



172号 11月号

福山市老人クラブ連合会

福山市地吹町12-7 ☎084-924-0186

(月・水・金 9:30~16:00)

# 福山市老連

福山市老連: 8ブロック 学区老連55 単位クラブ350 会員16,705人 (令和4年5月23日現在)



## 夏の名残り

夏の名残 そして 秋の訪れを感じる  
季節の移ろいに思いを馳せる



私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

急性期医療施設 一般病床97床  
日本医療機能評価機構認定病院

医療法人 蒼生会  
**楠本病院**

福山市曙町3丁目19-18 TEL(084)954-3030

介護療養型医療施設(介護保険適用)50床

楠本病院居宅介護支援事業所……TEL(084)954-3340  
訪問看護……TEL(084)957-0234  
楠本病院通所リハビリテーション……TEL(084)954-3340

内科・胃腸内科・放射線科  
ISHIOKA **いしおか医院**

日本消化器病学会認定 消化器病専門医  
日本消化器内視鏡学会認定 消化器内視鏡専門医

|     |             |   |   |   |   |   |   |      |
|-----|-------------|---|---|---|---|---|---|------|
| 住診可 | 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 無料送迎 |
|     | 8:30~12:00  | ● | ● | ● | ● | ● | ● |      |
|     | 15:00~19:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ※ |      |

休診日/水曜日・日曜日・祝日 ※土曜午後は17:00まで  
受付は診療終了の15分前まで 福山市大門町3丁目19番14号  
☎084(946)5100 FAX 084(946)5155  
http://www.ishiokaclin.jp

沼隈病院グループ  
社会医療法人社団 沼南会・社会福祉法人 まり福社会

**沼隈病院** ☎084-988-1888  
歯科 ☎084-980-8241  
福山市沼隈町中山南 469-3

介護老人保健施設 めまくま まり高齢者複合施設 山南  
常石医院 山南クリニック  
まり居宅介護支援事業所 まりデイケア山南  
地域密着型特別養護老人ホーム まり沼隈 まり介護付高齢者住宅 山南  
グループホームめまくま まりショートステイ 山南  
まりホーム熊野 まり訪問看護ステーション  
まりホーム内海 まり訪問看護ステーション  
まりデイサービス内海  
まりショートステイ まり沼隈

外壁塗装・屋根塗装をはじめとする  
一般住宅の塗り替え塗装専門店です。  
大切な家の塗り替えは、  
谷塗装工業へお任せください。

**株式会社 谷塗装工業**

☎0120-400-830  
本社/福山市箕島町 4817 番地 7

給排水衛生設備 } 設計施工  
空調設備 }  
水道施設・土木 }

有限会社 サプライおおむら

福山市瀬戸町長和 1607  
☎ 084-952-2289  
FAX084-952-4689



会長あいさつ



介護助手制度に期待！

～元氣な高齢者の積極的な参加を～

福山市老人クラブ連合会 会長 多田三千男

コロナ感染症は第6波に留まらず、第7波に入っています。コロナ禍でもできることを合言葉に、皆様方には辛抱強く頑張っていた

多田 高齢者にとって、「健康」「恋愛」「奉仕」の観点で必要不可欠な存在であるはず。組織が年々先細る福山市老連が不憫でなりません。

このからも、老人クラブが高齢者にとって心地の良い居場所。生涯学習・生涯教育の場、生きがいを実感できる存在になることを目指します。会員の方々から知恵をいただき、また市行政や市民

◎目指すもの

老が主に役員の担い手がなく、解散に追い込まれました。学区や単老の脱落は組織に大きな空白ができ、市全域の高齢者の自治・デモクラシーの基盤を揺るがす事態で、誠に残念無念です。老人クラブはそれぞれの地域に住

介護人材確保の間口を広げ、多様な人材の確保。介護士は専門的業務に専念し、介護助手は介護士の周辺業務を担う。施設側が高齢者に期待するもの。豊富な経験・技能を活かした業務。特技などを活かした講師役など。元氣な高齢者が期待するもの。社会参加、就労(有償)の機会や自らの特技などの発表の「場」の提供、生きがい対策など。施設側と高齢者の連携に期待するもの。介護人材の確保、介護施設側と高齢者側との関係の深化・情報共有、介護現場での知見を地域での相互支援活動に活かす。

◎目指すもの

今、元氣な高齢者の生きがい対策と老人クラブ活性化策の一つとして、市社会福祉協議会や市社会福祉施設連

参加希望者を対象とする研修会の開催、希望者と希望施設との調整など未だ課題山積です。コロナ禍ですが、関係機関や多くの方々のご指導とご協力をいただき、今年度内に、本制度の「モデル」を数箇所設定して試行できればと願っています。

◎目指すもの

本事業の特徴は、貴重な資源である元氣な

高齢者に主体的に業務に参加していただき、有償ボランティアとして処遇することです。市老連では理事会などで協議し、意義ある事業と評価し、本制度への参加に向けて準備を進めているところです。

◎目指すもの

大変な試練の時です。新しいものに挑戦しつつ、明るい未来の訪れを信じて頑張りましょう。

No rain, no rainbow. (ハワイの諺) 皆様方のご健勝をお祈り申し上げます。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

おおもとウイメンズクリニック
院長・医学博士 大本 裕之 副院長 大本 佳恵
TEL: (084) 920-5155

寺島歯科医院
受付時間 AM9:00~12:30 PM2:30~ 6:30
TEL.0120-438-300

神辺内科
院長 医学博士 西岡 智司
TEL(084)925-2567

渡辺歯科医院
TEL 084-987-3888

山陽歯科クリニック
TEL 084 (988) 1377

Primrose
グループホーム プリムローズ草戸
TEL.084-954-5575-6509

理事会&広島県地域指導者講習会

相次いで開催

「コロナ感染第7波で  
感染防止策のもと」

7月の第3週は、福山市のBA・5のコロナ感染者数が、過去最高を更新する報道があり、開催可否の照会電話も数件頂戴しましたが、Withコロナの中で、「肌張って緩めざるが如し」ではないですが、役に立つ(会議)を模索し、感染防止策を講ずる中で、予定通り理事会と地域指導者講習会を実施しました。

理事会は、20日(水)午前10時より、老人会館大会議室に理事30名の参加で、冒頭、福山東警察署 交通第1課の



安原部長

広島警部補から夏の交通安全運動などの講話を聞きました。

会議は、多田会長の

議長で始まり、最近つとに諸会議で提起している「介護助手制度」について、社会福祉協議会より詳細なレクチャーを受けました。

今年度の第1回となった理事会は、会員増強事業の報告や今年度の基本方針、さらには重点目標の具体化等について、古谷副会長と多田会長から提起がありました。その後、2年ぶりとなる福祉大会・芸能祭の申込



桐島さん

木谷さん



今井さん

み要件や60周年記念事業(HPの開設・記念誌の発行)などが提起され、理事の拍手のもとに承認されました。

最後に、事務局より、同封資料の「高齢者スマホ購入支援」や「防犯機能付き電話機の設置補助」「市瀬戸老人福祉センターの利用促進」等について説明があり、短時間のうちに終えることができました。理事の皆様のご協力に感謝します。

広島県地域指導者講習会は、22日(金)の午後1時より、老人大学講堂において、80名余りの参加者のもと、橋本副会長の開会宣言で幕を開けました。

当日は、多田

会長が所用で欠席の中、江草総務部長の鷹揚に構えた名司会で

会は進行しました。今回、講師をお呼びした

福山市世界バラ会議推進部の安原部長には、PCのパワーポイント不具合で迷惑をかけましたが、問題なく堂々とした態度で、参加者全員が聴き入っていました。また、3件の事例発表(旭通老人クラブ会長 桐島さん・福相学区会長 木谷さん・東学区会長 今井さん)は、まさに現状を鋭く分析された内容でメモを取る姿が見て取れました。

今回の講習会では、単老の衰退と活性化が叫ばれている中で、組織を構成する会員が歳を取るのには「衰退」のイメージではなく、自己規制せず、無性にいろんなことに挑戦する、できるということを学ぶことができたように思います。

まさに「一身にして一生を経る(福沢諭吉)」という言葉を一老人クラブという舞台で……。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

**井上土木株式会社**

福山市大門町4丁目14番3号  
TEL.084-941-4135

**新築・増改築、承ります!**

一級建築士事務所  
**サンセイハウジング株式会社**

沼隈町草深 2785-248 ☎(084)987-3902  
FAX(084)987-1840

**来山環衛工業 有限会社**

福山市田尻町 2337 番地の 1  
TEL.(084)956-5671・956-0466  
FAX.(084)956-5671

金属スクラップ業

**株式会社 高村商店**

福山市引野町 637-10  
TEL/FAX.084-945-2550

製材 木工 機械 設計製作販売  
自動化省力機械

**有限会社 鋼伸**

福山市南松永町 3 丁目 7 番 51 号  
TEL/FAX.084-934-8060

製缶・鉄骨業

**株式会社 T.P.M.**

本社工場 福山市鞆町後地 26-176  
TEL.084-970-5370  
FAX.084-970-5371



迫力あるショット

コロナで体を動かすこともままならなかった鬱憤を晴らすのごとく7月7日(木)の晴れ渡った日、千田町にある千塚池グラウンドを借りての市老連女性委員会主催のグラウンドゴルフ大会が100名



待ちに待った!!  
女性委員会の  
GG大会



青空の中楽しめます

の参加者のもとに行われました。感染対策や熱中症対策と心配な中でしたが、皆さんの熱気とやる気で、半日の楽しい交流の時間となりました。なにせ2面も取れる広々とした会場で、6人・7人で個人戦を行いました。チームは学区混合でのメンバー編成、メンバー同士で声を掛け合いながら、2ゲームを...。ゲームの間は、藤棚の下で水分補給をしつ



優勝は、新市学区の高橋典子さんで、スコアは、32打(ホール

|     |         |         |     |     |
|-----|---------|---------|-----|-----|
| 優勝  | 高橋 典子さん | (新市学区)  | 32打 | (2) |
| 準優勝 | 西江加枝子さん | (坪生学区)  | 35打 | (1) |
| 第3位 | 持田 節子さん | (神村学区)  | 35打 | (1) |
| 第4位 | 中島 英子さん | (箕島学区)  | 35打 | (1) |
| 第5位 | 中留 信子さん | (大谷台学区) | 37打 | (1) |

※( )はホールインワンの数  
準優勝、第3位及び第4位は、同打数により、ゲーム感覚の「3人じゃんけん」で決定

かり行い、万全の対策を講じました。結果は次のとおりです。

インワン2)でした。おめでとうございませす。閉会式では、優勝者のほかに準優勝者、第3位、第4位、第5位、ホールインワン賞(25名)、ラッキー賞などの賞品が渡されました。なお、今回の大会を実施するにあたり、千田学区老人クラブの方々が、会場の準備(コース設定、テントの設営、式の準備等々)に汗を流していただきました。ただただ感謝のみです。ありがとうございました。(文責:武田副会長)



表彰式の様子

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

一般区域貨物運送事業

**合田運送株式会社**

GOUDA G

事務所/福山市曙町2丁目2番25号  
TEL 084-999-6622 FAX 999-6623  
本社/福山市港町1丁目3-21

住宅の新築、リフォーム、修繕など

世代を超えて住み継がれる家

**山崎建設株式会社**

箕沖事務所/福山市箕沖町62-6  
TEL 0120-40-3466

各種抜型・CAD/CAMシステムレーザ加工

**株式会社 内田製作所**

福山市多治米町6-10-25  
TEL.084-953-8644  
FAX.084-953-7645

空調設備設計  
施工・メンテナンス

**愛勝空調 有限会社**

福山市曙町6丁目7番22号  
TEL.(084)953-4795

園児募集中 お気軽にお問い合わせ下さい

社会福祉法人 あかつき会

子育てを応援します!! 安心してお預け下さい。

**あんずこども園** 福山市手城町2-4-20 ☎084-932-2644

**千代保育園** 福山市南町14-11 ☎084-922-8700

**もみじこども園** 福山市南本庄1-7-7 ☎084-922-2463

(有)太宏メンテナンス

福山市曙町6丁目7番23号

TEL.084-953-8977  
FAX.084-953-8978

# 多種多様な力作が勢揃い!



## 令和4年度 作品展を開催



会場使用許可の関係で、令和4年度の作品展を例年より早い9月13日(火)から3日間、まなびの館「ローズコム」で行いました。前日の12日(月)の午後、文化部等の皆さんの協力のもと、会場設営を行い、円滑に準備することができました。今回は、「書」「画」「写真」「彫刻」「紙粘土」「俳句」「絵手紙」「木版画」「陶磁器」など50名の方の作品が出品され、華やかに会場を飾る「パッチワーク」の作品は、今年も来場者の目を引きました。

見事なパッチワーク



多くの人を魅了した版画



作品展がレディオBINGOの取材を受け、古谷副会長が対応

作品を一部ご紹介いたします!



絵手紙の作品



作品展で魅了されるお客さん



珍しい書の作品



合掌!すばらしき彫り物

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

鉄・非鉄金属の加工及び販売  
産業廃棄物の収集運搬・処分業  
プレス加工・計量証明

有限会社 **井上メタル興業**

福山市新浜町2丁目4-46  
TEL(084)954-7380  
FAX(084)954-7333



**IKEDA KANZAI**

踏み出そう、モノづくりの世界へ!

**回(有)メタルワーク福山**

〒721-0957 福山市箕島町南丘6480番1  
TEL 084-953-3018  
FAX 084-953-4050  
<http://www.metalwork-f.com>

 まごころの仕出し

株式会社 **伊呂波**

ご法事・ご宴会のご用命は

伊呂波別館 **栞伝**

福山市南本庄三丁目8番12号  
福山市南本庄二丁目7番8号  
TEL.(084)927-0168 FAX.(084)922-2937

 各種電気工事  
設計・施工・管理

株式会社 **ティーディー電設**

福山市新涯町3丁目9-1  
TEL.084-953-8680

- ・一般製缶・旋盤加工
- ・工作機械・掘削機関係

☆社員募集中

有限会社 **トモタカ工業**

福山市箕島町字福泉寺奥 6081 番 7  
TEL.(084)954-5749  
FAX.(084)953-9471

第12回 福山市老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ大会

2年ぶりのグラウンド・ゴルフ大会



優勝した西組シルバー会チーム

1 事業部 営業部 広島支店の「山本晴代 サプリメント アドバイザー様」からのご厚意により、OS-

晴れ渡った天候のもと、福山市グラウンド・ゴルフ場（加茂町北山）において第12回を数える「福山市老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ」大会を開催しました。大会には、各ブロックから選ばれた精鋭18チームが参加。久しぶりの本格的コースでのプレーを楽しみました。なお、この大会に、広島市西区にある株式会社大塚製薬工場OS-

| 順位  | クラブ名    | 学区名   | 打数  |
|-----|---------|-------|-----|
| 優勝  | 西組シルバー会 | 大門学区  | 224 |
| 準優勝 | 江良長寿会   | 駅家学区  | 237 |
| 3 位 | 津之郷     | 津之郷学区 | 238 |
| 4 位 | 神村A     | 神村学区  | 239 |
| 5 位 | 久松台     | 久松台学区 | 242 |

1アップル味(300ml)を参加者全員に提供していただきました。ありがとうございました。大会の結果は次のとおりとなりました。



みんなが見守る中での一打

市老連から8名表彰を受ける

10月7日(金)の午後1時半から令和4年度の広島県老人クラブ大会が、広島市東区の

令和4年度広島県老人クラブ大会

県医師会館ホールにて行われました。

都市開発で変化の著しい広島駅北口の広島テレビの新社屋の裏手にある医師会館で、関係者120名程が参集し、肅々とした雰囲気

の中で、福山市老人クラブ連合会からは、育成指導功労表彰として、単位老人クラブ会長4名、学区会長1名、特別表彰(女性代表)2名、感謝状1名の方が受賞されました。誠に

おめでとうございます。

なお、学区・地区・支部・町老人クラブ連合会表彰では、4名の受賞者を代表して、壇上にて、古谷副会長が理事長より表彰状と盾を授けられました。

この大会では、呉市にある医療法人社団

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

山南運送 株式会社

沼隈町中山南 1379-5

TEL:084-988-0137  
FAX:084-988-1009

木工機械販売・メンテナンス



DAN MACHINE & TOOLS

有限会社 檀浦機工

福山市沼隈町大字草深2760

TEL.084-987-5868



株式会社フジタニ

御賛助

やりがいと生きがいを共に作りみんなで楽しい会社

お客様に上質な生活を送って頂くために...

前田土建工業株式会社

福山市千代田町二丁目 1-23

電話 (084)953-1677(代)  
FAX (084)953-6120

内装仕上工事業・別荘家具・船舶家具

翼産業 有限会社

福山市沼隈町大字草深2785-87

TEL 084-987-0350  
FAX 084-987-0155  
常石造船内事務所 084-987-2552

令和4年度の老人保健福祉関係功労者等の広島県知事表彰に優良老人クラブとして、久松台学区 向陽シニアクラブが選ばれて受賞

## 県知事表彰を受賞

栄えある受賞！  
久松台学区向陽シニアクラブ



代表して古谷副会長が表彰を受ける

年を経過し、会員数が



会員総出の作業

### 令和4年度広島県社会福祉大会

概ね50人以上で過去5年間の活動状況、事業実績等その活動状況調べ等々、大量の煩雑な資料の提供が求められます。しかし、当該クラブの川本総務部長、高齢者支援課、市老連事務局の確固たる連携のもと、受賞の栄に浴することができました。

授賞式は、10月25日(火) 広島市中区のJMSアステールプラザで開催された「令和4年度広島県社会福祉大会」において行われ、松田会長自ら出向かれ、受け取られました。受賞まことにおめでとうございます。



閉会の辞を述べる多田副理事長

ひかり会 木村眼科内科病院の総院長である木村各先生が講師として、「知らない損する？ 最新白内障の表と裏」と題して講演されました。

4代続く眼科医としての白内障の手術実績と眼科医である実の父親への手術の経験を踏まえた内容で、実にわかりやすく、手術に対する安心感を増幅するものでした。

実際の手術の様子を画面で見せられたのは、びっくりしましたが、白内障手術は健康寿命を延ばせることの一步であることは確認できました。

大会は、多田副理事長の閉会の挨拶で閉会となりました。この大会の運営にあたり、早朝より「井上弘子副会長」が受付や式場案内、準備等で市老連を代表して支援に当たられました。ご苦勞様でした。(文責…参加者 塚本)

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

## 「第10回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

# シニア川柳作品募集中

【お題】  
運動会

大賞：商品券 10,000円 (1名)  
優秀賞：商品券 5,000円 (5名)  
努力賞：商品券 1,000円 (10名)

募集期間：令和4年12月31日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索



水呑学区



長座体前屈



10m障害物歩行



受付と血圧測定

学区だより

今年は肅々とやるぞ！

水呑学区老人クラブ連合会  
会長 田守 豊

昨年度は、コロナ感  
染拡大中で、11月開催  
のGG大会（30チー  
ム・174名）が主要  
な行事で、あとは役員  
会を数回…これに終始  
した思いがします。今  
年こそは！と意気  
揚々でしたが、新年度

当初から福山市内の感  
染拡大で出鼻を挫かれ  
ました。  
しかし、役員会で協  
議して、所定の行事は  
進めようと申し合わせ  
をして、5月にGG大  
会、6月に体力測定、  
7月に芦田川一斉清  
掃、8月に高齢者の交  
通安全講習会と、行事

を予定して実施してき  
ました。GG大会は、  
28チーム・158名の  
参加者のもと、竹ヶ端  
運動公園多目的広場で  
行い、体力測定は、40  
名の参加のもと水呑小  
学校体育館で行いまし  
た。当学区の老人クラ  
ブ会員は、小学校の下  
校時の見守り活動や集

会所での「ふれあい喫  
茶」での語り合い、河  
川敷や公園でのGGで  
体を動かしています。  
各単老単位では、フ  
レイル予防の講習会を  
実施しています。  
当学区も他の学区と  
同じく、高齢化が進  
み、入会者より退会者  
の方が多いという現実  
があります。今年度当  
初の会員数は、17単老  
926名（男性404  
名・女性522名）で  
す。

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

**山陽病院**  
福山市野上町2-8-2 TEL 084-923-1133

内科 ■ 外科 ■ 泌尿器科 ■ 整形外科  
リハビリテーション科 ■ 人工透析治療  
在宅療養支援病院（訪問診療）

**とくも 胃腸科 皮膚科**

| 診療時間         | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00~1:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 午後 3:00~6:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ※ |

※土曜日の午後は2時~5時迄です。  
ピロリ菌治療・禁煙治療・住診・糖尿病・高血圧・高脂血症  
アトピー性皮膚炎・小児の皮膚治療・アレルギー検査・皮膚科光線治療法

福山駅より 徒歩4分 TEL (084)923-1552  
タクシー4分 福山市光南町1丁目7-9(中央図書館南200m)

**MTEX**  
株式会社 エムテックス

一般製缶・各種溶接・電気工事  
設備据付け工事・その他

福山市沼隈町大字中山南181-3  
TEL.084-988-0336  
FAX.084-988-0337

税理士法人 **スバル合同会計**  
SUBARU tax adviser

相続税でこんなお悩みありませんか？

- \*財産がどれだけあれば申告がいるの？
- \*財産の評価はどうするの？
- \*遺産分割には期限があるの？
- \*相続税の申告・納税に期限はあるの？

まずはご相談ください  
福山事務所：福山市南手城町 3-17-9  
TEL 0120-497-632

**こじょう内科**

| 診療時間        | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~13:00  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 15:00~18:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ※ |

※土曜午後は14:00~16:00  
休診日：水曜午後、日曜、祝日

福山市南手城町1-15-3 TEL(084)932-7680

**もりかず歯科医院**  
MORIKAZU DENTAL CLINIC

| 診療時間          | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------------|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00~13:00 | ● | ● | ／ | ● | ● | ● |
| 午後 3:00~ 7:00 | ● | ● | ／ | ● | ● | ▲ |

休診日：水曜・日曜・祝日 ▲土曜日午後 2:00~6:00  
ご予約は **084-982-8338**  
福山市曙町3丁目21-9 www.morikazu-dc.com



南部ブロック 赤坂・津之郷・瀬戸・水呑・鞆・走島

ブロックだより

南部ブロックグラウンド・ゴルフ大会



市老連大会出場を目指し熱戦



コロナ禍で、ブロックでのグラウンド・ゴルフ大会も開催がままならない中でしたが、会員の熱い要望に答え、9月7日（水）に芦田川GG場において、南部ブロックのグラウンド・ゴルフ大会を

開催しました。赤坂・津之郷・瀬戸・水呑の各学区から2チーム、48名の選手が参加し、1チーム6人の精鋭たちが8ホール×2で日頃の練習の成果を競

い、10月3日の福山市老人クラブ連合会の大会へ駒を進めるべく、熱戦を繰り広げました。大会の結果は、次のとおりです。



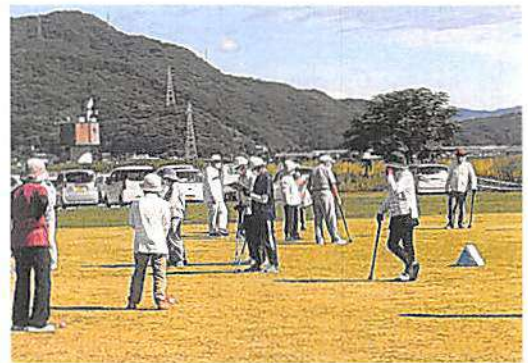
鞆学区老人クラブ連合会 会長 太田 一郎

やった！やった！  
ホールインワンじゃ！



| 個人戦 |       |       |    | 団体戦 |       |     |
|-----|-------|-------|----|-----|-------|-----|
| 順位  | 氏名    | クラブ名  | 打数 | 順位  | クラブ名  | 打数  |
| 優勝  | 多田 通子 | 津之郷B  | 31 | 優勝  | 赤坂 B  | 242 |
| 準優勝 | 井上 勝則 | 瀬戸 B  | 34 | 準優勝 | 津之郷 B | 243 |
| 3位  | 井上 靖子 | 赤坂 A  | 34 | 3位  | 津之郷 A | 245 |
| 4位  | 藤井 明  | 水呑 B  | 35 | 4位  | 水呑 B  | 249 |
| 5位  | 小林 隆子 | 津之郷 A | 37 |     |       |     |
| 6位  | 田林 良一 | 赤坂 B  | 37 |     |       |     |

※同数打の場合は、ホールインワンの数・年齢による



48名が参加

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

お家のお困りごとを解決し、快適な生活をご提案します！

**佐藤住設株式会社**

福山市卸町7番11号

**0120-04-3103**

<https://www.satou-jyuusetu.co.jp>

在宅医療

**みかみホームクリニック**

福山市曙町 6-7-15

ご相談ご予約について **084-961-3637**

<https://mikami-hc.com>

一般貨物自動車運送業

**株式会社 渡辺冷蔵**

Watanabereisou co.,ltd.

福山市水呑町 4812 番地

TEL 084-983-2023

建物まるごと抗ウイルス・抗菌対策

**キノシールド**

**小川塗建**

福山市西新涯町 2 丁目 6-19

TEL.084-957-4224

社会福祉法人「ゼノ」少年牧場

幼保連携型認定こども園 **ゆめな**

福山市沼隈町大字草深字得木角2119-6

対象年齢：生後43日～就学前まで

084 987-2200

一般鋼材・特殊鋼・瓦斯精密溶断 大型レーザー切断機・溶接・機械加工

**日鐵鋼業株式会社**

NITTETU 日鐵鋼業

福山市曙町 4-16-14

TEL.084-953-0816 FAX.084-953-1877

# 随想

## 覆水盆に返らず



曙学区 橋本 克矢

紀元前11世紀の中国に呂尚（りょしょう）という男がいました。釣り人なら誰もが知っている太公望で、彼の逸話に「覆水盆に返らず」があります。周に仕官する前、ある女性と結婚したが、本ばかり読んでいたので離縁された。太公望が、周から斉に封じられ顯位につくと、女性は復縁を迫った。太公望は、盆の水を床にこぼし、「この水を元通りに戻してみよ」と言ったが、当然元

には戻らず、復縁は実現しなかった。一度起きてしまったことは二度と元に戻らないという教訓です。

時代は19世紀半ば、「熱力学」という物理学の分野で「エントロピーの増大則」が提唱されました。エントロピーとは乱雑さ、無秩序さを意味します。即ち、「自然界は放っておくと無秩序な方向へ限りなく進み、可逆的ではない」という法則です。ビッグバン以来宇宙は膨張し続けているし、90℃の水と10℃の水が混ぜられてきた50℃の水は再び元には戻りません。太公望の言葉を物理学的に理論づけたとも言える法則と言えます。

我々の身近にも多くの事例があります。散らかった部屋は、片づけをして掃除機をかけなければ綺麗になり

ません。組織は何もしなければ緩んでしまうので、引き締めるためにはマネジメントを必要とします。現代社会は知らず知らず高高度化、複雑化してきたので、法律で規制しなければ秩序が保てない。このように世の中は、例外なく「エントロピー増大則」に支配されておられ、無秩序化した状態を秩序ある状態に保つには必ずエネルギー消費を必要とします。

現在80億人弱の世界の人口は、2064年に97億人になると予想されています。人口増加は、エネルギー消費量増加に他ならず、地球上の秩序の維持が難しくなります。化石燃料を使うと容易に復元できないし、温暖化ガスを排出します。原子力を使うと核廃棄物が地球を汚染します。地

南学区  
三吉 美登里

## 我家のペット自慢



茶々姫

名前は「茶々姫」で、雌の雑種です。歳は推定ですが2歳10か月くらい。ムチムチBody

球環境は今や後戻りできないところまで追い込まれています。

「エントロピー増大則」は、疑う余地のない真理。太公望も「覆水盆に返らず」とは言ったものの、さすがに、現代のようなサステナビリティ（持続可能性）が叫ばれる社会は、想像も出来なかったであろうと推察します。

Yのツンデレ美人ですよ！

生後1か月半の頃、3日後の殺処分決定の寸前で、保護されたワンちゃんです。両親とも野良犬だったようです。最初は人に怯えてなかなか懐くことが難しかったのですが、今では、家族が帰宅すると、テンションMaxで、尻尾ブンブン・ヒコキ耳の体いっぱい喜びを表す愛らしい子です。よく食べるので、獣医さんから太りすぎを指摘され、目下ダイエット中の茶々姫なのです。



**油断大敵**  
ルールを守って安全運転

- × 歩行者妨害
- × 傘さし運転
- × 一時不停止
- × 走行中の携帯電話使用
- × 二人乗り
- × 飛び出し
- × 無灯火

自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう

## 「絆（きずな）」という言葉の変化？

東日本大震災以来、盛んに目にするようになった「絆」。支援を象徴する言葉として多用され、人と人とのしっかりした関係を指すような美しい響きを持っています。しかし、ある教授は「絆とは、そもそも馬をつなぐひも。断とうとしても断てないしがらみを指し、束縛するという意味」と指摘しています。中国では、それが転じて「人をだます」という意味でも使われているから驚きです。日本では明治期あたりまでは「家族の絆を断ち切る、出家する人が世の中とのしがらみを断つ、という用法や意味で使われていた」そうです。負のイメージが強い言葉が、いつの間にかプラスの印象に変化したわけです。

3000年の歴史を持つ漢字は、今なお変化の途中なのでしょうか！

(6月11日 日経新聞日曜版 立命館大学：大形教授による)



## 戸籍法の改正で「命名文化」は変わる？

新聞に出る赤ちゃんの名前を見たことありますか？最近の命名は難しくて読めませんよね。たとえば、男児の「光兜」「児輝」「天」「波亜」「絆希」、女児の「音暖」「希星」「輝星」「咲恋」「心詩」…この実在する新生児の名前、わかりますか？答えは「らいと」「るき」「しえる」「なるあ」「ばき」「のの」「きらら」「きあら」「えれん」「こんず」。近年こうした読みが分りにくい名前が急増して、極端な例は「キラキラネーム」と呼ばれ、病院や学校でのトラブルやいじめの原因になりかねないと懸念されています。どうして読み方がわかりづらい名前が増えているのでしょうか！背景には、核家族化の進展やインターネットの普及など社会の複雑な環境変化が浮かび上がってきます。かつて祖父母ら家族と同居した大家族の時代は、子どもの名付けは皆で相談することが多かったが、今は自分の好みの名前付けを優先し、祖父母らに介入されるのを嫌う傾向があります。名づけの参考はノウハウ本やネット検索。その仕掛けは、まず先に音の響きやリズムで好みの読みを決め、後から独自の「当て字」をはめ込む。外国語と絡めるのも人気だそうです。海外でもキラキラネームは存在するようで、その一例は、名前が「ABCDE」読み方は「アブシディー」。4年前の米カリフォルニアの空港で5歳女児の搭乗券を見て、航空会社職員が大笑いし、SNSへ投稿し、問題になったとか。子どもの幸せを願わない親はいませんが、こだわりや独創性を求めるあまり、実生活で支障を来す場面が増えることもあります。親の愛情は痛いほどわかりますが、不愉快や面倒を引き受けるのは子ども側なのです。目下、日本では戸籍の標記を巡る改革が進んでいます。これまで氏名しか記載しなかった戸籍に「読み仮名」が初めて記載される方向で法改正が検討されています。現実問題として、自由と節度のバランスは難しいです。名前が持つ意味とは何なのか？生涯付き合う「命名文化」を問い直す契機になるのでしょうか・・・。

(6月26日 日経新聞：TheSTYLE/Culture より)



## 環境の変化を乗り切るには！

人が新たな環境に慣れるには、一般的に約三か月を要すると言われます。新しい環境では、様々な方向にアンテナを向けて、多くの情報を収集します。時間の経過とともに注力すべきこと、それほど気にしなくていいことなど、エネルギーの使い方の濃淡が分ってきます。これが「適応」です。精神疾患の中に「適応障害」というものがありますが、症状がうつ病や不安障害などの精神疾患の基準を満たしていないというのが適応障害の特徴の一つです。裏を返せば、適切な対処をすることで、うつ病などの精神疾患に至らずにすむということです。

環境変化に躍起になっている時は、興奮してアドレナリンなどのホルモンが血中に放出され、疲れや痛みなどを自覚しにくいのが、火事場の底力は長続きしません。

では、環境の変化の大きい時期は、どう過ごせば？ まずは、始めから「数か月かけて慣れていこう」と構える。次は、生じている環境変化の整理。改めて注力すべきことを抽出して対応する。最後は、相談相手を探すこと。相手が答えをもっていなくても、話をする行為そのものが自身の頭の整理を促します。

(日経新聞：元気の処方箋より「神田東クリニック 高野院長」)



潜入ポ!



# 学びたい人がいつでも学べる大学

～放送大学広島学習センター福山サテライトスペース～



受講の様子

皆さん、放送大学って知っていますか？入学試験はなく、学ぶ場所や時間の選択肢が複数用意され、学びたい人がいつでも学べる「開かれた大学」です。全国で約9万人の方が学び、福山サテライトスペース（福山SS）では、約360人の学

生がおられます。学生は、大学卒業を目指す（全科履修生は、最長10年）コースと興味のある科目のみを学ぶ（選科履修生は、1年科目履修生は、半年）コースがあります。全科履修生のコースには、次の6つがあります。

- 1 生活と福祉
- 2 心理と教育
- 3 社会と産業
- 4 人間と文化
- 5 情報
- 6 自然と環境

放送大学の授業には、BS放送やインターネットで視聴する「放送授業」、教室で直接指導（大学教授等）を受ける「面接授業」、インターネットのみの「オンライン授業」があります。

なお、福山SSの学生の平均年齢は48・2歳で最高齢は男性が80歳、女性が84歳です。年



様々な講義が受けられます

齢別では、60代・70代・80代の学生が全体の26%、職業別では、定年等退職者や無職の方が20%です。

ちなみに、大学院の学生は、60代・70代・80代で計7名の方が在籍し、最高齢は男性83歳、女性80歳です。

入学料や授業料などについては、福山市霞町一丁目10番1号（まなびの館ロースコム3階）福山サテライトスペース ☎084-991-2011 にお問い合わせください。懇切丁寧に対応してくれそうです。

この授業の中の「面接授業」が、6月18日の日曜日に福山SSで行われ、ローズコムの会議室へ行ってみました。当日の科目は「生物エネルギー代謝とその利用」という実に難解そうなテーマで、担当講師は、広島大学の三本木 至宏

教授でした。

**Q** 受講生のOさん（昭和23年生まれ）の74歳、岡山県里庄町在住）にお昼休み時間にお話を聞きました。

**Q** 「今受講されているコースは？」

**O** 「生活と福祉のコースです。1回は卒業し、今は2回目です」（小生、嘩然！敬服！）

**Q** 「現職時代は？」

**O** 「高校卒業後、永くJFE関連に勤め、71歳で完全退職、老後を考えて、何かやりたいと最初に目にしたのが放送大学でした。勉強が出来る環境に置くことを自分のノルマとして、入りやすく、誰でも出来るのが魅力でした。特に大学卒業とはどんなものなのか評価の違いを自ら体験したかったので」

**Q** 「ご家族は？」

**O** 「妻と二人暮らしです。妻は多趣味で



放送大学ポスター



ちぎり絵などいろいろなことをやっています。常々、退職後は私に何かしないとボケるよ！と忠告してくれていました」

**問**「今日の面接授業は、かなり難解なテーマですが…」

**〇**「そうですね、今日は終了時にレポート提出があるので懸命に聴いています。女性の学生さんは、質問をどんどんされて、すぐ

いと感心します。興味のあるテーマの授業があるときは、日本全国の放送大学に旅行を兼ねて妻と出かけます。妻は、図書館で本を読んだりして時間をつぶし、終わったなら名所旧跡に出掛けたりしています」

**認**「ありがとうございます。ありがとうございました。」

※〇さんは、地元の町内会の副会長をされて、なおかつ老人クラブの2期目の会長として活動されています。



# 文芸

## 【俳句】

斎田の植田の波のかがやけり  
緑道に子どもはやして温羅祭

津之郷学区 田中 京子

父の日のセピア色なる酒タバコ  
故郷の母の笑顔に帰省客

津之郷学区 広瀬 光子

青田へと水引く音の高きかな  
原爆忌平和を叫ぶ蝉しぐれ

津之郷学区 大目 勤

一万歩目指す一步に秋暑し  
真夜の月病窓よりの影動く

松永学区 井上トシ子

天高き晩秋の風涼しけり

加茂学区 谷本 泰之

暑き日は犬も木陰で昼寝かな  
草茂る休耕田に赤とんぼ

引野学区 山崎 信義

【川柳】  
棚田見て先人達の苦汁思い

加茂学区 谷本 泰之

ホームから改築城に一礼し  
ツーカーの夫婦も今や擦れ違う

松永学区 高橋 博子



**2022年度 日本生命財団  
「生き生きシニア活動顕彰」団体に決定  
春日学区 宇山長寿会  
(会長 猪原耕三)**

**2022年度  
内閣府「エイジレス章」受章  
福山市老人クラブ連合会  
会長 多田三千男**



絶滅危惧種のエヒメアヤメ(誰故草)

日本生命財団が毎年募集している「生き生きシニア活動顕彰」に、2022年度は、春日学区の「宇山長寿会(会長 猪原耕三)」が受賞されました。これは、1996年にエヒメアヤメ

が市の天然記念物に指定されて以来、会が率先して自生地を守るため草刈りなどの手入れを行うほか、盗掘に対する見守り活動や集会所の一画にエヒメアヤメの鑑賞園を整備するなど、会全員の活動が「環境美化・清掃・環境保護活動」として評価されたものです。宇山長寿会へは、顕

■エヒメアヤメ(誰故草)

●中国の東北部と、日本では中国地方から九州の限られた地域に自生している。3月から5月ごろ、高さ10~15センチの花茎に青紫色の花をつける。名前は最初の発見地の愛媛県にちなんだもので、なぜこんなに可憐な花を咲かせるのかということから、「タレユエソウ(誰故草)」とも呼ばれている。レッドデータブック(RDB)種に選定されていることが多く、福山市でも絶滅危惧種に指定されており、根が地中深くまでのび、移植は難しく、栽培は困難。

彰金として5万円が贈られました。受賞誠におめでとうございます。

※ひろしま県老連の広報誌第102号の6頁の下段に掲載しています。

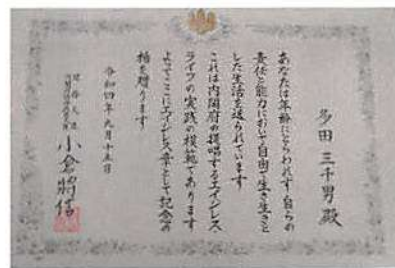


市長応接室にて、楯を受ける多田会長

書類が送られてきたのは、今年の1月の始めでした。聞き慣れないエイジレス・ライ

フという言葉。国の内閣府政策統括官という仰々しい名前から発信された推薦要領でした。

高齢者が年齢にとらわれず自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活を送ること(エイジレス・ライフ)を実践している事例、そして今後も継続して実践すると認められる者を対象にして、エイジレス章の授与がされるというものでした。過日の三役会がこの章について紹介、協議して、多田三千男会長の推薦が満場一致で決



書状

定し、福山市老人クラブ連合会として、市高齢者支援課とも協議する中で推薦の運びとなりました。その結果、9月に受章の決定が内

閣府から市高齢者支援課へあり、10月17日の午後、市役所の市長応接室において、枝廣市長から多田会長へ授与されました。これまでの多田会長の実践事例が評価されたもので、誠に喜ばしいかぎりです。受賞誠におめでとうございます。

### 報告「市老連日誌」

#### 【令和4年度(2022年度)】

- 7月 1日 三役会
- 7月 7日 女性委員会GG大会(千田)
- 7月12日 県老連女性委員会総会
- 7月13日 スマイル体操(2回目)
- 7月20日 理事会
- 7月22日 広島県地域指導者講習会

- 7月29日 若手委員会幹事会
- 8月 1日 三役会
- 8月 5日 市老連会報誌(171号)配送
- 8月10日 スマイル体操(3回目)
- 12月15日 休館
- 8月20日 社会奉仕部会
- 9月 2日 三役会
- 9月 5日 県老連若手委員会 常任委員会

- 9月12日 若手委員会 幹事会 作品展の準備
- 9月13日 作品展(ローズコム15日まで)
- 9月30日 三役会
- 10月 3日 市老連GG大会(加茂)
- 10月 7日 広島県老人クラブ連合会大会
- 10月12日 スマイル体操(前期最終5回目)
- 10月14日 総務部会

### 報告「三役会協議事項」

#### 【令和4年度(2022年度)】

##### 第3回 6月10日

- 市老連会報誌(171号)の骨子及び編集日程
- 県地域指導者講習会について
- 部会及び委員会の委嘱状伝達について
- 全老連の表彰者推薦について
- 理事会の開催について

##### 第4回 7月1日

- 理事会開催の確認について
- 県地域指導者講習会開催の確認について
- 芸能祭出演団体の最低人数について
- 市老連表彰について
- 福祉大会・芸能祭の看板作成について
- 全老連表彰者の推薦状況について(県老連)

##### 第5回 8月1日

- 理事会及び県地域指導者の反省
- 善行市民賞について
- かななべ福祉まつりの名義後援について
- 市老連60周年記念事業について

お盆に伴う臨時休館について

##### 第6回 9月2日

- スマイル体操(後期分)の募集について
- 県老人クラブ大会について
- 福祉大会・芸能祭について
- 芸能祭の申し込み状況について
- 作品展の準備について
- 福山市人権尊重のまちづくり推進会議(仮称)について
- (市老連ホームページの進捗状況の確認)

##### 第7回 9月30日

- 作品展の反省
- 市老連GG大会の確認について

## 若手委員会だより

熊野学区

故山 洋子



2017年10月に、熊野公民館でイキイキ百歳体操を開始して、5年近くになります。この間、次第に開催場所が増えて、現在8か所で行っています。公民館及び「ふれあいプラザ」とあと6か所の集会所で行っています。

ここに至るまでには、自治会や老人会での声掛けをはじめ、一部の有志でとにかく始めようと行動を起こしたり、町内会長や老人クラブの会長が先頭に立って、音頭を取っていただいたことで開催できています。ちなみに公民館は有志で始め

再開を心待ちにしていた会員が集まりました。準備・片付けはみんなで協力して行っています。公民館では、だいたい25人程度の方が集まり、他のところもおおよそ10~20人は集まります。

参加者の皆さんは、この週一回の集まりでの体操とおしゃべりを楽しみにしています。しかし、ここ2~3年はコロナ禍で長期の休止により、膝や腰の痛みや筋力低下を感じている人もいて、多くの皆さんが再開を心待ちにしていました。

ただ、再開しても最大限の感染防止対策を実施しながら行

うことを基本にしており、第7波のコロナ感染では、体操だけとか長い夏休み等、各所で対応しています。

フレイル予防の三つの柱は、栄養・運動・社会参加ですが、百歳体操に出かけることで、運動と社会参加の二つがクリアできています。今後も、たくさんの人が参加して健康長寿に繋がることを願っています。

16pの答え

(G22424)

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|   | ㊦ | ㊧ | ㊨ | ㊩ |
| ㊪ |   | ㊫ | ㊬ | ㊭ |
| ㊮ | ㊯ | ㊰ |   | ㊱ |
| ㊲ | ㊳ |   | ㊴ | ㊵ |

## 原稿募集

学区だより、クラブだより、奉仕活動などの体験記、随筆、俳句など文芸の投稿をお待ちしております。投稿はお一人様原則一件とし、500字以内。(ただし俳句、川柳など文芸についてはそれぞれ2件以内)お名前・電話番号、クラブ名を明記してください。

次号「173号」は令和5年1月発行です

締切は11月15日(火)

投稿先

〒720-0816  
福山市地吹町12-7 福山市老人クラブ連合会事務局  
電話・FAX (084) 924-0186

### 編集委員

江草 孝昌・松本恵美子・高橋 和彦  
 實兼 敏信・升田 忠道・田守 豊  
 小坂 健三・小林 茂・山本 康夫  
 宮 弘之・兼本 博之 (順不同)

ちょっと一息

クロスワードパズル



タテのカギ

- 1. 左手首に触れて測ります。
- 2. 大雨に降られて〇〇濡れに。
- 3. 不思議な。
- 4. ふた→たぬき→きつね→ねこ。
- 7. ほっと胸をなで下ろし。
- 9. 一〇打尽。

ヨコのカギ

- 1. 水の上をすいすいと。
- 5. こんな医者には診てほしくない。
- 6. 城の周りを囲みます。
- 7. 三振で…。
- 8. 水面には輪を描くように広がります。
- 10. 中には何も入っていません。

さて、「二重枠線のマス」を並べ替えて  
できる言葉は何でしょう。

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
| 1  | 2 |   | 3 | 4 |
| 5  |   |   | 6 |   |
|    |   | 7 |   |   |
| 8  | 9 |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   |

編集後記

穏やかな小春日和が続いています  
が、会員の皆様には、お元気で  
お過ごしのことと思います。

会報第172号をお届け出来る  
ことと相成りました。まだまだ  
コロナ禍の影響による行事の縮小  
や中止が目立つ今日この頃です。

ご多分に漏れず、私の所属してい  
るクラブも、ここ2年間中止の連続  
でした。楽しく、喜んで参加してい  
ただける行事が、何かないかと思案  
している時、他のクラブの会長から、

「一日研修旅行」を紹介していただ  
き、早速実施しました。

市内の見慣れた風景ではありまし  
た。船上からの眺めはまた特別で  
たらふく頂いた郷土料理も大満足。  
会員一同、楽しい一日を過ごすこ  
とができました。

老人クラブに属して、この度の行  
事が今までで一番良かったとの声も  
頂戴しました。我がクラブも高齢化  
が進み、会員の数は減少傾向です  
が、この度のような楽しい行事をこれ  
からも計画して、増員に努めていき  
たいと思っています。季節の変わり目  
につき、くれぐれもご自愛ください。

(総務部 小坂健三)

スポンサーへのお礼

会報「福山市老連」発行に際し、  
広告協賛のご理解を賜り、誠にあり  
がたく、心よりお礼申し上げます。  
皆様方のご厚意に報いるために、会  
報の充実・情報の共有化と会員相互の  
連帯の強化に一層努めてまいります。

今後とも、末永くご指導、ご支  
援をいただきますようお願いいた  
します。 福山市老人クラブ連合会

私たちは福山市老人クラブ連合会の活動をサポートしています。

**新たなる創造のための破壊！  
地球環境を考慮したリサイクル！**

一般家屋解体 プラント設備解体 等  
改修工事 ビル解体工事(階上・地下解体)

**今山下産業株式会社**  
TEL 084-973-1438

福山市入船町2丁目8-1 ISO9001:2008 ISO4001:2004

一般貨物自動車運送業・荷物利用運送事業  
一般建設業  
重機重量物輸送・クレーン作業一式

**株式会社福山重機**

福山市新涯町2丁目16-28  
TEL.084-982-6400

老人クラブを応援する  
お買い物サイト

**か・エール**

まずはクリック！  
お買い物 かエール 検索

**医療法人紅萌会 福山記念病院**

【診療科目】  
内科(循環器・消化器・肝臓・糖尿・漢方)  
外科(消化器・肛門)・整形外科  
脳神経外科・形成外科  
リハビリテーション科

福山市港町1丁目15-30  
TEL 084-922-0998

福山記念 検索

介護老人保健施設 ビーブル春秋苑  
TEL:084-928-5800

介護老人保健施設 ビーブルかななべ  
TEL:084-960-0881

サービス付き高齢者向け住宅  
ロイヤルケア港町  
TEL:084-927-3710

グループホーム 春  
TEL:084-973-3131

社会福祉法人 健生会  
介護老人福祉施設

**あふと 健生苑**

福山市沼隈町能登原字明神 1436-1  
TEL 084-987-1299  
FAX 084-987-3732