

いきいきクラブ青森

当連合会ホームページ <http://ikiikicluba.sakura.ne.jp> もご覧ください

青森県老連

第142号

平成28年2月10日
公益財団法人青森県
老人クラブ連合会
青森市中央三丁目
20番30号
電話 017-732-6492



県老連主催健康福祉大学校「講義レクリエーション活動」

みんなで仲間をふやそう!

また、介護保険制度が見直され、市町村は平成29年度までに、要支援者に対し独自の新地域支援事業に取り組むことになりました。新地域支援事業は、高齢者への生活支援や交流サロン、趣味サークル、介護予防教室等の場所作りによって、住み慣れた地域で生活が継続できるように取り組むものであります。すでに老人クラブは、これまで地域を基盤に活動しており、友愛活動や見守り活動、サロン活動などはまさに新地域支援事業そのものであります。新地域支援事

業の担い手として会員のみならず地域の高齢者とともに、市町村、関係団体と連携して参画していきましよう。
終わりに、会員の皆様方のご健勝と実り多い素晴らしい年になりますよう祈念申し上げ、新年のあいさつといたします。
今年もよろしくお願ひいたします

また、日頃から当連合会の各種事業に対しても、皆様方からの格別のご支援・ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。
さて、本年は平成30年度まで取り組む「会員1万人増強運動」の折り返しとなりますが、残念ながら昨年度は目標には、至っておりません。しかしながら、各市町村老連では、新たに単位老人クラブが結成したり、復活したりと少しずつではあります。運動の成果がでております。



青森県老人クラブ連合会
会長 今本 芳穂

新年のごあいさつ

会長	今本 芳穂	青森市
副会長	木村 留次郎	弘前市
〃	松崎 徹	八戸市
〃	上山 キエ	県老連女性部長
理事	佐々木一吉	十和田市
〃	平塚 邦夫	むつ市
〃	乗田 勝雄	北郡
常務理事	西澤 正規	県老連
監事	今田 健藏	平内町
〃	山内 了介	青森市浪岡地区 県老人福祉協会 事務局長
〃	前田 覚	
事務局長	五戸 秀樹	
総括主任	大橋 恵美	
事務職員	寺坂 美貴	



全国老人クラブ連合会会長表彰

○老人クラブ育成功労者



小西 博 (おいらせ町)

町老連会長として、県老連の事業を、地元で数多く開催し、多数の会員を参加させています。また、県老連の芸能発表大会に、毎年会員を参加させ健康づくりや生きがいづくりに努めています。会員増強に努め、老人クラブの発展に寄与しています。



松原 金治 (三戸町)

町老連前会長として、会の運営から事業全般に携わってきました。全国三大運動「健康」「友愛」「奉仕」をバランスよく活動してきました。会員増強運動では、会員からの意見を聞いて、料理サークルを立ち上げたり、また愛称「三戸町シニアクラブ連合会」として老人クラブの発展に寄与しています。

○優良老人クラブ



西十一番町和交会 (十和田市)

代表者 小原 美智穂

全員が楽しいクラブづくりを目指して、毎月定期的に、スカットボールや体操を行い会員の健康維持やふれあい交流活動に努めています。市老連行事の交通安全・防犯大会、軽スポーツ大会などの様々な事業へ多数参加するなど活発に活動しています。

○優良市町村老人クラブ連合会



鶴田町老人クラブ連合会 代表者 勝雄 乗田

昭和49年から会員の健康づくり、交流の場として、スポーツ大会を毎年開催しています。芸能に力を入れ、郡、地区、県それぞれの芸能発表大会には必ず出演し、会員にも力をいれ、毎年5〜11月にかけて週2回程度、富士見湖パーク公園の清掃を行っており、地域になくはならないクラブとして活動しています。

・永年勤続（老人クラブ連合会の職員として在職期間が通算15年以上の者）

有馬 幾子 (青森市老人クラブ連合会)
山内 久美子 (八戸市老人クラブ連合会)

青森県知事表彰

○老人クラブ育成功労者



中新田 米八 (平内市)

会員からの信頼も厚く、単老会長に就任してからは町老連の行事に多くの会員を参加させ、健康づくりに、生きがいづくりに努めています。自ら歩いてクラブのPR活動し、新規会員の獲得を行いながら、老人クラブの発展に寄与しています。



平塚 邦夫 (むつ市)

入会以来、老人クラブの発展・育成のため献身的な努力を続けています。市老連の役職に就任し現在は会長として、事業の企画・実施における中心的役割を担っています。毎年、県の芸能発表大会に出演者・観覧者を引き連れ、会員の健康づくり、生きがいづくりに努めています。



岡沼 鐵男 (八戸町)

地区連合会長として、奉仕活動、友愛活動、会員増強運動など積極的に展開しています。市老連総務企画部会長・理事として、重要な仕事の中心的存在を担っています。また、県老連健康福祉大学校で学んだことを、市老連や単位クラブで実践し、クラブの活性化に努めています。



和田 リヨ (十和田市)

単位クラブの理事として、行事運営に積極的に協力しています。市老連女性部委員・理事として特に、スポーツ大会の運営に力を入れ、所属するクラブ以外の会員にも声がけをして多数参加させ、健康づくりに努めています。



一ノ渡 浩 (三戸町)

環境美化運動や日帰り研修旅行を通して、地域での老人クラブ活動をPRしながら、新規の会員の獲得に力を入れていきます。町老連副会長として、会長をサポートしながら、楽しく参加できる事業や気軽にできるスポーツ大会を企画し、会の発展に寄与しています。

○優良老人クラブ



川守三楽会 (むつ市)

代表者 佐々木明雄

町内会や市老連との連携を大切に積極的な活動をしていきます。毎年8月の大湊ねぶたでは、制作作業から参画し、3世代交流、伝統芸能・文化の継承活動を行っていきます。高齢者が経験を基に様々な活動を通して地域社会に貢献しており、地域になくってはならないクラブとして活動しています。

○優良市町村老人クラブ連合会



大鰐町老人クラブ 連合会

代表者 岩崎 さつ

他世代との交流活動に力を入れていきます。活動拠点となる場所に、児童館が併設されていて、子どもの登下校の見守り活動、ふれあいキング、もちつき大会など子どもたちとのふれあい活動が大事にしていきます。また、町老連主催行事に未加入者を参加させ23名の会員を増やすなど会員増強運動も積極的に行っています。

青森県老人クラブ連合会会長表彰

○個人表彰

青森市 関 清造
菅木 英徹
小山 智子

清水 イト
水品 照夫
中田 勝幸
阿部 金太
松橋 和子
大嶋 由五郎
佐瀬 京子

弘前市 吉谷 憲
横山 ケイ子
斎藤 登
小原 ヨシエ
須藤 菊栄
木村 秀文
相馬 義一
豊沢 健三
小山内 良子
木村 信
八木橋 てるゑ
吉田 芳美
奈良 忠子
鳴海 セイ子
佐藤 清一
西村 清之助

五所川原市 米谷 美智子

十和田市 種市 勇
小山田 良三
佐藤 茂人
小笠原 一男

三沢市 小向 良子
大森 和子
畠山 正孝

むつ市 谷口 義美
山本 智弘

つがる市 奈良 操
菊地 淑子
蒔田 治三郎

八戸市 阿部 清志
外崎 幸子
坂野 富士夫
上野 たま子
奥沢 十四三
松川 ソデ

平川市 笹原 ちよ
阿部 愛子

中泊町 成田 日出男
葛西 務
横野 テツ
佐藤 久枝
葛西 きよみ

南郷町 川守田 かよ
中村 末男

佐々木 ツキエ

今別町 木村 清次
太田 邦彦

深浦町 成田 きく江
山崎 さい
吉田 良市

西目屋村 松嶋 良栄

藤崎町 高木 伸昌
工藤 勝
藤本 きみ

三戸町 境澤 和男
中沢 トキ
西谷 洋子

板柳町 長内 信長

鶴田町 中野 堅治
小野寺 隆治
花田 恭一
桜庭 惇

五戸町 畑山 定雄
小泉 輝義

田子町 中村 ミチ
畠山 金太郎
中村 忠充

六戸町 円子 ふよ

横浜町 森川 良子
山道 石次郎

東通村 相内 亀
弓 勝男

風間浦村 古川 アヤ
松尾 幸
浜辺 き江

三戸町 力石 尚親
(理事・評議員9年)
仲出川 一雄
(評議員 5年)
木村 清次
(評議員 4年)
山内 十三雄
(評議員 4年)
松原 金治
(評議員 9年)
坂本 文男
(評議員 5年)

○優良老人クラブ
西滝つくしの会
(会長 小野 喜代治 / 青森市)
千田長寿会
(会長 豊川 智恵子 / 八戸市)

○特別感謝
県老連役員及び
評議員4年以上で
退任した方



老人クラブ活動賞

この賞は、全国老人クラブ連合会で実施しています。活動の実績のみではなく、取り組み内容やアイデアに焦点を当て、全国の参考となる活動を発掘、紹介することにより、更なる活動の発展を目指すものです。

また平成26年度から「100万人会員増強運動」で目標を達成した市町村老連、単位老人クラブを対象に「会員増強運動特別賞」を贈呈することになりました。

○健康づくり活動部門

青森市老人クラブ連合会

第14ブロック協議会

(代表者 定島 勝彦／青森市)

ひまわりふれあいサロンを月2回開催し、年間を通じて健康づくり体操、転倒予防体操、スカットボール、ボールを使った軽体操等を行っています。また、町内の境内清掃後、音読会やカラオケなども実施し、高齢者の交流憩いの場として活動しています。

○会員増強運動特別賞

大間町老人クラブ連合会

(代表者 高松 隆光)

地区老人クラブ及び町老連会員交流事業を通じて、新規会員勧誘活動を実施しました。1地区の高齢化が進み、解散の危機でしたが、会員増強運動に60代の方が取りまとめ役・先導役として活動しました。その結果、同世代の方々を加入させ、町老連事務局と相談しながら、単老役員等の世代交代を上手に行い、会員の増につながりました。

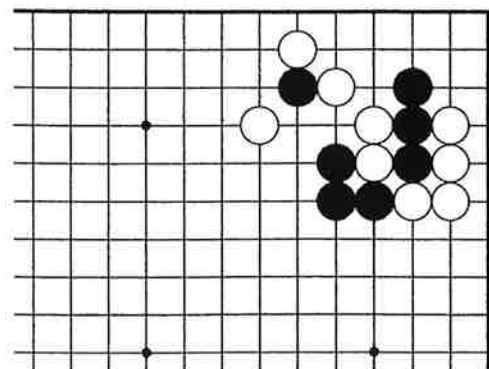
廻堰保寿会 (まわりぜきほじゆかい)

(代表者 笹森 正／鶴田町)

平成18年から会長を筆頭に、役員が一丸となって会員増強に取り組んでいます。県、郡、町老連主催のスポーツ大会や芸能発表会などの各種イベント行事に会員が隣近所の非会員に声掛けして参加させ、会員を増やしています。また、町老連の行事チラシを会員へ配り、非会員を参加させる時の媒体紙として活用するなど、より一層会員増強に力をいれて活動を展開しています。

1分の詰碁

黒番 (週刊「碁」提供)

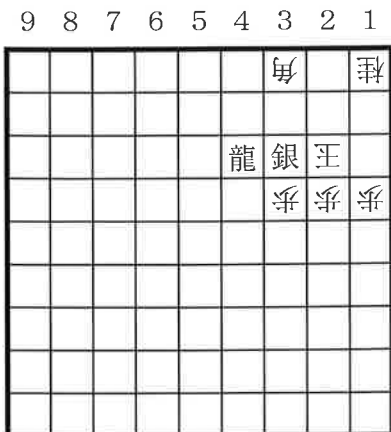


(解答は14ページ)

のびのび詰将棋

第12回【選題】本田 伸

一 二 三 四 五 六 七 八 九



【ヒント】後のことを考える。
(解答は14ページ)

歩

平成27年度県老連の主な行事
(9月～1月)

青森県知事表彰・青森県老連会長
表彰の授与式並びに青森県老人
クラブ芸能発表大会の開催

平成27年9月29日(火)、リンクステーションホール青森において、約120名(出演者含)の方々が参加されました。授与式は、青森県知事(代理 田中県高齢福祉保険課長)から、5名の方々と2団体に表彰状と記念品が贈られました。また、青森県老連会長表彰の授与式を行い85名と2団体に表彰状を、6名に感謝状を贈りました。
(受賞者は2～3頁参照)

芸能発表は、39演目、出演者約320名の参加協力のもと、舞踊、歌、盆踊り、コーラス、玉すだれ、フラダンス、青森県ならではのスコップ三味線など多様な出演がありました。特別出演の北野好美氏(日本クラウン株式会社 オフィスピクトリー所属)の歌声で会場はさらに盛り上がりしました。

また、抽選会では株式会社アシスト青森様のご協賛でお米(5kg)30袋の景品があり、当たった方々は席から立ち上がって喜び、盛会で終了しました。

参加者から、今年の大会は、歌もプロ並みで、舞踊などは衣装の華やかさ、踊りにキレがあり、とても高齢者には見えないとの声がありました。

芸能発表大会は、平成16年より開催しており、年々、趣向を凝らした出演が増えてきています。



特別出演 北野 好美 氏
(日本クラウン株式会社 オフィスピクトリー所属)



来賓祝辞
青森県知事代理 県高齢福祉保険課
課長 田中 道郎 氏



主催者あいさつ
今本会長



スコップ三味線「じょんがら女節」
長瀬 礼子 他16名(八戸市)



舞踊「相生」
瀧内 政子 他9名(十和田市)



舞踊「元気で長生き365歩のマーチ」
岩崎 さつ 他9名(大鰐町)



舞踊「これから音頭」
山崎 栄 他10名(大間町)

健康福祉大学校卒業式

12月22日(火)、野辺地町「まかど観光ホテル」において、平成27年度青森県老連健康福祉大学校の卒業式が行われました。

卒業式には、来賓として青森県高齢福祉保険課 田中 道郎課長(代理) 逆瀬川 和弘 県高齢福祉保険課長代理)、船橋 茂久平内町長、佐々木 徳正平内町議会議長、石田康男平内町社協会長より、心温まるご祝辞をいただきました。

47名の卒業生は、6月19日から12月22日の卒業式までの12日間、42単位の講座を受講されました。

受講された方々は、講義内容が「男の料理教室」「美容レッスン」「体力測定」「陶芸作り」「ニュースポーツ」「平内町議会傍聴」など実技・実習が多く、今からでもクラブで取り入れることのできるものばかりで大変良かったとの声が多かったです。

今回、卒業した学生たちは、県・町老連の老人クラブ活動への協力はもちろん、老人クラブ会員ではない方々とも一緒になって地域の活性化に貢献できるようにがんばっていくとのことです。

また、学んだ事を学んだだけで終わるのではなく、地域で実践することでした。歳の違う同級生ができ、今後の活動の励みになるということです。

来賓祝辞



平内町長
船橋 茂久 氏



県高齢福祉保険課
課長代理 逆瀬川 和弘 氏



式辞 今本学長



平内町社会福祉協議会
会長 石田 康男 氏



平内町議会
議長 佐々木 徳正 氏



卒業証書授与
左 学生代表 熊谷 シキ 右 今本学長



施設見学
「上北農産加工農業協同組合」



皆勤賞授与
左 学生代表 對馬 豊吉 右 今本学長

卒業生（47名）

飯田 征司(平内町)	伊瀬谷 勇(平内町)	蝦名 重雄(平内町)	蝦名 文雄(平内町)
沖崎 文雄(平内町)	奥山 茂(平内町)	後藤 雅之(平内町)	後藤 亮悦(平内町)
今田 健藏(平内町)	佐々木 進(平内町)	須藤 実(平内町)	對馬 豊吉(平内町)
野坂 邦明(平内町)	本堂 勇夫(平内町)	三津谷 喜代美(平内町)	佐賀 均(六戸町)
阿部 愛子(平内町)	阿部 イツヨ(平内町)	一戸 エツ(平内町)	井筒 けい子(平内町)
逢坂 百合子(平内町)	小形 ナカノ(平内町)	小川 八千代(平内町)	奥山 幸子(平内町)
熊谷 シキ(平内町)	倉本 しづゑ(平内町)	倉本 節子(平内町)	後藤 洋子(平内町)
佐々木 チヨセ(平内町)	須藤 恵子(平内町)	田中 みわ(平内町)	辻村 きそ(平内町)
豊島 フサ子(平内町)	中川 和子(平内町)	中新田 正代(平内町)	八桁 ハルエ(平内町)
畑井 トサス(平内町)	八戸 キヨエ(平内町)	八戸 桂子(平内町)	濱田 キク(平内町)
浜中 ミヨエ(平内町)	福田 エス子(平内町)	船橋 サカエ(平内町)	松山 美智子(平内町)
三津谷 まつゑ(平内町)	八木橋 克子(平内町)	向中野 和枝(青森市)	



レクリエーション



陶芸作り



美容レッスン



男の料理教室



修学旅行



卒業記念パーティー

「会員1万人増強運動」会議
及び研修会

10月16日(金)、ホテル青森において平成26年度から向こう5年間で、会員を1万人増やす運動の取り組みの会議と研修会を開催しました。会議は、約30名の会員増強を推進する方々が参加し、五戸事務局長より、26年度の実績について、「県全体でクラブ数・会員数ともに減少している。この厳しい現状に歯止めをかけるために県内の老人クラブ会員一人ひとりが未加入者へ声がけ運動しなければならない」と話しました。

また、研修会には約160名の方々が参加し、「介護予防で仲間づくり 輝き人生をいつまでも」と題して、青森県介護支援専門員協会 副会長、青森県薬剤師会 会長 木村 隆次氏より講演がありました。講演では、高齢者が生涯にわたり生きがいをもち、自分らしい暮らしができるよう、高齢者の活躍の場づくりや長寿の喜びを実感できる環境づくりが大事であると話されました。

老人クラブは、これからも地域に密着した活動を行い、未加入者の方々へも、積極的に声をかけをし、町内会やボランティア団体等と連携しながら、老人クラブが活躍できる地域社会を目指していければと思います。



会議風景



講師 木村 隆次 氏



研修会風景①



研修会風景②

仲間と共に、地域と共に輝いて
会員章を胸に活動の輪を広げて



老人クラブ会員章

一口 1,000円

みんなで歌う愛唱歌集 ●B6判(横)
●全200ページ
●定価700円

会員の方々の熱い要望にお応えして、
最新版歌集発行！

特色

- 会員の皆様からのリクエスト曲161曲を掲載。
- 歌にゆかりの風景などを紹介した「ふるさと探訪」、郷土の歌を集めた「ふるさとを歌う」など、楽しいコーナーが満載です。
- 流行歌史と世相を迎える、年表「私と歌と青春と～昭和を振り返る」を掲載。ご自身の歴史を書き込むことができます。



青森県老連女性部委員等 研修旅行の開催

11月5日(木)～6日(金)、秋田県大仙市民交流プラザ「のびのびらんど」において本県から18名が参加し、研修旅行を開催しました。

この研修旅行は、当連合会の女性部委員が企画して開催したものです。今回の企画は、活発に会員増強運動を実施している老人クラブに視察研修することになりました。視察研修先は、秋田県大仙市老連です。大仙市老連は、空き店舗を利用して「活力とにぎわいのあるまちづくり」「商店街から生まれるふれあい・支えあいづくり」を目標に、地域との深い関係を持ちながら、会員増強運動をすすめております。大仙市老連の活動場所である「のびのびらんど」で、同市老連 女性部委員長 伊藤 八重子氏他36名の女性委員等から大きな拍手とお揃いのユニホームで温かい歓迎を受けました。その後、女性部で普段から練習している「青い山脈」や「かあさんの歌」「切手のないおくりもの」などを手話ソングで披露しました。「のびのびらんど」は、市民の憩いの場所として平成17年4月にオープンしました。誰でも気軽に自由に気軽に立ち寄ることができ、地域の憩いの場所です。手話講習会や簡単クッキング、お気軽読書会、エコクラフト、小学生による食育体験学習、大曲の花うた大会応募企画などがあります。スタッフは約60名で、老人クラブや婦人会の方などで、常時2名のスタッフがいま

す。伊藤氏は「高望みはせず、とにかく気楽に集まってお茶が飲めるところがいい。そしてまずは活動をはじめること。一生懸命やっていたら必ず人はついてきます。」とのことでした。その後、出席者全員が立ち上がったの手話を交えた大合唱で会場を後にしました。また、宿泊先の駒ヶ岳グランドホテル(秋田県田沢湖高原温泉郷)での本県参加者だけの懇親会では、活動の情報交換はもちろん、友好を深めることができました。



講師
伊藤 八重子 氏

参加者の声(一部)

- ・伊藤女性部長の指導力に圧倒されました。先導役が大事だと思いました。
- ・活動はすごく参考になりました。自分の町で同じように取り組むには産業構造の違いもあり、難しいですが計画的に会員と意識改革しながら検討していきたいです。
- ・県内の女性部委員との交流を深めることができ、来年も是非、交流会を開催してほしい。
- ・行政からの援助や会員の自分でもできる事を見つけ参加する意欲など、何か行動をおこさないとできない事を改めて学びました。

・老人クラブでは、行政と社協と連携して高齢者の健康教室、レクリエーションな

どを取り入れていますが、未加入者の参加、一般の方々も一緒に参加してもらうための方法等を学ぶことができ、今後の活動の参考になりました。



本県参加者



交流風景

「高齢者相互支援研修会開催」

(5地区で開催)

この研修会は、県補助金を活用して実施しています。当連合会の女性部委員が主体となって開催する研修会と4地区に分かれて開催する研修会があります。

当連合会の女性部委員が主体となって開催する研修会は、11月20日(金)、南部町「南部町総合保健福祉センターゆとりあり」で、約160名が参加し開催しました。講演「健康寿命アップのために」と題して、三八地域県民局地域健康福祉部保健総室 保健医長 傳法谷 純一氏より講演がありました。

健康寿命をのばすには、1. 脳卒中の予防、2. 認知症の予防、3. 衰弱の予防と社会との関わりを持つことが大事であると話されました。次に、健康体操「元氣あつぷる体操」のテーマソング「だからそのまま」の作曲家 桜田 マコト氏よりミニコンサートを開催しました。小学校低学年も一緒に参加してのコンサートとなり、和氣あいあいで終始、笑いの絶えない楽しい講演となりました。その他に会場の外では、減塩運動の一つとして「だし活でのお試し試飲コーナー」もあり、健康に関する内容で、もりだくさんの研修会でした。参加した方々からは、「研修会に参加しただけで健康寿命が延びた感じですよ。」との声がありました。

その他に開催した3地区については次項に内容を掲載しています。

今後実施するのは、鱈ヶ沢町です。研修会には、会員、非会員問わず、だれでも参加できます。

(研修内容は次項のとおり)

南 部 町



研修風景



講師 桜田 マコト 氏



講師 傳法谷 純一 氏

鶴 田 町



講師 水木 達郎氏
寸劇グループ「わだち」



研修風景

浪岡地区



講師 塩谷 彰宏 氏



研修風景

三戸町



講師 木村 隆次 氏



研修風景

研修内容

期 日	開催地区 参加者数	研修科目	内 容
11月20日(金)	南部町 約160名	講演「健康寿命アップのために」 講師 三八地域県民局地域健康福祉部保健総室 (八戸保健所) 保健医長 傳法谷 純一 氏	健康寿命をのばすには、脳卒中予防、認知症予防、衰弱の予防をし、社会との繋がりを持つ事が大事
		「桜田マコト ミニコンサート」	あっぷる体操の指導と懐メロや唱歌を披露
1月12日(火)	鶴田町 約200名	講話・寸劇「高齢者を狙う悪質商法最新情報」 講師 青森県金融広報委員会 金融広報アドバイザー 水木 達郎 氏 寸劇グループ「わだち」	最新情報を研修会で聞く、チラシなどで見るなど常に情報を得ることが大事
1月27日(水)	浪岡地区 約100名	講義・実技「楽しいレクリエーション活動」 講師 青森県レクリエーション協会 会長 指笛演奏家 塩谷 彰宏 氏	効果的なレクリエーション指導には、5S(バランス、アイデア、リズム、タイミング、ユーモア)1H(ハート)が必要。
1月28日(木)	三戸町 約130名	講話「賢い薬との付き合い方」 講師 青森県薬剤師会 会長 木村 隆次 氏	薬でわからないことは必ず薬剤師に聞くこと。お薬手帳は1冊で何冊も持たないこと。
2月24日(水)	鱒ヶ沢町	講演「いちにちを大事に生きる よく笑う ～たのしいふる里ことば～」 講師 方言・川柳研究家 渋谷 伯龍 氏	

平成27年度全老連の主な行事

(9月～1月)

全国老人クラブ大会

10月28日(水)～29日(木)、静岡県静岡市において第44回全国老人クラブ大会が開催され、本県から5名が参加しました。(全体は約1800名)

大会初日は、3つのテーマに分かれ、第1部会「支え合う地域づくり」第2部会「同世代の連帯・仲間づくり」第3部会「演じる活動(舞台発表)」の活動交流部会が開催されました。

2日目は、記念講演「徳川家康公と久能山東照宮」と題して、久能山東照宮博物館 館長 落合 偉洲氏より講演がありました。その後、地元の中高校生によるチャリディングが披露されました。また、式典では、全国老人クラブ連合会会長表彰が行われ、4区分157名、117団体が表彰されました。(本県の受賞者は2頁記載)

参加者からは、「他県の活動発表を聞くことで、自分たちの活動にも参考になるので参加して良かった」とのことでした。本県参加者だけの懇親会では、参加者の武勇伝や現役時代の失敗談、楽しかった思い出話に花が咲き、楽しい時間でお互いに親睦を深めることができました。

なお、次回第45回全国大会は富山県で開催されます。

参加者の声



畑山 政人(十和田市)

十和田市老連からの助成を受け、全国大会に参加しました。

テーマは「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメイン

テーマで開催されました。初日の活動交流部会は第2部会「同世代の連帯・仲間づくり」に参加しました。3つの活動事例の発表があり、会員加入のために様々な取り組みを実施しており、参考になる内容でした。

2日目は、記念講演と式典の開催でした。記念講演は、徳川家康没後400年とのことで、家康の功績等を話され、家康は自分が死んだら久能山に西の方に向け埋葬すること。葬式は江戸の増上寺で行うこと。位牌は岡崎の大樹寺に1年経ったら日光に小さな祠を建立し神として祀ることなどで、現代のさながら終活のエンディングノートのようなものでした。

式典では、老人クラブに功績のあった個人・団体が表彰され、わが市の西十一番町和交会が受賞され、うれしいことです。

今回の大会では、会員増強のために各会員が様々な活動を実施しており、今後の活動の参考になりました。



大会風景



本県参加者



観光「清水の次郎長生家」

桜の保存と管理にとりくみ26年



青森県老人クラブ連合会
理事 乗田 勝雄
(鶴田町老連会長)

北郡鶴田町は、津軽平野の中央に位置し、町の南には秀峰岩木山を眺め、町の真ん中を岩木川が流れる懐かしい田園風景が広がっています。米とりんごどぶどうの栽培が盛んで、ぶどうのスチューベンという品種は、生産量日本一を誇っています。また、最近では、「ツル多はげます会」が全国的に有名になっています。額にくっつけた吸盤をひもで引き合う、名物「吸盤綱引き」が見物です。

私が居住している間山地区は津軽富士見湖パーク近くにあり、約2000本もの桜が植樹され、咲き誇る様子は圧巻です。津軽富士見湖または廻堰大溜池（まわりぜきおためいけ）はため池であり、平成22年3月に農林水産省のため池百選に選定されています。岩木山（津軽富士）の見晴が良かったために、古くから「津

軽富士見湖」の愛称で親しまれています。

今から26年前の平成2年頃から桜の植樹を始めました。役場と話し合い、3つの桜の品種「ソメイヨシノ」「山桜」「陽光桜」を植えました。

春には、桜の枝の剪定・草刈など年4回ほど町内の皆様方と共に保全管理に努めています。

間山地区の桜は津軽富士見湖東側の公園に110本の桜が植樹されており、その保護育成活動が高く評価され、平成24年には「鶴田町間山町内桜を観る会」がさくら功労者として、財団法人日本桜の会から表彰されています。

平成13年にこの間山町内桜を観る会が発足以来、毎年4月29日の一日を町内の行事日とし、老若男女、子ども達を含む各種催し物や桜の下で皆でお酒を飲んだり、会食したり楽しい時を過ごしています。

これからも、間山町内の方々と一緒に次世代のシンボルともいえる美しい桜を伝えるためにも、体の許す限り桜を守っていききたいと思っています。皆さん是非鶴田町の津軽富士見湖においでください。

鶴田町はココです



お知らせ

○東北ブロック老人クラブリーダー研修会

日時 平成28年7月14日(木)～15日(金)
場所 秋田県鹿角市秋田大湯温泉「ホテル鹿角」

○青森県老人クラブ芸能発表大会

日時 平成28年9月27日(火)10時～
場所 リンクステーションホール青森青森市文化会館
内容 県知事表彰・県老連会長表彰授与式
芸能発表 抽選会

○全国老人クラブ大会

日時 平成28年11月9日(水)～10日(木)
場所 富山県富山市

3つの保険で安心補償

自分がケガをしてしまった時の保険です。

1 傷害保険 総合型

例えはこんな時
災害の降りこまってきた段ボール箱をつまみ、転んでケガをしてしまった。
クラブ活動中だけでなく、日常生活のケガも補償します。

2 傷害保険 活動型

例えはこんな時
クラブ活動でゴルフ練習中に転んで膝を擦傷してしまいました。
クラブ活動中とその往復途上のケガを補償します。

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険です。

3 賠償責任保険

クラブの全会員加入が条件です。

例えはこんな時
公民館の清掃中、玄関の電灯交換中に誤って、電灯カバーを壊してしまいました。



左 山本 県警察本部長
中 受賞者 今本会長

青森県警察本部から交通死亡事故抑止の功労で感謝状を贈呈されました

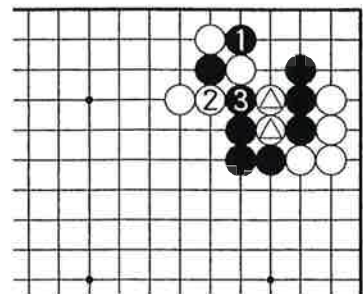
平成28年1月29日(金)、青森県警察本部長室で、山本 和毅 青森県警察本部長から、全国統一の自己統計調査が開始された昭和41年以降、県内の交通死亡事故が最少の40名となり、活動の功労に対して感謝状を贈呈されました。(他7団体が贈呈)

当連合会では、平成27年度の重要事業の一つとして交通安全を掲げています。当機関紙や各研修会・大会等での交通安全の呼びかけや、各市町村老連において、警察の方々を講師に招いての講習会などを開催しています。今後も交通安全の運動を推進していくものです。

一分の詰碁

【解答】

黒1の切り違いが、さまざまな場面で活用できる手筋の基本である。白2のカカエに、黒3とアテて、△二子が落ちる。



(週刊「碁」提供)

のびのび詰将棋

第12回【選題】 本田 伸

【解答】

3二銀成 1二玉 1三步 同角
同龍 同玉 3一角 2三玉
2二角成 まで 9手詰

【解説】

手拍子の3二龍は、1三玉でダメ。3二銀不成の両王手も2二玉、3一銀不成、同玉で、後が続きません。

ここはじつと3二に銀を成っておき、角の離し打ちを見るのが深謀。

「銀はナラズに好手あり」と言いますが、格言も時によりけりです。

編集後記

気の知れた仲間と温泉旅行で歌って踊って飲んで楽しむ。楽しむ活動が老人クラブ活動の原点ではないでしょうか。会員増強運動は折り返し地点。1人でも多くの方を仲間にしたいものです。今年もよろしくお願ひいたします。(事務局)

悪質業者はイヤヤ!



☎188

平成27年7月1日から
消費者ホットラインが
に変わりました。

☎188

高齢者を狙った

悪質商法や特殊詐欺の

被害が続いています。

おかしいなあ...

困ったなあ...

と思ったら迷わず 188番へ。お近くの
消生活センター につながります。



青森県消費生活センター
マスコットキャラクター
テルミちゃん
☎(TEL Me)

青森県消費生活センター ☎017-722-3343

●受付時間／平日 9:00~17:30 土・日・祝日 10:00~16:00 ●休日／年末・年始

～保険医療の充実と改善を通じて国民医療を守る～

青森県保険医協会

〒030-0813 青森市松原1-2-12

TEL : 017-722-5483

心をこめて贈ります
夢と思い出を...

1枚の切符から海外旅行まで

フラワー観光

<http://www.flower-travel.com/>

切符・バック商品などのお問い合わせ、お申込み
☎ 0172-26-2112 (AM10:00 ~ PM5:00)

募集・団体旅行などのお問い合わせ、お申込み
☎ 0172-26-2113 (AM9:30 ~ PM6:00)

※青森店へのお電話は弘前店へ転送されます。

営業
内容

- JR、航空券、ノクターン等の手配
- JR、航空券と宿泊のバック商品の手配
- 海外バック商品の手配
- 貸切バス、グループ旅行の相談、企画
- 団体旅行、修学旅行の企画

旅行のことなら何でもお気軽にご相談ください。

本社/弘前店 〒036-8053

青森県弘前市大字和泉2丁目1-1
TEL. 0172-26-2112 (代)
FAX. 0172-26-0808

五所川原エルム店

TEL. 0173-33-2122 (代)
FAX. 0173-33-2133

青森店

TEL. 017-775-2735 (代)
FAX. 017-775-2739



株式会社

〒030-0845 青森市緑3丁目10-27 TEL:017-775-7551 FAX:017-775-0188

<http://www.maruki-ov.com>

事務用品の
ことなら
おまかせ
ください。



オフィスビュー

(青森店)

青森市緑3丁目10-27 TEL017-732-3288 FAX 775-0188

全4店舗

(弘前店) 弘前市大字田町5丁目3-2

TEL0172-39-6701 FAX0172-39-6702

(弘前南店) 弘前市大字豊原2丁目3-1

TEL0172-39-4015 FAX0172-39-4042

(五所川原店) 五所川原市大字小曲字沼田97-57

TEL0173-38-3102 FAX0173-38-3103



いつも変わらない
おもてなしを。
いつも新しい感動を。



国際興業グループ

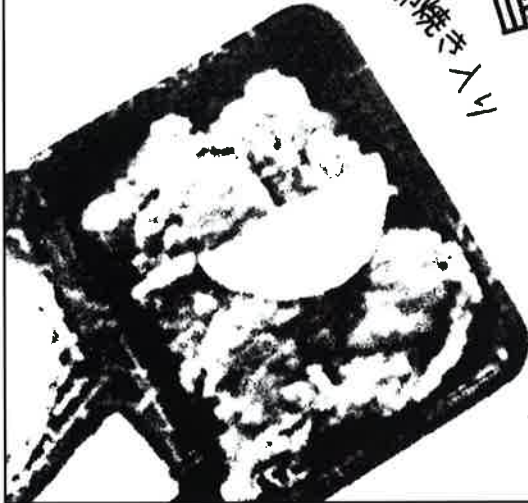
ホテル青森

〒030-0812 青森市堤町1-1-23 TEL.017-775-4141

<http://www.hotelaomori.co.jp>

お気軽にご相談ください!

大人気! 竜田揚げ弁当
もちろん「あの」卵焼きも!



- 日替わり弁当
- 各種お弁当
- 会議用弁当
- パーティや宴会用皿盛

さ、利仕出し店

青森市本町5丁目1-24 ※60名まで可能な宴会場あります。

☎017-734-5002

平成24年1月、青森市旭町1丁目に葬儀会館オープン

Withホール やまみち

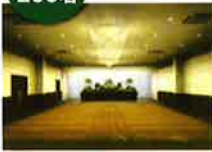
ご安置から、お通夜、ご葬儀、ご会食まで、
故人様を心おだやかに送ることができます。ご葬儀の一切を31名(専任)が対応する総合葬祭施設です。
宗旨を問わず、家族葬から、一般葬、法葬まで、大小規模のお葬儀にこころをこめて対応させていただきます。



最大収容
200名

葬儀式場

上質で人のぬくもりと優しさを感じる空間をご用意いたします。大切な人との最後の時間をゆっくり、お過ごしいただけます。家族葬から社葬まで、幅広く対応させていただきます。



ロビー・エントランス
気品溢れるモダンデザインのロビーで、ご会葬の方々をお迎えいたします。



サイレントルーム (故人安置室)

故人様のそばでゆっくりお過ごしいただける安置室をご用意いたします。専用の出入口を設けるなど、細やかな配慮をさせていただきます。また病院から直接お入りいただく事も可能です。

サイレントルーム入口



家族室



ホール

- ホール収容人数
【フルオープン】200名様まで(全席イス席)
【サブホール】50名様まで(全席イス席)
- 駐車場完備
40台~50台駐車可能
- 安置施設有
【サイレントルーム】故人様と共にお過ごしいただける施設です。
- 各室冷暖房完備、全館バリアフリー
- 通夜ぶるまい、駐車場誘導はホールスタッフがいたしますのでお手伝いは不要です。

小さな掛け金 大きな安心 ゆうネット

互助会員募集中

- 月々5000円コース (450000円)
- 月々3000円コース (270000円)
- 月々1000円コース (90000円)

会員特典

- ◎ゆうネットセレモニーホールが会員価格でご利用いただけます。
- ◎Withホールやまみちを会員価格にてご利用いただけます。
例 メインホール2日(非会員)126000円→(会員)84000円
例 サブホール2日(非会員)84000円→(会員)52500円
例 サイレントルーム(安置施設)1日(非会員)37800円→(会員)25200円
- ◎葬儀の場合、祭壇が通常価格の10%割引とお得です
- ◎返礼品(香典返し・引出物)が10%割引になります
- ◎お供物(生花・盛籠)が、いつでも10%割引となります

“もしもの時の安心コール” 年中無休365日・24時間受付

☎0120-22-7785

(有)山道葬儀造花店

〒030-0862 青森市古川3丁目15-17 (旭町地下道北入口)
TEL.017-776-7785 FAX.017-776-2050

Withホール やまみち

〒030-0851 青森市旭町1丁目2-9
TEL.017-776-8811 FAX.017-752-8711



■アクセス: 青森市営バス→南旭町停留所下車→徒歩1分



本年もよろしくお願いたします。

ハーブ露天風呂の宿 **柏木温泉**

〒036-0104 青森県平川市柏木町柳田227-2
TEL (0172) 44-7600 FAX (0172) 44-7472



相続・遺言

お気軽に
何でも
ご相談ください

- ◆相続・遺言のセミナー・勉強会の開催
 - ◆相続手続きの方法が分からない。
 - ◆遺言の作り方を知りたい。
- ※県内どこでもお伺いします。

お申込み・お問い合わせは.....

相続あすなろ相談室

嶋津行政書士事務所

〒030-0918

青森県青森市けやき1-11-22

☎017-752-1034



老人クラブ、年金友の会、婦人会、納税貯蓄組合、PTA研修
社員旅行などその他各種ご会合・ご行楽におすすめプラン

青森県内全域無送迎いたします!!

※全プラン10名様以上からのご予約制となります。《六ヶ所原燃PRセンター見学付》
入館料・室料・税込価格



カニ・うに・帆立・いくらのだん飯

日帰り温泉 湯ったりパック

温泉ご入浴&お食事
ご休憩「個室」の厳選パック

ご利用時間10:00~15:00

- 7日前までにご予約ください。
- 10名様未満の場合は別途室料を頂戴いたします。

ご利用時間10:00~15:00

彩りプラン

●お一人様 入館料・室料込

2,000円

※お弁当スタイルになります。



◆**鷹架膳** お一人様 **5,000円**プラン
たかほこ 法人会員価格3,500円

◆**尾駁膳** お一人様 **4,000円**プラン
おぶち

◆**市柳膳** お一人様 **3,000円**プラン
いちやなぎ

<写真は鷹架膳のイメージです>



ゆったりのおんびりできる癒しの温泉

ご予約・お問合せは **0175-69-1126** (039-3213) **スパハウスろっかぽっか** 青森県上北郡六ヶ所村大字鷹架字内子内337

スパハウスろっかぽっか

日帰り湯ったりパックご利用の団体様に限り
団体先着50組 **クーポン** 全 員
六趣1本プレゼント (1団体10人以上) ろっかぽっか
オリジナルタオル オリジナルタオル
ご予約時にクーポンご利用をお伝え下さい



楽しく相談♪

印刷のことなら

ワタナベサービス株式会社

〒030-0803 青森市安方2丁目17-3

☎ 017-777-1388 FAX 017-735-5982

自分史・画集・写真集・俳句集・短歌集・川柳集・詩集

少なくとも、多くても、**大切な家族のため**
 多くても、少なくとも、**上手に残したい**



遺 言

あなたの大切な財産を

遺産分割

大切な人へお渡しするお手伝いを致します。



相続税

小野寺税理士事務所

〒030-0823 青森市橋本 2 丁目 14-2

TEL **017-777-3181**

(株)小野寺会計事務所 小野寺社会保険労務士事務所

<http://www.onoderakaikei.com/>

Canon
 キヤノンS&S



お客様のIT戦略の
 あらゆるニーズにお応えします。

キヤノンシステムアンドサポート株式会社

青森営業所

青森県 青森市 問屋町 1-3-8 キヤノン MJ 青森ビル 3F

TEL 017-738-8504 FAX 017-738-8511

<http://www.canon-sas.co.jp/>