

岐阜県
老連
機関紙

飛水ぎふ

第94号

第62回 飛水クラブぎふ大会

令和5年12月8日(金)、第62回飛水クラブぎふ大会が、土岐市文化プラザ サンホールにおいて開催されました。県下各地から老人クラブ会員・関係者約700名の参加がありました。

開会のことばで始まり、国歌斉唱、物故者に対する黙祷が捧げられた後、主催者を代表して木村一義飛水クラブぎふ会長が、「コロナ禍により、社会全体の活動が制約され、私たちのクラブ組織にとっても、減少傾向にあった会員数に拍車がかかり、過去にない減少数となり、クラブ活動に大きな影響がありました。



このような中で、私たちに何ができるかを見つめ直したとき、超長寿社会に向け、「人生100年時代」を生きるため、「時間や場所、雇用形態にとらわれず、ボランティアなどで社会参加を続けていくこと」、つまり「人の役に立つ働き方」を意識することが重要で、これこそが私たちクラブ組織のメインテーマである「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを」につながるものである。

近年、クラブ組織を取り巻く状況は大変厳しいが、会員皆さんの地域に対する深い愛着と豊かな経験を活かしてクラブの存在意義を高め、高齢者の老人クラブ離れという今の難局を打開すべく一致団結して「健康づくり」、「仲間づくり」、「地域づくり」に取り組んで行きましょう」とあいさつを行いました。

【目次】

- ◆飛水クラブぎふ大会 1~3
- ◆芸能大会 4
- ◆女性リーダー研修会・軽スポーツ交流大会 ... 5
- ◆指導者研修会 6
- ◆全国老人クラブ大会・東海北陸ブロック老人クラブリーダー研修会 ... 7
- ◆生きがいと健康づくり活動 8
- ◆活動紹介 9
- ◆クラブ紹介・社会奉仕活動 10
- ◆作品コンクール 11
- ◆役員名簿・クラブ数・会員数 12
- ◆令和6年度 主な事業 13
- ◆eスポーツ体験会・デジタルの活用 14
- ◆お知らせ 15・16

【発行】

飛水クラブぎふ

(一般財団法人 岐阜県老人クラブ連合会)

〒500-8385 岐阜市下奈良2丁目2-1

岐阜県福祉・農業会館内5F

TEL 058-201-1538 FAX 058-276-2877

E-mail info@gifukenroren.vrtc.net

URL https://gifukenroren.vrtc.net/

【編集協力】

株式会社 博報社 名古屋支社

〒462-0843 名古屋市北区田幡2丁目13-23 2F-B

TEL 0120-0212-09

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

**大垣には
徳洲会がある!**

大垣徳洲会病院 ☎0584-77-6110

皆さまの大切な年金のお受取りは
お近くのJAとうとへ

当JAでは年金の振込指定を頂く
皆さまに特典をご用意しております。

特典

- 敬老の日お祝いの品進呈
- 親睦旅行・ゴルフコンペ
- 協賛店での優待サービス
- 健康・介護ホットラインなど

詳しくは支店窓口または渉外担当者にお問い合わせ下さい。

JAとうと

防犯のご相談はお任せください

HOME ALSOK
みまもりサポート

ALSOK

日本ガード株式会社

本社/岐阜市茜部中島2丁目66の6
TEL.058-274-0110 (代) FAX.058-274-9223

社会福祉法人 恵和会

理事長 森川 勁介
岐阜県恵那市長島町永田382-38

特別養護老人ホーム万年青苑
特別養護老人ホーム明日香苑
恵那市養護老人ホーム恵光園

たんぽぽ薬局

総合病院前を中心に
全国150店舗以上
(岐阜県下37店舗)

岐阜赤十字病院 岐阜県総合医療センター
岐阜大学医学部附属病院 中部国際医療センター
国立長良医療センター 東海中央病院
東濃厚生病院 松波総合病院
中濃厚生病院 高山赤十字病院 など

いつも笑顔を絶やさず
素敵な日々を

続いて、来賓各位から祝辞をいただき、大会宣言が読み上げられ、第一部表彰式へと移りました。

老人クラブ活動に多大な貢献を果たした功労者や優れた活動を行う団体に対して岐阜県知事感謝状、全国老人クラブ連合会会長表彰、岐阜県老人クラブ連合会会長表彰による表彰状・感謝状贈呈が行われました。

引き続き、第31回飛水クラブぎふ作品コンクール入賞者に対して表彰状贈呈が行われました。

受賞者を代表して関市の江崎久夫さんが、「一人一人が幅広い経験を結集し、地域づくり、仲間づくりに取り組んできた。この度の表彰を誇りとして、気持ちを新たに、今後も魅力ある老人クラブづくりに向けて努力していく」と謝辞を述べられました。



飛水クラブぎふ大会 表彰状・感謝状受賞者

◎岐阜県知事感謝状 3名

羽島市 鈴木登司雄
関市 江崎 久夫
下呂市 駒田 誠

◎全国老人クラブ連合会会長表彰 「活動賞」 1団体

岐阜市 八代清流会

◎岐阜県老人クラブ連合会 会長表彰(個人の部) 76名

岐阜市 飯田 晴之
木村 清己
遠山 二一
宮地 登
大垣市 伊藤喜久雄
上田 信雄
川瀬 文雄
竹中 義郎

大垣市 豊田 滋穂
名和 幸男
野原 和義
早野 春雄
樋口 厚夫
多治見市 各務 晴夫
加藤 莊次郎
長谷川 忠行
平生 征佑
中津川市 磯川 輝昭
鈴木 儀治
早川 功一
原 健
堀田 時男
良雪 正隆
美濃市 古田 武
羽島市 浅野 建生
加藤 宗雄
加藤 やす子
佐々木 昭人
名倉 範恭
宮脇 邦充

羽島市 森瀬 勝行
渡邊 明洋
渡辺 隆夫
渡辺 俊博
土岐市 河合 哲心
酒向 文彦
丹羽 守
山野 日出光
各務原市 大内山 清
小栗 晃
河田 博
杉山 秀樹
龍口 富男
瑞穂市 新井 正信
奥村 勝俊
加藤 繁利
加藤 正義
川瀬 利廣
鹿野 幸治
本巣市 高橋 雅章
郡上市 羽生 清
下呂市 池戸 毅

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

社会福祉法人 薬城会 友和苑

理事長 名和 久
施設長 村田 務

大垣市入方3丁目70番地1
TEL 0584-88-1567
URL <http://yuuwaen.jp/>

ひざが痛い方
ひざが気になる方
ひざの専門医がいる

岐阜清流病院
☎058-239-8111



お薬手帳を持つ
メリットを知りましょう

- ・薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。
- ・同じ薬による副作用の再発を防止できます。
- ・旅行先で病気になった時などお薬手帳があれば飲んでい
る薬を正確に伝えられます。



下呂市 大前 侑三
河合 文堅
川尻 勝己
佐古 安雄
佐古 安弘
田中 基
中島 正昭
林 光子
二村 悌彦
山内久仁宏

海津市 伊藤 金雄
近藤 正博
高木 範數
中島 征吾
中嶋 憲男

岐南町 正村 一元
笠松町 小川 勉
川口 賢
中村 妙子
馬場 勝

神戸町 塚本 昌郭
安八町 金森百合子
説田 哲夫
東白川村 安江 力男

(団体の部) 16 団体

大垣市 上面長寿会
徳光第二かがやきクラブ
友楽会

多治見市 赤坂みのり会
大幸会
第2区卯の花会

恵那市 恵寿会
藤壮健クラブ第二長寿会

美濃加茂市 木野健寿会
山之上金谷健寿会

下呂市 金山第一長寿会
金山第四長寿会
下原下原町会
菅田白寿会
東第三常磐会

神戸町 峰友会

(特定事業 仲間づくりの部・特別表彰)

〈クラブ会員増〉 5 団体

岐阜市 延寿会
鷺山第一清流クラブ

大垣市 玉の井会

中津川市 鳩吹老壮会

各務原市 前野町長生会

〈クラブ消滅防止〉 1 団体

郡上市 神路あけぼの会

(特定事業 仲間づくりの部) 26 団体

大垣市 川口かがやきクラブ
木戸南桜会
長生会
中曾根いきいき同好会
長沢南シルバー会
日新第一楽生会
林町第二慰老会
桧第1ニコニコ会
桧第2ニコニコ会
藤江町2丁目かがやきクラブ
万石シルバー福寿会

多治見市 上原第二長寿会
喜楽会

中津川市 曙会
第一八千代会

瑞浪市 猿爪第一長寿クラブ

羽島市 丸の内若葉会

美濃加茂市 川浦健寿会
田畑東健寿会
西脇健寿会

土岐市 石拾シニアクラブ

各務原市 大牧シニアクラブ
河田町福寿会東シニアクラブ
西市場第一シニアクラブ

海津市 大和田楽生会

関ヶ原町 野上松並会

(特定事業 健康づくりの部) 2 団体

大垣市 相生会
笠縫町久寿の木会

(特定事業 その他活動の部) 1 団体

大垣市 浅草かがやきクラブ

◎岐阜県老人クラブ連合会

会長感謝状 27 名

岐阜市 毛利 秋生
大垣市 桑原 源一
早野 力
中津川市 斉藤 辰夫
羽島市 高橋 正武
土岐市 北條 博道
水野 忍

各務原市 安藤 雅澄
加藤 政義
薫田 昭美
駒月 久美
津田 利夫
永田 和男
丹羽 哲
松村 紘
宮崎 正則
和田 昭己

瑞穂市 佐倉 孝价
水野日出夫

下呂市 日下部 格
馬場 武史
星屋三千子

海津市 春日 隆明
佐波 幸一

養老町 早崎 隆文

神戸市 植村 紀子

輪之内町 高木東洋治

◎作品コンクール入賞 46 名

※優秀第1席の方のお名前と作品を、11頁に掲載しています。

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

内科・外科・泌尿器科・消化器内科・神経内科
内分泌/糖尿病内科・人工透析科・リハビリテーション科

TAKAIHOSPITAL
医療法人 敬生会

高井病院

土岐市妻木町1658 ☎(0572)57-6516

通所リハビリテーション
訪問看護ステーション高井
居宅介護支援センター高井

ひざが痛い方
ひざが気になる方
ひざの専門医がいる

岐阜清流病院

☎058-239-8111

特別養護老人ホーム 優・悠・邑 和合

入所者さまの日常をホームページで毎日更新中!

<https://www.sugiwakai.jp>

大垣市和合本町2丁目114-1
TEL(0584)73-6110(代) FAX73-6112

(飛水クラブぎふ大会第二部) 第29回 芸能大会

第62回飛水クラブぎふ大会第二部として、午後からは、第29回芸能大会を開催しました。各地区から7組の参加があり、舞踊、コーラス、民謡、三味線演奏など各チームが演技を披露しました。

日ごろ、各地域において練習を重ねてこられた成果を、舞台上で繰り広げられ、素晴らしい演技に、観客席からは賞賛の拍手が送られました。

すべての演技が終了すると、審査に入り、その間に土岐市の中馬馬子唄保存会による、江戸中期に、街道で荷物や旅人を載せた馬の手綱を引いていた馬子が、石畳を踏みしめ唄った民謡が披露されました。

審査が終了し、講評と成績発表があり、岐阜市のコーラス芥見によるコーラスが優秀第1席に輝きました。



コーラス芥見(岐阜市)



坪内流津軽三味線(美濃市)



養老薩摩義士踊り保存会(養老町)



アトラクション(土岐市)



《成績結果》

優秀第1席

コーラス芥見(岐阜市)

コーラス「日本の民謡」ほか

優秀第2席

坪内流津軽三味線(美濃市)

三味線「津軽掛合」ほか

優秀第3席

養老薩摩義士踊り保存会(養老町)

舞踊「ああ千本松原」ほか

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

家庭でできる!

かんたんエコ

～家電製品～



待機電力を減らす

しばらく使用しない家電は主電源を切り、外出時にはコンセントを抜きましょう。



SOCIAL WELFARE CORPORATION

DOUHOUKAI

この素晴らしい時間をあなたと共に...

障害者支援施設/障害福祉サービス事業
グループホーム/地域相談事業
特別養護老人ホーム/養護老人ホーム
デイサービスセンター
地域支援事業/認定こども園

施設案内

社会福祉法人 同朋会

山県市大桑3615番地1 ☎(0581)22-6001

医療法人社団 光成会

鳥澤 医院

理事長 鳥澤 英紀

山県市大森381番地

☎(0581) 36-2311

女性リーダー研修会

各市町村老人クラブ連合会の女性リーダーを対象として、83名参加いただき、健康づくり、老人クラブ活性化に向けて女性部に期待することなどについて研修会を開催しました。

講演では、前半はフレイル予防に関する知識をご教授いただき、後半はみんなで体を動かして健康体操を行いました。体を動かしながら頭を使い脳に刺激を与えるメニューでは、座って足ふみをしながら30まで数え、3の倍数では手をたたき、5の倍数では膝をたたき、3と5の倍数では両方行う体操を行い、うまくできた後歓声が上がりました。

午後からは、クラフトテープで飾りかごや金魚を製作して有意義な研修となりました。



《開催日・場所》

8月24日(木) 岐阜県福祉・農業会館

《内容》

講演「健康で長生きしよう～フレイル予防～」

瑞穂市レクリエーション協会 理事長 三島 啓子氏

女性部の活性化と期待すること

飛水クラブぎふ 小塩事務局長

クラフトテープで作ってみよう(飾りかご きんぎょ)



市町村老連対抗 軽スポーツ交流大会

県内の老人クラブ会員が一堂に集い、健康づくり、生きがいづくりを図りながら会員相互の親睦と交流を深められるよう、市町村老人クラブ連合会対抗軽スポーツ交流大会(ペタンク大会)を開催しました。

29老連から154名の参加があり、「本大会」は6試合、「交流大会」は1試合を行いました。

皆さん、日ごろの練習成果を発揮され、白熱した試合を展開されました。



《開催日・場所》

10月6日(金) 多治見市笠原 梅平運動広場

《成績結果》

優勝 高山市連合長寿会

準優勝 垂井町老人クラブ連合会

第3位 恵那市壮健クラブ連合会



優勝した、高山市連合長寿会の皆さん

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

内科・人工透析・皮膚科・耳鼻咽喉科・小児科



医療法人 祥仁会

安八診療所

診察時間 8:30~12:00 16:00~18:30
(受付は18:00迄)

休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

安八郡安八町南今ヶ淵270-2

☎(0584)64-3616



社会福祉法人 善心会

特別養護老人ホーム 地域密着型複合施設

LAC りんどう

特別養護老人ホーム ラック

岐阜県安八郡神戸町北一色10
TEL.0584-28-1300



地域密着型複合施設 りんどう

岐阜県安八郡神戸町北一色552-1
TEL.0584-27-1130



社会福祉法人

大和社会福祉事業センター

<https://www.daiwa-center.jp/>

【特別養護老人ホーム】

■ハートヴィレッヂ 谷汲の杜

揖斐川町谷汲名礼1248-13 TEL.0585-55-2611

■ハートタウン 平成の杜

関市中之保 4517-2 TEL.0575-40-0310

■ハートシティ 中濃の杜

関市富之保4096-1 TEL.0575-40-2377

(地区別単位クラブ) 指導者研修会

各地区の単位老人クラブ指導者等が、健康講演などを通して、クラブ活動推進に必要な知識・技能を修得するとともに、情報交換により老人クラブ活動を活性化す

ることを目的として、飛水クラブぎふ地区別指導者研修会を県下6地区で開催し、861名に参加いただき有意義な研修会とすることができました。

《内容》

- 講演会 「薬との上手なつき合い方」
一般社団法人 岐阜県薬剤師会
- 寸劇 「急にお金が必要」は詐欺!
岐阜県警察本部、劇団シンデレラ
- 制度説明 「相続土地国庫帰属制度」ほか
岐阜地方法務局
- 情報交換 クラブの活性化に向けて

《開催日・場所》

- 岐阜市 7/21(金) 岐阜市文化センター
 - 岐阜地区 7/10(月) 羽島市 不二羽島文化センター
 - 西濃地区 7/3(月) 大垣市 スイトピアセンター
 - 中濃地区 7/12(水) 関市 わかくさプラザ
 - 東濃地区 7/28(金) 恵那市文化センター
 - 飛騨地区 7/13(木) 飛騨市 古川町総合会館
- ※飛騨地区は独自のプログラムで実施

寸劇「急にお金が必要」は詐欺!

岐阜県警察本部、劇団シンデレラによる「急にお金が必要は詐欺!」と題した詐欺被害防止の寸劇を行っていただきました。

息子を名乗る犯人から母親に電話がかかり、「電車にかばんを忘れた。中に会社のお金が入っており、すぐにお金が必要で、工面をしてほしい」と言われ、母親は電話の相手が息子であると信じてしまう。その後、会社の上司役、駅員などから矢継ぎ早に電話があり、息子を助けたい一心から家にあったお金を持って指定された場所へ届けに行き、途中で詐欺と気づかされ未遂に終わる。という内容でした。

家族等に相談する機会を与えず、短い時間に間違っただ判断をさせるという、実際にあった事例をもとに、岐阜県警察本部がストーリーを考えたものでした。

電話で、「急にお金が必要!」と言われたら、それは詐欺です。注意してくださいね。

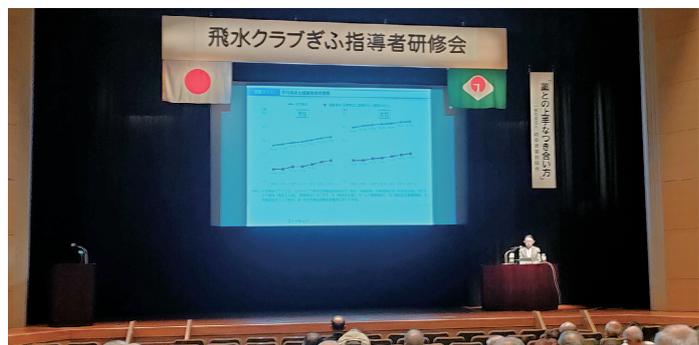


講演会「薬との上手なつき合い方」

一般社団法人 岐阜県薬剤師会の方を講師に招き、「薬との上手なつき合い方」について講演を行っていただきました。

今回は、薬の役割、飲み方、効き方、副作用、間違っただ昔の知識・今の常識、かかりつけ薬剤師・薬局のメリットは?、残った薬(残薬)はどうしたらいいの?、お薬手帳は重要?、ジェネリック医薬品は大丈夫?、通販のやせる薬は効くの?、など、薬に関する様々なことを教えていただきました。

病気やけがの治療などで重要な役割を果たす「薬」。効き目(効能・効果)だけでなく、副作用という「リスク」も併せ持っており、安心して使うためには、リスク、正しい使い方や保管方法を知ることが大切です。そして、服用歴が分かる「お薬手帳」や、身近に相談できる「かかりつけ薬剤師・薬局」を持つことも大切です。



私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

医療法人社団誠広会
理事長 平野 聡子

平野総合病院
岐阜市黒野176番地5
☎(058) 239-2325(代)

介護老人保健施設
岐阜リハビリテーションホーム
岐阜市黒野181番地
☎(058) 234-1515(代)

森耳鼻咽喉科医院
耳鼻咽喉科・気管食道科
アレルギー科

診療予約専用ダイヤル ☎050-5578-8677

診察時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	○	△	○	○	○	9:00~13:00	/
午後 3:00~6:00	○	○	○	○	○	/	/

受付時間: △火曜午前11時まで ◎土曜12時まで
大垣市林町7-672 ☎(0584) 78-3387

医療法人坦水会
MISAO Health Clinic

操健康クリニック
〒500-8384 岐阜市藪田南1-4-20
TEL (058) 274-0330 FAX 273-4880

操介護支援センター

関連施設
操健康ケアセンター
サアラMISAO(サ高住)
ショートステイ和泊亭
岐阜市江添2丁目

老人福祉法制定60周年記念 第52回 全国老人クラブ大会

老人福祉法制定60周年記念第52回全国老人クラブ大会が、秋田市のおきた芸術劇場ミルハスで2日間にわたり開催され、全国から約1,400名が出席し、岐阜県からは、11名が参加しました。

1日目の式典では、全国老人クラブ連合会の村木厚子会長は「地域社会全体に老人クラブの存在意義と活動について情報発信し、共に活動する仲間を増やしてもらいたい」とあいさつしました。

その後、長年、老人クラブの活動推進や後継者育成に貢献した全国の240個人・団体が表彰され、岐阜県からは、3名、2団体が表彰されました。そして、▽健康長寿を目指す健康活動▽暮らしを守る支え合い活動▽高齢期を豊かにする生きがい活動などの推進を誓う大会宣言を採択しました。

活動発表では、秋田県内8市町の老人クラブの約250名が、秋田県民歌の合唱、秋田民謡、手踊りなどを披露しました。

2日目は、秋田県内外のクラブが地域づくりや生活支援の取り組みを発表するパネルディスカッションが開催されました。

岐阜県の受賞者

《全国老人クラブ連合会会長表彰》

江崎 久夫 関市老人クラブ連合会
鈴木 成巨 ききょうクラブ土岐
小野木政則 岐南町老人クラブ連合会

《優良クラブ》

上笠白山会 かがやきクラブ大垣

《優良老人クラブ連合会》

白川村シニアクラブ



東海・北陸ブロック老人クラブリーダー研修会

東海・北陸ブロック内の老人クラブリーダーが相互に交流を深め、今後の老人クラブ活動の発展と魅力づくりを図ることを目的として、「東海・北陸ブロック老人クラブリーダー研修会」が名古屋市(名古屋ガーデンパレス)で開催されました。

岐阜県からは、21名が参加し、クラブ活動の活性化に向けて成功している老連、リーダーの継承や役員発掘で成功している老連、先進的な活動を行っている老連の事例発表を聴き、大変有意義な研修となりました。

事例発表では、3単位クラブが役員確保困難で平成29年に解散したものの、女性を中心にクラブ復活を望む声が上がって平成31年に女性会員だけでクラブを発足して、生活支援や見守り活動を行っていること(石川県



志賀町 令和シニアクラブ)、意見交換会では、名古屋市老連から「クラブ活動を楽しむ8つのヒント」を作成し、楽しいことをみんなで共有してクラブ活動を楽しむ取り組みを行っていることについて発表がありました。

《研修内容》

◎7月6日(木)

基調報告 「老人クラブの現状と課題」 全国老人クラブ連合会事務局長 正立 斉氏
講演 「地域包括ケアシステムにおける老人クラブの役割」
あいち健康の森健康科学総合センター 健康開発部長 平川 仁尚氏

◎7月7日(金)

事例発表

「私たちの友愛活動」 石川県志賀町 令和シニアクラブ
「高齢者が主体となる地域づくり」 福井県永平寺町 ゆずり葉の会
「つしま生きがいクラブの活動」 愛知県津島市 つしま生きがいクラブ

意見交換会

「クラブ活動を楽しむ8つのヒント」(名古屋市老連の取り組み) 名古屋市老連

生きがいと健康づくり活動

高齢者向け体力測定

自分の体力を正しく把握し、自分に合った適度な運動を生活の中に取り入れることで健康を維持できるように体力測定を実施しました。

メニューは、握力、長座体前屈、上体起こし、10m障害物歩行、開眼片足立ち、6分間歩行の6種目。(一部、4種目のところあり)

《実施状況》

- ◎岐阜市
- ◎羽島市
- ◎本巣市
- ◎大垣市
- ◎輪之内町
- ◎美濃市
- ◎美濃加茂市
- ◎可児市
- ◎郡上市
- ◎中津川市
- ◎瑞浪市
- ◎土岐市
- ◎西南濃地区(養老町)



地区別軽スポーツ大会

会員の皆さんの生きがいと健康づくりを促進し、会員相互の親睦と融和が図られるように軽スポーツ大会を開催しました。各地区で熱戦が繰り広げられ、会員相互間の交流を深めました。

《実施状況》

- ◎岐阜市
- ◎岐阜地区(瑞穂市)
- ◎西濃地区(大垣市)
- ◎中濃地区(可児市)
- ◎東濃地区(恵那市)
- ◎飛騨地区(飛騨市)
- ペタンク
- ゲートボールほか2種目
- クロッケーゴルフほか2種目
- ゲートボールほか2種目
- マレットゴルフほか3種目
- グラウンド・ゴルフ



健康・介護予防セミナー

健康と生きがいづくりについて、講話、体操などを通して学習することで、健康保持と増進に取り組みました。

《実施状況》

- ◎輪之内町 「転倒予防について」
大垣徳洲会病院 辻量平氏 ほか
- ◎西南濃地区(養老町) 「むりなく健康体操」
大垣徳洲会病院 安井一将氏 ほか
- ◎可児市 「さあ、はじめようフレイル予防」
岐阜県社会保険協会 加藤順子氏 ほか



室内軽スポーツ普及事業

身体的な負担が少なく、気軽楽しめる室内軽スポーツの普及に取り組んでいます。

岐阜県レクリエーション協会の指導員の方のご協力を得ながら、希望する室内軽スポーツの紹介やルール指導のほか、器具の貸し出しを行いました。

《実施状況》

- ◎海津市 ボッチャ、ペタンク
- ◎羽島市 スカットボール、ラダーゲッター、
ディスゲッターナイン



活動紹介

鹿倉シニアクラブ (郡上市シニアクラブ連合会)

鹿倉地区(鹿倉ささえ愛隊) 支え合い活動

《なりたち》

郡上市和良町鹿倉地区は、診療所やスーパーまで7km以上離れており、週に3日、1日数本の巡回バスが来るだけの交通がとても不便なところです。

この地区へ若い頃移住し、現在高齢となられた方が、病院への通院が困難であると悩んでおられることを知り、将来自分たちにも降りかかってくる問題であり、地区全体の課題としてとらえ、互いに住み慣れた場所で安心して暮らし続けていきたいと、クラブ会員有志9名が、令和3年2月1日、「鹿倉ささえ愛隊」として送迎サービスを立ち上げました。

《活動内容》

地区内にお住まいの方を対象とし、和良町内の範囲で、診療所や老健への送迎、買い物代行、薬の配達、見守りなどを行ってきました。

送迎以外のサービスは、1回300円で30分から1時間程度のお手伝いとして、電球交換や話し相手などを行っています。

《活動PR》

資金は、郡上市社協の補助金、支え合い事業活動支援事業交付金などを利用し、マイカーに貼るステッカー、名札、事故対応用のボランティア保険の費用に充てました。

利用者の方からは、送迎中に色々な情報が得られるので楽しいという声もあり、そうした感謝の声が励みとなり、隊員も自ら健康に気を付け、今後も活動が続けられるようがんばっています。

現在は11名が活動しており、中にはシニア以外の若い方2名も参加され、後継者も育てています。

また、和良町内だけでなく他町への買い物の要望もあり、今後に向け料金を考慮しながら検討しています。



阿木地区老人クラブ連合会 (中津川市老人クラブ連合会)

単位クラブをこえて阿木地区での活動

《なりたち》

中津川市阿木地区は、高齢化率が43.6%と非常に高く、昭和39年に老人クラブを発足して、現在会員数は606名、加入率は68.2%です。地区には、6つの単位クラブがあり、中津川市全域で老人クラブが主催する活動に積極的に参加するとともに、単位クラブでの独自の活動も行っていますが、主に阿木地区としての活動に力を入れています。

《活動内容》

地区の活動では、三世代交流事業として、保育園児から高齢者まで参加して「お宝探検ウォーキング」を開催し、会員は巡った史跡の説明、けん玉、コマ回し等で子供たちと交流を行っています。

また、「高齢者サロン」を開催して、阿木高校生とともに、「高齢者の運動と食事について」学習し、交流会、意見交換を行っています。

そのほか、地区で行われている「配食サービス」(週3回)において、弁当の配達、安否確認、見守りなどを行っています。



《活動PR》

高齢化率が高い当地区は、高齢者のための福祉活動を行うNPO法人やネットワーク組織(ごちゃまぜ会議)があり、老人クラブもこの活動に積極的に参加しています。

最近では、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを推進するため、50項目に及ぶアンケート調査を全ての会員を対象に行い、517名が回答し、会員の日常生活、健康、食事、医療、介護、生きがい等を細かく把握できました。

この調査結果を踏まえ、今後のまちづくりを考える会議には、老人クラブも積極的に参画して、高齢者が安心して住みやすい地区を目指していきます。

クラブ紹介

白川村シニアクラブ

白川村は、世界文化遺産 白川郷合掌造り集落が有名ですが、急峻な山々に囲まれ、村の約96%が山林、農耕地は0.4%、人口は1490人(R5.4.1現在)、65歳以上の高齢者率は33.5%の典型的な山村です。

また、村は日本有数の豪雪地帯であり、冬季4～5カ月の積雪は年平均2～3メートルになります。かつては、積雪により冬季間周辺との交通が遮断され秘境といわれていましたが、現在は、国道156号線の整備や東海北陸自動車道の延伸により、交通網が格段に向上しています。



白川村シニアクラブは、「朗明会」、「長生会」、「寿会」、「長寿会」の4つの単位クラブから構成され、会員数は353名です。主な活動として、健康活動(グラウンドゴルフ、健康増進ウォーキング)や奉仕活動(斎場付近の草刈や水路掃除、合掌造り民家園の仏具磨

き)、仲間づくりのイベント(ふれあい研修会や各種講座などの開催)を行っています。

今年は4年振りに敬老会が開催され、100名を超えるクラブ員が参加しました。米寿・喜寿の方へのお祝いや来賓からの祝辞があり、祝宴や演芸も楽しみました。

白川村は観光地ということもあり、会員もまだ現役で働いている方が多く、行事に参加される方が限られていることが課題のひとつです。

今後はより多くの方が参加できるよう白川村ならではの魅力的な行事を企画し、地域に密着した活動の継続実施を図ります。



社会奉仕活動

全国老人クラブ連合会と連携して、「全国三大運動(健康・友愛・奉仕)」、全国一斉「社会奉仕の日」、「老人の日・老人週間」の取り組みを推進しており、各老連の皆さんが多くの活動に取り組んでいます。



毎年、各クラブの活動状況を調査しており、令和5年の参加単位クラブ数と、全体に対する参加率は以下のとおりです。



	参加単位 クラブ数	参加率 (%)
健康活動	1,314	70.2
友愛活動	1,315	70.3
奉仕活動	1,604	85.7
上記のいずれかに参加	1,718	91.8

第31回 飛水クラブぎふ 作品コンクール

県下各市町村老人クラブ連合会から美術作品75点、文芸作品105点が寄せられました。

今年度も全応募作品を掲載した「作品集」を作成し、各老連へ配布しました。

また、今年度から入賞作品46点をOKBふれあい会館に展示することになりました。

来年度も会員の皆様の数多くの作品の応募をお待ちしています。

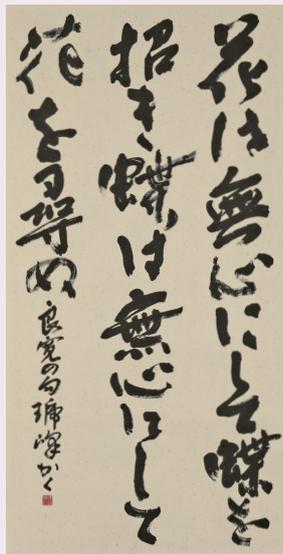
応募数

美術作品	日本画	洋画	工芸・彫刻	書	写真	計
	7	10	31	11	16	75

文芸作品	短歌	俳句	川柳	計
	30	56	19	105

作品展示	場所	OKBふれあい会館 県民ふれあいギャラリー
	期間	9月25日(月)～29日(金)
	閲覧者	237名

美術作品 優秀第1席



書 「良寛さんの漢詩」
大垣市 齋藤 常正



日本画 「初秋」
大垣市 杉本 たず子



洋画 「遠望 恵那山」
土岐市 今井 恵子



工芸 「綾野祭り 小獅子軸」
大垣市 宮川 好春



彫刻 「午後のひととき」
郡上市 熊崎 義登

川柳

本巢市 福田 和子

雨曝しのゴルフネットに瓜下がる

俳句

岐阜市 長屋 寿

老躰に漲る生気蟬時雨

短歌

中津川市 片田 百合子

朝一に鏡の前でアツプップ
いい顔決めて今日を始める

文芸作品 優秀第1席



写真 「幻想の夜」
美濃加茂市 渡辺 順次

受賞おめでとうございます!

役員名簿

令和 5 年 6 月 1 日現在

役 職	氏 名	所属団体役職
会 長	木村 一義	
副 会 長	棚橋 靖夫	岐阜市老人クラブ連合会長
副 会 長	中野 正勝	各務原市シニアクラブ連合会長
副 会 長	西田 勝嘉	かがやきクラブ大垣会長
副 会 長	堀江 次郎	可児市健友連合会副会長
副 会 長	加藤 孝春	多治見市悠光クラブ連合会長
副 会 長	菅沼 明彦	飛騨市シニアクラブ連合会理事
副 会 長	上松 幸恵	岐阜市老人クラブ連合会友愛部長
理 事	水谷 照男	岐阜市老人クラブ連合会副会長
理 事	新井 正信	瑞穂市老人クラブ連合会長
理 事	久保田美代子	本巣市老人クラブ連合会常務理事
理 事	山本 房子	かがやきクラブ大垣副会長
理 事	宇野 等	揖斐郡老人クラブ連合会長
理 事	林 昭恵	可児市健友連合会長
理 事	三島 耕星	郡上市シニアクラブ連合会長
理 事	水野 敏雄	ききょうクラブ土岐会長
理 事	三輪やよい	ききょうクラブ土岐副会長
理 事	谷口 昭	高山市連合長寿会長
理 事	小池 令子	下呂市シニアクラブ女性部長
常務理事	小塩 英治	事務局長
監 事	辻 雅宏	岐阜市老人クラブ連合会副会長
監 事	早野 正雄	かがやきクラブ大垣監事
評 議 員	清水 隆	岐阜市老人クラブ連合会副会長
評 議 員	矢島 信義	岐阜市老人クラブ連合会副会長
評 議 員	鈴木登司雄	羽島市老人クラブ連合会長
評 議 員	家田 憲二	笠松いきいきクラブ連合会長
評 議 員	八代 勝秋	北方町老人クラブ連合会長
評 議 員	名和 幸男	かがやきクラブ大垣副会長
評 議 員	神野 正教	いきいきクラブ海津会長
評 議 員	大橋 正典	西南濃老人クラブ連合会長
評 議 員	植野 明	関市老人クラブ連合会副会長
評 議 員	村井 安實	美濃市シニアクラブ連合会長
評 議 員	藤井 正義	美濃加茂市健寿連合会長
評 議 員	加藤 出	中津川市老人クラブ連合会長
評 議 員	熊澤 清和	瑞浪市長寿クラブ連合会長
評 議 員	小林 英文	恵那市壮健クラブ連合会長
評 議 員	清水 健一	高山市連合長寿会副会長
評 議 員	都竹 利一	下呂市シニアクラブ連合会長

クラブ数・会員数

令和 5 年 4 月 1 日現在

	市町村名	クラブ名	単位クラブ数	会員数	
岐阜市	岐 阜 市	岐阜市老人クラブ連合会	322	15,810	
	岐阜地区	羽 島 市	羽島市老人クラブ連合会	81	4,118
		各務原市	各務原市シニアクラブ連合会	104	5,608
		山 県 市	山県市老人クラブ連合会	24	1,615
		瑞 穂 市	瑞穂市老人クラブ連合会	35	1,829
		本 巣 市	本巣市老人クラブ連合会	27	1,393
		岐 南 町	岐南町老人クラブ連合会	21	934
		笠 松 町	笠松いきいきクラブ連合会	45	1,729
		北 方 町	北方町老人クラブ連合会	4	276
		西濃地区	大 垣 市	かがやきクラブ大垣	143
海 津 市			いきいきクラブ海津	41	3,123
養 老 町	養老町老人クラブ連合会		43	3,545	
垂 井 町	垂井町老人クラブ連合会		26	2,682	
関ヶ原町	関ヶ原町老人クラブ連合会		28	1,562	
神 戸 町	神戸町老人クラブ連合会		33	2,608	
輪之内町	輪之内町老人クラブ連合会		16	1,032	
安 八 町	安八町老人クラブ連合会		36	2,279	
揖斐川町	揖斐川町老人クラブ連合会		16	1,131	
大 野 町	大野町老人クラブ連絡協議会		13	944	
池 田 町	池田シニアクラブ	34	2,551		
中濃地区	関 市	関市老人クラブ連合会	28	2,058	
	美 濃 市	美濃市シニアクラブ連合会	25	1,438	
	美濃加茂市	美濃加茂市健寿連合会	30	1,265	
	可 児 市	可児市健友連合会	15	755	
	郡 上 市	郡上市シニアクラブ連合会	80	5,576	
	坂 祝 町	坂祝町シニアクラブ連合会	9	270	
	富 加 町	富加町シニアクラブ連合会	6	170	
	川 辺 町	川辺町連合福寿会	15	1,905	
	七 宗 町	七宗町福寿会	10	424	
	八百津町	八百津町老人クラブ連合会	12	580	
東濃地区	白 川 町	白川町老人クラブ連合会	12	1,984	
	東白川村	東白川村シニアクラブ連合会	7	481	
	多治見市	多治見市悠光クラブ連合会	46	2,191	
	中津川市	中津川市老人クラブ連合会	97	6,345	
	瑞 浪 市	瑞浪市長寿クラブ連合会	25	896	
	恵 那 市	恵那市壮健クラブ連合会	98	5,912	
	土 岐 市	ききょうクラブ土岐	44	2,949	
	飛騨地区	高 山 市	高山市連合長寿会	110	6,424
		飛 騨 市	飛騨市シニアクラブ連合会	53	4,504
		下 呂 市	下呂市シニアクラブ連合会	53	2,644
白 川 村		白川村シニアクラブ	4	353	
合計			41 クラブ連合会	1,871	111,845

16頁 頭の体操の答え ※鏡に映すと分かります

表音十五字はごひ] 萼← ㄥㄥㄥ888

[目番 4 (ㄥㄥ) 目ㄥㄥ 目番 8 (ㄥㄥ) 目ㄥ 8

令和6年度 主な事業

月	日	予定事業等	場所
5	14日(火)	正副会長会議	岐阜県福祉・農業会館
	21日(火)	理事会、評議員会	岐阜県福祉・農業会館
6	11日(火)	社会部会・健康部会	岐阜県福祉・農業会館
	12日(水)	盛年部会・文化部会	岐阜県福祉・農業会館
	13日(木)	女性部会・総務部会	岐阜県福祉・農業会館
7	4日(木)～5日(金)	東海・北陸ブロックリーダー研修会	福井県あわら市
	9日(火)	飛騨地区指導者研修会	飛騨市文化交流センター
	18日(木)	岐阜地区指導者研修会	笠松中央交流センター
	23日(火)	岐阜市指導者研修会	岐阜市文化センター
	25日(木)	西濃地区指導者研修会	大垣市 スイトピアセンター
	30日(火)	東濃地区指導者研修会	瑞浪市総合文化センター
8	1日(木)	中濃地区指導者研修会	可児市文化創造センター
	6日(火)～7日(水)	東海北陸ブロック会長・女性代表者会議	名古屋市 アイリス愛知
	16日(金)～23日(金)	作品展出品作品搬入	岐阜県福祉・農業会館
	23日(金)	女性リーダー研修会・相互支援研修会	岐阜県福祉・農業会館
9	15日(日)～21日(土)	老人の日・老人週間	
	16日(月)	敬老の日	
	20日(金)	全国一斉「社会奉仕の日」	
10	2日(水)	正副会長会議	岐阜県福祉・農業会館
	4日(金)	岐阜市軽スポーツ大会	岐阜市 長良公園
	17日(木)	岐阜地区軽スポーツ大会	本巣市 市民スポーツプラザ
	18日(金)	中濃地区軽スポーツ大会	美濃加茂市 前平運動公園
	19日(土)～21日(月)	ねりんピック 地域文化伝承館	鳥取県 米子コンベンションセンター
	25日(金)	市町村老連対抗軽スポーツ交流大会(グラウンド・ゴルフ)	岐阜メモリアルセンター 長良川競技場
	31日(木)	東濃地区軽スポーツ大会	土岐市総合公園
11	11日(月)～15日(金)	作品展	ふれあい会館
	14日(木)	西濃地区軽スポーツ大会	大垣市 赤坂スポーツ公園
	20日(水)～21日(木)	全国老人クラブ大会	神奈川県横浜市 神奈川県民ホール
12	5日(木)～6日(金)	健康づくり・生活支援セミナー	東京都(全老連)
	5日(木)	飛水クラブぎふ大会(芸能大会)	高山市民文化会館
	17日(火)	正副会長会議	グランヴェール岐山
	17日(火)	理事会、評議員会	グランヴェール岐山
2	12日(水)	社会部会・盛年部会	岐阜県福祉・農業会館
	13日(木)	健康部会・総務部会	岐阜県福祉・農業会館
	14日(金)	女性部会・文化部会	岐阜県福祉・農業会館
	18日(火)	市町村老連事務担当者会議	岐阜県福祉・農業会館
3	13日(木)	正副会長会議	岐阜県福祉・農業会館
	25日(火)	理事会、評議員会	岐阜県福祉・農業会館

eスポーツ体験会

近年、需要が急速に高まり始めたeスポーツは、認知症やフレイルの予防に効果が期待出来るといわれており、高齢者にも人気が高まっていることから、eスポーツを体験する機会を提供し、会員の健康増進を図るとともに、居場所づくり、生きがいやコミュニケーションづくりにつなげていけるよう、eスポーツ体験会を開催しました。

体験会終了後行ったアンケートでは、eスポーツに大変興味があり、体験会は楽しかったと回答した方が多く、「eスポーツは若者世代のもので難しいものと思っていたが楽しくできた」「老人世代にも普及させてほしい」という意見がありました。今後も体験会を実施し参加者の意見を聞いて、飛水クラブぎふとしてどのように展開していくのか決定します。

《日時》 10月11日(水)
 《場所》 岐阜県福祉・農業会館
 《参加者》 岐阜市老人クラブ連合会会員
 《体験会内容》

eスポーツについての概要説明

eスポーツの体験

「ぷよぷよ」

「Sports ボウリング」

「太鼓の達人」ほか

Nintendo Switch (任天堂 スイッチ)



デジタルの活用 (便利なスマホ)

今やほとんどの人がスマホを持つ時代になりました。2022年に行われた調査では、60代のスマホ所持率は9割、70代でもすでに7割となり、シニアの間にもずいぶん浸透してきています。

しかし、スマホは様々なことができますが、多くの方が使いこなしていないようです。せっかくの便利なツールですから、ぜひ活用して生活を快適にしたいものです。

こんな便利なことができます!

買い物の支払い時

◎レジにスマホをかざすだけ

おサイフケータイ・WAONなどのアプリを入れて、スマホにクレジットカードの情報を書き込み、カードと同等に利用できます。

◎バーコードを見せる、QRコードを読み取るだけ

PayPay・d払い・楽天ペイ・LINE Payなどのアプリを入れて、財布からお金を出すように支払いができます。

◎会員証の提示

アプリを入れて、バーコードを見せるだけで会員のポイント蓄積・確認ができます。



カメラの活用

◎小さな文字を読むとき拡大

新聞や雑誌を読むとき、スマホのカメラを起動して文字に近づけると、大きく拡大して表示できます。

◎写真で検索

検索アプリ(googleなど)で、「カメラで検索」を選び、例えば咲いている花を写して検索すると、花の名前が表示されます。

その他

◎銀行口座の管理

残高確認や振込が銀行へ行かなくてもできます。

◎家のエアコンのON・OFF

エアコンがWi-Fi対応している場合、家へ帰る前にエアコンをつけることができます。

◎自分がいる場所を地図で確認

観光地などで自分がどこにいるか地図上に表示できます。

◎電車・バスの時刻検索

駅やバス停に行かなくても時刻を確認できます。

無理なく使い方を覚えるためには、家族やお友だちに聞いたり、携帯ショップのスマホ教室を活用して、毎日をエンジョイしましょう。

関係機関・団体からのお知らせ

特殊詐欺被害に遭わないためにも固定電話対策を！



令和 5 年（12 月末現在）の特殊詐欺認知件数は 287 件、そのうち約 5 割は固定電話から始まっています。
犯人からの電話を受けないために、以下の対策をしましょう！

【対策】

- ◎防犯機能付き電話機の導入
- ◎NTTの特殊詐欺対策サービス 申込先 0120-931-965
- ◎国際電話番号発信・着信の拒否 申込先 0120-210-364

ご不明な点は、最寄りの警察署もしくは下記へお問合せください

岐阜県警察本部生活安全総務課
058-271-2424 (代)

特殊詐欺の様々な手口を知り、被害に遭わないようにしましょう。

詳しい情報は、WEB サイトで

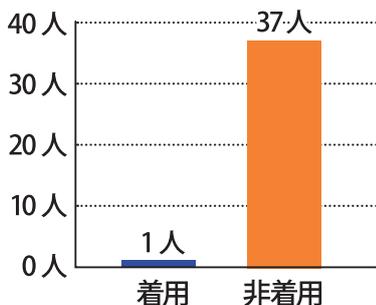
岐阜県 特殊詐欺

検索

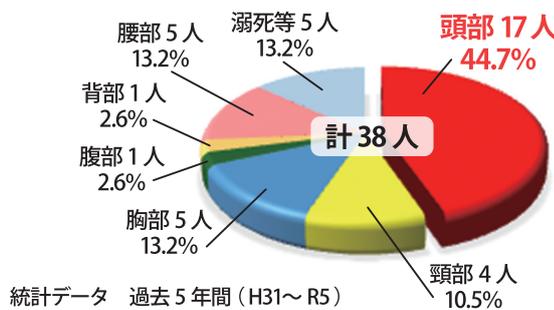


自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう！

高齢者の自転車乗用中死者のヘルメット着用状況



高齢者の自転車乗用中死者の損傷主部位



交通マナー 日本一ぎふ



自転車利用者のヘルメット着用を推進するため、アニメ「カリメロ」のキャラクターを活用した岐阜県警察「カリメロヘルメットプロジェクト」を推進しています。

詳しい情報は、WEB サイトで

カリメロヘルメットプロジェクト

検索



私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

きんぼうさん てんたくいん
金寶山天澤院
岐阜市寺町19 TEL.058-246-1506
岐阜県で永代供養をお探しの方、ご相談ください

高齢者講習受付中！

(一財)岐阜県交通安全協会運営
TEL(058)237-3211

- ・三田洞自動車学校 ・多治見自動車学校
- ・高山自動車学校 ・東濃自動車学校
- ・郡上自動車学校

知ってるようで知らない日本語

「玉を転がす」ような声 —どんな音がするの？

高く澄んで美しい声のことです。
この「玉」は、球形に磨かれた宝石や真珠のこと。宝石がキラキラと流れるように回転するときのように美しいということ。



日本薬剤師会特設サイト
PR キャラクター「ファーマー」

かかりつけ薬局・薬剤師 利用してますか？



薬剤師にできることがあります

- 複数の医療機関の処方薬をまとめて管理します。
- 処方薬や市販薬、健康食品など、あなたが使用している情報を一カ所でまとめて把握し、薬の重複や飲み合わせを確認します。
- 薬が効いているか、副作用がないかなどを継続的に確認します。
- 休日や夜間など薬局の開局時間外も、電話で薬の使い方や副作用等、お薬に関する相談に応じます。
- 必要に応じて夜間や休日も、処方せんに基づいてお薬をお渡しします。
- 外出が難しい患者さんのお家に伺い、お薬のご説明や、手元に残っている薬の確認をします。
- 検査値の説明、健康相談に応じます。

まだまだできることは沢山あります。

ご相談ください



詳しい情報は、WEB サイトで

岐阜県薬剤師会

検索

～ 頭の体操 ～

Q なんて読むのでしょうか？ 〈例〉 32229 → 桜 6999 → 春 527 → 仲間
〈問題〉 8887777 → ?



答えは 12 頁

ご協賛いただいた皆さまへの御礼

このたびは、飛水クラブぎふ機関紙「飛水ぎふ」の発行にあたって広告のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。本紙は会員の生きがい、健康、教養を高めるとともに、豊かで幸せな老後を過ごされるよう願って発行するものです。今後もよりよい紙面づくりを目指してまいりますので、末永きご支援のほどよろしくお願いいたします。 飛水クラブぎふ

編集後記

飛水ぎふ第 94 号をお届けします。新型コロナウイルス感染症の影響で、皆さんの活動が制限され、厳しい状況が続いておりましたが、2 類から 5 類への移行に伴い、“自粛”から“活動”へとモードが切り替わってきており、皆さんの元気な姿が戻ってきているようです。令和 7 年には、第 37 回全国健康福祉祭ぎふ大会「ねんりんピック岐阜 2025」が開催され、地域文化伝承館で日頃取り組んでおられるクラブ活動を、紹介、発表していただけることを楽しみにしています。

私たちは、飛水クラブぎふの活動を応援しています

「自分らしい健康な暮らし」をサポート

介護付 有料老人ホーム

憩いの里

大垣

岐阜県大垣市林町7丁目982-1

<https://ikoinosato-ogaki.com>

☎ 0584-74-1330



いつでもお気軽に
ご相談ください

社会福祉法人敬愛会 シクラメン
特別養護老人ホーム

岐阜県中津川市阿木2811-1 TEL(0573)63-3232



社会福祉法人清心会

特別養護老人ホーム 清心苑

理事長 清水 洋一

大垣市矢道町1丁目303番地 TEL0584-93-0510(代表)

新規施設 入居者・職員募集中

特別養護老人ホーム 優心苑

●ユニット60床 ●多床室20床



多治見市 日帰り天然ラドン温泉

天光の湯

湯

多治見市大畑町6-105-1

TEL 0572-24-4126 天光の湯

検索

営業時間 8時～23時(受付22時まで) 定休日 年中無休



社会福祉法人 慈恵会

理事長 山田 實紘

法人本部/美濃加茂市下米田町東橋井81-2

☎ (0574)25-0609

りゅう 龍

〈動物のことわざ〉

- 登竜門
- 竜頭蛇尾
- 竜は一寸にして昇天の気あり
- 画龍点睛を欠く
- 雲は龍に従い風は虎に従う

龍は古代中国の神話で神獣とされ権力の象徴です。龍は四神(青龍、朱雀、白虎、玄武)のひとつです。日本で龍神は雨を降らせ、水を守る水神と一体化しています。