



発行
平群町会
長寿会
ふれあい
情報部

第1回 高齢者相互支援事業部 役員会開催
高齢者相互支援体制確立に向けて

副会長・高齢者相互支援事業部長
奥田 徹

5月17日(土) 10時から、今年度新設された高齢者相互支援事業部の第1回役員会を「かしのき荘」会議室で開催しました。

役員構成は次の8名です。
岡 嘉道(椿台)、前田重雄(若葉台)、中戸資祝(椿台)、三浦堅治(北信貴ヶ丘)、上田寿美(若葉台)、戎井邦子(初香台)、岡本美智子(初香台)、奥田 徹(緑ヶ丘)、(本事業部では、岡 嘉道連合会会長は顧問と位置づけられました)。

岡 会長からは、先の定例総会の挨拶にもあったように、各地区高齢者の担い手として、益々多岐・多様化する生活上のニーズに適切に対処していくためには、健康で元氣な高齢者が、そうでない高齢者の支援を担う「高齢者相互支援体制」の確立が喫緊の課題であり、長寿会の会員同志が住み慣れた地域で安心して住み続けられるよう、「日常生活の困りごと」の支援グループ(チーム)を編成して支え合える体制を構築して欲しいとの強い要望がありました。

(身体介護は、介護保険制度の領域です。対象外となります)
そこで、生活上の具体的な支援策として持ち上がった編成の内容は

第2回 理事会 開催

- 一、見守り活動チーム
(従来の友愛活動部が担当)
 - 二、外出支援チーム
 - 三、生活支援チーム
 - 四、集いづくりチーム
 - 五、災害発生時(緊急時)の避難支援チーム
- の5案を、今後具体的に立案し、計画できるよう来年度までに、部員一同で構築していきたいと思えます。非常に高いハードルですが、会員皆さま方のご理解をいただきながら鋭意取り組んでいきたいと思っています。

6月27日10時から「かしのき荘」新館会議室において、36地区会長(若井池田会長欠席)、本部役員、参与、顧問、事務局が出席して開催されました。当日、提案された報告事項と協議事項は全て原案どおり、了承・議決されましたので、つぎのとおりご報告します。

【報告・連絡事項】
1. 専門部関係

- ① 女性部
(1) 介護施設訪問
・7月21日(土) 悠々の郷(盆踊り)

若葉台長寿会

会長 柏木 勲

毎月の例会を楽しいものに！

月1回顔を合わせる例会を大事にし、新しい行事を加える努力もしています。昨年10月からは、会員の要望に応じて週1回「いきいき百歳体操」が役員や会員の協力を得て始まりまし

1週間は早いですが、会員以外の参加もあり、憩いと交流の場にもなっています。
月例会の新しい行事に、今年から年2回の講座・勉強会を加え、6月11日には1回目の講座として「高齢者を狙った詐欺について」を行いました。会場は手狭な集会所でしたが、会員以外の方もあってこれまで最高の69名の方に参加いただきました。“めっちゃよかった”

- (2) 施設見学(再)
 - ・6月3日奈良市 奈良阪町社会福祉法人「中川会」、奈良テレビ本社、平城宮跡(町バス利用)、会長 顧問、女性部(地区) 25名
 - (3) 健康部との合同研修会
・7月12日(土) かしのき荘新館会議室
- ② 健康部
 - (1) 健康ウォークへの参加
・第101回 6月25日 東山駅(まほろば遊歩道 約5km)
 - ・第102回 7月23日 プリズム(椿井城跡 約5km)
 - (2) 第1回健康委員会開催
・5月24日(土) 新館会議室
地区健康委員 他 34名
「いきいき百歳体操体験」
ふれあい交流センター田中氏 講義・指導 井口氏(緑ヶ丘)
 - (3) 2019年度健康部活動方針等、第1回「体力測定会」実施
6月18日(土) 町総合体育館
2019年度は、地区会長と健康委員両者の参加
 - (4) 「プリズム健康フェスタ」への協力
6月30日「体力測定コーナー」担当
 - ③ 伝承交流部
 - (1) 5月12日 西宮小地域ネットワーク「絆の会」昔遊び&マジック
 - (2) 5月31日 親子でウキウキタイム実行委員会(支援センター)
 - (3) 6月22日 親子でウキウキタイム
 - ・総合体育館(昔遊び)
 - (4) 7月13日 ゆめさとこども園(昔遊び)
 - (5) 7月20日はなさとこども園(昔遊び)
 - (6) 7月25日 竜田川ネオポリス錦秋会(マジック)
 - ④ ふれあい情報部
 - (1) 6月号 5月18日 編集委員会
 - 5月29日 印刷・発行
 - (2) 「総会特集号」は発行せず
 - (3) 7月号 6月15日 編集委員会
 - 6月29日 印刷・発行
 - ⑤ クラブ統括部
 - (1) 作品発表会第2回実行委員会
・5月15日(土) 小会議室

た”会場が近いので初めての方も来ていただき、昼食時の車座は話が弾んだ“など、嬉しい感想をいただきました。月例会は毎回、うたごととラジオ体操から始まり、今年1回の体力測定も位置付け、今年度の社会見学は「太陽の塔と国立民俗博物館、アサヒビール見学を計画しています。こうした活動を通じて4月から新しく10人の方に長寿会会員に加わっていただ

- (2) 発表会 6月14日・15日 かしのき荘1F全室
- (3) 会場準備 6月13日
- (4) 反省会 6月17日(土) 小会議室
- ⑥ 友愛活動部
 - (1) 「お困りごと相談室」の開催
・第21回 5月18日 健康相談室2
 - ・第22回 6月15日 (中止)
- ⑦ 高齢者相互支援事業部
 - (1) 第1回役員会の開催
・5月17日(土) 健康相談室2
※毎月第3金曜日に会合し事業を詰める。
 - 2. 本部関係
 - (1) 5月末日現在の会員数速報 2,158名(年度当初比3名増)【別紙1】
 - (2) 平成2019年度共同募金助成金申請書提出 5月31日迄
 - ・健康部 60,000円、伝承交流部 48,000円
 - (3) 地区会員名簿提出・連合会費納入
・5月9日までに納入済み
 - (4) 町地域自主防災組織協議会総会
・6月3日(土) 町中央公民館
中戸副会長出席
(記念講演「電気と自然災害」
関西電機保安協会 武内 茂樹氏
 - (5) 町人権教育推進協議会の会議
・理事会 5月19日 町中央公民館
中戸副会長出席
 - ・総会 5月24日 町中央公民館
岡会長、中戸副会長出席
 - (6) 第2回理事会
・6月21日(土) プリズムへぐり2F
岡会長出席
 - (7) 平群町地域公共交通会議
・6月24日(土) 商工会館
岡会長出席
 - (8) 第2回平群町生活支援体制整備事業協議会
・6月26日(土) 役場会議室
岡会長出席
 - (9) 人権・命の尊さ町民集会
・7月11日(土) 中央公民館
計6名出席
 - 講演「アナウンサーの私にできること」講師 岩本 計介氏
 - (10) みずほ財団「地域支え合い応援事業」への参加【別紙2】
・推進母体「高齢者相互支援事業部」活動期間 1年間
(裏面に続く)

きました。
月例会や百歳体操以外に、年3回集会所の清掃など忙しい日程ですが、月1回の例会は活動の原点になっています。それは「日常的に挨拶を交わす親しい環境づくり」(総会の議案)であると思います。今後も、より一層月例会などを充実させるために役員一同で知恵を絞りたいと思います。

令和元年7月度 老人福祉センター「かしのき荘」利用表

日	曜	集会室(2階)	和室	小会議室(2)ロビー	会議室		小会議室(1)		新館・会議室	
					午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	月	櫻 原 囲碁						健康部本部	社交ダンス	健康体操
2	火	鳴 川 ・ 横 原 将 棋			俳 句 わ か ば の 会 社 協					新 舞 踊
3	水	初 香 台 真向体操(午前)			長寿会三役会 短 歌			日立団地	ア ロ ハ ヨ	ー ガ
4	木	カ ラ オ ケ ク ラ ブ 囲碁		<ゆーあいサロン>				伝承交流部(手品研究)		健 康 麻 雀
5	金	梨 本 ・ 西 向 将 棋				編 物			太 極 拳	ウ ク レ レ
6	土					健康麻雀有志		遺 族 会	扁 剣 の 会	第 九
8	月	光 ケ 丘 囲碁			小 筆 民 謡				健 康 体 操	社 交 ダ ン ス
9	火	若 葉 台 将 棋	長寿会女性部	若 葉 台 詩 吟	長寿会本部役員会	わ か ば の 会			コ ー ラ ス	フ ォ ー ク ダ ン ス
10	水	椿 台 真向体操(午前)			リフォーム手芸			フロア体操	ア ロ ハ	パ ソ コ ン
11	木	菊 美 台 囲碁			アートフラワー			和 歌 朗 詠 英 会 話		新 舞 踊
12	金	緑 ケ 丘 将 棋	社 協	茶 道 絵 手 紙				弥生の会	長寿会合同研修会	長寿会女性部
13	土	ふ れ あ い 活 動 部			健康麻雀有志				オ カ リ ナ	
16	火	月 見 台 将 棋			俳 句 折 り 紙			ローズタウン若葉台		健 康 麻 雀
17	水				川 柳			楽 農	ア ロ ハ	
18	木	カ ラ オ ケ ク ラ ブ 囲碁		<ゆーあいサロン>		友 禅		伝承交流部(手品研究)	扁 剣 の 会	吹 矢
19	金		将 棋			編 物		布あそび	太 極 拳	ウ ク レ レ
20	土			友 愛 活 動 部		健康麻雀有志		ふれあい情報部	ヨ ー ガ	第 九
22	月	吉 新 囲碁			小 筆 民 謡			年金者組合	健 康 体 操	社 交 ダ ン ス
23	火		将 棋	<ゆーあいサロン>		詩 吟			コ ー ラ ス	フ ォ ー ク ダ ン ス
24	水	若 井 ・ 福 貴 ・ 越 木 塚			リフォーム手芸			社協	ア ロ ハ	パ ソ コ ン
25	木	下 垣 内 ・ 西 宮 囲碁			アートフラワー			和 歌 朗 詠 英 会 話	吹 矢	新 舞 踊
26	金	信 貴 畑 ・ 榎 原 将 棋			茶 道				社 協	遺 族 会
27	土	ふ れ あ い 活 動 部				健康麻雀有志			ヨ ー ガ	オ カ リ ナ
29	月	御 陵 苑 囲碁		新 聞 印 刷						
30	火		将 棋			社 協				社 協
31	水	福 貴 畑 ・ 久 安 寺						社 協		新 舞 踊

※ 陶芸クラブは7月1日(月) 9:30~(ふれあい交流センター)

令和元年6月17日 現在

甘口辛口

「人生100年」時代と言われる超高齢化社会に突入している日本でも病気を予防して「健康寿命」を延ばせば長生きしても医療費は減らせると考え、これを実行している人が大勢いる。◇国も医療費削減の一つの手段として予防医療の推進を掲げている。◇しかし、それは間違いという医療経済学者が現れ、それが専門家の共通認識だという◇長生きすると誰しも、いずれ病気に罹り、その結果、生涯に係る医療費総額は減らずに、長期的にはむしろ増える可能性が高いという◇つまり、予防医療は医療費のタイ

ミングを先延ばししているだけで、医療費削減の効果は幻想に過ぎないと指摘しているのだから◇われわれ長寿会連合会が推進している毎日「おでけ健康法」や、毎週「いきいき百歳体操」等の健康づくり活動は、健康寿命延伸を目的とするもので、膨大な医療費のかかる不健康寿命を短縮しようとするものである◇結果として、会員それぞれが健康という、かけがえのない価値を得ることにより、不健康寿命が短縮され、医療費が削減されると信じるからである。

(表面より)
(Ⅲ)会計より、総会時の弁当代・
5月新入会員(13名)の年会費

3. 郡生連関連

(1) 第1回役員会

・5月29日「生き生きプラザ斑鳩」

・平成30年度事業結果、決算報告・2019年度事業計画、収支予算

(2) 2019年度 各町の新役員

・今年度より斑鳩町が幹事

・4町の新役員名簿提出【別紙3】

(3) ゲートボール大会

・6月7日 三郷町ゲートボール会場
各町2チーム出場

(4) 指導者研修会 【別紙4】

・7月3日、4日 愛知県蒲郡温泉
・各町本部役員10名＋事務局1名
会費@22,500円

(5) 県老連「優良老人クラブ」推薦

【別紙5】

・生駒郡で3件

・知事表彰1件、県老連会長表彰2件
・平群町は個人表彰(老人福祉功
労者賞)に数内英輔氏を推薦する
も固辞の為、岡 会長に変更

4. 県老連関係

(1) 評議員会

・5月31日、県社会福祉総合C
岡会長出席

(2) 正・副会長会議

・5月31日、県社会福祉総合C
岡会長、日下、中戸、前田、奥
田、難波、旗谷、榎原副会長出
席

(3) 会員数、30年度事業実績、

2019年度収支予算等の提出

・4月27日提出済

【別紙6】

(4) 全老連「活動賞」の推薦

・健康づくり部門、ボランティア
部門、その他活動部門

※平成26年度、30年度5年間の

会員増加状況がポイント

・「会員増強運動推進賞」受賞地
区を推薦、椿台、緑ヶ丘、初香
台、光ヶ丘、御陵苑、西宮

【協議事項】

(Ⅰ) 県老連「介護予防・健康づくり

リーダー養成講座」受講生推薦

・受講費3,000円(本部負担)

7月、11月 9日間受講

・申込資格 75才以下 受講後リ

ダーとして長く活躍できる者

【別紙7】

・次の2名を推薦

・鶴飼 勉氏(緑ヶ丘)男性 68才

・井口阿佐緒氏(緑ヶ丘)女性 74才

(以上)

お知らせ

健康部

◇健康ウォーク

・102回 7月23日(火)

・プリズムへぐり 9時30分

・椿井城址 約5km

※飲物、「手帳」、雨具持参

※7時前降雨予報40%以上中止

盛大に舞台発表会

副会長・クラブ統括部長

日笠 晴正

令和元年度の舞台発表会は、5
月10日(金)に、長寿会連合会の
年次総会に引続き中央公民館で開
催しました。参加クラブ数は、今
回から「平群の第九」が初参加で
したが、常連の民謡クラブが不参
加となったために13クラブが、日
頃の成果を披露しました。年々歳
を重ねる中で、参加された方々の
生き生きとした姿を遠目で見ると
心の若々しさとパワーを感じまし
た。以前に紹介したように、「踊る
阿呆に見る阿呆、同じ阿呆なら踊
らにや損」要は、参加した方が
楽しさが増えます。

この機会に、クラブ活動に参加
し健康長寿を進めてください。尚、
運営にご協力いただいた関係各位
にあらためて感謝申し上げます。
次に、出演いただいた各クラブ
の代表者からの一言を紹介させて
いただきます。

○太極拳クラブ代表 宮前 貴美子

中国語の演武説明曲に合わせ昨
年よりは少しは上手にと頑張りま
した。

先生の熱烈指導のもと、十分な成
果を発揮できたと自負しています。

“体力維持に太極拳!”続けます!

○ウクレレクラブ代表 大門美智子

アロハクラブ代表 田尻セツ子

今年初めて2クラブコラボ発表
にチャレンジしてみました。狭い
ステージでしたので、音響面で少
し課題が残りましたが、次の目標
に向かって楽しく練習を重ねてい
きたいと思っています。

○和歌朗詠クラブ代表 山田幸子

今年が京都祇園、清水を主体と
した様々な歴史と思い出を綴った
和歌を楽しく詠ずることができま
した。

これからも全員で歴史を学びなが
ら和歌朗詠を楽しんでまいります。

○詩吟クラブ代表 相川明睦

日頃の吟技で多くのお客様を
前に、舞台上の緊張感を力に変え
「声は人格の響き、朗々たる吟声
は正に詩吟の世界」漢詩の魅力の
一端をお届けした喜びを是認で楽
しました。

○新舞踊クラブ代表 香川恵美夫

団体踊りは皆で揃える難しさに
苦労しましたが、楽しく踊ること
ができました。先輩の踊りへの努
力と美しさを見習って、これから
も体に気を付けて芸を磨いていき
ます。

○扇剣の会代表 岡本 豊子

太極扇は定式を決めること、三
二剣は体重移動を練習しました。
当日はまずまずの成果を破棄でき
たと思っています。太極剣は奥が
深い演技です。更に喜んでいただ
けるよう頑張ります。

○コーラスクラブ代表 江草昌勝

当日は全員が先生の指揮に合わ
せて精一杯に歌いました。どのよ
うに感じていただいたか。もし、
良い響きと感じていただいたら、
私たちとご一緒に歌いませんか。
声を出せばきつと元気で若返ると
思いますよ。

○平群の第九クラブ代表 榎原 列

今回の舞台発表会は、初めての
出演でした。短い時間でしたが、
メンバー全員は少し緊張気味でい
たが楽しく張り切って熱唱できま
した。これからも参加したいと思
います。

○カラオケクラブ代表 日笠晴正

3人一組の歌唱もすっかり慣れ
て、歌唱にもそれぞれの個性が溢
れて通常のカラオケと違った味わ
いを感じていただけたのではない
でしょうか。私たちは、歌唱を通
じて健康長寿を目指します。

○オカリナクラブ代表 長谷川 健

今年も発表会で演奏できたこと
を嬉しく思っています。まだ、回
目の参加ですが、楽しく演奏でき
たのは日頃からの練習と、熱心にご
指導いただいた先生のお蔭と感
謝いっぱいです。これからも楽し
く続けてまいります。

○手品研究クラブ代表 大門 秀夫

例年どおり全員で皿回しからス
タート、小さい花から大きな花へ
と、最後はミリオンフラワーで締
めくり舞台いっぱい花を咲かせ
ました。女性陣の頑張りを感じ
謝!感謝!

○フオークダンスクラブ代表

宮城 幸子

可愛い衣装で、明るいうリズムに

乗り、手をつなぎ支え合って踊る
ことができました。
何時までも健康で笑顔をモットー
に皆で踊り続けたいと思います。

クラブ舞台発表会に寄せて

三里長寿会 森 治子

長寿会連合会総会後のクラブ舞
台発表会を毎年楽しみに中央公民
館まで足を運んでいる。舞台上に
立っておられるお顔を拝見して、
今年も元気で参加されているのを見
ると「頑張っておられるな」と拍手を
送りたいくなる。日頃の成果を披露
されている姿は立派だ。老いて人前
で演技をすることは、勇氣も入り、
適度な緊張感も伴う。でもやり遂
げた後の満足感や達成感は貴重な
財産になっているだろう。私も文
化祭にフラダンスで舞台に立つの
で、皆様方の気持ちがよく分る。

今回のフラダンスとウクレレの
合同での発表は、なかなか粋で、
華やかで楽しませてもらった。生
演奏をバックに踊る計らいは今後
のクラブ間の交流の在り方を考え
る一助になると思った。
好きなことを続けられるのは幸
せなことである。長寿会会員の
方々が健康に留意され、末永くク
ラブ活動を続けられることを願っ
ている。

女性部の施設見学

副会長・女性部長 日下 多喜子

6月3日(月)女性部恒例の施
設見学に行きました。今回の行程
は、奈良市内の社会福祉法人中川
会・奈良テレビ本社・平城宮跡でし
た。途中、レストラン「花鹿」で
昼食を摂りました。

中川会は、障がい者支援施設と
して発足しましたが、その後、特
別養護老人ホーム、軽費老人ホー
ム(ケアハウス)、が併設され、な
かがわメディカルという医院も同
じ敷地内にありました。

門を入ると守衛さんがおられ、
きちんと警備体制もとられていま
した。建物内部は、エントランス
ホール、廊下など、どこもゆった
りと広々していました。居住され
る部屋、食堂と、イベントを行う
空間(地域の避難所にも使用)等、
館内をくまなく案内していただき
ました。最後に質問等に答えてい
ただき、利用者の料金表では、保
証金が不要など案内安価であると
思われました。館内を案内してい

ただいている時に、車椅子の青年
が終始付き添っていた。青年は
のに気づきました。その青年は
説明されている理事長さんの息子
さんでした。外に出てバスに乗る
まで見送ってニコニコされていた
のが印象的でした。
次の奈良テレビ本社では、スタ
ジオの見学をし、レストラン花鹿
では、二月堂のたいまつの話をし
ていただきました。最後の平城宮
跡では、新しく整備された朱雀門
ひろばの「いざない館」など、そ
れぞれ自由に散策して充実した1
日でした。

川柳クラブ

今回の題詠は「しゃべる」

デパ地下は声の張り合い競い合う

好き勝手しゃべって生きてりや

世話は無い

大臣につぶやき役の席が要る

おしゃべりを静かにさせる名演技

あの人は口に出さずに目でしゃべる

喋るなど口止めされりやなお言いたい

喋るだけ聞くだけ夫婦五十年

集まればしゃべる人何時も決つてる

スマホでも孫にほんろう教えられ

パパママの不倫を話す幼い子

口笛でおしゃべりするよウグイスと

しゃべりたいでもやつぱりだまつと

夢しやべり瞳キラキラ老い知らず

お喋りも多くなるほど無駄口

剪定師作業する前木と語る

自分だけしゃべりまくって電話切る

短歌クラブ(順不同)

葉隠れにひな啼く声してかい間見

ばひな啼き止みてしじま広がる

冬眠の田を掘り起こし水張のとき

ぞと蛙しきりに知らず

徳原 友子

草花やツバメの飛来に季を学ぶ
開花集作り命脈々

見てみてよ小さい花が背のびする

気づく幸せ野辺の昼過ぎ

平安の雅びな遊び曲水の宴下賀茂

神社の桜花の下で

毛筆で令和の文字を五度六度

書けば親しみぐんぐん沸きぬ

選挙公報配る六百戸は坂また坂

汗ふき眺む五分咲きの桜

天道虫草の先まで来て飛べり

鉄幹の洞を蓋ひし繁りかな

平群氏の裔かもしれず田を植うる

暁薦平群古道の檉落葉

紫に明けゆく朝の鉄線花

平群谷赤鬼棲むと炉辺話

点滅がふわり飛びたつ螢かな

夏は来ぬ平群の街のかはり来て

靴ひもを結ぶその先つつじかな

俳句クラブ
かしの木句会(順不同)

今月の兼題は無く当季自由句です。

天道虫草の先まで来て飛べり

鉄幹の洞を蓋ひし繁りかな

平群氏の裔かもしれず田を植うる

暁薦平群古道の檉落葉

紫に明けゆく朝の鉄線花

平群谷赤鬼棲むと炉辺話

点滅がふわり飛びたつ螢かな

夏は来ぬ平群の街のかはり来て

靴ひもを結ぶその先つつじかな

江崎 俊夫

野木 宗信

岡本 豊子

三船 忠志

岩城かずこ

花岡 安子

おくやみ

令和元年5月20日から6月19日の

間に左記の会員の方がご逝去され

ました。

生前を偲び、謹んでご冥福をお

祈り致します。

久保 スミ子様(97) 椿台地区

平群町長寿会連合会