

生活を豊かにする楽しい活動・地域を明るくする社会活動

高壮だより

水戸
第48号

水戸市高齢者クラブ連合会広報紙

水戸市高齢者クラブ連合会 〒310-8610 水戸市三の丸1-5-48 水戸市高齢福祉課内

発行責任者 清水 昭郎

☎ 029-232-9174

http://geocities.jp/mitokoku

E-mail: mitokoku@yahoo.co.jp

編集協力・印刷

(株)博報社 関東支社

神奈川県厚木市愛甲1-8-39

☎ 046-280-6001

平成 26 年度定期総会で会長が交代しました

会長就任
あいさつ**時代に合った魅力ある
活動を展開していきたい**

水戸市高齢者クラブ連合会 会長 清水 昭郎



この度 会長に就任いたしました清水です。

さて、当連合会は昨年50周年記念式典を盛大に行い、51年目を踏み出しましたが、同時に超高齢社会への一歩でもあります。高齢社会といいますが、どうしても介護問題が中心になりがちで、その言葉の響きだけで、なんとなく肩身の狭い思いがします。しかし、高齢者のうち要介護認定を受けている方は、現在約18%です。8割を超える方々が元気で、あるいは一病はあっても息災に暮らし、地域の中で様々な活動に関わり、

思いもよらない大役ですが、会員皆様方のお力添えをいただき、精いっぱい務めて参りたいと思います。

まず始めに、11年間の長きにわたり、ご指導いただきました山川前会長のご尽力とご功績に、心から厚く御礼と感謝を申し上げます。

誠にありがとうございます。

さて、当連合会は昨年50周年記念式典を盛大に行い、51年目を踏み出しましたが、同時に超高齢社会への一歩でもあります。高齢社会といいますが、どうしても介護問題が中心になりがちで、その言葉の響きだけで、なんとなく肩身の狭い思いがします。しかし、高齢者のうち要介護認定を受けている方は、現在約18%です。8割を超える方々が元気で、あるいは一病はあっても息災に暮らし、地域の中で様々な活動に関わり、

会長退任
あいさつ**五十年にわたる強い絆の
継承を切望している**

水戸市高齢者クラブ連合会 前会長 山川 庫



平成26年度水戸市高齢者クラブ連合会定期総会

総会を無事終えられましたこととを、関係者各位に厚く感謝申し上げます。

私は、平成25年度を最後に、市高連会長を退かせていただくこととなりました。

顧みれば、私が会長を拝命してからこの11年間、自らの力不足のところ、支えとなつ

て大きな力を発揮していただいた役員の皆様、単位クラブ会長をはじめ会員の皆様、そして事務局の方々の温かい心遣いがあればこそ、ここまで続けてくることができたこと、あらためて感謝の心でいっぱいでございます。

特に平成25年度は、市高連創立50周年という節目にあたり、会員の皆様は勿論、広く市民の皆様のお力をお借りしての記念誌編集という、3年がかりの大事業を見事に成し遂

近隣の方々とのつながりを大切にしたいと思っている皆さんです。

人の役に立っている意識は何歳になっても大切です。特に、超高齢社会ではそれぞれの地域で高齢者同士が支え合い、助け合っていかなければならない時代でもあり、高齢者クラブの役割もまた大切になってくる社会でもあります。

これからは、時代に合った魅力あるクラブ活動を展開するとともに、クラブの活動状況を積極的にPRし、身近な方々に入会を勧めて参りたいと思います。

高齢者が地域で安心して暮らしていくためには、クラブが地域の団体や行政と手を携えて地域づくりにも関わり、

けることができました。そして、県内はもとより、他県からも大きな評価を受けることができました。編集にあたられた方々に深く感謝の意を表したいと思います。

私たちは、この編集事業を通し、人間の支え合うことの大切さ、人を活かすことによって自分が活かされ、一人の力では成し得ない事も、皆の力を合わせれば成ることを学びました。また、人の和、絆の大切さを目の当たりにさせてくれました。そして、この絆を更に強く結び合い、クラブの発展、そして市内各地域の発展に活かしていきたいと誓うことができました。

新体制での水戸市高齢者ク

その担い手の一つとなっていかなければなりません。会員の皆さんには常に仲間や隣近所の方々との「つながり」にご配慮いただきたいと思っています。

新たな課題として「全国100万人会員増強運動」の具体化があります。この活動を統括・促進させるための委員会の設置も急がなければなりません。組織改革等、課題は山積してはいますが、会員・役員の方のご協力を得て、活力溢れる、楽しい高齢者クラブを作るために前進してまいります。そして、その結果が会員増強につながることを切に願って止みません。

ラフ連合会の出発にあたり、前半世紀に築き上げた50年にわたる強い絆が、後半世紀へ連続と継承されることを切望しております。

そして、新会長を中心に、役員の方々の更なる結束力をもって組織の活性化が図られるとともに、高齢者がお互いに支え合い、地域の方々にしっかりと見守られ、不安や心配を持った方が少しでも少なくなるよう、行政と共に地域ぐるみの支え合う絆の結びつきを願っております。

会員の皆様のご健康と高齢者クラブの一層の発展を祈念しまして、退任のご挨拶とさせていただきます。



永年の地域福祉の推進と向上に貢献された功績に対し、水戸市長より感謝状を贈呈される。贈呈式は、高橋市長が山川前会長のご自宅を訪れ行われた。(高橋市長と山川前会長とご家族)



第41回芸能発表大会で、就任後初の会長あいさつ
仲間同士の助け合いによる地域づくりと高齢者クラブの三大運動「健康・友愛・奉仕」を精力的に行っていこうと呼びかける。

会長 清水昭郎 (新荘)
副会長 佐々木国雄 (双葉台)
酒出卓治 (上大野)
杉山さた (女性委)

理事 岡田浩三 (三の丸)
住谷三平 (五軒)
大内三平 (新荘)
川崎進 (常磐)
磯崎孝子 (城東)
郡司茂 (浜田)
栗原文隆 (酒門)
板越文雄 (吉田)
鈴木春夫 (吉沢)
大内勝美 (石川)
戸塚育甫 (河和田)
島 惣一 (山根)
後藤 薫 (緑岡)
相澤 昇 (千波)
安藤 求 (見川)
鈴木浩三 (笠原)
富岡 忠 (寿)
木村 実 (渡里)
江幡 弘 (飯河)
園部 弘 (飯河)
後藤 賢 (堀原)
桑名 賢 (堀原)
平戸 亨 (下大野)
小高忠良 (稲荷第1)
竹内信 (稲荷第2)
鷹野重威 (大場)
倉本 操 (鯉洲)
大和田明文 (内原)
枝川勝美 (妻里)
田邊敦子 (女性委)
古田土章江 (女性委)

監事 松山輝明 (堀原)
杉田政善 (妻里)
地区代表女性委員 代表 杉山さた (常磐)
副代表 田邊敦子 (緑岡)
古田土章江 (石川)

委員 大内静江 (三の丸)
岡部寿子 (五軒)
小貴とし (新荘)
安藤宋子 (常磐)
後藤政子 (城東)
吉江江 (浜田)
小貴慶子 (上大野)
楊 文子 (酒門)
田口久美子 (吉田)
井川多恵子 (河和田)
谷津敏子 (双葉台)
舟幡初枝 (千波)
青木高子 (梅が丘)
大和田ヨシ子 (見川)
鈴木功子 (笠原)
笠沼比佐乃 (寿)
小園江トミ子 (渡里)
星 百合子 (柳河)
長谷川紀子 (飯河)
山田嘉代 (国田)
佐藤妙子 (堀原)
朝倉文江 (稲荷第1)



平成 26 年度高齢者と子どものふれあい事業実施予定クラブ		
クラブ名	会長名	備考
五軒地区高齢者クラブ連合会	住谷 浩	～26年度
常磐地区高齢者クラブ連合会	川崎 進	～26年度
吉田地区高齢者クラブ連合会	板越文雄	～26年度
柳河地区高齢者クラブ連合会	江幡 弘	～26年度
三の丸地区高齢者クラブ連合会	岡田 浩	～26年度
谷田羅漢寿会 (酒門地区)	菊池 昇	～26年度
新荘地区高齢者クラブ連合会	大内三平	新規
緑岡地区高齢者クラブ連合会	田邊 薫	新規
笠原地区高齢者クラブ連合会	鈴木浩三	新規
吉田梅寿会 (吉田地区)	上田 昇	新規
百合が丘ピアクラブ (稲荷第2地区)	竹内信二	新規
山根地区高齢者クラブ連合会	島 惣一	新規
堀原地区高齢者クラブ連合会	桑名 賢	新規

平成 26 年度主な事業計画

5月2日	1回役員会
5月29日	市高連総会
6月30日	芸能発表大会
7月17日	2回役員会
8月2日～7日	高齢者作品展
9月20日	社会奉仕の日
10月7日	市高連スポーツ大会
10月16日	3回役員会
11月26日	高齢者クラブ大会
11月	市高連研修旅行
12月	リーダー研修会
12月下旬	歳末清掃日
27年1月27日	4回役員会
未定	女性代表者研修会
未定	介護予防研修会

高齢者と子どものふれあい事業は、昭和 61 年度から続く事業で、水戸市と当連合会が協働で進めている。

毎年、申請に基づき (2 年間)、地区高連の場合は年 15 万円 (年 4 回事業を実施)、単位クラブの場合は年 10 万円 (年 3 回事業を実施) を助成する。詳しくは事務局にお問い合わせください。

高齢福祉課 232-9174 (直通)

新しいクラブ誕生！

「全国 100 万人会員増強運動」に先立ち、2 クラブが誕生した。大歓迎したい。高齢者クラブは親睦団体であるが、助成金もいたたくため若干の事務手続きがある。会長任せにせず、役割を分担して受け持ち、何事も事務局に相談してみてほしい、きっと満足な回答が得られると思う。

元気で長生きには 会話が大切

河和田シニアクラブ
会長 大内次男

町内に

新クラブ設立

千束高齢者クラブ
会長 椿山勝一

私たちの町内には高齢者クラブがなく、隣の町内の高齢者クラブに入ってもらい活動を続けられました。

この度、自分たちの町内にも高齢者クラブを結成して運営して行くという意見が多く出たので、町内の高齢者の皆さんに伺ってみましたところ 20 数人の方が参加することとなり、この度設立することとなりました。今後の抱負といたしましては、酒門地区高連の事業計画のほかに自分たちの活動計画を作り、会員が加入してよかったといわれるようなクラブにしたいと思っています。よろしくお願いいたします。

これからはどのような活動をすればよいか思案中である。他的高齢者クラブの皆様のご指導を仰ぎたいので、ご意見をお寄せくださるのをお待ちしております。

(河和田地区 設立時会員 28 人)

(酒門地区 設立時会員 24 人)

わたしたちは水戸市高齢者クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--	--

平成 26 年度予算

収入の部		(単位：円)
会 費		1,920,000
補助金	水戸市	944,000
	社 協	285,000
雑収入*		300,100
繰越金		186,185
合 計		3,635,285

*主にスポーツ大会参加料

支出の部		(単位：円)
事務費		140,000
会議費	総会経費	260,000
	役員会経費	50,000
	委員会経費	70,000
	芸能大会	250,000
活動費	高齢者作品展	120,000
	スポーツ大会	480,000
	ブロック活動費	140,000
	高齢者クラブ大会	630,000
	広報活動・広報紙発行	150,000
研修費	女性委研修会	80,000
	健康づくり・介護予防研修会	40,000
	県老連主催研修会	30,000
	幹部指導研修会	80,000
	県老連負担金	680,000
地区高連交付金	会議出席者負担金	30,000
	地区高連交付金	380,000
慶弔金		20,000
予備費		5,285
合 計		3,635,285



積み上げた歴史に敬意を表し、一人ひとりがこれまでに培った経験と知識を生かして「未来に つなぐ絆」を合言葉に次世代へ 誇れる足跡を残すべくと誓いまし た。

今後、わが国は人口減少の時 代を迎えながらも、75 歳以上の 高齢者は急激に増加していくと 予想されます。地域の中で孤立 することなく、高齢者相互で支 え合い、生きがいを持って健康 長寿を保つことがますます重要 となって参ります。

心のつながりを深める友愛活 動をもとに、同じこもりを防ぎ、 住み慣れた地域で安心して暮ら していけるように、高齢者クラ ブのネットワークを活かした見 守り・生活支援への期待は大き くなっています。

水戸市高齢者クラブ連合会は、 活動の活性化を図り温かい地域

- づくりにつなげるため、活動内 容を外部に積極的に発信するこ とにも、さらなる組織と活動の 充実に努めることを今年度の指 針といたします。
- 2 重点活動
- (1) 団塊世代を取り込んだ加入促進によるクラブの活性化と「老人クラブ 100 万人会員増強運動」の推進
 - (2) 自治会・町内会と連携し、未設置地域における高齢者クラブづくりの推進
 - (3) 友愛・奉仕の精神で「地域支え合い活動 (見守り・声かけ活動)」の推進
 - (4) 他団体との連携による地域福祉活動と、社会貢献による地域づくり活動の推進
 - (5) 高齢者クラブ P R 活動の強化
 - (6) 健康維持・向上に努め、健康長寿を伸ばす「健康づくり・介護予防活動」の推進
 - (7) 高齢期の充実をもたらす生きがい活動の推進
- ◎趣味・教養活動
◎親睦・旅行・レクリエーション
◎スポーツイベント

副会長紹介および

新任副会長のあいさつ



副会長 (再任) 佐々木国雄 (双葉台)



副会長 (新任) 酒出卓治 (上大野)

この度、ご推挙を受けまして、副会長を仰せつかりました。酒出でございます。未熟ながら副会長の重責を担うにあたり、清水会長を補佐して伝統ある市高連の向上のため一生懸命努力する所存ですので、よろしくお願い申し上げます。

高齢者を取り巻く社会環境も年々厳しさを増しており、これからの時代にあった高齢者クラブをつくるためにはいろいろな知恵を絞っていかねばならぬと考えております。誠心誠意努力いたしますので、皆様のご理解ご協力をぜひともよろしくお願い申し上げます。



副会長 (新任) 女性委員会代表 杉山さた (常磐)

この度、図らずも副会長の大役を仰せつかりました。



市高連の運営に当たりましては、先輩方の築かれた実績を尊重しつつ、将来を見据えた活動が大切と考えております。それには、新しい高齢者クラブ像を模索していくことも必要と感じています。また、女性の視点を活かした活動を取り込んでいければと思います。

会員の皆様のご指導ご協力をいただきながら、会長を中心として頑張ります。楽しい魅力ある活動ができるよう、微力ながら力を尽くして参りたいと思います。どうぞ、よろしく願います。

わたしたちは水戸市高齢者クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--	--



⑥ ニューススポーツとビンゴゲームの集い (新荘地区高連)

東日本大震災救援・復興支援事業報告

№	クラブ名	事業名	事業内容	補助金額	会員数(延)	一般(延)
①	稲荷第1地区高連	高齢者交流事業、会員増強PR、広報紙発行、ボランティア活動	①地域の高齢者を招待して、昼食にソバや弁当を食べながら、カラオケ大会や演芸大会を実施 ②航空博物館見学 ③グラウンドゴルフ大会 ④施設慰問 ⑤PRチラシ作成	80,000	151	39
②	酒門地区高連	地域安全見守り隊、園芸教室	①隊員がみとちゃんジャンパーを着て地域の高齢者宅を訪問し、声かけや話し相手などを実施 ②園芸教室を開催	80,000	21	28
③	堀原地区高連	広報紙作成	広報紙を作成し地域に高齢者クラブの活動状況を周知し、加入促進を図った。	80,000	—	—
④	双葉台地区高連	カラオケ大会(年2回)	「唄の集い」を開催し、地域の高齢者にチラシを回覧し参加を呼びかけた。パンフレットには単位クラブの紹介や活動内容を掲載し入会案内を添付した。	80,000	67	37
⑤	渡里地区高連	被災地訪問	被災地復興支援の一環として南三陸町を訪ねた。	80,000	40	—
⑥	新荘地区高連	閉じこもり防止促進活動、地域高齢者との交流	①地域の高齢者に呼びかけ、シルバーヘルス体操とビンゴゲームの集い ②ニューススポーツとビンゴゲームの集い。会員よりも一般高齢者の参加が多く大きな成果を得た。	80,000	55	62
⑦	浜田竹クラブ	安心・安全見守り隊	対象者89名を13名の隊員が毎月一定日に訪問、民生委員、住みよい浜田をつくる会、女性会等地域団体と連携を図り、家族状況・緊急連絡先・安否確認・健康確認等記録をとる。大変喜ばれ、訪問がきっかけで13人が入会。	50,000	130	890
⑧	谷田羅漢寿会	地域高齢者と児童の見守り	地域高齢者と児童の登下校の見守り活動を実施した。	50,000	78	12
⑨	河和田一町目もみじ会	誕生会、施設慰問、そば打ち会	①老人施設の夏祭りを慰問 ②地域の高齢者を招いてソバ打ち会を開催 ③誕生会を開催し、地域で該当する高齢者を招待して皆で祝う(8、9、11、2月)	50,000	151	94
⑩	見川西寿クラブ	お楽しみ会、健康体操	地域の高齢者に呼びかけ①食事やゲームをしながらお楽しみ会 ②健康体操(月1回)	50,000	334	14
⑪	元石川高齢者クラブ	グラウンドゴルフ同好会	グラウンドゴルフを通して地域高齢者の加入促進(月2回:第2・3水曜日)	50,000	17	3
⑫	台渡里高齢者クラブ	被災地訪問	仙台市岡上地区を訪ねる。	50,000	37	—
⑬	鯉ことぶき会	高齢者サロン	地域の高齢者に呼びかけ、おしゃべりやカラオケで親睦を図る。	50,000	170	25
⑭	松本町福寿会	高齢者サロン、グラウンドゴルフ	地域の高齢者に呼びかけ①グラウンドゴルフ②オセロゲームやおしゃべりを楽しむ	50,000	46	49
⑮	石川友人会	スポーツ用具購入(ベタンク)	ベタンク練習	50,000	18	—
⑯	飯島高齢者クラブ	ひとり暮らし高齢者見守り、地域高齢者との交流、施設慰問	①特別養護老人ホーム他2か所の施設を慰問して、話し相手など入所者と交流する ②声かけ運動、安否確認(5班で月1回実施) ③地域の高齢者との交流会	50,000	73	62
⑰	かわだ熟年チャレンジ倶楽部	かわだ夏祭り模擬店出店	夏祭りに模擬店(焼きそば、フランクフルト、焼き鳥)を出店し、子どもや高齢者には無料で提供した。	50,000	76	93
⑱	住吉町楽寿会	老人ホーム納涼祭支援	特別養護老人ホームの納涼祭の準備、片づけ(機立て・撤去)。太鼓演奏などをして入所者と交流した。	50,000	46	49



⑭ オセロゲームとグラウンドゴルフ大会(松本町福寿会)

わたしたちは水戸市高齢者クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

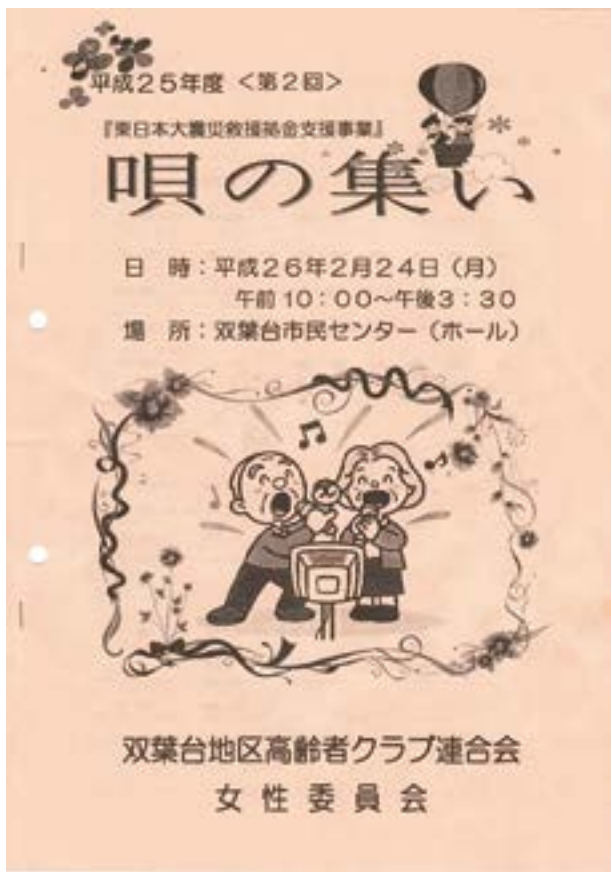
平成25年度
東日本大震災復興支援事業

この事業は、茨城県内をはじめ全国の老人クラブ会員から寄せられた救援拠金を活用して、次のような活動を行う高齢者クラブ等に予算の範囲内で助成したものです。

- (1) 被災者を激励、慰問等を行うための活動
- (2) 友愛支援の活動
- (3) 寝たきり、閉じこもり防止等促進活動
- (4) 地域の高齢者との交流活動
- (5) ボランティア活動への取組みに係る活動
- (6) 地域見守りネットワーク事業「水戸市安心・安全見守り隊」活動

※必ず地域に居住する未入会の高齢者が参加した事業であること。

※単年度で終わらず、継続的に実施できる事業であること。



④ 唄の集い (カラオケ大会) の案内ちらし (双葉台地区高連)

安心・安全見守り隊発足

浜田竹クラブ 会長 郡司 茂

会の役員改選後、ひとり暮らし高齢者(75歳以上)見守り活動を強力に推進するため、役員その他、協力いただける人材を数名集めプロジェクトチームを編成、事務局を立ち上げた。

当時、水戸市高連が「水戸市安心・安全見守り隊」に参画したことから、当クラブでも事業の一環として、積極的に取り組むことにした。

民生委員東部ブロック、住みよい浜田を作る会、社協浜田支部、浜田女性会、竹限市民センター等と連携し、情報交換を密にし、地域のひとり暮らしの方の所在を確認し、訪問しながら加入の呼びかけを行っている。交流することで地域の現状が把握でき、活性化が急速に進んだ。

また、年末年始にかけ手作りの雑巾1500枚を浜田地区小中学校、福祉施設等11か所へ贈呈し感謝されている。



⑦ 見守り隊の皆さん(浜田竹クラブ)

水戸市高齢者クラブ連合会創立50周年記念誌「輝く50年未来につながる絆」が刊行されましたこと、心より御祝い申し上げます。この50年、社会の著しい変化に対応して、貴会が培われてきた業



水戸市博物館
館長 玉川 里子



績に深く敬意を表します。また、記念誌刊行にあたり、戦争時代の体験記や東日本大震災の記録を合わせて集録された慧眼には感服の至りです。記念誌に掲載された95名という多くの方たちの戦争時代の体験記「語り継ぐ戦争体験」は、まさしく、未来につながる絆というべき大変貴重な記録です。水戸空襲や戦地体験、国内の戦争体験、抑留、引揚げ体験、戦時下の学校生活や市民生活など、多岐にわたる体験記には当時の緊迫した日々

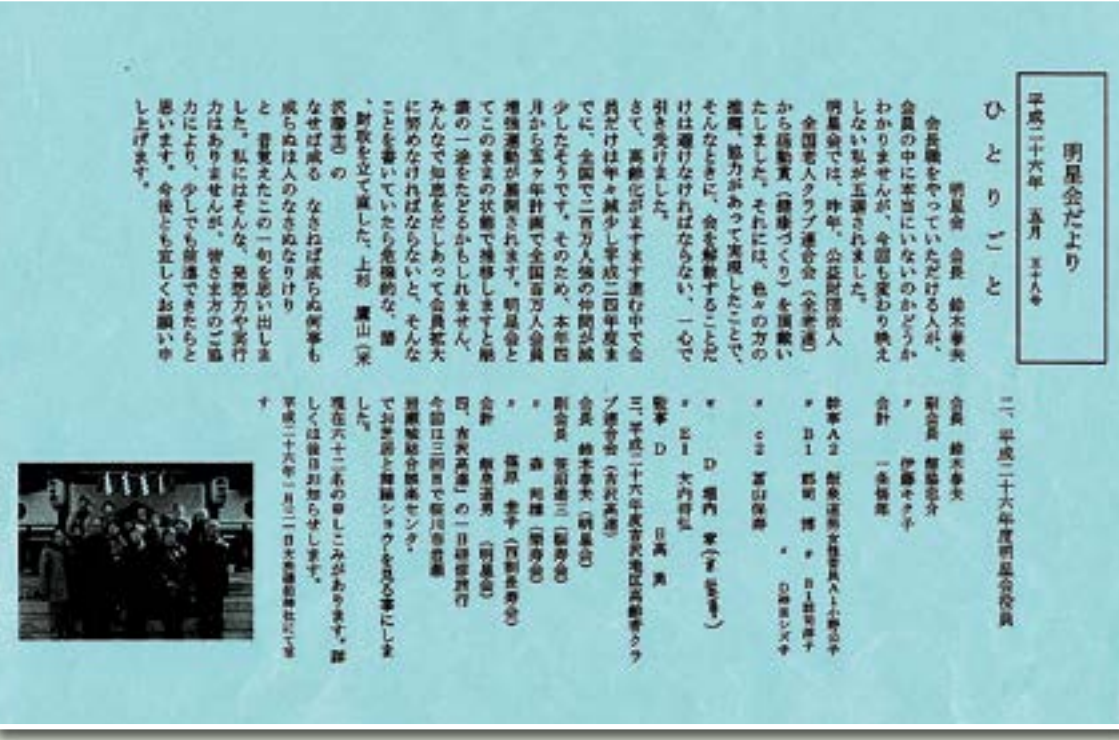
が綴られ、一つひとつがこれからの時代を生きる若者たちに繋ぐ大切な「記憶」だと感じました。戦争終結から69年、戦争の時代の反省がこの歳月に平和をもたらしたのだと信じています。「戦争で亡くなる人がいない」という幸せを手放すわけにはいきません。戦後の焦土から、尋常でない勢いで復興を遂げた力の源は、「平和な日常」が送れることの喜びであり、希望を持てる時代への期待であったに違いありません。その出発点を再確認し、戦争は二度としてはいけないことと改めて肝に銘じることで、つらい思いが伴う体験を寄稿して下

さった方々に報いることだと思っています。博物館の使命も、歴史や文化を伝えるモノを未来に残すことです。人間の記憶は時間とともに薄められてしまうのが常です。しかし、過去の記憶をたどれるツールがあればあるほど、時代を客観視することができるようになります。皆様の体験の記録は、確かな時代の証言として、忘れてはいけないことを喚起し続けてくれることでしょう。

最後に、この記念誌の刊行に感謝し、高齢者クラブに集う皆様方々ますますのご健勝とご活躍をお祈り申し上げます。

「明星会だより」
新住吉明星会 (吉沢地区) 会長 鈴木 春夫

- ① 発行責任者 会長 鈴木 春夫
- ② 発行の動機 会員一人ひとりに活動の内容を知ってもらうために、平成2年のクラブ創立以来発行。
- ③ 発行頻度 年/1〜2回
- ④ サイズ A4版
- ⑤ 配布先 全会員(41名)
- ⑥ 課題 現在のところ、会長が題材収集から編集・発行までを行っているが、広報担当者を決め、更に内容を充実させ、クラブのPR手段としていきたい。



わたしたちは水戸市高齢者クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--



2 日目の出発。ホテルと別れ、「河口湖ハープ館」「西湖いやしの里根場」最後の見学地「幸せの丘ありあんず」で昼食。全ての研修計画も無事終了し、甲府南 I C より高速道を一路水戸へとバスは走る。

この旅行は私たち高齢者にとって明日に繋がる研修

桜前線も次第に北上を始めた 3 月半ば、市高連の研修旅行に参加した。

バス 2 台で、水戸を 7 時に出発、途中サービスエリアで随時休憩をとりながら常磐・外環・関越鶴ヶ島 JCT を経て中央道へと優秀なドライバ―のハンドルさばきで進む。河口湖 I C へ 12 時半に到着。

昼食は山梨名物の「ほうとう」（カボチャなど具がたくさん入った煮込みうどん）をお腹いっぱい食し、最初の見学地「オルゴールの森美術館」へとバスを走らせ、様々なオルゴールの音色を堪能した。

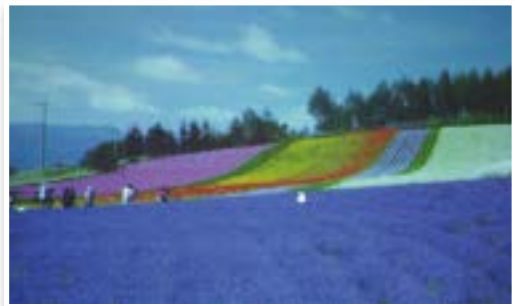
途中の道々には、観測以来最高の積雪を記録した大雪の跡がまだいたるところに残っていた。

世界遺産富士山の構成資産の一部として認定された忍野八海を見学、その厳かで神秘的な湧水池にしばし時間を忘れ見入った。長旅にいささが疲れもあり、一路今夜の宿「ホテル鐘山苑」へとスピードを速め到着。

宿は、目を見張る美しい豪華なホテルで、一瞬立ち止まりあたりを見渡してしまった。部屋に案内され、早速浴場へと向かい暖簾をくぐると目の前には大浴場が湯煙をあげていた。浴槽から待望の富士山を眺めることはできなかったが、温泉は期待どおり格別だった。

いよいよ懇親会の時間となり、宴会場からは食欲をそそる香りが空腹の私たちにせまってくる。会員の皆様と親しく懇談が進み、楽しく、朗らかな時間が過ぎていった。

翌朝、窓のカーテンを開けた途端目の前に見事な朝焼けの富士山が出迎えた。感極まり 2 度 3 度とシャッターを切った。



講演時のスライドから写真複製

平成 26 年 1 月 31 日、ミオス大会議室に、作家の岡崎英生先生を迎えて講演研修会を開催。参加者はクラブ会長、女性委員など 170 人。

講師は北海道のラベンダー栽培の歴史とラベンダーに魅せられた農家富田忠雄氏の人生の不思議を熱く語った。

合成香料の普及で香料作物として価値を失いつつあったラベンダーが、道内外の写真家の紹介で一躍脚光を浴びるのだが、花の美しさや香りという人間の感性に触れた感動や共感芸術品や世界遺産のように根強い観光資源となっていく。（清水）



第 21 回女性委員会
代表者研修会

でもありました。計画にあたった研修・旅行委員会の皆様に感謝し、厚くお礼を申し上げます。

スポンサー各位への御礼

このたびは、水戸市高齢者クラブ連合会広報紙「高壮だより水戸」の発行にご協賛いただきましてありがとうございました。

高齢者クラブは、高齢者の①生きがいや健康づくり ②地域奉仕や友愛活動 ③子どもとのふれあい活動などの社会活動を通して明るい長寿社会づくりに努めることを活動目的としております。

広報紙は、会員相互の親睦・交流のほか、地域の皆様に活動をご理解いただき、新規加入をお願いする目的も持っております。

これからもご支援、ご理解の程よろしくお願いいたします。

水戸市高齢者クラブ連合会
会長 清水 昭郎

編集後記

▼人口減少社会や超高齢社会の実感は捕えにくい。高齢者が人口の 3 分の 1 を占める社会を想像できますか？▼原発事故の影響で、若い世代 7 千人以上が市外に避難してしまった南相馬市では、高齢者の割合が 23 % から一挙に 29 % に上がり、約 3 人に 1 人が高齢者の都市となった。すなわち、10 年後の縮図が突然現代に出現したのだ。医療・介護の現場で何が起きたかといえば①市立病院では、230 床あるベッドのうち 80 床が看護師不足で使えない②退院後の介護計画を立てるケアマネジャーが決まらない③ 1 日 3 回の訪問介護を希望しても 1 回しかできない④介護予防に欠かせない退院後のリハビリができず寝たきりになる人が多くなる等々▼市立病院で臨床研修を行った若い女医は、今後介護士や看護師等を大幅に増やすことは無理でしょう、南相馬市で参考になったことは、高齢者同士の助け合いだと言った。ボランティアでお茶出し、買い物の手助けを拜見した。おむつの交換などはヘルパーさんがするにしても、掃除や声掛けは高齢者にもできる。地域で高齢者が支え合う仕組みをどう作るかがこれからの課題の一つだと思つて結んでいる。（朝日新聞 26 年 4 月 23 日号 13 面から）

広報委員会

- | | |
|------|------|
| 副会長 | 酒出卓治 |
| 委員長 | 岩本多實 |
| 副委員長 | 大里公雄 |
| 委員 | 羽田和一 |
| 委員 | 大内静江 |
| 委員 | 岡部壽子 |

わたしたちは水戸市高齢者クラブ連合会の活動を応援しています
