

広報

ちば市老連

VOL.23

2005.6

発行：(社)千葉市老人クラブ連合会 千葉市中央区千葉寺町1208-2
千葉市ハーモニープラザ3F ☎043-262-1236

特集

『私たちのクラブ自慢』 『介護の日々』



子どもたちの伴奏で熱唱の寒川地区老連



社団法人 千葉市老人クラブ連合会

もくじ

■ 平成17年度を迎えて

千葉市老人クラブ連合会副会長 岸岡 泰則

■ 新任あいさつ

千葉市高齢福祉課長 土屋 稔

■ 市老連への感謝と期待

千葉市中央福祉事務所長 藤井 義孝

■ 私たちのクラブ自慢

中央区寒川地区第二君待会会长 長島 愛子

若葉区大宮台第一和楽会会長 長谷川 宅

花見川区こてはし台睦会会長 吉野 保男

稻毛区野村園生シニアクラブ 南木 武

誉田団地健勝会会長 河内 萬次

美浜区ひまわりの会会長 佐藤 吉司

花見川区検見川第2高砂会会長 藤代 定雄

■ 広報部推薦クラブ

中央区浜野曙会会长 越智 久雄

■ 介護の日々

稲毛区文葉地区老連福寿会 東城 松子

中央区亥鼻地区老連 中江 みよ子

緑区古市場町ことぶき会 岩崎 栄則

■ 事務局だより

■ 文芸



第8回「稲毛区老連芸能大会」 穴川コミュニティセンター 2005.02.02



平成十七年度を迎えて

千葉市老人クラブ連合会 副会長 岸岡泰則

| 区分 | 平成16年 4月1日 | 平成17年 4月1日 | 増 (+) | 減 (-) |
|--------|---------------|---------------|----------|----------|
| 地区老連数 | 28 | 24 | | -4 |
| 単位クラブ数 | 301 | 267 | | -34 |
| 会員数(人) | 14,004 | 12,313 | | -1,691 |

万縁のところ、広報紙「ちば市老連」第二十三号をお届けします。会員皆様がこの広報紙をご覧になれるところには、梅雨空が続くようになります。昨今は季節の移り変わりもさりながら、内外の現象情報に耳目を奪われているような感じがします。

さて平成十七年度に入つて氣にかかることは、市老連会員数の増減です。手許資料から簡単な表にしてみました。残念という思いが先行し

次に今年度の事業活動で特筆すべきことは、いわゆる「運用資金」を原資として、五ヶ年計画で取り組む「老人クラブ活動推進事業」の初年度に当るところです。

嘗て、私達の先輩会員が、嘗々と積み立ててきた一円玉募金（運用資金）が、平成十六年度当初、七二、ハ三九千円、市老連の資産として保有されておりました。この資産の活用につきましては、数年来慎重に検討が重ねられた結果、今年度から各区老連を実施母

ますが、会員数がマイナス「一、六九一名」、その意味するところは当然吟味検討し、対応を考究しなければなりません。ただ、その因つてくるところは複雑な要因もあると考えられますので、ここでは深刻重要な課題として指摘しておきたいと思います。

長寿社会、高齢者のライフスタイル、意識価値觀にも変化があって、老人クラブ自体のイメージにも変革が求められているとき、この壮大ともいるべき事業の成否は、市老連そのものの消長にもつながることと私は考えております。

各区分、各地区、各单位クラブのリーダーの方、そして会員の皆様方にも知恵を出し合い、力を合わせて、この事業が円滑に的確に企画され実施されますようお願いする次第です。

今年度を展望するとき、まだ話題もありますので会員皆様方のご活躍、ご健勝を祈念してペンをおきます。

この度、四月一日付け人事
発令により、高齢福祉課長を
拝命いたしました。



新任あいさつ

千葉市高齢福祉課長

土屋
稔

施策を積極的に展開すること
が求められています。

千葉市老人クラブ連合会の皆様方には、日頃より本市の高齢者保健福祉の向上、さらには市政全般にわたり、多大なるご尽力を賜りまして、心

より感謝申し上げます。今後
とも、引き続き、ご支援・ご
協力をお願い申し上げます。

さて、わが国の高齢化は、世界でも例を見ない速さで進行し、二〇一〇年には、六十歳以上の方々が人口の二・二%を超える「超高齢社会」の到来が予測され、また、本市の高齢化率も二〇%を超えるものと予測されております。したがつて、今後の高齢者施策にあつては、介護予防に止まらず、健康づくりや社会参加を高めるための生きがい

らには、本市高齢者福祉の充実のため、一層ご尽力を賜りますよう、心からお願ひ申し上げます。

結びに、社団法人千葉市老人クラブ連合会のますますのご発展と、会員皆様方のご健勝、ご多幸を心よりお祈り申しあげます。

まいります。特に、総力を挙げて取り組んだ全国大会、ねんりんピックにおける「ちはなちゃん」を掲げての堂々とした入場行進、市老連創立四十周年記念での三笠宮寛仁親王殿下のご講演は、千葉市の人々を大いに高めていたとともに、大偉業として永く多くの人々に語り継がれるこ

高齢福祉課在籍中は、アジ
サイの花のごとく輝く多くの
諸先輩方に公私にわたりご厚
情を賜り厚く御礼申し上げま
す。

振り返れば、総会や研修会
における泰然としたお姿、ゲ
ートボール・グラウンドゴル
フ大会等での真剣な眼差し、
芸能大会での若々しさ、そし
て地域においての奉仕活動
等々、会員の皆様方のご活躍

時代は超高齢社会へまつし
ぐら、同時に人々が共に支え
合う日本の良き伝統も悲しい
かな弱体化が進んでいます。
今こそ「健康・友愛・奉仕」
活動を最大限に發揮できる絶
好機であります。会員の皆様
が健康にご留意され、異体同
心となつて不滅の市老連をお
築きされることを願つております。



市老連への感謝と期待

千葉市中央福祉事務所長

藤井義孝

特集① 私たちの クラブ自慢

□マンある君待会は、
みんなの宝物

中央区寒川地区第一君待会会長

長島愛子

県庁から南西へ五〇〇㍍、亥鼻山お茶の水より眺むるところに小橋有り。上総の国に挙兵せし源頼朝を出迎えし千葉氏、又漁に出た恋しい男を待ち続けた乙女と剛柔の話題をもつ昔片町、今港町みえし小橋は古老伝えし君待橋。歴史、マンの諸兄姉や誰が名付けた『君待会』昭和三十九年九月一日港町老人クラブの誕生です。九十一才～五十九才まで現在会員九十二名。毎月恒例のお誕生会に元気な笑顔で参加。歌におしゃべりにと花を咲かせています。

私達の住む寒川地区は十七クラブで編成され現在六四四名で成立しています。平成五年七月二十九日、全老連女性委員会設立、千葉

市では昭和四十八年婦人部設立、その後婦人活動推進部、女性部と変わり、九年四月一日、女性委員会と改めるが、女性と委員会は皆無の私であつた。

区老連第二回芸能大会がきっかけで民謡活動が始まった。地域の仲間づくりは委員会から「皆で歌おう」一曲かけた因十一名参加と実をむすんだ。あれからもう八年。

友愛活動に於いてしきり、一声かけ運動、慰問品づくりと毎日の会議で立案、行動を起した。全国大会、県老連音頭の浴衣づくり帶は?そして「皆さん必要な時はいつでもゾー」。仲間の快諾に最敬礼。ただ感謝あるのみ。

老人クラブがどっしりと根をはった大地なら一滴が大河となり海へ広がる、そして大地に縁をうるおす、思いやりと優しさいっぱいの女性委員会、そして仲間達は私の宝物。



80才以上は乙女です。お花をどーぞ

スポーツ大会でトップクラス

若葉区大宮台第一和楽会会長
長谷川 宅

今、私達の社会は高齢社会と云われ寿命が大きく延びております。

唯、長生きをすればよいと云うものでもない、高齢期をどう生きるか、趣味や生きがいの問題が大きく関係してまいります。人生八十年時代をいきいきと過すためには元気な体づくりが必要です。老化による体力低下の防止に努める事が涵養です。私達のクラブでは「心と体の健康」をモットーに前任の池端会長が老齢者向きの「ユースポーツに深い关心をもち、会員に積極的に参加する様呼びかけ、リーダーシップを發揮され、三年前からボッチャを始めたが、仲間を誘い合ひ、現在では毎回二十名以上の者がゲームに興じて居ります。又グラウンドゴルフは三十名近くの者が週三回、クラブを振って居り、青空の下でゲームは和やかで、あちこちで「入った入った」とホールインワンの歓声が上がる。市老連主催の大会にも毎年出場し上位入賞して居ります。スカイクロスも週一回の練習日を催け練習に励んで居ります。市の大会では昨年まで三連勝すると云う偉業をなして居り、今



第3回 ボッチャ親善大会

は昨年一年で十名の方が新しく入会致しました。

私達の活動行事について、この機会に少し記したいと思います。

一、高齢者に多い交通事故のゼロをめざして交通安全講習会の実施。

二、軽い体操など体を動かすことを基本に健康学習会の実施

三、自分の体力を知り、自分にあつた適切な運動を取り入れて健康維持を図ることを目的に体力測定の実施。

四、市民の森、バスセンターの清掃等、社会奉仕を行い環境美化に努める。

歩く会で健康増進 会員増加の両輪

花見川区こてはし台睦会会長
吉野保男

毎月第一、第四日曜日の午前五時三十分過ぎになると、丁田公園に三々五々足取りも軽く会員が集まり賑やかな渦が出来ます。

午前六時前、リーダーの「おはようござります」の挨拶とともに、いきいき体操のメロディーが流れ身体をほぐし、定刻六時「本日はAコース」とリーダーの声で出発となります。

当会は会員七十名(七十才以上男予十六名、女予三十七名)で、昭和四十九年発足以来、月

は昨年一年で十名の方が新しく入会致しました。



含め約一時間三十分位) し実施したといふ、一緒に歩かせておられる人もおり徐々に参加者がふえ、さうに昨年春に「毎一回では物足りない、一回にして」「冬季(一、二月)も休まず実施して」ということで即座に実施することになり、現在三十名～三十五名が、「雨」モ負ケズ」毎回元気よく、楽しげ、賑やかに歩いています。

歩く会の充実とともに会員も増加していますので、やうじより良い会にならうと、会員が頑張っています。

例行事として、毎月一回日曜日に歩く会を実施してきましたが、参加者が五名～十名程度でただ実施しているだけでした。

平成十五年秋ごろ、会員から健康増進、コミュニケーションを図るために歩く会を充実してはとの声があがり、早速リーダーを中心にしてチームを作り、地域周辺のコースを三コース設定(A、B、C各コース約四キロ、休憩等

遊び楽しむサークル活動

稻毛区野村園生シニアクラブ
南木武

私たちのクラブは創立三年目に入りましたが、現在の会員数は六十七人、専門サークル部は十一部となっています。

五十一歳から九十一歳と幅広い年齢層で、平均年齢は六十六歳です。

サークル部所属者延数は一四七人、一人平均三部に入っています。

各サークル部とも“明るく楽しく”をモットーに活発な活動を続けていますが、昨年度は、あやめ台小学校児童との交流(親子遊び)や、「写真クラブ」の会員が市老連作品展で

“金賞”を受賞したことなど、明るい話題がありました。

当クラブの“活動の集大成”“極めつけ”は、今年の一月に行われた《稻毛区老連芸能大会》です。演田は、ミュージカル劇“幼なじみ”を出演者十八名で演じました。



幼なじみで照れるご兩人

サークル部「カラオケクラブ」「ドレミ」の画期的な企画、演出によるもので、三十数分の時間を頂き、冒頭に女性の自作の詩「幼なじみ・思い出の四季」の朗誦で、会場を静寂にしたあと、「幼なじみ」の歌を男性コーラス、「パロディー劇」一幕と続き、最後に全員で「マツケンサンバ」の踊りで幕。笑いと楽しげで会場を一気に明るくして…大反響でした。

月末発行の広報紙で活字が躍りました。

劇団「シニアクラブ」は大器揃い—参加者のひと声アルバムーから「どんなに年をとつても、心を合わせた仲間とワイヤワイが一番のリフレッシュ」

「全員野球の結果。これからも明るく樂しへ青春しましょ。次回が樂しみ」

「皆で言いたい放題の温かい演技指導、これが意思疎通の源でした」

まさに、心一つになつて“明るく樂しへ”これがシニアクラブの真髄でしょ。快哉!

和と輪の健勝会

誉田団地健勝会会长長

河内萬次

A 「せよひは九点よ。」 B 「私も七点なの。」 C 「クラブに入つて練習しようかしら。」

○「松の芽摘みしたら。」 E 「もう時期か。」
“せりげない 会話のはずむ口暮れども”
今まででは挨拶もなかったのに…。

設立十一周年を迎えた健勝会も現在七十二名（男三十七・女三十五）毎月の活動も常に七十%の参加率、互いの健康を囁び、話に花咲ぐひととき、毎月に活発化しつつあるのは役員の意欲と会員の連帯感と自治会の後援によつて邁進していく。

会活動は樂しく有意義でなくては発展は望めない。施設見学、旅行、散策会、誕生会、ごみゼロクリーン、夏祭、子ども会とのワジ才体操、防犯、交通、保健等の講話、作品展の全員活動と共に、グラウンドゴルフ、手芸、カラオケ、団碁のクラブがある。手芸クラブは十五名で相互の生活経験から技能を授瀝し教え合つて、折紙、毛糸、布、ひまわりの種でブローチ、人形を手際よく作製し長寿者への慰問品としたり、作品展に出品し好評を博している。又、終了時のお喋り会は健康、調理、家事と話がはずみ、互いを知る好機となつてゐる。

そして、芸術の秋には会員と自治会員の趣味や口頭の労作が自治会館内に会場狭しと展示される。盆栽、水彩画、油彩画、書道、俳画、写真、木彫等何れ劣らぬ力作に隠れた非凡な技の持ち主の多いことに驚く。

健勝会は益々、会員の親睦を深め長年の貴重な経験をいかし発展させていただきたい。



サークル万歳! 活性化の妙薬

美浜区ひまわりの会会長
佐藤吉司

わが「ひまわりの会」は、壮年者も高齢者も参加してくる地域の会です。会員数は百二十余名です。

わが会の一一番の特徴は、サークル活動が活発だということでしょう。

会員は誰も、会の活動に楽しみを期待していますが、各人の趣味や楽しみは、さまざま



会には、カラオケ・囲碁・グラウンドゴルフ・お茶飲み会・海外旅行等々十六サークルあり、各人が自分の好みの分野で、同好の人たちと寄り合って、自主的にサークルを作り、日を決めて活動しています。会場の磯辺六三自治会館は、空きの日が少ない程の盛況です。

講師は、会員がボランティアで務めています。サークルではそれぞれ会話人さんを決め、内部のお世話や、会との連携に当たっています。

サークルの活動は、会の活動力の最大の源にもなっています。会員の新規入会も、殆どがサークルへの加入が契機となっていますので、ひまわりの会としては、サークル活動への支援も大切な活動の一つです。

会の主要な年間行事は、各サークルが順番に担当して、お膳立てから運営、会計までを受け持っています。サークル活動なくしては、わが会は成り立たないと云える位、重要なものになっています。

サークル活動に感謝感謝の「ひまわりの会」です。

写真は、サークルの賑わいのほんの一部です。



我がクラブの持味

花見川区検見川第2高砂会会長
藤代定雄

検見川地区第一高砂会は会員年齢が低く何かに打込む事の出来るサークルと思います。

それで何かがしたい。それが友愛活動でした。お陰様で遠くまで行かず部落にヤックステイ

サービス（老人憩いの場）が出来、お年寄りに何か出来ないものかと考へ、実行出来たらいいなと思っていました矢先、お声がかかりました。それでは、とすぐに会長、役員で相談し段取りを考えました。素人の集まりですので少しば不安もありましたが、やるしかな

いとがんばって見ました。十六年八月のスタートでした。最初は一人踊りから団体輪踊り、ダンス又、ハーモニカで演奏、童謡又三味線に合せて民謡と皆さん昔を思いだしプリントを見ながら口ずさんでおりました。やつて見て良かつた。お年寄りから大声援。ほんとうに嬉しかった。こんなに喜ばれるのでしたらこれからも続けていきたい。又、地元のお年寄りも来ておりますので、顔なじみの方もおりますので私達も声をかけ合い、ほんとうにたのしそうに見えました。

これが和であるとつづけていました。あ

これから一年半位たちますが、又いつ来てくれるのでと云つて、たのしみに待つてくれます。私達もいくらか慣れ、余裕も出来てまいりました。

市老人連にて踊りの講習が今年もありますが素人の私達には助かります。先生につけて皆んなで頑張る姿は立派だと思います。月一回ではありますが、ボランティアの出来る事を誇りに思います。

広報部推薦クラブ

クリップ月報 ただいま二百四十九号

中央区浜野曙会会長

越智久雄

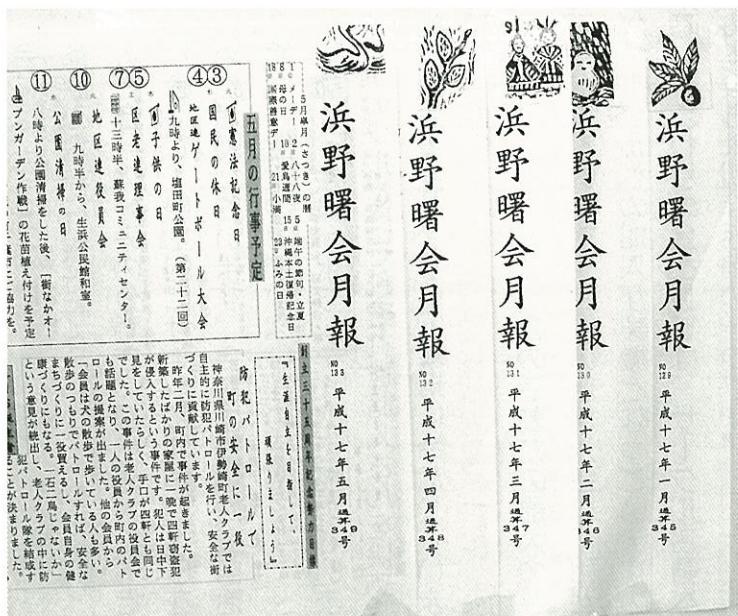
浜野老人クラブが、昭和四十年十一月十七日に、初開式（会員百二十名）を実施して、今年は丁度四十周年、節目の年に当たります。その後、平成元年度より、浜野町内会の区制一区、二区、三区に合わせて、現在のはまゆり会、浜野曙会、浜野千鳥会になりました。創立後、十周年の昭和五十年十月二十一日より、四半期報を発行。昭和五十一年九月一日より、老人クラブ月報に切替え、今年五月号で、三百四十九号になりました。

この浜野曙会の印報は、文字の大きさ、文字間距離等の関係で、六分割し、ワープロで編集フロッピーに保存して、印刷時に組み合わせております。

苦労と言えば、やはりネタ探しです。下段に掲載する記事は、講演会のお話、健康や教養文化、百歳万歳・新聞の記事等から転載しております。発行日がせまって、県立、中央、緑図書館等を回りますが、「大海原で二コ一フェースに出会うよつな空想である」とも反省し、原点に返って探すべきだと思つていると、又良い記事も浮かんできます。瀬戸際に

立つ時の心理でじょうか。枠内（十九字、五十行、約八百字）に納めるのも難しいものですが、特に講演会のお話は、聞き漏らした内容が大事な様でもあり、発行後「これを入れるべきだった」とも思い、後悔することもあります。

町内唯一の銀行にも配布し、いつも自動支払機の後に掲示してくれますが、ある日青年がじっと印報に見入つていて姿を見ました。又入院療養中のSさん長男に、「お母さんは如何お過ごですか」と聞いたところ、「印報が来るのが楽しみで、何回も読み返していますよ」といわれて、嬉しくて感激し「続けて良かった」と改めて痛感しております。



特集②

介護の日々

稻毛区文葉地区老連福寿会

東城松子

冬の寒さから春へと桜咲く美しい日本の四季に、この国に生れて良かつたと感謝している私は。この度介護について原稿の依頼を受けた様に書いてよいか迷いました。家族構成に依つて違いますので、我が家では主人が緑内障により平成十三年六月、両眼失明となりました。昭和四十九年十一月に千葉大学で両眼の手術をして約二ヶ月入院、当時は未だ医学の進歩は現在の様ではなく、手術して一週間顔の両横に砂袋をあて、動かない様にベッドに寝かされ同じ様に又一眼の手術を致しました。その後東京大学病院に移り、平成十三年まで十二回、眼のみの手術をする年月を送りました。二十七年目に教授より失明と云う宣告を受けました。主人に於ては人生最大のショックだったろうと思います。又その時期よりパーキンソン病と云う難病に冒され、私の本格的な介護が始まります。両眼の失明は朝起きて、着替え、洗顔、トイレ、散歩とすべて私に縋らなければ

日々過ごす事が出来ない生活となりました。最初は主人に同情し、やさしく介護しましたがだんだん私が疲れ果て、主人の我儘に、喧嘩になつたり致しました。現在は介護度5、身体障害者一種一級の認定を受け、それからはデイサービス、ショートステイ、といろいろ介護して下さる施設に御世話をうなぎになりました。老人ホームの施設に入居するようにも考えましたが、本人が行く気がなく家に居たいと云うのでも私も覚悟を決めて介護する様努力せねば之心に誓いました。そして自分のストレス解消にはどうしたらよいかと考え、今ではデイサービスの日は外出し、娘や姪に助けられその日は桃色ティーと名づけ食事をしたり、楽しく無理のない日を送るようになりました。高齢の介護は決して生やさしいものではありません。「我が家で人生の最後を送る事はこれ以上幸せはない」とテレビ放送がありましたので頑張るつもり。そして悔いのない介護人生を送るよう努力したいと念じております。

姉の介護をとおして

中央区亥鼻地区連

中江みよ子

昭和四年生まれの七十五才の姉を妹三人で四年余り介護して来ました。平成十三年夫を亡くし独居となつたショックと、年のせいで物忘れが激しくなつたのではと、主治医に相談、検査の結果、認知症（痴呆症）ではない、正常との診断で、一時的な症状と安心しておりましたといふが、判断力喪えた一人

暮らしの老人の弱さにつけこまれ、複数の業者に集中的に不必要的工事の繰返し、契約してしまつたり、その他解約出来るものは解約しましたが、高額を預金から支払いました。私達もほどほど困り主治医に脳専門医の紹介書を頂き、何回かの精密検査の結果「アルツハイマー認知症」との診断でした。「アルツハイマー病とは脳の細胞が徐々に減り、脳が萎縮する病気」新しい情報を覚えられない症状で始まり進行すると、覚えた記憶も次第に失われて行く」と現代の医学では進行を防ぐ処しかないと事、本人のストレスとなる言葉は使つてはいけないと医師の注意でしたが時間の意識が無く昼夜を問わず、お金で始まり鍵、印かん、預金通帳等無いと電話で呼び出され、出でるまで探すの繰返し、薬は何日分も飲んでしまつ。又飲まなかつたりで医師より注意、それでも本人は、グラウンドゴルフ、カラオケ、踊り等自分ながら努力してくれてましたが、グループの皆様に迷惑を掛ける様になり、徐々に辞めさせ、でも旅行は楽しみにしており一回として辞退する事なく付添人は大変ですが現在も元気に参加しております。平成十六年十一月に鍋に油を入れ火に掛けた事を忘れ最悪の事態となり、あと十分発見が遅れたら、全焼、本人も焼死とのこと、本人はまったく事の重大さに自覚がなく、幸いにも出火が毎日で発見者の御協力のお陰で台所のみで済みましたが介護する方も、ストレスと疲労で、つい強い口調となり本人は超逆切れする。介護認定が必要支援から介護（ニ）となりデイサービス週三回、ヘルパーさん朝夕週一回と介護する側も心にゆき

りが出来、気持ちも切替えて接するようになります。

たり、本人も穏やかになり、お互にが都合つけながら、デイサービスの日は送迎バスの来る前に行き、朝食の後薬を飲ませ、忘れ物がない様点検し出し、帰宅時間に出迎え、夕食後薬を飲ませ確認してから自宅に帰り夕食の支度と、これも家族の理解と協力があつてこそ現在まで続けられることがあります。また市老連、女性委員会、友愛活動の研修会、講演等が大変役に立ち参考となりました。

老人虐待が問題になつておりますが、介護する側のストレス疲労等で虐待の悲劇となるのではないかでしょうか。今は行政も福祉に力を入れ介護する方も、時間的にもゆとりが出来助かります。ケアマネジャーの方より話し合いがあり、あなたたちはいつまでお姉さんを介護出来ますかと聞かれましたが、姉は住み慣れた家に愛着があり、私達も本人の意思を尊重しますとの答に、ケアマネジヤーの方は、姉の面倒を妹達が介護するのは、大勢の方々と接してきましたが初めてと驚かれました、これからも家族の協力を得ながら姉の希望を出来るかぎり叶えてやつたと思っております。

介護と活動の両立

緑区古市場町ことぶき会会長

岩崎栄則

妻の表情がやわらぐ。

妻の介護をするよひになつて九年目になる。これまで男の甲斐性のなさを自問しながら家事、介護の知識や経験を重ねてきたが大変なことに変わりはない。妻の発病は、ぼくにとって衝撃的であった。孫の面倒をみていて肩を脱臼した妻は整形外科医院に入院した。退院が間近になつたとき、同室の患者の差別的な言動に極度のノイローゼとともに激しい幻覚、妄想のため退院させ、家に帰つて部屋の隅にうずくまり怯えと震えが止まりず、しかも夜になると声を上げて外に出ようとす。ぼくは必死に部屋に連れ戻すが一晩中、何度もくりかえし、五日目にぼくは不眠と疲労でダウン寸前になつた。

妻を精神科病院に入院させ、ぼくは毎日病院に通いづめだつた。半月で退院したとき妻の怯えた暗い表情は消えていた。その小康状態も長くは続かず、その後二度の入院をくりかえして精神的に落着きをとり戻し安定期になつたものの足腰の衰えが目立ちはじめていた。

その間、ぼくは妻の介護に専念するため高齢者団体の全日本年金者組合の県本部委員長を辞めて一息ついたとき、地元の老人クラブから会長にと要請され地元なりと受けたが、それで終わらず地区老連、区老連会長を引受けることになり介護と活動の両立を再開することになつた。

昨年の賀状に、ぼくは介護に触れて心境を書いた。日々／妻の介護、日々／努力、日々／しなやかに、日々／共に生きる、と。
今年の一月八日、妻は泣き声で「歩けないの」

ところのび、ぼくは妻の両脇を抱えて「足を前に出しなさい」と促すが、足がくの字になつて前でない。その日から妻は寝たきりになり、介護は一変した。要介護一から四になつて介護サービスが一気にふえ、経済的な負担も重なつたのである。当然、活動にも制約が伴つてきただ。外出の場合、ホームヘルパーを利用しての条件つきとなつたが、ぼくは両立させていく努力をしていきたいと思う。

亡き母の種まさ人生を歩みたい

ぼくは老人クラブの活動のなかで亡き母を重ねてじる。母は七十才を過ぎて地元への感謝をこめて「浜野音頭」を作詞し、自ら歌つて周りを楽しませ、老人クラブの活動資金をと引き缶集めに精を出して「小さな親切賞」をもひつたとき「生まれてはじめての賞」を手に喜び「これから的人生は種まさ人生」が口づせだつた。母は交通事故で亡くなつたが、ぼくは母の「種まさ人生」を歩みたいと思う。

妻は戦友

ことぶき会の例会があるとき、ぼくは妻を車椅子で連れて行く。仲間に声をかけられて妻の笑顔がはじける。「一人にとつて気分転換のひとときとなる。介護もぼくの手におえない部分は介護サービスでおきない、一人娘が共働きのなかで協力してくれる」と感謝している。

ぼくにとって妻は結婚以来、ぼくの活動を支えてきた戦友である。共に生き、明日を数えていきたい。

発病から介護へ

朝、ところかけじはんを妻はエプロンを洗ひあげきれいに食べる。ぼくは嬉しくなつて拍手かね。

平成17年度千葉市老連行事予定

暑中お見舞い
申し上げます。

み元気ですが

事務局だより

昨年十一月、全国老人クラブ連合会及び千葉県老人クラブ連合会と共に「全国老人クラブ大会」を千葉市内において開催し、会員皆様のご協力により、成功裡に終わることができました。昨年に続き今年六月二十九日から三日間、「関東甲信越静ブロック老人クラブリーダー研修会」を当千葉市老連で担当し、鴨川市のホテルで開催します。事務局では、只今準備に追われており、そんな中、五月二十六日千葉市文化センターにおいて、第二十回通常総会が開催されました。

開会式において表彰が行われ、千葉市長感謝状五名、千葉市老人クラブ連合会会长表彰として優良老人クラブ三団体及び育成成功労者五名が表彰されました。総会は次の様な議案が審議され承認されました。

| | | | | | |
|--------------------|--------------------|-------|-------|-----------|-----------|
| 議案第一号 | 平成十六年度事業報告及び収支決算報告 | 議案第二号 | 監査報告 | 議案第三号 | 役員（補欠）の選任 |
| 平成十六年度事業報告及び収支決算報告 | 議案第一号 | 監査報告 | 議案第三号 | 役員（補欠）の選任 | について |

退任理事六名の後任と美浜区老連推薦一名追加の計七名および退任監事の後任一名が選任されました。

平成十七年度行事と収支予算は次のとおりです。

| 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | 月 | |
|----------|------------------------|--|------------------------|--|------------------------|--|------------------------|--|------------------------|--|------------------------|--|------------------------|-------|
| 3月 | 2月 | 1月 | 12月 | 11月 | 10月 | 9月 | 8月 | 7月 | 6月 | 5月 | 4月 | 月 | 日 | |
| 22日 | 16日 | 23日 | 4日～5日 | 20日 | 15日～13日 | 29日 | 26日～28日 | 20日 | 12日 | 29日～7月1日 | 15日 | 7日 | 25日 | 12日 |
| 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 | 日 |
| 理事会 | 第3回女性リーダー研修会 | 新年会 | ふれあいの店 | 新年会 | 議案第一号 | 監査報告 | 議案第三号 | 役員（補欠）の選任 | について | 関東ブロック老人クラブリーダー研修会 | スカイクロス大会 | 会員研修旅行 | 特選演奏会 | 監査理事会 |
| 第21回通常総会 | 平成17年度行事と収支予算は次のとおりです。 | 退任理事六名の後任と美浜区老連推薦一名追加の計七名および退任監事の後任一名が選任されました。 | 平成17年度行事と収支予算は次のとおりです。 | |

平成17年度一般会計予算

収入の部

《単位:千円》

| 科 目 | 予算額 | 備 考 |
|---------|--------|--|
| 会 費 | 3,536 | 区老連 50円×13,320人 老人クラブ10,000円×287クラブ |
| 補 助 金 | 19,051 | 千葉市・市社協・全老連補助金 |
| 参加負担金 | 565 | グラウンドゴルフ大会・芸能大会・作品展の3事業の共催事業参加負担金 |
| 受 託 費 | 17,611 | 全国健康福祉祭・ふれあいの店 |
| 事 業 収 入 | 930 | 特選演芸会会員券販売手数料等 |
| 寄 付 金 | 50 | |
| 繰 入 金 | 1,000 | 売店事業特別会計より |
| 雑 収 入 | 1 | |
| 繰 越 金 | 4,300 | 平成16年度繰越金 |
| 収 入 合 計 | 47,044 | |

支出の部

《単位:千円》

| 科 目 | 予算額 | 備 考 |
|----------|--------|---------------------|
| 総 務 費 | 1,053 | 関係団体会議の交通費等 |
| 会 議 費 | 821 | 第20回・21回通常総会費等 |
| 人 件 費 | 6,214 | 職員給料等 |
| 事 務 費 | 2,331 | 印刷製本費・事務諸費(リース代金等)等 |
| 指導者養成費 | 2,335 | 役員研修・視察研修(会員研修旅行等) |
| 健康づくり対策費 | 2,089 | ゲートボール・グラウンドゴルフ大会等 |
| 生きがい対策費 | 934 | 作品展・芸能大会等 |
| 社会奉仕活動費 | 2,193 | 社会奉仕の日・友愛活動費 |
| 広報活動費 | 1,156 | 広報紙『ちば市老連』発行費 |
| 受託事業費 | 17,611 | ねんりんピック・ふれあいの店 |
| 老人クラブ育成費 | 8,235 | 活動推進員費等 |
| 負 担 金 | 461 | 全老連・関東ブロック負担金等 |
| 退職積立金 | 421 | 職員退職積立金 |
| 予 備 費 | 1,190 | |
| 支 出 合 計 | 47,044 | |

平成17年度被表彰者 (敬称略)

○千葉市長感謝状 (5名)

| 番号 | 氏 名 | 区 | 地 区 | 所 属 ク ラ ブ |
|----|---------|-------|-----|------------|
| 1 | 永 井 源 治 | 中 央 | 白 旗 | 高 砂 会 |
| 2 | 鈴 木 賢市郎 | 花 見 川 | 幕 張 | 幕張5丁目第3錦令会 |
| 3 | 柿 野 時 藏 | 若 葉 | 若 葉 | 小倉台若松老人クラブ |
| 4 | 圓 乘 八重子 | 美 浜 | 高 洲 | 稻 毛 友 の 会 |
| 5 | 本 多 昭 二 | 美 浜 | 真 砂 | 磯 寿 会 |

○千葉市老人クラブ連合会会長表彰

優良老人クラブ (3団体)

| 番号 | 区 | 地 区 | ク ラ ブ 名 | 会 長 名 |
|----|-----|-------|-------------------|---------|
| 1 | 稻 毛 | 小 仲 台 | 小 仲 台 む つ み 会 | 渡 辺 典 昭 |
| 2 | 若 葉 | 若 葉 | 若 松 台 ふ れ あ い 広 場 | 藤 森 清 彦 |
| 3 | 美 浜 | 高 洲 | 稻毛海岸4丁目さくら会 | 浅 沼 勉 |

老人クラブ育成功労 (5名)

| 番号 | 氏 名 | 区 | 地 区 | 所 属 ク ラ ブ |
|----|---------|-------|---------|---------------|
| 1 | 高 村 進 | 花 見 川 | こ て は し | 千種町老人クラブ長寿会 |
| 2 | 松 井 幸 雄 | 若 葉 | 若 葉 | 大 寿 会 |
| 3 | 森 田 三 夫 | 若 葉 | 千 城 | 新 和 大 樹 会 |
| 4 | 金 卷 弘 | 美 浜 | 高 洲 | 稻毛東映マンション寿クラブ |
| 5 | 佐 藤 吉 司 | 美 浜 | 真 砂 | ひ ま わ り の 会 |

役員（補欠の）選任

1. 理事

退任

松林 増雄（中央区）
古市 満雄（中央区）
天羽 喜公（中央区）
荒畠 雅光（花見川区）
(故) 中川正雄（稻毛区）
本多 昭二（美浜区）
藤井 義孝（前市高齢福祉課長）

選任

田丸 統司（中央区）
板倉 清隆（中央区）
小高 敦子（中央区）
花島 一二三（花見川区）
小川 敏弘（稻毛区）
金巻 弘也（美浜区）
吉川 清也（美浜区）
土屋 稔（現市高齢福祉課長）

2. 監事

退任

板倉 清隆（中央区）

選任

長島 愛子（中央区）

第十九回通常総会は、あいに
くの雨で肌寒く、おつこうな日
でした。受付に立って資料の受
取を待ったが出席者が少なく、
集りが悪いように思つた。定刻
になつたが会場も空席が目立つ
た。
総会の内容は案内の通り平成
十七年度の事業計画とその
予算そして平成十六年度の
補正予算が主体で特に問題
もないかも知れないけれど
：それにしても何時もと違
う感じでした。

会長の挨拶に続き議事に
入り、議長選出に女性議長
が指名され、出席者一同注
目したところです。どんな
議事進行が計られるか期待
と、興味深く感じたところ
です。議案の審議はスムー
ズに行われ質疑応答もなく
原案通り承認され、全く静
かな総会で終わりました。

広報部
リレー
感想記

第十九回通常総会に出席して

第十九回通常総会は、あいに
くの雨で肌寒く、おつこうな日
でした。受付に立って資料の受
取を待ったが出席者が少なく、
集りが悪いように思つた。定刻
になつたが会場も空席が目立つ
た。
総会の内容は案内の通り平成
十七年度の事業計画とその
予算そして平成十六年度の
補正予算が主体で特に問題
もないかも知れないけれど
：それにしても何時もと違
う感じでした。

の質疑応答が行われ、その内容
が理解されて来るところですが
：これが特に不思議とは思いま
せんが、今回の総会を通じて、
常に問題をかかえている会長さ
ん達に、どのように書つたか、
議長の選出と云い、議事進行と
言い話題となつた総会でした。

広報部 花島 一二三



七五俳句



句

毎日が安らぎの日々木の芽和え 山田 俊雄

蚕豆の花が聴き耳海女溜り

長沼若葉会

大銀杏見上げて牡丹咲き競う

野口 清子

風花に得度の子佇つ永平寺

長洲二丁目福寿会

牡丹花重なり散りて朝あわれ

渡辺 みの

道は皆海へ向く坂つばめの巣

俳

満開の牡丹崩るる木の芽和え

大森 辰子

惜春の土間に捨てある 花鉢

高田 久子

久しぶりたけのこ木の芽和えうまし

小川 シズ

総門をひらき菩提寺 桐の花

林 唯夫

木の芽和え一品添えし祝い膳

沖野 正作

絵馬堂の軋みて梅雨の走りかな

忠

間違ひの電話一本日永なり

尾本 ハル

緑馬堂の軋みて梅雨の走りかな

松崎 光子

長谷寺に参る幸せ牡丹の香

齊藤 智子

園生台寿クラブ

ひとときのうぐいすの声いとおしく

お囃子の艶めく女藤祭

齊藤 達

この節の母のばら寿しなつかしく

木の芽和え小鉢にひとりだけの膳

篠崎 敏子

ほこらしく春らんまんの八重桜

座つても牡丹になれず年重ね

柴崎 羊子



堀 正子

むつみ鶴の会

台北の片割れ月や雨季兆す

日月潭眼下に日焼けの美髯公

匂ひ立つ高雄夜店の羊頭狗

高橋 平一

短

歌

園生台寿クラブ

五月雨に臥龍の藤は生き長く
妙見様と共存共榮

朝希望屋は努力で夜感謝
すぐす日々には明るい未来

桜花平和の杜をお座敷に
眠りし靈に愛のはなむけ

中川 敏子

ローズタウン
シニアシティズン クラブ
櫛くしらこぎ舟絆かずりのもん。へ菖蒲あやめ咲き

「潮来花嫁さんは舟で行く」

岸辺を彩る早咲きの菖蒲も

水面の柳よしも真菰まことに映え、

名物サツパ舟が美しい

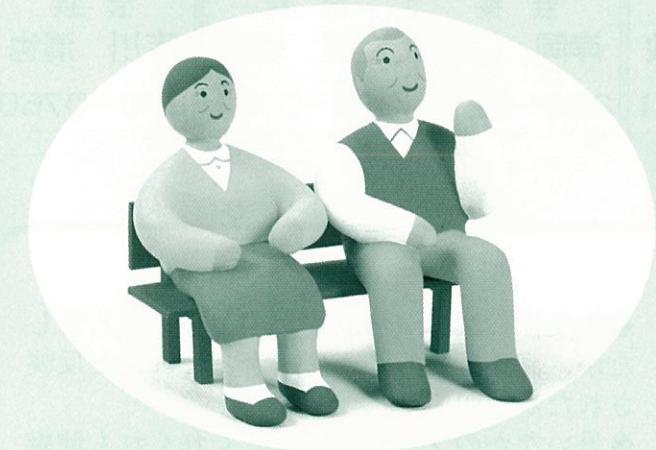
香取 敬三

港町第二君待会

厄除けと姑が植えたる錦木を
切りて工場建てしは吾等

縁側に座りて姑は動かない
夕陽に燃ゆる錦木に向き

山田 登代



老人クラブの友愛活動

～老人クラブへの加入を勧めて仲間づくりを～

「語り合い」から始まる、「暮らしの支え合い」

まず、良き話し相手になりましょう！

そして…

語り合いの中で困っていることや悩みに気づき、
仲間とともに問題解決に向か、
支え合う活動が友愛活動です。

安否確認

あれ、カーテンが
開いてない?
新聞も?

情報提供

口コミ情報を
届けよう。

閉じこもり防止

誘ってくれてありがとう



まずは語り合い

暮らしの援助
ちょっとしたことでも
大助かり

外出援助
支えがあるから
外出できる。

暮らしの援助

仲間がいるから
頼もしい。



全国老人クラブ連合会発行 「[ここにちは]から始まる笑顔」より転載

問い合わせ先

中央区老連

会長
板倉 清隆

227-0084

花見川区老連

会長
花島一二三

259-0582

稲毛区老連

会長
小川 敏

251-7621

若葉区老連

会長
岸岡 泰則

232-5275

緑区老連

会長
岩崎 栄則

268-0161

美浜区老連

会長
吉川 清也

278-0750

編 集 後 記

◆この号で2つの特集を企画しました。
「私たちのクラブ自慢」はそれぞれ多彩で、
クラブ活動がはばたいていることに、クラブ
の可能性を感じました。
「介護の日々」介護する者の日常に触れて目
頭が熱くなりました。

◆介護保険法の一部改正が国会で可決しまし
たが、高齢者の苦しみ痛みが、どれほど反映
されたか疑問です。
◆暑いなかのクラブ活動に、くれぐれも健康
に留意なさってください。

(岩)