

ひろしま  
2024  
66号 通刊  
112号

# 市報連

— 広島市老人クラブ連合会 —



発行所/公益財団法人広島市老人クラブ連合会 広島市南区松原町5番1号 E-mail / yuai@rouren.city.hiroshima.jp HP / http://www.rouren.city.hiroshima.jp  
 発行人/高橋 博 電話/082-207-3850 FAX/082-207-3860 編集協力/株式会社 博報社 大阪市喜連西4-6-69 電話/06-6797-0212

## 広島市老人福祉大会開催!! ~広島文化学園HBCホール~

4年ぶりに開催、多くの方が集う素晴らしい大会となりました。



※広島市老人福祉大会の詳細に関しては中ページでも掲載しています。ご覧ください。

「活かしながら生きる」



広島市老人クラブ連合会  
会長 高橋 博

新年の御挨拶を申し上げます。

新型コロナウイルス禍もようやく沈静化の兆しが見え、様々な物事が以前のように戻りつつありますが、私達高齢者は、引き続き十分注意をしていただきたいと思えます。さて、人生時間には限りがある

ります。高齢者にとっては、残された時間がより貴重になっている事でしょう。元来人は社会的存在だと思えますので、その大切な時間を使って、自分を始め周りの人や組織を、そして時や場や様々な物事を、活かしていただく事をご提案いたします。それぞれが持てる力を発揮できるのは、喜ばしい事ではないでしょうか。

ところで、人類は言葉を生み出しました。人は言葉を認識して行動を起こします。そこで私は、良い言葉・ポジティブな言葉を選んで生きる事が重要ではないかと思っています。それでは皆様の御清祥を祈念申し上げます。年頭の御挨拶とさせていただきます。

年頭の御挨拶



広島市長 松井 一實

明けまして

おめでとうございます。

広島市老人クラブ連合会の会員の皆様には、健やかに新しい年を迎えられたこととお喜び申し上げますとともに、旧年中は

市政へ深い御理解と御協力を賜り、心から感謝申し上げます。さて、本市では、高齢者の誰

もが住み慣れた地域で、それぞれに役割を果たしながらお互い

に支え合い、いきいきと安心して暮らせる持続可能な地域社会の実現を目指しています。その実現のためには、公的機関の援助による「公助」に加え、自発的に自身の生活課題を解決する「自助」や、それぞれが抱える生活課題をお互いが解決し合う「共助」の取組が重要になります。

本市がこうした取組を進めていく上で、老人クラブの皆様が、地域で長年にわたり高齢者の生きがいや健康づくりを推進しておられることを大変心強く思っています。

本年も、「健康・友愛・奉仕」を柱に、様々な地域活動に取り組みられるとともに、本市行政へのお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています


第40回



高橋 博 市老連会長



松井 一寛 市長



母谷 龍典 市議会議長

令和五年度 広島市老人福祉大会 表彰一覧

広島市長表彰

○老人クラブ  
優良老人クラブ表彰



南観音四ツ葉会(西区)  
青崎二丁目青寿会(南区)  
緑ヶ丘町内みどり会(安佐南区)  
シニアクラブ芙蓉会(佐伯区)

老人クラブ

育成指導功労者表彰



佐藤 允俊(東区)  
谷本 合一(東区)  
井唯 瑞彦(佐伯区)  
江藤 和彦(佐伯区)  
西川 國昭(佐伯区)

広島市老人クラブ

連合会会長表彰

○永年勤続表彰

単位老人クラブ会長

在任7年以上

津村 征志(中区)  
田中 博美(中区)  
谷口 忠臣(東区)  
竹本 保(東区)  
富田 宏治(東区)  
木村 光(南区)  
岩室 静範(安佐南区)  
毛利 公昭(安佐南区)  
谷川 正徳(安佐南区)  
原田 光治(安佐南区)  
櫻田 憲二(安佐北区)



特別表彰

単位老人クラブ会長

在任20年以上

坂井 俊二(中区)  
前田 啓雄(南区)



貞網 勉(安佐北区)  
植田 守雄(佐伯区)

表彰された皆様受賞おめでとうございます!



※活動賞受賞3クラブの記事を6ページに掲載しています。



活動賞

平原上第一一心会(安芸区)  
矢野第5地区老人クラブ(安芸区)  
東観音台熟年会(佐伯区)

全国老人クラブ連合会 会長表彰

○育成功労表彰  
山本 良廣(西区)  
河内 幸三(東区)  
○優良老人クラブ表彰  
長東長寿会連合会(安佐南区)  
銚取老人クラブ(安芸区)

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Table with 4 columns and 2 rows, currently empty.

各地区がこの日の為に練習を重ねてきた演目を披露しました!

## 老人福祉大会開催!!

市老人福祉大会



桂 花團治さん



記念講演「街角に生きる笑いの力」



井唯一 瑞彦 副会長

佐伯区【楽々園学区シニアクラブ連合会明星会】



東区【牛田地区老人クラブ連合会】



安佐北区【可部地区老人クラブ連合会女性部】



中区【白島学区老人クラブ連合会】



安佐南区【上中調子万年青年会女性部すずらの会】



南区【翠町学区老人クラブ連合会】



西区【己斐学区老人クラブ連合会よつば会】



令和五年九月七日(木)、広島文化学園HBGホールにて広島市老人福祉大会が四年ぶりに開催され、一〇〇〇人を超える参加者で大いに盛り上がりしました。  
大会では、これまで老人クラブに貢献された皆さんへの表彰をはじめ、落語家桂花團治さんによる講演「街角に生きる笑いの力」、そして芸能発表では、会員の皆さんが大きな舞台で日頃の練習の成果を存分に発揮されました。  
昨年来れなかった方も含め、今年はずいぶん老人福祉大会でお会いしましょう!

### 白寿おめでとう ございます

- 竹本 恒子 (白島)
- 平藤 歌子 (幟町)
- 山城知恵子 (千田)
- 佐々木千鶴子 (千田)
- 弘法 愛子 (千田)
- 平田登茂子 (吉島)
- 山下 淑江 (吉島)
- 加戸川鳴美 (青崎)
- 灘本 幸雄 (比治山)
- 水成 房恵 (古市)
- 杉原 桃香 (安東)
- 若本シズコ (安西)
- 内田富貴子 (長束)
- 熊谷 光代 (長束)
- 石田恵美子 (戸山)
- 佐伯 淑子 (志屋)
- 永井 民子 (高南)
- 岡田 久子 (高南)
- 世羅ユキノ (高南)
- 山根セツ子 (三田)
- 秋本美和子 (口田東)
- 村谷 徳男 (口田東)
- 谷本 花子 (三人)
- 倉本 初枝 (可部南)
- 古廣シズエ (亀山)
- 植田サダコ (久地)
- 高山 可笑 (矢野)
- 小谷ヒサコ (矢野)
- 重本 照雄 (矢野)
- 岡 澄子 (八幡)
- 板倉ミツ子 (八幡)
- 楠 トシ子 (美鈴が丘)
- 向井ヒデ子 (五日市観音)
- 免田 保江 (五日市観音)
- 数村 悟 (五日市観音)
- 西岡カズエ (観音西)
- 吉本 篤夫 (東観音台)
- 三村 正子 (東観音台)

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています




広島市老人クラブ連合会の各区の活動

積極的に行われている  
各区の活動を紹介します!

安芸区の活動投稿

あんさんぶる七のおと 教養講座

安芸区矢野第3地区老人クラブ  
会長 伊藤 操



大切なあなたに優しい音楽をお届けしたいの思いで「あんさんぶる七のおと」コンサートを行いました。音大時代の同級生を病気で亡くしたことをきっかけに、二〇一六年に「あんさんぶる」を結成。病氣と闘っている方々やご家族の皆様

様に優しい時間をお届けしたい思いで、病院、緩和ケア、などのボランティア演奏をはじめチャリティコンサートを行う。西日本豪雨災害により被災した矢野幼稚園に二〇一九年にハナミズキを寄贈。植樹イベントにてコンサートを行う。

CD「優しい時間」をリリース。収益金はヘアドネーションや広島県の災害復興のために寄付しています。二〇二一年十一月には、フルート、オーボエ、コントラバス、キーボード、キーボード&カホンの五名の演奏で、名作映画音楽メドレー「ムーミンリバー」ひ



教養講座 あんさんぶる七のおと 於 矢野福祉センター

南区の活動投稿

G7広島サミットと宇品西地区老人クラブの支援活動について

宇品西地区老人クラブ連合会  
会長 中原 健治



宇品西地区老人クラブ連合会 中原会長

昨年五月十三日から三日間、元宇品町で開催されたG7広島サミットにおいて、地元では総力を

挙げ協力し、滞りなく終えたことはいまだ記憶に残っています。当時、サミット開催に当たって、入域制限や交通規制、電

人クラブの情報連絡網を生かし正確かつスムーズに伝達することができ、地域活動が思いがけず役に立ちました。そして皆さん色々な制限に対し苦情一つ言わず遵守しました。また、おもてなし活動



会所内で平素手が届かない場所や周辺の清掃活動、そして電気、ガス、水道の部品点検、取り換え等を行い、少しでも快適感を味わっていただく活動を行いました。これらのボランティア活動は中国新聞(五月三日付)にも取り上げられこの度、広島県警から感謝状が下付され、老人クラブ員一同平素味わうことのできるボランティア活動後の達成感、充

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています




安佐北区の活動投稿

手作り熊手、竹ぼうき寄贈

安佐北区老人クラブ連合会 関川福寿会  
会長 永井 俊之

手作り熊手、竹ぼうきを平和公園に二十四年間、広島市へ寄贈を続けております。私達のグループは安佐北区白木町、関川福寿会の仲間で作成しております。原爆で亡くなった人達を慰霊する為に二〇〇一年から作り始め今日に至っております。熊手作り、竹ぼうき



作りは、寒さがしみる二月上旬にトラックに乗って、竹を取りに行く事から始まります。我が家の納屋に六十代から八十代の仲間、十人が集まり二十日間ぐらい作り続けます。最初は三人で作り始め、手伝いたい

と言う仲間が徐々に集まり、気付けば二十四年がたちました。小さな掃除道具には、平和への願いがこめられております。現在は朝八時から弁当持参で、木炭ストーブを囲んで夕方迄作業しております。これから先、年を取って作れなくなる日が訪れても、きっと誰かが後を継いでくれるだろう。広島シンボルである平和公園で、これからも掃除をしてもらいたらありがたいです。



私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています



東区の活動投稿

東区老人クラブ連合会 活動状況

東区老人クラブ連合会 副会長 佐藤 光明

新たな活動として始まったウォーキング

東区老人クラブ連合会は十一月(地)区、単位クラブは四十四クラブの規模で活動しております。役員は会長、副会長二名、女性部長、監事二名、理事八名での組織構成です。それぞれコロナ禍においても、工夫を凝らした活動を継続しております。全体の活動参加者人数の動向として、減少傾向にあるとの報告が聞かれます。現行の活動継続が難しくなるような単位クラブも出てくる事が予想されます。現在会員

ではあるが、活動参加されていない方の啓発と、新規会員の獲得の為に新しい例会を企画実施して行く必要があると思われまます。十一月のスポーツ大会も、ニュースポーツを主体に実施してきましたが、年々参加者が減少の傾向にある為、今年は新しくウォーキングを実施する事に決まりました。いつでもどこでも誰でも歩く事は出来ます。生活を営む上で歩行は必要不可欠な基本です。ただ、やみくもに歩けば良いと言う訳ではありません。特に高齢になれば歩く姿勢が問題になってきます。ウォーキングをしたば

かりに膝を悪くした、腰に違和感が出て来たとか、体を痛める逆効果になってしまいます。それで広島県ウォーキング協会の協力を得て、正しい歩き方の指導を仰ぎながら、今回は二葉の里七福神巡りを企画いたしました。歴史的にも広島の変遷を色濃く反映している神社仏閣です。各広島城主が北東の鬼門に位置する二葉の里に、神社仏閣を建てて結界を張り、城内に邪気が入るのを防いだとされています。

ウォーキングの集場所は、広島駅から歩いて五分位の位置に公園があり、近くに数百台規模の駐車場がある。この公園をスタートゴールにして、七箇所の神社仏閣を周回コースで四キロ、フリーウォークで巡ってもらいました。安全対策として広島県ウォーキング協会の方々に、先頭にコースリーダー、最後尾にアンカーとして同行してもらい、負傷者、故障者の対応をお願いしております。また、万が一の為傷害保険にも加入しています。東区老連としては、初めての試みであり、初冬の快晴の下、総計五十五名の方々に二葉の里歴史の散歩道を七福神巡りしながら、事故もなく無事に歩いていただきました。


全国老人クラブ連合会  
会長表彰『活動賞』受賞クラブ紹介

各活動受賞クラブの皆様、  
この度の受賞大変おめでとうございます

平原上第一一心会  
(安芸区中野東学区)



平原上第一一心会は、グラウンド・ゴルフ、地域への友愛活動を定期的な取組の中心にすすめています。グラウンド・ゴルフでは、週二回の練習、月一回の例会に加え、年一回、一心会が主催となって大会を開催しており、健康維持を目指すとともに、会員相互が楽しみ、笑いの絶えないクラブとなっています。友愛活動では、一人暮らしの会員宅の訪問、公園の清掃など、定期的な活動を通じて地域に貢献しています。

矢野第五地区老人クラブ  
(安芸区矢野地区)



矢野第五地区老人クラブは、二つのサークルが積極的な活動を行っています。矢野いきいき体操クラブでは、「100歳まで元気で生きよう!」を合言葉に、週一回、百歳体操(広島県民体操、高知県民体操、カープ体操)を行っています。歌おう会では、公民館での月例会に向け、唄と踊り(矢野音頭、それゆけカープ、二宮金次郎)に取り組

シニアクラブ熟年会  
(佐伯区東観音台地区)

「コロナ禍で低下した健康や他人とのつながりを一刻も早く取り戻そう」と、地域コミュニティと一体となった活動に取り組んでいます。仲間づくりでは、健康づくりの柱となる「会員の増強」を、地域の共通課題として、まちづくり協議会・町内会・社協などに働きか

けて「入会おすすぬ運動」を展開。一年間で、十八名の新規加入があり、会員数は百名の大台を頂きました。交流活動では、「銀河クルーズ船周遊会」で六十六名参加・町内会と連携した「こっかんカフェ」・友愛声かけ訪問や、「カラオケ・合唱部」の再開など、コロナ前の元気取戻しにまっしぐらです。



第三十五回全国福祉祭えひめ大会 ねんりんピック



グラウンドゴルフ会場の選手達

ねんりんピックが十月二十八日〜三十一日に愛媛県で開催され、広島市からは二十四種目、約一六〇人の選手団が派遣されました。市老連 高橋会長は、広島市の団長として選手団を率い、文化財団職員や市老連 三浦主任とともに、各地の競技会場を回って選手を激励しました。市老連大会を勝ち抜いたグラウンド・ゴルフ、ペタンク、囲碁・将棋の選手た



ちも、各地で熱戦を繰り広げ、上位入賞を果たした選手もいらつしました。来年の大会は鳥取県で開催されます。ねんりんピックを目指して市の大会でも力が入ることでしょう。

新年あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお祈りします

広島市老人クラブ連合会 役員一同

- 会長 高橋 博
- 副会長 井唯 瑞彦
- 常務理事 藤井 伸朗
- 理事 佐々木 睿
- 評議員 坂井 俊二
- 事務局 藤井 伸朗
- 監事 清水 兼彦
- 伊藤 操
- 山田 真澄
- 新宮 勝哉
- 秋山 元子
- 遠藤 哲亮
- 松尾 治雄
- 永井 俊之
- 綿谷 淑子
- 藤井 靖
- 廣藤 武士
- 満田チエコ
- 山本 良廣
- 長瀬 正勝
- 溝広 好子
- 吉島 稔
- 島山 朝子
- 清水 兼彦
- 上橋 渡
- 伊藤 操
- 兼重 璋夫
- 佐藤 允俊
- 角田 寿男
- 大和 充子
- 前川 信義
- 山田 真澄
- 新宮 勝哉
- 秋山 元子
- 遠藤 哲亮
- 松尾 治雄
- 永井 俊之
- 綿谷 淑子
- 藤井 靖
- 廣藤 武士
- 坂井 俊二
- 藤井 伸朗
- 三浦 宏昌
- 高本 雪乃
- 宮田 加代
- 佐々木 睿
- 兼重 璋夫
- 佐藤 允俊
- 角田 寿男
- 大和 充子
- 前川 信義

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています


知っていますか？ 循環器病対策基本法について

団塊の世代が後期高齢者に突入する二〇二五年には六十五歳以上の人口は三十%に、七十五歳以上の人口が約十八%に至ります。団塊の世代ジュニアが六十五歳を迎える二〇三五年にはさらに高齢化率が上昇すると推定されています。国民皆保険制度のもと、世界でも有数の長寿社会を実現してきた日本においては、平均寿命の延伸と高齢化の進行で大きな問題に直面しています。その第一は、平均寿命と健康寿命の乖離で、第二は高齢化に伴う医療費の増加です。平均寿命とは〇歳における平均余命のこと、健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活出来る期間を指します。二〇一九年の段階で男性平均寿命は約八十一歳、

等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法(循環器病対策基本法)を二〇一八年十二月に成立させ、二〇一九年十二月から施行しています。この法律では、「循環器病の予防や正しい知識の普及啓発」「保険、医療及び福祉に係るサービスの提供体制の充実」及び「循環器病の研究推進」の三つの目標を達成することにより、「二〇四〇年までに三年以上の健康寿命の延伸及び循環器病の年齢調整死亡率の減少」を目指すことを目標としています。その具体的対応は都道府県毎に都道府県循環器病対策推進基本計画が策定され、地域の事情に応じた脳卒中、循環器病対策が遂行される予定となっており、現在は広島県を中心に政策が実施されています。

Stroke Centre : PSC)を選定し、患者さんを救急隊によって常に適切な医療機関へ搬送する地域脳卒中診療体制を確立し、迅速で適切な診療を住民の皆様様に提供する体制を構築してきています。また、予防の観点から加齢に加えて生活習慣の歪みや高血圧などの危険因子について県民に広く啓蒙する機会を増やし、講演会や地域での勉強会等を積極的に行う予定としています。

循環器病に関しては、急性心筋梗塞患者さんへの、適切な緊急治療の体制構築を徹底し、広く県民が急性期治療を受けられるようにしています。また、急性大動脈解離、大動脈破裂、下肢閉塞性動脈硬化症への急性・慢性期対応も十分に治療提供できる体制構築を急いでいます。また、脳卒中同様に予防の観点から、県民皆様に広く病気の啓蒙を行う機会を提供する体制構築を急いでいます。脳卒中、

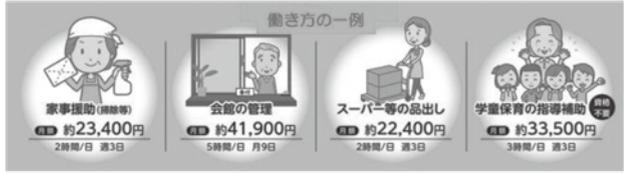


広島市立広島市民病院 循環器内科部長 西岡 健司

シルバー人材センターに入会してお仕事しませんか！

シルバー人材センターでは、男女を問わず多くの会員が、仕事を通して活躍しています。仕事には様々なものがあり、希望や能力に応じて就業することができます。

まずは入会して新しいことに挑戦してみませんか。市内在住の60歳以上の方ならどなたでも！くわしくはホームページで



公益社団法人 広島市シルバー人材センター https://silver.hiroshima.jp

広島市中区西白島町 23-9 082-223-1156 8:30~17:15

出張教室伺います☆ 広島市内 どこでも



特定非営利活動法人コーチズ info@npocoaches.net TEL 082-521-4446

いつでも気軽に、我が家のように

メリィハウス西風新都では健康維持やリハビリ強化をご希望されるフロアを備えています。長期のご入居はもちろん、短期の宿泊も可能です。



介護予防! リハビリ強化! 短期利用OK! 0120-468-800

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Table with 4 columns and 2 rows, likely a contact or membership information table.

## 広島市老連の事業報告

会員の皆様の楽しい活動の様子を集めました!

表彰された皆さん揃って笑顔で集合写真。おめでとうございます!



### グラウンド・ゴルフ大会

日時/十一月十六日(木) 会場/千田公園グラウンド 参加選手/九十五名

#### 【大会結果】

- 優勝 中村 千晴(中区)
  - 準優勝 加茂 広幸(中区)
  - 三位 木村 忠雄(中区)
  - 四位 鶴野 信行(南区)
  - 五位 藤本 一成(東区)
  - 六位 新井 満(中区)
- 紅葉の季節、各区の大会を勝ち抜いた精鋭たちが集まり腕を競い合いました。



笑顔で記念写真 優勝チーム 五月が丘チーム



### ペタンク大会

日時/十月十九日(木) 会場/新牛田公園  
園参加選手/四十八チーム一五二名



#### 【大会結果】

- 優勝 五月が丘C
  - 北村、大迫、西山(佐伯区)
  - 準優勝 中島A
  - 番匠、和田、澤井(中区)
  - 三位 祇園・長
  - 長尾、長尾、平垣内(安佐南区)
  - 四位 江波
  - 秋月、三宅、大道(中区)
- 秋晴れの下、各区大会を勝ち抜いた代表チームの選手たちが、この時期にCSを戦っていたカーブと同様、熱戦を繰り広げました。



### 会員投稿

文化活動をされている会員の皆さんの作品を募集します!

絵画、写真、書道、生花など日頃の文化活動を通じた作品を写真に収め、市老連に送ってください。応募の際は、会員の氏名、所属老人クラブ、エピソード(日頃の活動や作品への思いなど)の記入をお願いします。

### 全国俳句大会で

#### 最高賞を受賞

全国俳句大会で最優秀の5句に選ばれました。受賞作は「メモになき鯛焼き二つ 買ひにけり」

おめでとうございませう!

安佐北区倉掛学区 池田 史(おき) 令和五年度

### 広島市高齢者作品展

クロスステッチで刺しました。白孔雀の羽根の微妙な色合いに苦勞しました。



「孔雀と牡丹」

出品者 安佐南区長東学区 峯崎 節子

### ◆編集後記◆

リニューアルから二回目の会報となりますが、今号では、四年ぶりに開催した老人福祉大会の様子を掲載することができました。

これからの「読んでみたくなる記事」、「お役に立てる記事」を心がけながら、各区老人クラブの活動状況や会員の声を集め、編成作業を進めていきます。

また、今回の作品掲載を手始めに、次号からは、皆さんの文化活動を通じての作品を募集したいと考えていますので、どうぞよろしくお願いたします。

広報部員一同

### ご協賛いただいた皆さまへ

このたびは公益財団法人広島市老人クラブ連合会発行の広報紙「市老連」に、広告のご協賛を賜り、厚くお礼申し上げます。

本紙は地域社会に友愛と生きがいを配信し先達の志を継承すべく今後も発行してまいります。引き続きご支援のほどお願い申し上げます。

公益財団法人広島市老人クラブ連合会

私たちは、公益財団法人広島市老人クラブ連合会の活動を応援しています
