

かなざわ、 市老連大より

第84号 令和5年8月31日

金沢市老人連合会

〒920-0901 金沢市彦三町1丁目15番5号
中央公民館彦三館内 電話/FAX262-4600
mail:kanazawa4600@m3.spacelan.ne.jp



七月十三日開催 女性リーダー研修会

午後一時三十分から開催 女性会員五十四名 女性理事八名参加

女性リーダー研修会は、釜谷匡子女性部会長による「頭と体を使って楽しく学びましょう」の挨拶により研修会が開始されました。

最初に心臓血管センター金沢循環器病院理学療法士小村幸則氏の講演「フレイルに備えよう」でした。講演に先立ち、研修会受付時に握力測定があり、講義の途中でも各受講者の筋力を測るため、軽体操として、片足立ち運動、立ち上り運動があり、バランス強化と足の筋肉を鍛える運動の紹介がありました。また、フレイルとは健康と要介護の中間の状態であり、原因は、閉じこもり→うつ→身体低下→生活機能障害→社会的つながりを失うことがフレイルの最初の入口であり、予防としては、身体活動↓食生活↓人との交流が大切とのことでした。

特に身体活動として、①息切れしない範囲で週三回三十分程度の軽い筋トレとウォーキング（毎日頑張りなくて良い（片道十五分往復三十分））②運動は食後三十分以降にする（胃の方に血液が消化のため必要）③運動に適した時間帯は夕方以降、朝方はリスクの増加④歩行速度は、青信号で横断歩道を渡りきれる速度⑤活動を記録する（いつ、どこへ、なにを）と示され、運動は継続が大切だと強く記憶に残りました。

後半では手作り教室「うちわでちぎり絵」があり、うちわをキャンバスにして新聞紙のカラページ、白黒の活字ページを手でちぎり、思

いの形の形を作り、整え、ひとつの絵としてボードで貼り付けて作品を仕上げました。カラー、活字の部分を生かすのに迷いながら選び、手でちぎり、形を整えることが難しくも、一品できることに歓喜が上がり、またそれぞれのデザイン、アイデア、個性的で見たえのある作品となり、金魚、朝顔、ひまわり、夏の風物など一点ものの作品に仕上がりました。

最後に参加者全員で高齢者詐欺被害防止の一環として県老人クラブ連合会女性委員会が作成した炭坑節のリズムに乗った替え歌「だまされない音頭」を合唱して、閉会となりました。（理事 高島 聖子）



挨拶



金沢市老人連合会

会長 浦上 光太郎

令和五年四月、この春に、皆様のご推挙とご承認を得て、会長に就任いたしました。

今年度も既に事業計画に沿い、皆様の手により活動が進められているところです。これから、皆様とともに、運営に力を尽くす所存です。何卒宜しくお願いいたします。

老人福祉法が制定され、老人クラブの活動が始まって六十年が経ちました。対面による活動が制限されたコロナパンデミックもようやく規制が緩和され、この夏は祭や花火大会も以前のように開催されています。これからはクラブ創設の原点に立ち返り、地域の活動を大切に行って行きたいと思っております。

日本は少子高齢化による深刻な労働力不足にあります。多くの事業所が始めている人手不足対策に、外国人の積極的採用が挙げられます。将来は外国籍の会員も増えていくことでしよう。そのために、文化の多様性を理解し、受け入れていくことが求められています。

激動の世界情勢と混迷の社会環境の中、私たちは大地にしっかりと根をおろし地道に活動を続けなければなりません。

これからも持続可能なクラブ活動のために会員がさらに増え、活動の輪が広がっていきますように、今以上に皆様のご協力をお願いいたします。

お気づきの点、疑問に思われること、またご要望などありましたら、ご遠慮なくお申し出ください。最後になりましたが、お互い健康に留意しながら活動して参りましょう。

予算・決算等に関する
理事会・評議員会を開催

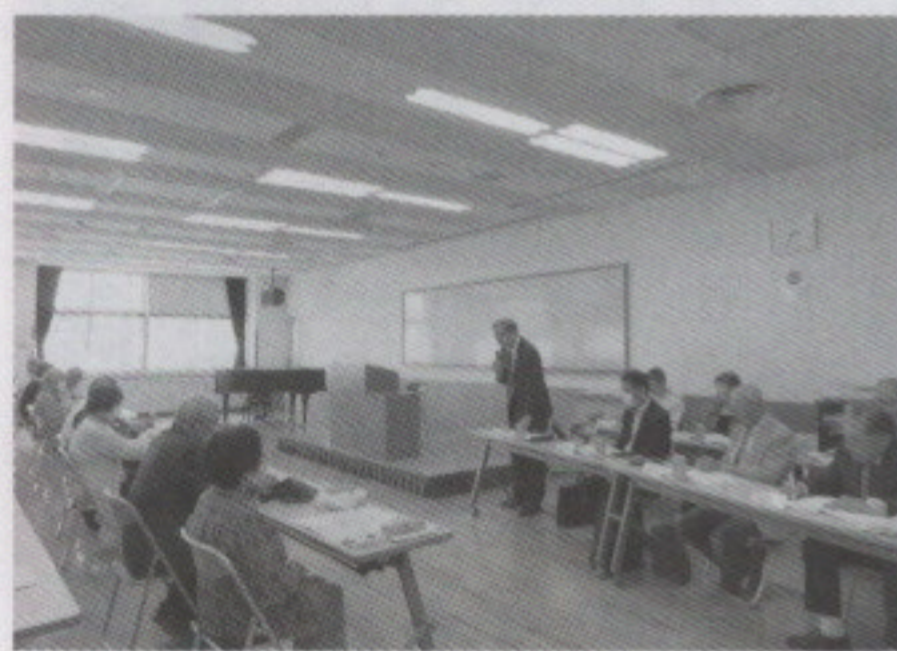
○令和五年度事業計画・予算等を承認

令和五年三月六日に理事会を開催し、次期会長候補に浦上光太郎氏の推薦、令和五年度事業計画・当初予算等について各議案が承認されました。これを受け、次期会長候補者の選任、事業計画及び当初予算について審議する評議員会が令和五年三月十五日開催されました。評議員会では、資料及び事務局からの説明を聴取し、慎重に審議をしていただいた結果、次期会長浦上光太郎氏の選任、令和五年度当初予算、事業計画等全ての議案について、全会一致で承認されました。

○令和四年度事業報告・決算等は五月十八日承認

また、令和五年四月二十一日に理事会を開催し、前会長須野原雄氏の顧問への推薦、次期監事候補者の選任、令和四年度事業報告、決算議案について、審議の上、承認されました。その後、令和四年度事業報告・決算認定等を審議する評議員会は、五月十八日に開催されました。

各議案について、資料及び事務局の説明、監事の監査報告の後、慎重に審議をしていただいた結果、全ての議案について、全会一致で承認されました。



収支予算・決算の概要

(単位:千円)

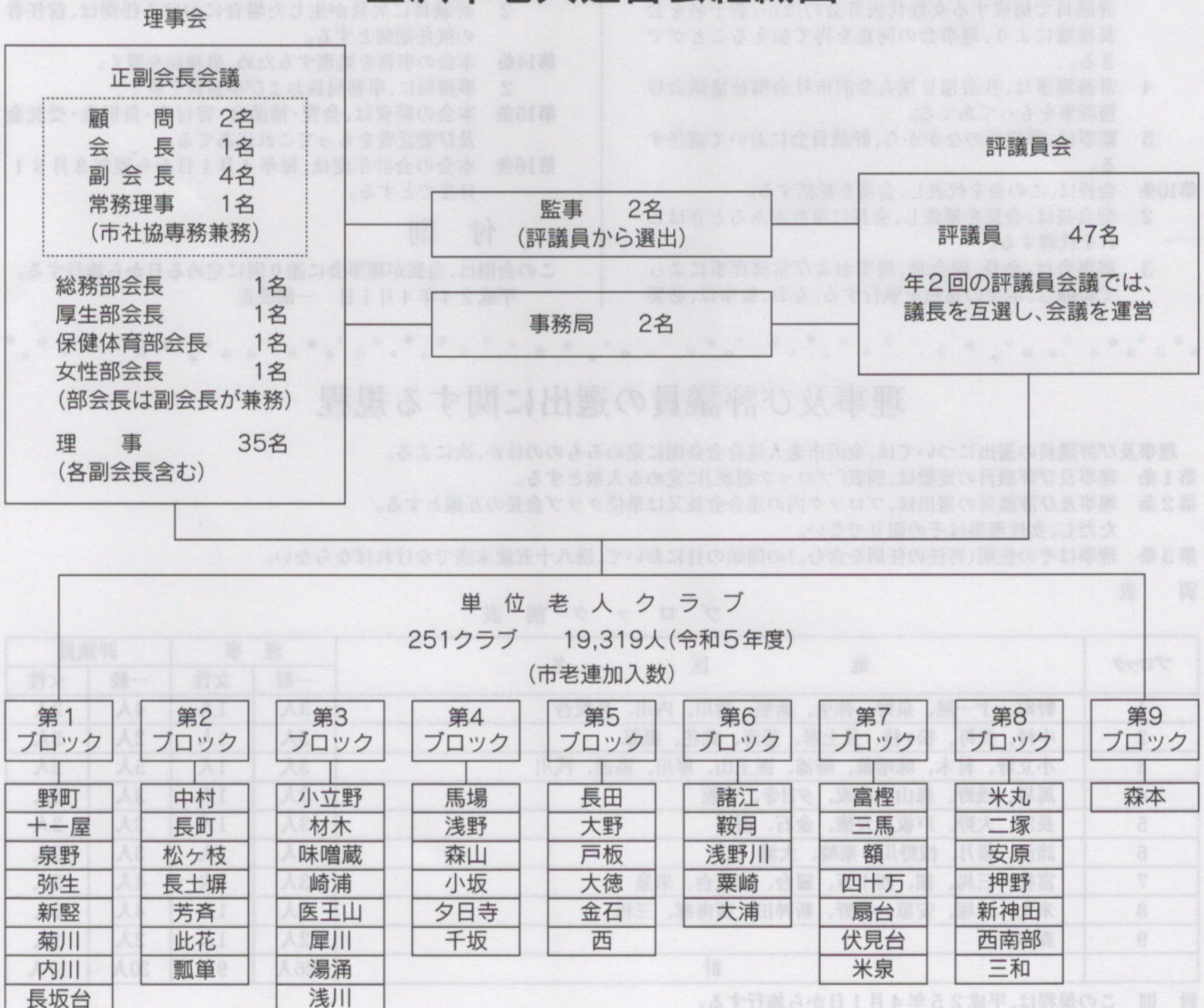
収入の部				支出の部			
費目	R4年度決算	R5年度予算	内容	費目	R4年度決算	R5年度予算	内容
会費	3,675	3,675	市老連会費、県老連分担金	クラブ活動費	13,240	13,240	単位クラブ活動費市補助金
負担金	136	2,377	各事業参加者負担金	事務諸費	8,744	8,655	事務局事務経費
市補助金	10,790	13,920	市老連活動費等	総務費	2,927	5,722	会長会議、リーダー研修等
受託金	13,240	13,240	単位クラブ活動費	厚生費	1,090	1,480	演芸大会、作品展等
委託費	500	500	市事務委託費	保健体育費	476	2,220	グラウンドゴルフ大会、バスハイキング等
県老連助成金	832	835		女性活動費	25	865	女性のつどい、女性リーダー研修等
繰入金	0	0		分担金	2,365	2,365	県老連分担金
繰越金	1,361	0		繰越金	1,670	-	
雑収入	3	0					
合計	30,537	34,547		合計	30,537	34,547	

金沢市老人連合会役員名簿

役職名	氏名	ブロック	クラブ名
顧問	乙村 薫		
会長	須野原 雄		
副会長	浦上 光太郎		円光寺住宅健朗会
理事	浦本 外幸		さいがわ満天クラブ
	中井 俊		鞍月地区連合会
	藤巻 公三		女性ブロック代表
	釜谷 三子		女性ブロック代表
	山崎 満栄		女性ブロック代表
	松川 瑞美		女性ブロック代表
	高蔵 捷一		西南部地区連合会
	中田 邦雄		弥生地区連合会
	西野 謙三		森本地区連合会
	東 静子		女性ブロック代表
	山下 友代		女性ブロック代表
	西島 唯一		大浦地区連合会
	野村 信行		三馬地区連合会
	押野 幸雄		小立野第三福寿会
	坂井 喜一		夕日寺地区連合会
	西本 二郎		戸板寿会
	田中 靖男		馬場第一長寿会
	田尻 一富美		女性ブロック代表
	北 武		森山地区連合会
	吉田 俊		ひまわり会(野町)
	小島 良子		女性ブロック代表
	高田 登		大徳地区連合会
	山本 建夫		三谷睦会(森本)
	直江 圭祐		大野地区連合会
	高島 聖子		女性ブロック代表
	前田 稔		東浅川長寿会
	松本 忠明		諸江地区連合会
	加藤 久彌		長町地区つるの会
	中村 健二		米丸地区連合会
	松井 由也		三和地区連合会
	畔柳 幸平		四十万地区連合会
	武藤 廣行		長土堀熟年会
	小森 玲子		女性ブロック代表
	牧野 伸一		山科健寿会
	島田 裕正		一扇会
	金津 洋子		芳齊地区高齢者クラブ芳寿会

令和5年8月31日現在

金沢市老人連合会組織図



金沢市老人連合会々則

- 第1条 本会は、金沢市老人連合会と称する。
- 第2条 本会の事務所は、金沢市中央公民館彦三館内に置く。
- 第3条 本会は、金沢市内の老人団体をもって組織する。
- 第4条 本会は、老人の福祉増進のため、老人団体相互の連絡調整を図り、社会の進展に寄与することを目的とする。
- 第5条 本会は、前条の目的を達成するため、次の事業を行う。
- ① 老人の福祉を目的とする活動およびそのための調査研究に関すること。
 - ② 老人の教養および保健に関すること。
 - ③ 所属団体の育成指導に関すること。
 - ④ 所属団体および関係団体との連絡調整に関すること。
 - ⑤ その他必要な事項。
- 第6条 本会に次の役員を置く。
- | | |
|--------|------|
| ① 会長 | 1 名 |
| ② 副会長 | 5名以内 |
| ③ 理事 | 若干名 |
| ④ 常務理事 | 1 名 |
| ⑤ 監事 | 2 名 |
- 第7条 会長は、理事会の推薦により、評議員会において選任する。
- 第8条 本会に、顧問または参与を置くことができる。
- 2 顧問または参与は、理事会の推薦により会長が委嘱する。
- 第9条 理事の選出は、別に定める。
- 2 副会長の選任は、理事の互選とする。
- 3 本条第1項の規定に関わらず、女性理事および女性評議員で構成する女性代表者会のほか、若干名を会長推薦により、理事会の同意を得て加えることができる。
- 4 常務理事は、社会福祉法人金沢市社会福祉協議会専務理事をもってあてる。
- 5 監事は、評議員のなかから、評議員会において選任する。
- 第10条 会長は、この会を代表し、会務を総括する。
- 2 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときはこれを代理する。
- 3 理事会は、会長、副会長、理事および常務理事によって組織し、本会の業務を執行する。なお、監事は、必要

- に応じて意見を述べることができる。
- 4 理事会に本会の業務を効果的に推進するため、次の部会を置く。
- ① 総務部会
 - ② 厚生部会
 - ③ 保健体育部会
 - ④ 女性部会
- 5 理事会に、必要に応じて特別部会を置くことができる。
- 6 常務理事は、会長の指揮を受けて本会の会務を処理する。
- 7 監事は、会計を監査する。
- 第11条 役員任期は2年とする。ただし、再任を妨げない。
- 2 役員に欠員を生じた場合における役員任期は、前任者の残任期間とする。
- 第12条 本会の円滑な運営のため、評議員会を置く。
- 2 評議員の選出は、別に定める。
- 3 評議員会は、毎年1回以上会長が招集し、議長は、評議員の互選とし、次の事項を審議する。
- ① 事業報告および収支決算
 - ② 事業計画および収支予算
 - ③ 会則の変更
 - ④ 役員選任
 - ⑤ その他会長が必要と認める事項
- 4 評議員会は、評議員の2分の1以上の出席により成立し、出席者の過半数をもって決する。
- 第13条 評議員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。
- 2 評議員に欠員が生じた場合における任期は、前任者の残任期間とする。
- 第14条 本会の事務を処理するため、事務局を置く。
- 2 事務局に、事務局長および事務員を置く。
- 第15条 本会の経費は、会費・補助金・寄付金・負担金・受託金及び委託費をもってこれにあてる。
- 第16条 本会の会計年度は、毎年4月1日から翌年3月31日までとする。

付 則

この会則は、会長が理事会に諮り別に定める日から施行する。
平成24年4月1日 一部改正

理事及び評議員の選出に関する規程

理事及び評議員の選出については、金沢市老人連合会会則に定めるもののほか、次による。

- 第1条 理事及び評議員の定数は、別表「ブロック割表」に定める人数とする。
- 第2条 理事及び評議員の選出は、ブロック内の連合会長又は単位クラブ会長の互選とする。ただし、女性理事はその限りでない。
- 第3条 理事はその任期(再任の任期を含む。)の開始の日において、満八十五歳未満でなければならない。

別 表

ブ ロ ッ ク 割 表

ブロック	地 区 名	理 事		評 議 員	
		一般	女性	一般	女性
1	野町、十一屋、泉野、弥生、新堅、菊川、内川、長坂台	3人	1人	4人	2人
2	中村、長町、松ヶ枝、長土堀、芳斉、此花、瓢箪	3人	1人	2人	2人
3	小立野、材木、味噌蔵、崎浦、医王山、犀川、湯涌、浅川	3人	1人	5人	2人
4	馬場、浅野、森山、小坂、夕日寺、千坂	3人	1人	3人	2人
5	長田、大野、戸板、大徳、金石、西	3人	1人	3人	2人
6	諸江、鞍月、浅野川、粟崎、大浦	3人	1人	3人	2人
7	富樫、三馬、額、四十万、扇台、伏見台、米泉	3人	1人	4人	2人
8	米丸、二塚、安原、押野、新神田、西南部、三和	3人	1人	4人	2人
9	森本	2人	1人	2人	1人
	計	26人	9人	30人	17人

附 則 この規程は、平成25年4月1日から施行する。

令和五年度クラブ会長会議・研修会

今年度のクラブ会長会議・研修会は、六月二十七日に中央公民館彦三館で偶数ブロックのクラブ会長を対象に開催、四十五名のクラブ会長に出席いただきました。

開始冒頭、長年地域の老人クラブ会長として活躍され、このたび後進に道を譲られて退任された二十九名の方々に感謝状と記念品が贈呈されました。

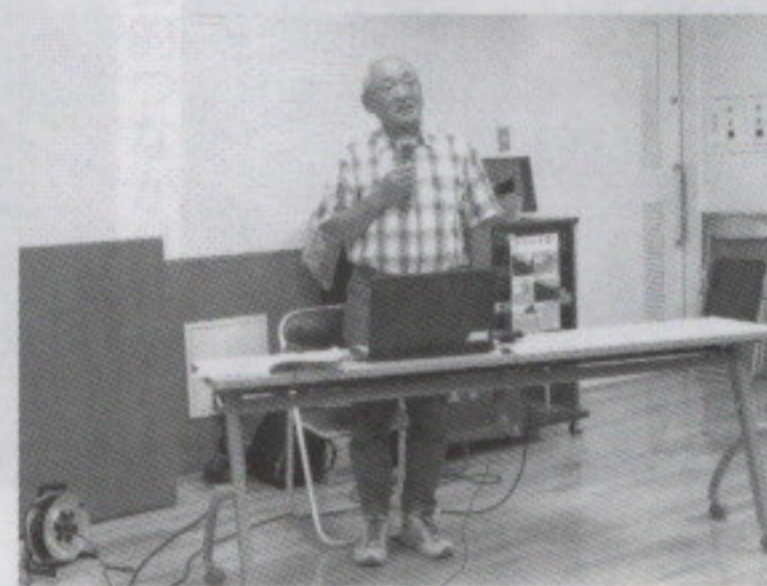
次に、友愛活動賞の受賞団体表彰として、令和四年度にご応募いただいた中から、審査の結果、米丸米寿会連合会が受賞され、表彰状と記念品が中村会長に授与されました。

その後、須野原顧問の挨拶の後、老人クラブの活動事例報告として、藤江健寿会澤本事務局長から、藤江健寿会が取り組んでいるさまざまな活動について、今年度の取り組み事項も含め、報告をいただきました。

最後に、石川県警察本部から高齢者ドライバー等を対象とする「サポートカー限定免許」について説明があり、閉会となりました。

(参考)友愛活動賞とは、金沢市老人連合会が、他の模範とする

にふさわしい先進的な取り組みや地域への貢献度が極めて高い取り組みを行っている老人クラブを表彰し、優良事例の紹介により、老人クラブ活動の一層の発展を図るため、令和二年度に創設したものです。



クラブ活動事例紹介

老人クラブ会長退任感謝状受賞者

氏名	クラブ名
東 美津子	野町第一長寿会
高見 外茂次	野町第二長寿会
村西 光男	弥生長寿会
国原 正美	新豎地区第1ことぶき会
釜谷 匡子	新豎地区第2ことぶき会
越智 理	新豎地区第4ことぶき会
鍋谷 裕	長土堀熟年会
金津 洋子	芳斉地区高齢者クラブ芳寿会
宮野 政一	長田町校下福寿会
西野 彰明	高柳町清柳会
熊谷 茂	諸江地区第五寿会
倉下 与三治	米丸第三米寿会
河村 茂樹	新神田校下第一長寿会
高柳 晃	泉本町1丁目葵会
山崎 平治	久安3丁目第一町会老壮会
永井 誠二郎	久安5丁目中町会老壮部
岡崎 實	横川東鶴寿会
前田 義春	弓取町シニアクラブ
中西 匡康	二塚第三松寿会
山下 昭夫	崎浦鶴寿会
和田 裕	OGB緑美クラブ
佐渡 明	四十万3丁目光悠会
西野 正次	額親和会
辻道 紀孝	馬替シニアクラブ
中井 敏雄	上荒屋第一寿会
東島 孝	矢木親寿会
前田 利久	西金沢親交会
廣田 豊	八日市2丁目広心会
吉田 栄一	八日市栄親会



友愛活動賞受賞団体表彰



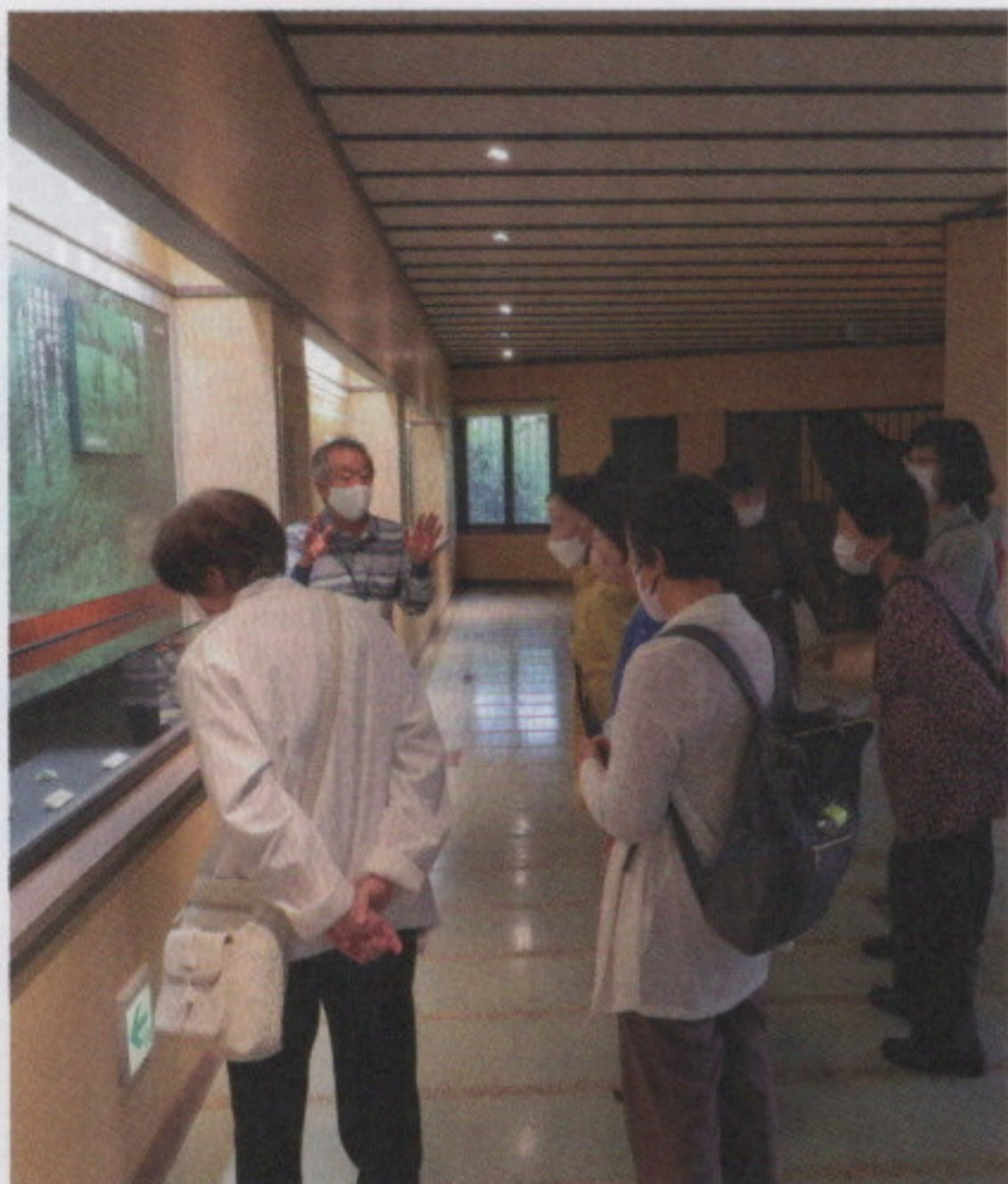
クラブ会長退任感謝状贈呈

「女性のつどい」4年ぶりに開催

令和五年六月二日、女性のつどいが開催されました。当日は、あいにくの雨、また百万石まつり初日にもかかわらず、女性会員六四名の参加がありました。

郷土石川の歴史、文化に触れる機会として、令和二年十月に開館した能美ふるさとミュージアムを訪問し、能美の歴史・自然等を学び、能美市防災センターでは、体験型施設として、強風、揺れ、火災消火について、各会員が自ら体験することで、日ごろからの防災の備えの大切さ、訓練の重要性について改めて学びました。午後、石川県九谷焼美術館では、九谷の歴史について、説明を受け、間近で本物を見る機会を得ました。

女性会員同士、談笑もあり、また久しぶりにバスを活用した研修会でもあり、交流・絆が深まりました。



令和5年度 金沢市老人連合会事業計画予定(10月以降)

- 10月4日(水) 第38回演芸大会 金沢市文化ホール
- 10月12日(木) リーダー研修会 中央公民館彦三館大研修室
- 10月16日(月) バスハイキング(1~5・9ブロック) 能登方面
- 11月2日(木) バスハイキング(6~8ブロック) 能登方面
- 10月20日(金) ニュースポーツ体験講習会 金沢総合体育館
- 11月上旬 ねたきり会員調査
- 11月15日(火) 文化施設探訪 鈴木大拙館
- 12月中旬~下旬 理事会(第2回)
- 令和6年
- 1月中旬 新年互礼会 金沢ニューグランドホテル
- 1月下旬 市老連だより(第85号)
- 3月上旬 理事会(第3回)
- 3月中旬 評議員会(第2回)

(変更となる場合もあります)

俳句

◆子の高さ 老いの高さを 秋の蝶

佐野 君枝(花園第二長寿会)

あとがき

ゴールデンウィーク明けから新型コロナウイルス感染症が5類感染症に移行され、社会全体の対応等も変化してきています。また、猛暑に見舞われる等、これまで以上に天候への留意、体調管理等が必要な中、金沢市老人連合会では、計画した事業、行事等について、実施する方向で関係機関等と調整を行っております。

社会全体における感染症対応や諸条件等を勘案し、工夫等を行っていきたく考えていますので、引き続き、会員の皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。