人クラブ連合会は昭和38年4月1日の設立から57年続き、クラブ数20、会員数843人からなる組織です。

地域の高齢者から「元気で頼りになるお姉さん」として親しまれている古澤智栄子さんは、平成9年4月に社会福祉協議会に入職。当初は他の団体の事務局を担当していたが、平成17年1月から老人クラブ連合会の事務局も担当することになった。古澤さんは「知識や経験豊富な老人クラブの方々からいろんなことを学ばせていただき、生きがいを持つていきいきと活動する様子を元気にもらうことも多い」のだとか。

「老人クラブ連合会の業務を担当するようになってからあつという間。このたび永年勤務をいただくことになり、これも老人クラブの皆さんや社協職員の

ご協力のおかげです」と感謝しているそうです。そして今年入職した古澤慶介さんに担当を引き継ぐことに。「コロナ禍のため中止になっていた活動が再開した際には、会員の皆さんと笑顔でやり取りができるよう後輩の背中を押したい」とサポートに徹することになりました。

老人クラブでは会員の減少や役員のなり手不足が問題になってきていますが、会員だからこそできる活動や、やりがいも多々あります。これからも「ダブルふるさわ」の活躍に期待します。



おらほの事務局さん

## 力を合わせて活動を支援



古澤智栄子さん(左)  
古澤 慶介さん(右)  
(西川町老人クラブ連合会)

### 編集後記

コロナ禍により、老人クラブ活動にも大きく影響が出ています。

これまでの、仲間づくりと集いを基本に活動を展開してきましたが、これからは知恵を出し合い工夫を凝らし3密を避け、非接触型の新しい生活様式を取り入れた試みの提案が求められています。

例えば、互助と共助を小地域単位に広げる取り組みを強化し、広域での事業実施においても期待が大きいく、市町村老連や県老連の果たす役割が重要であることから、通信機器を活用したりモットやオンラインなどで情報提供や交流を拡充する研修も取り入れていかなければなりません。

「人と人」や「地域と地域」のつながりを保ち、高齢者が孤立や孤独にならないよう、一日も早くコロナが終息して温もりを感じる距離で活動が再開できることを願っています。  
(高橋)

### スポンサーへの御礼

本紙発行に際しまして、ご協賛いただきましたスポンサー各位に対し、厚く御礼申し上げます。  
今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

■ 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》 ■

～ いつまでもお口を健康に保つために ～

# 知っていますか？ パタカラ体操

## パタカラ体操とは…？

加齢に伴い、筋力が弱ってくると、口周りの筋肉や舌の動きが衰えてきます。「パ・タ・カ・ラ」と発音し、食べたり話したりするときに必要な筋肉を鍛えることができるトレーニングです。

- ◆ 飲み込む力や噛む力の維持・向上
- ◆ 発音がはっきりする
- ◆ 誤嚥（ごえん）性肺炎の予防
- ◆ だ液分泌の促進
- ◆ 表情が豊かになる
- ◆ いびきや歯ぎしりの改善
- ◆ 口の渇きの改善



パタカラ体操には  
こんな効果があります



## 県老連令和3年度事業について

# 創立60周年に向けて

令和4年に県老連が創立60周年を迎えることから、令和3年度は会員加入増強をはじめ、市町村老連が取り組む「健康づくり事業」や「地域支え合い事業」の取り組み支援対応や市町村老連との連携強化・事務局体制整備の強化などを重点項目とし事業を展開いたします。

### 主な事業

#### 第55回山形県老人福祉大会

期日 令和3年9月2日（木）

会場 やまぎん県民ホール

#### 第14回公式ワナゲ全国交流大会

期日 令和3年10月8日（金）

会場 ヒルズサンピア山形（山形市）

「生命保険協会山形県協会」から  
ご寄贈いただきました

## 感謝して活用します

一般社団法人生命保険協会山形県協会より「公式ワナゲ全国交流大会」で使用する『公式ワナゲ用具』とスコア集計用の『プリンター』を寄贈していただきました。

第14回公式ワナゲ全国交流大会から使わせてもらいます！

ありがとう  
ございました



贈呈式の様子



スコア表などの作成に使えるプリンター



公式ワナゲ用具

### 第29回山形県健康福祉祭「美術展」（ときめきねんりんピック2020）開催見送り

新型コロナウイルス感染症の終息の見通しが立たないことから、参加者および関係者の健康・安全面を第一に考慮した結果、中止が決定いたしました。

|| 私たちはきららクラブ山形の活動を応援しています《南部版》 ||

## 「ニチコミ大賞 川柳!! 腕自慢!!」開催 シニア川柳作品募集中

【お題】  
**夫婦**

大 賞：商品券 10,000 円(1名)  
優秀賞：商品券 5,000 円(5名)

募集期間：令和2年12月31日まで



まずはクリック！

川柳 ニチコミ

検索

