



桃太郎シニア岡山



第 95 号

(令和 6 年 8 月 30 日)

《発行》一般社団法人 岡山市老人クラブ連合会

事務局 〒700-8546 岡山市北区鹿田町一丁目 1-1 岡山市保健福祉会館 9 階

☎ (086)232-1102 FAX (086)803-1754

《編集協力》(株)博報社 本社 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎ (06)6797-0212



令和6年度岡山市老連 定時総会を開催

5月30日(木)、西川アイプラザ多目的ホールにおいて令和6年度岡山市老人クラブ連合会定時総会を開催しました。

開会式典では、高橋副会長による開会のことば、国歌斉唱、老人クラブ活動に尽力された物故者への黙祷が行われた後、遠藤会長があいさつに立ち、今年度も岡山市老人クラブ連合会の発展と強固な組織づくりを築くため、さらなる協力をお願いしました。

次いで、大森雅夫市長、田口裕士市議会議長、内田通子市社会福祉協議会会長から祝辞をいただき、来賓紹介、祝電披露を経て議案の審議へと移りました。

(2頁へ続く)



令和6年度岡山市老連役員名簿

役職名	氏名	選出区
会長	遠藤 剛	北区東老連
副会長	高橋 三穂	北区西老連
副会長	小泉 三郎	北区東老連
副会長	入澤 桂子	南区老連
副会長	片山 清	東区老連
副会長	秋山 佳子	女性部会
理事	瀧本 幸弘	北区東老連
理事	喜多 一博	北区西老連
理事	藤木 省一郎	中区老連
理事	戸田 隆	南区老連
理事	川合 宏	東区老連
監事	古好 秀男	中区老連
監事	曾我 堯一	東区老連

任期：令和7年度定時総会終結の時まで



前岡山市立南公民館館長
八木 光信氏

休憩後、前岡山市立南公民館館長の八木光信氏を迎えて「令和のネット時代をストレスなく過ごしましょう」と題した健康づくり講演会が行われ、インターネットを利用するにあたり、これだけは気をつけておきたい注意点をスクリーンを使って分かりやすく教えていただきました。

最後に、小泉副会長が閉会のことを述べ、令和6年度の定期総会は閉幕しました。

令和6年度岡山市老連定時総会

会則の定めにより遠藤会長が議長を務める議事では、総会成立の旨が報告された後、以下の事項が報告・審議されました。



- 【報告事項】
- ① 令和6年度事業計画について

② 令和6年度収支予算について

③ 令和5年度事業報告について

④ 表彰規程の一部改正について
- 【決議事項】
- ・第1号議案

令和5年度収支決算について

質疑応答

の後、すべての議案が満場一致の拍手をもって承認され、定時総会は滞りなく終了しました。



令和6年度
健康づくり講演会

令和 6 年度 岡山市老連事業予定表			
月	日	事業名	開催場所
5月	30日(木)	定時総会・健康づくり講演会	西川アイプラザ 多目的ホール
6月	18日(火)	第46回 健幸福祉演芸大会	岡山芸術創造劇場 ハレノワ 小劇場
7月	8日(月)	高齢者地域リーダー研修会	市役所 7 階 大会議室
	19日(金)	岡山市・高松市老人クラブ交流演芸大会	サンポート高松 大ホール
8月	5日(月)～7日(水)	第49回 老人趣味の作品展	市役所 1 階 市民ホール
9月	10日(火)	シニア教養講座	市役所 7 階 大会議室
	20日ごろ	全国一斉「社会奉仕の日」	各地区(単位クラブ)
10月	17日(木)	第16回 老人クラブペタンク交流大会 ※予備日：10月31日(木)	奥市公園補助野球場
	24日(木)	第34回 老人クラブグラウンド・ゴルフ大会 ※予備日：10月25日(金)	六番川水の公園 多目的広場
11月	6日(水)	第61回 岡山市高齢者福祉大会	百花プラザ多目的ホール
12月	11日(水)	高松市・岡山市老人クラブ 交流グラウンド・ゴルフ大会	岡山ドーム
令和7年2月	20日(木)	校区会長研修会	市役所 7 階 大会議室
年 2 回(8月・1月)		広報誌「桃太郎シニア岡山」の発行	

令和 6 年度 全老連等事業予定表			
月	日	事業名	開催場所
7月	11日(木)～12日(金)	中国・四国ブロック老人クラブ リーダー研修会	徳島県
10月	19日(土)～22日(火)	第36回 全国健康福祉祭とっとり大会 ねんりんピックはばたけ鳥取2024	鳥取県
11月	20日(水)～21日(木)	第53回 全国老人クラブ大会	神奈川県・横浜市

第46回 健康福祉 演芸大会

6月18日(火)、岡山芸術創造劇場ハレノワにおいて第46回健康福祉演芸大会が開催されました。今大会には歌や日舞、楽器演奏、ダンスといったさまざまな演目で29組が出演し練習の成果を披露。素晴らしい演芸に会場からは大きな拍手と声援が都度わき起こって盛り上がりを見せました。



演歌「津軽慕情」
三井 健さん



演歌「津軽の灯」
藤原 正夫さん



大正琴「風雪流れ旅」 平島ことぶき会の皆さん



傘踊り「男節」 田益桃寿会の皆さん



日舞「木場の女」
岡田 八重子さん



演歌「坂道」
大場 農さん



歌「明日の詩」
人見 昭さん



日舞「春秋の舞」
細川 和子さん



歌「無法松の一生」
佐々木 英一さん



民謡「鬼剣舞」 芳田第7老人クラブの皆さん



創作ダンス「東京ブギウギ」 彦崎悠ゆうクラブの皆さん



舞踊「風雪流れ旅」
梶原 静子さん



歌「島のブルース」
大谷 百合子さん



私たちの地域を紹介します

東 区

故郷の伝統文化や特色をいつまでも

浮田学区老人クラブ連合会

沼春秋会会長

川合 宏



員の皆さんのお世話で毎年2月には『郷土の歴史講演会』が開催され、大勢の方が受講しています。コロナウィルス感染症拡大の影響で、し

浮田沼地区は、岡山市の東北（浮田小学校区）に位置し、戦国乱世の古備国を制覇した戦国大名宇喜多直家が沼亀山城（平成24年に岡山市指定史跡となった）を構えて飛躍の礎を築いた地区です（直家の息子（秀家）は岡山城を築城した）。

この沼亀山城本丸の跡には、八丈島に流罪にされた秀家の生誕記念石碑があります。平成30年10月には八丈島久福会から秀家ゆかりの蘇鉄が寄贈され、市長も出席しての植樹祭が行われました。亀山城址保存会役

ばらく中止されていましたが、本年2月10日には、多岐にわたり活躍されている小説家木下昌輝氏を浮田ふれあいプラザにお迎えし、「宇喜多直家・秀家の生きた時代」と題しての講話をしていただきました。その講話を聴きながら、まさにその時代の中にいるような至福の時間を味わうことができました。その後、希望された方には保存会会員が亀山城址本丸にも案内しました。

また、保存会顧問の方が、浮田小学校高学年の児童に

歴史講話もされています。将来、子どもたちがこの地を離れるようなことがあっても、故郷の伝統文化やブドウ栽培が盛んな恵まれた地区でもあるという特色をいつまでも記憶の中に持ち続けて欲しいと思います。

さて、我が沼春秋会は昭和50年に発足した会員82名（うち、特別会員30名）のクラブです。長い歴史のある貴重な活動を守りつつ、登校登園時の安全指導、健康増進の体操、グラウンド・ゴルフやダーツの練習などを実施しています。4年近いコロナ感染症のため、諸々の目には見えない障害、被害に閉口しましたが、昨年は屋外で久方に花見会ができました。しかし、一日旅行は物価高騰やサーブス面でのかなりの制約があり、この度は取り止めました。まさにコロナフレイルです。その感染症も5類に移行されましたが、また増加傾向の感じがあります。どこのクラブにおいて

も同じでしょうが、入会者の増強問題は我がクラブでも深刻です。ともあれ、友愛、奉仕、健康をモットーに会員の皆さんに助けられながら活動の輪を今後とも広げていきたいと思っています。



私たちの地域を紹介します

中 区

グラウンド・ゴルフを核にして

竜之口小学校区老人クラブ連合会

土田福寿会 会長 時國 信之

私の所属する老人クラブは「土田福寿会」と称し、ご多分にもれず会員の高齢化と減少に悩んでいます。入会を呼びかけると、決まって返ってくる言葉は、「ボランティア作業ばかりで楽しいことがない」ということでした。そんな中で、昨年度から活動の中心を「グラウンド・ゴルフ」に絞り、これを中心に活動を広げ、会員の増加にもつなげていこうということになりました。

高齢者に適したいろいろな軽スポーツの中で、初心者でも気軽に取り組み、身体的負担も少なく、他のクラブとの交流が容易なこと、市や県など各種の大会が実施され、それらに参加できることなどを勘案して決定しました。

幸いなことに、近くに頭高山山頂広場があり、少し狭いのですが、なんとかコースが

取れます。広場のまわりには桜が植えられ、近隣の有志の方が花壇を作られ、今は芝桜が見頃です。

クラブ等の用具は福寿会で購入し、皆さんに参加を呼びかけました。会員だけでなく、だれでも参加OKということので発足し、月2回の開催ができるようになりました。

うまく入ると、日ごろおとなしい人が、大きな声で「ヤッター」とガッツポーズで叫び、ホールインワンに小躍りして全身で喜びを表すなど、素の人柄が表われてお互いに一段と親しみが深まるのを実感します。

プレイで一汗かいたら東屋へ集まり、おしゃべりが始まります。成績発表に続き、今日のプレイをふり振り返りほめたりけなしたり、楽しい歓談のひとつです。

後日、次回開催案内を兼ね

たミニ通信を毎回発行し、参加できなかった会員も含め全員に配布しています。ゴルフの様子やその時の話題、その他のお知らせなどを載せています。

配布する役員さんも会員と顔を合わせ、言葉をかわすことが多くなり、情報交換、安全確認、入会促進などいろいろなメリットがあることが分かりました。

グラウンド・ゴルフの楽しさが口コミで伝わり、会員以外の人も参加してくれるようになり、それが契機で福寿会に入会する人が多数あり、会員減少に歯止めがかかり、若い人も増え、グラウンド・ゴルフに取り組んだことの成果は上りつつあるようです。



私たちの地域を紹介します

北区

御野小学校1年生と昔遊びが復活

御野学区老人クラブ連合会

会長

瀧本

幸弘

昔遊びができ1年分の元気を貰いました。これからも昔遊びは実行したいと考えています。

(写真は御野小学校提供)

御野学区老人クラブ

連合会が地域住民とふれあい活動の一環として「御野小学校1年生との昔遊び」について少しの間休みましたが復活しましたので紹介します。

校長先生を始め担任教諭に加え岡山大学生及び加計学園のボランティア活動(20名)で生徒を見守りながら進行了しました。(昨年11月9日)

昔遊びは11種類で小学生は各10名ずつの各組を作り、それぞれの組がそれぞれの種類の場所(体育館・運動場・家庭教室・多目的室)を回ってもらいました。(11箇所)

可愛い元気な生徒と地域老人クラブの皆と



かるた



竹馬



おはじき



ゴムでっぼう



コマまわし



紙パッチン



竹ポックリ



竹とんぼ



理科大・岡大



どんぐり・やじろべ



かざぐるま



お手玉



随想コーナー

会員の広場

一病息災

大窪高齢者クラブ
相談役 藤井 信哉

「今日は、Aさんの姿が見えんが、病気かな?」「きのう、S整形で会ったが、元氣じゃったで」。高齢者

老人会に
思う事芳田小学校区
会長 水畑 孝昭

私は、故郷岡山で暮らす母宅の近所に四十七歳の時に家を新築して、単身赴任(勤務先は名古屋)をしていました。長年勤めた会社を退職して、十数年が過ぎ、今思えば岡山へ落ち着いて、さてこれからの人生をどうすべきか? ビジョン

による病院のサロン化が笑話や川柳になっている。人生「無病息災」が理想であるが、大概の人はそうはいかず、「一病息災」か「多病息災」ではなからうか。

私は、人生の3分の2を「一病息災」で生きて来た。前半の3分の1は、結核で永年苦しんだ。私の結核は、粟粒性と言い、結核菌が血管の中に入り、全身を侵すのである。小学2年時には結核性脳髄膜炎に罹り、2年生の2学期後半まで欠席した。戦後まもなく米国で

發明された特効薬ストレプトマイシンにより奇跡的に助かった。その後も、結核菌は私の身体を蝕み続けた。高3の夏に腎臓結核となり、膀胱等の泌尿器科系統がすべて侵された。左腎臓を摘出、片腎となり10年は命の保証はないと医師から告げられ、死への恐怖と戦った。

その後10年を耐え抜き30歳ごろから健康を取り戻し、普通に社会生活を送った。ところが還暦を過ぎると高血圧となり、降圧剤が

○グラウンド・ゴルフへの参加: 週1回ほどに。

○山のゴルフ: 週2回のレッスンとゴルフ場へ月3〜4回。

○男性料理教室: 10年行ってきたが、教室が解散。

○山登り: 低山登山をしてきたが、ここ4〜5年ご無沙汰です。

その他、スポーツセンターでのトレーニング、太極拳、等々いろいろなチャレンジをしました。そして、残ったのは支援員とグラウンド・ゴルフ、山のゴルフ

離せなくなった。66歳で現役を退いた数年後、かかりつけ医から突然血圧測定不能を告げられた。精密検査の結果は両側内頸動脈閉塞と血圧測定不能原因の椎骨動脈狭窄と診断された。全く自覚症状はなく、青天の霹靂であった。以後、降圧剤と血液さらさらの薬が離せなくなり、13年が経過した。

現在、一病息災のお陰で岡山市の健康寿命72・20、平均寿命82・03(どちらも令和元年の数値)をいずれ

だけになりました。

「無理せず 急がず はみ出さず 力まず 威張らず ひがまず」 酒井大阿闍梨さんの言葉を戒めとして生きていと思う今日この頃です。

そんな折、自分から望んだわけではないのですが、芳田学区老人連合会長職を仰せつかりました。「エッ? この私が? お役に立てるのだろうか? まあ、やってみよう! それしかないな」。それなりに、自分なりに役職を務めて行こうと思っています。

も超えた。これは長年継続してやって来たウォーキングの成果であると自負している。さらに、健康寿命の維持増進のために趣味は欠かせない。私の趣味は、川柳、短歌、随筆、写真等を新聞中心に投稿することであり、生きがいである。併せて、老人会活動等を通じて、地域社会に関わることも、健康長寿には欠かせない要素であり、細々と実践している。



ところで、老人会入会の皆さん、毎日のようなお気持ちで過ごされていますか。身体と脳ミソと頭髮の寂しさは後退の一途。まあ、これは自然の成り行きなので: と言いつつ、腹八分に医者いらずと言われるから、何もかもが足りない程度の不足がよいのかも知れません。

私は、明るく前向きに人との会話を楽しみながら、老後になった今を可愛い年寄りを目指して日々鍛錬して行こうと思っています。

岡山県警察からのお知らせ

高齢者の

交通事故
防止

令和5年中、岡山県内では交通事故により49人の方が亡くなっています。

このうち約6割の29人が65歳以上の高齢者で、また、この29人のうち18人は75歳以上となっています。

《ドライバーの方へ》

高齢者に主な原因がある死亡事故は20件発生しており、そのうち13件は追突、正面衝突及び車両単独の交通事故です。

これらの交通事故は、運転者自身が少し気を付けていれば防ぐことができます。車間距離の確保、制限速度の厳守など交通事故を起こしにくい運転をしましょう。

また、運転に不安を

感じている方や家族などから運転操作に指摘を受けた方は、交通事故を起こしてしまう前に運転免許証の自主返納を検討しましょう。

《おかやま愛カード》

岡山県では、65歳以上の方が運転免許証を自主返納した場合、無料で『おかやま愛カード』を取得できます。

おかやま愛カードは、協賛店の路線バス、タクシー、スーパード等提示すると「バス運賃の半額」や「料金の割引」などの特典を受



けることができます。

おかやま愛カードの取得の手続きは、最寄りの警察署や運転免許センターで可能です。ぜひ、取得をご検討ください。

《自転車利用者の方へ》

昨年4月1日、改正道路交通法が施行され、高齢者を含む全ての年齢層で自転車に乗車する際のヘルメット着用が努力義務化されました。

過去10年間の県内の交通事故を分析すると、自転車乗用中の死者のうち、4割以上が頭部に致命傷を負っており、ヘルメットを着用することで致死率は3分の1以下に減少します。命を守るために、自転車に乗車する際は必ずヘルメットを着用してください。



大人も子供もヘルメット！

《歩行者の方へ》

薄暮・夜間は、歩行者はドライバーから見えにくく、交通事故の被害に遭いやすくなります。やむをえず夜道を歩く際は、必ずLEDライトや夜光反射材を着用し、目立つことでドライバーに自身の存在を知らせてください。

また、道路を横断する場合は、横断歩道を利用しましょう。



お問い合わせ先／岡山県警察本部 交通企画課 ☎(086)234-0110

岡山市消防局からのお知らせ

電気火災が増えています！



①火災は増えている？

令和5年の岡山市消防局管内での火災の件数は203件(速報値)となっており、令和4年に比べ38件増加しています。また、火災による死者も前年から9人増え13人の方が犠牲になっており、そのほとんどが高齢者です。さらに住宅火災で亡くなっています。

全国的に見ると火災の件数は平成17年以降減少傾向でしたが、令和3年、4年と増加傾向に転じています。

その中でも「電気」に伴う火災が特に増加傾向となっていますので、今回はこの「電気火災」についてお知らせします。

②電気の危険性

住宅での火災原因としては「たばこ」、「こんろ」、「ストーブ」、「ろうそく」などがあり、そのほとんどが裸火を使用す

ます。ですが、電気は目に見えないため、火災の危険があると感じる人は少ないのではないのでしょうか。電気はとても強いエネルギーを持っていて、たとえば短絡(ショート)と呼ばれる現象では、1000度でも溶けない銅を一瞬で溶かすほどのエネルギーが発生します。

③過去の事例

過去の事例では、電気ヒーターなどに、洗濯物や新聞紙など燃えやすいものが接触し火災になったケースや、充電等で使

出火した事例があります。

他にも、「トラッキング現象」により出火した事例もあります。トラッキング現象とは、コンセントにプラグを差している状態で長年放置していると、プラグの間にほこりや湿気がたまり、電気により徐々にプラグが炭化していき電気を通す物質に変質します。そこに電気が流れることによって出火する現象です。

(写真1「トラッキング現象」参照)

④電気火災を防ぐために

電気火災には製品そのものの欠陥により出火する場合もあります。PSEマーク等が付された製品を購入するなど、製品の情報をよく確認してください。

また、電気ヒーターの近くに燃えやすいものを置かない、充電等

アダプターを使用しないなど、取扱説明書に従って正しく使用することを心がけてください。

トラッキング現象の防止方法としては、プラグを差したままにせず定期的に掃除することや、平成28年より前に購入したもののについては、プラグにトラッキング防止構造がないため、可能であれば新しいものに買い替えることなどがあります。(写真2「平成28年以降のプラグ」参照)

夏を迎えるこの季節は、湿気と気温により電気火災が増える傾向があります。みなさまのご家庭の電気は大丈夫でしょうか？今一度ご確認をお願いします。



写真1 「トラッキング現象」
電気を使用していなくてもプラグを差しているだけで発生する可能性があります



写真2
「平成28年以降のプラグ」
トラッキング防止構造が施されている

岡山市消費生活センターからのお知らせ

点検商法に注意!!

【事例】

★自宅に突然事業者が訪問し「排水管の無料点検を行っている」と勧誘された。無料なら、と軽い気持ちで点検を依頼した。点検後に「詰まりがあったため、洗浄が必要である」と迫られ、契約してしまつた。

【アドバイス】

・突然訪問してきた事業者に安易に点検させないようによし
・洗浄などの勧誘をされても、その場では契約せず、複数の事業者から見積もりを取るようによし
・事業者の説明をうのみにせず、必要がない契約はきっぱり断りましょ

スーパー等の店舗内で勧誘された契約はよく考えてから!

【事例】

★スーパーの出入り口で呼び止められ、ウォーターサーバーが無料レンタルできると言われ、話を聞いた。興味もあったので申し込んだ。後日、サーバーと水が届いたが、サーバーが想像以上に大きく、自分では管理できないと思つた。解約しようと思つたが、水の

【アドバイス】

・「無料」と勧誘されますが、実際には、複数年水を定期購入すること、ウォーターサーバーの費用が無料になつています。

・契約をする場合は、名刺などで契約相手を確認したうえで、契約書を受け取りましょ。
・作業をした後であつても、8日以内であればクーリングオフができます。
※消費者庁イラスト集より
・勧誘された場所や状況によつては、訪問販売にあたり、クーリングオフできる場合もあります。
・クーリングオフ期間が過ぎても業者の説明が不十分であつたり、虚偽があつたりした場合取り消しを求めることも可能です。
・消費者トラブルなどで困つたときは、一人で悩まず消費生活センターにご相談ください。



「おかしいな」「困ったな」と感じたら、気軽にご相談ください。

岡山市消費生活センター

相談専用：☎ (086) 803 - 1109

(消費者ホットライン188も可)

受付時間：月～金曜日 9時～16時

(祝日・年末年始除く)



消費生活相談フォームによる
ご相談はこちらから

お問い合わせ先 / 岡山市消費生活センター ☎ (086) 803-1109

我が国は少子高齢化がどんどん進行し、労働あるいは生産人口が減少しています。このような状況が進行すると社会経済的にいろんな問題が発生します。一方、この少子高齢化には地域差がかなりあることも問題となっています。先日、民間の有識者グループ「人口戦略会議」がショッキングなデータを報告しています。2050年に消滅する可能性のある自治体を公表しています。詳細は「朝日新聞DIGITAL」

「我が国は少子高齢化がどんどん進行し、労働あるいは生産人口が減少しています。このような状況が進行すると社会経済的にいろんな問題が発生します。一方、この少子高齢化には地域差がかなりあることも問題となっています。先日、民間の有識者グループ「人口戦略会議」がショッキングなデータを報告しています。2050年に消滅する可能性のある自治体を公表しています。詳細は「朝日新聞DIGITAL」

このデータは、10年前にも公表されていますが、2014年に「消滅可能性自治体」と定義されています。その定義に該当する自治体は全国で744あり、これは全自治体の約40%に該当します。岡山県では玉野市、笠岡市、井原市、高梁市、新見市、備前市、真庭市、美作市、久米南町、吉備中央町の10市町村が該当しています。逆に「若年女性人口」の減少率が少なく、「自立持続可能な地域」は早島町のみです。

医療コラム



消滅可能性自治体について

心臓病センター榊原病院
心臓血管外科

副院長 吉鷹 秀範

「消滅可能性自治体マップ」(図)を参照していただければと思います。

そのデータでは、20歳代から30歳代の女性の数、すなわち「若年女性人口」の減少率を市区町村ごとに解析しています。出産可能な女性の数の推移から人口の増減を解析しようという試みです。若年女性人口が2020年から2050年までの30年間で50%以上減少する自治体を「消滅可能性自治体」と定義しています。その定義に該当する自治体は全国で744あり、これは全自治体の約40%に該当します。岡山県では玉野市、笠岡市、井原市、高梁市、新見市、備前市、真庭市、美作市、久米南町、吉備中央町の10市町村が該当しています。逆に「若年女性人口」の減少率が少なく、「自立持続可能な地域」は早島町のみです。

「消滅可能性自治体」とされながら、今回その脱却に成功し、「自立持続可能性自治体」になった自治体もあります。全国的には、10年前と比較して、「消滅可能性自治体」は152少なくなっています。

それでは、「消滅可能性自治体」を脱却した自治体はどうやって若年者をふやしているのでしょうか。

時の祝い金制度、奨学金制度、住宅支援などの直接的な支援、さらに地元で働ける環境を整えることも重要と考えます。今後は、高齢者支援を持続可能とするために、若年者の支援を真剣に考えないといけない時代になってきました。

朝日新聞DIGITAL 「消滅可能性自治体」マップ



探し物が見つからない時に、それを誰かが盗ったのではないかと思うことではないですか。誰かが盗ったと思い込んでその訂正が出来ない状態を「もの盗られ妄想」と言います。認知機能が少し低下した人にも時々見られる症状です。外来通院中のAさんはこのもの盗られ妄想と軽い物忘れなどがあります。その犯人は配偶者のBさんと思ひ込んでいます。Bさんとはとてもまじめな人で、犯人にされる度にむきに

い、いつものことなので大丈夫ですと仰います。そろそろBさんに本気で対応方法など学んで頂いた方がいいのですが…。

物忘れが気になって受診されたCさん、若い頃は企業を渡り歩いて自社製品の販売など手掛けた方です。記憶障害は軽く、認知症の一步手前の軽度認知機能障害（MCI）と診断していますが、外来では毎回夜眠れないという話をされます。配偶者のDさんがいくら夜はよく眠っていると言って

医療コラム



症状、あれこれ

岡山赤十字病院・精神神経科
岡山市認知症疾患医療センター

センター長 中島 誠

なつて怒っています。犯人にされた人がそれをいくら訂正しようと言つても怒つてもこの妄想はなかなか消えることはありません。外来でBさんにこのようなことを何度も説明しましたが、納得されず、自宅では怒鳴り合ひの喧嘩になることもあります。ある時、その怒鳴り合ひで、近所の人が警察を呼ぶ騒ぎになりました。外来にお二人が来られた時にその話をするとお二人とも苦笑

も、それを否定します。このようにご自分の睡眠の感覚がなくなり不眠を訴える状態は「逆説性不眠症」と言います。その原因はよくわかっていませんが、Cさんの場合、もともと聞き分けの悪い人ではなかったとのこと、MCーと関連しているのではないかと疑っています。また結論は出ていません。

さて、厚生労働省が5月8日に「2022年の時点で認知症の人は65歳以上のうち443万人で、MCIの人は558万人」との推計を発表しました。2012年に認知症高齢者は462万人と推計されていきましたので、推計の方が異なるものの認知症は余り増加していないといふことであれば、朗報と言えるかもしれませ



令和6年能登半島地震災害に対する救援拠金のお礼とご報告

令和6年能登半島地震に対する救援拠金に対しまして、募集の呼びかけをしましたところ、多くのクラブより拠出をいただきました。みなさまの温かい善意に心よりお礼を申し上げます。

集まりました第1次取りまとめ分の救援拠金を4月19日に全国老人クラブ連合会の指定口座へ送金させていただきましたことをご報告申し上げます。

第1次取りまとめ分(送金額)**2,541,316円**(191クラブ)
(クラブ数の内、学区でされたところは1クラブとして計算)

その他の団体へ義援金を送られたクラブから報告をいただいたもの
694,112円(20件)

皆さまのご協力、ありがとうございました。



会員文芸

◆短歌

城東台さつき会 鈴木 雄二

はるばるとがいせん桜を見んと来て

車でゆっくり並木道行く

老妻が携帯を失くして二日間

心当たりを駆けずり回る

四日後に警察署より拾得の

通知があるも更新の後

城東台さつき会 若林とし子

シャンソンを聴けばなつかし亡夫と

銀巴里へ行った若き日の頃

行く月・日は待つてはくれない夫逝きて

一年たつと思へば淋し

前山の樹々は緑を濃くしてゆく

狭に咲きし山つつじも絶えて

曾根老人クラブ 若松 俊子

春過ぎて夏来にけらし六十年積む

夫との歳月老の寿き

昭和・平成・令和生く命の鎖を紡ぎおり

文月に会う小きき命

桃・桜・菜の花咲いて麦を踏む

遠きふるさと父母の声

悠々クラブ 寶藏 史朗

手入れよき道沿いの庭に傘さしたる

如くに咲きよりしだれ梅の花

雑草は寒き冬にも根を張りて

手で抜き難し野生のちから

明日葉の新しい葉は次々と

大きく伸びて地面を被う

清涼会 林 金太郎(ペンネーム)

天満屋は院展美術で年が明け

絵画堪能抹茶一服

正月に日本神話の物語り

備中神楽今年安泰

辰年は竜が昇り金高値

株価上昇経済発展

◆俳句

曾根老人クラブ 若松 俊子

あと何年植えられるかなトマト植え

文月やひ孫待ちたるカレンダー

老々の介護に暮れる花見かな

いきいき活動を
支える

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

- ◆この保険の対象は、全国老人クラブ連合会に連なる都道府県・指定都市老連および市区町村老連に加入している単位老人クラブです。
- ◆全国老人クラブ連合会が契約者となり、各単位老人クラブで取りまとめて申し込む団体保険です。個人での加入手続きはできません。
- ◆新規加入をご希望、ご検討の際は、クラブで担当者を決めて全老連「保険係」まで資料をご請求ください。

〔資料請求受付期間〕【傷害保険】4月始期⇒1/4から2月末頃まで、10月始期⇒7/1から8月末頃まで
【賠償責任保険】随時受付中

老人クラブ 傷害保険 自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)

- 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。
- ②保険始期月および保険期間：年に2回の募集となります。

保険始期月	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
2024年10月	2024年7月15日～9月15日まで	2024年10月1日午後4時から1年間
2025年4月	2025年1月15日～3月15日まで	2025年4月1日午後4時から1年間

- ③補償範囲・掛金タイプ：◆24時間型…日常生活全般のケガを補償。
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、熱中症危険補償が付いたタイプもあります。
- ◆活動型…老人クラブ活動中のケガを補償

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^{*1}の保険。(自分のケガは対象になりません。)

^{*1} 法律上の賠償責任が伴う老人クラブ活動中の対人・対物事故が対象です。往復途上は対象外。

- ①対象：単位老人クラブ(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(中途加入可)
- 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 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

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

加入申込書等、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/> 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

※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】

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)

【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

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あります保険約款によりますが、ご不明な点は、代理店までお問い合わせください。

2024年2月作成 23TC-008004

**ご協賛いただいた皆様へ
御 礼**

このたびは「桃太郎シニア岡山」第95号の発刊に対し、広告掲載のご協力を賜り誠にありがとうございます。本紙は今後も紙面を通じて市老連活動や各地区老人クラブ活動の状況などを会員はじめ多くの皆さまにお知らせするとともに、会員の交流、地域社会との連携を広げる広報紙としてさらに紙面の充実に努めてまいります。本紙の趣旨をご理解いただき、引き続きご協力賜りますようお願い申し上げます。

1面 写真説明 路傍に咲く「彼岸花」**《写真提供：瀧本 幸弘(宿老友クラブ)》**

秋ののどかな朝、旧友を訪ねて牟佐地区を走っていた時、路傍に紅白の彼岸花が仲良く咲いているのを発見しました。彼岸花(花言葉: また逢う日をたのしみに!)の呼び名は多く有り、曼珠沙華、狐花、雷花、レッドスパイダーリリー、シロバナマンジュシャゲ等いろいろ呼ばれる事も有ります。赤い彼岸花は日本全国に生息していますが、白い彼岸花はおもに九州に自生しているようで、何方かが移植したのでしょうか! 少し心が落ち着きました。

素敵な写真をお待ちしております! 「桃太郎シニア岡山」の表紙写真を募集します。風景や花、鳥などお気に入りの写真がございましたら、右記の市老連事務局までご連絡ください。☎086-232-1102

『桃太郎シニア岡山』96号発行に向けて、会員の皆さま方からの投稿をお願いします。

文芸「詩・短歌・俳句・川柳」、また、単位クラブの活動状況、身近な出来事などの投稿をお待ちしております。

原稿には①所属老人クラブ②氏名をご記入の上、関連写真・資料などを添付してください。

原稿を募集します!

分量は400字詰め原稿用紙2枚以内。文芸は3句(首)まで。なるべく原稿用紙を使用してください。なお、原稿や写真・資料などは返却できません。

また、編集の都合上、多少の修正や長文などはカットする場合がありますことをご了承ください。

▶次号96号 令和7年1月発行

▶原稿締切 10月8日(火)

編集後記

▼残暑お見舞い申し上げます。
「桃太郎シニア岡山第95号」をお届けいたします。▼発刊にあたりまして、会員皆さまのご協力に心から感謝を申し上げます。▼これからも、皆さまの元気な姿や楽しいクラブ活動の様子をご紹介しますので、ご愛読のほどよろしくお願い申し上げます。▼新型コロナウイルス感染症が再び拡大しております。今一度、感染対策を意識し、安心・安全なクラブ活動を推進しましょう。皆様のご健勝を心より祈念申し上げます。

文化教養部会

部長	入澤 桂子
副部長	古好 秀男
会員	瀧本 幸弘
	石田 恵三
	守屋 八洲夫
	田宮 義行
	川合 宏
	曾我 堯一
	塚田 千代子
	羽場 節子
	藤井 夕力子
	大森 登美子

