府老連

きょうと

2019.7
No.166

宮津市老連　今福福寿会

伝統の「蛇綱祭り」を子ども達と継承

１月19日に奇祭として有名な「蛇綱祭り」が開催されました。この祭りは、無病息災を祈願して、もともと青年団の手で行われてきましたが、戦後長らく途絶えていたものを昭和55年頃に老人会が復活。以来今日まで今福福寿会が伝統の祭りを継承しています。

当日は地元宮津小学校の児童も大勢参加して、世代間の交流も図られました。

◆府老連役員の選任◆

府老連は、5月16日に「第168回理事会」、5月30日に「第71回評議員会」を開催し、平成30年度事業報告及び収支決算報告を承認するとともに、役員の補充選任を行いました。

また、3月の理事会では令和元年度の事業計画が承認され、11の重点事業に取り組むこととしました。

今回変更のあった役員の方々は次のとおりです。

●理　事

喜多　英男（京田辺市）
阿部百合子（笠置町）
藤井　重博（京田辺市）

●評議員

渋谷スミ子（京田辺市）
松本　好雄（大山崎町）

※任期はそれぞれ残任期間である令和2年5月開催予定の定時評議員会の終結時まで

◆新市町村老連会長

松本　嘉一（宇治市）
喜多　英男（京田辺市）
松本　好雄（大山崎町）
髙本　昌平（南山城村）

【退任された方々】

長い間お世話になりました。

●理　事

小林　弘（京田辺市）
吉原　征子（精華町）
田邊　直美（京田辺市）

●評議員

中川　容子（京田辺市）
岸本　勝治（大山崎町）

●会　長

井上　源一（宇治市）
小林　弘（京田辺市）
岸本　勝治（大山崎町）
相浦清市郎（南山城村）

第71回評議員会

平成30年度　府老連収支決算書

（収入の部）

科　目	決算額	附　　記
財産収益	1, 785	利息　等
分担金	6, 999, 900	補助クラブ @6, 300×1, 093クラブ
		非補助クラブ @2, 000×57クラブ
補助金等	14, 502, 000	京都府補助金　14, 429, 000 その他助成金　73, 000
救援拠金	2, 297, 740	7月豪雨災害への義援金
広告料	320, 000	機関紙広告
雑収入	147, 949	歌集、会員章販売　他
収入計Ⓐ	24, 269, 374	

（支出の部）　　単位：円

科　目	会計区分	決算額	附　　記
事業費	事業会計	16, 796, 270	老人クラブ大会、健康づくり、相互支援リーダー研修、広報一般活動、職員給与
	組織強化	658, 198	会員増強運動
	災害救援	2, 297, 740	7月豪雨災害被災地への義援金
管理費	法人会計	3, 619, 346	役員会議費、事務局運営費、光熱水費　他
支出計Ⓑ		23, 371, 554	

（収支差額）

当期収支差額	897, 820	収入Ⓐ　－　支出Ⓑ
正味財産期末残高	32, 784, 642	前年度繰越金31, 956, 822＋（当期差額897, 820－法人税70, 000）
正味財産増加額	827, 820	期末残高　－　前年度繰越金

令和元年度
事業計画

Ⅰ　メインテーマ

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

〈健 康 寿 命〉○健康寿命を伸ばし、自立した生活、生きがいのある生活の実現を目指します。
○仲間や地域の高齢者とともに継続的な健康活動に取り組みます。
〈地域づくり〉○他世代や関係団体と連携し、安全・安心の住みよい地域づくりを目指します。
○元気高齢者の知識・経験・活力を生かす場づくり・機会づくりを広げます。

Ⅱ　基本方針

少子高齢化が急速に進展し超高齢化社会を迎える中、京都府老人クラブ連合会は、1,150クラブ、約56,000会員を擁する高齢者を代表する組織として、一人ひとりの生きがいと健康長寿をめざして「健康・友愛・奉仕」の全国三大運動をはじめとする多彩な活動を推進する。

特に、5か年にわたる「老人クラブ10,000人会員増強運動（26～30年度）」の成果を踏まえ、引き続き会員増強運動を推進するとともに、会員のニーズにあった、魅力ある活動を展開する。

また、介護保険制度における「新地域支援事業」への参画など、行政や関係団体と連携・協力しながら、高齢者が安心して暮らせる地域づくりにむけて、社会的役割を果たしていくこととする。

久御山町「フラメンコ教室」

Ⅲ　事業の重点

① **全国三大運動である「健康・友愛・奉仕」の活動**を基本として、引き続き「健康づくり・生きがいづくり・仲間づくり・地域づくり」の活動を積極的に推進する。

② 府老連が総力をあげて取り組んできた「老人クラブ10,000人会員増強運動」は平成30年度をもって終了したが、高齢化・過疎化に伴う自然減の影響が大きく、運動の結果は極めて厳しいものとなった。

一方、5ヵ年の運動を通して、会員増強の気運は盛り上がり、各地域では創意工夫ある取り組みが数多く実施されてきた。

今後は、これまでの「成功事例」に学びながら、会員減少の大きな要因である単位老人クラブの解散・退会の防止に全力を挙げるとともに、趣味の会やサークル活動を核とした新しいクラブの立ち上げなど、**さらなる「会員増強運動」を展開**することとする。

③ 全国三大運動の中でも、「健康づくり」を老人クラブの大きな柱に掲げ、老人クラブ会員や一般高齢者を対象に、**健康づくりの輪を広げていく**こととする。

このため、健康づくりを推進するリーダーの養成をはじめ、ブロック老連・市町村老連・地区老連等が実施するスポーツ大会、健康・生きがいづくり活動を積極的に支援する。

④ 高齢者の孤独死とともに、近年被害が拡大している**高**

亀岡市野條区むつみ会
「園児とサツマイモ苗植え」

齢者を狙った「特殊詐欺」等の高齢消費者被害を防止するため、市町村老連が行う友愛訪問の見守り・相互支援の活動を支援し、地域の「絆」を一層強めていく取り組みを促進する。

⑤　平成29年度からすべての市町村で実施されている**「新地域支援事業（介護予防・日常生活支援総合事業）」**は、老人クラブとしても避けて通れない大きな課題である。

老人クラブがこれまでから行ってきた、交流サロン・声かけ・見守り・安否確認などの活動を通して、今後も市町村や関係団体と連携を図りながら、地域の実情に応じた形で積極的に参画していく。

⑥　**女性委員会**においては、女性リーダーの育成と市町村間の交流を深めるため、「ブロック別女性リーダー研修会」を開催する。

総会や研修会をとおして、各地域での女性部の活動や会員増強の取り組みについて広く情報交換し、魅力ある活動と組織の強化を目指す。

また、女性委員会を中心に「いきいきクラブ体操」の普及を図る。

向日市松寿会「全国一斉社会奉仕活動」

⑦　**若手委員会**においては、若手リーダーの育成と会員同士の交流を深めるため、「若手リーダー研修会」を開催する。

また、これまで取り組んできた「公式ワナゲ」の普及に加え、新たなニュースポーツの導入、会員のニーズに対応した多様な活動について検討を加え、会員の加入促進に努める。

⑧　**世代間交流や子どもの見守り、子育て支援の活動**など、「安心・安全のまちづくり活動」を社会福祉協議会や民生児童委員会等と連携・協働して推進する。

特に、市町村老連の発展には、行政当局の理解と支援が不可欠であることから、市町村との定期的な「行政懇談会」を実施する。

⑨　**「高齢者向け体力測定」や「健康チェック」の普及**を図るとともに、クラブ活動や日常生活での安心・安全のため「老人クラブ傷害保険・賠償責任保険」の普及に努める。

⑩　「仲間づくりの輪を広げるためには、多くの高齢者に老人クラブの活動を知ってもらう必要がある。

このため、府老連や市町村老連による機関紙等の発行、市町村・社会福祉協議会等の広報媒体への情報提供やＰＲなど、**わかりやすく親しみやすい広報活動**を展開する。

⑪　事業展開にあたっては、**府老連の役職員が市町村老連に出向き、現場の実態を把握**するとともに、事業の具体的方策案について協議する機会を設けるなど、一層の連携を図る。

令和元年度　府老連収支予算書

（収入の部）

科　目	予算額	附　　記
財産収益	2,000	利息　等
分担金	6,999,900	補助クラブ @6,300×1,093クラブ
		非補助クラブ @2,000×57クラブ
補助金等	14,502,000	京都府補助金　14,429,000
		その他助成金　73,000
広告料	320,000	機関紙広告
雑収入	71,000	歌集、会員章販売　他
収入計Ⓐ	21,894,900	

（支出の部）　単位：円

科　目	会計区分	予算額	附　　記
事業費	事業会計	17,673,000	老人クラブ大会、健康づくり、相互支援リーダー研修、広報一般活動、職員給与
	組織強化	763,000	会員増強運動
管理費	法人会計	3,593,000	役員会議費、事務局運営費、光熱水費　他
支出計Ⓑ		22,029,000	

（収支差額）

当期収支差額	△ 134,100	収入Ⓐ　－　支出Ⓑ
正味財産期首残高	32,784,642	前年度からの繰越金

令和元年度　主要事業日程

月	日	府老連関係	開催地	日	全老連関係	開催地
4	24日(水) 26日(金)	近畿老人クラブ連絡協議会 女性委員会総会・若手委員会総会	大 阪 市 京 都 市			
5	9日(木) 16日(木) 30日(木)	監事会 第168回理事会 第71回評議員会	京 都 市 京 都 市 京 都 市			
6	13(木) ～14(金) 27日(木)	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会 市町村老連新会長・担当者会議	大 阪 市 京 都 市	18日(火)	評議員会	東 京 都
7	16日(火)	市町村老連リーダー研修会	京 都 市	31日(水)	全国事務局長会議	東 京 都
8						
9	6日(金) 10日(火) 15日(日) 14(土) ～15(日) 20日(金) 27日(金)	丹後ブロック女性リーダー研修会 山城ブロック女性リーダー研修会 「老人の日」「老人週間～21(土)」 ＳＫＹふれあいフェスティバル 全国一斉「社会奉仕の日」 丹波ブロック女性リーダー研修会	府 南 部 淡 路 島 全国一斉 京 都 市 全国一斉 福知山市			
10	11日(金)	第40回京都府老人クラブ大会	京 都 市			
11	15日(金)	若手委員会リーダー研修会	奈良方面	9(土) ～12(火) 26(火) ～27(水)	第32回全国健康福祉祭和歌山大会 第48回全国老人クラブ大会	和歌山県 埼 玉 県
12	12日(木)	第169回理事会	京 都 市	12(木) ～13(金)	高齢者の健康づくりセミナー	東 京 都
1	29日(水)	市町村老連会長・事務局長会議	京 都 市	29(水) ～30(木)	全国会長等代表者会議	東 京 都
2	17日(月)	近畿老人クラブ連絡協議会	京 都 市			
3	17日(火)	第170回理事会	京 都 市	11日(水)	評議員会	東 京 都

※令和２年度　近畿ブロック老人クラブリーダー研修会（和歌山県）　未　定
第33回全国健康福祉祭ぎふ大会（岐阜県）　令和２年10月31日(土)～11月３日(火)
第49回全国老人クラブ大会（山形県）　令和２年11月17日(火)～18日(水)

減少傾向に歯止め！４市町で会員数が増加

～「５ヵ年の成果」をもとに、会員増強運動を進めていきましょう！～

府老連では、平成26年度から5カ年にわたり「10，000人会員増強運動」に取り組んできました。

これまで各地域の老人クラブでは、運動の機運を盛り上げ、創意工夫を凝らして、取り組みを進めていただいています。

計画最終年度となる平成30年度の結果を取りまとめましたので次のとおり報告します。

最終年では、前年に比べて会員数は171人の減少にとどまり、会員が増加した市町村は前年の1市から4市町に増加しました。

減り幅が縮小し、会員数の減少傾向に歯止めがかかりつつあります。

「10，000人会員増強運動」は、一応区切りをつけますが、「会員の増強」は府老連の最大の課題であることから、3月の第167回理事会において、引き続き運動を展開していくこととしました。

数字的には厳しい内容ですが、5ヵ年の運動で得られた数々の成功事例をもとに、今後は**「会員数の現状維持」を目標に**取り組んでまいります。

会員一人ひとりの取り組みで、さらに「仲間づくりの輪」を広げましょう!!

市町村別　クラブ数・会員数増減（平成30年～平成31年）

（平成31年４月１日現在）

市町村	単位クラブ数			会員数		
	平成31年	平成30年	増減	平成31年	平成30年	増減
宇治市	59	60	△ 1	2,647	2,703	△ 56
城陽市	70	68	2	3,943	3,992	△ 49
向日市	28	26	2	1,151	1,122	29
長岡京市	51	48	3	2,666	2,369	297
八幡市	62	62	0	4,658	4,730	△ 72
京田辺市	63	63	0	3,480	3,586	△ 106
木津川市	93	95	△ 2	4,027	4,209	△ 182
大山崎町	7	7	0	289	307	△ 18
久御山町	29	28	1	1,925	1,967	△ 42
井手町	18	18	0	1,601	1,670	△ 69
宇治田原町	23	23	0	1,297	1,250	47
笠置町	9	9	0	562	569	△ 7
和束町	14	14	0	1,021	1,037	△ 16
精華町	27	27	0	2,085	2,149	△ 64
南山城村	9	9	0	680	729	△ 49
山城ブロック計	562	557	5	32,032	32,389	△ 357
福知山市	121	130	△ 9	5,122	5,592	△ 470
綾部市	57	60	△ 3	2,872	3,092	△ 220
亀岡市	49	51	△ 2	2,305	2,449	△ 144
南丹市	90	90	0	3,339	3,456	△ 117
京丹波町	42	47	△ 5	1,040	1,208	△ 168
丹波ブロック計	359	378	△ 19	14,678	15,797	△ 1,119
舞鶴市	52	55	△ 3	2,241	2,329	△ 88
宮津市	28	28	0	1,144	1,185	△ 41
京丹後市	89	92	△ 3	2,001	2,135	△ 134
伊根町	9	8	1	108	83	25
与謝野町	32	32	0	2,017	2,022	△ 5
丹後ブロック計	210	215	△ 5	7,511	7,754	△ 243
合計	1,131	1,150	△ 19	54,221	55,940	△ 1,719

老人クラブ・会員数の推移

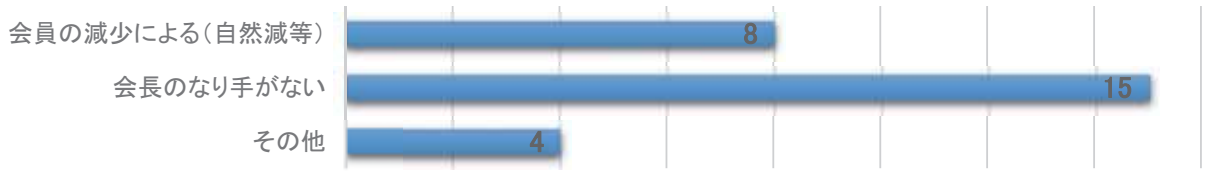
（各年４月１日現在）

年度	クラブ数		会員数（人）	
平成9年	1,729		96,119	
20年	1,539	△ 34	83,785	△ 2,226
21年	1,483	△ 56	80,475	△ 3,310
22年	1,439	△ 44	77,771	△ 2,704
23年	1,407	△ 32	75,032	△ 2,739
24年	1,364	△ 43	71,884	△ 3,148
25年	1,336	△ 28	69,974	△ 1,910
26年	1,271	△ 65	65,469	△ 4,505
27年	1,252	△ 19	63,996	△ 1,473
28年	1,221	△ 31	61,374	△ 2,622
29年	1,203	△ 18	59,144	△ 2,230
30年	1,150	△ 53	55,940	△ 3,204
31年	1,131	△ 19	54,221	△ 1,719

会員増強運動アンケート結果から（抜粋）

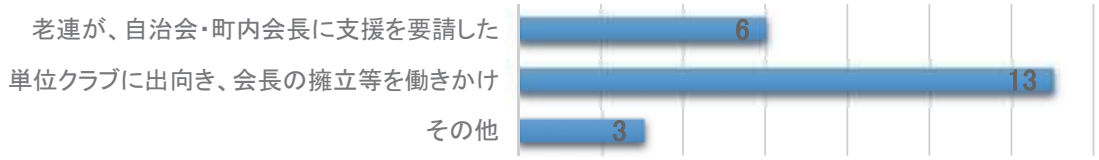
府老連では昨年９月に、各市町村を対象に、会員増強運動のアンケートを実施しました。
全37の項目の中から、その一部を紹介します。　※数字は、25市町村からの回答数

問. 単位クラブ「解散」の主な原因は何ですか。



▶多くの市町村で「会長のなり手がない」ことが最大の原因となっています。

問. 解散防止のため、具体的な「働きかけ」を行いましたか。

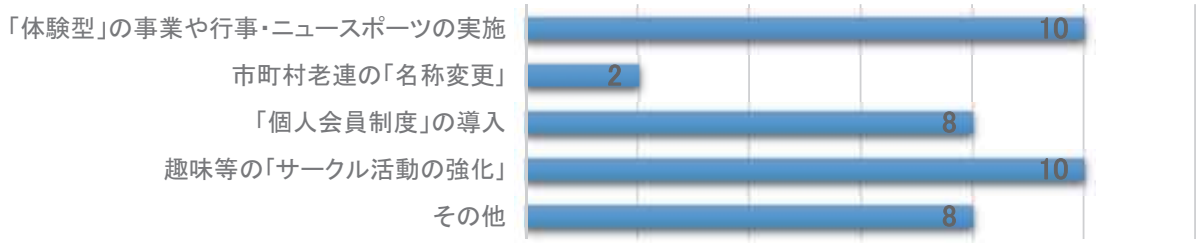


▶「解散」の兆候がある場合に、未然防止の働きかけが行われています。

問.「会長のなり手がない」場合に、対処した事例はありますか。

▶自治会・町内会との連携や副会長の代行など、様々な存続策が講じられています。

問. 今後、実施を検討している「新たな取組」はありますか。



▶その他では、「協力会員の新設」、「会費の無料化」、「自治会と連携して 65 歳以上の住民把握」、「加入・非加入に関わらず補助金支給の実態把握と改善」、「休会クラブの再結成」など

府老連「女性委員会」・「若手委員会」総会を開催

４月26日にハートピア京都において、女性委員会及び若手委員会の総会が開催されました。総会では、30年度の事業報告及び令和元年度の事業計画が決定されました。

女性委員会事業計画

1　事業方針　～男女共同参画のクラブづくり～
①老連役員への積極的な参画
②大会や研修会等への女性の参加拡大
③一般高齢者への参加呼びかけ
④友愛活動、地域見守り活動の推進
⑤高齢消費者被害防止活動の推進
⑥「健康ウォーキング」活動の普及
⑦いきいきクラブ体操の普及

2　委員会の開催
総会　4月26日　常任委員会　随時（年3回）

3　ブロック別女性リーダー研修会の開催　9月

4　老人クラブ会員増強運動の推進

5　「新地域支援事業（介護予防・日常生活支援）」への参画

ブロック別女性リーダー研修会

各ブロックとも「研修旅行」を実施します

○山城ブロック
日時　9月10日（火）
内容「淡路島で名所めぐりと人形浄瑠璃の鑑賞」
・北淡震災記念館
・淡路人形座

○丹波ブロック
日時　9月27日（金）
内容「光秀の城・福知山城見学と活動交流」
・福知山城、ゆらのガーデン
・活動交流
・あやべグンゼスクエア

○丹後ブロック
日時　9月6日（金）
内容「宇治の施設巡りと健康ウォーキング」
・宇治平等院鳳凰堂
・明治なるほどファクトリー

女性委員会

若手委員会事業計画

1　事業方針　～魅力ある老人クラブづくりと組織の強化～
①老連役員への積極的な参画
②各市町村老連「若手部」の組織化
③若手会員の大会や研修会等への参加を拡大
④若手高齢者の加入促進
⑤友愛活動、地域見守り活動の推進
⑥「ニュースポーツ」の普及・促進
⑦高齢者の体力測定の普及・促進

2　委員会の開催
総会　4月26日　常任委員会　随時（年3回）

3　若手リーダー研修会「秋の大和路健康ウォーキング」

4　老人クラブ会員増強運動の推進

5　「新地域支援事業（介護予防・日常生活支援）」への参画

若手リーダー研修会

○日時　11月15日（金）
○内容
「秋の大和路健康ウォーキング」
・興福寺五重塔付近（集合・スタート）
・奈良公園・東大寺・若草山ほか

若手委員会

宇治田原町老人クラブ連合会

会長　下岡久五郎

町人口　9287人
クラブ数　23
会員数　1297人
65歳以上加入率　47％

■「お茶会」で会員増強

宇治田原町は日本緑茶発祥の地で、町老連として初めて「お茶会」を開催しました。

当日は茶農家である下岡会長自らがおもてなしし、お茶が健康長寿に良いことや、玉露の飲み比べを楽しみました。また、子育て支援センターで「親子茶会」を開催するなど、世代間の交流も図っています。

シルバーオリンピックやお茶会などの行事を通して勧誘し、30年度は47名の会員増となりました。目標の1300人まであと一歩です。

■健康マージャン教室

さらなる入会促進として、この7月から「健康マージャン教室」を立ち上げることとしています。現在参加者を募集したところ、30名を超える応募があり、そのほとんどが女性、また半分が未加入者で、会員の増加が期待されます。

健康マージャンは、ねんりんピックの競技種目でもあり、知的脳活ゲームとして、認知症予防にも効果があることから、今後普及を図ることとしています。

（事務局　廣島）

２月の早春お茶会

綾部市老人クラブ連合会

会長　田中　丈夫

市人口　33456人
クラブ数　57
会員数　2872人
65歳以上加入率　23％

■「個人会員制度」で活動の場を

市の人口減少が続くなか、新規クラブの設立が難しいことから、本年4月から「個人会員制度」をスタートしました。

未組織地域の個人に限定した制度ですが、市老連の健康づくり事業や各種スポーツなど、活動の場を提供しています。

また、会員が年々高齢化するなか、後継者の育成を図るため、本年夏に「若手委員会」の結成をめざしています。

■コーラス部「やまびこ」

平成18年に綾部市老連より産声を上げたコーラス部「やまびこ」は、現在60代から80代まで約50名の部員がいます。

先生の指導のもと、毎月2回練習に励んでおり、今では全国シルバー合唱コンクールにも毎年参加しています。平成30年には「審査委員特別賞」を受賞することができました。

また、昨年の京都府大会で準優勝するなど、「公式ワナゲ」も盛んになってきました。

（事務局　村上）

５月の「市老連総会」で

令和元年度
近畿ブロック

老人クラブリーダー研修会

― 4つの分科会で活発な意見交換 ―

「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」のスローガンの下、6月13～14日に、近畿ブロックリーダー研修会が大阪市の大阪ベイタワーホテルで開催されました。

近畿地区から259名（男性144名、女性115名）のリーダーが参加し、熱心に研究討議が行われました。府老連からは17名（男性11名、女性6名）が参加しました。

第1日目

開会式に引き続き、全老連の河野敦子参事から「老人クラブ組織の発展に向けて」の基調報告があり、その後、4つの分科会に分かれて討議がありました。

第3分科会「多世代や地域団体との交流による地域づくり」では、府老連の山本淳理事（やすらぎクラブ長岡京会長）が「健康づくり運動で地域交流!!」と題して事例発表を行いました。

また、第1分科会では、福本淳子理事が座長を務めました。

いずれの分科会も活発な意見交換がなされ、また、夜の懇親会では、参加者同士の親睦と市町村間の交流を深めました。

山本理事

第2日目

いきいき体操クラブに始まり、大阪市健康局医務監の国吉裕子医師から「のばそう！健康寿命　担おう！地域づくりを　創ろう！いのち輝く未来社会」と題して講演がありました。

健康長寿をのばす3つの柱として、①運動　②食事　③社会参加が大切であり、特に「筋肉貯金で寝たきり防止」を図るため、日頃からゆっくりとした「スロートレーニング」を心がけるよう話されました。

この後、全体会議で前日の分科会報告と、総括・講評があり、2日にわたる研修会を終了しました。

なお、来年度は和歌山県で開催されます。

福本理事

参加者の声

第2分科会では、2つの事例が紹介され、その中で、天理市長寿連合会の「地域包括ケアシステムの構築に向けた友愛活動」の中で、サロン活動の取組が、年間120回計画されていることに、強い衝撃を受けました。

今回研修を受けた内容を、各地域の実態に合わせて考え、一部でも実行することができれば、会員増につながるのではと考えています。

（宇治市　山本孝史）

第3分科会では、長岡京市から愛称を正式名称に変更されたり、シニア大学を開校されるなど、「人生百年時代」を迎える中、高齢者がいきいき生活できる様々な取り組みが報告されました。

また、大阪市阿倍野区では、若い世代との交流を図るため、幼稚園児や小学生、中学生と交流されている様子など、すばらしい報告でした。

はじめて研修会に参加させて頂き感激した2日間でした。

（福知山市　谷鈴子）

全老連 第16期「健康づくりセミナー」に参加して

やすらぎクラブ長岡京　健康づくり部長　丸山　利恵子

全老連主催のセミナーが2月20日～22日に神奈川県の中央福祉学院で開催され、全国から46名の参加がありました。セミナーでは6つの専門講座を受講し、高齢期の健康づくりについて学習しました。

1　専門講座

順天堂大学の武井正子名誉教授をはじめ、日本薬剤師会、東京消防庁、日本歯科医師会、日本医師会、日本栄養士会の先生方から講義がありました。

①「運　動」

・超高齢社会の健康・体力づくりでは、元気なスーパーオールド（85歳以上）を目指す

・健康づくりリーダーとして、仲間と楽しく、気軽に運動を！

②「薬の正しい使い方」

・「お薬手帳」に加えて、「かかりつけ薬局」「かかりつけ薬剤師」が必要

・薬を「一元」管理してもらえ、24時間相談できる

③「日常生活における事故から身を守る」

・救急搬送データ（H29）から見る高齢者の日常生活の事故として、「自宅での事故」が6割を占める

・重症化しやすい事故は、「転ぶ」が約8割で、転ぶ場所は、居室・寝室が多い

④「歯・口腔の健康管理」

・「オーラルフレイル」の予防が大切

・オーラルフレイルは、①食べこぼし、②わずかなむせ、③かめない食品の増加、④口の乾燥など、些細な症状から始まる

・早めに気づき、適切な対応をすることが大事

⑤「上手な医療の受け方」

・「かかりつけの医師」を持つこと

・同じ医師に診てもらえ、信頼関係や意思の疎通がはかりやすい

・また、体質やよくかかる病気も分かった上で治療してもらえ、いざというときには専門医を紹介してもらえる

⑥「栄　養」

・じょうずに食べ、元気に長生きするためには「低栄養の予防」が重要

・低栄養の早期発見チェックは体重の変化・BMIのチェックで

・食べる力（摂食・嚥下機能）の低下に注意し、誤嚥、誤嚥性肺炎にも気を付けて

2　健康づくり推進員に期待する

全老連　常務理事　齊藤秀樹 氏

・高齢者は健康不安を抱える世代で、最大の関心事は何より「健康」

・「健康づくり・介護予防」はまさに老人クラブの中心活動

・若手高齢者による「健康づくりリーダー」を養成すること

・これからの活動の重点として、健康を保持増進する**「フレイル（虚弱）予防」が重要**になる

※フレイルとは

・健康と要介護の中間で「虚弱」の状態

・「虚弱」は、何らかの対応をすることによって元の生活機能を取り戻すことができる

3　セミナーに参加して

今回のセミナーはとても参考になりました。これまで、市老連の部長として、また看護師として介護予防や健康づくり事業に携わってきましたが、本セミナーで「フレイル予防」の大切さに気付きました。

これからは、受け身でなく、「自己チェック」や「サポーター」など、より能動的に参加いただけるよう、事業の進め方を工夫したいと思います。このような勉強の機会をいただいたことに感謝申し上げます。

グループの受講者と

老人クラブ会員向けに 3つの保険で安心補償

❶ 傷害保険 24時間型　❷ 傷害保険 活動型

自分がケガをした時の保険です。〈病気および他人に与えたケガは対象外です。〉

対　　象：老人クラブ会員に限ります。年齢制限はなく、いつでも加入できます。(1人1口加入)
ただし、加入手続きは所属老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体傷害保険です。

補償範囲：「24時間型(掛金3タイプ)」と「活動型(掛金3タイプ)」

掛 金：〈❶24時間型〉お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円
〈❷活動型〉お一人掛金年額 2,000円、1,000円、500円

補償内容：死亡・後遺障害保険金(後遺障害保険金はクラブ活動中のみ)／入院保険金／手術保険金／通院保険金

保険期間：掛金払込み日の翌月1日から1年間

❸ 賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。〈自分のケガは対象になりません。〉

① **対　　象：**老人クラブ(全員加入が条件となります)
② **保険期間：**毎年10月から1年間
③ **掛　　金：**1人年額100円(最低引受保険料3,000円)
④ **補　　償：**支払限度額1億円

公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係
TEL.03-3597-8770 FAX.03-3597-8767
〒100-8822 東京都千代田区霞が関3丁目6-14 三久ビル1階102号
〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社　TEL.03-3597-8768
〈引受幹事保険会社〉東京海上日動火災保険株式会社

※この広告は、以下の商品についてご紹介したものです。
「老人クラブ傷害保険」
■活動型：老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険、
■24時間型：総合生活保険(傷害補償)
「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」
ご加入にあたっては、必ず「老人クラブ3つの保険ご案内パンフレット」「概要」「重要事項説明書」をよくお読みください。ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。
18-T02023　平成30年6月作成 5

創造と連帯のシンボル 輝く会員章をあなたの胸に！

会員章には
ピン止め式とタック式の
2種類があります

1,000円

60周年記念会員章
昭和から平成、そして令和へ…

全老連創立 60 周年を記念した会員証もあります(タック式のみ)

1,000円

お申込みは、所属の市町村老連、または府老連まで

府老連 2019. No. 166

きょうと

令和元年７月発行　発行人　西村　成晴

発　　行　(一財)京都府老人クラブ連合会
(愛称：きらりクラブ京都)

〒604-0874　京都市中京区竹屋町通烏丸東入ル清水町375
京都府立総合社会福祉会館
(ハートピア京都)８階
TEL（075）256-7955　FAX（075）256-7956
E-mail:mail@k-furouren.or.jp
URL:http://www.k-furouren.or.jp

きらっ都くん

編集後記

元号も「平成」から「令和」に変わり、本年は節目の年となります。

これまで府老連が5ヵ年にわたり総力をあげて取り組んできました「10,000人会員増強運動」が平成30年度で終了し、一応区切りをつけました。

今回減少幅が縮小し、増加に転じた市町村も4つに増えるなど、明るい兆しも見えています。これも、会員皆様の長年にわたる努力の賜物です。

とはいうものの、会員増強はまだまだ道半ばで、今後も継続する必要があります。地道な勧誘活動など、引き続きよろしくお願いします。

節目の年が老人クラブの飛躍の年となりますよう、力を合わせて頑張っていきましょう。

(事務局)