

京丹後市老人クラブ連合会だより

あじさい

第34号

2026.8発行



茅の輪くぐり（網野神社） 毎年6月30日の「夏越の祓」に行われる網野神社の神事。この日、100人余りの参拝者らは大祓詞を奏上したあと、西川宮司に続き、8の字を描くように茅の輪を3回くぐり、半年の間に溜まった心身の穢れを祓うとともに、無病息災を願いました。

主 な 内 容



こあいさつ	2
令和8年度評議員会	3
令和8年度京丹後市老人クラブ連合会 役員名簿	4
令和7年度 事業報告	6
令和8年度 事業計画	8
令和7年度収支決算書・令和8年度収支予算書	10
活動報告	12
投稿コーナー	13
老人クラブ活動の活性化に向けて（中間報告）	14

このごろ思うこと



京丹後市老人クラブ連合会

会長 吉岡 光義



老人クラブの活動を通じて、高齢者問題について、このごろ思うことがある。まあ聞いてください。

今日、行われている高齢者対策の一つの源は、今から36年前の平成2年、「ゴールドプラン」なるものが策定された。これは、福祉政策の中に民間業者を参入させ、福祉の中に市場原理を導入するものであった。当時の厚生省の岡本某がリードし提唱した計画である。この岡本某、この6年後、収賄容疑で逮捕されている。特別養護老人ホームを経営する社会福祉法人からマンション購入費を受け取り、且つ又、妻の要望で自宅の風呂を大理石風呂に改装させ「おねだり妻」という流行語を生んだ。いわくつきの「ゴールドプラン」であった。その後、「新ゴールドプラン」、「ゴールドプラン21」と継続されてゆく。

この「ゴールドプラン」なる名称、わが身が年を取ってみると、なんとなじまない名称であることかと思える。まるで、どこかの証券会社か地方銀行のキャッチコピーである。

国の福祉政策は、近年、国庫支出抑制の方向へ動いてゆくきらいがある。それをそのまま、地方の自治体に落としてきて執行してゆくと、地方の実情に合わない部分が出てくる。それを修正してゆく能力が地方には問われている。

わが市も、国に先駆けて超高齢社会を迎えている。高齢者率

が50%に近づきつつある。二人に一人が高齢者の町になるのである。この流れは止めることは出来ない。なぜなら、日本の人口が減ってゆき、日本の高齢化が進む中で、わが市だけが、大きな流れの外に居られるわけがない。さて、どうするか。地方の知恵が試されていると思う。

そんな中で、老人クラブの充実、活動の活性化は必需条件であろう。しかし、わが市の老人クラブはどうなっているのか。足元を見つめてみよう。

まず組織である。6町ある中で、市老連加入の組織があるのは4町である。峰山町と大宮町には現在、市老連に加入する組織がないのである。合併した当時、6町全てにあったが、なくなっているのである。行政の指導力が問われている。

次に活性化対策について、活動を支える市の補助金の充実と事務局体制の充実が欠かせないと思う。市の限られた財源の中で、どこにお金を使ってゆくか、町づくりの方向が問われているのである。

私は、行政というものは「富の再配分装置」であると思っている。富めるところから集めて薄いとところに配分していくという機能である。それは、国も地方も同様である。

国の行政を見てみると、現内閣も防衛問題ばかりで老人対策には目がむいていないようである。老人医療費の一部負担額を一律3割にしようとしている。

私たちは近い内にこの世と、オサラバする身である。大きな望みは持っていない。お迎えが来るまでは、日々元気で楽しく暮らしたいと思っているだけである。

そして、子どもたちや孫たちひ孫たちへ、戦いのない平和な世をバトンしなければならぬと……。トランプ時代を迎えて、しみじみと思っている。

(令和8年7月記)

***市老連に加入する(老人クラブ又は老人会)は、老人福祉法に基づき行政の支援や援助の対象となる組織ですが、市内には自治会に附随・連携するグループ(老人会)があるかも知れません。**

令和8年度評議員会を開催



令和8年5月29日(金)、令和8年度評議員会を開催しました。吉岡会長のあいさつの後、角田正明評議員(久美浜支部)が議長となり、令和7年度

事業報告(案)及び令和7年度収支決算(案)、令和8年度事業計画(案)及び収支予算(案)のほか、任期満了に伴う新たな監事の選任議案も審議していただき、全て原案どおり可決していただきました。



令和8年度京丹後市老人クラブ連合会 会長表彰者

評議員会の冒頭、永年にわたり老人クラブ活動にご尽力されている次の方に、市老連会長表彰をお贈りいたしました。

なお、この日は、被表彰者で評議員として出席されている網野支部の鈴木斉志さん、藤原新典さんに代表として表彰状をお受取りいただき、ほかの皆さんには後日、支部長さんから伝達していただきました。おめでとうございます。



鈴木斉志さん



藤原新典さん

網野支部 桃寿会

元町浦島会

久美浜支部

法沢クラブ

出角老人会

長坂老人クラブ

湊宮老人クラブ

鈴木斉志

藤原新典

長尾国顕

安達勇一

能勢 茂

吉岡光義

(敬称略)

役員名簿

(敬称略)

監事に齊藤佳子さん、大下省三さんを選任

任期満了に伴う梅田豊則監事及び今田博監事の後任として、評議員の中から、
網野支部の齊藤佳子さん、丹後支部の大下省三さんを選任いたしました。

お二人には、市老連の会計監査を2年間お世話になります。

理事

事

役員人数11名

会長(理事)	吉岡 光義	久美浜支部長
副会長(理事)	野村 正彦	網野支部長
副会長(理事)	難波 澄雄	丹後支部長
副会長(理事)	小谷 実	弥栄支部長
副会長(理事)	小森 明美	女性委員長
理事	西津栄一郎	久美浜副支部長
理事	松尾 信介	網野副支部長
理事	久保 雅幹	丹後副支部長
理事	梅田昭二郎	弥栄副支部長
監事	齊藤 佳子	網野支部
監事	大下 省三	丹後支部

女性委員会

役員人数8名

網野支部	山崎喜代枝	委員長
	林田よし枝	副委員長
丹後支部	吉岡 幸子	委員長
	尾瀬 禧子	副委員長
弥栄支部	紀平 孝枝	委員長
	梅田 洋子	副委員長
久美浜支部	小森 明美	委員長
	川原 哲子	副委員長

評議員

評議員数15名

網野支部	鈴木 斉志	桃寿会
〃	今井 一宏	福寿会
〃	藤原 新典	元町浦島会
〃	齊藤 佳子	栄浦島会
〃	芦田 幸夫	下岡第一天寿会
丹後支部	谷 良夫	古間西老人クラブ
〃	松本さち子	古間西老人クラブ
〃	金羽 廣明	成願寺老人クラブ
〃	大下 省三	たかのえびす会
弥栄支部	川戸 文江	やさかシニアクラブ
久美浜支部	今田 博	新町区新生会
〃	田中 和雄	畑老人クラブ
〃	山下 利之	野中老人クラブ
〃	小國 芳直	女布老人クラブ
〃	角田 正明	壱分クラブ

若手委員

野波雄二郎 古間東老人クラブ

事務局

事務局長 山崎 淳之

単位老人クラブ会長

網野支部

会長名

女性委員長名

吉寿会(住吉)	藤村 益弘	
陵寿会(御陵)	梅田 知江	山崎 慶子
幸寿会(上小路)	吉岡 崇	
桃寿会(桃山)	鈴木 斉志	林田よし枝
長寿会(長田)	安井 英二	
福寿会(福田)	今井 一宏	
第一天寿会(下岡)	芦田 幸夫	森 妙子
第二天寿会(下岡)	吉岡 隆幸	
第一砂丘会(北大路)	野村 正彦	志水 和枝
第二砂丘会(北大路)	川浪 将義	谷口 早苗
第三砂丘会(北大路)	新谷 知央	小岩千主代
港浦島会	永島 重春	
元町浦島会	藤原 新典	
旭浦島会	井本 勝己	山崎喜代枝
東大路浦島会	足立 享之	
大昭西浦島会	奥井 昭伸	
大昭東浦島会	羽田 文代	
栄浦島会	齊藤 佳子	
湖秀会(小浜)	片山 稔朗	
琴和会(掛津)	松尾 信介	松尾 淑子
浜詰松寿会	前田 和夫	岩本佐子

丹後支部

会長名

女性委員長名

古間東老人クラブ	野波雄二郎	
古間西老人クラブ	松本さち子	
谷区老人クラブ	宇都 清之	
向地老人クラブ	久保 雅幹	
小泊老人クラブ	山崎 博司	
成願寺老人クラブ	金羽 廣明	
徳光長寿クラブ	岡崎 恭仁	田中 明美
大山老人クラブ	木本 正久	松見 章子
是安オールドメンバー	難波 澄雄	吉岡 幸子
たかのえびす会	大下 省三	尾瀬 禧子
願興寺老人クラブ	野木 啓一	

弥栄支部

やさかシニアクラブ

小谷 実

紀平 孝枝

久美浜支部

土居老人会	大場 耕作	
向町松江会	古嶋 義春	
新生会	今田 博	
神谷老人会	谷口 和之	

会長名

女性委員長名

口馬地緑寿会	岡 昭義	川戸 弘子
法沢クラブ	長尾 国顯	安達寿美恵
畑老人クラブ	田中 和雄	川原 哲子
金谷老人クラブ	川原 哲子	森本美和子
出角老人会	安達 勇一	西山 明美
新庄老人クラブ	寺下 寿幸	小森 明美
橋爪区もみじ会	安達 保男	葉賀 好美
品田老人会	小堀 賢	小谷 小春
芦原老人会	西田 嘉一	
安養寺老人クラブ	岡田 昂	
野中老人クラブ	山下 利之	片山 秀子
円寿会	山中 一生	平井 晏子
長野坂谷老人クラブ	能勢 茂	
女布老人クラブ	小國 芳直	
佐野シニアクラブ	浮網 進	本田加代子
壱分老人クラブ	角田 正明	
田村老人クラブ	野田 克己	
鹿野老人クラブ	松本 義雄	
甲山シニア	西津栄一郎	山崎はま子
湊宮老人クラブ	吉岡 光義	

(敬称略)

(3) 友愛活動事業

女性委員会が中心となり、一人世帯等の会員を対象に料理教室を2回開催しました。

- 第1回目 〈日時〉 令和7年6月23日 〈場所〉 弥栄地域公民館
- 第2回目 〈日時〉 令和7年10月2日 〈場所〉 久美浜農業センター

(4) 行政懇談会

令和7年10月3日(金)、市議会の文教厚生常任委員会の委員さんとの懇談会を開催しました。

文教厚生常任委員会は、高齢者対策にかかる予算や条例等を審議するところであり、議員の皆さんに老人クラブ活動の重要性を認識していただくとともに、高齢者が豊かに暮らせる施策と財政支援を図るよう要請しました。

府老連関係の事業

○ 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会

〈日時〉 令和7年6月26日(木) 〈場所〉 神戸市産業振興センター 〈参加〉 不参加

○ 町村老連リーダー研修会

〈日時〉 令和7年7月16日(水) 〈場所〉 ハートピア京都 〈参加〉 不参加

○ 女性委員会設立30周年のつどい

〈日時〉 令和7年9月10日(水) 〈場所〉 ハートピア京都 〈参加〉 4人

〈内容〉 第1部 式典：功労者表彰

第2部 講演：「地域・家族の安全と健康のためになる気象情報の見方」
(講師) 気象予報士・防災士 広瀬 駿氏

○ 令和7年度第15回丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会

〈日時〉 令和7年9月24日(水) 〈場所〉 ハ丁浜シーサイドパーク

〈参加〉 24チーム(本市老連6チーム)



○ 第46回京都府老人クラブ大会

〈日時〉 令和7年10月8日(水) 〈場所〉 京都府民総合交流プラザ(京都テルサ) 〈参加〉 1人

〈内容〉 第1部 式典：知事・府老連会長表彰等

第2部 講演：「知らず知らずに衰える骨と筋肉～いつまでも健康で動ける身体を～」
(講師) 京都府立心身障害者福祉センター附属リハビリテーション病院

院長 徳永大作氏

○ 令和7年度若手リーダー研修会

〈日時〉 令和7年11月19日(水) 〈場所〉 ハートピア京都 〈参加〉 3人

〈内容〉 ビデオゲーム体験

○ その他

【京丹後市老人クラブ連合会長表彰】(敬称略)

令和7年5月30日(金)、老人クラブ活動にご尽力された次の方を表彰いたしました。

網野支部

野村壽成・芦田幸夫・永島重春・吉岡弘之輔・宇野貞夫

丹後支部

中江純子・難波澄雄

久美浜支部

小林憲彦・大場耕作・古嶋義春・谷口 昇・田中和雄・小堀 賢
西田嘉一・小幡重雄・小國芳直・野田克己・富澤幸代

令和7年度 活動報告

会員の皆さまのご協力により、令和7年度事業も無事終了することができました。会員の高齢化と減少により、以前のように活発な事業ができなくなってきてはいますが、単老会長、支部長さんをはじめとする役員さんのご尽力により、スポーツや体操等による健康づくりや日帰り研修、また、行政等の出前講座を活用した教養学習活動などにも取り組んでいただいております。

老人クラブは、「健康・友愛・奉仕」の活動を基本としており、とりわけ奉仕活動として多くの単位クラブが神社や公民館、道路、溝、ごみ拾い等の清掃作業を実施しています。また、子どもたちの登下校時の安全を図る見守り活動等も行ない、地域と密接に関わった取り組みをしています。

さて、市老連では毎年、市長杯グラウンド・ゴルフ大会を開催していますが、令和7年度は、開催日直前に競技会場内のトイレが故障していることが判明したことにより、中止せざるを得なくなりました。しかしながら、第7回目の公式ワナゲ大会には、今回も多くのチーム、皆さまに参加していただき、盛大に開催することができました。

友愛活動事業は、これまで実施してきた高齢者施設訪問がコロナ後においても難しい状況のため、今年度は会員を対象とした「ふれあい料理教室」を実施しました。

令和7年度第15回丹後ブロックグラウンド・ゴルフ交流大会は、網野町浅茂川の八丁浜シーサイドパークを会場として開催され、他老連の皆さまと楽しく交流することができました。

府老連主催の老人クラブ大会、女性リーダー研修会、若手リーダー研修会に参加しましたが、会場までの交通利便性、財政面等から欠席したものもありました。

主な事業

(1) 健康づくり事業

- 【市老連】：第12回京丹後市長杯グラウンド・ゴルフ大会 **中止**
 〈日時〉令和7年10月15日(水) 〈場所〉久美浜中央運動公園
- ：第7回公式ワナゲ大会
 〈日時〉令和7年11月27日(木) 〈場所〉網野体育センター
 〈参加〉35チーム(172人)
- 【網野支部】：健康ウォーキング(R7.10.27)
- 【弥栄支部】：健康日帰り遠足(R7.5.20)
- 【丹後支部】：健康歩こう会(R7.11.14)
- 【久美浜支部】：ゲートボール大会(R7.4.23・R7.10.4・R8.1.8)
 : グラウンド・ゴルフ大会(R7.9.29)
 : 日帰りバス旅行(R7.11.18)
 : ワナゲ大会(R8.2.18)



(2) 啓発・広報広聴事業

機関紙「あじさい」は、会員相互の情報提供を図る媒体です。

市老連、支部、単位老人クラブの活動や会員からの寄稿文などを掲載し、全会員に配布しました。

○第32号：令和7年8月(1,300部)

○第33号：令和8年1月(1,300部)

丹後ブロック事業

○ 丹後ブロック市町老連主催「第16回グラウンド・ゴルフ交流大会」

〈日 時〉令和8年9月29日(火) 午後1時から

〈場 所〉宮津市民グラウンド(宮津市栗田)

〈参加数〉24チーム(本市6チーム)

○ 丹後ブロック女性リーダー研修会

府下、ブロック別(山城、丹波、丹後)に実施していた女性リーダー研修会は、今年度、計画されていません。



参考

各年度4月1日現在

令和8年度単位老人クラブ数と会員数

[単位:人]

支部名	クラブ数		会員数		令和8年度会員内訳	
	R7年度	R8年度	R7年度	R8年度	男 性	女 性
網 野	21	21	359	332	103	229
丹 後	13	11	320	272	137	135
弥 栄	1	1	32	24	12	12
久 美 浜	27	24	433	376	169	207
計	62	57	1,144	1,004	421	583
前 年 比		△5		△140	△34	△106

令和8年度単位老人クラブの年齢別・男女別の構成

[単位:人]

		60~64	65~69	70~74	75~79	80~84	85~89	90~	合 計
網 野	男	0	3	22	23	29	14	12	103
	女	4	9	17	58	69	41	31	229
丹 後	男	0	21	29	36	28	17	6	137
	女	0	9	19	40	29	22	16	135
弥 栄	男	0	0	0	4	7	1	0	12
	女	0	0	0	3	8	1	0	12
久 美 浜	男	1	13	22	52	31	32	18	169
	女	0	6	24	57	43	35	42	207
合 計	男	1	37	73	115	95	64	36	421
	女	4	24	60	158	149	99	89	583
	計	5	61	133	273	244	163	125	1,004

令和8年度事業計画

今年度は市老連役員の改選年にあたり、各支部長さんの中から互選により久美浜支部長の吉岡光義さんが会長に選任（再選）され、令和8年度がスタートしました。2期目2年間、市老連の舵取りをよろしくお願いします。

さて、老人クラブは、「生活を豊かにする楽しい活動」と「地域を豊かにする社会活動」を通じてその輪を広げてきましたが、会員の高齢化、後継者不足等から解散、退会するクラブが増えてきています。

本市老連におきましても、今年度のクラブ数は57クラブで、昨年度から5クラブ減り、また会員数も140人減り1,004人となりましたが、これまでどおり「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・地域づくりの活動を進めていきます。

市老連の事業としては、今年度も健康づくり事業としてグラウンド・ゴルフ大会や公式ワナゲ大会を開催し、会員の健康増進に努めていきます。各支部においてもスポーツ大会や日帰り旅行など地域の特性に応じた活動を進めていきます。また、単位老人クラブには、仲間との親睦行事や神社等の清掃作業、子どもの見守り活動等に取り組んでいただきたいと思います。

主な事業

(1) 健康づくり事業

- 市老連「第12回京丹後市長杯グラウンド・ゴルフ大会」
〈日時〉令和8年10月16日（金）〈場所〉久美浜中央運動公園（久美浜町）
〈予備日〉令和8年10月19日（月）
- 市老連「第8回公式ワナゲ大会」
〈日時〉令和8年11月頃 〈場所〉網野体育センター

(2) 啓発・広報広聴事業

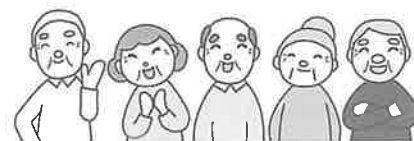
機関紙「あじさい」を発行し、クラブの活動状況を掲載し情報の共有化を図ります。

(3) 友愛活動・世代間交流事業

助け・支え合いの友愛活動事業を進めていきます。また、他世代の皆さんとの交流を図り、老人クラブの活動を広めます。

(4) 行政懇談会

老人クラブの発展は、行政当局の理解と支援が不可欠であり、市長、担当部局との行政懇談会を開催します。



京都府老連の主な会議・事業等

○ 府老連女性・若手委員会総会	R8.4.23	京都市
○ 近畿ブロックリーダー研修会	R8.6.18	滋賀県
○ 市町村老連リーダー研修会	R8.7.16	京都市
○ 女性委員会リーダー研修会	R8.9.10	京都市
○ 第47回府老人クラブ大会（創立60周年記念）	R8.10.7	京都市
○ 若手委員会リーダー研修会	R8.11.12	京都市

令和7年度京丹後市老人クラブ連合会収支決算書

令和7年4月1日(自)～令和8年3月31日(至)

【収入の部】

(単位：円)

科 目		予算額 (A)	収入済額 (B)	差引増減額 (B)－(A)	摘 要
1.繰 越 金		490,952	490,952	0	前年度繰越金
2.会 費		313,720	313,720	0	5,060円×62単老＝
3.市 補 助 金		5,400,088	5,141,379	△ 258,709	
市老連活動促進事業		276,368	276,368	0	194,000円＋ (72円×1,144人)＝
単老活動事業		2,886,720	2,853,282	△ 33,438	46,560円×61単老＋13,122円
特 別 事 業	友愛訪問活動事業	60,000	31,642	△ 28,358	ふれあい料理教室
	世代間交流事業	0	0	0	
	健康づくり事業	470,000	378,547	△ 91,453	グラウンド・ゴルフ等
	啓発・広報広聴事業	420,000	370,580	△ 49,420	広報紙の発行
	事務局員賃金	1,200,000	1,200,000	0	事務職員賃金
市老連運営事業		87,000	30,960	△ 56,040	府老連事業参加にかかる交通経費補助
4. 市社協共同募金配分助成事業		0	0	0	未申請
5. 府老連負担金収入		341,000	341,000	0	5,500円×62単老＝
6. 雑 収 入		240	41,589	41,349	預金利息、ソーメン斡旋還元金等
合 計		6,546,000	6,328,640	△ 217,360	

【支出の部】

(単位：円)

科 目	予算額 (A)	支出済額 (B)	差引増減額 (A) - (B)	摘 要
1. 事務局 費	1,521,000	1,467,268	53,732	
事務局員賃金	1,200,000	1,200,000	0	事務職員賃金 (1人分)
備品購入費	10,000	33,000	△ 23,000	パソコン購入 (中古)
消耗品費	30,000	9,219	20,781	事務用品
通信運搬費	75,000	44,629	30,371	電話、郵便料他
印刷製本費	50,000	75,552	△ 25,552	コピー代等
手数料	3,000	1,045	1,955	負担金等振込料他
使用料	80,000	77,460	2,540	市老連事務所使用料他
光熱水費	13,000	11,943	1,057	事務所灯油代等
修繕費	10,000	0	10,000	
旅費	50,000	14,420	35,580	事務局長会議等
2. 会 議 費	88,000	81,165	6,835	
理事会	15,000	7,637	7,363	費用弁償等
評議員会	20,000	20,528	△ 528	費用弁償等
各種委員会	50,000	50,000	0	費用弁償等
会計監査費	3,000	3,000	0	費用弁償
3. 活 動 費	470,000	151,489	318,511	
バス借上げ料等	270,000	92,880	177,120	女性委員会設立大会、老人クラブ大会、 若手リーダー研修会参加旅費
活動費	150,000	37,009	112,991	各種研修会費用弁償等
研修会等負担金	50,000	21,600	28,400	丹後ブロック事業
4. 特別事業費	980,000	803,678	176,322	
友愛訪問活動事業	70,000	31,642	38,358	ふれあい料理教室 (2回)
世代間交流事業	0	0	0	
健康づくり事業	480,000	401,456	78,544	市老連ワナゲ大会、支部スポーツ事業等
啓発・広報広聴事業	430,000	370,580	59,420	広報紙 2 回発行
5. 社協助成金事業	0	0	0	
6. 府老連負担金	341,000	341,000	0	5,500円×62単老＝
7. 単老活動補助金	2,886,720	2,853,282	33,438	46,560円×61単老+13,122円
8. 予 備 費	259,280	0	259,280	
合 計	6,546,000	5,697,882	848,118	

収入支出残額 630,758円を次年度に繰り越す。

令和8年度京丹後市老人クラブ連合会収支予算書

令和8年4月1日(自)～令和9年3月31日(至)

【収入の部】

(単位：円)

科 目	本年度予算額(A)	前年度予算額(B)	比較増減額(A)-(B)	摘 要
1.繰越金	630,758	490,952	△ 139,806	前年度繰越金
2.会費	288,420	313,720	△ 25,300	5,060円×57単老＝
3.市補助金	5,291,408	5,400,088	△ 108,680	
市老連活動促進事業	266,288	276,368	△ 10,080	194,000円＋(72円×1,004人)＝
単老活動事業	2,653,920	2,886,720	△ 232,800	46,560円×57単老＝
特別事業				
友愛活動事業	30,000	60,000	△ 30,000	
世代間交流事業	30,000	0	30,000	
健康づくり事業	470,000	470,000	0	グラウンド・ゴルフ等
啓発・広報広聴事業	310,000	420,000	△ 110,000	広報紙の発行
事務局員賃金	1,200,000	1,200,000	0	事務局員賃金
市老連運営事業	331,200	87,000	244,200	府老連事業等参加にかかる交通経費補助
4.府老連負担金収入	313,500	341,000	△ 27,500	5,500円×57単老＝
5.雑収入	914	240	674	預金利息等
合 計	6,525,000	6,546,000	△ 21,000	

【支出の部】

(単位：円)

科 目	本年度予算額(A)	前年度予算額(B)	比較増減額(A)-(B)	摘 要
1.事務局費	1,478,000	1,521,000	△ 43,000	
事務局員賃金	1,200,000	1,200,000	0	事務職員賃金
備品購入費	10,000	10,000	0	
消耗品費	30,000	30,000	0	事務用品
通信運搬費	50,000	75,000	△ 25,000	郵送料、電話料他
印刷製本費	50,000	50,000	0	コピー代等
手数料	3,000	3,000	0	振込料他
使用料	80,000	80,000	0	老連事務所使用料他
光熱水費	15,000	13,000	2,000	事務所灯油代等
修繕費	10,000	10,000	0	事務機器類他
旅費	30,000	50,000	△ 20,000	事務局員等旅費
2.会議費	109,000	88,000	21,000	
理事会	10,000	15,000	△ 5,000	費用弁償等
評議員会	25,000	20,000	5,000	費用弁償等
各種委員会	70,000	50,000	20,000	費用弁償等
会計監査費	4,000	3,000	1,000	費用弁償等
3.活動費	721,200	470,000	251,200	
バス借上料等	471,200	270,000	201,200	府老連研修会交通費等
活動費	200,000	150,000	50,000	各種研修会費用弁償等
研修会等負担金	50,000	50,000	0	近畿及び丹後ブロック事業等
4.特別事業費	880,000	980,000	△ 100,000	
友愛活動事業	40,000	70,000	△ 30,000	
世代間交流事業	40,000	0	40,000	
健康づくり事業	480,000	480,000	0	市老連・支部グラウンド・ゴルフ大会他
啓発・広報広聴事業	320,000	430,000	△ 110,000	広報紙2回発行
6.府老連負担金	313,500	341,000	△ 27,500	5,500円×57単老＝
7.単老活動補助金	2,653,920	2,886,720	△ 232,800	46,560円×57単老＝
9.予備費	369,380	259,280	110,100	
合 計	6,525,000	6,546,000	△ 21,000	

活動報告

網野支部

掛津「琴和会の活動」

会長 松尾 信介



健康のびのび体操

琴和会は、現在会員数十名程の会です。

会の目標、「高齢者同士、お互い励まし合
って健康を保ち、明るく自活する日々を過ご
す」ことを掲げ、毎週木曜日の午前10時から
2時間程の集いを続けています。

会の始め、全員で地元琴引浜に因んだ、会
員自作の「琴引浜テーマソング」を歌い、続
いて季節の童謡など、1、2曲歌います。

「琴引浜のテーマソング」

（星かげのワルツ」の節で歌います。）

① 琴引浜の砂の音に ② 一度限りの人生だから

あやかり やさしく 悔いなく明るく

なごやかに ほほえんで

今日の幸せに 明日の幸せを

感謝をしよう 心で折ろう

互いに笑顔で語り合い この世に生まれた喜びを

みんなで仲良く助け合い いっぱい咲かせて実らせて

明るく楽しく琴和会 みんなでかざろう琴和会

合唱の後、京丹後市制定の「健康のびのび
体操」で身体を動かし、呼吸を整え、筋肉を
ほぐしながら、自分の体力に合わせ、約30分
程体操をします。

体操の後は、全員テーブルを囲んで、それ
ぞれ自分の健康状態や、日常生活、近隣の出
来事、また、新聞やテレビなどからの感想、
郷土の歴史や地域の発展策など、いろいろな話
題にして話し合います。人の陰口などは口に
しないよう約束しています。お茶やお互い持
ち寄りのお菓子など、いただきながらの楽し
い語り合いのひと時です。

会の年間計画は4月の初め、みんなの意見
を出し合って、1年の計画を決めます。春・
秋の季節の小遠足、地元の婦人グループや、
子ども会との交流会、また、秋11月に地元「琴
引浜鳴き砂会館」で、会員自作の絵画、書道、
写真、生け花、手芸品などの展示をして、来

久美浜支部

橋爪老人クラブ もみじ会

安達 保男

伊吹山にて



館者の人たちに観てもらいます。

少人数で、短時間の集いですが、毎週楽しい
集いを続けています。私たち琴和会が実践し
ていることは、どの会でも行っておられること
と思いますが、私たちは、今後一人でも多くの
仲間の入会を呼びかけながら、より楽しい充
実した会にしていきたいと願っています。

本会は、古い資料を調べてみると、昭和45
年に規約も出来て発足しているようです。55年
も前のことになります。その後、平成17年に
名称を「橋爪老人クラブもみじ会」に変更し

で今に至っています。現在65歳から92歳までの21名が在籍しています。平均年齢は77歳になります。

主な活動は、春の総会に併せて、公民館周りの庭木の剪定や草刈り等の清掃作業、お盆前の無縁仏さんの清掃などがあります。そのほか親睦行事として、忘年会や輪投げ大会、日帰りの研修旅行も行っています。少し前は伊吹山等レンタカーで遠出もしていました。が、年々会員の高齢化が進む中で、最近では京丹後市内や久美浜町内の視察見学など、近いところが多くなってきました。

昨年は網野町の「銚子山古墳公園」「琴引浜鳴き砂文化館」「野村克也ベースボールギャラリー」を見学の後、帰りは七竜峠から日本海や小天橋を眺めて帰ってきました。公民館に帰った後、参加できなかった高齢の方も一緒に昼食会にて懇親を深めました。

年々、各集落単位のクラブも少なくなり、私たち海部地域も11集落中、3集落のみとなつています。高齢者は増えてきているのにクラブ数は減ってくる。なぜかなあ?と考えてしまいます。役員のなり手がない、あるいは入っても楽しみがないなど理由は様々あると思います。ただ、何かの縁があつてこの狭い集落の中にいる者同士、少しでも充実した余生を送れるよう、力をあわせていこうではありませんか。



投稿コーナー

運動会の思い出

網野支部 琴和会 宮本肇 童

私は、小学校1年生から5年生までを丹後町の竹野尋常小学校の此代分校で学び育ちました。15人程の少人数の分校でした。6年生は本校の竹野小学校に通いました。

分校の学習は、男の先生と女の先生の2人で、1年生から3年生までと、4、5年生が一緒の2つの教室でした。天気の良い日には、全員が狭いグラウンドに出て、赤白2組に分かれて、かけっこの練習があり、私はそのころから走るのが得意でした。

秋になると、竹野郡の各小学校が集まって合同運動会が開催され、此代分校の私たちも本校の竹野小学校に合流して、運動会に参加しました。4年生の時、私は学年別のリレーの選手に選ばれました。アンカーでバトンを受け取り、一番前を走る人を追いこして1着

でゴールテープを切りました。

走り終わって席に帰ると、本校の人たちも分校の仲間も、全員が喜びの拍手で迎えてくれました。竹野小学校の先生たちも「ハジメ君、ヨー走ッタナー」と褒めてくれました。その時の嬉しかったことは、今でも忘れません。全競技が終わり、閉会式の時はずっと暗くなっていました。大会々長の先生の閉会の挨拶が長く続きました。列に並んでいるうちに、オシッコが我慢できなくなりました。じつとこらえていましたが、とうとうこらえきれず、パンツを濡らしてしまいました。その時の悲しかったことも、忘れることはありません。

うす暗くなつた乗原峠を、分校の皆と歩いて此代に帰りました。歩いていっているうちに濡れたパンツは、乾いたように思いました。

家に帰って、選手リレーで一等になったことは、お母さんに話しましたが、パンツを濡らしたことは話しませんでした。



老人クラブって、 こんなに楽しいんだよ！



老人クラブ活動の活性化に向けて

中間報告

全国老人クラブ連合会が、老人クラブの魅力を再発見し、クラブの魅力を伝え、参加の輪を広げるための資料として、～わくわく元気！明日をつくる老人クラブ 仲間へのよびかけ～をまとめました。

今回は、老人クラブ会員のみなさん・リーダー(単老会長等役員)のみなさんを対象とした老人クラブ活動の楽しさと魅力を仲間へ伝える7つのポイントのうち、4つのポイントについてお知らせします。残りは次号で掲載いたします。

なお、紙面の都合により、原文の一部を割愛したものもあります。

「ポイント」

1 想いを伝える

老人クラブの楽しさを、
私たちの言葉で語ってみよう



みなさんへ

○「楽しさ」や「支え合い」の良さを確かめ合おう
老人クラブを続け、広げていくために大切なのは、老人クラブの活動の根っこにある「楽しさ」や「支え合い」の良さを、仲間どうしで改めて確かめ合うことです。

○「楽しむ姿が、一番のPR」

仲間自身が活動を楽しみ、その姿を地域の人たちが見ることが、老人クラブへの参加を呼びかける一番のPRになります。

○私たちの言葉で語ってみよう

活動の良さや、参加する仲間の思いや、自分たちの言葉で伝えてみませんか。

リーダーの方へ 活動のヒント

①活動の「楽しさ」を話し合いの出発点に

老人クラブを制度から見るとはなく、「楽しい」「支え合い」として捉え、次の世代につないでいきましょう。「こんなに楽しいのか」という活動の良さが出発点です。

②自らが楽しく活動している姿が、一番のPR

仲間自らが「楽しい」と思わないと、新しい人は加わりません。まずは仲間自身の「自分たちがいきいきと楽しい」姿を発信していきましょう。楽しい場への誘いや招待という気持ちで「みんなと一緒にいこう」と声をかけ、実際に動いている姿を見てもらうことが仲間を広げます。

「ポイント」

2 活動を工夫する

「ゆるやかに・楽しく・
地域とともに」が継続のコツ



みなさんへ

○気軽に参加できる場をつくろう

特別な技術や道具がいらないウォーキングや体操、コーラス、集まること自体を楽しむサロンなど、誰でもすぐに参加できる活動も重宝しましょう。

○「地域のため」をゆるく楽しもう

地域の困りごとを解決する活動は、仲間「役に立っている」というやりがいと楽しさを生み出します。みんなで解決するという視点で、無理せず、ゆるやかに取り組むのがコツです。

○地域の活動は最高のPR

地域を豊かにする社会活動は、クラブの存在意義を高め、よいPRになります。仲間や地域の人々が参加したくなるような、入りやすい工夫を検討してみましょう。

リーダーの方へ 活動のヒント

③活動は身近なものから

単位老人クラブでの小さな地域の活動(サロン等)は、集まること自体が楽しみになるような場づくりが重要です。専門的な知識や技術が必要なだけでなく、ウォーキングや健康体操など、「身一つ」で参加できる活動も求められています。

④地域の困りごとは、地域と連携してみんなで解決する視点で

「地域の困りごととは地域と連携してみんなで解決する」という視点で活動の形を少しゆるめ、やわらかく楽しむことも考えていきましょう。例えば、電球の交換や家具の移動など。お年寄りの暮らしの困りごとなどの生活支援は地域の方々に喜ばれ、クラブのPRにもつながっています。

④参加のハードルを下げる工夫を

ただし、「楽しむ」つもりで。もちろん「運営する仲間の荷が重くならないように」という点に気をつけながら、参加しやすくする工夫を考えてみてはどうでしょうか。

ポイント/ 3 次世代へつなぐ



若手を迎え、

次世代にバトンをつなぐ

みなさんへ

○若手の仲間を広げることで、私も楽しく

若手世代（主に60歳代）を迎えるためには、迎える側の私たちが「新しい取り組みで若手世代を呼び込もう」と心をつにすることが重要です。定年後の新しい生活に寄り添った呼びかけや、若手世代の趣味や興味を通じた集まりも考えられます。

○次の時代を担う仲間は、地域が豊かになる鍵

新しくリーダーになる方々には「何をすればいいかわからない」という不安を取り除くことが求められています。経験者が教え合う仕組みづくりも重要です。「人を育てることが、地域の安心につながり、クラブの広がりにつながる」という前向きな気持ちで、老人クラブを続けて

いきましょう。高い志を掲げる必要はありません。「普段着姿で未来につなぐ」「昨日あったことを明日も続けていく」という身近な目標で進めましょう。

リーダーの方へ 〈活動のヒント〉

④若手世代が入りやすい「きっかけ」をつくり、寄り添う

今の60歳代のみなさん、総じて地縁より趣味のつながりを重視します。こうした人々を取り込む思いで、定年後のふとした「心の隙間」に寄り添った声かけ方や、eスポーツやスマホ教室など、新しいツールを取り入れた活動が効果的です。これらは多世代交流や良いPRにもなります。

④次の世代を育てることは、より豊かな地域をつくること

今のリーダーが元気なうちから、次の人を意識し、時間をかけて人間関係を築くことが必要です。

④次期リーダーの不安を和らげよう

役員交代の際は、役割を明確に伝えて負担感を減らしましょう。

ポイント/ 4 無理なく続ける



形を変えても大丈夫、無理なく続けよう

みなさんへ

○活動をやわらかく見直そう

老人クラブの灯を次の世代につなぐために

も、活動が難しくなりつつある地域では、これまでの活動をそのまま続けるのではなく、自然と人が集まる仕組みや無理なく運営できる形など、仲間や関係機関と話し合い活動をやわらかく見直していきましょう。

○困ったときは頼ろう

自分たちだけで解決が難しいときは、市老連事務局や行政の担当課へ相談してみてください。外部とつながること、新しい活動のヒントが見つかります。

○できる限りクラブを続ける方法を考えよう

老人クラブの解散は、地域で培ってきたつながりの場が消えることです。できる限り活動を続ける方法を考えましょう。近隣のクラブや老連による応援など、地域の状況に応じて無理せずできる形を探しましょう。

リーダーの方へ 〈活動のヒント〉

④ゆるやかなつながりを持ち続ける

公民館のような「予約して集まる場所」だけでなく、空き家や自宅を活用した「ふらっと立ち寄れる場所（たまり場）」など、日常的なおしゃべりの場が自然な安否確認の拠点にもなります。

④「今まで通り」を変えて見みる

豪雪や野生動物の影響など、地域の環境は変化しています。「昔からのやり方」にこだわらず、今の状況に合わせた活動内容や頻度、時期を柔軟に変えていきましょう。

④リーダーの負担を減らすために

リーダーのなり手がいない原因の一つである事務作業（会計や補助金申請等）を軽くするため、すべてを担当者が抱え込まず、作業内容をみんなにみえるようにして役割を分けたりし、頼れる部分は頼ることも考えてみましょう。

ホットケーキと大正琴でサロン

市老連女性委員会が令和8年7月30日(木)の午前中、丹後地域公民館でふれあいサロンを開催しました。

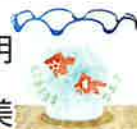
この日、30人余りが参加。六つの班に分かれホットケーキを焼き、自己紹介をした後、ケーキを頬張りながら近況話や雑談で交流を深めました。また、地元の大正琴サークル「あすなろ」の皆さんが、『琵琶湖周航の歌』『高原列車は行く』など懐かしい曲を演奏されると、歌詞を口ずさむ方もおられました。



俳句・

短歌

久美浜町橋爪 小森 明 美



提灯も 揺られゆられの 秋祭り

赤蕎麦の 花見て想う コンペイ糖

久美の浦 鏡の如く 山写し

秋雲に 生き物さがし はしゃぐ子ら

かん高き 児等の声する 春の川

あしぎぬ温泉

優待特別割引の停止

弥栄町あしぎぬ温泉につきましては、令和8年3月末をもって先の業者が撤退し、4月以降、京丹後市が直接管理運営されています。市の条例上、老人クラブ会員に対する入浴料の減免規定がないため、割引料の取扱いがありませんのでご承知ください。

なお、今後、民間の業者が運営管理を引き継がれましたら、割引についてのお願いをしていくことにしております。

【訂正とお詫び】

前回、あじさい33号の投稿コーナー、8ページ宮本肇童さんの記事の中に誤りがありました。左記のとおり訂正しお詫び申し上げます。

○表題「戦後80周年記念…」は

「記念」に

○「昭和20年(1945年)8月20日」は「8月15日」に

編集後記

会員の皆さま、お元氣でお過ごしでしょうか。ギタギタと太陽が照りつける日が続いています。子どものころ、気温が30度超える日はそんなに多くなかったと思いますが、近年、猛暑日(35度以上)を超える日が多くなりました。こうした危険な暑さから命を守るため、気象庁では、令和8年4月から最高気温が40度以上の日を「酷暑日」として呼ぶこととなり、注意喚起を図ることになりました。

高齢者は歳を重ねるとともに、汗をかかない、感じない、暑さに鈍感になる、と言われ、このことが熱中症になる要因ともいわれています。対策として、喉が渇く前に一口水を飲む、エアコンを上手に使うこと、とされていますが、電気代を気にしてかエアコンを動かさない高齢者も多くいるようです。熱中症になれば医療費の方が電気代より高くなります。みなさん、我慢せずにエアコンを使って、健康に夏を乗り切りましょう。

私たち、広報委員会では皆さまからの原稿をお待ちしています。単位老人クラブの紹介、随想、俳句、短歌、写真等、なんでも結構です。

編集委員長

吉岡 光義

編集委員

難波 澄雄

梅田昭二郎

松尾 信介

小森 明美

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。