

いきいきクラブ青森



青森県老連

第155号

令和4年9月30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



ニュースポーツ「モルック」(4頁参照)

仲間づくりは老人クラブで!

令和4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】

コロナ禍及びポストコロナを見据えた老人クラブ活動の推進

- (1) 「新しい生活様式」に基づくクラブ活動の普及
- ・ 3密(密閉・密集・密接)を避ける計画・運営の工夫
- ・ 参加者への感染予防対策の周知徹底
- ・ 熱中症の予防対策

- (2) 自宅でできる身体と心の健康づくりの呼びかけ
- ・ 運動や体操、栄養バランスの取れた食生活、歯・口腔の健康管理
- ・ 電話や手紙・オンラインを活用した仲間や友人との交流、趣味・関心ごとへ積極的に取り組む

会員増強への取り組み

老人クラブの意義や有効性への理解を深め、健康づくり・介護予防活動や友愛活動などの活動をとらして会員増強の取り組みを推進

高齢者の健康づくり・生活支援活動の推進

〈健康づくり〉

- ・ 健康を保持・増進するフレイル(虚弱)予防活動

- (運動、栄養、社会参加を柱とした学習と実践)

〈生活支援〉

- ・ 友愛活動を基盤とした幅広い生活支援活動
- (多様な生活支援・通いの場づくり、見守り支援、健康づくり支援、情報伝達支援)

令和4年7月及び8月の大雨、台風等で被災された皆さまに、謹んでお見舞いを申し上げます。一日も早い復興とご健康を心からお祈り申し上げます。

ホームページはこちらから

<http://ikiikicluba.sakura.ne.jp>

青森県老人クラブ連合会

検索



県老連評議員会

令和 4 年 6 月 22 日（水）、青森市のアートホテル青森において定時評議員会を開催し、令和 3 年度の事業報告及び決算について承認されました。また、理事・評議員の補充選任がありました。選任された方々は、次のとおりです。



新任理事

八木橋 喜代治（弘前市）
 布施 勝 大（むつ市）



新任評議員

小 野 幸 満（平川市）
 須 藤 實（平内町）
 福 井 康 美（外ヶ浜町）



県老連女性部委員会



令和 4 年 6 月 2 日（木）、青森市の県民福祉プラザにおいて女性部委員会を 3 年ぶりに開催しました。審議の内容は以下のとおりです。

1. 「女性部正副部長の改選について」
2. 「女性部長が指名する職務代行者について」
3. 「高齢者相互支援推進啓発事業について」
4. 「青森県老連創立 60 周年記念事業・青森県老人クラブ芸能発表大会の合同開催について」

選任された正副部長は、次の方々です。

女 性 部 長 上山 キエ（八戸市）再任
 女性部副部長 石澤 キミエ（青森市）
 女性部副部長 長谷川 榮知（弘前市）



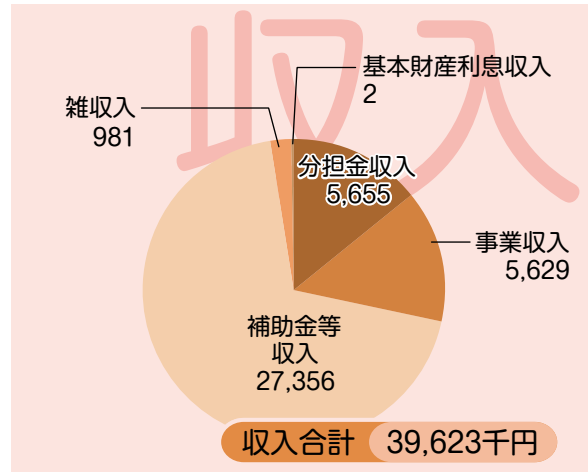
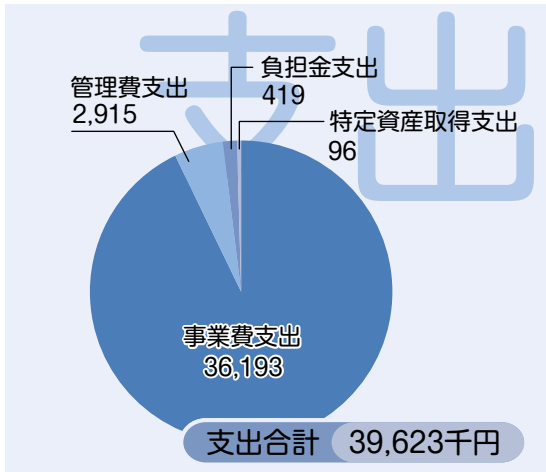
齋藤 昇一
 県老連会長



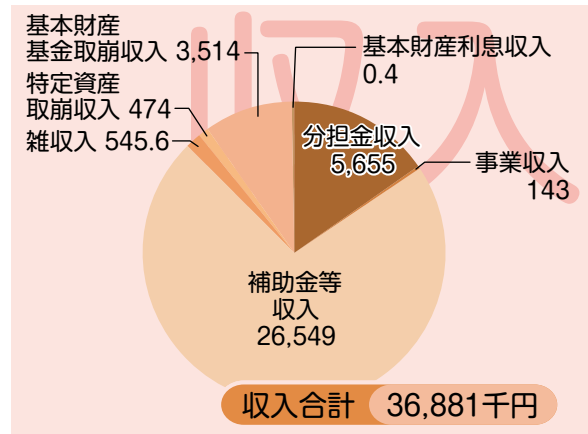
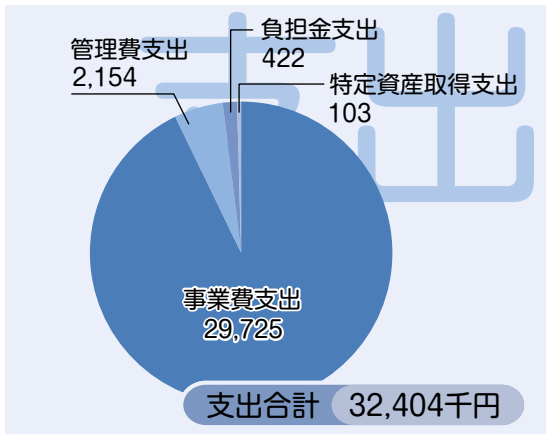
上山 キエ
 女性部長



令和4年度収支予算書



令和3年度決算報告



♪ 困ったときは、おたがいさま



♪ 支え合う人たちがいる

ひとりひとりの小さなお金。
 そのお金に「誰かの助けになりたい」という
 気持ちがこもって十人、百人、千人と集まれば、
 大きな力に変わります。
 赤い羽根は、小さなことをしています。
 小さな活動をたくさん、何十年と続けています。
 つまり、赤い羽根は、大きなことをしています。

意志あるお金、募金のチカラ。
赤い羽根共同募金



令和4年度高齢者地域活動支援研修会及び 地域高齢者担い手育成研修会

令和4年7月21日（木）、青森市 ホテル青森において、高齢者地域活動支援研修会及び地域高齢者担い手育成研修会を合同で開催し、事務局含め51名参加しました。

人口減少、少子高齢化が進む中、老人クラブ会員数が伸び悩んでいる大きな要因が新規加入者がいなくて、単位クラブの後継者・リーダー不足といわれています。また、新型コロナウイルス感染症の影響により、老人クラブ活動が制限され、クラブの解散・休会が拡大しています。

合同研修会では、若手高齢者の加入促進を図る活動や地域の支え合いとして期待されている「つどいの場」の活動を3名より発表していただきました。また、ニュースポーツ講習として健康運動指導士 棟方 由美子氏より「モルック」の指導、一八会の会員の方等にも協力していただき、8チームに分け、試合形式で行いました。

参加者からは楽しかったとの声が多数あがり、さっそく用具を購入し事業に取り入れたいという方もあり、大盛況に終了しました。

※「モルック」とは、木製のピンの棒を使って点数を取るスポーツ



会長 齋藤 昇一



青森市老人クラブ連合会若手委員会
委員長 蔦谷 博光 氏



青森市役所福祉部高齢者支援課
保健師 七尾 侑希 氏



七戸町老人クラブ連合会
花松老人クラブ 中岫 正和 氏



講師 棟方 由美子 氏



会員増強運動

5年間(平成29~令和3年度)で
255クラブ減
会員約13,900名の減少

老人クラブが 消滅する

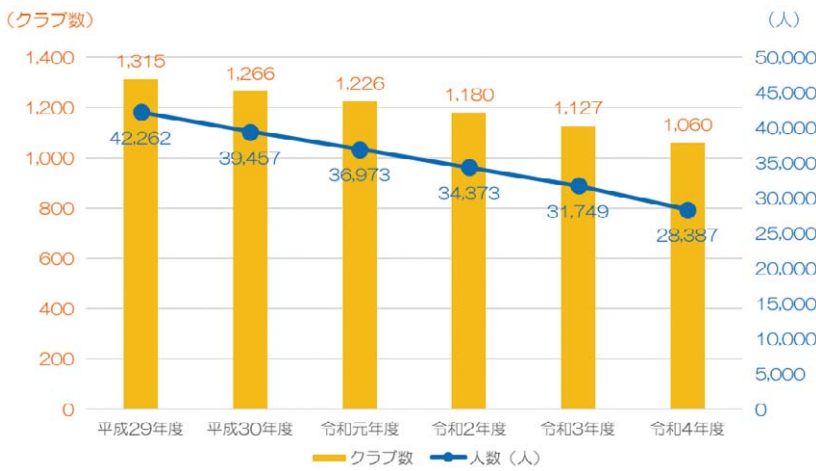
自主財源を活用して5年間、運動しました。結果は、255クラブ減、会員約13,900名が減少しました。(表1)
このままでは、老人クラブが消滅するの時間の問題です。

老人クラブの大きな課題は、会員の獲得です。高齢者は年々増加していますが、老人クラブの会員数は年々減少しています。令和2、3年度と老人クラブ活動に関して、事務手続きアンケートと称して県内すべての単位老人クラブを対象にアンケートを実施しました。

アンケート結果では、

- ・若手が加入してこない
- ・後継者がいない
- ・入会する年齢ではない
- ・まだ働いている

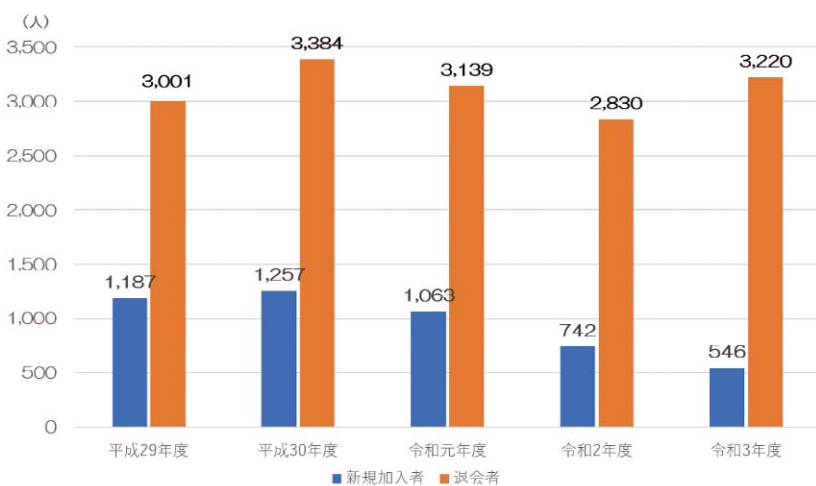
表1 老人クラブ数及び会員数



- ・老人クラブの名称が嫌い
- ・サークルやサロンに参加している

と減少している原因は様々でした。特に会員減少の大きな要因としては、「クラブの解散」です。会長が高齢等の理由で引退し、後任となる方がいないことや、会の活動ができなくなり解散するクラブが多く見受けられます。ここ数年は新規加入者が、減少傾向にあります。(表2)

表2 新規加入者数と退会者数



老人クラブの目的や社会的役割を地域の方々に理解していただくために活動の啓発・PR、事業への参加を呼びかけしましょう。

高齢者が住み慣れた地域で、生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現に老人クラブが一翼を担い、今後は老人クラブが消滅しないように、持続可能な組織づくりを進めていきたいと思っています。

令和4年度健康福祉大学校開催

8月24日（水）、弘前市社会福祉センターにおいて、令和4年度第27期青森県老連健康福祉大学校入学式を行いました。入学式では、秋元 哲弘前市福祉部長、山形 正臣弘前市社会福祉協議会長よりご祝辞をいただきました。

この大学校は、県補助金を活用し、介護予防やレクリエーション活動など座学・実技を学び、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養成しています。もって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ります。今年度は、弘前市、田舎館村、（依頼中）の3か所の予定です。昨年度までの卒業生は1,305名です。卒業生は、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しています。

弘前会場では26名の方が入学しました。老人クラブ未加入者も入学を認めています。同日午後から「フレイル予防について」と題して、青森県作業療法士会 副会長・事務局長 平川 裕一氏より講義・実技がありました。

来賓祝辞



弘前市 福祉部
部長 秋元 哲氏



弘前市社会福祉協議会
会長 山形 正臣氏

式辞

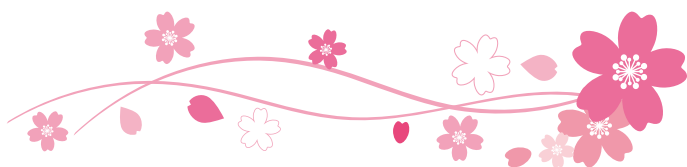


齋藤 昇一 学長



弘前市老人クラブ連合会
会長 八木橋 喜代治氏

開催地老連会長挨拶



誓いのことば 左：学生代表 水木 修氏
右：齋藤 昇一 学長

— 第1回 講義・実技「フレイル予防について」 —



足の筋力をつける運動



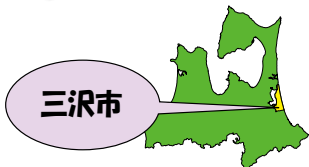
講師 平川 裕一氏



仲間とともに、住みよい街づくりを目指して

～三沢市老人クラブ連合会～ 会長 鈴木 精志

クラブ数 26 クラブ (令和4年4月1日現在)
 会員数 646名 (男性228名 女性418名) 高齢化率 26.92%



三沢市

当会では、住みよい環境をつくり、いつまでも健康的
 でより豊かな生活を送れることを目指し事業の展開をし
 ています。

【主な活動】 「奉仕活動」

連合会事務所のある三沢市総合社会福祉センター周辺の
 環境整備活動を行います。福祉センターに訪れる方が持
 ちよく過ごせるよう花壇の雑草取りや周辺の清掃をします。
 各地区では「花いっぱい運動」で花壇の整備活動を行って
 おります。

【芸能発表会】

クラブ活動で継続的に練習している芸能等の成果発表と
 して、三沢市公会堂の大ホールで開催します。昨年は感染
 対策等で開催の条件がきびしくなりましたが、出演者
 役員、観覧者ともに協力して楽しく満足のいく発表会を開
 催しました。

【交通安全・防犯大会】

三沢警察署の協力のもと、高齢者の交通事故防止や特殊
 詐欺等の被害者にならないための講義を行い安全行動の認
 識を高めています。

【研修会】

高齢者にとって関心の高いテーマを選びました。今年
 は「認知症サポーター養成講座」を行い、認知症予防・認知
 症の人への対応を学び、今後も要望に応えながら様々な研
 修会を行っていく予定です。

【グラウンド・ゴルフ大会】

春と秋に「会員増強運動」の一環として開催しています。
 スポーツを通して、老人クラブに未加入の愛好者と交流を
 深め老人クラブ活動への理解を求め加入のきっかけとなる
 ようにしています。

最近ではコロナ禍の影響で、活動が出来ないこともありま
 すが、会員の皆様と協力し出来ることを少しでも多く実施
 していきたいと思っております。

会員募集中！入会希望者は、三沢市老人クラブ連合会まで

☎0176-53-9155

「誕生会を通して」
松園町ことぶき会 (八戸市)

会長 尾形 賢一

会員数58名(男性10名、女性48名)

私たちのクラブは地域内にある松園町地域集会所(県内最初の地域集会所)を拠点に活動しています。

昭和63年2月から30数年間にわたり毎月開催している誕生会は、いつも40名前後の会員が参加しており、自慢出来る活動の一つです。コロナ発生前は手作りの食事を提供していましたが、現在は飲食が出来な



誕生会 (踊り愛好会)



声かけ友愛訪問



ニュースポーツ「ペタンク」



日帰りバス旅行

い為、誕生会閉会時に取り寄せ弁当を手渡ししています。以前行われていた飲食の時間帯に今は、交通安全防犯講習会、健康教室、介護予防教室、音楽を親しむ会、市政を聞く会、ビデオ上映会、クリスマス会、新年会などを取り入れ、趣向を凝らした誕生会を行っています。

以前は誕生会の出欠をお伺いする為に会員宅を訪問していましたが、現在は地域見守り活動の一環として7名の班長が手分けをして毎月会員宅へ誕生会の出欠伺いと近所の高齢者への声かけ友愛訪問を実施しています。

また、趣味やニュースポーツを取り入れ

て活動しているひまわりサークルや踊り愛好会の活動もあります。毎年実施している日帰りバス旅行は今年度は10月23日(日)くずまきワイン工場見学、ワインを試飲し平庭高原の温泉施設で、ゆっくり、ゆったり温泉に入り美味しい食事です。親睦を図る予定です。

地域の活動としては、町内会主導の公園や集会所周辺の草刈り清掃活動や、地域にある花壇の植栽や手入れにも積極的に参加していますが、今後も誕生会を主活動として、明るく楽しいクラブ活動を展開していきたいと思っています。

健康華齢に生きる



青森県老人クラブ連合会理事
弘前市老人クラブ連合会会長

八木橋 喜代治

私は昭和18年1月、弘前市に5人兄弟の末っ子として生まれ、小・中学校時代を公園の中にあつた弘大附属の学校で過ごし、校舎は旧陸軍の建物でした。私の人生を決定づけたのは、小學校時代の担任の存在が大きかつたと思います。

昭和40年、日本体育大学を卒業して県立弘前工業高校に採用されたのが教員の第一歩で、以来38年間教壇に立ちました。その間の思い出は昭和52年の「あすなる国体」テニス少年男子の部で第3位に入賞したことや、県高校総体で団体・個人共に6ヶ年連続優勝するなど、青森県高校テニスの草分として多くの選手を育て、中央に送り出したことです。

趣味は釣りと尺八で、特技はテニスです。今、私が健康でいられるのはスポーツに親しんで来たことと、今も地域の方々と「健幸体操」を一緒に楽しく続けているからだと思っています。

老人クラブとのかかわり

退職した年の平成15年、町会の女性部の二人がやって来て解散した状態の老人会を復活させたいので協力して欲しいと頼まれたのが切掛けで、翌16年に塩分町会同仁会を立ち上げ会長に推薦されました。平成22年地区老連会長、23年弘前市老連副会長、令和4年に弘前市老連会長を拝命、同時に青森県老連理事に推薦され今日に至っております。

自分の専門分野を活かして高齢者が「健幸華齢に生きる」ことを目的に実施した体操教室も地域に定着し、今年で13年目を迎えました。各種測定を続けて来た事で健康に対する興味や意識が変わって来ました。

今、私達はコロナ禍に悩まされていますが、知識を身に着け知恵を働かせれば、あまり恐れる事はない、と考えます。

今後も皆様のご指導を仰ぎながら努めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

※健幸華齢＝健康＋幸福＋元気長寿



老連と会員をつなぐ
広報紙【白寿】



大川 雄 弘
広報委員長

藤崎町老人クラブ連合会

藤崎町老連機関紙【白寿】について

旧藤崎町老連機関紙【白寿】は昭和57年5月から発行された。発行者は藤崎町老人クラブ連合会で町老人福祉センター職員によつて編集・印刷が行われ、B4版片面印刷で紙面は主として老人福祉センターで行われる行事予定および紹介記事であった。

平成17年7月、旧藤崎町老連と旧常盤村老連が合併し、新藤崎町老連が発足したが、機関紙【白寿】発行は引き続き発行することに決定し、平成17年9月に第一号を発行。現在は、編集は町老連広報委員会、印刷・配布は町老連役員が行っている。令和4年5月、第二百零号発行となる。

会員数は、高齢化が進み減少傾向にあるが、若い会員の加入が比較的多いので、減少数は少なく止まっている。このような状況の中での機関紙【白寿】発行は、会員との意思疎通と、町老連の活動推進に重要な役割を果たしている。

生い立ち

私は、昭和10年、樺太の豊原市（現ユージノサハリンスク）で教員の次男として出生。好奇心が旺盛で機械いじりの好きな子どもであった。

終戦は樺太の元泊郡帆寄村字馬群潭（東海岸の中央部）で迎え、4年生だった。戦後の混乱で先生方も少なくなり、小学校では満足な教育を受けられずに、遊びと日々の生活（山菜採り・農作業及び魚取りとその加工）で過ごした。昭和23年4月、最後の住民と共に函館港到着。5月19日、蔵館村長峰（現大鰐町）へ引揚げてきた。幸いにも中学1年への途中編入学することができ、以後高校・大学へ進み、その後は小・中学校を歴任し、在任中にはコンピューター教育に取り組み、それが現在に繋がっている。

平成8年3月に定年、同年12月、「常盤村史」編さん委員に迎えられ、ここで編集・製本等の技能を習得した。平成16年4月で編さん事業が終了し、仕事から退いた。

老人クラブとの関わり

平成12年、西豊田3町内の会長が



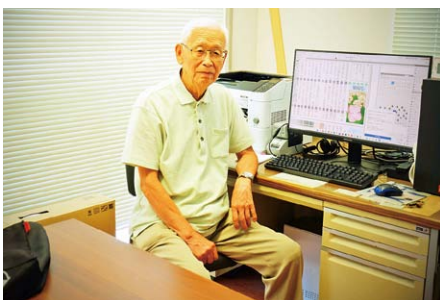
本部役員による印刷・仕分け作業

中心となり、老人クラブ結成協議会を開催。クラブ名を「西豊田豊寿会」とし、同年4月2日に設立総会が開かれ発足した。私が初代会長として選出され、平成26年まで会長を続けた。町老連との関わりは、広報委員長として機関紙【白寿】の発行である。発行は、合併以前を含めると平成16年から18年間継続して関わっている。

終わりに

広報委員会は、各分野（金融、行政、文化、医療、教育）で活躍された6人の方々が構成され、毎月定例会を開催し、原稿の集約・校正・編集・出版原版作成を行っている。老連会長も委員として出席し、単位クラブの状況・事業の進捗状況・町当局との交渉等が話題となり、掲載記事に反映している。この広報委員会組織が、コロナ禍の中でも発行し続けることが出来た原動力であり、委員の方々には深く感謝している。

行く行くは後任の編集者を育成しながら、町老連のより良き活動を支えるために、【白寿】発行を継続していきたいと思っている。



【白寿】原板作成風景

60周年記念会員章



直径17mm

期間 1,000円
期間限定 2019年～2022年

- 末広鶴と日の丸
鶴(高齢者)が、両翼を扇(末広)状に広げて、日章(日本)を担っている図。
すなわち高齢者の歩みは、わが国を守り、家庭生活を支えてきたものであることを表す。なお、両翼の張り出しは、高齢者の衰えぬ活動意欲を象徴する。
- 外周文字
60th anniversary……「60周年記念」を英字表記しています。
※従来型の会員章もございます。

会員章のお問い合わせや申込みは、所属市町村老連事務局または県老連まで。なお、従来型の会員章もございます。

シニア世代の
みんなの歌集



全国老人クラブ連合会が
高齢者の立場で選んだ80曲を収録



- 童謡・唱歌
荒城の月、夏は来ぬ、浜千鳥、村祭りなど
- 歌謡曲
丘を越えて、リンゴの唄、昴、きよしのズンドコ節など
- 民謡
ソーラン節、東京音頭、五木の子守唄など

- A5判(縦)
- 全122ページ
- 定価500円(税別)

お申し込みは、所属市町村老連まで

スタッフベストの貸出

スタッフベストの貸出希望が増えたため、今年度新たに作製いたしました。

サイズはXLとFの2種類になります。のぼり旗も追加しています。スタッフジャンパーの在庫もありますので、老人クラブ活動のPRや会員増強運動に是非ご利用ください。貸出希望の方は所属の市町村老連までご連絡ください。




編集後記


県老連は今年創立60周年で、10月に記念大会及び芸能発表大会を開催する予定です。

3年ぶりの芸能発表大会で、各地区で踊りの練習をしている話を聞くと、出演者は楽しみにしているんだと改めて思います。

コロナ禍ではありますが、出来る範囲で事業をやっていききたいと思っています。(事務局)

老人クラブに入会しませんか

仲間といっしょに、
楽しく生きがいのあるシニアライフを！
皆さんの参加をお待ちしております♪



ご入会の希望・お問合せは、
お住まいの市町村老人クラブ連合会事務所
または青森県老人クラブ連合会
TEL 017-732-6492まで

市町村職員を名乗り
「還付金」「ATM」
 警察官を名乗り
「カードを取りに行く」
 電話会社を名乗り
「未納料金」「裁判」
 ↓
詐欺
 一人で対応せず、家族や警察に相談してください
 警察安全相談電話 017-735-9110 または #9110

横断歩道は歩行者優先
 ▶ドライバーのみなさん！横断者がいたら必ず停止！
 青森県の一時的停止率は140%
 全国ワースト3位 (R3 JAF調べ)
 マナーじゃなくルールです！
 ▶歩行者のみなさん！横断歩道を渡るときは
「ハンド&サンクス」
 で安全に横断しましょう！
 ① **渡ります**
 手で合図！
 ② **ありがとう！**
 ペコッ
 「ハンド」～手を上げる、手を差し出すことで横断する意思表示を！
 「サンクス」～止まった車に感謝の気持ちを伝えましょう！
 「ハンド&サンクス」は「渡る合図とありがとう」

青 森 県 警 察

山菜・キノコ採りは
 山菜・キノコよりも大切な命、遭難には十分気をつけましょう
安全第一

1人の入山は避ける
 遭難者の多くは、1人で入山しているか、入山後に1人で行動している人です。

家族等に行動予定を連絡
 出発前には、家族等に「行き先」「帰宅予定時間」「駐車予定場所」を知らせましょう。

目立つ服装、防寒対策
 服装は目立つ色にし、寒さに備えたものにしましょう。

早めの下山
 山の日落れは思ったよりも早く来ます。明るいうちに下山するようにしましょう。

万が一の機用品
 携帯電話のほか、水、チョコレート、あめ玉などの携帯食を持ちましょう。

火山性ガスに注意
 腐った卵のような臭い(硫化水素の臭い)がしたら、すぐにその場を離れましょう。

万が一迷ったら
 歩き回らずに助けを待って下さい。特に、日没後の行動は危険です。ヘリコプターの音が聞こえたら、広い場所でタオルなどを振って合図をして下さい。

青森県危機管理局防災危機管理課
<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kikikanri/bosai/kikikanri/souan/jikoboushi.html>

～～青森県からのお知らせ～～

毎年、山菜採りやキノコ採りの遭難事故が発生しており、亡くられる方が後を絶ちません。山へ出かける際は、万が一に備え、次のことに注意しましょう。

- ・食料、雨具、携帯電話等を持って行く
- ・必ず家族に行き先などを知らせる
- ・二人以上で出かけ、早めの下山を心がける
- ・服装は目立つ色にする

また、山でクマにあわないために、鈴や笛、ラジオなどを身に着け、クマよけ対策をして楽しんでください。

気象情報や火山情報にも十分注意しましょう。

大切な命を守ってね♪

いきいき活動を
支える

老人クラブ会員向けに **傷害保険・賠償責任保険で安心補償**

- ◆この保険の対象は、全国老人クラブ連合会に連なる都道府県・指定都市老連および市区町村老連に加入している単位老人クラブです。
- ◆全国老人クラブ連合会が契約者となり、各単位老人クラブで取りまとめて申し込む団体保険です。個人での加入手続きはできません。
- ◆新規加入をご希望、ご検討の際は、クラブで担当者を決めて全老連「保険係」まで資料をご請求ください。

【資料請求受付期間】【傷害保険】4月始期⇒1/4から2月末頃まで、10月始期⇒7/1から8月末頃まで
【賠償責任保険】随時受付中

傷害保険 自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)

- ①対象：老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。
- ②保険始期月および保険期間：年に2回の募集となります。

保険始期月	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
10月	7月15日～9月15日まで	10月1日午後4時から1年間
4月	1月15日～3月15日まで	4月1日午後4時から1年間

- ③補償範囲・掛金タイプ：◆24時間型…日常生活全般のケガを補償(新型コロナウイルスを含む※特定感染症危険補償特約付)。自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償、熱中症危険補償が付いたタイプもあります。
- ◆活動型…老人クラブ活動中のケガを補償

賠償責任保険 他人の物を壊したり、ケガをさせた時*1の保険。(自分のケガは対象になりません。)

*1 法律上の賠償責任が伴う対人・対物事故が対象です。

- ①対象：単位老人クラブ(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(中途加入可)
- 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

〒100-8822 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

受付時間 9:30から12:00まで (土、日、祝祭日、年末年始休)

加入申込書等、資料請求先

専用FAX **03-3597-8767**

お問い合わせ先

03-3597-8770

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> (老人クラブ保険) (検索) メールアドレス hoken@senior-ltd.com

(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 医療・福祉法人部 TEL.03-3515-4143

※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】

老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険・総合生活保険(傷害補償)

【老人クラブ団体賠償責任保険】

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「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。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてあります保険約款によりますが、ご不明な点は、代理店までお問い合わせください。

2022年3月作成 21-TC11211

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/>

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

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～PM5:30)

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。



事務機・事務用品

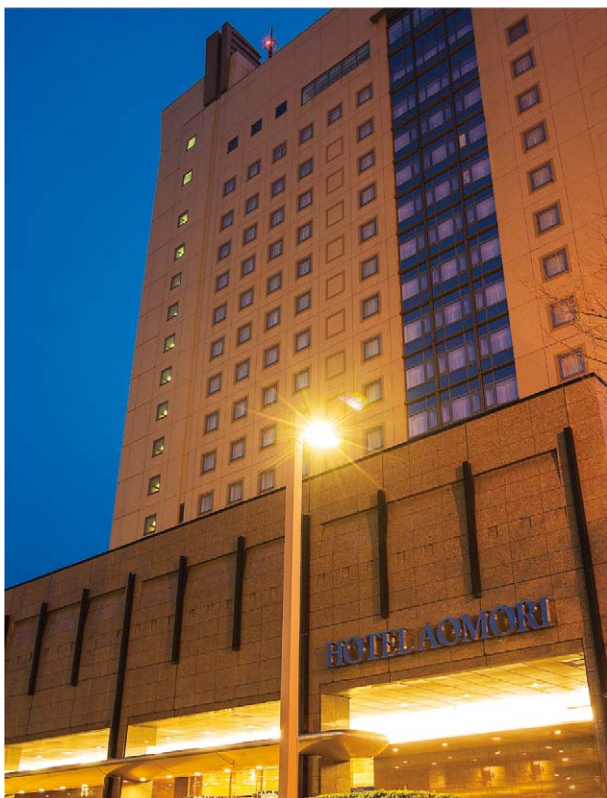
事務機、事務用品、OA機器、消耗品、オフィス家具などオフィスの事ならお任せ!

事務機・事務用品のプロフェッショナル

オフィスプロ(株)マルキ

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

(青森店) TEL:017-732-3288 FAX:017-775-0188 (弘前店) TEL:0172-39-6701 FAX:0172-39-6702
(五所川原店) TEL:0173-38-3102 FAX:0173-38-3103



人生の節目を見届ける場所
「ホテル青森」
 思い出を刻む
 喜びをわかちあう
 食を愉しむ
 旅の疲れを癒やす
 様々なシーンで
 お客様の記憶に残る
 最高のおもてなしで
 お迎えます。



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

ホテル青森 検索

ご予約・お問い合わせ ホテル青森予約センター ☎017-775-4007

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よう、ご葬儀の一切をご自宅に代わって執り行える総合葬祭施設です。宗旨を問わず、家族葬から、一般葬、社葬まで、大小規模のおおゆるご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

100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
 ◎ゆうネットホール大野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) 120,000円(税別)→(会員) 80,000円(税別)
 例 サブホール 2日 (非会員) 80,000円(税別)→(会員) 50,000円(税別)
 例 サイレントルーム (安置施設) 1日 (非会員) 36,000円(税別)→(会員) 24,000円(税別)
 ◎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

Withホール やまみち

ゆうネットホール大野

〒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

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

〒030-0847 青森市東大野2丁目11-4
 TEL.017-739-0983 FAX.017-739-0988



■アクセス：青森市営バス→南旭町停留所下車→徒歩1分



65倶楽部

ログゴークラブ

HKタクシーグループ

カード提示でタクシー料金10%OFF

HK65倶楽部カード



無料会員募集

往復割引と併用で帰り（復路）のタクシー料金最大20%割引



- 65歳以上の方に限ります。
- お申込みには65歳以上の確認が可能な証明書写しが必要です。

スマホからでも簡単登録

タクシーのご用命は、あなたの街のHKグループタクシー

〒030-0136青森市大字新町野字幾田2番地28

青森タクシー株式会社

☎017-738-6000

〒034-0014青森県十和田市東二十一番町15番18号

青森タクシー(株)十和田(営)

☎0176-23-5155

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.onoderakaiei.com/>



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