

# 福老連

第97号(令和4年6月15日発行)

福知山市老人クラブ連合会  
(愛称 ゆらがわクラブ福知山)

発行 福知山市老人クラブ連合会  
福知山市内記10-18 福知山市総合福祉会館内  
TEL 0773-23-0186  
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  
TEL 078-351-3387 <http://www.nichicomi.com>

## 新会長のあいさつ

### 健康づくり日本一を目指す 日々のくらし

### 「明るく・楽しく・優しく」



会長  
松本 和徳

## アクションプラン

### 1万5千名目標

この度4年度総会において塩見建男前会長から引き継ぎました松本和徳です。何分にも未熟な凡才ですが、よろしくご指導の程お願いします。

さて、昨今の情勢は3年越しのコロナとの共生はもとより内外共に厳しく身を引き締める情勢で、シニアにとっては住みにくい世の中となっております。特に日々の生活の中でも物価や経済生活の急激な変化にどう対処するか、健康・生活・暮らしの課題は大きいです。

そこで、高齢化と共に体力の衰えは加速し健康管理の大切さを痛感しております。

その為に会員相互の健康づくりに市老連は地域やご家庭での体力の維持管理を図り少しでも長寿を願う「健康づくり日本一」を推進して行きます。

市老連が主催する各イベントやご家庭で出来る小さな健康づくりの輪を広め市民の皆様とともに福知山市の健康づくりに邁進していきます。昨年はコロナ禍の中でも6,500名の皆様が各催しに参加して下さいました。特に今年は地域のスポーツ・家庭での個々にできる体操・ジョギング等の拡大発展を図り15,000名チャレンジを目標に取り組みます。私も108クラブの会長様にお出会いし日頃の体力維持とクラブ運営の新たな挑戦を提案します。今後皆様のご参加と輪を広め形あるものにご協力の程よろしく申し上げます。楽しみにしております。

## 退任のあいさつ



前会長  
塩見 建男

季節は初夏のすがすがしいころとなりましたが、コロナ禍が依然として続くなか、皆さま方におかれましては、健康に十分な配慮の日々であろうと拝察申し上げます。

さて、小生このたび市老連会長を退任するにあたり、会の運営、諸行事への参加など、多くの皆さま方にご支援頂きましたことに心から感謝と御礼を申し上げます。本当にお世話になり、まことにありがとうございました。

新しい生活様式が模索される昨今、市老連の掲げてまいりました基本理念「健康・友愛・奉仕」のもと、その存在意義の大切さを再認識するところです。

今後なお一層の会に対するご指導、ご鞭撻をお願い申し上げ略儀ながら、ごあいさつとします。

### 新会長に松本和徳氏

### 新副会長に衣川善一氏

### 新事務局長に

### 矢野利生氏を選出

令和4年総会は4月26日に、大橋市長・夜久社会福祉協議会会長を迎え、各代表60名による新年度方針を協議し信任されました。新会長は市民の皆さまと共に「健康づくり日本一」を目指します。(会長挨拶) コロナの完全収束は難しいですが、昨年の糧を活かしスポーツ・福祉向上の施策を見直し、具体的なアクションプランに沿った活動を推進します。今後とも「健康」・「参加」・「貢献」を基本に地域活動を充実させ、健康づくりを進めていくことを確認しました。



総会の様子

### 3年ぶりの

### ゲートボール大会

### 元気にプレー

保健体育部

5月19日(木) 北部総合グラウンドで16チーム約110名が出場し元気にゲートボール親善大会を開催しました。

会員の健康増進と交流を目的に開いていた大会でしたが新型コロナウイルスの影響で3年ぶりの開催となりました。この日は最高気温が28度近くと夏日でしたが、参加者の皆さんは、水分補給をしながら暑さに負けず狙いを定めてボールを打ち、和気あいあいとした雰囲気の中で競技を楽しみました。最高齢の出場者は、三和支部大身Bで出場場の西村政一様(95歳)でした。競技の進行や審判等ゲートボール協会のみなさまには大変お世話になりました。

- 各コートの優勝チーム
- 【1コート】石原
- 【2コート】戸田B
- 【3コート】混成
- 【4コート】夜久野B



ナイスショット!

### 春の

### 健康ウォーキング

保健体育部

大牟田市と対戦することになった住民参加型スポーツイベント「チャレンジジデー」に合わせ市老連も「春の健康ウォーキング」を5月25日(水)に実施しました。

午前9時に伯耆丸公園に集合し会員や一般参加、福知山市幼稚園の4歳児を合わせて60名が参加。開会にあたって大橋市長も来られ「市民のみなさんが健康に運動するきっかけとしてほしい」と激励を頂きました。

伯耆丸公園を出発し福知山観光ガイドの分かりやすい説明を聞きながら福知山城や城下町エリアにある3社(三木稻荷神社・森吉稻荷神社・内記稻荷神社)を巡る4キロ(園児は城まで)を歩きました。

キングをしながら福知山城や稻荷神社のことがよくわかったと好評でした。



内記稻荷神社へ到着

### 地球温暖化防止

### 街に緑のカーテン

社会活動部

今年は1,200本以上の予約申し込みがあり、調整するのに苦労しました。福知山高校三和分校から軽トラック3台で750本、さらに150本を追加し市民の皆さまにお届けしました。

4月28日から5月6日までの受け取りでしたが、各クラブのご協力でスムーズに配布が終了しました。

「緑のカーテン」が地球温暖化防止の一助となり実ったゴーヤの収穫も楽しみです。



お配りしたゴーヤ苗

## 2022年度 役員名簿

役 職	氏 名	学 区	地 区	理 事	女性委員	
顧問	香月 芳雄	南 陵	惇明一	西垣 文夫	木戸 利枝	
会 長	松本 和徳		惇明二	福井 浩二	盛岡 和子	
副会長	衣川 善一		惇明三	川本 義博	川崎 定子	
同	大江 喜次		昭 和	前原 成敏	今田 睦美	
同	根垣万里子	桃 映	庵 我	森本 忠典	植村 和子	
同	塩見 康郎	日 新	雀 部	塩見 義昭	田淵 順子	
支部長(三和)	細見 孝一		遷 喬	塩見 勇	田中 正江	
同(夜久野)	的場 正徹		成 仁	佐藤 亘弘	本田美代子	
同(大江)	和田 莊	成 和	修 斉	佐竹 守	向山 玲子	
常任理事	藤林八寿穂		上豊富	大槻 勝彦	赤井美代子	
同	福井 浩二	六人部	下六人部	芦田 信雄	安田ちよ乃	
同	的場 哲治	川 口	上川口	泉 昌良	西村由美枝	
同	川本 義博		金 谷	衣川 孝行	中川 悦子	
同	足立 麗子		三 岳	石田 卓	水島 富子	
同	塩見 嘉子		金 山	安達 昌彦	松田まゆみ	
同	中野久美子	(直轄)	自由クラブ	松本 和徳	松尾 和子	
会計監査	藤田 義雄	支 部	地 区	副支部長	地区女性委員	
同	桐村 博之	三 和	菟 原	田中 義信	佐土 清子	
事務局長	矢野 利生		細 見		野口 静	
事務局次長(兼任)	的場 哲治	夜久野	明 正	夜久 弘明	衣川たゑ子	
事務局員	塩見 哲郎		育 英		夜久 欣子	
同	久下 榮子	大 江	美 河	廉屋 巧	藤田美枝子	
同(三和)	水谷 久代		美 鈴	大隅 巖		
同(夜久野)	塚本 鈴子		有 仁	村越 泰夫	大槻 雅子	
同(夜久野)	中島三枝子	事務局	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 企画、交渉、諸行事の調整</li> <li>・ 総務、庶務全般</li> <li>・ 各クラブの交流推進</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 会計全般</li> <li>・ 生活相談(単位クラブ)</li> <li>・ 自由クラブ事務局</li> </ul>
同(大江)	廉屋 巧					
生活相談	佐藤 剛					

○ 副部長 ( ) サポート部員

部 会	担当内容	構 成			
総務広報部	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 市老連大会</li> <li>・ シルバーリーダー研修会</li> <li>・ 広報誌発行</li> </ul>	部長	大江 喜次	○川本 義博	
			佐竹 守	西垣 文夫	
			塩見 哲郎	(大谷 孝依)	
文化教養部	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 研修旅行の企画</li> <li>・ 趣味の作品展・囲碁大会</li> <li>・ サークル活動の推進</li> </ul>	部長	的場 哲治	○藤林八寿穂	
			中野久美子	前原 成敏	
			安達 昌彦	森本 忠典	
社会活動部	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 交通安全・詐欺・防犯活動</li> <li>・ 社会奉仕活動の推進</li> <li>・ 人権文化のつどい</li> <li>・ 地球環境の取り組み(ゴーヤの苗)</li> </ul>	部長	衣川 善一	○福井 浩二	
			芦田 信雄	塩見 義昭	
			石田 卓	矢野 利生	
			塩見 嘉子	佐藤 亘弘	
保健体育部	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ スポーツ大会の実施</li> <li>・ 健康ウォーキング</li> <li>・ ワナゲや健康体操の普及</li> <li>・ クラブ健康づくり</li> </ul>	部長	塩見 康郎	○大槻 勝彦	
			泉 昌良	衣川 孝行	
			塩見 勇	福井 浩二	
			足立 麗子	塩見 哲郎	
福祉友愛部	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 相互支援活動(新地域事業等)</li> <li>・ 女性リーダーの育成</li> <li>・ 福祉施設の友愛訪問</li> </ul>	部長	根垣万里子	○足立 麗子	
			久下 榮子	塩見 嘉子	
			中野久美子	矢野 利生	

## ペットボトルキャップ・古切手・テレフォンカード 収集活動の報告とお礼

女性委員会・福祉友愛部



切手やテレフォンカードを寄付しました

社会福祉協議会等を通じて福祉関係団体等に届けさせて頂きました。ご協力ありがとうございました。

## 自主活動を 生み出す中元作戦

今年も加盟クラブの自主財源確保に向けて「夏の財源確保キャンペーン」として好評の「島原手延ベソーマン」を販売します。今年は品目を1種類つけ加えました。

お中元や夏の食には是非ご利用ください。各クラブに申込書を配布しましたのでご利用下さい。(期間は6月～7月末まで 詳細は事務局23-0186までお問い合わせください)

### コロナ相談室から

## 毎日実行

- ①手洗い ②うがい ③消毒 ④換気

古切手 27,100 枚  
 テレフォンカード 313 枚  
 ペットボトルキャップ(5kgづめの袋) 51 袋

### 事務局だより

新年度がスタートしました。矢野事務局長をはじめめ場哲治事務局次長、夜久野支部では中島三枝子さんを迎えスタッフをも一新し事業に取り組みます。

巣ごもりからの脱出で動きが徐々に加速しますが、皆様の積極的な参加で実りある事業の推進へとがんばります。

### 編集後記

総会後、ゲートボール大会、春の健康ウォーキングと続く中での97号の編集でした。少しでも多くの話題をと心がけましたが紙面の都合上次に。

クラブ員の皆様の楽しい記事が増えますよう活動を掲載して行きます。(文責：大江)

市老連 連絡先  
 [電話/FAX]0773-23-0186  
 [メール]f.shiroren@gmail.com



### 令和4年度 行事予定

月	日	曜日	行事
4	19	金	第1回本部役員会
	30	火	令和4年度総会 第1回理事会 女性委員会
5	19	金	ゲートボール大会(北部地域グラウンド)
	25	水	春の健康ウォーキング チャレンジデー
6	2	木	第1回相互支援連絡会(福祉会館)
	4	金	福祉施設訪問(中止)
	8	火	バス研修旅行(小旅行に変更)
	30	木	近畿ブロックリーダー研修会
7	5	火	第2回本部役員会
	13	水	第2回理事会
	14	木	「交通安全意識と防犯知識」の講習会(福祉会館)
	15	金	女性代表委員会
	19	火	新本部役員・新理事懇談会
8	20	水	府老連シルバーリーダー研修会
	28	木	市老連クラブ大会(ハピネスふくちやま)
	27	金	ワナゲ講習会(福祉会館)
	2	金	安全安心・スマホ講習会(福祉会館)
9	17	土	趣味の作品展(~18日)(福祉会館)
	20	火	全国一斉社会奉仕の日
	4	水	丹波ブロック女性リーダー研修会(亀岡市)
10	8	金	秋の健康ウォーキング(天橋立)
	18	火	第3回本部役員会
	28	金	第3回理事会
11	1	火	地区別グラウンド・ゴルフ大会
	8	金	市老連シルバーリーダー研修会(ハピネス)
12	16	金	女性委員・理事合同情報交換会
	6	金	第4回本部役員会・互礼会
1	17	火	第4回理事会
	23	木	第2回相互支援連絡会
3	3	金	囲碁大会
	10	金	地域活性化事業(いきいき大会)