

京丹後市老人クラブ連合会だより

あじさい

第31号

2025.1発行



狙いを定めて (R6.12.6 網野体育センターにて)

主な内容

新年挨拶 (会長・京丹後市長・市議会議長)	2
第45回京都府老人クラブ大会開催	5
丹後ブロック女性リーダー研修会	6
府老連若手リーダー研修会	7
活動報告	8
投稿コーナー	10
市老連公式ワナゲ大会	12

新年のご挨拶



京丹後市老人クラブ連合会

会長 吉岡

光義



明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。昨年8月末、「京丹後市総合計画審議会」の委員として委嘱され、久しぶりに町づくりについて、考える機会をいただきました。

私は、行政とは基本的に国も地方の自治体も「富の再配分装置」でなければならぬと思っています。富めるところから集めて、そうでないところへ富を配分してゆく機関であり、社会的弱者といわれる人々を救うのが行政の役目であると思っています。

しかし、20年前の小泉・竹中路線の構造改革という名のもとに、弱者や地方の切り捨てが行われ、行政の中に効率化、自由競争、自己責任の考え方が持ち込まれました。従来、行政の果たしてきたセーフティネットが取り払われたように思えます。

そこで何が起こったのか。格差の拡大、地方から都市への一極集中という国の歪みが顕著になり、弱肉強食の世の中となって、生活にゆとりや、のりしろがなくなつたように思えます。

このような状況の中で、地方の町づくりはどうあるべきなのかが問われているのだと思います。行政側の出してきた原案は、私の考えとは少し違っていたようです。

私たちはどのような町に暮らしたいのか。どのような町を次の世代に送らなければならないのか。私の町づくりはこのように思っています。

一つには、心や思想の自由です。いつも誰かに、何かにコントロールされている町や国ではありません。中国やロシア、北朝鮮のような国ではありません。

二つには、日々を楽しく暮らすことです。若者も年寄りも同等に限られた人生を私たちは生きています。楽しく過ごす仕掛けを行政は提供しなければなりません。

三つには、友だちがいて仲よく暮らすことです。争いの多い世の中になつていきます。住んでいてほつとする町、オアシスのような町です。

四つには、社会的弱者にやさしい、福祉の充実したセーフティネットの整つた町です。

五つには、官民の役割分担がしつかりできていることです。儲かるところは民に、不採算部門は官が引き受け、メリハリのある町です。

今、ウルグアイの元大統領ムヒカに関する本を読んでいます。ムヒカが我が国に向かつて投げかけた言葉があります。「かつての日本には、効率や成長一辺倒の西洋文化とは違つた別の文化、別の暮らしがあつたはずだろう。それを突然、全部忘れてしまったような印象が私にはある。」と。私たちは、経済的には豊かになりました。しかし、その経済成長の中で、失つてきたものがあることに早く気がつき、新自由主義の呪縛から解き放されなければならないと思っています。

こんな年寄りの繰り言は、この度の「総合計画」には生かされなかつた部分も多かつたと思いますが、私の主張は間違つていないと確信しています。

この稿をシュューベルトの「冬の旅」を聞きながら書いています。ラジオでは、北朝鮮が日本海に向かって飛行物体を発射したと報じています。トランプの返り咲き、プーチン、習近平、そして北朝鮮と今年の世界情勢はどのようなようになるのでしょうか。我が国はどのようなのでしょうか。年寄りにも、いささか心配になります。

今年が平穏な良い年にならないことを願わずにはられません。

いのちが豊かに輝き、喜びと感謝にあふれ 豊かさが広がり続けるまちへ

——京丹後市誕生20年のさらなる豊かな未来へ——



京丹後市長 中山 泰

あけましておめでとうございます。
皆様におかれましては、令和7年の新春をすこやかに迎えのことと、心より喜び申し上げます。

日頃から、吉岡会長様はじめ役員、会員の皆様の多大なご尽力と共に、「健康・友愛・奉仕」の精神の下、高齢者の健康の保持及び増進を図る健康づくり事業をはじめ、世代間交流事業、友愛訪問事業、市老連広報誌あじさいの発行、神社・公民館等の清掃や草刈りといった奉仕活動など、積極的に活動を展開され、高齢者福祉の向上に大きく貢献いただいておりますことに、深く敬意を表し、心より感謝申し上げます。

今後、高齢化により現役世代の労働力人口の減少が一層見込まれる中、持続的な地域の発展とシニア世代の活躍の場を広げていくためには、貴連合会の皆様の地域社会での幅広い活動やお力添えがますます重要となります。本市といたしましても、貴連合会の会員の維持・拡大への支援も含め、緊密な連携を図りながら施策の推進に積極的に取り組んでまいります。

また、本市は、総人口に占める百歳以上の長寿者が全国平均の3倍にもなる「百才長寿のまち」として全国から注目をされる中で、シニアの方がいくつになっても元気に活躍できる「百才活力社会の実現」を本市の重要な柱の一つに位置付け、ともに力を合わせて取り組みを進

めており、今後ともシニア世代の生きがいの充実、社会参加の促進とともに、生涯現役で活躍できる百才活力社会づくりに力を合わせて進めてまいります。

昨年は市政施行20周年の大切な節目を迎え、改めて、新市の豊かな発展に向けた市民の皆様のご尽力に心から感謝を申し上げます。人口減少などまだまだ課題は山積しておりますが、「課題や逆風」は遠く飛翔するための「浮力」にかえていく。豊かな自然環境や健康長寿への社会的志向の高まりなど京丹後への「時代の追い風」はまちの発展への「推進力」にしていく。そして、課題はきつと喜びへと代わります。今後とも、市民の皆様と力を合わせ、逆風も、追い風も、ともに高く、より前に、豊かな発展へと飛翔する、糧と宝にしてまいります。

そして本年は、「いのち輝く未来社会のデザイン」をテーマに大阪・関西万博が開催され、京丹後市は今、百歳長寿にさきわうまちとして社会的な関心を集めています。私たちのまちから、いのちが豊かに輝く、幸せとウェルビーイングにあふれる未来、誰ひとり置きざりにされない、喜びと感謝にあふれ、豊かさが広がり続ける未来へ、皆で一緒に前進してまいります。

最後に今、世界では、中東やウクライナでの戦闘がなお終結に至らず、ともに一刻も早い、戦闘の停止と平和の回復を市民の皆様と共に心から求め、祈念をしております。

本年が皆様にとつてますます喜びの多い豊かな年でありますこと心から慶び、お祈り申し上げます。新春のごあいさつとさせていただきます。



新年のごあいさつ



京丹後市議会

議長 中野 勝友

新年あけましておめでとうございます。京丹後市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、輝かしい新春を健やかに迎えることと心からお慶び申し上げます。

日頃より全国三大運動である「健康・友愛・奉仕」の活動を基本に、健康づくり・生きがいづくり・仲間づくりや世代間交流事業などの積極的な取り組みで、本市の高齢者福祉の推進に大きなお力添えを頂きますこと、深く敬意と感謝を申し上げます。

昨年を振り返りますと、新春は能登の大地震で始まり、9月には豪雨災害、年を跨いでもまだまだ復興の途上であり、改めてお見舞とともに1日も早い復旧・復興をお祈りいたします。

さて、本年の干支は乙巳(きのとみ)。諸説ありますが、乙は「草木がしなやかに伸びる様子」を、巳は「脱皮を繰り返すことから不老不死のシンボル」を意味するとされ、『再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく』年となることを願うところであります。



また、地域社会の人間関係の希薄化が進む中、仲間づくりや地域貢献活動などの老人クラブの活性化は重要であり、皆さまが培ってきた豊かな知識や経験は、活力ある地域社会を次世代に繋げていくためにも貴重な財産であり、引き継がなければなりません。

市議会といたしましても、住み慣れた地域で、いつまでも生きがいをもって暮らしていただける地域づくり、笑顔で暮らし続けられるまちづくりを進めてまいる所存でございます。引き続きご指導・ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたり、京丹後市老人クラブ連合会の益々のご発展、並びに会員の皆様のご健勝とご多幸を心よりご祈念申し上げます。新春のご挨拶とさせていただきます。

第45回

京都府老人クラブ大会 に参加



表彰状を受ける森口茂樹さん

第45回京都府老人クラブ大会が令和6年10月9日(水)、京都市内の京都テルサ(京都府民総合交流プラザ)で開催されました。

午前11時から始まった式典では、橋本俊次府老連会長のあいさつに続き、老人クラブ活動に尽力された方への知事表彰、府老連会長表彰が行われました。

本市老連からは、昨年度まで4年間2期にわたり会長職を務められた森口茂樹さん(丹後支部)が、府老連会長表彰者35人を代表して表彰状を受け取りました。おめでとうございます。

西脇京都府知事からの祝辞、来賓紹介、受賞者からの謝辞、大会宣言が読み上げられ第1部の式典は終了しました。

午後、第2部の講演会では、ご近所クリエイターの堺井保氏が、「老人クラブ発! つながり」で築く活き・生き・元気な地域づくり」を演題に、ますます高齢化する中で、老人クラブの役割や健康で長生きするための活動の重要性など、笑いを交えながらの話に参加者らは耳を傾けていました。

〔講師プロフィール〕
堺井 保(さかい たもつ)

1961年広島生まれ。

知的障害者施設職員、社会

福祉協議会福祉活動専門員などを経て、

2014年8月に「ご近所福祉クリエイション」を創設。講演、執筆、イラストクリエイター

として活動中。



大会宣言

私たち老人クラブでは、地域のつながりを基礎として、同世代の人々に呼び掛けながら「仲間づくり」を基本に、「生きがいづくり」「健康づくり」「地域づくり」の活動に取り組んでまいりました。

今、その活動は、健康教室やスポーツ、介護予防活動、子どもや高齢者の見守り・生活支援、交通安全や詐欺被害防止に関する活動など、幅広い分野に広がっています。

これらの活動は、誰もが住み慣れた地域で互いに支え合いながら生きがいを持って、安心して暮らすことができる「地域共生社会」の実現に必要な不可欠なものです。

私たち老人クラブ会員は、これまで取り組んできた活動に誇りを持ち、「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを」のメインテーマのもと、次の事項の実践を誓い、「ここに宣言します」。

- 1、健康長寿をめざす「健康活動」の推進
- 1、暮らしを見守る「支え合い活動」の展開
- 1、高齢期を豊にする「生きがい活動」の充実
- 1、様々な世代や団体と連携した「地域貢献活動」の推進
- 1、すべての世代が輝ける「地域共生社会」の実現

令和6年10月9日

第45回京都府老人クラブ大会

丹後ブロック女性リーダー研修会

京都府老連主催の丹後ブロック女性リーダー研究会が令和6年9月13日(木)、京丹後市で開催されました。

丹後ブロックの市町老連が、持ち回りで当番しているもので、今年度は本市老連が会場をお世話させていただきました。



相
研修会の様子

午前中の研修会は、

大宮町のアグリセンター大宮で、京丹後市役所長寿福祉課の田中佐妃子保険師が「認知症を学び みんなで考える」をテーマに講演をしていたいただきました。

その後、近くのセントラールホテル京丹後に移動し昼食、各老連から女性部の活動報告をしていただきました。本市老連では参加者全員に「健康長寿お守り」をプレゼントし、大変喜んでいただきました。

午後は郊外研修として、和久傳ノ森 安野光雅美術館(久美浜町)を見学。やさしいタッチの水彩画に、参加者ら目を凝らし観賞していました。

今回、この研修会が本市で開催されるにあたり、女性委員会では、参加者の皆さんをどのようにしてお迎えしようかと相談しました。

丹後七姫



J A 弥栄リズム運動サークルによる踊り



まず思いついたのが、京丹後市のキャラクター、丹後七姫でのお迎えです。会場に着いた参加者らは、衣装を身にまといロビーでお迎えする役員らに感激し、ステージで小森女性委員長から七姫の紹介がされると、スマートホンのシャッター音が会場に鳴り響いていました。

また、研修会のオープニングセレモニーとして、JA 弥栄リズム運動サークルのみなさんに踊りを披露していただき、研修会に華をさかせていただきました。

府老連若手リーダー研修会

シニアの健康づくりにもニユースポーツを活用

令和6年11月6日(水)、ハートピア京都において京都府老連若手リーダー研修会が開催され、府内の各老連から参加した90名が、モルック・トリコロキューブ・バツゴの3つのニユースポーツを体験しました。

モルック



バツゴ



トリコロキューブ



現在、多くの老人クラブが、会員の健康づくりにグラウンド・ゴルフや公式ワナゲ、ポッチャなどを取り入れていますが、更なるニユースポーツに触れ、学んでいただくことを目的に行われたものです。

特定非営利活動法人フレンドリー情報センター(大阪市)の指導員である西尾和久氏が講演し、スポーツは競技スポーツと生涯スポーツに分類されているが、ニユースポーツ

は生涯スポーツの中のひとつとして考案されたもの。生涯を通じて、いつでも、どこでも、だれでもが親しめ、高齢者の健康維持に効果的であり、また仲間づくりに役立つツールでは、と話されました。

その後、参加者らはチームに分かれ3つのニユースポーツをそれぞれ体験。西尾氏から競技方法や得点の付け方、数え方、ルールなどの説明を熱心に聞いていました。

活 動 報 告

京丹後市長杯 グラウンド・ゴルフ大会

令和6年10月1日(火)、網野町の八丁浜シーサイドパークにおいて、市老連主催の第11回京丹後市長杯グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

上位入賞者のみなさん



京丹後市長杯グラウンド・ゴルフ大会

吉岡市老連会長の挨拶のあと、来賓としてご臨席いただいた中山泰市長と中野勝友市議会議長から老人クラブ活動に対し感謝と激励の言葉をいただきました。
野波競技委員長の合図によりに第1ゲームがスタートすると、会場内に「カーン、カーン」とステックで弾かれた球の音が鳴り響いていました。



上位成績者

*同打数の場合、年齢の高い方を上位としています。

令和6年度丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会

順位	老連名	氏名	打数	H1打	2打	スコア
優勝	与謝野町	小田百合恵	53	2	15	47
準優勝	舞鶴市	小谷 要一	57	3	10	48
3位	舞鶴市	芦田チエ子	58	3	9	49
4位	京丹後市	足立 享之	58	3	9	49
5位	与謝野町	立川 文子	56	2	14	50
6位	宮津市	糸井 洋	56	2	12	50
7位	宮津市	細井 太市	60	3	7	51
8位	舞鶴市	三木 咲子	57	2	12	51
9位	与謝野町	畑中 民夫	58	2	14	52
10位	与謝野町	小田 文子	58	2	13	52

第11回京丹後市長杯グラウンド・ゴルフ大会

順位	支部名	氏名	スコア	1R	2R	3R	H1-1	2打	3打
優勝	網野	難波光義	55	18	15	22	2	9	11
準優勝	弥栄	梅田芳昭	55	17	15	23	2	7	15
3位	弥栄	辻村典昭	56	21	14	21	2	9	9
4位	網野	安達 亨	56	18	18	20	0	17	6
5位	網野	足立享之	58	21	19	18	0	15	8
6位	久美浜	板谷輝夫	60	19	20	21	0	13	10
7位	弥栄	福山東吾	62	23	22	17	1	8	12
8位	弥栄	岩佐利夫	62	24	18	20	0	13	8
9位	網野	山崎慶子	63	23	20	20	1	6	15
10位	網野	川上 敏	63	21	20	22	0	11	11

この日は、夏の空から、ようやく秋の気配が感じられるような空となり、参加者らは、紺碧の海と芝の緑が鮮やかにマッチした会場で、日本海からの爽やか風を感じながら、3ゲームを戦いました。

丹後ブロック グラウンド・ゴルフ大会

令和6年9月24日(火)、与謝野町の滝グラウンド・ゴルフ場において、令和6年度の丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会が開催されました。



丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会

本市老連から6チームが参加しましたが、今年はい京丹後市や支部での大会と重なったこともあり、網野支部と丹後支部のみの参加となりました。

会場は、名前のとおりグラウンド・ゴルフ専用のもので、スタート位置には腰掛け用の丸太の椅子が置かれており、競技中の休憩用として利用できなど、利用者に優しい施設となっていました。

また、グラウンド整備も行き届いており、参加者らは日頃練習しているグラウンドでの打球やスピード感の違いに少し戸惑いながらも、元気にゲームを楽しんでいました。

友愛訪問活動事業

健康長寿お守り

喜んでいただきました

令和6年度の友愛訪問事業は、昨年度に続き、手作りのお守り(健康長寿お守り)を200個作成しました。

令和6年12月9日(月)、特別養護老人ホーム満寿園(弥栄町外村)に50個を持って訪問、風邪やコロナの関係で入所者の皆さん一人ひとりにお渡しすることは出来ませ

お守りを贈る
紀平弥栄支部
女性委員長



んでしたが、代表者の方へ「健康長寿をご祈禱したお札が入っているお守りです」とお伝えすると、とても喜んでいただきました。

残りのお守りは、丹後ブロック女性リーダー研修会(令和6年9月13日)参加の皆さんに、お土産として活用、女性委員会の活動をアピールしました。

投稿コーナー

「こわいもの」四つ

網野支部 琴和会（掛津） 宮本肇 童

私は丹後町の小さな山寺で生まれ育ちました。幼い頃、母親から、世の中には「こわいもの」4つがある。それは、「地震・雷・火事・おやし（父親）」の4つだよ、と教えられ、その四つは今でも忘れられません。

まず、第1の「地震」ですが、何の前ぶれもなく、一瞬に大地を揺るがし、家屋を倒壊させ、時として津波を巻きお越し、火災を発生させて、多くの尊い人命や家財を犠牲にする、こわいものの王者です。

その地震は、古来から日本列島各地で発生し、そのたびに甚大な被害をもたらしてきました。私たちの丹後地方でも、昭和2年（1

927）3月7日にマグニチュード7・2の大地震が発生し、多くの人命を犠牲にし、家屋を焼失する悲劇に見舞われています。

第2は「雷」ですが、雷のことわざで、今でも忘れられない思い出があります。運悪く父親が不在の初冬の夜でしたが、夜中に突然、雷雨が起こり、激しい稲光と耳をつんざくような雷鳴に、電灯は消えて、山林を背にする山寺に、いつ落雷するか分からない恐怖に襲われました。こわさにおののく私たち3人を、母親がとっさに幼さない妹を背に負い、4歳の私を小脇にかかえ、2つ年上の兄の手を引いて、外に出て、真つ暗な石段を駆け降りて、下の檀家の家に、助けを求めて逃げ込んでくれたのです。その夜の恐怖は、今でも忘れることはできません。

この雷も、いつ、どこで発生するのか分からず、その度に落雷による家屋火災や山林火災を発生させる、こわいものです。

第3のこわいものは「火事」です。この災難も、身近かな自宅の惨事を体験しています。

突如として吹き上がる火災の中、だいたい家屋が崩れ落ちる惨事は、地獄の夢を見るような恐ろしさです。この火事は、火元の不始末や、時には漏電による出火などによる災難で、常に用心しなければならぬ、こわいものです。



第4は「おやし（父親）」です。幼い頃の父親は、こわい存在でした。朝起きをぐずつしていると、急に布団を引きまくり、大声でどなりつけられたり、受け持ちの庭はきをしぶったりしていると、突如ほうきの柄で頭をなぐりつけたりする父親は、やはり、こわい存在でした。

時代が移りかわり、平成から令和の時代になって、こわいもの4つに、異変が起きています。

男女平等、人権尊重が大切に考えられる今、

父親のこわさは影をひそめ、それに変わるこわいものは、毎年、日本列島を襲う、大型の台風です。地球の温暖化が進み、大気の状態に異変が起きて、大型の台風がひんばんに発生するようです。

今年、令和6年の8月で、すでに10号の台風が、日本列島に吹き寄せ、各地に大きな被害をもたらしています。家屋も吹き飛ばすような強風と、線状降水帯と呼ばれる大雨により、河川が氾濫、洪水を起こして、山崩れや家屋を流失させたり、田畑の冠水などの大被害をもたらす惨事が、多発しています。

昔から言い伝わる「地震・雷・火事・おやじ（父親）」のおやじに代わって「台風」が現代の四つめかも知れません。

いずれも優劣のつけ難いこわさを持つものですが、このような時代に生きる私たちは、常々このこわさに対する防災意識を高めて、日頃の備えを疎かにしてはならないと思います。



編集後記

新年明けましておめでとございます。

市老連の会員数は現在、約1200人余りとなっています。発足時は5600人ほどでしたので、大幅に減少したことになります。高齢者人口は増えているのに、老人クラブ会員数は一向に増えません。何故、増えないのでしょうか。その要因として、役員の成り手不足によるクラブの解散や休止、加入年齢に達した方の老人クラブに対する意識の変化などが挙げられ、全国老連の指導のもと会員増強促進運動が全国的に取り組みましたが、目立った成果は表れてはいません。

老人クラブは、高齢者の健康づくりや生きがい、仲間づくりを基本的に活動してきており、地域社会に大きな貢献を果たしてきたと言えますし、これからも期待されています。でも、今のままでは近い将来、対応できなくなるかも知れません。

2025年には、団塊の世代と呼ばれる人たちが75歳以上となり、5人に1人が後期高齢者となります。

現在の老人クラブという形にこだわるのではなく、これからも地域社会の中で高齢者が活躍できる場所の在り方について考えていくことも必要になってくるかも知れません。

今年も、市老連活動にご支援ご協力をいただきますようお願いいたします。

(事務局)

編集委員長 吉岡光義

編集委員 吉岡 崇・小谷 実・難波澄雄・小森明美

市老連公式 ワナゲ大会

網野体育センター

個人優勝

東 勇 さん (丹後支部)

480 点

団体優勝

古間東Aチーム (丹後支部)

1,127 点



公式ワナゲ大会が令和6年12月5日(木)、網野体育センターで開催され、参加35チーム、175人が3ゲームによる個人戦・団体戦を戦いました。

この大会も今回で第6回目を迎え、グラウンド・ゴルフ大会に続く市老連の大きな健康づくり事業として定着してきた感があります。寒い日予想していましたが、会場内は選手の手熱気により意外と暖かく、競技に集中できたこともあり、コートで高得点が出ると歓声の上がる大会でした。

2ゲーム目に久美浜支部の堀田洋二さんが見事、9本の輪を全ての得点棒に入れた、パークト(300点)を完成させると、対戦チームからも大きな拍手を受けていました。



令和6年度市老連公式ワナゲ大会成績表 (上位)

(個人) *同得点の場合、年齢の高い方を上位とします。

順位	支部名	チーム名	氏名	1ゲーム	2ゲーム	3ゲーム	総得点
1	丹後支部	古間東B	東 勇	180	120	180	480
2	久美浜支部	法沢クラブB	堀田洋二	60	300	38	398
3	久美浜支部	口馬地	岡 昭義	150	90	150	390
4	網野支部	砂丘会A	安達 亨	90	120	150	360
5	丹後支部	古間東A	野波雄二郎	180	60	98	338
6	網野支部	砂丘会A	野村正彦	150	33	150	333
7	網野支部	天寿会B	永島鈴子	93	24	180	297
8	丹後支部	古間東B	蒲田文夫	33	60	180	273
9	網野支部	浜詰松寿会B	今井梯子	120	90	60	270
10	網野支部	天寿会B	数多敏子	38	180	36	254

(団体)

順位	支部名	チーム名	1ゲーム	2ゲーム	3ゲーム	総得点
1	丹後支部	古間東B	380	282	465	1,127
2	網野支部	砂丘会A	378	268	390	1,036
3	丹後支部	古間東A	315	246	355	916

古間東B(東 勇・蒲田とし子・東 三江子・蒲田文夫・池本旭和)
砂丘会A(安達 亨・志水和枝・芝野みゆき・小岩千主代・野村正彦)
古間東A(森口茂樹・森口一子・松本幸子・小谷寿幸・野波雄二郎)



上位個人賞のみなさん
(左から堀田さん・東さん・岡さん)



団体賞の皆さん

随時、原稿を募集しています。

「あじさい」では、会員皆様からのお声をお届けする投稿コーナーを設けています。俳句や短歌、写真、近況報告、身近な出来事・感じた事など何でも結構です。原稿は各支部長か市老連事務局へ。