

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145号

平成29年8月31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

みんなで仲間をふやそう!

平成29年度事業計画メインテーマ
のぼそう!健康寿命 担おう!地域づくりを

【重点目標】

老人クラブ「一万人会員増強運動」の推進(H26～30年度)

全国的に推進している会員増強運動です。本県では4年目となりました。現状を踏まえて次の取り組みを実施していきましょう。(26～28年度の結果は4頁参照)

- ① 市町村老連との協議の場づくり
- ② 新規クラブの立ち上げ
- ③ 解散クラブの防止
：特に、女性リーダーが役割を担い、クラブの解散を防ぐ
- ④ 単位クラブは純増をめざす

青森県老人クラブ連合会新体制決まる

6月14日(水)、県民福祉プラザにおいて、定時評議員会を開催し、平成28年度事業報告及び収支決算について承認されました。また、公益財団法人に移行してからの初めてとなる任期満了による評議員の改選がありました。同じく、任期満了による役員の変更がありました。その後、同日に理事会を開催し、会長、副会長、常務理事が決まりました。

なお、評議員の任期は約4年、役員は約2年となります。結果は次のページです。



評議員会

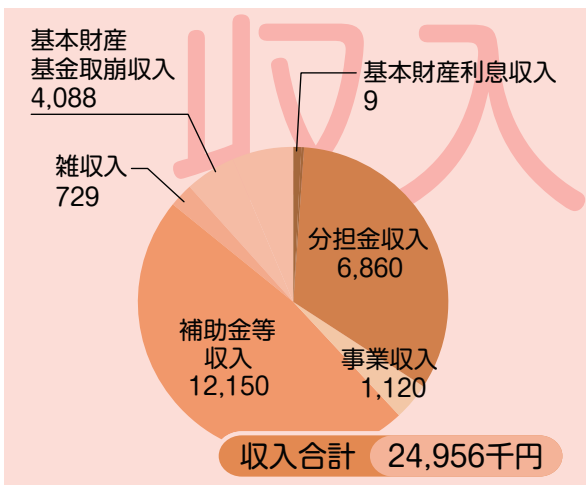
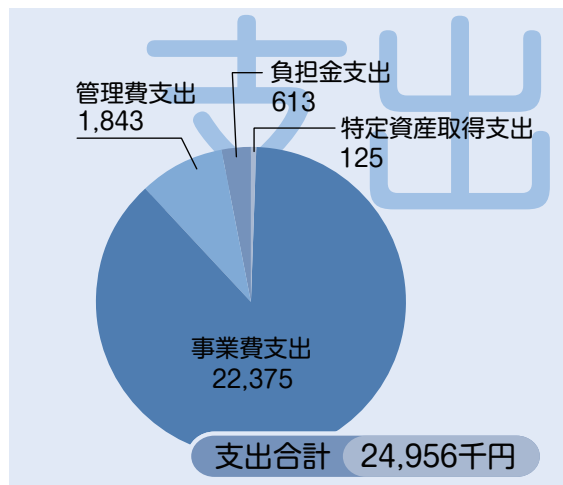
会長	松崎 徹	八戸市	再任
副会長	木村 留次郎	弘前市	〃
理事	齋藤 昇一	青森市	新任
〃	上山 キ工	県老連	〃
〃	女性部長	再任	〃
理事	佐々木 一吉	十和田市	〃
〃	折館 博	むつ市	〃
〃	乗田 勝雄	鶴田町	〃
常務理事	西澤 正規	県老連	〃
〃	今田 健藏	事務局	〃
〃	館山 新一	平内町	〃
〃	前田 覚	藤崎町	新任
〃	〃	〃	再任
〃	〃	〃	再任
〃	〃	〃	再任
〃	〃	〃	再任
〃	〃	〃	再任
〃	〃	〃	再任

県老連役員 11名

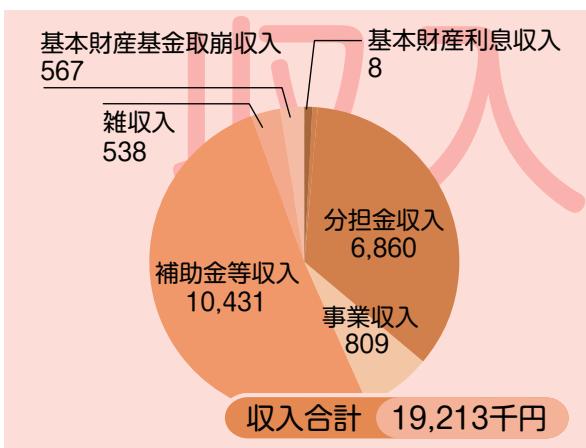
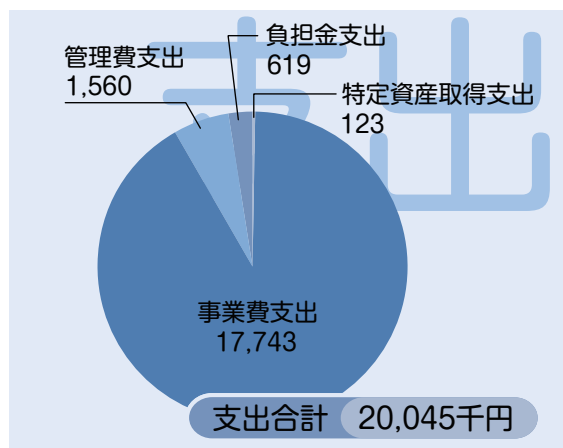
天内 勇	青森市	新任
西城 毅	浪岡地区	〃
工藤 勇一	三沢市	再任
佐藤 順一	つがる市	〃
奥山 茂	平川市	〃
大谷 淳一	平内町	〃
松本 忠	外ヶ浜町	新任
小野 慶治	今別町	再任
平岡 歳政	蓬田村	〃
草野 力丸	鯉ヶ沢町	新任
澤田 美一	深浦町	再任
木村 美智子	西目屋村	〃
岩崎 さつ	藤崎町	新任
岩間 茂廣	大鰐町	再任
今 正治	田舎館村	〃
中村 盛江	板柳町	〃
乙部 靖弘	中泊町	〃
佐藤 譲	七戸町	〃
中嶋 良次	六戸町	〃
佐々木 公明	横浜町	〃
種市 秋光	おいらせ町	〃
蛭子 研三	六ヶ所村	新任
相内 亀	大間町	〃
皆野 俊雄	東通村	再任
松谷 幸一	風間浦村	〃
山下 正一	佐井村	〃
三浦 順平	三戸町	新任
矢守 勇	五戸町	再任
五十嵐 久一	田子町	〃
堰合 勝美	南部町	〃
岡田 東志	階上町	新任
〃	新郷村	再任

県老連評議員 31名

単位：千円



平成29年度収支予算書



平成28年度決算報告

全国老人クラブ連合会会長表彰

○老人クラブ育成成功労者



山内 了介
(青森市浪岡地区)

当連合会の監事として、平成21年から8年にわたり、会の運営に尽力してきました。また、浪岡地区老連会長として、県老連主催の高齢者相互支援推進事業を地元で数回開催したり、芸能発表大会にも多くの会員を参加させ、老人クラブの発展に努めてきました。最近では会員増強運動に力を入れ、昨年度は10人の会員増となりました。現在は地区老連理事として、会の運営に携わり、老人クラブの発展に寄与しています。



高木 尚
(藤崎町)

町老連会長として、会の運営に尽力してきました。町老連の事務局強化を図るため、役員、会員で自主運営してきました。特に、毎月発行している広報誌「白寿」は、全会員(約1,500名)に配布し、会員への行事周知や情報を共有することで全会員の一体感を深めてきました。また、県内唯一の若手委員会を設置し、町老連の運営や、老人クラブの課題など若手の目線で意見を述べるなど、会の活性化につなげてきました。平成27年度には、3つの新設クラブ、100名強の新規会員加入など、老人クラブの発展に大きく貢献してきました。現在は、顧問として老人クラブの育成指導にあたっています。

○優良老人クラブ



茜寿会
(南部町)
代表者 小坂 邦夫

奉仕部、体育部、文化部、女性部と部会を持っており、それぞれの部会が主体となって活動しています。毎月第2・第4日曜日に「茜寿会のサークル活動の日」を開催、麻雀や囲碁、カラオケ教室、料理教室などを実施し、会員の生きがいとなっています。墓地公園の清掃活動、地域の小学校への雑巾の寄贈をしています。また老人クラブ広報「茜寿会だより」を月1回発行し、活動状況を広く周知するなど、バランスよく活動しています。

○優良市町村老人クラブ連合会



五戸町老人クラブ
連合会
代表者 三浦 順平

全国三大運動「健康」「友愛」「奉仕」を中心にバランスよく活動しています。軽スポーツ交流大会やスポーツ大会、グラウンド・ゴルフ大会の開催など、会員の健康づくりに努めています。また、4地区を中心に清掃活動の実施や、最近の悪質商法に対する対処法や交通安全講話などの勉強会を開催しています。また、女性会員交流研修会や老人クラブ交流研修会などを開催し、老人クラブ活動の活性化にも努めています。

全国老人クラブ連合会活動賞

会員増強運動特別賞

根岸地区老人クラブ連合会(八戸市)
代表者 杉本 達雄
クラブ数 4クラブ
会員数 259名

平成26年から3年間の会員増強運動で35名の会員を増やしました。地区会長を頂点に役員が中心となって会員増強運動をしています。また、地区老連事務局が役員会(年10回)を行い、会員増強運動を率先的にすすめています。

- ① 勧誘チラシを作成し、町内会を通して配布。
- ② 趣味サークル活動、また研修旅行への参加促進。
- ③ 交通安全教室や健康教室、体力測定教室への参加促進。
- ④ 単位クラブでの食事会への参加促進。と、行事がある毎に未加入者に声かけし、参加してもらい加入してもらっています。また、町内会と連携し、趣味活動に特に男性に参加してもらい、加入してもらっています。地域の連帯で会員増強を目指していきます。



会員増強運動

**3年間（平成26、28年度）で
103クラブ減、会員約8500名の
減少**

平成26年度から取り組んでいる会員増強運動の3年間の取り組み結果は、下表のとおりです。会員を増やすというよりは、現状維持すら厳しい状況です。このままでは、老人クラブの存続が危機的状況にあります。

5町村老連では、会員が増えています。主な要因としては、会長、役員、事務局が率先して、非会員へ老人クラブ事業に参加を呼びかけ、加入へとつなげているとの事です。口コミが効果的との事です。当連合会としても、各市町村老連への活動費の助成や、老人クラブの連帯感を図るため、さらに住民への活動周知のスタッフジャンパー及びのぼり旗の貸与など実施していきます。老人クラブ関係者の総力を結集して組織基盤である会員増強運動に向けて、より強力に運動を展開する必要があります。

市町村名	単位老人クラブ			会員数（名）		
	平成25年（A）	平成29年（B）	増減（△）（B-A）	平成25年（C）	平成29年（D）	増減（△）（D-C）
青 森 市	173	158	△ 15	7,112	5,380	△ 1,732
浪 岡 地 区	30	26	△ 4	1,035	828	△ 207
弘 前 市	170	151	△ 19	6,351	5,045	△ 1,306
八 戸 市	167	160	△ 7	6,474	5,863	△ 611
十 和 田 市	60	57	△ 3	1,950	1,639	△ 311
三 沢 市	38	37	△ 1	1,218	1,050	△ 168
む つ 市	52	51	△ 1	2,017	1,778	△ 239
つ が る 市	103	99	△ 4	3,687	3,266	△ 421
平 川 市	63	60	△ 3	2,467	1,959	△ 508
平 内 町	34	34	0	893	859	△ 34
今 別 町	15	16	1	430	394	△ 36
蓬 田 村	8	8	0	349	283	△ 66
外ヶ浜町	28	27	△ 1	727	556	△ 171
鱒ヶ沢町	33	26	△ 7	1,034	767	△ 267
深 浦 町	23	20	△ 3	879	704	△ 175
西 目 屋 村	3	3	0	56	49	△ 7
藤 崎 町	38	41	3	1,528	1,496	△ 32
大 鰐 町	16	12	△ 4	369	243	△ 126
田 舎 館 村	24	21	△ 3	1,134	963	△ 171
板 柳 町	31	29	△ 2	1,149	1,020	△ 129
鶴 田 町	35	31	△ 4	1,209	987	△ 222
中 泊 町	48	48	0	1,601	1,304	△ 297
七 戸 町	26	25	△ 1	943	748	△ 195
六 戸 町	12	12	0	355	268	△ 87
横 浜 町	9	9	0	254	264	10
東 北 町	16		△ 16	352		△ 352
六ヶ所村	18	18	0	831	705	△ 126
おいらせ町	20	19	△ 1	592	554	△ 38
大 間 町	10	10	0	198	207	9
東 通 村	13	13	0	281	280	△ 1
風 間 浦 村	4	4	0	54	71	17
佐 井 村	7	7	0	189	153	△ 36
三 戸 町	24	21	△ 3	868	662	△ 206
五 戸 町	16	17	1	402	423	21
田 子 町	11	11	0	321	290	△ 31
南 部 町	27	21	△ 6	979	766	△ 213
階 上 町	8	8	0	279	270	△ 9
新 郷 村	5	5	0	164	168	4
合 計	1,418	1,315	△ 103	50,731	42,262	△ 8,469

※クラブ数・会員数は、平成25年は平成26年3月31日現在の数と平成29年は平成29年4月1日現在の数を比較しています。

平成29年度県老連の主な行事
(4月～8月)

健康福祉大学校開講

7月7日(金)、八戸市総合福祉会館、7月11日(火)三沢市総合社会福祉センターにおいて、平成29年度第22期青森県老連健康福祉大学校入学式を行いました。この大学校は、県補助金を活用して開講しています。県からのご配慮により、昨年度までは1か所の開講でしたが、今年度から3か所の開講となりました。開講場所は、八戸市、三沢市、鶴田町となります。健康づくり活動を通して老人クラブ活動及び地域活動のより一層の充実を図るため、開講しています。現在、卒業生は902名で、市町村老連会長や副会長、女性部長等で各地域において活躍されております。

老人クラブ未加入者も入学を認めており、八戸会場は42名、三沢会場は53名の方が入学されました。これから12月まで、八戸市は12日間、三沢市は6日間、それぞれ介護予防やレクリエーション活動、救命講習など座学・実技を行い、健康づくりをはじめとした地域活動を推進する総合的なリーダーを目指します。(講座内容は下記参照)
なお、鶴田町の開講は11月からの予定です。

八戸会場

開催日時	講座内容	開催日時	講座内容
7月7日	・入学式 ・講義・実技「介護予防の健康体操」 元青森明の星短期大学 非常勤講師 加賀谷 幸子 氏	9月21日	・講習「救命講習」 講師 八戸消防署根城分遣所職員 ・講義・実技「転倒予防体操」 講師 介護予防運動指導員 小西池 郁子 氏
7月21日	・講義「お薬と賢く付き合いましょう」 青森県薬剤師会 会長 木村 隆次 氏 ・講習「ほほえみ講習会」 青い森のほほえみプロデュース 推進協会	10月12日	・実技「縄文土器」 ・歴史探訪「縄文時代を感じる」
8月10日	・実技「カローリング」 講師 さんのへスポーツクラブEnjoy ・実技「吹矢」 講師 青森県スポーツ吹矢協会	10月25日	・実技「レクリエーション」 講師 青森県レクリエーション協会 会長 塩谷 彰宏 氏
8月22日	・講義「私と老人クラブ」 青森県老人クラブ連合会 会長 松崎 徹 ・講義「老人クラブの現状と課題」 ・講義「八戸の歴史-南部氏系図と八戸城下絵図」 講師 八戸歴史研究会 会長 三浦 忠司 氏	11月10日	・実習「料理教室」 ・実技「楽しく安全にウォーキング」 講師 NPO法人八戸ノルディックウォーク 倶楽部 理事長 菊池 孝成 氏
9月1日	・講義「認知症になってもいきいきと暮らす ために」 講師 青森県立保健大学 教授 細川 満子 氏 ・講義「高齢者を狙う悪徳商法最新情報」 講師 青森県金融広報委員会	11月21日	・施設・企業見学
		12月7日	・グループ討議 「卒業してからの活動について」 ・学生希望講義
		12月15日	・老人クラブリーダーに期待する ・卒業式

三沢会場

開催日時	講座内容	開催日時	講座内容
7月11日	・入学式 ・講義・実技「介護予防の健康体操」 元青森明の星短期大学 非常勤講師 加賀谷 幸子 氏	10月11日	・講習「救命講習」 講師 三沢消防署職員 ・実習「料理教室」 講師 dashi-factory雅 奥村 雅美 氏 ・実習「絵てがみ作り」 講師 齋藤 昇一 氏
8月2日	・講義「お薬と賢く付き合いましょう」 青森県薬剤師会 会長 木村 隆次 氏 ・講習「高齢者向けの体力測定」	11月8日	・講習「救命講習」 講師 三沢消防署職員 ・実習「料理教室」 講師 dashi-factory雅 奥村 雅美 氏 ・学生希望講義
9月6日	・講義・実技「レクリエーション活動の学習 とその実技」 講師 日本レクリエーション協会認定 レクリエーションインストラクター 山道 敦子 氏 ・講義「認知症になってもいきいきと暮らす ために」 講師 青森県立保健大学 教授 細川 満子 氏	12月1日	・老人クラブとは ・卒業式

八 戸 会 場 入 学 生 (42 名 全 員 八 戸 市 の 方)

岩 川 正 夫	金 田 國 男	工 藤 傳 吉	小 泉 正 機	櫻 田 宏
佐々木 利 明	佐々木 政 隆	白 澤 通 安	高 木 津	高 木 秀 夫
西 村 浩	橋 本 昇 一	古 戸 良 一	三 浦 清	向 谷 地 正 春
山 田 俊 彦	山 本 幸 夫	渡 辺 孝 平	赤 坂 サ 工	糸 坪 節 子
岩 澤 文 枝	大 川 京 子	大 橋 み さ	金 田 昭 子	氣 仙 れ い 子
清 水 敦 子	下 田 隆 子	下 斗 米 ミ ヨ 子	関 下 リ ツ	武 田 ヤ エ 子
出 町 サ ツ	夏 坂 禎	橋 本 ノ リ 子	浜 垣 ソ ヨ	林 則 子
林 野 下 君 江	原 利 子	法 靈 崎 久 子	細 川 輝 子	前 田 美 知 子
村 田 厚 子	山 田 節 子			

来 賓 祝 辞



県高齢福祉保険課
課長代理 佐藤 孝之 氏
(三沢会場でも来賓)



八戸市長代理
福祉部長 加賀 仁志 氏



八戸市社会福祉協議会
会長 田口 豊實 氏



講義・実技「介護予防の健康体操」



講義「お薬と賢く付き合しましょう」



講習「ほほえみ講習会」



誓いのことば
左 学生代表 糸坪 節子 氏
右 松崎学長



講師 加賀谷 幸子 氏
(三沢会場でも講師)



講師 青い森のほほえみ
プロデューズ推進協会

三沢会場 入学生 (53名 全員三沢市の方)

赤坂博美	荒井宏	一戸博	小笠原由松	西城毅
中野幹夫	野々宮是	萩原信昭	秋山久美子	阿部キミ子
阿部エツ	石井泰子	蛭名和子	遠藤高子	及川カツ子
大森和子	大森スツエ	大山キワ	小笠原サナ	小田嶋幸子
小山田ツサ	甲地ワ力	門上弘子	工藤サヨ	久保キヤ子
久保田ツヨ	小林恭子	坂岡美和子	佐々木則子	佐々木八重子
佐藤雅子	角榮子	瀬川ノリ	高松朝子	高松礼子
武内弘子	田中とわ	中野つせ	中野ナミ	浪岡宏子
廣瀬テツ	本間洋子	前田ナミエ	松橋信子	向中野玲子
武藤一子	山田妙子	山田知津子	山本シン子	吉田テル
米田郁子	類家トキ	藤田ユキ		



誓いのことば
左 松崎学長
右 学生代表 赤坂 博美氏



講義・実技「介護予防の健康体操」

来賓祝辞



三沢市長代理
副市長 米田 光一郎 氏



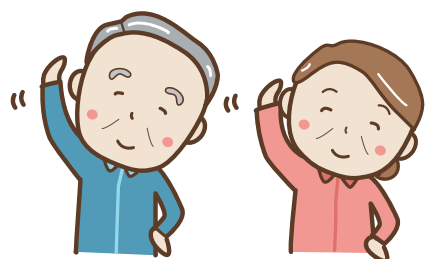
講師 木村 隆次 氏
(八戸会場でも講師)



講義「お薬と賢く付き合しましょう」



三沢市社会福祉協議会長代理
副会長 沼田 石 氏



講習「高齢者向けの体力測定」

式辞



松崎学長

平成29年度全老連の主な行事

(4月～8月)

平成29年度
東北ブロック老人クラブリーダー研修会

7月13日(木)～14日(金)、福島県郡山市熱海町「ホテル華の湯」において開催されました。本県からは13名が参加しました。(全体は466名)

1日目は、「老人クラブ組織の発展に向けて」と題して、河野敦子全老連参事より基調報告がありました。主な内容は、

- ①高齢者を取り巻く情勢
- ②老人クラブとしての運動・行動提案
- ③老人クラブ補助金の活用

④よりよい単位クラブ活動のために
との事で、老人クラブの基本的な活動を再確認し、よりよい活動につなげる事が必要とのことです。

また、講話「大往生したけりゃやれることがいっぱいあります」と題して、快フィットネス研究所 所長 吉井 雅彦氏(健康運動指導士)より講話・実技がありました。

2日目は、活動発表として、岩手県久慈市老連 侍浜松寿会、山形県米沢市老連万世地区老連、仙台市太白区老連八木山地区八興クラブの3名から発表がありました。その後、グループ討議で毎月の活動や会員が楽しんでいる活動などについて話し合い終了しました。

来年度は山形県で開催予定です。



初めて参加して

杉本 達雄(八戸市老連理事)

初めて研修会に参加し、参加者の多さに驚きました。

研修会で刺激を受けたのは、参加している皆さんの意識が高かった事です。活力ある高齢者社会づくりに取り組んでいる皆さんの参加でどういった魅力ある活動になるか、苦労されていることがうかがえました。また、参加されている一人一人が自分の考えをしっかりと持っています。おそらく会員の皆さんも全員このようなことだと思えます。

一日目の基調報告で「老人クラブ組織の発展に向けて」の話で、老人クラブとしての運動・行動提案を考えるとあり、もう一度認識理解し、皆で考え楽しく魅力ある活動に結びつけていかなければならないと思えます。今、会員増強運動を推進中ですが、増員になっていないのが現状です。今いる会員の皆様の参加が多くなるようにしながら、会員増に結び付けていきたいと思えます。

本県参加者との懇親会では、参加者の自己紹介や活動紹介などがあり、友好を深める事ができました。今後の活動への参考となり、たいへん刺激を受けました。是非来年は、本県からも多くの方々に参加し、老人クラブ活動を盛り上げてもらいたいと思えます。



研修会風景



本県参加者

波乱万丈の先は



青森県老人クラブ連合会

副会長 齋藤 昇一

(青森市老連会長)



私は、昭和11年の元旦生まれで、幼少期以来、誕生日を祝ってもらったことはありません。

生まれは、東津軽郡奥内村飛鳥で、酒・煙草・塩などの雑貨を販売する小売店(齋藤与太店)の家に育ちました。父は大工の職人で、駅舎などの公共施設や住宅の建築のため、満州に渡っており、祖母と母とに育てられました。小学校3年生の頃には店を閉めています。少しでも現金収入を得るために、みかんを入れる網袋を作り、青森駅のホームで販売したこともあり。また、家計を少しでも楽にするために、親戚所有の杉林へ行って、枝打ちした枝を集め、その枝を背負って自宅まで運ぶこともしました。(二宮金次郎とそっくりですね。)

終戦になって2年過ぎた中学2年生の頃、父が満州から帰国しています。満州で終戦を迎え、ソ連軍に連行され解放されたとのことです。栄養失調で体が浮腫んでいました。仕事ができず回復するまでに、数か月間を要しています。

高校生(市立青森一高)時代は、総合成績は

良いのですが、体育が苦手でした。特に走るのが不得意で、全校生徒によるマラソン記録会(10キロメートル)では、最下位という具合です。あまりに遅くてゴール係が誰もいませんでした。教務主任の清水先生(県立青森工業高校の校長で退職・故人)には、大変お世話になりました。先生の自転車の荷台に乗って、学校へ帰ったことを覚えています。ただただ感謝のみです。大学に進学するだけの経済的余裕はありませんでした。

昭和29年9月には、へき地に行く先生が不足しているということで、上北郡横浜小学校の臨時助教諭として採用されましたが、なにせ1年6か月間という期限付きです。身分が不安定です。改めて教諭になるためのへき地教員養成学校の試験を十和田市で受けました。合格はしましたが、研修先は八戸市の小学校でした。青森市内の小中学校での研修を希望したところ、不採用となってしまいました。その後、青森市東青教育事務所の係員にお願いをし、運よく青森市(古川小学校)に欠員が生じたので、1年間研修に励み、青森県へき地教員養成学校を卒業できました。あとは4月の教員異動採用発表の新聞を見るのを待つのみでした。ところが、私の名前が紙面に載っていません。青森市東青教育事務所に問い合わせたところ、健康診断の結果が悪いので採用できないとのことでした。

判定が慢性腎臓炎であり「D判定」とのことです。判定がC以上(A・B・C)でなければ採用できないと判断されたのです。そこで、知人である青森県立病院の副院長に懇願して再検査してもらい、どうやらこうやらCの判定を得ることができ、東津軽郡の三厩小学校に教諭として赴任することになったのです。

私の人生で一番の思い出は、36年前のM和尚の講話です。その内容は「無財の七施」(お金のかららない七つの気配りのこと)です。

- 一、眼世の施(キラキラした眼での気配り)
- 二、顔世の施(赤ちゃんのような笑顔での気配り)
- 三、言世の施(言葉使いの気配り)
- 四、身世の施(身だしなみを正しくする気配り)
- 五、心世の施(相手に接するための心の気配り)
- 六、房座世の施(家の回りをきれいにする気配り)
- 七、床座世の施(地域をきれいにする気配り)

私の趣味や人生観は、絵を描く、スキーを滑る、演歌を聴く、少しの奉仕活動をする、読書をする、家族の手伝いをする、心を穏やかにしてテレビを観る、そして疲れたら休むです。「無財の七施」が根底にあるのかもしれない。



市町村老連だより

5つの部会を中心に会員増強運動

青森市浪岡地区老人クラブ連合会

会長 天内 勇

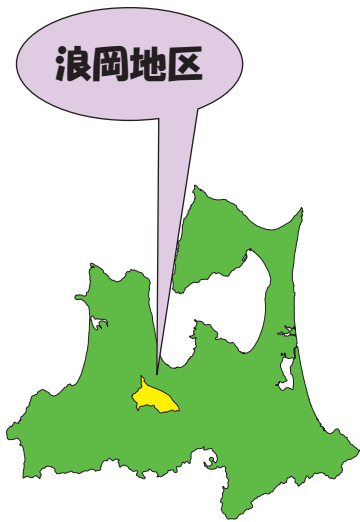
クラブ数 26クラブ (平成29年4月1日現在)

会員数 828名 ()

高齢化率 31.1% (平成29年6月現在)

【地域の概要】

青森県の西部、津軽地方で、2005年4月1日に青森市と合併しました。老人クラブは地区として残っています。地理的には、津軽平野の中東部に位置し、南津軽郡の北端。西南部へ向け平野が開け、北部は津軽山地の南端、東部は奥羽山脈となります。地区の真ん中を岩木川水系の浪岡川が流れています。米、りんごを基幹とする第一次産業が盛んです。北部の大釈迦地区には工業団地があり、コカ・コーラやかねさ(味噌)の工場があります。特産品はりんご、りんごジュ



ス、本郷ダルマ風、ミネラルウォーター「梵珠百水」などがあります。

当会は昭和40年5月に発足しました。全国3大運動「健康」「友愛」「奉仕」をバランズよく活動し、平成14年に48クラブ、会員数2,584名にまでになりました。その後、年々とクラブ数ともに会員数も減り、時代の変遷や会員のニーズの変化に対応しながら、現在は5つの部会を中心に事業を進めてきました。

5つの部会

- ・ 芸能部
- ・ 女性部
- ・ 交通部
- ・ 体育部
- ・ トランプ部

【芸能部】

会員の生きがい事業として開催しています。

平成16年〜各回20名



芸能部会「定例会」

【女性部】

女性部が主体となって実施しています。高齢者の生きがい事業として作品展を実施しています。

平成5年〜各回10名



高齢者生きがい作品展

【トランプ部】

会員の趣味、娯楽として毎月一回トランプ大会を開催しています。

平成16年〜各回10名



「交通部」

地域の見守り活動として、朝の登校時間に、小・中学生の登校指導や、高齢者の交通事故防止運動を実施しています。

昭和62年～



見守り活動

「体育部」

会員の健康づくりと、会員相互の親睦と連帯感の高揚を目的に開催しています。

昭和46年～320名



シルバースポーツ大会

グラウンド・ゴルフ大会

平成21年～82名



グラウンド・ゴルフ大会



シルバースポーツ大会

グラウンド・ゴルフ大会開催時には、クリーンロードごみ拾いと称して、浪岡浅井緑道公園と周辺の清掃活動をしています。また、長寿福祉の集い、浪岡地区老人クラブ会長等研修会や会員増強運動の一環での生きがい交流研修会の開催など実施しています。



生きがい交流研修会

入会希望者は青森市浪岡地区老人クラブ連合会まで

☎0172-62-9011

会員が主役

横浜町老人クラブ連合会

会 長 中 嶋 良 次

クラブ数 9クラブ (平成29年4月1日現在)
 会員数 264名 ()
 高齢化率 35.51% (平成29年2月1日現在)

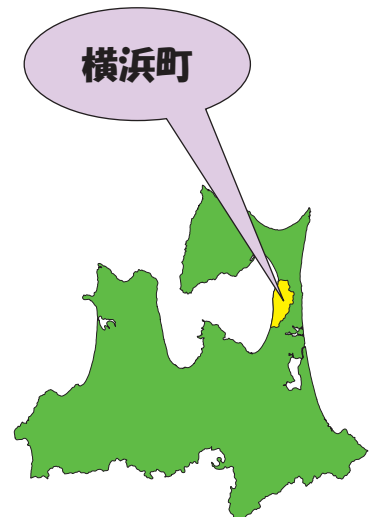
【地域の概要】

横浜町は、下北半島の中間部に位置し、西を陸奥湾に東を吹越烏帽子、金津山等の山岳地帯に囲まれた自然豊かな町です。

農業と漁業を基幹産業として、菜の花は本州一の作付け面積を誇り、春には辺り一面黄色のじゅうたんが広がります。また、横浜ナマコは、町の魚に指定され、他の地域で獲れるナマコよりもやわらかく食感も良いとされています。菜の花や横浜ナマコに関しての様々な加工食品や商品作りに取り組み、横浜ブランドとして確立しています。

ゲンジボタルの生息地の北限とされ、毎年7月にはホタル&湧き水まつりが開催されています。

再生可能エネルギー施設の導入、建設にも積極的に取り組み、現在、合計8基の風車が稼働し、新たな観光資源となりつつあります。



スローガン

「みんなで健康な
 こころと体をつくろう」

当会は、昭和45年8月に結成しました。スローガンにある通り、健康づくり活動に力を入れ、活動しています。スポーツ大会やグラウンド・ゴルフ大会、軽スポーツ(ボーリング)など実施し、会員の健康保持に努めています。

また、生きがい事業として、芸能発表会を開催しています。児童センターでは、子供とのふれあいを大切に、世代交流会を実施しています。それぞれ各地区の単位クラブでは、社会奉仕活動で公園や道路沿いの清掃活動・美化運動を実施しています。会員が主役になり、自主的に活動でき、会員の意思が反映されるような活動を心掛けています。



グラウンド・ゴルフ大会



スポーツ大会



ボーリング大会終了後の懇親会



軽スポーツ「ボーリング大会」



高齢者芸能発表会



世代交流会

「会員増強運動」

県老連で平成26年度から平成30年度までの5年間、実施している1万人会員増強運動で当会でも同じく会員増強運動を実施しています。3年間で10名の会員増となりました。増えた要因としては、役員、会員による声掛け運動が一番の効果がありました。地区別での日帰り研修バス旅行を実施。クラブ未加入者に声を掛け、参加してもらい、その後加入してもらいました。また、交通安全運動として、全会員に反射材手袋やたすきを配布するなど、会員になつてのお得感も感じていただきました。地道な努力が良い成果を産んでいきます。

平成29年度、30年度とあと2年の運動期間がありますが、現状を維持しつつ、会員を増やしていきたいと思えます。



入会希望者は横浜町老人クラブ連合会まで
☎0175-78-2067

生涯現役 我が人生



蝦名 豊一 満92歳
(今別町砂ヶ森協和
老人クラブ会員)

私は大正13年11月に生まれました。襲月(旧一本木村)の尋常高等小学校を卒業後、青年学校(軍事教練を施す教育学校)で学んだことを思い出します。

時代は、昭和12年の日中戦争を皮切りに、16年の太平洋戦争に至るまで、真に軍事一色の世となりました。

その頃私は、家業である漁業に勤しんでおりましたが、昭和15年、甲種合格現役兵として、東京の中島飛行場で航空機製作に携わることになり故郷を離れました。

そして昭和19年弘前歩兵連隊に入隊、満州派遣軍として博多港を出航しました。昭和20年2月、中島飛行場勤務実績によりハルピン派遣となり、飛行場にて航空機製作を担いました。その後シベリア(イズベストコーワ収容所に入所)へ抑留され、木材伐採や水道工事などに強制的に従事させられました。収容者約1,000名中、多数の方が栄養失調で亡くなりました。

ようやく昭和22年に永祿丸にて舞鶴に上陸、

懐かしの故郷へ帰ることが出来ました。帰省後、一男四女と子宝にも恵まれ、今は妻と2人余生を楽しんでおります。

仕事は、80歳になるまで動力船でイカ漁やサメ漁などで漁場に出ていました。

現在は小船を用意し、近海の昆布やワカメ、ウニを採り、体調を見ながらですが現役で漁に出ております。

若い頃には地区の総代を8年、漁協の理事、監事なども18年務め地区に僅かばかりですが尽力させて頂きました。平成23年からは単位老人クラブ会長の重責を担い、6年間務めさせて頂きました。当時私たちのクラブも他クラブ同様会員の減少に苦しみ、地区の一軒一軒を、「会員募集」でお願いに廻ったことは未だに記憶に新しいことです。

また、辛いなことにも今まで大きな病気や怪我も無くこれまで生活してこられたのが私の自慢でもあります。

これから、健康に十分配慮して、妻と2人、そして海と一緒に暮らして行きたいと思っております。



のびのび詰将棋

第15回【選題】 本田 伸

9	8	7	6	5	4	3	2	1
					角	歩	王	皇
							王	
							卒	
						香		歩

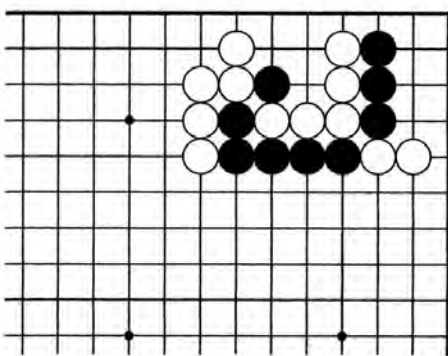
金 銀 桂

【ヒント】 明き王手、両王手
(解答は16ページ)

1分の詰碁

黒番 (週刊「碁」提供)

★手筋の効果



(解答は16ページ)

お知らせ

○第46回全国老人クラブ大会

日時 平成29年10月18日（水）

～19日（木）

場所 京都府京都市

内容 1日目 活動交流部会（3部会）
2日目 講演、式典

（厚生労働大臣表彰授与式）
（全老連会長表彰授与式）

○高齢者相互支援推進研修会

日時 平成29年11月17日（金）

13時～15時

場所 リンクステーションホール青森

5階 大会議室

内容 講演「うたごえ喫茶
～アコーデオンの生演奏で

懐かしの歌を一緒に～」

講師 うたごえ便よりみち

代表 石澤 佳子 氏

落語「落語を聞いて元気になろう」
演者 山ノ家 火傷

参加費 無料



○スタッフジャンパーと のぼり旗の貸し出し

地域で活動している老人クラブ活動のさらなる活性化を図るため、スタッフジャンパーとのぼり旗を貸出しています。昨年度、公園や公民館等の公共施設の清掃、花植え運動や、子どもの登下校見守り活動等で利用された方から、活動のアピールになったと大変好評でした。今年度も老人クラブ活動のPRと新規加入者のために是非、活用してください。
*貸出し希望の方は所属の市町村老連までご連絡ください。



うしろ

まえ

サイズ	S	M	F (L)	2L
着丈	64	66	68	71
身巾	52	57	62	65
袖丈	78	82.5	87	91.5

○青森県老人クラブ芸能発表大会

日時 平成29年9月27日（水）

10時～15時

場所 リンクステーションホール青森

内容 青森県知事表彰授与式
青森県老連会長表彰授与式
芸能発表大会・抽選会

特別出演 津軽三味線
富士豊勝流民謡三絃

家元 富士 豊勝氏

総師範 富士 豊加氏

第61代青森県民謡王座

富士 万喜子氏



農林中央金庫青森支店様から

「花の種3000袋」寄贈されました

平成29年3月2日（木）、農林中央金庫青森支店様（伝達者 佐藤次長）から、サルビア、なでしこ、朝顔等の花の種3000袋の寄贈がありました。

当連合会では、昭和53年から毎年寄贈を受けています。全国運動「花のあるまち、ゴミのないまち」づくりをすすめる運動の一環として、各市町村老連を通し、単位クラブへ配布しております。

当連合会としても、農林中央金庫青森支店様のご厚意をありがとうございました。受け、地域の美化運動に積極的に取り組んでいきます。



左：佐藤次長 右：西澤常務



写真提供：大間町老連「奥戸地区老人クラブ」

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



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。
 - 流行歌史と世相を辿る、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。



のびのび詰将棋

第15回（選題）本田 伸

- 【解答】**
- 3二金 1二玉 2四桂 同歩
 - 2三銀 同玉 3三金 1二玉
 - 2三角成 まで 9手詰

【解説】

初手の金打で行き所がなくなった狭い玉に、わざわざ逃げ道を与えてやるような2四桂が、急所の一手。銀捨てから角筋を通す手が見えれば解決です。主役のコマは4一の角でした。最後は金寄りでもOKです。

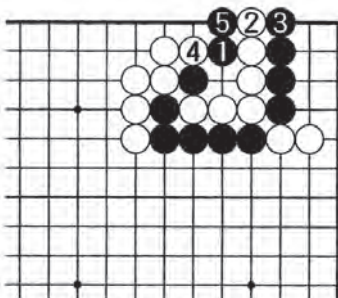
5手目に2二金と捨てる筋は、同銀と応じられて失敗です。

一分の詰碁

（週刊「碁」提供）


【解答】

黒1のコスミツケからいくのが手筋で、白は逃げ場がない。白2から4とアテても、黒5までウツテガエシになる。




交通事故に **注意!**

夜間 は注意!
反射材 で目立たせて
 明るい**服装** も効果的



道路横断 に注意!
 横断前に **右左右**
 横断中にもう一度 **左** 見て




車に乗ったら**すべての席**で
シートベルト を締めましょう

詐欺電話! キーワード

- ① **「還付金」**
 電話で還付金の返還をお知らせすることはありません!
- ② **「ATM」**
 還付金の手続はATMではできません!
- ③ **「携帯電話」**
 犯人はATMまで行ったあなたの携帯電話に指示を出します。

会話の中にこれらの言葉が出てきたら、**詐欺**です。
 まずは誰かに相談! **#9110** または
017-735-9110 にお電話を!



青森県警察

老人クラブ会員向けに **3つの保険** で安心補償

1 傷害保険 24時間型

2 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です。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：〈**24時間型**〉お一人掛金年額 10,000円、5,000円、3,500円
 〈**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


3 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 ミクビル1階102号
 〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8769
 〈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「老人クラブ団体傷害保険 総合生活保険(傷害補償)」の概要についてご紹介したものです。ご加入にあたっては、必ず「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。 17-T00982 平成29年4月作成 



赤い羽根共同募金

社会福祉法人
青森県共同募金会

<http://akaihane-aomori.or.jp/>

赤い羽根 青森

老人クラブ活動の推進では、青森県共同募金会に大変お世話になっています。
会員一同募金活動に協力しましょう。



〒030-0845 青森市緑3丁目10-27 TEL:017775-7551 FAX:017775-0188

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

事務用品の
ことなら
おまかせ
ください。



オフィスブルー (青森店)

青森市緑3丁目10-27 TEL017-732-3288 FAX775-0188

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



おかげさまで、
ホテル青森創業50周年



国際興業ホテルズ
ホテル青森

〒030-0812 青森市堤町1-1-23 TEL.017-775-4141(代)
<http://hotelaomori.co.jp>

■ご予約・お問い合わせ [ホテル青森予約センター/9:00~20:00]

TEL.017-775-4007

お気軽にご相談ください!

大人気!
「あの」卵焼き入り!



- 日替わり弁当
- 各種お弁当
- 会議用弁当
- パーティーや宴会用皿盛

さゝり仕出し店

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り送ります。ご葬儀の一切を自宅に代わって執り行なう総合葬祭施設です。宗旨を問わず、家族葬から、一般葬、社葬まで、大規模のお葬儀にご利用いただけます。



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リビーで、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

・通夜ふるまい、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)

- ◎ゆうネットセレモニーホールが会員価格でご利用になれます。
- ◎withホールやまみちを会員価格にてご利用になれます。
- 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

会員特典

“もしもの時の安心コール” 年中無休365日・24時間受付

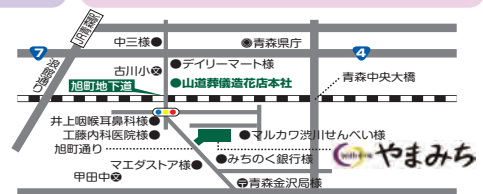
☎0120-22-7785

(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

2017夏・秋の日帰りプラン



冷たい生ビールも
ご用意いたしております。
中380円(税込み)

日帰りコース【団体タイプ】15名様より☆
【お食事+入館料+バス送迎付き】

¥ 3,240 (税込) ~

15名様以下はお一人様
540円(税込み送迎とをります。)

【少人数タイプ】5名様より【食事+入館料込】
お膳コース(個室)

¥ 4,320 (税込) ~

オードブル2時間飲み放題付きプラン
8名様より

¥ 5,400円(税込) ~

期間：平成29年7月1日～平成29年11月30日迄

柏木温泉 平川市柏木町柳田227-2
TEL0172-44-7600

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



AOMORI TAXI



青森タクシー

保有台数
 小型車119台
 中型車5台




ナミワ ム セ ン

TEL 017-738-6000

<p>初乗り</p> <p style="font-size: 2em; color: red;">490円</p>	<p>往復割引適用</p> <p style="font-size: 2em; color: red;">440円</p>	<p>障害者割引適用</p> <p style="font-size: 2em; color: red;">390円</p>
--	---	--

10% OFF

更に10% OFF



北海道交運 グループ専用


タクシークーポン

※全国の交運グループ加盟10社で使えるお得なタクシークーポンです！

10,000円で購入できる

10,500円分

北海道交運グループ専用
タクシークーポン券




見本 等10,000

500円券 × 20枚 100円券 × 5枚

5,000円で購入できる

5,250円分

北海道交運グループ専用
タクシークーポン券



見本 等5,000

500円券 × 10枚 50円券 × 5枚

ご購入後すぐに使えます

クーポンを分けて使えます

おつりもお返しいたします

クーポンのメリット

1 少額から使えて
使用期限も無いので安心

※クーポンと現金（又はタクシーチケット）を併用できます

2 クーポン券ご利用の場合でも
現金でおつりをお返しいたします

※タクシークーポン券と現金のお引き換え、両替はできません

現金で支払うよりも

5%

おトク

 <h2 style="margin: 0;">青森タクシー</h2>	<p>本社</p> <p>青森市大字新町野字幾田2-28</p> <p>TEL 017-738-6000</p>	<h2 style="margin: 0;">十和田営業所</h2> <p>十和田市東二十一番町15-8</p> <p>TEL 0176-23-5155</p>
--	--	--

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

青森県内全域無料送迎いたします!!

※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

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

日帰り温泉 湯ったりパック

- 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。



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

◆ **尾駁膳** お一人様
おぶち **4,000円プラン**

◆ **市柳膳** お一人様
いちやなぎ **3,000円プラン**

<写真は尾駁膳になります>

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。



ゆったりのんびりできる癒しの温泉

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 ろっかぽっか
(1団体10人以上) 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

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



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

『きこえ』のチェックしませんか？



こんなお悩みありませんか？
✓ チェックしてみてください。

専門スタッフ
対応

- テレビの音量が大きいと言われる
- 玄関のチャイムの音が聞こえづらい。
- 電話に出ても聞きづらい
- 呼びかけられてもよくわからない。



ひとつでも心当たりのある方はお気軽にご相談ください。

- ① 専門スタッフがきこえの悩みをお伺いします。
- ② 無料聴力測定を行います。
- ③ 聞こえに合わせて調整したデジタル補聴器が試聴できます。

便利・安心
ご自宅まで
伺います！



FUJIIRYOKI

Fujiiri 医療器 盛岡出張所 岩手県滝沢市木賊川417-1 〒020-0616
TEL:019-688-4747 FAX: 019-688-4777

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

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・パ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、航空券と宿泊のパック商品の手配
- 海外パック商品の手配
- 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

日帰り

弁当プラン
(入館料+入浴料+弁当)
2,150円~

釜めしプラン
(入館料+入浴料+釜めし+料理)
3,600円

日帰り御膳プラン
(入館料+入浴料+御膳)
4,300円

盛り皿プラン
(入館料+入浴料+盛り皿)
2,600円



※10名様以上でお申込み下さい。
※10名様以下の場合や送迎など、
お気軽にご相談下さい。
※上記プラン以外にもご予算に
合わせて調整致します。

宴会宿泊プラン
8,650円~

その他ご予算に合わせて
色々ご用意できます。
(宿泊は入湯税150円別途)



※お料理の写真は
イメージとなります。

平川市 大坊温泉

営業時間 / 午前5:30~午後10:00

【株式会社大坊保養センター】

〒036-0146 平川市大坊竹内28-1
TEL/0172-44-3059 FAX/0172-44-2245
Web/http://daibou-onsen.com
e-Mail/daibou2009@lemon.plala.or.jp

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

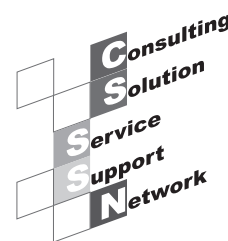
〒030-0823 青森市橋本 2 丁目 14-2

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.onoderakaikai.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/>