

— 愛知の老人福祉 —

# いきいきライフ

愛知いきいきクラブ

公益財団法人 愛知県老人クラブ連合会機関紙

令和7年  
4月発行

157号

発行:(公財)愛知県老人クラブ連合会 〒461-0011 名古屋市東区白壁1丁目50番地 愛知県社会福祉会館内 TEL.052-212-5524 FAX.052-212-5522  
編集・制作:株式会社 ニチコミ 〒460-0003 名古屋市中区錦1丁目20-8 TEL.052-231-3216 https://www.nichicomi.com

シニアスポーツ

リーダー研修会

高齢者相互支援

活動研修会

他にも色々な活動を行っています。  
詳しくはこちら!



新たな知識で

日常に彩りを



女性部視察会



女性リーダー  
研修会

## 研修会で知る 学ぶ楽しさ



市町村老連会長  
研修会

愛知県老人クラブ連合会では、年間を通して様々な研修会を行っています。今後も学び、体験したことを生かして、クラブの魅力づくり、健康寿命の延伸、会員同士の親睦を深めていきましょう。

【2・3ページに関連記事】

## 女性の視点生かし アイデア出し合う

12月11日（水）女性リーダー研修会を開催し、28市町より60名が参加しました。

友愛訪問活動等に活用する小物作りは「七福神の切り絵」で恵比寿と大黒天を中心に作成しました。お正月の飾り物としても活用できることから楽しく作りました。

続いて講師に地域問題研究所事業部長の池田哲也氏を招き、「今よりもクラブ活動をすこし取り組んでらる事業と新しく取り組みたいアイデアを付箋に書き、他のグループがコメントや、いいね！シールを貼り、楽しめる活動を発表しました。

## 市町村老連会長研修会 デジタル技術で 生活をサポート

科学部教授である小栗宏次氏を招き「デジタル時代のいきいきつくり」と題し講演を行いました。

現代におけるデジタル技術の普及状況やデジタル技術を活用する上で健康寿命の延伸にも期待がもてる内容で①健康寿命を阻害する要因の1つは「引きこもり」であり、スマホ等のデジタルで新たな情報を取り入れ外出する」とが重要であるこ

と。②「デジタル技術を活用して過去を忘れない、今をチェックする、未来を予測する等」することができるなど、楽しくお話しいただきました。

その後、ブロック別交換会を行い、次年度の役員改選についての確認をしました。

講師に愛知県立大学の情報

100倍楽しくする方法」と題し講演を行いました。



ワークショップを通して様々な意見が出ました

## 第45回愛知県老人クラブ将棋大会

令和6年10月10日(木)～11日(金)  
日本将棋連盟 東海普及連合会栄将棋教室  
審判長：中山六段 参加人数：21名

優 勝 長坂 一義 (大府市)  
準優勝 中平 忍 (知多市)  
第3位 中山 利夫 (刈谷市)



## 第48回愛知県老人クラブ囲碁大会

令和6年11月12日(火)～13日(水)  
日本棋院 中部総本部(囲碁会館)  
審判長：稻垣五段 参加人数：35名

優 勝 篠 久明 (一宮市)  
準優勝 星野 勝利 (刈谷市)  
第3位 岩田 圭司 (一宮市)



上位入賞者は10月に岐阜県で開催される第37回全国健康福祉祭ぎふ大会(ねんりんピック岐阜2025)の出場候補者になります。  
(敬称略)

会員同士の協力で  
防災・特殊詐欺対策

2月13日(木)高齢者相互支援活動研修会を開催し、22市町59名が参加しました。

2地区のモデル市町から事例発表があり、津島市ではeスポーツ大会を年2回開催するため、まずは単位クラブから普及を目指し、市老連や校区でデモンストレーションの体験会を実施しました。豊山町ではクラブがない地区



スマホを使った防災対策を学ぶ

や活動に偏りのある地区の人たちも一緒に活動ができるよう、コンサートや作品作り等を通じ、みんなで集まれるサロンをつくりました。

講座①では、ソフトバンク(株)より「スマホでできる防災対策」として、実際に自身のスマホでQRコード読み取り「避難シミュレーション」を行いました。初めてQRコードを読み取る方もいましたが、周りやスタッフの協力を得て体験ができました。講座②は、ますます多様化、巧妙化し高齢者の被害が多発している特殊詐欺について、実際の手口を紹介し、未然に防ぐお話を愛知県県民安全課の職員からしていただきました。

## 令和6年度愛知県老人クラブ連合会 企画運営委員会の活動報告

### 新たな一步を踏み出そう

現在、全国的に大きな課題となっている「会員増強」。この課題に対して愛知県老人クラブ連合会では、会員の意見を反映させ、魅力ある老人クラブづくりの実現を図るために「企画運営委員会」を設置しています。今回は委員会の活動報告をご紹介します。

### 検討テーマ「会員を増やすための取り組み」!

#### 課題1 役員のなり手がない

##### 【提 案】

- ・役員の手引き・引継ぎ書をつくる。
- ・事務局で役員養成の講座など行う。
- ・新任役員は、経験者でフォローする。
- ・役員に報酬を支払う  
(規約に入れ、明確にする)。



#### 課題2 市町村老連からの脱会・脱退

##### 【提 案】

- ・市町村老連を魅力あるものとするため、eスポーツ、健康マージャン、ゴルフ、3世代グラウンド・ゴルフなど、シニアに人気のある活動をする。
- ・組織への加入ではなく、むしろ行事への自由参加を勧め、そこから市町村老連への加入を勧める。



## 課題3

## 地域における単位老人クラブの解散

## 【提 案】

- ・地域に単位老人クラブがあるなしにかかわらず、自治会や他団体との調整を行った上で、自分が住む地域外のクラブでも加入できるようにする。

## 課題5 高齢化、世代の二分化

## 【提 案】

- ・地域のヤング向け行事、活動を行う。
- ・組織への加入ではなく、行事参加を会員とする。

## 【その他の意見】

- ・「老人クラブ」という名称が良くないので変えたい。

## まとめ

- ①増やすための取り組みですが、それよりも、いかに辞めさせないかが大事であり その対策をどうするか
- ②単位クラブを解散させない。単位クラブを市町村老連から脱会させない。そのための対策をどうするか
- ③いかに女性会員を増やすか
- ④60歳代にアピールして勧誘するには

## 課題4 会員勧誘

## 【提 案】

- ・行政の広報誌に老人クラブの活動をとりあげてもらう。
- ・地域の他の団体・グループと連携する。
- ・勧誘は口コミと足で稼ぐ。

## 課題6 その他

## 【課 題】

- ・地域の高齢者が行事に参加するための移動手段がない。

## 【提 案】

- ・コミュニティ巡回バスの時間にあわせて行事を行う。
- ・リモート開催できる環境（公民館でのWi-Fi整備）を新たに行政へ要望。

## 対 策

- ①入会したくなる魅力ある市町村老連にする
- ②参加したくなる事業を企画する
- ③楽しく役員（会長）ができる環境づくり
- ④事務等の運営しやすいクラブづくり
- ⑤会員の金銭的な負担をより少なくする
- ⑥関係性の良い仲間づくりを目指す

★楽しくやっているクラブが多い！それを伝えきれない★

## 活動事例①



会長  
三浦 康司

## 知立市青春クラブ連合会

## 名称変更し気持ちも若々しく

知立市老人クラブ連合会では、令和7年度のテーマを「今が青春！」とし、スローガンを「生きがいづくり」「健康づくり」「仲間づくり」として活動しています。

また、設立55周年を記念して4月から名称を「知立市老人クラブ連合会」改め「知立市青春クラブ連合会」とわくわくするような名称に変え「老人クラブ」のイメージを払拭しています。

## ◆eスポーツで楽しく脳トレ

愛知県老人クラブ連合会も推奨し、県内また全国的にも普及しつつあるeスポーツを、知立市青春クラブ連合会でも8月の市老連教室で実施します。体を動かして行うスポーツゲームや脳を使うパズル形式のゲーム、スピード感あふれるレーシングゲーム等を体験することにより、認知刺激（認知機能や社会機能の改善を目的とする活動への参加）や認知トレーニングを楽しみながら行います。



## ◆ニュースポーツに初挑戦

会員の皆さんに今までにない体験をしてもらうため、ラダーゲッター、クロリティー、ボッチャ等、室内や屋外でも楽しめるニュースポーツを紹介し、体験会を行います。新たなことにチャレンジする経験が良い刺激となり、心身の健康維持につながります。



## 岡山県瀬戸内市老人クラブ連合会

### 参考にしたい他クラブの活動



1月22日（水）、瀬戸内市老人クラブ連合会では代表者交流会を開催し、4支部（牛窓・邑久・長船・瀬戸内）の活動事例発表や、グループ討議を行いました。日頃一緒に活動していても意外に他のクラブがどのような活動をしているか知らないため、目から鱗の意見もあり、大変有意義な機会となりました。

#### ◆4支部の活動事例発表（一部抜粋）

- ・体操の後にカレーを作つてみんなで食べています。一人暮らしの会員の方からは「家では、なかなかカレーを作らないので毎回楽しみにしている」という声が多く大変好評です。
- ・歌声喫茶が人気です。歌詞をプロジェクターに映しだすことで皆さん顔を上げて元気に大きな声で歌うことができています。
- ・会員の要望が多くスマホの使い方講座を実施。講師は地元のITカレッジの学生に依頼することで世代間交流にもなりました。



#### ◆グループ討議（クラブ活性化の取り組み、会員増強と後継者育成について）

- ・自治会との連携強化が大切（情報交換、会員加入促進への協力）
- ・自動入会制度を取り入れる（60歳以上は自動的に会員となる）

# となりまちの 仲間

全国老人クラブ連合会 優良老人クラブ

《刈谷市》 東境東光東クラブ 会長 里中 静夫



## 【思い出のバス旅行】

当日の雨や嵐も関係なく、バスの中でもカラオケやbingoゲームを和気あいあいと皆さんで楽しみました。

会員同士の親睦を図るためレクリエーション活動も大切にしており、年2回（6月・11月）のバス旅行では、おいしい食事を楽しみながら、カラオケやbingoなど大いに盛り上がっています。また、東境東光東クラブでは、今カラオケが大人気。口コミで人気が広がり、月1回行っているカラオケ教室には、毎回45名の会員が参加しています。男女それぞれの課題曲を練習し、ともに楽

東境東光東クラブは、昭和54年4月に結成し、110名の会員で元気に活動しています。主な活動の一つに奉仕・ボランティア活動が

あります。普段グラウンド・ゴルフの練習をしている公園内の除草やゴミ拾い、またトイレスの掃除を行っており、月1回は早朝より高山墓地と大池

墓地の清掃も行います。夏場の除草作業は重労働ですが、毎回35名の会員が協力して維持管理をしています。その他、年4回、交通安全週間での立哨や、地域防犯パトロールとして、青色パトカーで毎週月曜日、午後3時から町内を巡回し、児童たちの登下校の安全を守っています。



会長  
里中静夫

人と人とのつながりを大切に、今後も楽しく活動していきます！



### 【東光クラブの忘年会】

バックダンサーはクラブの会長・副会長で「マツケンサンバ」を踊りました。拍手とアンコールの嵐で、歴史に残る東光クラブの忘年会になりました。プログラムには「三流芸能人」と記載されていましたので、初めて参加された方は本当に三流芸能人かと思ったでしょうね？握手を求められていました！

最後に里中会長からは「老人クラブの魅力は、仲間と楽しい時間を過ごせることだけではなく、日々の活動を通して、自然に地域に顔見知りが増え、安否確認や、困ったときの支えになる心の拠り所であること。人生100年時代を楽しむためにも、ぜひ多くの方に老人クラブに入会してもらい、活動の楽しさや魅力を知つてもらいたい」とお話をいただきました。今後の活動に注目です。

### 【小学生とのGG交流会】

富士松東小児童24名と東光クラブ21名、先生1名の計46名が参加しGG交流会を行いました。2日間の日程で行いましたが、児童の上達は早く、2日目は会員も真剣に挑みました！



しかし歌声を磨いています。中には足が悪くても松葉杖をつきながら参加される方もおり、カラオケ教室で歌うことが生きがいとなり、外出するきっかけづくりにつながっているのです。



# 知つて 得する 税金アフテナ

相続の無料相談受付中!  
0120-680-200,!!

今回の  
テーマ相続税がいくらかかるか  
把握していますか?

～相続診断のすすめ～

愛知県の相続税申告割合は全国2位となっており、なんと約5人に1人が相続税の対象となっています。預貯金が相続財産の約35%を占める一方、最高税率は55%に達するため、相続税率が高い方や不動産比率が高い場合は、納税資金が不足しがちで、実際に困っている相続人も少なくありません。

相続税の納税に困らないようにするために、相続税の生前対策が欠かせません。

例えば、生前贈与の基礎控除や生命保険の非課税枠を上手に利用することで、相続税の節税と納税資金の確保ができるので、相続人の税負担を軽減することが可能です。相続税の試算は、間違いを防ぐために相続税専門の税理士に依頼するのがよいでしょう。

名古屋総合税理士法人では相続税の試算と10種類以上の生前対策をセットにした「相続診断」(土地5か所以内なら49,800円[税別])というサービスを提供しております。生前の準備により、相続人が納税に困らない環境を整えましょう。

名古屋総合税理士法人では無料相談も実施していますので、ぜひお気軽にご利用ください。

代表税理士、行政書士、  
宅地建物取引士、  
賃貸不動産経営管理士

細江 貴之



相続税の  
クロスティ

名古屋総合税理士法人  
NAGOYA ALL-ROUND Tax-Accounting Firm

## QRコードの読み取り方

カメラでQRコード  
を読み取る

- ①ホーム画面のカメラアイコンをタップして、カメラを起動します。
- ②読み取りたいQRコードにカメラを向けてます。
- ③読み取りができると確認画面が出ますので[はい]をタップします。

QRコードリーダー  
アプリで読み取る

スマホの種類によっては、カメラアプリではなく、別途QRコードを読み取るためのアプリが必要です。

QRコード アプリ



## 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

広げましょ  
う  
活動の輪を胸に  
会員章を胸に



### 老人クラブ会員章

【サイズ】 13mm×18mm

・タック式

・ピン式（在庫のみ販売）

1口=1,000円

【お申し込み】

所属の市町村老連クラブ連合会

### 令和7年度版「リーダー必携」



令和7年5月発売予定

【お申し込み】

所属の市町村老人クラブ連合会

または県老連

## 令和7年度 愛知県老人クラブ連合会

### 主な行事予定

開催日	行 事	会 場
5月29日(木)	理事会	県社会福祉会館
6月 6日(金)	市町村老連新任会長研修会	県社会福祉会館
6月13日(金)	女性部会 総会・推進員研修会	県社会福祉会館
6月17日(火)	評議員会・新理事会	県社会福祉会館
7月10日(木) ～11日(金)	東海・北陸ブロック 老人クラブリーダー研修会	高山グリーンホテル (岐阜県高山市)
8月29日(金)	第60回愛知県老人福祉大会	岡谷鋼機名古屋公会堂
9月15日(月)	「老人の日」(老人週間15～21日)	
9月20日(土)	全国一斉「社会奉仕の日」	
9月25日(木) (予備26日)	第44回愛知県老人クラブゲートボール大会	蒲郡市浜町グラウンド (蒲郡市)
10月 4日(土)	第53回愛知県老人スポーツ大会 第21回愛知県老人クラブ グラウンド・ゴルフ大会	あいち健康の森公園 (大府市・東浦町)
10月 9日(木) ～10日(金)	第46回愛知県老人クラブ将棋大会	日本将棋連盟 東海普及連合会栄将棋教室
10月18日(土)～21日(火)	第37回全国健康福祉祭ぎふ大会 (第34回地域文化伝承館10月18日～21日)	岐阜県
11月5日(水)～6日(木)	第54回全国老人クラブ大会	水戸市民会館 (茨城県水戸市)
11月11日(火)～12日(水)	第49回愛知県老人クラブ囲碁大会	日本棋院中部総本部
10月中旬～11月中旬	第24回シニアスポーツリーダー研修会	あいち健康プラザ(大府市)
12月10日(水)	女性部会 女性リーダー研修会	県社会福祉会館
1月27日(火)	市町村老連会長研修会	県社会福祉会館
2月18日(水)	第34回高齢者相互支援活動研修会	県社会福祉会館
3月18日(水)	理事会・評議員会	県社会福祉会館

### ◆スポンサーへのお礼

このたびは「いきいきライフ」の発行にあたりまして広告の掲載をいただき誠にありがとうございました。

本紙は、会員が豊かで幸せな生活を送れるように願って発行いたしております。

これからも末長きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申しあげます。 公益財団法人 愛知県老人クラブ連合会