

— 愛知の老人福祉 —

いきいきライフ

令和8年
4月発行

159号

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

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 〒450-0003 名古屋市中村区名駅南1丁目20-12 ヨンゴービル4階 TEL.052-485-4645 <https://www.nichicomi.com>

女性リーダー研修会



女性部視察会
(布ぞうり作り)



集う楽しさ 広がる元気

令和7年度も体を動かす活動や手づくり、学びの場など、多彩な取り組みを通じて交流の輪が広がりました。仲間と過ごす時間が増え、笑顔あふれる毎日がさらに豊かになっています。

市町村老連会長
研修会



シニアスポーツ
リーダー研修会



(バツケリングのようす)

高齢者相互
支援活動研修会





歌いながら身体を動かし脳を活性化！



かわいいポチ袋が完成！

12月10日（水）女性リーダー研修会を開催し、24市町より50名が参加しました。
毎年、参加者に好評な小物作りは、お正月や普段使いとして活用できる「折り紙でつくるポチ袋」を作成しました。折り方が複雑かつ細かく、少々難しい部分もありましたが、皆さんいくつか完成させていました。



講演は「歌って脳トレ楽しいシンガサイズ」と題し、シンガサイズプラス代表の笹順恵氏より、健康促進と脳の活性化を目的とした、歌いながら運動を行う楽しい二重課題のトレーニングのお話と実践を行いました。

おなじみの童謡を歌いながら、課題と称した身体の動きを行いました。簡単そうに見えて案外難しく、考えながら身体を動かすので脳トレにもなりました。

その後、情報交換会と称した「おしゃべり会」を実施し、老人クラブ特有の悩みについて意見も出ましたが、とにかく女性部会は楽しいところ！お菓子を食べながら、おしゃべりができる！など、前向きでプラス思考の意見がたくさん出されました。



第49回愛知県老人クラブ囲碁大会



11月11日（火）、12日（水）日本棋院中部総本部において、第49回囲碁大会を開催しました。20市町から41名の棋士が集まり、優勝を目指して白熱した2日間となりました。

競技は予選、決勝ともスイス方式で行い、1日目の予選は抽選で決め、2日目の決勝では予選の上位8名で行い、優勝から8位までを決めました。

対局は時間制となっており、真剣な眼差しで制限時間いっぱいに対局を行いました。

この囲碁大会は老人クラブ会員以外の参加も可能であります。より多くの方に参加をいただき、老人クラブ活動を知ってもらいたいと思います。

上位者は今年、埼玉県で開催される第38回全国健康福祉祭埼玉大会（ねんりんぴっく彩の国さいたま2026）の出場候補になります。

大会結果（敬称略）

優勝	岩田 圭司	（一宮市）
準優勝	山田 昌己	（弥富市）
第3位	寛 久明	（一宮市）
第4位	水野 金光	（高浜市）
第5位	清水 孝美	（刈谷市）
第6位	江川 吉枝	（豊川市）
第7位	佐藤 宗重	（稲沢市）
第8位	石井 丈也	（春日井市）



1月27日（火）市町村老連会長研修会を開催しました。本研修会は市町村老連のネッ

会報紙の活用で
会員数増加

市町村老連会長研修会

トワーク化、老人クラブ活動の充実等を図ることを目的として開催し、30名の会長が参加しました。

講座では「個人や家庭でできる災害への備えについて」と題し、県防災危機管理課の柴田課長補佐より、南海トラフ地震の発生が危惧される中、被災時に何を守るべきか優先順位をつける必要性や、ケガの被害を減らすための家具や書庫の転倒防止等について教えていただきました。

活動事例発表では「6年間で会員が約2倍、60歳代が続々入会、50歳代が入会待ち

の金沢市藤江健寿会」と題し、石川県金沢市藤江健寿会副会長・事務局担当の澤本久氏と石川県老連常務理事・事務局長の山崎一郎氏より、会報紙を効果的に活用することで、老人クラブ活動の認知度向上や魅力を発信し、新規会員の獲得につなげた内容等のお話をさせていただきました。

藤江健寿会は全国放送で特別番組が放送されました。その内容がYouTubeで視聴ができます。YouTubeで「藤江健寿会 老人クラブ」と検索してください。



第34回 高齢者相互支援 活動研修会



岡崎市老連第2回健康フェスタでの
バツケリングのようす

2月18日(水) 高齢者相互支援活動研修会を開催し、22市町62名が参加しました。

活動発表では、岡崎市白鳥フレンズが考案した「バツケリング」の紹介と実践を中心に行いました。岡崎市白鳥フレンズは一度解散したクラブですが、地域住民の協力により復活をさせ、今では岡崎市一の会員数のクラブとなりました。20を超える同好会や月1回の講座や広報誌の発行、スポーツ大会、親睦旅行等々、活動も多数あり、会

員数も年々増えています。

「バツケリング」はバケツまたはバケツの絵に向かってお手玉を投げ入れて点数を競うゲームです。ゴルフの要素も取り入れており、点数が少ない方が勝ちとなるニュースポーツです。説明後はプレーを実際に楽しみましたが、お手玉がバケツに入らず、苦戦している人が多くいました。

(バツケリングのようす…表紙写真)

バツケリングの概要 (バケツの場合)

- 3mから6m離れた場所に設置されたバケツにお手玉を投げ入れる
- ホールインワンは0点 (バケツの中の円筒に入る) バケツに入ると1点、バケツを置いている1m四方のグリーンマットに乗ると2点、グリーンマットの外は3点

特 徴

- 室内競技だが、ブルーシートを使用で屋外でも可能
- 幼児から高齢者まで対象
- 車いすでも競技可能
- 会話・笑い・球拾い、点数計算で認知症予防、フレイル予防対策にも期待

県老連では高齢者相互支援活動推進事業(6地区)と市町村老連パワーアップ応援事業(4地区)の2つのモデル事業を展開しています。

どちらの事業もモデル期間が2年間になっています。今回は3つのモデル地区のクラブを次ページから紹介します。

モデル事業①

長久手市シニアクラブ連合会

クラブ数 14 / 会員数 906 名

令和7・8年度高齢者相互支援活動推進事業(健康づくり支援)

新たにeスポーツを取り入れて、介護予防やフレイル予防活動の普及や孫世代と楽しめる活動で若いシニア層の会員増を目指す



1 単位クラブ太鼓の達人体験会

全単位クラブで1回以上の体験会を開催。
市長も参加しました！

【14地区 計16回開催 延べ204名参加】

2 長久手市福祉まつりに出展

女性部を中心に福祉まつりに出展し、子どもから高齢者まで幅広く交流。【参加者約200名】

3 単位クラブ役員研修会

役員に太鼓の達人の操作や機器の接続に関する説明会を開催。【参加者26名】

4 単位クラブ対抗太鼓の達人大会

1チーム3名を選出し、トーナメントで優勝チームを決定。【参加者41名】



モデル事業②

碧南市老人クラブ連合会

クラブ数 114 / 会員数 6,050 名

令和7・8年度パワーアップ応援事業(クラブが解散した地区の会員救済等)

解散した老人クラブ地区の会員救済と
女性部の設置準備及び活動定着の取り組み

1 クラブ解散からの復活・設立

役員のなり手不足からクラブは解散。しかしサークル活動は行いたいとの声があり、区長、市議、民生委員、歴代の役員等に相談をし、役員を引き受けてくれる人が現れました。その後、会員を募集したところ59名の会員が集まり、クラブが再開・設立しました。

このクラブでは、女性にもっと楽しい活動に参加してほしいと手芸体験や和菓子作りなどの活動も始めました。



2 活動定着の取り組み

3年連続会員が増えているクラブでは、趣向を変えた活動を取り入れました。写経サークルや寺巡り散策、モルック体験会の活動を開催。その他、年2回の春秋落語会や誕生日会、旅行なども取り入れています。



モデル事業③

津島市老人クラブ連合会

クラブ数 47 / 会員数 2,310 名

令和5・6年度高齢者相互支援活動推進事業(健康づくり支援)
令和7・8年度パワーアップ応援事業(単位クラブ解散防止策)

クラブ解散防止策として
新規事業を積極的に開催



1 e スポーツ大会の開催

ゲーム機を単位クラブや校区に貸し出し、体験・練習をし、年2回の校区対抗の大会を開催しています。



2 モルック体験会・大会

単位クラブのリーダーが体験をし、モルックについて学ぶ。各クラブで練習が行われ、大会を開催。大会には車いすの方も参加ができ、交流の輪が広がりました。



e スポーツでは太鼓の達人、ニュースポーツではモルックを取り入れて活動をしています。このモデル事業を受け、市内に常設のeスポーツ室やレクリエーション室、モルックを楽しむための人工芝等、高齢者が気軽に利用できる「高齢者活動・交流センター」が開設されました。



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

《大口町》 外坪さわやかクラブ 会長 服部 謙



「田楽」食事会のようす



服部謙会長

小さな行動が大きな力に
人が動くと、地域も変わる

約2割が参加！
地域に根付く元気の源

全国老人クラブ連合会の優良老人クラブを受賞した、大口町の外坪さわやかクラブ。会長の服部謙さんをはじめ、元気な会員たちが地域に活力を届けています。

現在の会員数は58名。大口町全体では60歳以上人口に占める会員の割合が11・1%であるのに対し、外坪区では19・2%、約2割が老人クラブに加入しています。服部会長によると、地域への愛着を持つ人が非常に多いことが特徴だそうです。



清掃も交流も笑顔で
広がる活動の輪

活動は多岐にわたり、できるだけ何らかの行事を開催することを心がけています。毎月2回のグラウンド・ゴルフ同好会による練習会や、年10回の霊園清掃活動に加え、保育園児とのふれあい交流会にも年8回ほど参加し、地域にも大きく貢献しています。

グラウンド・ゴルフの大会前には、公園の清掃や草刈りも欠かしません。また、保育園児との交流をきっかけに、近隣の保育園の清掃を毎日のように、自発的に



定例会「100 歳体操」



日帰り旅行 知多・活魚の美舟にて食事

行つ会員もいました。

さらに、会員同士の親睦を深める行事も充実しています。毎年5月の田楽会では業者によるもてなしがあり、日帰り旅行も実施。加えて、1曲歌うごとに寄付を募るチャリティーカラオケも開催し、前回は社会福祉協議会を通じて2万5千円を寄付しました。

こうした活動を通じて、地域への愛着を持つ人がさらにその思いを深め、地域のために行動する。そして、その姿を見た地域の人々がクラブに親近感を抱く——そんな好循環が生まれています。

「どうすれば伝わるか」 未来へ向けた模索

一方で、「入会者がいないのが悩み」と服部会長。新規会員の確保は、多くのクラブに共通する課題です。外坪さわかクラブでも会員数は減少傾向にあり、転入者が少ない地域で

あることも一因とされています。しかしそれ以上に、地域の人に魅力が伝わる行事の実施と周知が必要だと考えています。

「どんな行事なら関心を持つてもらえるのか、どうすれば実現できるのか、どう伝えていくのか。そのための情報が欲しいのですが、一つのクラブでは難しいんです」と服部会長。県老連や大口町老連等と連携し、情報提供を充実させることで、地域に愛着を持つて行動する元気なシニアがさらに増えることが期待されます。

「入会当初は幽霊会員だったのに、いきなり副会長に抜擢されて、それから見よう見まね」と笑う服部会長。その言葉の奥には、地域や仲間を思う強い気持ちがあります。その思いが会員にも伝わり、外坪さわかクラブの地域活性化につながる活動へと広がっています。

知って
得する

税金アフィリエイト

相続の無料相談受付中!

0120-680-200

取得後 5 年以内の 賃貸不動産にかかる 相続税・贈与税が増税されます

貸家やアパートなどの賃貸不動産を購入して相続税を抑える対策について、国のルールが見直されます。相続(贈与)前5年以内※に購入・新築した賃貸不動産について、大きな評価引下げ効果を活用した“駆け込み節税”が問題視されました。そのため、2027年1月1日以後の相続(贈与)からは、これまでのような評価引下げが認められなくなります。

取得から 5 年以内の賃貸不動産をお持ちの方は、評価引下げが認められる 2026 年中に贈与の方が有利になる可能性があります。ただし、贈与する場合は、不動産取得税や登記費用の負担が増えること、相続時の「小規模宅地等の特例」が使えなくなるため、慎重な判断が必要です。贈与が有利かどうかは状況によりますので、早めに専門家へ相談するのがよいでしょう。

当法人でも無料相談会を実施していますので、お気軽にご予約ください。

※5年超の賃貸不動産については今回の見直しの影響はありません

相続税の
クロスティ

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



名古屋総合税理士法人
NAGAYA & ALL-AROUND Tax Accounting Firm

「第24回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

シニア川柳 作品募集中

募集期間:2026年4月1日~6月30日まで



【お題】
宝物



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)



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

老人クラブ会員向けに

傷害保険・賠償責任保険で

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

ご自身のケガと熱中症の補償

老人クラブ傷害保険

自分のケガと熱中症の保険

24時間型

活動型

会員は所属クラブを通じての任意加入

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

クラブ全会員での加入が条件

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

FAX.03-3597-8767 TEL.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 13:00から17:00まで
土、日、祝祭日、
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。

2026年2月作成 25TC-005476

会員章を胸に
活動の輪を
広げましょう



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 8 年度版「リーダー必携」



令和 8 年 5～6 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 8 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 12 日（火）	市町村老連新任会長・事務担当者合同研修会	県社会福祉会館
5 月 27 日（水）	理事会	県社会福祉会館
6 月 11 日（木）	女性部会 総会・推進員研修会	県社会福祉会館
6 月 16 日（火）	評議員会	県社会福祉会館
7 月 2 日（木）～3 日（金）	東海・北陸ブロック 老人クラブリーダー研修会	呉羽ハイツ （富山県富山市）
9 月 15 日（火）	「老人の日」（老人週間 15～21 日）	
9 月 20 日（日）	全国一斉「社会奉仕の日」	
9 月 29 日（火） （予備 30 日）	第 45 回愛知県老人クラブゲートボール大会	西尾市横須賀公園運動場 （西尾市）
10 月 3 日（土）	第 54 回愛知県老人スポーツ大会 第 22 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 8 日（木）～9 日（金）	第 47 回愛知県老人クラブ将棋大会	日本将棋連盟 東海普及連合会米将棋教室
10 月 30 日（金）	第 26 回シニアスポーツリーダー研修会	県社会福祉会館
11 月 6 日（金）～10 日（火）	第 38 回全国健康福祉祭埼玉大会 （第 35 回地域文化伝承館 11 月 7 日～9 日）	埼玉県
11 月 12 日（木）～13 日（金）	第 50 回愛知県老人クラブ囲碁大会	日本棋院中部総本部
11 月 26 日（木）～27 日（金）	第 55 回全国老人クラブ大会	とりぎん文化会館 （鳥取県鳥取市）
12 月 11 日（金）	女性部会 女性リーダー研修会	県社会福祉会館
12 月 24 日（木）	第 61 回愛知県老人福祉大会	岡谷鋼機名古屋公会堂
1 月 26 日（火）	市町村老連会長研修会	県社会福祉会館
2 月 18 日（木）	第 35 回高齢者相互支援活動研修会	県社会福祉会館
3 月 17 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上げます。公益財団法人 愛知県老人クラブ連合会