

ひろしま  
2024  
67号 通刊  
113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

広島の新たなシンボルが完成!!

## にぎわい創出を担う

地域の担い手として今後の広島を盛り立てる!



中央公園広場内に「EDION PEACE WING HIROSHIMA」が完成(提供:© S.FC)

### 三つの提案



広島市老人クラブ連合会  
会長 高橋 博

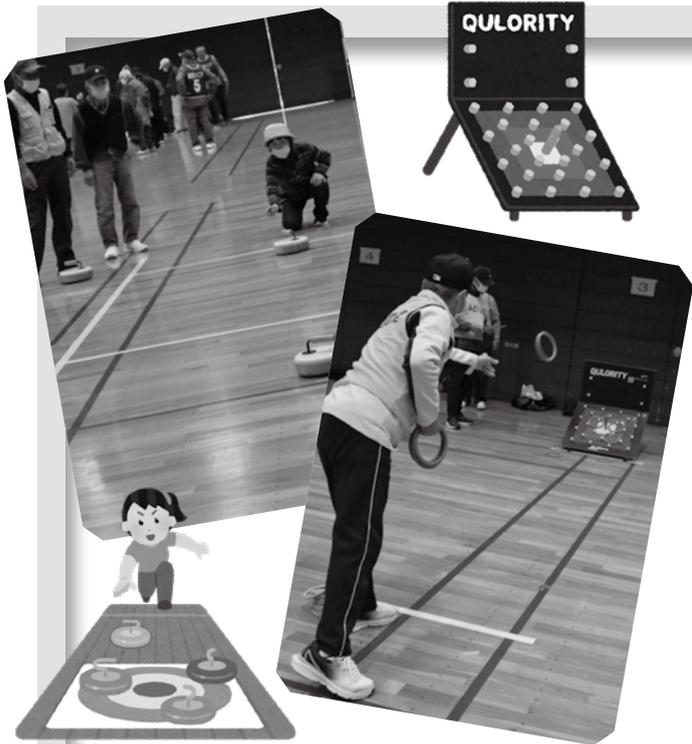
昨年より広島市長さんとの面談や広島市の会合などで、地域コミュニケーションに関連した三つの事柄をご提案して来

ました。  
 ①「JRR可部線の音頭路線化事業の推進」です。可部線は、横川駅から可部駅まで十二駅があり、現在は、安芸長束駅と下祇園駅で、地域の音頭が流れています。今後は、昨年より始まった「ひろしまLMO」を活用して、各地域が最寄りの駅と連携しながら、音頭という文化を活用して、地域社会を盛り上げていこうというものです。実現すれば全国初の広域地域起こし事業とし、広く鉄道ファンも集めて、毎年フラワーフェスティバルに続く、第二の一大イベントを開催するという企画です。

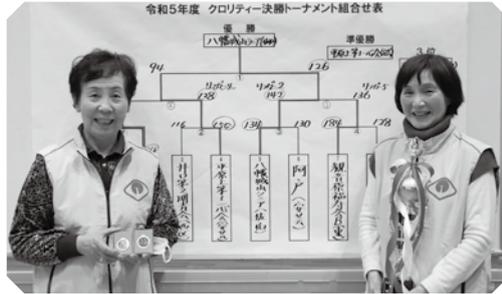
②「地域社会に企業の活力の導入」です。これまで地域社会に企業の活力(会社で働く人々の貢献を含む)を導入する試みは、あまりされて来なかったと思います。今後は、働き方改革も使いながら、様々な形で地域社会に貢献する企業を、社会全体で評価する風土を構築し、誰もが生活する場の地域社会の活性化を図ろうというものです。すでに市では活用の動きが始まっており、大いに期待しています。

③「第三のSOS局新設」です。現代社会は、人々の助けを求める課題が多様化しています。今後は高齢世代を始めとして、单身世帯の増加も予測される中、組織や機関は存在していても、どこに相談したら良いのか分からない人が増えています。そこで一〇番や一一九番に続く「第三のSOS局新設」を提案しました。よろず相談になってはいけません、実現すれば多くの声が寄せられ、たくさんの方が救われるものと推測しています。

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

## 入賞おめでとうございます！



## 第22回 ニュースポーツ交流大会

日時：12月8日(金)  
会場：東区スポーツセンター

- 【フロアカーリングの部】  
参加チーム：24チーム  
優勝 平和台(安佐南区)  
準優勝 矢野(安芸区)  
3位 かるがなすA(安佐北区)  
4位 高陽連合(安佐北区)
- 【クオリティの部】  
参加チーム：24チーム  
優勝 八幡城山シニアクラブ(佐伯区)  
準優勝 平原上第1一心会(安芸区)  
3位 弘徳友遊会(安佐南区)  
4位 観音原福寿会B(東区)

## 女性リーダー研修会

日時：令和6年1月9日(火)  
会場：広島市総合福祉センター  
研修内容：  
(1)情報交換会  
(2)事例発表  
① 南区老人クラブ連合会 ② 安佐北区老人クラブ連合会 ③ 安芸区老人クラブ連合会 ④ 佐伯区シニアクラブ連合会  
(3)グループ討議 参加者 72名



## 新年互礼会

日時：令和6年1月11日(木)  
会場：ホテルメルパルク広島  
4年ぶりに開催しました。松井広島市長、母谷広島市議会議長らをお招きし、市老連会員との懇談で大いに盛り上がりました。



## 指導者研修会

日時：令和5年12月15日(金)  
会場：広島市総合福祉センター  
研修内容：  
演題「心穏やかに過ごすために」  
講師 浄土真宗本願寺派高善寺 住職 武田 正文氏  
参加者：79名



## 区老連幹部研修会

日時：令和6年3月25日(月) 会場：広島市総合福祉センター

- 参加者：73名  
日程：研修報告など
- 中国・四国ブロック老人クラブリーダー研修会
  - 高齢者の健康づくり生活支援セミナー
  - デジタル技術の活用によるフレイル予防
  - 広島サッカースタジアムの整備について

- 報告者/藤井 伸朗(市老連事務局長)  
報告者/井尻 芳信(佐伯区シニア連)  
説明者/松田 貴志(市健康福祉局地域包括ケア推進課長)  
説明者/吉谷 勝美(市都市整備局スタジアム建設部長)



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54回 囲碁・将棋大会

日時：令和6年2月16日(金)
場所：広島市総合福祉センター

囲碁

Table with 2 columns: Rank (優勝, 準優勝, 第3位) and Name (飯田 穆, 吉田 貞之, 高下 直樹, etc.) for A, B, and C groups.

将棋

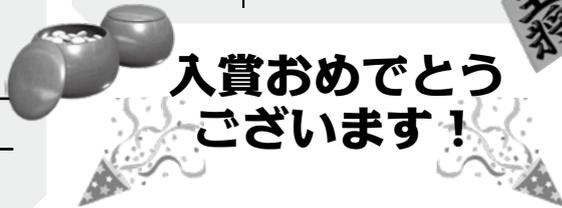
Table with 2 columns: Rank (優勝, 準優勝, 第3位) and Name (貞金 孝明, 柴田 誠也, 前角 富雄, etc.) for A and B groups.



将棋大会の表彰の様子



囲碁大会の表彰の様子



中国ブロック県・指定都市 老人クラブ連絡協議会(広島市)

日時：令和6年4月25日(木)
場所：ホテルグランヴィア広島

中国5県・2指定都市の役職員が一堂に会し、活発な協議・情報交換を行うとともに、親睦会、市内視察等で交流を深めました。広島市老連の主催は8年振りです。



【開催予定】 広島市老人福祉大会

日時：令和6年9月5日(木)
場所：広島文化学園 HBG ホール



※前回の老人福祉大会の様子

※会場確保ができていない行事は、日付を『予定』で表記しています。会場を確保する時点で日程変更となる場合があります。

- 7月 第67号会報発行 (1日)
9月 理事会 (13日) 老人福祉大会 (5日) 全国一斉 「社会奉仕の日」 (20日)
10月 第36回全国健康福祉祭とつとり大会 (19~22日) ペタンク大会 (24日予定)
11月 グラウンド・ゴルフ大会 (14日予定) ニュースポーツ交流大会 (5日) 指導者研修会 (20日)
12月 第68号会報発行 (1日) 新年互礼会 (10日予定)
2月 囲碁・将棋大会 (19日)
3月 理事会 (7日予定) 区老連幹部研修会 (14日) 評議員会 (19日)



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

Large empty table grid for additional information or contact details.

佐伯区の活動投稿



令和六年佐伯区のテーマは「ひまわり」

コロナ前の元気を取り戻そうと、区内各地の「女性部」は、新しい動きに挑戦しています。

太陽に向かって元気いっぱい!

佐伯区シニアクラブ連合会 会長 井唯 瑞彦

認知症の増加に備えて

「女性部有志」



二〇二五年には、八〇歳で五人に一人・八五歳で二人発症すると言われていきます。明日は我が身。

中区の活動投稿



ダーツで遊ぼう

中区幡町地区老人クラブ連合会

会長 西田 信雄

広島市老人クラブ連合会の各区の活動



職老連では、二〇二〇年から「楽々サロン」を始めました。老人のためになる講演会など、年六回行っています。二〇二四年二月は「ダーツで遊ぼう」を行いました。参加者は二十六人、他の学区の人も見学に来られ参加

されました。ほとんどの人はダーツで遊ぶのは初めてでした。専門の人を招いて指導を受けました。最初はなかなか「的」に当たりませんでした。ダーツは二セット準備して、二チームに分かれてゲ

ームをしました。「的」には一点から六〇点までのポイントがあります。思うポイントになかなか当たりません。当たった時の喜びは格別です。楽しい時間を過ごすことが出来ました。ダーツは認知症予防、転倒予防に効果があるとの研究があります。この研究を行う、広島大学の先生が来場され説明をされました。希望する人を募り、研究に参加することになりました。令和六年度は毎月二回ダーツを行います。開始前、三か月後、六か月後に認知機能、身体機能などの測定を行い、効果を調べることにしています。

女性部有志が、包括支援センターと連携した、「発症予防支援体制連携会議」への参画を始めました。

女性が一人暮らしの会員へ誕生日に生け花をプレゼント! 五月が丘シニアクラブ



手づくりのフラワーアレンジメントで「心の支え合い」を深めています。コロナで低下した健康や

女性専科

歩こう会を新設「ごみ拾いウォーキング」で達成感抜群!

あさひ快老クラブ



認知症予防のために、もっと拵げようの声で、「ウォーキング」プラス「ごみ拾い」の歩こう会を新設し、新しい取り組みを始めました。週三回、皆と会っての話が楽しみです。

趣味を楽しみお口を動かす

「おしゃべり会」

楽々園「明星会」



「コロナも落ち着き、「元氣回復を」と、十八年続いた絵手紙教室に、新たに「おしゃべり会」を立ち上げました。歌・トランプ・健康体操など「ワイワイガヤガヤ」自慢の特ダネ情報で、楽しく認知症予防に励んでいます。



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

Table with 5 columns and 2 rows, currently empty.



西区の活動投稿

西区シニアクラブ活動指針

西区老人クラブ連合会 会長 藤田 正博



「健康講座」骨粗しょう症

書を作成の上提出しました。同様に他のクラブ「早起き会」：ラジオ体操で参加者の安否確認も出来るし、一日の規則正しい生活が充実してゐるtopです。

それと、地域づくりの環境として「どんぐり会」は今は男性十名で月一回、第一土曜日夕方、地区の防犯・防災活動として環境美化・リサイクル商品を回収し、地域に少しでも貢献することを目指しています。

また、世代間交流として十年以上地区の小学生への見守り(登下校時挨拶)運動と一年生対象に「むかしあそび会」駒回し・けん玉・おはじき・お手玉・かぶとづくり・紙鉄砲と六種類教えて後日感想文をいただきました。

活動は多彩ですが、単体クラブでの特徴を生かし継続する事が満足し、会員の増加に繋げて行くことが肝心だと一同邁進しております。



「いきいき百歳体操」

令和五年度は、コロナ禍も大分弱まってきましたので、年間の行事は軽スポーツ(グラウンドゴルフ・ペタンク・フロワーカーリング)高齢者に関心のある健康講座・交通案講座など予定通り実施することができました。

民生委員担当者と見守りを兼ねて、健康意識が高いことがわかり「いきいき百歳体操」への参加を促し、当初医学療法士との指導により月三から四回実施したところ「一人くらしの高齢者」「夫婦共高齢者」の十五から二十名が定着した参加となり、公的援助(補助金)がおりてから機材(プロジェクター、DVD)など購入し会員も多少増加に寄与してきました。

今回、地域社会福祉協議会、地域包括支援センターの指導により、従来のカフェ的な活動していた、教室を広島市に正式に「サロン」として年間計画書・収支予算



安佐南区の活動投稿

西風新都と共に歩むA・ナイスクラブ

A・ナイスクラブ 会長 茂木 恵子



私達が暮らす街が安心・安全であるように自助共助を念頭に、毎日の子供達の通学の見守りや月に一度の街路清掃活動を長年継続し、また、自治会と協力し高齢者・一人暮らしの人達への安否確認システムをスタートさせ、種々の困りごとへの対応も進めています。

参加者が楽しめる

行事の企画

役員・幹事は行事がマンネリ化しないよう企画力が問われます。新年交歓会の催し物、バス旅行の行き先

平成六年に開催された広島アジア大会の選手村が現在のAシティマインシオン街ですが、A・ナイスクラブはここに居住する高齢者仲間と構成された老人会です。地元広島県人始め全国各地の出身者が揃い、元気で活発な活動を二十年余り続け、現在一六〇余名の会員を数えます。

地域と共に

私達が暮らす街が安心・安全であるように自助共助を念頭に、毎日の子供達の通学の見守りや月に一度の街路清掃活動を長年継続し、また、自治会と協力し高齢者・一人暮らしの人達への安否確認システムをスタートさせ、種々の困りごとへの対応も進めています。

様々なサークル活動

会員が家から外へ出て趣味を楽しみ、お互いの様子を確かめるサークル活動も積極的に取り組んでいます。現在、グラウンドゴルフ、健康麻雀、カラオケ、コーラス、手芸、ゴルフ、囲碁将棋などの同好会が活発に活動し、将棋は今年市



で盛り上げていきます。

老連の大会に初参加、Bクラスで優勝・準優勝者を出しました。

補助金の活用と収益活動

老人会活動に資金面での苦勞は付いて回ります。市や市老連の補助は活動の大きな支援です。制度を理解し申請し活用して会員の活発な活動に結び付けられるよう努力を続けています。また、老人会で業務委託を受け作業を行ない、地域のお祭りに出店し、種々の飲食物を販売するなど、少しづつですが利益を上げて老人会活動の資金の一助にしています

広報紙で情報の浸透

月に一度、月初に「AN C(A・ナイスクラブの略称)だより」を発行し全会員に配布。前月の行事の様子、役員会の報告、生活上の重要なお知らせ、今月の予定などを会員に連絡し会員相互の認識の共有化と一体感の醸成に努めています。これからも明るく元気なA・ナイスクラブを会員皆で盛り上げていきます。

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

Table with 5 columns and 2 rows, likely for contact information or a list of members.

## 【主な収支予算】

令和6年度収支予算  
(令和6年4月1日～令和7年3月31日)

(単位:千円)

収入の部	
科目	金額
基本財産利息収入	541
広島市補助金収入	50,072
会費収入	1,890
参加費収入	1,801
広告料収入	890
その他収入	151
合計	55,345

(単位:千円)

支出の部	
科目	金額
公益目的事業1(公1)	18,597
公益目的事業2(公2)	8,914
公益目的事業3(公3)	1,241
公益目的事業4(公4)	7,531
その他事業費	15,965
管理費(法人会計)	2,677
予備費	420
合計	55,345

※人件費等の共通経費は公1～公4各事業へ按分計上

## 令和6年度 区別クラブ数・会員数の状況

6月1日現在

区	クラブ数	クラブ数増減	会員数	会員数増減
中	64	0	2,771	▲73
東	39	▲5	2,182	▲339
南	47	▲3	2,734	▲225
西	23	▲2	1,433	▲155
安佐南	61	▲8	4,390	▲587
安佐北	63	▲5	4,995	▲608
安芸	21	0	1,276	▲18
佐伯	35	▲2	2,592	▲203
合計	353	▲25	22,373	▲2,208

※会員増強に取り組み仲間を増やしましょう!

### 事業計画

【重点事項】

- 健康づくり、介護予防活動の推進
- 友愛活動等社会奉仕活動の推進
- 老人クラブ会員の加入促進、老人クラブ組織の強化
- 高齢者のリーダー育成
- 区・学区(地区)老人クラブ連合会及び単位老人クラブ活動の支援

【新役員について】

任期満了に伴い、令和6年度定時評議員会において評議員、理事・監事が選任されました。引き続き、新理事による理事会を開催し、会長、副会長、常務理事を選任しました。

なお、任期は評議員が四年、理事・監事が二年です。

## 【主な実施事業】 (単位:千円)

区分	主な事業名	予算額
公益目的事業1(公1) 高齢者の健康づくり、介護予防及び生きがいづくり推進事業	・健康増進教室	7,379
	・スポーツ大会等	4,141
	・学区(地区)老連健康づくり支援事業	988
	・体力測定	205
公益目的事業2(公2) 高齢者の支え合い、社会奉仕、ボランティア等地域を豊かにする活動推進事業	・高齢者相互支援友愛活動事業	2,675
	・ひとり暮らし老人等健康交流事業	1,541
	・社会奉仕活動事業	925
公益目的事業3(公3) 高齢者地域リーダー育成推進事業	・市・区老連指導者研修会	329
公益目的事業4(公4) 広報、情報提供、普及啓発推進事業	・広島市老人福祉大会	2,579
	・市・区老連会報	389
その他事業 老人クラブの支援及び連絡調整、老人クラブの普及育成、会員の加入促進等老人クラブ活動の推進事業	・区老連職員雇用、事務局運営費助成	11,002
	・全老連セミナー等派遣	1,389
	・老人クラブ加入促進対策事業	526
	・会員増強クラブ等特別報奨金	496

### 色々な取組みを行います

私たちと一緒に広島市老人クラブ連合会の活動への協力をよろしくお願いします。

伊藤 操	上橋 渡	監事	清水 兼彦	島山 朝子	吉島 稔	杉山 貴世美	秋山 訓次	満田 チエコ	藤田 正博	秋山 恵子	村上 壽孝	佐藤 光明	谷本 合一	佐々木 睿	理事	藤井 伸朗	常務理事	井唯 瑞彦	高畑 太郎	堂本 澄子	副会長	高橋 博	会長
廣藤 武士	藤井 靖	中尾 正徳	渡邊 礼一	河野 敏弘	秋山 元子	新宮 勝哉	山本 良廣	渡辺 好造	前川 信義	角田 寿男	佐藤 允俊	兼重 瑠夫	坂井 俊二	評議員									

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


## 住まいや暮らしの相談窓口

### 〈ひろぎん〉

# 生活

## パートナーサービス

●本サービスは〈ひろぎん〉に口座をお持ちの個人の方がご利用いただけます。  
●本サービス対象エリアは広島県です。



住まいの防犯を強化したい!



不要品を処分したい



ハウスクリーニング



庭木のせん定・除草

〈ひろぎん〉生活パートナーサービスは、暮らしの中のさまざまな悩みやお困り事に対し、安心して相談できるパートナー企業をご紹介します。

▶▶▶ まずはお電話ください!

〈ひろぎん〉生活パートナーサービス[受付ダイヤル]  
バンク パートナー

## ☎0120-89-8107

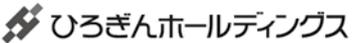
【受付時間】平日 / 9:00~17:00

手数料  
入会手続  
**不要**

(2024年4月30日現在) [2404]



未来を、ひろげる。



### 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おります。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!

介護付きホーム(介護付有料老人ホーム)・住宅型有料老人ホーム

## メリィハウス西風新都 ☎0120-468-800

〒731-3167 広島市安佐南区大塚西3丁目2-9 tel:082-849-2750 (r) fax:082-849-2754

## 広島市高齢者作品展

### ～達人たちの夢2024～

開催：9月7日(土)～9月14日(土) 8日間  
午前10時から午後5時まで  
会場：合人社ウエンディひと・まちプラザ  
(まちづくり市民交流プラザ・中区袋町6番36号)

内容：  
①作品展(日本画・洋画・書道・写真・工芸・手芸)  
期間中：  
②令和5年度入賞作品の写真パネル展【期間中】  
③演奏会、似顔絵コーナー等9/7(土)  
④協力団体展示9/13(金)～9/14(土)

過去の展示会の様子

日頃の創作活動の成果、公募作品約200点を展示します。「人生の達人」の皆さんの、心あたたまる力作をぜひご覧ください。入場無料。

- 作品を募集  
同展の応募作品を募集しています。詳しくは、公民館等で配布している作品募集案内をご覧ください。申込締め切り：7月31日(休)必着
- 問い合わせ先  
(公財)広島市文化財団 ひと・まちネットワーク部管理課内 広島市高齢者作品展実行委員会  
事務局：TEL 082-541-5335

## 出張教室伺います☆

広島市内 どこでも





COACHES 特定非営利活動法人コーチズ

info@npcocoaches.net  
TEL 082-521-4446

ホームページ QRコード

## シルバー人材センターに入会して お仕事しませんか!

入会初年度 会費無料!! (再入会を除く)

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! 詳しくはホームページで!

働き方の一例



家事援助(180分)

約23,400円  
2時間/日 週3日



会館の管理

約41,900円  
5時間/日 月9日



スーパー等の品出し

約22,400円  
2時間/日 週3日



学童保育の指導補助

約33,500円  
3時間/日 週3日

※上記事例は令和5年度のものです

公益社団法人 広島市シルバー人材センター  
広島市中区西白島町23-9 ☎082-223-1156  
【営】8:30～17:15  
【休】土・日・祝  
【HP】https://silver.hiroshima.jp  
【mail】hirosima@sjc.ne.jp

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


員投  
会投

西区竜王町の  
竜王公園からの眺望



西区竜王町の竜王公園、平成三年六月(一九九一年)開演、広島市中心部(紙屋町)から車で十五(二十分)くらい、太田川放水路(旧太田川)にかかる竜王橋を渡り、己斐大迫方面を目指しS字の坂道を約一キロくらい上がると、管理センター(標高一〇〇メートル)があり、駐車場(二十〜五十台)各エリアにあり、四季を通してスポーツや家族づれで楽しめるテラス(段丘)状の公園です。大きく三つのテラスにまたがって有料スポーツ施設(テニスコート、エスキーテニス、ソフトボール場、野球場)があり、また多目的広場、複合遊具や砂場、ファミ



藤田 正博  
西区シニアクラブ連合会

リー広場などがあり、一番高いところにある野球場(標高一四〇メートル)から広島市内中心部の高層ビル、令和六年二月にできた「新サッカースタジアム」を配下に見え夜景も素晴らしく一望できます。この最上部(標高一四〇メートル)何と云っても人気は、ここ西から東の方向の山際から登る「日の出」観察できることです。毎日来て拝む人、月始めに一日に来る人と様々ですけど、一番多いのは正月元旦の日報道陣を始め、多数の方が押し寄せて「初日の出」の参拝や撮影をする人が主流となっておりますので、是非機会がありますたら一度お出かけ下さい。

員投  
会投

私のお気に入りの写真



重の塔との構図に思わずキレイ!と感動した思い出がよみがえります。もう一枚は大朝の天狗シデを撮った後、臥竜山へ行った時の事です。

私の趣味が写真になったきっかけは、十年前に写真ツアーの広告を見て参加してみようかと思っただけが始まりました。主人の形見のフィルム式の高級一眼レフのカメラが眠って居るのを思い出したからです。使ったことは全くなかったのですが見よう見まねで写真を撮りまわりました。その後、公民館で写真クラブ風の会があることを知り早速入会。風の会では皆さんデジタルカメラを使われており私も慌てて購入したので思い出します。今回お気に入りの写真として提出させていたのは、宮島の五重の塔と桜。ちょうど満開の桜に出会い青空をバックに桜の幹を額縁に見立てて撮った構図です。穏やかな日差しの中、桜と五

古巨木に生えている苔が朝方の雨で今までに見たこともない色鮮やかな緑色に感嘆しシャッターを切りました。雨上がりの後の日だからこそ見ることができた千載一遇の光景だったと思います。天候・季節・時間・立ち位置などの条件が揃わないと感動する光景にめぐり合いません。残りの人生で後何回、感動に巡り合えるか期待を込めて定期的に各地へ遠征しています。



二葉の里地区老人クラブ  
連合会 松永 順子

◆編集後記◆

新サッカースタジアムが「街なか」に完成し、県内外から多くの観客が訪れています。広島駅周辺では、駅ビルや路面電車立体化の工事が順調に進んでおり、広島はこれから益々にぎわっていくことでしょう。楽しみですね。今号も各区老人クラブの活動報告、各種大会・研修会など、皆さんの生き生きとした様子を掲載することができました。最終面の「会員投稿」も常時募集していますので、素敵な作品や情報をふるって寄ってください。

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続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
