

若手の加入促進に向けて意見交換

～若手委員が香川県老連との交流学習に参加～



3月4日高松市香川県社会福祉総合センターにおいて、香川県老人クラブ連合会主催「地域支援合い・リーダー研修会」が開催され、本県の若手委員等8名（オンライン参加含む）が参加しました。

香川県も本県と同様、若手の加入が少ないという課題を抱えており「若手委員の場づくり」をテーマにした分科会を設け、若手委員が市町村の若手委員と交流し、意見交換を行いました。

分科会では協議に先立ち、本県若手委員会の佐藤委員長から県老連の若手委員会が設立した経緯や目的、市町村における若手委員会の役割や取組内容について説明、鳴門市では若手委員会が市の各種事業のサポートを行うことでリーダー養成につながっていることが紹介されました。

具体的な活動内容として、鳴門市での親睦を兼ねて行う県内企業の工場見学、三好市でのゴルフコンペとパークゴルフ大会、神山町

や北島町でのニュースポーツ講習会などを紹介し、こうした若手の活発な活動で、若手の方を呼び込む好循環を生み出す環境づくりが大切であるとし、分科会に移り、香川県の参加者からは、事例発表の中で紹介された活動に関することや若手委員会の組織（構成や委員の選出方法）に関する目的である若手の加入促進の実施内容等について質問が相次ぎました。本県の若手委員からは、関心が高いニュースポーツなど運動系での勧誘、気軽に参加できるサロンへのお誘い、スマホ教室などの新しい取組の企画などを行っているが、香川県



と同等、中々難しい問題であるとされました。

明確な解決策が出せない中ではありましたが、高齢者の就業率向上や趣向、生活スタイルも変わらつつある中、「楽しい」ことを地道に続けながら、しっかり発信して、老人クラブのことを知ってもらうことが大切で、これらを通じて若手の方の参加、加入につながり、まとめられました。

県老連では地域の担い手として必要な知識を学んでもらおうと、毎年「高齢者地域リーダー研修会」を開催しており、本年度も去る2月19日を皮切りに県内3ヶ所で行った研修会に参加しました。

前半は「孤独・孤立対策推進法」の施行もあり「孤独・孤立」に関し、特に孤独・孤立状態に陥りやすい環境にある高齢者の健康にもたらす影響について、講師の県精神保健福祉センター石元所長から、孤独を感じる高齢者の割合が高くなっており、コロナ以降社会参加の機会を喪失し、ひきこもりとなる方も増えている、孤独によるストレスや孤立による体への影響（フレイル、認知症等）で死亡リスクを30%上昇させるとの報告があり、またアルコール依存やうつ病を発症し自殺に至るケースもあり、これらを防ぐには悩みを聞いてくれる身近な仲間の存在が重要であるとされ、老人クラブが行っている友愛訪問活



動などは非常に有効であるとされました。

後半はちよつとした集まりやサロンなどで役立つレクリエーションの手法等を学習、講師の波馬先生は音楽を使った指導を得意とされており、今回も音楽にあわせたストレッチや高齢者に馴染みの「北国の春」を歌いながらの体操、桃太郎と金太郎の歌合戦の他、円になり丸めた新聞紙を童謡「あんだがたどこさ」の「さ」の歌詞に合わせて隣に渡していくゲームでは、停滞したり落としたりと中々上手いはずと笑い声が溢れるなど、終始和やかな雰囲気で行われました。

527人の子供達には、出口が見つからなかったのではないかと、それを思うと、不憫でならない。迷路に迷い込んだ若い（若い）魂を救う手立てはないものか。

私には難しいことは分からない。ただ、迷った子供達を抱きしめて背中を撫でて上げたいと思う。いつの日か小中高生の自殺がゼロになる日が来ることを切に祈ってやまない。

（六田 靖子）

若手高齢者に比較的高い運動系や気軽に参加できるサロンなど楽しい活動を地道に続けながら、声かけしていくことが大切。



発行者
徳島県老人クラブ連合会
TEL 088-625-0021
FAX 088-625-0052
E-mail info@awaroren.org
〒770-0943
徳島市中昭和町1丁目2番地
徳島県立総合福祉センター内
1部20円(送料込 90円)



県老連ホームページ
www.awaroren.org



今月の行事

市町村老連会長・事務
担当者会議
24日（徳島市）

孤独・孤立を防ぐ
身近な仲間の存在・声かけ
～高齢者地域リーダー研修会を
開催しました～



令和6年の小中高生の自殺が、統計のある昭和55年以降最多となったそう。その数、何と527人。未来ある命を（殊に小学生が）自ら葬るとは、痛ましい限りである。

子供は国の宝だと信じている私は愕然とした。

昔は、日本中が貧しかった。暮らし向きが良くなって、環境の整った社会に生きる今の子供達が、何故、自らの命を絶たねばならないのか。

原因は、人それぞれであらう。

振り返ると、私を始め周りには辛さや苦しみを抱える子供は少なくなかった。が、大人になる過程で消化し、抜け出すことができた。

527人の子供達には、出口が見つからなかったのではないかと、それを思うと、不憫でならない。迷路に迷い込んだ若い（若い）魂を救う手立てはないものか。

私には難しいことは分からない。ただ、迷った子供達を抱きしめて背中を撫でて上げたいと思う。いつの日か小中高生の自殺がゼロになる日が来ることを切に祈ってやまない。

（六田 靖子）

80歳を過ぎた頃から、と言う。体力、知力、気力共に急低下している。もうすぐ86歳。カートを押して近くのマーケットへ行くのが精一杯になった。3歳年上で心臓に疾患を持つ夫もまた然り。少し歩くと胸苦しくなる

苑説

命の洗濯

危間が観光列車の旅である。私達に打って付けたと、早速予約した。かくして1月19日、天気晴朗にして気分爽快、杖をつきながら意気揚々と乗り込んだバスは、讃岐の山々の間を縫って一路琴平へ。*視界不意に開けて霞

快、杖をつきながら意気揚々と乗り込んだバスは、讃岐の山々の間を縫って一路琴平へ。*視界不意に開けて霞

で、窓外を走り過ぎる景色を眺めながらランチを頂く。地鶏のコンフィ、鮮魚のポアレ、ローストビーフ、ピラフ等々、焼き茄子や芋の煮っ転がしに馴れた舌には新鮮

刈田、手を振る沿道の人々、山頂に僅かに残る残雪の白さ、青くたゆたう吉野川、大歩危小歩危：約2時間半の旅の間、私のハッピーボタンのスイッチは入りっぱなし。まさに命を洗濯した一日であった。

これに味を占めて、次のツアーを探すべく、毎朝、新聞を広げている。(エッセイスト)

シルバー人材センターは、企業・公共団体・家庭から、高齢者にふさわしい仕事を受注し、会員に働く場を提供する公益法人です。地元の高齢者パワーによる、活力ある地域社会づくりのために、徳島県内では全市町村のセンターが活動中。地元のセンターは、自分らしく働きたいあなたに仕事を提供すること強い味方です。

☆会員になろう！
働くことが生きがい！社会参加を実感
・自分に合った働き方は健康増進につながる
・仕事の報酬で、暮らしに少しゆとりができる
・仕事をとおして新しい仲間づくりができる
などなど。会員は、センターでの就業によって人生の楽しみを増やしているようです。

☆会員になるには
原則として60歳以上の健康で、シルバー人材センターで就業しようとする意欲がある人などなでも会員になれます。

まず地元のセンターへお問合せください。
※お問合せはあなたの町のシルバー人材センター、または徳島県シルバー人材センター連合会へTel 088-665-5533



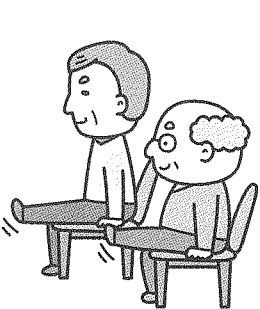
いきいきサロンを紹介

鳴門市木津神第二明和会 栗田 清 茂



私が代表をしている「いきいきサロン撫養西」は10名で発足し、1年半で15名に会員が増えました。毎週金曜日午後2時から12名程がいきいき100歳体操・フットー体操・健口体操をしています。時にはラシーサカードやお手玉を使ったりして楽しんでます。講師を招いての料理教室や会員がお互いに教えあう、ヨーグルトの作り方・塩蔵茎若布の煮物・

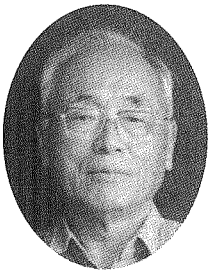
大根のべつたら漬け：等団子を仲良く作ったりしています。更に手芸品も毎年制作し人権・文化展に出展して、会場を盛り上げました。又、寒い中でもグラウンド・ゴルフに興じています。先日は徳島新聞印刷センターを見学し、真夜中の作業がほとんど自動化され、少人数で巨大工場が稼働しているのに感心しました。



防災対策として地震構造装置が目に見えたのも良かったです。今後もフレイル予防に取り組みながら、明るく楽しいサロンを目指してゆきます。

山川町一日観光の楽しみ

吉野川市瀬詰第二クラブ 谷 嘉 明



吉野川市山川町に一日、来て、見て、楽しんで、帰れる行事を選びました。まず高越山(1133米

絵はがきで見るふるさと- 244

桜花爛漫の 大瀧山三重塔
・明治42年ころ撮影
・徳島市太田諸々堂発行



本絵葉書は海部郡阿部村宛の実通便で、宛名面に明治42年6月29日付け信濃赤穂局消印が捺されている。旅先から郷里への便り、旅のはじめに徳島市内の絵葉書屋で購入し、携行したものであろうか。昔から徳島市内の春は大瀧山の桜が咲き始めると本番を迎え、市内全体が一気に華やぐ。本画面では大瀧山の三重塔の前にし

て、境内の花床几に腰かけた花見客が、満開の桜の下で談笑している。明治32年東陽堂刊『風俗画報』第187号には、本絵葉書とよく似た構図で、団藍舟画伯の描いた観花図を見開きで大きく掲載。境内のほぼ全域の眺望を把握できる。昭和20年の徳島大空襲で焼失するまで、三重塔は徳島市内のシンボリック建造物だった。(篠原俊次)

徳島ー香港便、徳島ーソウル便が運航中！

徳島阿波おどり空港から、ダイレクトに香港、ソウルへ行ける、便利な直行便が運航中です！香港へは約4時間、ソウルへは2時間足らずで行くことができます。

香港

○便数 週3便(月、水、土)
○航空会社 グレーターベイ・エアライン

韓国

○便数 週3便(火、木、土)
○航空会社 イースター航空

※ご予約は、航空会社や各旅行会社へお問合せください。



わがクラブのイチ押し☆

佐那河内村井開つくし会 寿命の伸びる老人会

安藝 明子



何年前に入会したか忘れるほどの歳月が過ぎました。ある時、散歩の途中で、村の井開公民館の傍らを通りかかった私の耳に楽しそうな会話がとびこんできました。庭の草抜きをしている井開・奥野々地区老人会のメンバーです。早速入会。会員20名ほど、月1回、輪

投げゲームなどを楽しみ、役場の係の方が体重測定をし、運動指導もして下さり、お陰で健康も持続。年1回の旅行と芸能祭。歌、踊りなど全員参加で楽しみました。私は踊りが好きなので何回も出演させてもらいました。

最も心に残っている活動は、保育園児との交流会です。岡の上の旧中学校の裏で遊び、草花の名を聞かれ、12月末には栗山会長が松飾を飾ると、あの子供

石井町藍煙藤クラブ 会員変動方向

大貫 次雄

私は、石井町藤煙クラブ藍煙地区7単位クラブ・会員数298名をまとめる会長です。どの地区でも同じ問題だと思いますが、毎年会員数が減少しています。原因として、会員の年齢が高くなり、死亡と体調不良により施設に入居しています。

当地区では85才以上の方が20%以上おり、また、施設に入居される方が、毎年3名前後おられます。当地

区では、毎年10名前後の方々が亡くなっており、新規会員を確保するものの、おいけない状況です。今の状況に何も対策をうたなければ、5年後には1/3の会員減少となります。7単位クラブの会長、副会長、各部活動部長と会合を数回重ねた結果、会員増はむずかしく現状維持を目標とする方向で進めるにあた

り、第1段として会員のみなさんの友人のリストを作成し、入会できるかの判断

歴史輝く西測いつまでも

美馬市西測福寿クラブ 元山 勝市

私たちの西測福寿クラブは会員数42名、穴吹町口山にあります。西測地区は、中山間地の西山、西谷、測名集落からなり、

広々と広がった畑地の中に家々がポツンポツンと展開しています。昭和50年頃は約450人の人々が住み、若者も多く農業

私たちの西測福寿クラブは会員数42名、穴吹町口山にあります。西測地区は、中山間地の西山、西谷、測名集落からなり、

広々と広がった畑地の中に家々がポツンポツンと展開しています。昭和50年頃は約450人の人々が住み、若者も多く農業

私たちの西測福寿クラブは会員数42名、穴吹町口山にあります。西測地区は、中山間地の西山、西谷、測名集落からなり、

広々と広がった畑地の中に家々がポツンポツンと展開しています。昭和50年頃は約450人の人々が住み、若者も多く農業

私たちの西測福寿クラブは会員数42名、穴吹町口山にあります。西測地区は、中山間地の西山、西谷、測名集落からなり、

広々と広がった畑地の中に家々がポツンポツンと展開しています。昭和50年頃は約450人の人々が住み、若者も多く農業

越山にはつつじ公園を通り越してお寺の駐車場まで車で行き、徒歩約20分でお寺に行けます。2番目は山川町の秋祭りです。10月19日は瀬戸八幡神社に3地域から3台の屋台がでて、本宮と御旅所を回ります。10月22日は川田八幡神社で約1・5トンの2台(コロナ前は3台)を次々と50人ほどの氏子らが担いで本殿前階段を上げ下げする勇壮なお祭りです。3番目は阿波和紙伝産業会館です。会館は平成元年5月に創

られました。現在は阿波和紙の啓蒙と継承を目的として運営されています。詳細は公式ホームページを御覧ください。紙漉体験ではがき、半紙を作ってみませんか。会館には紙、加工製品を売っているショップがあり購入できます。山川町に来て楽しい1日をお過ごしください。

西測地区は測名小学校区を中心とした人々の絆が強い地域です。今は廃校になつて測名小学校の隣に建っている集会所「ふれあいの里」で、私たちのクラブは月に1回サロン活動をしています。令和7年現在、西測地区に住んでいる人々は約60人に減少しました。10年後は寂しい村になってしまうでしょう。

そんな中、クラブ会員でもある西路照夫さんの呼びかけで、私たち有志は立ち上がりました。記念碑を建てることにしたので、私たちの記憶が確かな内に村の歴史を書き記すことにしました。村の主な出来事、時

代と共に変遷した農業の様子、村の発展を主導した先人の氏名も記します。そして、記念碑には大きく「歴史輝く西測の先人達に光をあてよう いつまでも」と刻みます。

「額に入れて飾ってあるんよ」。当日、印刷された記念の集合写真と、その他の説明新聞なども一緒にしたというOさん。記念の品はすべてそうしてあるという。

「額に入れて飾ってあるんよ」。当日、印刷された記念の集合写真と、その他の説明新聞なども一緒にしたというOさん。記念の品はすべてそうしてあるという。

「額に入れて飾ってあるんよ」。当日、印刷された記念の集合写真と、その他の説明新聞なども一緒にしたというOさん。記念の品はすべてそうしてあるという。

「額に入れて飾ってあるんよ」。当日、印刷された記念の集合写真と、その他の説明新聞なども一緒にしたというOさん。記念の品はすべてそうしてあるという。

徳島新聞 印刷センターを見学して

北島町北島いきいきクラブ 中野 勤

「いやあ、よかった」

の印刷場所まであれやこ

れやと。トレットペー

パーのような巻きとり紙

の太さにびっくり。中は

コンピューター仕様で人

数は多くない。さまざま

の印刷場所まであれやこ

れやと。トレットペー

パーのような巻きとり紙

の太さにびっくり。中は

コンピューター仕様で人

数は多くない。さまざま

の印刷場所まであれやこ



また、運動期間中である4月10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としています。運転者も歩行者も、交通ルールを守り、「ゆずる心・待つゆとり」を持って、交通事故のない安全安心な徳島県を一緒に作っていきましょう。

また、運動期間中である4月10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としています。運転者も歩行者も、交通ルールを守り、「ゆずる心・待つゆとり」を持って、交通事故のない安全安心な徳島県を一緒に作っていきましょう。

また、運動期間中である4月10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としています。運転者も歩行者も、交通ルールを守り、「ゆずる心・待つゆとり」を持って、交通事故のない安全安心な徳島県を一緒に作っていきましょう。

また、運動期間中である4月10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としています。運転者も歩行者も、交通ルールを守り、「ゆずる心・待つゆとり」を持って、交通事故のない安全安心な徳島県を一緒に作っていきましょう。

長寿の秘訣

交通安全

4

4月6日(15日)までの10日間は、「春の全国交通安全運動」が行われます。この運動は、「広く県民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、県民自身による道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図る」ことを目的としています。令和7年の運動重点は、次のとおりです。

- ①子どもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- ②歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
- ③自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

また、運動期間中である4月10日は、「交通事故死ゼロを目指す日」としています。運転者も歩行者も、交通ルールを守り、「ゆずる心・待つゆとり」を持って、交通事故のない安全安心な徳島県を一緒に作っていきましょう。

警察相談専用電話

#9110 (フッシュ回線)

徳島県警察本部 交通企画課



短歌と川柳は自由題、俳句は当季雑詠とします。

和田健史選

手の方の三作にさねし歌集をに服に掛きて一石間

三
ハ
の
三
へ
三
の
（松）
（茂）
田中
（耕）
二

(那賀) 岡内 貞夫

観劇ツアー

宝塚、よしもと、松竹など

☎050-5364-3428