

楽しくなる
 夢中になる
 笑顔になる

きずな

揮毫 兵庫県知事 井戸 敏三



©兵庫県 2007

県老連 創立60周年 記念号



この9月13日、県老連は創立60周年を迎えます。記念式典が開催できないため、会長メッセージと老人クラブの歩みを掲載しました。(詳細は2~3ページ)

紙面のご案内

- 2 会長60周年 記念メッセージ
- 3 老人クラブのあゆみ 県老連会長特別感謝
- 4~5 県老連事業報告
- 6~7 県のお知らせ
- 8 活動事例報告

令和3年度版
「老人クラブ会計簿」
「老人クラブ活動日誌」
 のご案内

◎会計簿
 だれでも簡単につけられます。
A4版 定価400円(税込)

◎活動日誌
 活動記録簿、年間の計画・実績報告書を作成するのに便利です。
A4版 定価700円(税込)

会計処理・活動記録の透明性確保のために是非ご活用ください。お申し込みは市町老連でとりまとめて、12月初旬までに県老連へお申し込み下さい。

全国老人クラブ連合会発行



(画像はイメージです)

【ご寄付のお願い】
 平成25年4月1日から本会は公益財団法人へ移行しています。本会への寄付金については、税制上の優遇措置が受けられることとなります(詳細は税理士等にお尋ねください)。個人・法人・団体とも金額は問いません。事業計画に沿った公益目的事業に充当させていただきますので、高齢者の福祉の向上のためにご支援をよろしくお願いいたします。

*発行 公益財団法人 兵庫県老人クラブ連合会
 〒650-0011 神戸市中央区下山手通4-16-3 兵庫県民会館内
 TEL (078) 332-0574
 FAX (078) 332-3556
 Eメール hyorolen@oak.ocn.ne.jp
 URL http://www.hyorolen.or.jp

のじぎくクラブ兵庫

県老連創立60周年に

寄せて



兵庫県老人クラブ連合会
会長 中村 美津子

方も、今ではご自分のことを高齢者と思われている方は少ないでしょう。

2点目は、「就

私達の兵庫県老人クラブ連合会は、昭和35年（1960年）9月に結成され、おかげさまで、今年でちょうど創立60周年を迎えることになりました。

現在、加入する単位クラブは約3,500余り、会員数は約19万人を擁する組織で、全国老人クラブ連合会（全老連）に加入する都道府県や指定都市の老人クラブ連合会63団体中で、クラブ数で2位、会員数で3位の一大組織となっています。

しかし、65歳以上の高齢者は急増するものの、老人クラブへの加入率・会員数は年々減少しています。

理由として、1点目には「高齢者の意識の変化」が挙げられるでしょう。

年々平均寿命が伸びることにより、かつては高齢者と見做されていた70歳代の

を持つて主張することができません。

私たち高齢者の一番の願いは「健康長寿」です。

単に長生きをするだけでなく、いかに「健康寿命」（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）を伸ばすかが、切実な問題になっています。

そして、「健康長寿」以上に大切なこと、それは、『毎日を幸せに過ごすこと』です。

もちろん、人それぞれに価値観や考え方が異なりますが、私は、『朝、気持ち良く目覚め、美味しくご飯をいただき、家族や気の合う仲間のみなさんとおしゃべりし、笑い合い、一緒に様々な活動を行って、気持ちよくぐっすりと眠ることができる。』これに尽きるのではないかと考えています。

高年齢者にとって、『健康』と『仲間との交流』こそが、不可欠の重要なキーワードになります。

この2つを簡単に満たすことができる最も身近な方法は、老人クラブへの加入です。

また、老人クラブの会員が増えない大きな原因のひとつとして、「老人クラブ活動が知られていない。」ことが指摘されています。

私たちは、このご意見を謙虚に受け止め、ひとりでも多くの皆様に、私たちが日々実感している「幸せ」をお伝えしたいと切に願っており、今後も、身近な方々へ声かけを、着実に続けてまいります。

今、我が国のみならず、全世界が、新型コロナウイルスと共存する生活のあり方を問われています。

私たち高齢者は、これまでの人生の中で、数多くの苦しみ・悲しみ・痛みを経験しながらも、その一つひとつを克服し、今日、毎日を笑って過ごすことが出来ています。

私たち老人クラブの活動にとって、『人とのふれあい』こそがすべてです。

人と人のふれあいを通して、仲間づくり・健康づくり・生きがいづくりに勤しみ、充実した毎日を過ごすことができたいですが、人との交流がしたくともできない現状は、老人クラブ活動にとって、本当に大きな試練のときです。

しかし、見方を変えれば、この大変な時にこそ、改めて、老人クラブ活動の意義や本当の良さ・楽しさを見つめ直し実感する好機と捉えることもできると考えています。

私たちは、行動の適切な自制を通してこの非常に困難な状況を克服し、これまでどおりの、誰もが好きな時に、好きなことを一緒に楽しむことができる日々を回復していきます。

新型コロナウイルスの感染予防に十分留意しながら、一日も早く、コロナの時代にふさわしい『老人クラブ活動のあり方』を皆さんと一緒に作り上げてまいります。

私たち老人クラブは、諸先輩の努力の結果、60年も及ぶ組織を受け継いでいます。

急速に進む少子高齢化の流れにあって、高齢者が有する豊富な知識・経験を活かして地域の諸団体と協働し、地域を豊かにする社会活動に積極的に取り組んでまいります。

さあ、老人クラブの仲間と一緒に、「楽しくなる・夢中になる・笑顔になる」を活動スローガンに、笑顔をいっぱい浮かべ思いっきり、おしゃべりやスポーツ、様々なイベントを一緒に楽しんで、健康で幸せな毎日の生活を過ごしましょう!!

わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

老人クラブの歩み

兵庫県老連60周年

きずな

3

第208号

・老人クラブの歩み
・兵庫県老人クラブ連合会会長特別感謝

年次	主なできごと
1947 昭和22	多可郡野間谷村(現多可町)が9月15日を「としよりの日」と定める
1960 昭和35	県老人会連合会結成大会(9月13日)
1962 昭和37	全国老人クラブ連合会結成大会(4月5日)
1963 昭和38	老人福祉法施行
1966 昭和41	「老人の日」を「敬老の日」として国民の祝日に制定
1968 昭和43	近畿老人クラブ連絡協議会発足
	県老連が新設の県民会館内に事務局開設
1971 昭和46	県老連 財団法人の認可を受ける(10月1日)
1973 昭和48	全老連「老人クラブ運営指針」策定
1979 昭和54	65才以上人口、全国で1千万人突破
1982 昭和57	全老連会員章制定
1986 昭和61	県老連「組織・事務・事業検討委員会」設置(12月)
1987 昭和62	県老連、総務財政・企画事業・調査広報・婦人の4部会を設置
	市町老連会長研修会を開催(幹部研修を名称変更)
	全老連「老人クラブ保険」を新設
1988 昭和63	県老連 名称を「兵庫県老人会連合会」から「兵庫県老人クラブ連合会」に変更(6月1日)
	婦人幹部研修会を開催(女性リーダー研修会)
1989 平成元	長寿番付表を作成(平成18年度で廃止)
1991 平成3	「県老連三十年史」発行(3月25日)
1993 平成5	第22回全国老人クラブ大会を神戸市内で開催
1995 平成7	阪神淡路大震災発生(1月17日)
2000 平成12	介護保険制度が開始
	65才以上人口、全国で2千万人突破

年次	主なできごと
2001 平成13	創立40周年記念誌「県老連10年の歩み」発行(3月31日)
2005 平成17	第1次兵庫県老人クラブ会員加入促進増強運動の展開(22年3月まで)
	兵庫県老連若手委員会設置 5年ごとに開催の兵庫県老人クラブ大会を「兵庫県高齢者の集い」に名称変更し、毎年開催で開始
2007 平成19	県老連機関紙の愛称を「きずな」とする。
2008 平成20	郡老連廃止
	後期高齢者医療制度施行 市町老連若手リーダー研修会を県下4ヶ所で開催
2009 平成21	老人クラブ等事業運営要綱一部改正(会員規模概ね30人以上)
2010 平成22	県老連愛称制定「のじぎくクラブ兵庫」(4月1日)
	第2次兵庫県老人クラブ会員加入促進増強運動の展開(27年3月まで)
2011 平成23	創立50周年記念誌(兵庫県老連10年の歩み)発行(2月1日)
	東日本大震災(3月11日)
2012 平成24	県老連活動スローガン“楽しくなる 夢中になる 笑顔になる”を制定
2013 平成25	県老連 公益財団法人に移行(4月1日)
	第1回グラウンド・ゴルフ県大会開催
2014 平成26	全老連「老人クラブ100万人会員増強運動」開始(30年度まで)
	県老連「2.5万人会員増強運動」の展開
	健康ウォークラリー講習会を健康ウォークラリー県大会に変更(第1回)
2019 令和元	「令和」が始まる

兵庫県老人クラブ連合会会長特別感謝

(1) 県老連活動への功労に対する感謝

浅見 真一(女性・若手リーダー研修会講師・健康ウォークラリー県大会講師)
 不動 博文(のじぎくクラブ農園運営)
 山口 幸雄(のじぎくクラブ農園運営管理・ボランティアコーディネーター)
 山中 克美(のじぎくクラブ農園運営管理・ボランティアコーディネーター)
 芦屋市ボランティアグループ(代表:大嶋三郎)
 淡路ブロックボランティアグループ(代表:市川富夫)
 金澤 牧博・たず子(加西市)
 三宅 博明(加西市)
 藤原 則男(神河町)
 古家 憲子(市川町)

のじぎくクラブ農園の収穫に尽力し、全国の被災地支援に貢献

(2) 夫婦会員

松崎 明・松崎 和代(芦屋市) 柏木 三男・柏木 弘子(高砂市)
 横山 一彦・横山 優子(伊丹市) 武元 吉盛・武元 都(高砂市)
 谷崎 旭・谷崎紀代子(伊丹市) 丸岡 肇・丸岡 節子(加西市)
 辻下 良治・辻下 富代(伊丹市) 森 勝治・森 孝子(養父市)
 池田 哲男・池田 道子(伊丹市) 足立 一良・足立満千代(丹波市)
 山本 道夫・山本みどり(豊岡市) 畑中 雄作・畑中 慶子(たつの市)
 寺谷健次郎・寺谷 和子(豊岡市) 岩本 信義・岩本あき子(太子町)
 木本 吉郎・木本 房江(赤穂市) 三輪 一三・三輪美智子(香美町)
 伊藤 隆・伊藤 光代(高砂市) 小西 勉・小西千年世(新温泉町)
 光田 剛啓・光田 澄江(高砂市)

わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

被災地支援10年間の取組総括

兵庫県は、25年前の阪神・淡路大震災で未曾有の甚大な被害を受けました。

しかし、全国の老人ク

ラブの皆様から多大なご支援を頂戴し、今日、復旧・復興を果たすことができています。

その後も、東日本大震

災をはじめ、熊本地震、平成30年7月豪雨、北海道胆振東部地震など実に数多くの自然災害に見舞われ続けています。

兵庫県老連では、阪神・淡路大震災で頂戴した厚いご支援に感謝するとともに、全国の老人クラブの仲間が甚大な被害を受けた場合



令和2年度の「のじぎくクラブ兵庫助成事業」は、下記の11団体に決定しました。

クラブ名	事業内容
弥生会岩園町老人会(芦屋市老連)	健康ヨガ体操
亀寿会(宝塚市老連)	スポーツを通じて行う「健康増進と地域交流」事業
光が丘美咲喜会(宝塚市老連)	グラウンド・ゴルフ会員増強事業
雲雀丘山手ひばり会(宝塚市老連)	「サロン女性の集い」の立上げ
池田老人クラブ連合会(加古川市老連)	地域活動に潤いを 花壇制作
今福老人クラブ(加古川市老連)	家庭菜園づくり
高畑北なごみ会(加古川市老連)	充実したクラブ活動、クラブの活性化に向けて
安田老人クラブ(加古川市老連)	コミュニティカフェ「ノット」「菜園カフェ」
高屋鶴亀会(豊岡市老連)	つるかめ全員集合
丹波篠山市老連今田支部(丹波篠山市老連)	高齢者の集い
三木市老人クラブ連合会	出前サロンの開設

合は、可能な限りの支援を行うことを決意し、この10年間、被災地支援に誠意を込めて取り組んできました。一例を挙げると、

1 チャリティー・バザーの開催

県内の市町老連から寄託された物品を各種イベントで販売し、その収益を被災地支援へ活用。

2 のじぎくクラブ兵庫農園の運営

じゃがいも・さつまいも・タマネギなど、本県が誇る農産物の農園を「のじぎくクラブ兵庫農園」として位置づけ、県老連役員やボランティアの有志により収穫し、被災地へ送付した。

励ましの「元気うちわ」520本と熱中症予防の塩飴を岡山県老連へ送付(平成30年7月豪雨)。

3

被災地である愛媛県のポンカン240キロを購入し、福島県の大

4

熊町老連と檜葉町老連、宮城県石巻市老連へ送付。

市町老連の募金を広島県老連・社協・共同募金と北海道胆振東部地震被災者へ送金。

5

熊町老連と檜葉町老連、宮城県石巻市老連へ送付。

市町老連の募金を広島県老連・社協・共同募金と北海道胆振東部地震被災者へ送金。

1

本県が阪神・淡路大震災で頂戴した支援に対する感謝の思いは決して忘れないこと。

2

しかしながら、自然災害が相次ぎ恒常化する事態を踏まえ、今後の被災地支援は、県老連の支障のない範囲で行うこと。

3

ただし、東日本大震災のような阪神・淡路大震災を超えるような大規模被害が発生した場合、県老連として可能な限りの支援を行うこと。

なお、東日本大震災への支援は、発災後10年となる本年度で一定の区切りとすることを決定しています。

わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

今後の県老連の主な行事予定

※新型コロナウイルスの感染状況により延期または中止することもあります。

月	日	事業名	開催地
10	6(火)	グラウンド・ゴルフ県大会	三田市
11	25(水)~26(木)	市町老連会長研修会	舞子ピア神戸
	中~下旬	京都府女性委員との交流会	京都市
12	中~下旬	大阪府若手委員との交流会	兵庫県内
	8(火)	女性・若手リーダー研修会 ＜但馬・丹波ブロック＞	朝来市
	15(火)	女性・若手リーダー研修会 ＜中播磨・西播磨ブロック＞	たつの市
	22(火)	女性・若手リーダー研修会 ＜東播磨・北播磨・淡路ブロック＞	明石市
1	29(金)	女性・若手リーダー研修会 ＜阪神南・阪神北ブロック＞	宝塚市

全市町女性部長

合同研修の開催



県老連では、兵庫県から受託している「高齢者自助力（防災意識）強化推進業務」を円滑に遂行するため、県内39市町すべての女性部長及び若手部長を『防災補助リーダー』に任命し、各市町老人クラブの会員の防災意識の向上に努めています。

その一環として、女性部長合同研修を8月3日に、県民会館で開催致しました。

この研修では、まずこの防災講習として、人と防災未来センターの木主任研究員から「高齢者の避難にあたっての留意点」についてご講演いただいた後、小松相生市老連会長から「激励と期待すること」の

待すること」のメッセージをいただき、さらに、加古川市老連の西部長からは、「どないや訪問」の取組事例のご紹介をいただきました。

その後、3~4人ずつの小グループに分かれ、短い時間ではありましたが、日頃なかなか交流することのない同じ職責を担う部長さん達が交流し、「今後の老人クラブ活動のあり方」をはじめとする様々な課題について自由な意見交換が行われ

れました。なお、若手部長合同研修は、当初、8月31日に開催する予定でしたが、新型コロナウイルスの感染状況を踏まえ延期となっておりませんが、事態が鎮静化すれば開催する予定です。

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

2020年10月版 **傷害保険** 自分がケガをした時の保険です。(病気が対象外)
8,000円タイプと12,000円タイプについては、他人の物を壊したり、他人にケガをさせた場合も対象となります。

①対象：老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体保険です。

②保険期間	保険加入月(年2回のみ)	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
	2020年10月加入の場合	2020年7月1日~9月15日まで	2020年10月1日午後4時から1年間
	2021年4月加入の場合	2021年1月1日~3月15日まで	2021年4月1日午後4時から1年間

③掛金払込の条件：申込みの人数に関わらず1回の払込につき掛金総額3,000円以上(追加の場合も同様) ※払込手数料は申込者負担

④補償範囲・掛金タイプ：

24時間型/4タイプ = 自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償や熱中症危険補償を付加したタイプもあります。



6タイプから1人1つ選択してください。複数口加入はできません。

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。(自分のケガは対象になりません。)

①対象 老人クラブ(全員加入が条件となります) ②保険期間 毎年10月から1年間 ③掛金 1人年額100円(最低引受保険料3,000円) ④補償 支払限度額1億円

公益財団法人全国老人クラブ連合会 保険係

〒100-0013 東京都千代田区麹町3-3-2 新霞が関ビル5階

加入申請書、資料請求先 専用FAX 03-3597-8767 お問い合わせ先 03-3597-8770

ホームページ http://www.senior-ltd.com/ 老人クラブ傷害保険(標準) 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 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(担当課)医療・福祉法人部 法人第二課 TEL.03-3515-4144

※この広告は、以下の商品についてご紹介したものです。

「老人クラブ傷害保険」
■活動型：老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険
■24時間型：総合生活保険(傷害補償)
「老人クラブ活動専用賠償責任保険(施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険)」
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」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししております保険約款によりますが、ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。
20-T00405 2020年4月作成



わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

シニアはメタボよりフレイル対策!

「フレイル」という言葉を聞かれたことはありますか?
「フレイル」とは、年をとって、筋力や心身の活力が低下した状態のことをいいます。長期間放っておくと**要介護状態**になる危険性が高くなります。

<フレイル予防3ヶ条>

- 体重減少に要注意
- しっかりかめる お口をつくる
- 1日3回、3つの皿（主食・主菜・副菜）をそろえて食べる

「フレイルシンポジウム」開催

【日時】令和2年11月21日（土）午後

【会場】シーサイドホテル舞子ピア神戸
あじさいホール

【内容】フレイル予防をテーマとした講演
（講師 東京大学 飯島勝矢教授）等

※申込方法などの詳細は、兵庫県ホームページで検索してください。

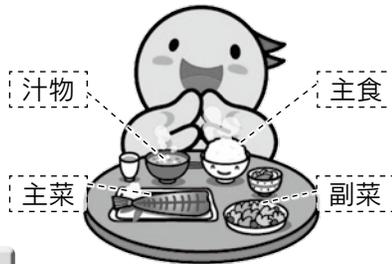
**入場
無料**

シニアはメタボよりフレイル対策

検索

10月は「ひょうご食育月間」です!

食べ物を通じて爽やかな季節を感じ、農作物の恩恵に感謝しながら、“プラス1の食育実践”に取り組みましょう。



兵庫県マスコット はばタン

ひょうご食育月間

検索

第18回 関西文化の日

関西一円の美術館・博物館などが
入館無料 (関西一円の美術館・博物館などが入館無料(原則として常設展のみ) ※通常無料の施設あり)

関西から
文化力
POWER OF CULTURE

2020年11月14日(土)・11月15日(日)他

福井県・三重県・滋賀県・京都府・大阪府・兵庫県・奈良県・和歌山県・鳥取県・徳島県・京都市・大阪市・堺市・神戸市の2府8県のエリアで実施

新型コロナウイルス感染拡大防止対策等のため、休館や入場制限などの対応を取られている場合があります。開館についての最新情報は必ず各施設の公式サイト等でご確認ください。

参加施設やスケジュールなど
詳しい情報はホームページより

関西文化の日

検索

飲み残しのお薬などお困り事を かかりつけ薬剤師・薬局に相談を!

複数の医療機関を受診して、それぞれ違う薬局でお薬をもらっていませんか? お薬が残っていませんか? お薬の飲み方や副作用について疑問はありませんか?

かかりつけ薬剤師・薬局を持つことにより、ご自身の服用しているお薬を、継続してチェックしてもらえます。例えば、内科と眼科など複数の診療科を受診して、同じお薬が処方されていないか、一緒に飲むことを避けた方が良いお薬がないか、副作用が出ていないか、期待される効果が出ているかなどを継続的に確認することで、服用するお薬の安全性や有効性の向上が期待できます。

お薬を安全に安心して使うために、お薬に関する情報や健康上のアドバイスなど、相談できる“かかりつけ薬剤師・薬局”を持ちましょう。

毎年10月17日から23日までの1週間は「薬と健康の週間」です。県内各地の薬局や大学の薬学部によるお薬の正しい使い方の啓発・健康増進イベントの開催等が予定されています。



「関西文化の日」開催

「関西文化の日」は、関西一円の美術館・博物館・資料館等の文化施設のご協力により、11月に入館料（原則として常設展 ※通常無料施設あり）を無料とする取組みです。

関西が誇る長い歴史に培われた豊かな文化資源に気軽に接することのできる機会となっています。ぜひ、この機会に「文化の秋」、「芸術の秋」を楽しんでみませんか?

参加施設やスケジュールなど、詳しい情報はホームページをご覧ください。

なお、新型コロナウイルス感染拡大防止対策等のため、休館や入場制限などの対応を取られている場合があります。開館についての最新情報は必ず各施設の公式サイト等でご確認ください。

【期間】令和2年11月14日(土)・15日(日)他

【主催】関西広域連合、関西観光本部、
関西元気文化圏推進協議会

【協力】文化庁地域創生本部

【問合せ先】関西文化の日事務局

06-4964-8844 (平日 10:00 ~ 17:00)

【HP】<https://www.kansaibunaka.com/bunkanohi/>



わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

こんな相談が増えています！ 水回りの修理トラブル！

■トイレの詰まり修理費用として想像以上に高い料金を請求された

トイレが詰まったので、冷蔵庫に貼っていた「水回りのトラブル〇〇円～」とのマグネット広告の電話番号に連絡し修理を依頼した。やってきた作業員から「この工事だけでは詰まりが取れない」等と言われ、追加作業を次から次へと勧められ、「せっかく来てもらっているのだし…」とお願いしたところ、最終的に30万円支払え、と言われた。

■そんな時は！

- ①水道の水漏れやトイレの詰まりの際に、焦らず止水できるよう、止水栓（バルブ）の位置を確認しておきましょう。
- ②止水後は、複数社から見積もりを取り、周りの人にも相談して内容や料金を十分検討しましょう。
- ③既に修理業者を呼んだ場合でも、料金や内容に納得できない場合は、きっぱりと契約を断りましょう。
- ④返金につながる場合もありますので、あきらめず消費生活相談窓口にご相談を！



消費者トラブルで困ったときは、迷わず**消費者ホットライン「188」**に電話を！
全国共通の電話番号「消費者ホットライン 188」は最寄りの消費生活相談窓口につながります。

拉致問題についての関心と認識を深めましょう！



北朝鮮当局による日本人拉致は、我が国に対する主権侵害であるとともに、重大な人権侵害です。日本政府は、拉致被害者に関する捜査・調査及び情報収集活動を進めており、今後の動向が注目されます。政府認定拉致被害者17人のうち、兵庫県関係者では有本恵子さん、田中実さんの二人が認定を受けています。さらに、拉致の可能性を排除できない行方不明者の中にも兵庫県関係者の方がおられます。拉致問題は、一刻も早く解決しなければならない国民的問題であり、一人ひとりがこの問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

政府拉致問題対策本部

検索

【問合せ先】 県人権推進課（人権啓発全般） ☎ 078（362）3229
県国際交流課（拉致問題啓発） ☎ 078（362）3025

新たな生活様式「ひょうごスタイル」を推進しましょう！

- ★「3密」（密閉・密集・密接）の回避
- ★身体的距離の確保（できるだけ2m。最低1m）
- ★マスクの着用、咳エチケットの徹底
- ★手洗い・手指消毒（手洗いは30秒程度、石けん・消毒薬の利用）
- ★体温測定・健康チェック（熱や風邪の症状がある時は自宅で療養）
- ★発症時やクラスター発生時に備え、いつ誰とどこで会ったかを記録

わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています

ご存知ですか？ マイナポイント

マイナンバーカードを持っている人が、マイナポイントの申込を行い、自分で選んだキャッシュレス決済サービスで20,000円分の買い物（またはチャージ）をすると、1人あたり5,000円分のマイナポイントがもらえます。マイナポイントは選んだキャッシュレス決済サービスのポイントとして利用可能です。

ポイント還元率はなんと25%！

選べるキャッシュレス決済サービスは100種類以上！

パソコン・スマートフォンをお持ちでない方でも、お住まいの市町窓口や郵便局等で申込支援を実施中。（※マイナポイントの予約者数が予算の上限に達した場合には、予約を締め切る可能性があります。）

マイナンバーカードは身分証明書になるのはもちろん、来年からは健康保険証としても利用が開始され、今後もデジタル社会のパスポートとして幅広い場面で利用が想定されます。

この機会にマイナンバーカードを取得し、マイナポイントの申込を行ってはいかがですか？

マイナンバー HYOGO!



マイナンバー-HYOGO!

検索



きずな

7

第208号

・ご存知ですか？マイナポイント
・こんな相談が増えています！水回りの修理トラブル！
・拉致問題についての関心と認識を深めましょう！
・新たな生活様式「ひょうごスタイル」を推進しましょう！

加西市老連

手作りマスクの寄贈



5月末の緊急事態宣言の解除を受け、人々の外出機会が増えるため、加西市から、市内の3〜5歳の保育園児や、また、各種行事等で必要となる高齢者の方を対象とする「手作りマスク」の製作要請がありました。

市老連としても、「得意とする裁縫技術を活かして協力しよう!!」と直ちに応じることになりました。



市町老連の活動報告

型紙を基に生地を裁断し、表裏をきちんと合わせ、弛みがないように押さえながら、ミシンで見た目が美しくなるよう、

端から3ミリの幅を取って「ふち縫い」をしています。

最終のゴム通しでは、ゴムひもの替わりに、やや厚地の新しいストッキングをリング状に切り、それをはさみ込んで縫い上げ、仕上げるという工夫をしました。

会員の皆様のご協力により、柔らかく耳にかけ易く、また、カワイイおしゃれなマスクがたくさん出来上がりました。

私達の「コロナに負けないでね」という熱い想いが、どうか多くの皆様に届きますように!!

豊岡市老連

みんなの笑顔が見たくて「健康ウォークラリー」



豊岡市総合体育館で開催しました。当初の予定の7月9日、連日の梅雨空の中「この日しかない」という好天に恵まれました。

10回の節目を迎えた今年には趣向を変え、「コマの採用」とこれまでは午後に行っていた「ゲームをコース中3箇所・体育館(午後2つ)」としました。

3月からストップしたままの活動を、新型コロナウィルス緊急事態宣言の解除を受け、会員の皆さんの笑顔が見たくて開催しました。マスクの着用・手指消毒・健康チェックのほか、熱中症予防と人との距離を保つため「マスクは外して傘をさしながら」のウォークラリーです。

参加チームは20(10人)スタッフと併せて132人、梅雨空を吹き飛ばす笑顔にあふれていました。

兵庫県からのお知らせ

近年、毎年のように大規模災害が頻発しており、多くの高齢者や障害者が犠牲になっています。令和2年7月豪雨災害では想定外の雨量に対応できず、被害に遭われた方の8割以上が高齢者であったと報道されています。一人ひとりが自らの命は自らが守る「自助」の意識を持つことが大切です。

県では県老連と連携し、防災ピアリーダー等を任命し、各地で自助力を高めるワークショップの開催等を支援しています。①警戒レベル3で自宅から避難所へ逃げる水平避難、②浸水を想定し高いところへ逃げる垂直避難、③家にとどまることで安全を確保する在宅避難などその場に適した避難行動を心がけましょう。また、家族等といざという時にどのような方法で連絡を取り合うのか、集合場所、避難場所や避難経路などを事前に確認しておくことも大切です。コロナ禍において、持ち出し準備品や避難所での対応に変化もあります。平常時から防災意識を持ち、逃げ遅れることなく、命を守りましょう。



国道3号浸水状況 (芦北町役場前：熊本県葦北郡)

スポンサーの皆さまへ

このたびは、のじぎくクラブ兵庫が発行する「きずな」への広告掲載を賜り、誠にありがとうございました。

私たち老人クラブは、高齢者の幸せづくりと地域貢献を目標に、健康と友愛、そして奉仕の精神をもって、これからも積極的な活動を行ってまいりますので、今後ともますますのご支援をお願い申し上げます。

のじぎくクラブ兵庫

お問い合わせ先

兵庫県企画県民部
防災企画局防災企画課

078-362-9870

わたしたちはのじぎくクラブ兵庫の活動をサポートしています
