

大椿寿

一般財団法人
 奈良県老人クラブ連合会
 〒634-0061 橿原市大久保町320-11
 発行人 中村秀雄
 TEL (0744)29-0166

だいちんじゅ
 大椿寿—莊子よりの引用。八千歳を春とし、八千歳を秋とするという木で、長寿を祝う意味。

新年のご挨拶



奈良県老人クラブ
 連合会 会長
中村秀雄

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様、関係者の皆さま、

年中は県老連の活動にご協力いただき誠にありがとうございました。人生百年時代を目前に迎え、高齢者自身の健康長寿と豊かな人生の実現を目指し、高齢者が地域で孤立することなく社会参加し、活動できる活力ある長寿社会の実現に向けて努力したいと思っています。

本年度も生きがいづくり活動を応援するため、出前講座を行っています。遠くに出かけることのできない高齢者が地元で気軽に参加できるニュースポーツ系、文化系の講座および講習会です。各市町村老連においては年二回の活用と回数に縛りはありませんが、開催行事等に組み入れて元気アップを図ってください。

近年、老人クラブの会員やクラブ数が減少傾向にあります。国が進める地域共生社会の実現のためにも、「自分たちが元気で、楽しみながら、そして地域社会のためになる活動をしよ



う」という姿勢で取り組む老人クラブ活動をしっかりと続けていかなければなりません。

そして、県政が目指す「健康長寿日本」に賛同し、誰もが健やかに暮らせる豊かな地域づくりを、県老連も共に目指したいと思えます。

結びに、皆さまが健康で過ごされ、幸多き一年となりますよう祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。



新年のご挨拶



奈良県知事
山下 真

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。新たな年を迎え、皆様とご家族の皆様のご健勝とご多幸を、心からお祈り申し上げます。

さて、昨年七月に大和郡山市の賀川滋子様が百十四歳で国内最高齢となられ、上田大和郡山市長とともにご自宅を訪問し、記念品を贈り、長寿のお祝いをしました。賀川さん曰く、長寿の秘訣は「歩くことと頭を使うこと」とのことです。老人クラブ活動にも通じる

部分があると感じたところです。

県としても、人生百年時代といわれる今日、県民の皆様が健康で安心して生きがいをもった生活を送ることができるよう、環境を整備して健康長寿社会を築いてまいります。

また、それぞれのライフステージに応じて、一人ひとりが住み慣れた地域で尊厳を持って暮らし続けることができる社会を実現するためには、県民の皆様一人ひとりのお力添えが必要となります。老人クラブの皆様におかれましては、「健康」、「友愛」、「奉仕」の全国三大運動のもと、地域や高齢者を支える担い手として、自身が心身ともに健康で、ますますご活躍されることを期待しています。

これからも、老人クラブの皆様をはじめ、関係機関や市町村と連携を図り、引き続き各種施策を進めてまいります。皆様方におかれましては、日頃の健康管理にご留意いただくとともに、引き続き元気に活動を継続され、高齢者の生きがいづくりと社会参加の推進にご尽力賜りますようお願い申し上げます。結びに、貴会のみますますのご発展と、皆様の健康長寿を祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。



県老連だより (敬称略)

行事の実施とその概要

- 八月二十六日(県庁) 県への要望活動
- 九月五日(奈良公園バスターミナル) 老人福祉功労者等表彰式 知事表彰・県老連会長表彰・感謝状
- 九月十日(県社会福祉総合センター) 県老連高齢者健康マージャン大会 参加者 百名
- 九月十一日(県社会福祉総合センター) 第六十九回理事会
- 九月三十日(広陵パークゴルフコース) 県老連パークゴルフ大会(A日程) 参加者 四十八名
- 十月一日(近鉄奈良駅周辺) 赤い羽根街頭募金活動
- 十月八日(橿原運動公園まほろば広場) 県老連ベタンク大会 参加者 五十五名
- 十月十七日(奈良若草カントリー倶楽部) 県老連ゴルフ大会 参加者 五十三名
- 十月二十四日(県社会福祉総合センター) 老人クラブ指導者研修会
- 十月三十一日(和歌山県九度山・岩出方面) 健康ウォーキング 参加者 二十九名
- 十一月五～六日(茨城県水戸市) 第五十四回全国老人クラブ大会
- 十一月十二日(御所市葛城の道周辺) 第十三回県老連健康ウォークラリー大会

今後の主な行事予定

- 令和八年
 - 二月十二日(二月三日)県社会福祉総合センター 介護予防・健康づくりリーダー養成講座
 - 一月二十二日(橿原オークホテル) 新年理事会
 - 二月十三日(県社会福祉総合センター) 県老連女性部会活動研修会
 - 三月五日(県社会福祉総合センター) 第七十回理事会
 - 三月十日(県社会福祉総合センター) 県老連女性部会常任委員会
- 参加者 二十六チーム百四名
- 十一月十四日(広陵パークゴルフコース) 県老連パークゴルフ大会(B日程) 参加者 百名
- 十一月二十一日(橿原公苑陸上競技場) 県老連グラウンド・ゴルフ大会 参加者 二百八十九名
- 十一月二十六日(橿原公苑陸上競技場) 県老連ゲートボール大会 参加者 二十九チーム
- 十二月十一日(県社会福祉総合センター) 県老連公式ワナゲ大会 参加者 百十二名



機関紙「大椿寿」は 奈良県共同募金会の 助成金を受けて発行 しています。

県老連

県要望活動

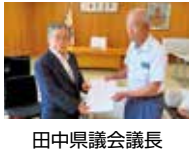
令和七年八月二十六日(火)、県への要望活動を行いました。

県老連から、中村会長、副会長四名、常務理事(事務局長)が奈良県福祉保険部の春木部長と田中県議会議長を訪問し、要望書を提出するとともに、老人クラブの抱える課題について意見交換をしました。

今回の要望では、来年度の予算編成を前に、市町村老人クラブ(単位クラブ)への支援の充実と県老連への支援の一層の充実について、お願いしました。



春木福祉保険部長



田中県議会議長

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

たかだ合同事務所

司法書士 西尾 信治
行政書士 堀井 大悟

相続、遺言に関するご相談は
お電話、ホームページお問い合わせフォームより
お気軽にどうぞ

〒635-0096

奈良県大和高田市西町2番10号
大和高田市立図書館北向い 駐車場有り

TEL 0745-23-3591



壺阪山霊園



お求めやすい墓地区画は
1聖地(巾0.8m×奥行1.0m)から
各種寸法をご用意しております。

当霊園へのお墓のお引越し・改葬
ご相談承ります

永代供養合祀墓

管理料・供養料がかかりません

永代供養家族墓

将来後継者に負担がかからないお墓です



橿原神宮前駅から車で約10分

壺阪山駅から徒歩で約10分

壺阪山霊園 管理事務所

0120-711-051

奈良県高市郡高取町清水谷2640

年中無休(年始を除く)9:00-17:00



おめでとうございます
各種表彰受賞団体・個人の方々のご紹介(敬称略)

***全老連会長表彰**

・育成功労者表彰

奈良県老人クラブ連合会副会長 野口 敏雄
 上牧町シルバークラブ連合会前会長 迫 敏

・女性リーダー育成功労者表彰

奈良県老人クラブ連合会女性部副部長 梅本恵似子

・優良老人クラブ表彰

桜井市 豊田洗心会
 五條市 三宇長寿会

***老人福祉功労者等表彰**

《奈良県知事表彰》

・優良老人クラブ 十二クラブ

大和郡山市 千日やすらぎクラブ
 桜井市 大泉福寿会
 五條市 二見長寿会
 生駒市 生駒南小学校区老人クラブ連合会
 香芝市 鎌田長生会
 葛城市 兵家第一支部
 宇陀市 平井老人クラブ松葉会
 山添村 上津老人クラブ
 平群町 上庄台長寿会
 田原本町 笠縫清和会
 広陵町 南郷若名会第一
 川上村 高原老人クラブ

《県老連会長表彰》

・優良老人クラブ 十五クラブ

桜井市 大西笑和クラブ
 五條市 南宇智白寿会第二老人クラブ
 生駒市 辻町阪奈いきいきクラブ
 香芝市 第一別所喜楽会
 宇陀市 向測向友会
 山添村 和老会
 安堵町 安寿会東安堵南支部
 川西町 川西町老人クラブ連合会結崎団地支部
 三宅町 但馬老人クラブ
 田原本町 西代老人会
 曾爾村 今井老人クラブ
 上牧町 南寿会
 王寺町 向ヶ丘向寿会
 大淀町 馬佐寿楽会
 天川村 洞川東部老人クラブ

・感謝状 十名

中田 勝久 県老連副会長、元監事、元理事
 岡本 太三 県老連前監事、元理事
 中辻 良一 県老連前監事、元理事
 加来洋八郎 県老連前理事
 菜谷 宗久 県老連前理事
 奥中 孝俊 県老連前理事
 松井 睦美 県老連前理事
 中村 利典 県老連前理事
 迫 敏 県老連前理事
 大浦 勝司 県老連前理事

***活動賞**

《全老連会長表彰》 五クラブ

生駒市 大北交遊会

***会員増強運動推進賞**

《県老連会長表彰》 十二クラブ

御所市 御所市シニアクラブ連合会
 斑鳩町 斑鳩町老人クラブ連合会
 大和郡山市 第一年輪会
 大和郡山市 旭ヶ丘つばみの会
 桜井市 桜井GG会
 生駒市 萩の台住宅地シニアクラブ秋寿会
 斑鳩町 シルバー会
 斑鳩町 よつ葉会
 斑鳩町 はなみずきの会
 斑鳩町 三室会老人クラブ
 王寺町 松寿会
 広陵町 広瀬第一老人クラブ

県老連からお知らせ

**単位クラブ向けに
エクセル会計簿を作りました!**

とっても便利!

- エクセルを使った会計簿です。
- 金銭出納簿に入力していくと、月別集計表、決算書が作成できます。
- 面倒な集計(計算)は自動でできます。
- 奈良県老人クラブ連合会ホームページの「各種様式」からダウンロードして、活用してください。

**赤い羽根共同募金
キックオフセレモニー**

十月一日、近鉄奈良駅前で行われた募金運動開始のセレモニーに女性部会藤田部会長、松田副部会長と事務局が参加。募金活動をしました。



ホームページ、X(旧 Twitter)で
県老連の情報を発信中!

ホームページ



<http://www.narakenrouren.net/>

X(旧ツイッター)



<https://x.com/narakenrouren>

健康マージャン大会

令和七年九月十日(水)奈良県社会福祉総合センターにおいて県老連高齢者健康マージャン大会を開催しました。参加者は百名、そのうち女性の参加者が二十五名もいらつしやいました。



県健康麻雀協会 石垣理事長

まず、県老連中村会長から挨拶があり、続いて奈良県健康麻雀協会の石垣和美理事長から挨拶と競技説明がありました。そして、いよいよ競技がスタートしました。

対局が始まると会場は静まりかえり、皆さん真剣な面持ちで、勝負に挑んでおられました。それぞれの卓は熱気に満ちあふれ、皆さん疲れも見せず、最

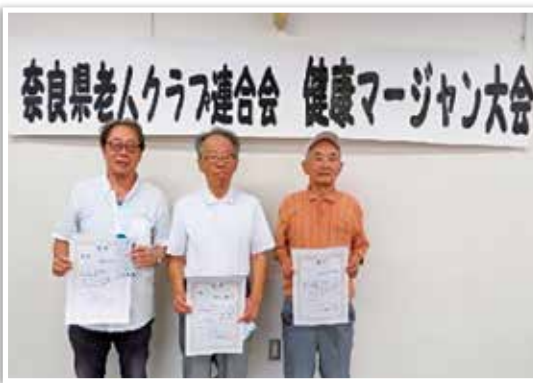


最後まで競技に集中されていました。試合が終わると、対局を振り返って、なごやかに会話を交わすなど、交流を深めておられました。



大会結果 (敬称略)

順位	氏名	市町村	総合得点
1	国府 稔臣	王寺町	201,900
2	永谷 一樹	天理市	200,900
3	西原 典男	田原本町	197,700
4	柏田 博隆	大和高田市	183,500
5	谷嶋 豊彦	大和郡山市	174,200
6	山下 八千代	明日香村	173,700
7	向井 洋人	天理市	172,100
8	綿木 里美	大和郡山市	171,200
9	福田 政廣	大淀町	163,600
10	増田 清治	広陵町	163,200



優勝 国府さん
準優勝 永谷さん
第3位 西原さん

パタンク大会

令和七年十月八日(水)橿原運動公園まほろば広場において県老連パタンク大会を開催しました。天候にも恵まれ、十八チーム五十五名の参加がありました。

午前は予選リーグ戦を、午後は決勝トーナメント戦および各順位別交流トーナメント戦を行いました。

まず、県老連中村会長の挨拶の後、奈良県パタンク・ボール連盟の岡村務会長より挨拶がありました。



県老連 中村会長



パタンク・ボール連盟 岡村会長

競技が始まると作戦を話し合ったり、ビュツトの横にピタリとボールが止まると「ナイス！」と声を掛け合ったり、各チームは一丸となってプレーされていました。

ペタンクは最後の一投での大逆転もあるのですが、ハラハラドキドキ。終始目が

離せな
い対戦
が、た
くさん
繰り広
げられ
ました。



大会結果 (敬称略)

順位	チーム	選手			
1位 グループ	優勝	郡山A	北川 三郎	武智 義夫	西 廼 隆
	準優勝	瀬・高	高見 健三	高見 真理子	瀬川 秀雄
	3位	橿原A	永岡 敬良	逸崎 明美	亀井 芳子
	3位	大和高田A	谷 間 弘	堀内 正裕	堀内 よし子
2位 グループ	敢闘賞	斑鳩A	福岡 長二郎	梶原 きくゑ	谷口 千代子
	準敢闘賞	スマイル香芝	占部 博英	千原 恵子	山口 千鶴
3位 グループ	敢闘賞	大和高田B	中島 宏和	宮田 忠	横田 定雄
	準敢闘賞	三宅C	三須 磨美由紀	武田 典子	吉村 明
			野田 哲夫		
4位 グループ	敢闘賞	ピエ郡山	鈴木 敬傳	江口 博志	植田 政司
	準敢闘賞	柳本	北村 健治	吉村 文昭	小島 寿美子



上位入賞のみなさん

ゴルフ大会

令和七年十月十七日(金)奈良若草カントリー倶楽部において県老連「ゴルフ大会を開催しました。今年は五三名(男性五一名、女性二名)の方がエントリーされました。

当日は、青空が広がる絶好のゴルフ日和。「今日一日よろしくお願います。」と同組のメンバーと挨拶を交わし、順次、コースへ出発されました。コースでは「ナイスショット!」「ナイスオン!」とたたえ合い、また和やかに会話も弾むなど和気あいあいとしながらも、白熱したプレーが繰り広げられました。表彰式では、上位三名の方に県老連植田紘一副会長より表彰状と副賞が手渡されました。また、今回も植田副会長のご尽力でたくさんのお協賛をいただき、参加



者全員に賞品を持って帰っていただくことができました。ありがとうございました。

【ご協賛ありがとうございました】

(順不同・敬称略)

明日香保育園、三和澱粉工業(株)、学校法人西大和学園、聖寿会かなはし苑、だんご庄(株)、(株)サンキュー観光、奈良若草カントリー倶楽部



優勝 松本さん 準優勝 堀部さん 第3位 吉村さん

大会結果(敬称略)

賞	選手	グロス	ネット
優勝	松本 文雄	83	71.0
準優勝	堀部 宗男	88	71.2
第3位	吉村 文夫	78	72.0
当日賞(第17位)	窪田 昌文	92	75.2
ベストグロス賞	黒松 孝文	78	72.0
最高齢賞	東浦 辰次 (87歳)	106	78.4

同スコアの場合は、年長者を上位とします。

第十三回県老連健康ウォークラリー大会

【歩いてつくろう、百歳元気!】

令和七年十一月十二日(水)、御所市シニアクラブ連合会主管で第十三回県老連健康ウォークラリー大会を開催しました。二十六チーム百四名の参加がありました。



山田 御所市長

開会式で、御所市山田市長、県福祉保険部辰巳次長からご祝辞をいただき、その後、ゼッケン番号順にスタートしました。

コースは、かもきみの湯から葛城の道を通って、葛城の道歴史文化館、高鴨神社などを巡り、御所市防災センターで折り返し、スタート地点へ戻ってくる約六キロ。途中、アクアセンターのゴロゴロ広場でポッチャとワナゲ、防災センターでジャンケンゲームを楽しみ、最後に観察クイズで頭をひねり



大会結果

賞	チーム
優勝	まきの(五條市)
準優勝	三郷町三室(三郷町)
第3位	高取シニアGG同好会A(高取町)
ジャストタイム賞	河合山寿会(河合町)
観察クイズ	斑鳩A(斑鳩町)
じゃんけん	まきの(五條市)
ポッチャ	高取シニアGG同好会A(高取町)
輪投げ	朝倉台盛春クラブA(桜井市)



優勝 まきのチーム

【ご協賛ありがとうございました】

(順不同・敬称略)

(株)JITSU GYO、(株)ヤナギビジネス、NPO法人フレンドリー情報センター、吉川農園、JAならけん葛城柿部会、至誠堂製菓(株)、ダイドードリンコ(株)、かもきみの湯(個人)山下幸則



ながら、色づいた金剛山麓を、元気に、楽しく歩きました。

この季節らしい賞品もあつて、たくさんの方の笑顔が見られました。

パークゴルフ大会

今年度も申込多数のため、二回に分けて、県老連パークゴルフ大会を広陵パークゴルフコースにおいて開催しました。

▽A日程 令和七年九月三十日(火)

赤トンボが飛び交う秋晴れのもと、四十八名の方が参加されました。

ベテラン選手は、上位入賞を目指して、日頃の成果を発揮。ホールインワンを達成された方が二名おられました。初心者の方がいる組ではベテラン選手からルールやテクニクを教えてもらい、また、お互いに日頃の老人クラブ活動の話に花を咲かせるなど、和やかにコースを回っておられました。

▽B日程 令和七年十一月十四日(金)

秋も深まってきた青天のもと百名の参加がありました。

受付開始時刻の前から大勢の選手が集まり、みなさんの意気込みが感じられました。

コース上では「ナイスショット」の声や、「あー失敗や」とのため息に対して「次はうまくいくよ」と励ましの声などが聞かれ、和気あいあいとプレーされていました。初心者もベテラン選手からアドバイスを受けながら、元気にコースを回っておられました。

ホールインワンを達成された方が三名おられました。

B日程大会結果(敬称略)

順位	選手	スコア
優勝	辻 康司(香芝市)	52
準優勝	遠藤 敏規(葛城市)	54
第3位	岡本 賢治(香芝市)	57
第4位	谷口 千代子(斑鳩町)	57
第5位	田中 敏雄(香芝市)	58
第6位	南 善基(香芝市)	58

同スコアの場合は、年長者を上位とします。



A日程大会結果(敬称略)

順位	選手	スコア
優勝	赤木 拓也(香芝市)	56
準優勝	横田 三郎(香芝市)	59
第3位	山本 美智子(香芝市)	60
第4位	桑原 祐子(広陵町)	61
第5位	眞鍋 一郎(香芝市)	62
第6位	松田 清一(香芝市)	62

同スコアの場合は、年長者を上位とします。

大会結果(敬称略)

順位	選手
優勝	山田 章(宇陀市)
準優勝	宮本 明美(五條市)
第3位	嶋田 勇次(下市町)
第4位	福井 明美(天理市)
第5位	松下 光宏(五條市)
第6位	岡田 吉弘(御所市)
第7位	中川 茂(天理市)
第8位	横山 三一(宇陀市)

令和七年十一月二十一日(金)、檀原公苑陸上競技場において県老連グラウンド・ゴルフ大会を開催し、県内各地から二八九名の方の参加がありました。県老連中村会長と県グラウンド・ゴルフ協会伊藤匡会長の挨拶のあと、競技が始まり、「さあやるぞー」と選手はコートに出て行かれました。競技は、三コース二十四ホール(八ホール×三ラウンド)のストロークプレーによる個人戦で行われました。競技中は、皆さん真剣な面持ちの中にも、素晴らしいプレーが出ると歓声が上がったり、お互いのプレーを讃えたり、会話も弾んでいたようです。今回は、優勝と準優勝、七位と八位がプレーオフで決定しました。また、大勢の方がホールインワンを達成されました。少し肌寒さも感じられた晩秋の空の下、日頃の成果を発揮できた方も、そ

グラウンド・ゴルフ大会

うでなかった方も、皆さん楽しくプレーされていました。



上位入賞のみなさん



ゲートボール大会

令和七年十一月二十六日(水) 橿原公苑陸上競技場において県老連ゲートボール大会を開催し、二十六チームの参加がありました。



ゲートボール協会 辻本会長

開会式では、まず優勝カップの返還があり、続いて県老連中村会長と県ゲートボール協会の辻本準夫会長の挨拶がありました。

その後、五コートに分かれ、ゲームが始まりました。ゲームは、一コート六チームによる変則リーグ戦で、各チームとも三試合を行いました。試合が始まると、「カーン」とボールを打つ音や審判のコールの音が響く中、各プレーヤーは、真剣な眼差しを一球一球に注いでおられました。

ゲートボールはチーム戦で、また作戦によって一発逆転することも。そこで各チーム「次はここへ打って!」「このボールに当てて!」などの声を掛け



合い、一丸となってプレーされていました。当日は、前日の雨は上がったものの、一時小雨も降る生憎のコンディションでしたが、

皆さん日々重ねられた練習の成果を発揮しようと、頑張っておられました。



大会結果

賞	チーム
優勝	三宅(三宅町)
準優勝	まきの(五條市)
第3位	葛城A(葛城市)
コート賞	神武会(橿原市)
	吉野飯貝(吉野町)



(左から) 準優勝 まきのチーム 優勝 三宅チーム 第3位 葛城Aチーム

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

引き続き一致団結して 感染症対策に取り組みましょう



奈良県医師会会長 安東 範明

感染防止対策は **時** **場所** **場面** を考えて取り組みましょう。

医療機関、高齢者施設を訪問する時や、混雑した電車・バスに乗車する時はマスクの着用をお願いします。

引き続き一致団結して頑張りましょう。



奈良県医師会

Nara Medical Association

ウェブサイト <http://nara.med.or.jp/>

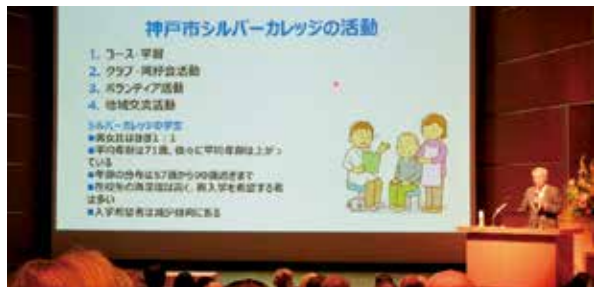


近畿ブロック

老人クラブリーダー研修会

令和七年度の近畿ブロック老人クラブリーダー研修会は、神戸市老連の主管で六月二十六日(木)に、神戸市産業振興センターで開催され、近畿各府県政令市老連から二二〇名(奈良県から二一名)の参加がありました。

午前は、まず全老連の松島常務理事からの基調報告「今後の老人クラブ活動の振興に向けて」がありました。その中で、高齢者や老人クラブを取り巻く状況についての報告や、活動振興に向けて、厚労省の調査研究事業でも課題提起されている老人クラブのあり方等について検討を進めていくとの報告



がありました。その後、神戸市シルバーカレッジ学長の前田潔氏により「高齢期をどう生きるか」良好な人間関係がKey」と題して講演がありました。午後は、四つの分科会に分かれ、それ

ぞれのテーマ(①会長・役員の後継者育成と会員増強について②ひとり暮らし高齢者や認知症高齢者を見守る地域の連携について③高齢者の消費被害防止の取組みについて④フレイル予防のためのユニークな文化・スポーツ活動について)に沿って、事例発表と活発な意見交換が行われました。このうち、第二分科会では、桜井市老連の野口会長が河西寿会を取り組んでいる見守り有償ボランティアの事例を発表されました。



全国老人クラブ大会

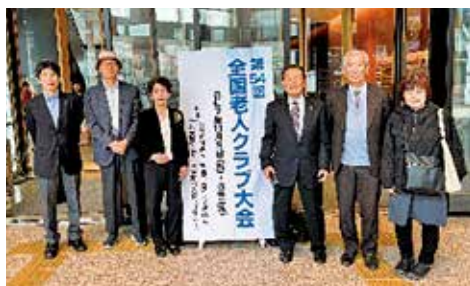
令和七年十一月五日(水)・六日(木) 第五十四回全国老人クラブ大会が、開催されました。

会場の茨城県水戸市民会館には、全国から一、二四七名が集い、奈良県からは六名が参加しました。

二日目 活動発表

今回のテーマは「老人クラブが取り組む地域高齢者のための活動ー地域共生社会の実現を目指してー」でした。地域共生社会の実現に向けた取組みが全国各地で始まっていますが、地域ごとに抱える課題は異なり、また、担い手も様々です。

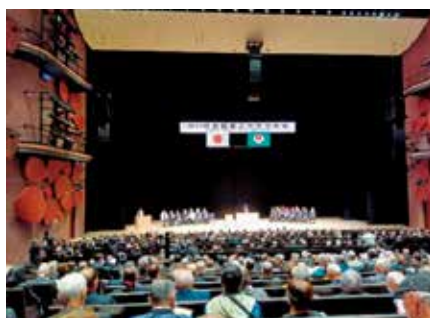
今回は、茨城県小美玉市希望ヶ丘老人クラブヒルズ会から「テレフォンスキュー」活動と「ベンチプロジェクト」活動について、大分県臼杵市老人クラブ連合会から「オレンジカフェの取組み」について、岩手県陸前高田市柝ヶ沢はまゆりクラブから「災害復興住宅に立ち上げた老人クラブ」活動につい



て、それぞれ発表がありました。コーディネーターは、福人ラウンジ主宰で、元高崎健康福祉大学教授の金井敏さんが務められました。

二日目 講演と式典

まず「あなたの知らない名字の世界」と題し、苗字研究家の高信幸男さんから名字にまつわる講演がありました。その後の式典では、全国老人クラブ連合会村木厚子会長から老人クラブ育成功労表彰、女性リーダー育成功労表彰、優良老人クラブ表彰、優良老人クラブ表彰等が授与されました(奈良県老連からの受賞者は、二頁に記載)。



その後、祝辞に続いて、大会宣言が朗読され、拍手をもって承認されました。

今回の全国大会では、活動報告を通して改めて地域における老人クラブの役割や連携について学びました。次回、令和八年度の全国大会は鳥取県で開催の予定です。

老人クラブ

指導者研修会



令和七年十月二十四日(金)奈良県社会福祉総合センター大ホールで奈良県老人クラブ指導者研修会を開催しました。



植田副会長の挨拶の後、全国老人クラブ連合会「活動賞」の伝達と「会員増強運動推進賞」の授与がありました。(受賞者は二頁に記載)。次に、県福祉保険部の辰巳徹次長から来賓挨拶をいただきました。

【事例発表】 「ひとり暮らし高齢者見守り活動について」へ有償ボランティアの実態(河西寿会の事例)

県老連副会長・桜井市老連会長・河西老人クラブ寿会会長

野口 敏雄

・桜井市老人クラブ連合会では、桜井市から委託を受け、老人クラブ会員が、毎日それぞれ担当するひとり暮らしの高齢者の安全確認を行う「ひとり暮らし

し高齢者等訪問事業」を実施している。この事業には、市から老人クラブへ委託料が支払われ、それを使ってクラブ活動が充実し、活動範囲が広がっている。

【活動発表】

桜井市老人クラブ連合会 舞踊・ハンドベル演奏

女性部推進委員を中心に、月一回から二回、踊りやハンドベルの練習を行い、主には老人福祉大会や市内福祉施設を中心に活動を行っています。



高取町老人クラブ連合会 おやじバンド「スーパーフレンズ」

オカリナ、ハーモニカ、ギターの3人組。「フォークソングや懐メロを皆さんと歌い、楽しいひと時を過ごしたい。」

老人ホームや老人会等を中心に活動しています。

いずれの舞台も日頃の練習の成果を立派に披露され、大変盛り上がりしました。



★第十二回健康ウォーキング★

令和七年十月三十一日(金)和歌山県九度山町・紀の川市方面へ出向きました。当日は生憎の雨となりましたが、二十九名の参加がありました。

午前は、九度山のまちなかを散策。懐かしさを感じる裏路地を通って、戦国武将の真田幸村父子が隠棲した「真田庵」や「真田ミュージアム」などを巡りました。お昼過ぎに、令和七年の大ヒット映画「国玉」のロケ地となった「ホテルいとう」で昼食。

午後は、世界で初めて全身麻酔による乳がん摘出手術に成功した華岡青洲を顕彰した「青洲の里」を見学した後、帰路につきました。傘を差し、足元を気にしながらも、皆さん元気に、秋の一日を歩いて楽しみました。



青洲の里



真田庵

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

なぞり旅

日本はじまりの地

飛鳥 藤原

世界遺産へ
古代の謎



日本最古級といわれる
飛鳥大仏

旅行代金 おひとり様 8,500円

- 上記旅行代金には交通費、昼食代金、保険代金は含まれますが入場料は含みません。
- 小型バスまたはマイクロバスに15名乗車した場合の料金です。
- 乗車人数によっては旅行代金変動します。※現地ではガイドがつきます。

現地ガイドつき

お問い合わせ

〒639-2303 奈良県御所市末広町 170 番地

取扱会社

サンキュー観光

Tel.0745-62-2659

コース内容

6世紀末から8世紀初め、ここがまさに政治と文化の中心地。ここから日本の基礎が始まった…。

近鉄橿原神宮前駅(9:30)=飛鳥資料館(見学350円)=飛鳥寺(拝観500円)=亀形石像物(見学300円)=石舞台古墳(昼食、見学300円)=あすか夢の薬市(飛鳥水落遺跡、買い物)=四神の館(見学)=近鉄橿原神宮前駅(15:30頃)

※月曜日は休館の関係で申込みできません。
※近鉄橿原神宮前駅にてバス発着となります。もし、希望の場所からバスを利用したい場合は料金アップですが、ご相談下さい。

「ニュースポーツ講師派遣事業」 「出前講座」

【利用くだやう…出前講座】
県老連では、地域の老人クラブからの注文に応じて、地域の老人クラブへ講師が出張して、ニュースポーツの講習会や健康や生きがいづくりをテーマにした講座を、出前講座として実施しています。

ニュースポーツ系、文化系それぞれいろいろな講座(別表参照)を用意していますので、ご希望の講座を選んでいただくことができます。ニュースポーツ系は、体を動かし健康づくりに、文化系は知識を深め、日々の生活での新たな気づきや充実につながると思い

ます。
地域の単位クラブ、老人クラブ連合会や市町村老連のいずれでもご利用可能です。(ただし、申し込みは、市町村老連を通してください。また、偏りなく多くの老人クラブに活用していただくため、市町村ごとに年間の利用回数を制限を設けています。詳しくは、県老連事務局まで)



モルック

【主な出前講座】

文化系	ニュースポーツ系
ミュージック・ケア(音楽療法)	公式ワナゲ
高齢者の心と身体	マグダーツ
消費者トラブル	スカットボール
高齢者の交通安全教室	フロアカーリング
歯・栄養指導(地域巡回講座)	ポッチャ
論語に学ぶ	囲碁ボール
アクティブシニアの栄養補給	トリコロキューブ
シニア世代のスマートフォン教室(初心者編)(基本操作編)	モルック(屋内可。相談ください。)
年中水分補給の重要性	スカイクロス
体を動かす健康学	ターゲットバードゴルフ
延ばそう!健康寿命	パタンク
笑いの健康効果	グラウンドゴルフ



公式ワナゲ



ミュージック・ケア



ポッチャ



高齢者の心と身体

「趣味」と「推し活」を満喫できる

ベルライフグループ

入居者募集

各拠点で
相談会
開催中!

充実の医療体制

積極的な地域交流

面会も・外出も自由

人生100年時代、ご本人もご家族も笑顔になれる幸せの住まい

奈良県内ベルライフグループの各サービス拠点

ベルライフ大和高田
大和高田市西町2-30
☎0120(417)658
介護付有料老人ホーム

ベルライフ葛城
葛城市北花内527-1
☎0120(658)113
介護付有料老人ホーム デイサービス

ベルライフ築山
大和高田市築山696
☎0120(65)8780
高齢者グループホーム 認知症対応型デイサービス

ベルライフ田原本
田原本町宮森87-1
☎0120(24)4165
介護付有料老人ホーム

ベルライフ榛原 宇陀市榛原萩原2431-2-101
☎0745(85)1313 デイサービス

ベルケア訪問看護ステーション
北葛城郡広陵町大字中151-4 ☎0745(43)9820 訪問看護



私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

まずはお問い合わせください!

ベルライフグループ

お問い合わせ
資料請求

☎0120-417-658

よいな ろごは

日本ベルアージュ 検索 9時30分~17時30分



eスポーツ体験普及事業

「みんな一緒に」

ビデオゲームで楽しもう！

県老連では、令和五年度からeスポーツの体験普及事業に取り組み、市町村老連や単位クラブへ出張して、ビデオゲームの体験会を実施しています。

eスポーツは、年齢や体力に関係なく参加できるので、最近ではねりんピックで囲碁や将棋などと並んで文化交流大会の種目となり、また大阪万博でも高齢者eスポーツ大会が開催されるなど、特に高齢者世代に急速に広がってきています。

「eスポーツ」と聞くと「競技」のイメージが強いですが、得点を競い合うのは二の次。老人クラブでは、みんな一緒に楽しむことが最も大切なことと考えています。

これまでに開催した体験会では、太鼓を叩くゲームやボーリングゲームを、皆さんで楽しんでいただいています。ボーリングは、腰かけたままでもできますので、足腰の弱い方も参加しておられます。

遊び方やコントローラーの使い方などは、ゲームをしながらお教えいたしますので、初めての方も安心して参加していただけます。

参加者からは、いずれの会場でも

「思ったよりも簡単で楽しかった」「運動が苦手だけれど楽しめた」など好評で、毎年体験会の開催を申し込んでくださるクラブや、体験会をきっかけに自分たちでゲーム機器を購入し、楽しんでおられるクラブもあります。

県老連の出張体験会では、県老連が講師の派遣と必要な機材を用意しますので、開催を希望されるクラブには会場の手配だけをお願いしています。

まだ体験されていないクラブは、一度やってみてください。eスポーツ沼にはまってしまいかもしれませんよ。(詳しくは、県老連事務局まで)



キャッシュカードは渡さない!
暗証番号は教えない

電話口 お金の話

それは詐欺!



あなたの街の信用金庫です!



私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

私が大切にしていること

大和郡山形市 川本 恵子 (81歳)

小学生の頃から、筆を持つのが好きでたまりませんでした。傘寿を過ぎた今でも筆と万年筆は毎日使用しております。色紙額や短冊に和歌を書き、価値観を共有する方に差し上げて喜んでいただいております。

また、社会との接点を常に持ち続けたいと考えています。残された好奇心を頼りに、文化的な事に挑み、フレイル予防に心掛けております。何事も心の持ちようで、辛いことも乗り越えられ苦しかったことは反面教師にしています。

私の周囲の方はすべて私の先生であり、私は常に生徒であり続けたいと思っています。先祖様を敬い、家族を守り、意義ある余生を楽しみたいと思う今日この頃でございます。

二〇四五年秋

天理市 村井 稔正 (81歳)

秋晴れの中、田園地帯を車で走っていると、黄色く色づいた稲穂が一面に見える。背の高い稲か？と目を凝らすと、セイタカアワダチソウの茂った様子だ。この田んぼも、あの田んぼも、ほとんどの田が雑草で覆われている。

二十年前も同じような景色が変わるんだと思つたとたん目が覚めた。夢だった。夢でよかつたと思つことが時々あるが、二十年前は夢でなくなる時が必ず来る気がする。備蓄米百万トン。これで日本の食糧一、五か月分だそう。災害、気候変動、世界

情勢の変化等あればたちまち底をつく。普段からの備えが必要である。

諸行無常。時代とともに人々の生活、産業のありさまが変わって当たり前。しかし、食糧の不十分な国が米えるはずがない。いろんな対策をして食糧の確保をしていく必要がある。

農業の好きな人間はいる。しかし、今の諸状況では食つていけない。圃場整備と相まって、農業従事者の育成のための長期対策を立ててもらいたいものだ。

「論語」に学ぶ

三郷町 谷口 利広 (74歳)

学校で、中国の古典「論語」に出会う。章句の幾つかを、誰もが誦んじることが出来るのではないか。例えば、「己の欲せざる所、人に施すことなかれ」「巧言令色、鮮し」「朝に道を聞けば、夕べに死すとも可なり」など。

さて、「三郷町連合会」では、十年前に「論語に親しむ会」を開設した。私が講師を務め、百五十三回を数えた。「それなりのものを身につけるには、少なくとも二十年を要する」と考えるが、当時まだ論語を学んで二十年余りの未熟な私だった。講師を務めるとは、僭越の非りを免れなかった。だが厚かましくも、天が私に学びの場をお与えいただいたと捉え、微力を尽くして来た。

また同時期に、縁あって大阪の中之島図書館の「論語塾」でも講師を務め始めた。徐々に受講者が増え、現在八十名。受講者数だけは日本一だ。運営企業が半年ごとに受講生を募るが、一週間で満杯になる。その

この歳まで生きて思うこと

山添村 杉本 周一 (84歳)

私は定年まで、会社人間と言われるような生活でした。満六十歳で会社を退職し、田んぼは人に貸し、小さな畑の草引き、草刈りに追われる生活でした。妻と一緒に草花を愛し育てていましたが、その妻が五年前に他界し、今息子と二人で生活しています。

私は大の酒好きです。日本酒が一番好きですが、酒と名の付くものは何でも好きです。そこで俳句でもない川柳でもない短歌エッセイでもない歌をメモって楽しんでます。「好きな酒たらふく飲んで猫の額の畑を耕し、愛犬抱いて余生を送る」気ままに育てたポメラニアンを抱いて道行く人と会話をしています。

畑の作物は一人で食べ切れる程度ではありません。近所に配り、おいしかった言葉や聞きたくて作っています。「丹精込めて作りし野菜、出来の好いのを他人にやり吾は屑食つ」喜んでくれる人が居る、それが私の幸せです。

老後はあくせくせすのんびりと過ごしたいです。

律儀な蟬

香芝市 松島 香子 (87歳)

三年前の夏の日、公園で蜘蛛の糸に絡まった瀕死の蟬を助けました。数日後、庭で水やりをしながらふと見ると、トマトの葉の上に蟬が乗っていました。因みに庭は小さく、菜園と花だけで、木はありません。今まで抜け殻も死骸も見たことはありません。直感であの蟬がお礼に来たと思ひ、ありがと一言いながら二十秒の近きで「最後に子孫を残してね」と伝えました。大きな目玉で私を見つめ、暫くして静かに去っていきました。オシッコもしないで……。

数日が過ぎたある日、トマトの近くで「無事に一生を終えました」とあたかも証明するかのよう死んでいました。瞬間に何とも言えない感情がこみ上げ、胸いっぱい溢れ出し、その場でしゃがんで泣きました。そして手厚く葬りました。一笑に付す方もあると思いますが、単なる偶然ではないと思います。万物、霊長類の生命の奥底に秘めた何か神秘的な域があるのではと思ったりします。人知では計り知れない命の尊厳を強く感じました。

たかが蟬、されど蟬、深く感じます。

八十歳の眩き

葛城市 阪口 君代 (80歳)

私は、花と野菜作りが好きです。花と言っても立派な花ではありません。お墓と仏さんの花です。春と秋のお彼岸以外は、殆ど手作りの花で足りています。金盞花、百日草、鶏頭などは、母から受け継いだ花です。毎年

種を時き、花と巡り合います。母に逢えたよ
うな気がして嬉しくなります。来年は母の
二十三回忌に当たります。思い出話に花が
咲くやろなあとかから楽しみになっています。

最近、仏壇じまいや墓じまいのことを新
聞やテレビで伝えられ寂しく思います。私
は八十歳。いつの日か先祖になります。子や
孫の時代になると、先祖を思い出す回忌の
法事など忘れられるかもしれないが、一瞬
でも思い出してくれたいなあと思っ
ています。嫁いだ娘は「私が墓掃除をす
るから、ずっと残しておいてや」と言ってくれ
帰省の時は先にお墓参りをして家に入りま
す。なかなかできない事やなあ、いつも感
謝しています。

夫の分まで長生きして、先祖を守ろうと
思っています。

米寿を迎え感謝

天理市 岡本ヒサ子 (88歳)

私は二十二才でお見合いをし、建具職人
さんと結ばれました。以来、大波にもあわ
ず平穩無事に米寿を迎えることができまし
た。主人は弟身分でしたが、母親思いで優
しい性格で、義母も主人ひとすじといった
感じでしたので、私たちの方に籍を入れま
した。そのころは建具商も忙しく、機械も増
えて私も穴あけの仕事を手伝い、職人さん
を二人も雇っていました。子ども二人は女
の子で、義母がみてくれました。残業までし
た時代でしたが、そのお陰で安定した土台
ができたかなと思います。義母は九十歳で
亡くなりました。

主人は眞面目でよく働く優しい人でした。
私には申し分のない主人で、特に年配の方々
から「優しい人やな」と言われ嬉しい気分
になりました。今もいい人たちに恵まれて
私の人生は何も悔いはありません。主人は
八十三歳で亡くなりましたが、建具商も丁
度時代に乘れたし、本望だったと思います。
長女夫婦は、教師退職後も一緒に生活を
してくれています。私も米寿を過ぎ、まだ元
気で「グラウンド・ゴルフ」をやっています。
本当に幸せで、感謝でいっぱいです。

親友との別れ

大和高田市 今中恵美子 (87歳)

突然親友の逝去の知らせを受け、すぐ駆
け付ける。冷たくなったほほを涙で撫でた。
大和高田の地に来て、初めてできた親友で
あり姉(二歳上)のような存在。子どもが小
さい頃はPTAや婦人会等あらゆる所へ参
加し、年を重ねてからは老人会など、いろん
なところへ一緒に出掛けていた。子どもや孫
の入学・卒業には祝いあい、喜びを分かち合っ
た。長女が亡くなってからは、毎年祥月命日
にお供えをしてくれて、元気なころの話
をしては二人で泣いた。夫を亡くした時も、そ
れぞれに慰め合った。姉妹以上に親しく何
事も話し合った親友。十年前に自転車で転
び骨折してからは、外出もあまり出来なかつ
たが、折にふれ、会って話をする仲だった。
きれいに化粧をした穏やかな顔に花を手
向け、そっと手紙を入れた。「俱会一処」長
い間有難うございました。また、お浄土で逢
いましょう。

親友を葬った淋しさは言葉では言えない
が、遠からず、お浄土で会えるのを楽しみに
している。
俱会一処を信じて。

サイン帳

大和郡山市 村田 博子 (85歳)

分教場に通っていた小学校低学年のころ
は、のびのびと通っていて背も高い方だった
のですが、上級生になり本校に通うようにな
って通うのが精いっぱいだったのです。よ
う、背があまり伸びず、中学校ではいつも一
番前でした。

中学校の時、皆サイン帳を回してひと
書いてもつのが常でした。二つ上の方にも
二つ上の方にも書いた覚えがあります。何
を書いたかは忘れていますが、巣立ちのよ
ろこびを表したことを書いたように思います。
さて、私のサイン帳が戻ってきたときには、
皆いろいろ書いてくれましたが、お椀の舟
に箸の権と書いて一寸法師の絵が描いてあ
りました。背の低い私に精いっぱい励ま
しの送りことばだったのでしょ。

台湾最高峰の玉山(ユイシャン)

葛城市 吉河 義則 (73歳)

台湾最高峰の玉山(ユイシャン)は、日本統治
時代には富士山より高いので新高山と言わ
れていました。真珠湾攻撃の暗号「ニイタカ
ヤマンボレ」はこの山名にちなんでいました。
いままで日本の三千メートル超峰にはほほ

登頂して、ぜひともチャレンジしたいと思っ
ていたところ、本屋で「台湾山岳案内」を見
て、さっそく台湾国立公園入園オンライン
申請のホームページで予約の申し込みをし
ました。

台湾の国立公園は、実にきっちりと管理
されていて、玉山登山は一日に小屋の定
員百十六名と制限されていますが、なんと
運よく当選通知が来ました。国立公園入山
許可申請から小屋の申し込みと警察への
届をインターネットで翻訳しながらすませ、
不安を抱えながら「ニイタカヤマンボレ」と
心に打電して関空から飛び立ちました。

国立公園登山管理センターに許可証と入
山料を支払い、隣の警察に入山届を提出し
て、バスで登山口に着いたのが朝十一時過
ぎでした。いよいよこれからかと心に「ト、ト、
ト」突撃と暗号を打電して登り始めました。
排雲山荘(三千四百メートル)に四時間足
らず到着。五時半に夕食、八時に消灯。翌
一時半に起床、二時半に朝食をとり、小雨の
中ヘッドライトを点けて山頂を目指し出発
しました。途中、小雨まじりの風が強くな
り不安が募りながらも五時過ぎには空が白
み雨風も収まったころ山頂に。三六〇度の
雲海と周りの山々の眺望に、「トラ、トラ、ト
ラ」と心に打電して感無量でした。しばらく
山頂にたたずんで山並みを堪能しましたが、
さすがに寒かったので早々に下山しました。
下山届を出さずに帰国したら、現地警察よ
り無事下山の確認メールが届きました。

台湾の国立公園ではきっちりと安全登山
の管理をされています。謝辞

短歌

浦 萌春 選

東京の高層ホテルの眼下に無数の窓のあかりきらめく

榎原市 杉田恭子

なにげなく「どっぴいじょ」と腰おろすほっと一息

天理市 阪口雅子

心落ち着く

天理市 出口照子

米作りの折り返し地点夏土用油断大敵草にまみれる

大和郡山形市 松本義徳

検査値はどれも正常ほぼ健康何か知らねど何か不安

大和郡山形市 村田博子

綿の木がクリーム色やピンク色の花を咲かせて綿の

大和郡山形市 川本恵子

実を結ぶ

わが母校は耳成山を横に見て友と語った思い出の場所

大和郡山形市 木村博子

ゴロゴロと音たてて湧くこの水は百五十年の時を経て

大和郡山形市 今中恵美子

夏ばてと風邪が重なりダウンする咳の責め苦しに稲刈

大和郡山形市 森本和雄

飛火野にホルンの響きこだまして鹿の登音に歓声上

大和郡山形市 吉河義則

がる

身だしなみ眉をそがきて華やぎぬ今日はデイの日母

五條市 出口喜代子

のよそほひ

肌寒き風吹く刈田に米つくり藁を鋤きこみ今年を終

葛城市 阪口君代

える

十キロの米の運搬が腰にきて齢八十無理は出来ない

葛城市 外輪加寿代

六合に君の名呼べど二上は霧にかくれて何も見えない

葛城市 三島チツ子

足が弱り杖のかわりに雨傘をたよりに歩く老人となる

葛城市 吉田ヨシ子

ヨタヨタと歩く姿は必死だよ笑ってごまかす心愛しき

東吉野村 吉田ヨシ子

初霜を踏みしめ歩くこの道はお地蔵さままでまっす

川西町 松本悦子

朝夕の秋色濃きも屋下がり夏は夏の盛りと見紛ふばかり
それぞれに山坂越えた今日の身の思い出語る老人
ホーム

川西町 井澤 徹

田原本町 西本久子

俳句

上辻 蒼人 選

勢いまかせかき込むトコロ口汁

木犀の香に若き日の甦り

手放せぬ年季物なる冬服

ころりと妻からミカン変化球

いなびかり家路せかせる日暮れかな

行く秋や閃光はしりつむじ風

一枝を活けたる梅のふふみ初む

炎天や室内競技に汗流す

見上ぐれば惚ぶ姿の秋の雲

草萌えや八十八夜の茶摘み唄

枯れすすき私の中風の吹く

朝散歩木立より聞く蝉の声

ちちる鳴くそんな気がして別れ道

今生きる動ける八十路の敗戦忌

吾包む夢の容と成る毛布

残照に染まり揺れるる枯尾花

氏神の太鼓ひびくや秋祭

かなかなの声にせかさされ日の沈む

老い集ふカフエひとときわ秋暑し

目の玉の大きくとび出す寒卵

数枝深紅に咲きし季を告げし

大和郡山形市 川本恵子

大和郡山形市 西田眞希子

大和郡山形市 西本久子

大和郡山形市 井ノ上久雄

大和郡山形市 角田本子

大和郡山形市 三島チツ子

大和郡山形市 川本恵子

川柳

中城 裕子 選

初詣歳重ねしをまず感謝

さわやかに家族記帳の初詣で

北風に掛け声響く練成場

年重ね心にゆとり気も楽に

宇陀市 松川輝蔵

田原本町 西本久子

大和郡山形市 萩原豊昭

天理市 阪口雅子

ジルバでもさつと出せませす左足
孫と爺共にしゅう活頑張ろう
八十八手手間がかかるよ米づくり
朝起きて入れ歯補聴器フルソープ
マラソンはビールあるのでゴールまで
外孫や母校敵傍でABC Dを
いつからかカカア天下が板につき
川柳を思いつかず星さゆる
お母ちゃん糖原にならんよ二辺に食べんや
飲み薬夫より多く飲むことに
古い傷昔は誇り今重荷
来年を思う暑さと物価高
この酷暑蟻も暑さで地中かな
山椒の木すりぎに変身猛暑かな
朝寝坊うららか一人大人の字に
達筆のならぶ署名へ手が怯え

天理市 今西やすよ

香芝市 青柳秋雄

下市町 桶谷忠博

大和郡山形市 稲垣明子

葛城市 吉河義則

葛城市 猪木武久

大和郡山形市 川本恵子

葛城市 外輪加寿代

東吉野村 吉田ヨシ子

葛城市 三島チツ子

大和郡山形市 上田周治

大和郡山形市 松本義徳

大和郡山形市 庄司久子

大和郡山形市 井澤 徹

天理市 山口ヨシエ

大和郡山形市 川合祐子

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

老人クラブの皆様へ
通信カラオケのご案内
体操教室やサークル活動で使える
音楽体操・介護予防体操・脳トレ体操が入ったカラオケを
地域交流に活かしませんか?
今なら!期間限定!無料でおためしいただけます。FREEDAMLIFE
株式会社 第一興商 奈良支店
奈良市北ノ庄町51
0742-62-5200 担当 瓦井

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

長〜い行列
夜中に何度も…



もう「ガマン」しなくていいんです。

若 い頃は気にもしなかったけど、歳とともに切実になるガマンできない悩み。だってまだ51歳。仕事の打合せ中にソワソワ、サービスイリアの長い行列でイライラ、せつかくの旅行もヒヤヒヤ…。外出先ではまずトイレの場所を確認し、イスから立ち上がるときはゆっくり慎重に、がいつのまにか習慣になっていた。

そ んなある日、ライター仲間が集まると話題はその話に。なるほどみんな同世代、悩みは同じだったのだ。今日は午前中だけで5回も行った、どれだけガマンできた、とまるで自慢大会のような盛り上がり。し

まいには「みんな歳なんだから仕方ないよ、最近はいいいオムツが出てるんだからいいじゃない？」なんてお気楽なご意見まで。すると仲間内で最も売れっ子の美容・健康ライターY子(52歳)が、「みんなこれ、知らないようね」とおもむろにバッグから小さな粒を取り出した。「二日にひと粒飲むだけでしっかり実感できるの。だまされたと思って試してみたら？びっくりするわよ」

半信半疑ながらその場にいた全員がひと粒ずつ飲んで解散。その晩一度も目が覚めることなく朝を迎え「もしかして、これのおかげ?？」と一斉メール

してみたなら、みんな同じような体感があったみたい。いったいどういうこと? さっそく販売元の有限会社野草酵素を取材した。

ガ マンできない悩みといえど、例えばノコギリヤシやペポカボチャが定番ですが、実感するまでに長い時間がかかるという不満の声もありました」と語るのは商品開発部の福岡さん。

「ところが近年の研究で、神秘の森・屋久島にひっそりと自生するボタンボウフウという野草がスツキリの悩みに直接はたらきかけることが明らかになりました。一日たったのひと粒で驚くほど早い実感を得られ女性・男性問わず変化を感じていただけるためご夫婦で飲まれる方が急増しています」

なるほど、樹齢3000年の縄文杉で知られる世界遺産「屋久島」で育った、なんとも不思議なスツキリ野草がスピード実感の秘密だったのだ!

「試しに飲みはじめた方が数日後に追加で3袋のリピート注文、ということも多く私たちもあまりの反響の大きさに驚いています。急遽生産ラインを増やし対応している状況ですが、原料が希少なため正直、大量生産には向きません」と福岡さん。ほかに「回数が減った」「ガマンできるようになった」「1回で出し切れるようになった」などの喜びの声が毎日のように届いているという。神秘の島にひっそりと自生する野草「ボタンボウフウ」、その実力には驚くばかりである。

不思議な野草を飲みはじめると一カ月。ああ、駆けこまな

いってこんなにシアワセなことだったのね! スツキリのおかげでバス旅行は長距離だって怖くないし、仕事の打合せが長引いて終わらず…となってもへっちゃら。一日にひと粒飲むだけで手軽につづけられるから、歳だからとあきらめる前に試してみては?

深田民江(ふかだ・たみえ) … 埼玉県出身。コンビニ業界から転身した、自称遅咲きの美容・健康ライター。オンナは見た目勝負! を信条に、いろんなバックを試しまくってほうれい線を消すことに情熱を注いでいる。腸内環境も大事よね、と毎朝欠かさず納豆ご飯を食べてます。



屋久島原産ボタンボウフウ配合

なんごくぼたん
南国牡丹

30粒/約1ヵ月分(1日目安:1~2粒)
税込2,160円

万が一の場合の品切れの心配が無い定期お届けとくとくコースは初回から10%引き(税込1,944円)
※定期とくとくコースとは毎月、あるいは2~3ヵ月に一度、ご利用ペースに合わせて定期的にお届けするサービスです(購入回数の制限はありません)。解約の際は、次回お届けの1週間前までにお電話でご連絡ください。次回お届け日は納品書でご確認いただけます。※希少な原料を使うため、お一人様3袋までとさせていただきます。

ご注文・お問い合わせ

フリーダイヤル: 0120-37-8353 (朝8:00~夜9:00/年中無休 ※年末年始を除く)

FAX: 0120-37-8354 (24時間受付) インターネット: <https://www.yasoukouso.com/>

〒151-0063 東京都渋谷区富ヶ谷1-15-12 (有)野草酵素「大椿寿」係

●送料は全国一律250円。●お支払いは郵便局かコンビニで利用できる振込用紙で7日以内に。●商品はご注文から1週間前後でポストへお届け。●返品は未開封に限り商品到着後8日以内。(手数料お客様負担)※取得したお客様の個人情報は、商品発送および関連情報のご案内のためのみに利用いたします。

私たちは、奈良県老人クラブ連合会の活動を応援しています

老人クラブ会員向けに

傷害保険・賠償責任保険

安心補償

全国老人クラブ連合会では所属の単位老人クラブの会員向けに、もしもの時にそなえる保険をご用意しています

ご自身のケガの補償

老人クラブ傷害保険

自分がケガをしてしまった時の保険です。

24時間型 活動型

会員は所属クラブを通じての任意加入となります。

相手の物、ケガの補償

老人クラブ賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険です。

クラブ全会員での加入が条件となります。

資料請求
お問い合わせ先



公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

加入申込書等、
資料請求先

専用FAX03-3597-8767

お問い合わせ先
ご相談

03-3597-8770

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> メールアドレス hoken@senior-ltd.com

(取扱代理店) 有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8768

(引受幹事保険会社) 東京海上日動火災保険株式会社 医療・福祉法人部 TEL.03-3515-4143

受付時間 9:30から12:00まで 土、日、祝祭日、
13:00から17:00まで 年末年始休

※この広告は、「老人クラブ傷害保険(老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険、総合生活保険(傷害補償))」と「老人クラブ賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」についてご紹介したものです。
ご加入にあたっては、必ず「パンフレット」「概要・重要事項説明書」等をよくお読みください。ご不明な点につきましては、全老連「保険係」までお問い合わせください。

2025年2月作成 24TC-006926

「大椿寿」協賛広告募集!

(一財)奈良県老人クラブ連合会の機関紙「大椿寿」は、老人クラブ会員(約5万名)家庭と関係機関へ配付しています。

ぜひ、広告媒体としてご活用ください。

広告協賛により、奈良県老人クラブ連合会への活動支援をお願いします。

【申し込み・問い合わせ】

(一財)奈良県老人クラブ連合会事務局

☎ 0744-29-0166 e-mail nkrr167@oak.ocn.ne.jp

編集後記

明けまして

おめでとーございませう

「大椿寿」令和八年一月号をお届けします。

記事で紹介しました全国老人クラブ大会での高信幸男さんの名字についての講演では、名字と苗字の違いや全国で名字が十三万ほどあることなど、名字にまつわるお話がありました。その際、紹介されたいわゆる難読名字の一部を掲げますが、読めるでしょうか?

「九」…『にのまえ』と読むそうです。「九」…じゅうのまえではなく『いちじく』。「十」…『つなし』。ひとつ、ふたつと数える際に十には『づ』がつかない。「二尺八寸」…『かまつか』。鎌の柄(つか)の長さだそうです。

とんちクイズのようですが、名字には、それぞれ由来、歴史があります。

「桂馬」というも名字もあるそうですが、午年のこの一年が、何事もうまく運び、元気で、笑顔あふれる年となりますようにお祈りいたします。

(事務局)

