



第62号(令和6年7月)

宮津市老人クラブ連合会

発行人 橋本俊次

事務局

宮津市地域ささえあいセンター

電話 (0772) 22 - 2090

## 令和6年度に向けて

(財)京都府老人クラブ連合会  
宮津市老人クラブ連合会

会長 橋本 俊次

市老連の会員の皆様には、お変わりなくご健勝にお過ごしのこととご推察申し上げます。

令和6年4月23日、福祉教育プラザにおきまして、宮津市老人クラブ連合会の総会を開催いたしました。ご多忙の中、来賓といたしました、宮津市長 城崎雅文・宮津市議会議長長本義浩・京都府議会議員中島武文・宮津市社会福祉協議会会長小田和夫様のご臨席を

賜り、盛会のうちに終えることができませんでした。

今年は役員改選の年に当たり、特に永年ご尽力を頂きました岩田進・齊藤正剛両副会長がご勇退されました。心より謝意を申し上げます。

さて、今年度の主な事業につきましては、6月27日には近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が10年ぶりに京都テルサで開催されました。研修会の第3分科会で吉津長寿会の糸井洋会長が会員増強の取組みについて発表されました。ありがとうございました。

また、年初めに発生した石川県能登地方を震源とする地震は、石川県のみならず富山県・福井県・新潟県など広範囲にわたり大きな被害をうけました。被災者の方々に、お悔やみとお見舞いを申し上げます。

つきましては、地震災害復旧に向けて全老連会長から「救援拠金」の協力依頼があり、京都府老連・宮津市老連も賛同し、毎年の総会でご協力いた



いている一円玉拠金から協力いたしました。あわせて、単位クラブからのご協力もいただき、ありがとうございました。

本年は、京都府老人クラブ連合会も理事・監事・評議員の一斉改選の年に当たり、不肖私が、

5月30日の理事会に於いて会長を拝命致しました。責任の重さを痛感し、各役員の皆様や会員の皆様のご支援とご協力で6年度事業を推し進めたいと思

います。 昨今、少子高齢化に歯止めがかからない状況です。今まで以上に会員の皆様と手を取り合って、仲間づくり・健康づくり・地域づくり、特に健康寿命の延伸に力を注ぎ、フレイル予防で人生百年時代をめざしましょう。

結びに、会員様のご健勝とご多幸を祈念申し上げます。ごあいさついたします。

# 事業計画

メインテーマ 「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

## 1. 基本方針

宮津市老人クラブ連合会は、900余名の会員の高齢者を代表する組織として、社会保障制度改革などの高齢者をめぐる厳しい情勢を踏まえ、一人ひとりの生きがいの充実を基盤に「健康・友愛・奉仕」全国三大運動を始めとする多彩な活動を推進します。

特に老人クラブ数・会員数の減少傾向に歯止めがかからない現状に鑑み、新たな会員増強推進運動を積極的に推進し、若手高齢者等の加入促進による老人クラブの組織強化と活性化を図る。また、高齢化社会を迎えている今日、地域社会の一員として行政や関係機関・団体と連携・協力し、高齢者が安心して暮らせる地域づくりに、社会的な役割を果たしていくことに努めていきたい。

## 2. 事業の重点

① 全国三大運動である「健康・友愛・奉仕」の活動を引き続き積極的に展開することとし、と

りわけ「健康づくり・介護予防活動」をはじめ、「若手リーダーの養成・活動」及び「一般高齢者への参加呼び掛け」を推進する。

② 当老人クラブ連合会では、平成26年度から5ヶ年間計画で「100人会員増強運動」に取り組んできたところであるが、クラブ数・会員数の減少傾向に歯止めがかからないのが現状である。したがって、会員減少の大きな要因である単位クラブの解散・退会の防止に全力を挙げると共に、新しい老人クラブの立ち上げに努めるなど、令和6年度も、引き続き30人会員（純増）の加入促進を目指し老人クラブの組織強化と活性化を図る。

③ 地域に健康づくりの輪を広げるとともに、クラブ会員や一般高齢者を対象に、市老連が実施するスポーツ大会や健康・生きがいがづくり活動等への積極的参加を呼び掛け交流と連携を図る。

④ 会員が減少する中において、人間関係が希薄化し、高齢者の孤独死や消費者被害防止が大きな社会問題となり、そのために地域における連携や助け合い、人と人とのつながり「絆」の重要性が再認識されていることに鑑み、相互支援活動・友愛活動などを積極的に推進すると共に、高齢者を狙った「特殊詐欺」等の高齢消費者被害の防止に努める。

⑤ 介護保険制度の改正に伴い、宮津市においても平成29年度から「介護予防・日常生活支援総合事業」が実施されている。当老人クラブ連合会では、従来から交流サロン・声かけ・見守り・安否確認など友愛（支え合い）活動を行ってきたが、加えてフレイル（虚弱）についても各部会で研究を行うとともに、市や関係団体と協議・連携を図り、可能なところから参画していく。

⑥ 女性リーダーの育成・交流を深めるとともに、会員の加入促進を図るため、女性部総会をはじめとし、ブロック別研修会等の開催やいきいきクラブ体操の普及に努める。

⑦ 若手リーダーの養成や若手高齢者の加入促進に努める。

⑧ 高齢者の交通事故防止、単位クラブ解散・休会・退会等の事前防止対策についても対話に努める。

⑨ 宮津市高齢者等見守りネットワークへの参画に伴う、会員及び地域住民との相互見守り体制の強化を図る。





令和6年度予算 (単位：円)

収入	繰越金	598,096
	会費	358,700
	補助金	1,164,600
	雑入	80,604
収入合計		2,202,000
支出	総務費	485,000
	事業費	1,570,000
	負担金	108,000
	諸費	15,000
	予備費	24,000
支出合計		2,202,000

令和5年度決算 (単位：円)

収入	繰越金	652,444
	会費	359,500
	補助金	1,195,176
	雑入	179,3081
収入合計		2,386,428
支出	総務費	391,920
	事業費	1,283,912
	負担金	107,500
	諸費	5,000
	予備費	0
支出合計		1,788,332

育成功労者被表彰者

10名(敬称略)

- 坂本 静子  
〔魚屋相生会〕
- 石田 悦子  
〔島崎仲よし会〕
- 石倉 芙美枝  
〔島崎仲よし会〕
- 矢野 喜久男  
〔浪花きらく会〕
- 小田 和夫  
〔城南ことぶき会〕
- 谷川 紘一郎  
〔波路町喜楽会〕
- 山川 満  
〔吉津長寿会〕
- 濱田 義弘  
〔天橋寿会〕
- 嶋崎 賀津恵  
〔大島さざ波の会〕
- 大門 武志  
〔大島さざ波の会〕

当クラブでは毎年、市老連・単位クラブにおいて、ご尽力いただきました方々を表彰しております。総会において表彰式を執り行いました。

おめでとうございます



令和6年度宮津市老人クラブ連合会 組織一覧

令和6年7月現在

ブロック	クラブ名	会 長	本 部	女性リーダー	委 員		
					総務部	若手委員	
中 部	魚屋相生会	橋本 俊次	会 長	小谷恵美子		三宅 孝幸	
	万町寿楽会	小向 重男	理事・ブロック長			足立 豊	
		足立 豊	会 計				
	京街道仲よし会	真下 富江			真下 富江		一井 重信
川崎 武		監 事					
	島崎仲よし会	石倉芙美枝		武田 恵		山村 優	委員長
西 部	松ヶ岡松寿会	増田 拓郎	理事・ブロック長	今井 とみ		建島 廣治	
	浪花きらく会	矢野喜久男		岡田 茂子		矢野喜久男	副委員長 研修会担当
東 部	城内亀楽会	浜口 明美		河島 清子			
	城東菊寿会	稲岡 章		福井ふさ子			
	城南ことぶき会	小田 和夫	理事・ブロック長	藤原なみ江	藤原なみ江	大上 正一	各種大会担当
		藤原なみ江	副会長		楠田 俊夫	藤原なみ江	女性部代表
	旭が丘さつき会	長澤 幹男		安田万智子			
波路町喜楽会	谷川紘一郎		本田榮美子		本田榮美子	常任委員	
南 部	滝馬金引会	荒木 巖	理事・ブロック長	小柴 京子		荒木 巖	
	百合が丘百寿会	川崎 公男					
	辻町オパールクラブ	瀬戸 百代	監 事	伊藤かほる		嶋本 良雄	副委員長 総務担当
	惣寿会	亀井 丈夫		大坪 順子		三宅英太郎	
上 宮 津	千歳会	柴谷 保生	理事・ブロック長		柴谷 保生	寺下 博文	各種大会担当
	今福福寿会	中川 昭一		杉田喜美代		河原 陽一	副委員長 各種大会担当
		杉田喜美代	副会長				
由 良	由良松寿会	山田 耕助	ブロック長	前畑 衣江		前畑 衣江	常任委員
		木村 卓雄	理 事				
吉 津	吉津長寿会	糸井 洋	理事・ブロック長	河嶋 玲子		細井 太市	副委員長 会員増強担当
		木内 利明	副会長		木内 利明		
府 中	橋立喜楽会	斉藤 好示	理事・ブロック長	斉藤あけみ		齊藤 勝博	
	天橋寿会	宮田 勝人		宮田 妙子		田村 正七	
	中部喜楽会	木村 正純		佐々木洋子		坂根 和行	常任委員
養 老	大島さざ波の会	大門 武志	理事・ブロック長	宮立つた子			
	長江老人会	北仲 孝徳				北仲 孝徳	常任委員
						泉 敏雄	各種大会担当

※女性リーダーの [ ] は各ブロック代表

※従来は事業部で実施してきましたグラウンド・ゴルフ大会・ユニカール・ワナゲ大会等を今後は若手委員会で運営していただくことにしました。旧事業部のメンバーも若手委員になっていただきました。

# 令和6年度 新役員さんからのご挨拶

の一端を記述しご挨拶と致します。

副会長 木内利明



今期より私が副会長を仰せつかることになりました。

所属は吉津長寿会です。新参者ですが皆様方のご支援ご協力をよろしくお願い致します。また、勇退されます岩田進氏・齊藤正剛氏に心より謝意を申し上げます。

さて、高齢者福祉を支える三要素には「自助」「共助」「公助」があると云われますが、「自助」は年を重ねることにより限界があります。「公助」も少子化が進む中、若い人に多くの負担を掛けることはできません。よって、「共助」社会を築くことが肝要と考えますが、当老連が掲げる活動指針を以て「共助」社会に繋げることができないかと思っております。新任を機に当老連の指針を再確認し、更に経験を重ね高齢者福祉への貢献、当老連活動の拡充等に全力を傾注したいと考えています。以上、抱負

副会長 荒木 巖



今年度、副会長をお受けしました。

市老連での役員経験は無く、若手委員を二年勤めた程度の経験で大変不安な気持ちで一杯ですが、他の役員の方のお力添えを得ながら何とか勤めさせていただきたいと思っております。

さて、前任は超ベテランで有能な方々なのでとても真似は出来ませんが、宮津市地域公共交通会議の委員も務めさせていただくことになりましたので市老連として京都丹後鉄道、丹後海陸交通路線バスの利用促進を図ることで「みんなのあし」を守る活動や令和4年に滝馬金引会の会長に就任して以降、新入会員を30名迎えた経験を生かして会員増強にも併せて力を尽くしたいと思っております。

副会長・女性部部长

杉田 喜美代



コロナ禍の長引く折、思う様な活動も出来ず、あれこれ模

索しながらの事業でございました。この度、役員改選の年度に当たり、諸事情の中、引き続き副会長として又女性部長として就任いたしました。メインテーマ「のぼろ健康寿命、担おう地域づくり」を最大目標とし、「三大運動である、「健康・友愛・奉仕」を目指し、少しでも近付けるよう、がんばりたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

副会長・女性部副部长  
藤原 なみ江



新年度の副会長の役をお受けすることになりました。

今までの4年間はあつという間に過ぎましたが、色々とお教え頂いたことを基本にして微力ながら務めてまいります。皆様よろしくお願い致します。

会計 足立 豊



市老連の会計担当を断り切れず弱ったなど

思いつつ早5年になります。決定された行事等についていくことが精一杯で、役が務まっているのかはなはだ疑問ですが、皆様方の寛容のもとご尽力賜りながらなんとか今に至っております。今後においても処理遅延等ご迷惑をおかけすることが多々あると存じますが、その都度ご指導いただきますようお願いいたします。



若手委員長 山村 優



島崎仲よし会に、入会させて頂き、十二 years が過ぎ、や

つと老人クラブに違和感なく活動が出来ようになり又、二年前、市老連の若手委員会が発足、当時からご指導の下、一委員としてお手伝いをさせて頂きましたが、長年にわたり、ご活躍されました前任者の方が、ご勇退され突然私に「若手委員長」の大役が降ってきたのです。

若輩者の私に務まるか心配です。市老連役員の皆様と会員の方々のお助けを頂き、若者委員会の運営活動を微力ではありますが務めさせて頂きますのでご協力・ご支援をよろしくお願いいたします。



令和6年度 単位クラブ新会長のご紹介

本年度より新しく会長に就任された方々のご紹介です。



京街道仲よし会

会員数30名 真下 富江

右も左もわからない私が会長になりました。二役の方に力を借り、会員の皆様には行事・ボランティア活動などに、協力・参加させて頂き、仲よし会の「和」を大切にしていきたいと思えます。

旭が丘さつき会

会員数30名 長澤 幹男

天橋寿会

会員数40名 宮田 勝人

長江老人会

会員数10名 北仲 孝徳

中部ブロック活動報告

中部ブロック長 小向 重男

万町寿楽会は30名の会員です。4月に総会を開き1年間の行事が進んでいきます。春と秋にはグラウンド・ゴルフを滝上公園で行い10名以上の参加をしていただき楽しんでます。町内には桜山天満宮と公園の上に神社があり、毎月14日には付近の草取りと掃除を行っています。9月には自治会主催の敬老会を開催していただき、祝っていただきました。11月には宮津市のバスをお願いして伊根湾めぐりと、丹後町碓高原ステーキハウスに行ってきました。伊根町では外国人の方が多く、外国の町に旅行しているよう錯覚を覚えました。1月にはお楽しみ会を茶六本館で20人参加していただき、楽しい新年会になりました。そして嬉しい事に令和6年には新入会員さんが2名入っていただき32名になりました。



萬町敬老祝賀会 令和五年九月十六日

西部ブロック活動報告

西部ブロック長 増田 拓郎

昨年の西部ブロックの事業の春季グラウンド・ゴルフ大会、ワナゲ大会は、会員の皆様のご協力により無事故で実施でき、感謝です。

本年度(令和6年度)は、回数を増し、前年同様グラウンド・ゴルフ大会2回、ワナゲ大会は4回の計画をしました。

西部ブロックは特に高齢化が進んでいるため、家籠りの減少を図ると共に健康増進、会員同士の親睦の場を増し、ストレス解消に役立てばとの思いです。



### 南部ブロック事業計画

南部ブロック長 荒木 巖

- 1 ブロック内公民館・集会所の周辺清掃及び美化 (通年)
- 2 グラウンド・ゴルフ大会の開催 (5月)
- 3 輪投げ大会の開催 (8月・2月)
- 4 料理教室の開催 (12月・2月)



### 吉津ブロック事業計画

吉津ブロック長 糸井 洋

- 1 グラウンド・ゴルフ場の草刈りと整備 (5月、7月)
- 2 岩滝口駅周辺清掃と構内除草作業 (7月、9月)
- 3 夏休み中の吉津小学校運動場のPTA除草作業を草刈機で応援 (8月)
- 4 健康づくりグラウンド・ゴルフ大会 (各種団体対抗による団体戦) (9月)
- 5 吉津小学校児童と花いっぱい運動とGG体験会 (10月)



### 府中老人会令和6年度の活動

府中ブロック長 斉藤 好示

昨年度末に大阪ガスの助成金で大型麻雀パイ、大和証券の助成金でポッチャ等整備出来ました。これらを活用したフレイル予防に取り組みたいと思います。

また、例年の活動として春の籠神社等の清掃、秋の文化事業、花いっぱい運動、冬の餅つき大会、健康づくり研修、介護研修等を予定しています。



### 今年の大島さざ波会の取組み

養老ブロック長 大門 武志/大島さざ波の会 副会長 千賀 由雄

4月21日に総会を行いました。例年と少し違ったのは、昨年度府老連表彰の授賞式に出席できなかった方の表彰式を行い、会から副賞として額縁を進呈しました。また、市老連総会で2名が表彰されるとの報告があったことです。

総会の内容は昨年と変化はありません。「楽しく元気の出る会にしよう、高齢者が元気であることが社会貢献」を基本姿勢でこの一年の事業を進めることを確認しました。

5月14日に市老連養老ブロックの事業として、長江老人会と共同で宮津警察の養老の駐在さんより、「高齢者を対象にした詐欺、押し売り、押し買などの被害にあわないために」と題してお話をして頂きました。話の後の質疑応答も活発にあり、有意義な学習会となりました。

6月か7月には養老保育所と「昔遊び」をテーマに、海、浜、川、山などで、どんなことができるか園と話し合っています。例えば「竹の筏」遊びなどが候補に上がっています。

## 令和6年度 宮津市老連春季グラウンド・ゴルフ大会

6月14日(金)宮津市民グラウンドで「春季グラウンド・ゴルフ大会」を開催しました。

総勢95名(男性57名、女性38名)の参加選手の皆さんは赤・青・黄のコースに分かれ、日頃の練習の成果を発揮し、優勝に向けて熱戦となりました。

当日は真夏を思わせるような暑い日で一ゲーム毎に休憩を入れ、水分補給しながらの戦いとなりました。

主催者の心配をよそに、参加者の皆さんは元気いっぱい無事大会を終えることが出来ました。

当日は至らぬ点もあったと思いますが運営にご協力いただきありがとうございます。

秋にまた、グラウンド・ゴルフ大会を開催しますので、その際は奮ってご参加ください。



順位	名前	クラブ名	総打数
優勝	平尾美枝	浪花きらく会	51打
準優勝	藤原祐一	城東菊寿会	51打
第3位	小向重男	万町寿楽会	53打
第4位	糸井脩逸	吉津長寿会	55打
第5位	糸井洋	吉津長寿会	56打
第6位	井田良子	万町寿楽会	57打
第7位	細井太市	吉津長寿会	57打
第8位	川村純雄	橋立喜楽会	58打
第9位	一井耐子	京街道仲よし会	58打
第10位	吉田みゆき	島崎仲よし会	59打

※総打数は3ゲームの合計



上位入賞者



若手委員と協力者

「令和6年能登半島地震災害」救援拠金へのご協力ありがとうございました。

合計  
100,565円

ご協力クラブ

- 【吉津長寿会】 【由良松寿会】 【辻町オパールクラブ】
- 【惣寿会】 【橋立喜楽会】 【天橋寿会】 【中部喜楽会】
- 【百合が丘百寿会】 (順不同)

宮津市老連 今後の行事予定

9月13日 丹後ブロック女性リーダー研修  
〔京丹後市〕

9月20日頃 老人の日 島崎公園清掃作業

9月24日 丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会  
〔滝グラウンド〕

9月・12月 友愛訪問

10月～11月 南部・北部グラウンド・ゴルフ大会  
南部・北部ユニカール・ワナゲ大会

10月9日 第45回 京都府老人クラブ大会  
〔京都テルサ〕

11月6日 若手委員会リーダー研修会  
〔ハートピア京都〕



編集後記

山々の緑も深くなくなってまいりました。

新年度の市老連事業も着々と進みつつあります。編集部も新しい部長を迎え、皆様に読んで頂ける紙面づくりをと意見を出し合いながら取り組んで来ました。

今回、市老連・単位クラブの御紹介になりましたが、私達の老人クラブの会長さんも「ガンバッテ」と思ってお読み頂ければ嬉しく思います。

次回は会員の皆様の投稿に大きな期待を寄せながら「ちえの輪」の令和6年度第1回の紙面をお届けします。

編集委員

- 楠田 俊夫
- 柴谷 保生
- 木内 利明
- 藤原なみ江



# 私たちも老人クラブを 応援しています!



**福祉用具レンタル・販売**  
**住宅改修**  
**お気軽にご相談下さい**

(介護保険サービス提供エリア)  
宮津市 / 与謝野町 / 伊根町 / 京丹後市

**株式会社チロル ひまわり**  
介護事業部  
☎ **0772-22-2895**

爪のお悩み  
ないですか?

- ・小さな爪
- ・2枚爪
- ・縦すじが目立つ
- ・デコボコした爪

気になる方はぜひご相談ください。  
1冊4200円税込でお試しいただけます。

ネイルケアコース スタート時 50代 既婚者  
ネイルケアコース 2回目 既婚者 50代 既婚者

**NAILROOM ARUNA I L (アルネイル)**  
宮津市京口町172  
エディオン「OYたきぐち」2階  
電話(0772-22-8110)またはLINE@892urdo  
にてお願いします。

ジェルネイル 5000円税込~

◆全国どちらの病院の  
処方箋も受付致します◆

**みやぶスマイル薬局**  
TEL (0772) 20-1230

**みやぶスマイル薬局**  
柳井書店  
TEL (0772) 20-1240

**千上宮津 簡易郵便局** 丹鉄「喜多駅」下車  
徒歩3分  
TEL 0772-22-0972

宮津市公金・各種公共料金取扱  
ゆうパック送れます (チルドを除く)

平日9:00~16:00(土・日・祝日休み)

「独り暮らしが心配になってきたな...」  
そんなお悩みの方はお問合せください。

**ケアハウス青嵐荘**  
**入居者募集**

【ご利用できる方】  
60歳以上の方で、自然がけない程度の  
心身機能の低下があり、ひとりで生活する  
ことに不安がある方が入居可能です。

担当: 池田 大西  
☎ **0772-27-1733**

お世話になった 感謝の気持ちを  
あの人へ お花に込めて

一輪花からミニブーケ、花束、アレンジ花等、  
お客様のご予算に応じておつくりいたします。  
ぜひご相談ください。

**宮津農園 なかの** 宮津市京口133  
TEL 0772-22-2639 FAX 0772-25-2580

未来へ繋ぐ新しい印刷……

**株式会社 橋立印刷所**

本社: 宮津市中野 ☎0772-27-0035(代)  
FAX 0772-27-0666  
E-mail hashipri@mx.ncansai.ne.jp  
HP <https://hashidateinsatu.com>

仕出料理専門店  
**まつなみ**  
女将 松澤 庵

〒629-2251 宮津市天橋立二本松  
☎ 0772-46-2753  
☎ 0772-46-5696

まつなみ 検索

**フタバ調剤薬局**  
あなたのための  
「かかりつけ薬局・薬剤師」  
<http://www.tmro.jp/>

駅前 京街道  
宮津市鶴賀2069-2 宮津市京街道211  
TEL: 0772-22-5619 TEL: 0772-22-1112  
FAX: 0772-22-5627 FAX: 0772-22-8887

よこまち 鍼灸整骨院

宮津シーサイドマートミッブル5階  
TEL / 0772-22-0063  
<http://yokomachi-sekotsu.com/>  
各種健康保険取扱い

施術時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM10:00~PM1:00	○	○	○	○	○	○	-
PM2:00~PM7:00	○	○	-	○	○	※	-

※土曜日は AM10:00~PM2:00と なります

**アルバイト募集!!**  
学生・主婦歓迎  
時間帯は相談に応じます

**ローソン宮津京街道店**  
京都府宮津市字京街道214  
TEL.0772-22-3680

ISO 14001 認証取得

日用品雑貨・介護用品  
業務用品・事務用品 等

ティッシュ、トイレトペーパー  
大人用おむつなど取り扱いしております。

**株式会社 黒岡**

TEL : 0772-46-2211  
FAX : 0772-46-5412  
E-mail : kurooka\_co@juno.ocn.ne.jp