



第165号

# 歳遊記

さいゆうき

(発行) しまどりクラブ愛媛  
公益財団法人 愛媛県老人クラブ連合会  
〒790-0843 松山市道後町2丁目9番14号  
愛媛県県民文化会館別館内  
TEL 089-925-7424



**新年のごあいさつ**  
(公財) 愛媛県老人クラブ連合会  
会長 鶴本好福

新年あけましておめでとうでございます。会員の皆様方には、お健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃より、県老連の運営にご理解ご協力を頂き厚くお礼申し上げます。さて昨年は、新型コロナウイルス感染症の分類がいわゆる2類相当から5類に切り替わり、大幅に行動制限が緩和された中、第35回全国健康福祉祭えひめ大会(ねりんピック愛媛のえひめ2023)が開催されました。

大会イベントの一つとして全国老人クラブ連合会と愛媛県老人クラブ連合会が主管となって第32回地域文化伝承館を10月28日から3日間、愛媛県県民文化会館で開催しました。



**新年挨拶**  
愛媛県知事 中村時広

明けましておめでとうございませう。令和6年の年頭に当たり、謹んで新春のお喜びを申し上げます。

愛媛県老人クラブ連合会の皆様におかれましては、「健康・友愛・奉仕」の三大運動を柱に、長きにわたり、スポーツ大会や健康づくり大学校を開催されているほか、地域に根ざしたさまざまな社会奉仕活動を精力的に展開されており、深く敬意を表します。

また、昨年10月には、県内外から延べ53万人に御参加をいただき、「ねりんピック愛媛のえひめ2023」を盛大に

開催期間中には、塩崎厚生労働大臣政務官が視察されるなど県内外から多くの方が来場され、成功裡に実施できましたことを嬉しく思っております。出展、出演いただいた皆様をはじめ、記念品の製作や運営スタッフとして運営に携わっていただきました会員の皆様には、改めて厚くお礼申し上げます。そして、来館された皆様、本県の老

人クラブ会員の元氣な姿やおもてなしの心をお伝え出来たと思っております。今後は、今回の地域文化伝承館で得た知識や経験をこれからの老人クラブ活動の活性化につなげていき、高齢者が生涯活躍できる地域社会の実現に向けて一層努めて参りたいと考えています。

実施いたしました。貴連合会におかれましては、愛媛県の伝統文化を全国に発信する「地域文化伝承館」の運営をはじめ、大会に格別の御尽力を賜りましたことに、改めて厚くお礼申し上げます。さて、県民の約3人に1人が65歳以上という本格的な高齢社会を迎えた本県におきましては、皆様方が長年つちかかってこられた知識や経験、技能などを發揮され、未永く御活躍いただくことが、地域社会の維持・活性化に不可欠です。

県におきましては、元気で意欲ある高齢者の方々に充実した毎日を過ごしてい

た。今年度は、これまでの経験や知識を生かし完全回復を目指して、皆様の健康の増進や会員相互の支え合い、住みよい地域づくり等の各種事業に取り組みますので、会員の皆様には、引き続きご支援、ご協力を賜りますようお願いいたします。

終わりに、各老人クラブの更なるご発展と会員皆様のご多幸を心より祈念申し上げ新年のご挨拶とさせていただきます。

ただけるよう、高齢者大学校における学習機会の提供や、生活を豊かにする文化・スポーツ活動への支援など、各種施策を展開しております。

更に、ねりんピックで高まったふれあいと活力のある社会づくりに向けた気運を一過性のものとすることなく、すべての県民の社会参加や生きがいの高揚に取り組みるとともに、「ニア世代の団体」とも言われ、来年本県で開催される「日本スポーツマスターズ2025」の成功につなげていきたいと考えています。

終わりに、公益財団法人愛媛県老人クラブ連合会のますますの御発展と、会員の皆様方の今年一年の御健勝、御多幸を心からお祈り申し上げます。

## 中国・四国ブロック老人クラブスリーダー研修会、4年ぶりに開催

一般財団法人山口県老人クラブ連合会主催による令和5年度中国・四国ブロック老人クラブスリーダー研修会が、7月6・7日の2日間にわたって山口県山口市湯田温泉の「かめ福オンプレイス」において開催され、本県からは13名が参加しました。

中国四国ブロックスリーダー研修会では、主催者及び来賓の開会挨拶に続いて、全国老人クラブ連合会業務部長の岡本まゆみ氏から「老人クラブの現状と課題」と題した基調報告があり、その後3つの研修テーマに沿った事例発表・討議が2日間にわたって行われました。

1日目、休憩を挟んで始まった研修の第1部では「健康寿命をのばす健康づくり・介護予防活動の推進について」、第2部では「会員増強及び後継者(次期リーダー)の育成について」というそれぞれテーマのもとに研究討議がおこなわれました。2日目の第3部では「地域支え合い活動の推進について」をテーマとした事例発表があり、本県から西条市小松地区老人クラブ連合会前会長の藤田實さんが、「高齢者相互支援事業の活動状況について」という題で事例発表を行いました。今回の研修会は、発表内容や討議内容、各

助言者のコメント等、すべてにおいて内容が濃くすばらしいもので、2日間にわたって、情報交換や活発な討議が行われ、大変有意義な研修会となりました。

また2日目の後半には、松陰神社名譽宮司の上田俊成氏による「吉田松陰のめざしたもの」と題した講演があり、その後山口県老人クラブ連合会会長による総括があつて、4年ぶりの中国四国老人クラブスリーダー研修会は盛況のうちに幕を閉じました。

来年度は徳島県で開催されます。



### 第63回愛媛県老人クラブ大会開催

去る9月6日、県民文化会館サブホールにおいて、県下市町老連から会員650名が集い、第63回愛媛県老人クラブ大会が開催されました。「コロナ禍による2年連続の中止、昨年度の制限付き開催を経て、今年度は実に4年ぶりに制約なしの通常開催となりました。」

大会は、まず「開会の言葉」で幕を開け、次に昨年の国歌静聴にかわり今回は国歌斉唱が行われ、久方ぶりに参加者の賑やかな歌声が会場いっぱい響き渡りました。そして物故された老人クラブ関係者への黙祷のあと、鶴本好福県老連会長の大会挨拶に続いて、老人クラブに貢献された個人、団体等に対する表彰が行われました。

また、四国四県持ち回りで毎年開催していた四国老人クラブ大会が、コロナ禍もあって令和元年度の愛媛県大会以降開催が見送られていることから、四国大会で行われていた表彰を、本年度より新たに四国4県老人クラブ連合会協議会会長表彰として行うこととなり、県大会の席上、他の表彰と併せて伝達式が行われました。

なお、各表彰の内訳は以下の通りです。(知事表彰として高齢者福祉関係功労者15名、四国4県老人クラブ連合会協議会会長表彰3名、会長表彰として老人クラブ活動功労者31名、優良介護者2名、優良老人クラブ11クラブ、会員増強クラブ28クラブ、新設・復活クラブ5クラブ。)

式典の後は、愛媛新聞で連載中のコラム「伊賀瀬教授の今日も脳にeライフ」でもおなじみの、愛媛大学医学系研究科抗加齢医学講座教授兼抗加齢・予防医療センター長の伊賀瀬道也先生による「元気に100歳まで生きるために今できること」

よつと耳よりの認知症予防のおはなし」と題した講演が行われました。講演の後は、愛媛県ねんりんピック推進課が、「ねんりんピック愛媛のえひめ2023」について説明し大会をPRしました。最後に大会宣言を採択し万歳三唱を行って、大会は成功裡に幕を閉じました。

#### ◇愛媛県知事表彰受賞者 15名

片上 勝允	(敬称略)	今治市
藤井 玲子		今治市
宮谷 育尚		今治市
松田 俊一		宇和島市
菊池 克幸		八幡浜市
丹下 三郎		西条市
津島 吉郎		西条市
石山 頼夫		大洲市
梶原 敬一郎		大洲市
岡本 正満		伊予市
大西 ミユキ		四国中央市
藤田 ミユキ		四国中央市
上 甲 住秀		西予市
眞部 哲哉		松前町
矢野 恭宣		砥部町



### 第63回愛媛県老人クラブ大会 大会宣言

私たち老人クラブは、これまで「健康づくり」「支え合いづくり」「生きがいづくり」「地域づくり」を目標として多彩な活動を展開し、皆が安心して暮らせる豊かな地域社会づくりの実現に向けて力を尽くしてきた。

だが、令和2年から続く「新型コロナウイルス感染症拡大」という災禍は、高齢者の当事者団体である老人クラブを委縮させ、様々な活動を自粛に追い込むなど多大な影響を及ぼした。組織の弱体化も懸念されたが、その一方で、日常生活と感染防止対策を両立しつつ、創意工夫を凝らし、健康長寿の延伸やフレイル予防、「通いの場づくり」に取り組むなど、少しずつ前に進もうとする動きも広がってきた。

#### 記

- 一、健康づくり・フレイル(虚弱)予防活動に積極的に取り組み、すべての高齢者の健康寿命の延伸に努める
  - 一、会員共助による「地域支え合い活動」を推進する
  - 一、クラブの解散防止と会員増強に向けた取組を推進する
  - 一、魅力あるクラブづくりを推進し、次世代リーダーの力を積極的に活用する
  - 一、「ねんりんピック愛媛のえひめ2023地域文化伝承館」の開催に向け、一致団結して取り組む
- 令和5年9月6日  
第63回愛媛県老人クラブ大会

### 令和6年の主な行事予定

- 令和5年度愛媛県老人クラブスポーツ大会 (2月29日(木))
- 令和5年度女性リーダー研修会 (3月13日(水))
- 令和6年度中国四国ブロック老人クラブリーダー研修会(徳島県) (7月11・12日(木・金))
- 第64回愛媛県老人クラブ大会 (県民文化会館サブホール) (9月4日(水))
- 第63回全国老人クラブ大会 (神奈川県) (11月20・21日(水・木))
- 令和6年度愛媛県老連スポーツ大会 (10月24日(木)) 予定

### 第52回全国老人クラブ大会 秋田県で開催される

第52回老人福祉法制定60周年記念全国老人クラブ大会が11月8日、9日の2日間、秋田県秋田市の秋田芸術劇場ミルハス大ホールにおいて「のぼそー健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに開催され、本県から6名が参加しました。

初日は、まず第一部では大会式典があり、秋田県老連会長の歓迎挨拶、全老連会長村木厚子氏による挨拶、全国老人クラブ連合会会長表彰や来賓祝辞、大会宣言の採択などが行われました。第二部では開催地活動発表として、秋田県老連において、芸能活動の発表を中心に平成8年度より開催されている「老人クラブ文化祭」の取り組みが紹介されました。

2日目は「地域支え合い活動を広げよう！」とのテーマのもと、コイディネーターに特定非営利活動法人全国コミュニケーションサポートセンター理事長の池田昌弘氏をお迎えして、活動発表を中心としたパネルディスカッションが行われました。そして最後に、次回開催地である神奈川県及び川崎市老連両理事長の次回大会報告があつて、大会は盛況裏に終了いたしました。

◎受賞者  
全老連会長表彰  
和 田 泰 則  
(八幡浜市老連副会長)

- ◎大会宣言項目
- 一、健康長寿を目指す「健康活動」の推進
  - 一、暮らしを見守る「支え合い活動」の展開
  - 一、高齢者を豊かにする「生きがい活動」の充実
  - 一、あらゆる世代と連携した「地域貢献活動」の推進
  - 一、高齢者の尊厳が守られる「社会保障制度」の確立



# 地域文化伝承館の開催

第35回全国健康福祉祭えひめ大会（ねんりんピック愛媛のえひめ2023）が「ねんりんを重ねた愛顔伊予に咲く」をテーマに10月28日（土）から31日（火）までの4日間の日程で県内各地において開催されました。

大会イベントの一つとして、全国老人クラブ連合会と愛媛県老人クラブ連合会が主管として、10月28日（土）から30日（月）までの3日間、愛媛県民文化会館を会場にして「ねんりんの技と心が、愛顔をつなぐ」をコンセプトに、地域文化伝承館を開催しました。

「ねんりん愛顔フェスタ」「地域文化伝承館」の合同オープニングセレモニーをそれぞれの主催者、主管者が出席し開催しました。セレモニーでは、普降章愛媛県保健福祉部長、村木厚子全国老人クラブ会長のあいさつの後、鶴本好福愛媛県老連会長の開催宣言によりスタートいたしました。

## ○開会式

「ねんりん愛顔フェスタ」「地域文化伝承館」の合同オープニングセレモニーをそれぞれの主催者、主管者が出席し開催しました。セレモニーでは、普降章愛媛県保健福祉部長、村木厚子全国老人クラブ会長のあいさつの後、鶴本好福愛媛県老連会長の開催宣言によりスタートいたしました。



## ○14団体が展示・実演・体験を披露

県民文化会館サブホールホワイエと2階会議室に設けた出展ブースにおいて、10市町老連・14団体が参加し、地域に根差した伝統文化や日頃の活動で取り組んで作成している品々の展示、また、認知症かるたや

ミニ凧作りなどの体験や実演が実施され、多くの方が、会員の皆さんと交流するなど、大いに盛り上がりました。

特に開催初日の28日には、塩崎彰久厚生労働大臣政務官や村木全老連会長が展示ブースを視察されました。



## ○22団体によるステージ出演

サブホールのステージでは、合同オープニングセレモニーの後、迫力ある久万山五神太鼓が演奏され、それに続いて、3日間にわたり14市町老連から参加した22団体によって郷土・伝統芸能や民謡、コーラス、踊り、ダンス、演劇など、日頃取り組んでいるパラエティに富んだ活動の成果が次々と披露されました。

また、老人クラブ会員に交じって子供たちや若い世代の人も参加するなど世代間交流による出演も披露いただきました。

来場された県内外の皆様にも、本県の老人クラブ会員の元気な姿をお伝えすることが出来たと思います。



## ○記念品の製作・配布

県老連女性会員が中心となって、ねんりんピックのマスクotteキャラクター「みきゃん」のストラップや本県から生まれた「シトラスリボン（2種類）」を県の特産品である水引で5500セット作製し、来館者の皆さんにお配りしました。



## ○運営スタッフによるおもてなしと運営

老人クラブ会員や県・市町老連事務局職員で構成した66名の運営スタッフにより、湯気の接待や地域文化伝承館の運営など老人クラブ会員が一丸となって取り組まれました。

来館された皆様には、本県の老人クラブ会員のおもてなしの心をお伝え出来たと思います。



## ○次期開催県の鳥取県老連に伝承館旗を伝達

最終日の30日は、地域文化伝承館の閉館式を実施いたしました。

鶴本会長のあいさつの後、次期開催県である鳥取県老連の岡森裕会長に伝承館旗が伝達され、岡森会長からあいさつがありました。

そして、最後に森岡知昭愛媛県老連副会長の万歳三唱により、3日間の地域文化伝承館が無事終了しました。



出演団体等一覧表	
団体名	内容
<b>10月28日(土) 1日目</b>	
東本伊予万歳(松山市)	伝統芸能
SKB80・清水小・友遊しみずトーンチャイム合同チーム(松山市)	トーンチャイム演奏
愛南町老人クラブ連合会(愛南町)	民謡
西予市宇和老人クラブ連合会「元気になろう会」(西予市)	絵本朗読
新居浜市老人クラブ連合会女性部(生きいきシニア合唱団)(新居浜市)	コーラス
四国民舞 輪の会 日吉老人クラブ(鬼北町)	民謡
<b>10月29日(日) 2日目</b>	
東温市老人クラブ連合会(東温市)	演劇
明神万歳保存会(久万高原町)	民謡
五十崎風踊り保存会(内子町)	伝統芸能
飯岡福寿会 盆踊り体操クラブ(西条市)	体操
才蔵(伊方町)	フォークソング
田窪団地老人クラブ ひまわりの会(東温市)	民謡
石田トンカ力はん保存会(西条市)	唄、踊り、太鼓
拝志老友会(今治市)	社交ダンス
<b>10月30日(月) 3日目</b>	
チームきゅうべえ(松山市)	体操
高浜地区高齢クラブ連合会(松山市)	民謡
来住町寿会(松山市)	民謡
久米芸能連(松山市)	雅楽

八幡浜市老人クラブ連合会八幡浜支部(八幡浜市)	民謡
宇和島市老人クラブ連合会(宇和島市)	体操
松野町コーラスグループ 歌う森のふくろう(松野町)	コーラス
西予市老人クラブ連合会(西予市)	体操・相撲

出演団体等一覧表	
団体名	内容
鷹子すこやかクラブ(松山市)	書道、絵手紙、工芸品、手芸品等の展示、絵付け体験
東本福寿会(松山市)	手芸品(つばきの花、こいのぼり他)
宇和島市老人クラブ連合会(宇和島市)	書道、絵画、写真、川柳、手芸品、工芸品他
八幡浜市老人クラブ連合会八幡浜支部(八幡浜市)	絵画、手芸品、工芸品
久米地区高齢クラブ連合会(松山市)	俳句
南久米クローバーの会(松山市)	絵画
新居浜市西町長生会(新居浜市)	ミニチュア太鼓、祭りポスター
内子町老人クラブ連合会(内子町)	写真の展示、ミニ凧づくりの体験
佐田岬裂織り保存会(伊方町)	裂織の展示、実演、体験
多賀老人クラブ女性部(西条市)	手芸品(革製品、パッチワーク、小物)
西予市宇和町創作館活動クラブ(西予市)	わらわら工芸品、手芸品
東温市老人クラブ連合会若手委員会(東温市)	写真展示、認知症かるたの作成と実演・体験
松前町老人クラブ連合会(松前町)	活動写真
愛南町老人クラブ連合会(愛南町)	手芸品



### 転ばないための体力づくり教室

(高齢者の体力づくり支援事業) 松前町



今年度は松前町の総合文化センターで、5月から10月までの半年間、月に1度集まり体力測定や体力アップのためのトレーニングを行いました。

33名の方に参加していただいて始まった体力づくり教室ですが、猛暑の中、出掛けるのはなかなか億劫だったためか、最終的な参加人数は約半分となりました。

ですが、参加された方は皆さん熱心に健康運動指導士の先生の指導をうけられており、少しきついけど頑張ることができる程度の運動を毎回行いました。結果、初回の体力測定では壊滅的だった開眼片足立ちも最終回では平均で10秒近く伸びる結果となり、継続して運動することの重要性を改めて感じました。

松前町老人クラブ連合会の皆様、習ったトレーニングをコツコツと続けていき、健康寿命を延ばすよう心がけましょう。今後も体調に気をつけながらがんばってください。

### 地域に広げよう 友愛の輪

令和5年度高齢者相互支援事業について

県老連は、引きこもりがちな高齢者を地域で支えるため、モデル地区を指定して友愛活動を行う「高齢者相互支援推進事業」を毎年実施しております。

本年度はモデル老連として新居浜市、久万高原町、松野町と鬼北町が指定され、それぞれの地域に即した独自の活動を展開しています。

県老連では、今後事業を進めるにあたり中心的役割を担うリーダーをモデル老連ごとに選任し、昨年8月、各モデル市町において相互支援推進連絡会議とリーダー養成セミナーを開催しました。

セミナーでは、県生涯学習講師による講演や活動の進め方を丁寧に解説したビデオ上映が行われ、参加者は皆、熱心に耳を傾けていました。また3月6日には、各モデル老連のシルバリーリーダーが一堂に会し活動報告を行う「高齢者相互支援活動啓発セミナー」が、松山市の県民文

化センターで、5月から10月までの半年間、月に1度集まり体力測定や体力アップのためのトレーニングを行いました。



会館別館にて開催されます。このセミナーでは、活動事例発表の他、聖カタリナ大学社会学部福祉学科助教で、地域福祉を専門とする雑賀正彦先生をお迎えし、地域での支え合い活動についての講演も行われる予定です。コロナ禍も収束に向かいつつあるとはいえ、コロナがもたらした生活習慣の変化は、今だ老人クラブ活動に影響を与え続けており、コロナ前の水準に回復するには、まだまだ時間がかかると思われますが、他者と触れ合う機会を増やし、コロナ禍の友愛活動スタイルを模索しつつ、まずは、できることから無理せず活動を進めていただければと思います。

### 県老連の役員交代がありました

各市町老連役員の交代に伴い、愛媛県老連役員が下記の通り選任されました。老人クラブは、会員の減少や財政状況等大きな課題を抱えておりますが、会員の皆様の格別のご支援、ご協力をお願いします。

役員名簿		令和6年1月1日現在	
役員名	氏名	所属	
会長	鶴本好福	松野町老連会長	
副会長	中村恵美子	松山市老連会長	
常務理事	奥田幾世	愛媛県老連女性委員長	
理事	大西範幸	愛媛県老連事務局長	
評議員	近藤博昭	今治市老連会長	
	岡本正満	四国中央市老連会長	
	東野正史	八幡浜市老連会長	
	三浦光一	東温市老連会長	
	平野宜照	浜市老連会長	
	田坂勝彦	西予市老連会長	
	曾我部壽恵廣	今治市老連副会長	
	津國 勉	西条市老連会長	
	安永 勉	松山市老連副会長	
	丸山 淳	久万高原町老連会長	
	今井公昭	松前町老連会長	
	山本良一	砥部町老連会長	
	本田裕明	宇和島市老連会長	
	坂田 論	大洲市老連会長	
	大塚生男	内子町老連会長	
	菊池吉峰	伊方町老連会長	
	井上征広	鬼北町老連会長	
	越智美智子	愛媛県老連女性副委員長	
	福本直代	愛媛県老連女性副委員長	
	山本泰士	県社協常務理事	
	喜安 久	前伊予銀ビジネスサービス(株)	
若手委員長	宇和川 伴典		

### 愛媛県老連健康づくり大学校開催

今年度の健康づくり大学校も、昨年度同様セミナー形式での実施となりました。会場を東中南予の3か所に分けて前年度より1日多い5日間の日程にしました。

内容も、健康づくり総論、レクリエーションや運動、食や薬の話、オールフレイルの予防と、様々な分野の先生にご講義をいただくのももちろんのこと、前年度まではできなかった、皆で声を出して歌う講義も取り入れました。皆

さん大いに歌って笑って、楽しい時間を過ごされたようです。47名の受講生の皆さんからは、たにめる有意義な大学校でしたと、ありがたいお言葉もいただきました。ここで学んだことを今後ご自身の健康づくりにぜひ役立てていただきたいと思います。短い日程での大学校開催となりましたが、受講生の皆さんありがとうございました。

健康づくり大学校の開催に、準備や練習に明け暮れ、あるいは当日の滞りない運営のために、総力を挙げて取り組んだ地域文化伝承館において、会員の皆さんにも、その姿が刻まれますと共に、老人クラブという存在やその活動を、強く印象付けたことでしょう。(C)



### 訃報 鈴木英次県老連副会長 ご逝去

新居浜市老人クラブ連合会鈴木英次会長(享年84歳)におかれましては、去る令和5年10月19日ご逝去されました。鈴木会長は、平成30年に新居浜市老人クラブ連合会の会長に就任後、令和4年に愛媛県老人

クラブ連合会の理事となり、令和5年からは副会長として、当連合会の運営に積極的にご尽力され、長きにわたる老人クラブの発展に寄与されました。ここに、心から哀悼の意を表します。

### 事務所のひまぎ

明けましておめでとうございます。令和5年度版「愛媛県老連だより 歳遊記」を皆様にお届けいたします。本年もよろしくお願いたします。新型コロナウイルス発生から4年、新型コロナウイルス感染症の位置づけが、季節性インフルエンザと同じ「5類感染症」に引き下げられたこと、抑制された人流も経済活動も正常化しつつあり、コロナとの闘いもようやく終わりが見えてきたようです。

ただ老人クラブに関しては、閉じこもり期間が長かっただけに、コロナ禍が高齢者である会員の皆様に与えた影響ははかりしれません。クラブ活動がどの程度回復しているのか、もとの活力を取り戻せるのか、心配の種は尽きません。一万、昨年は「ねんりんビックル愛媛のえひめ2023地域文化伝承館」の開催に向け、老人クラブが総力を挙げて取り組んだ感涙の1年でもありました。準備が本格化した一昨年からは、準備や練習に明け暮れ、あるいは当日の滞りない運営のために、総力を挙げて取り組んだ地域文化伝承館において、会員の皆さんにも、その姿が刻まれますと共に、老人クラブという存在やその活動を、強く印象付けたことでしょう。(C)