



発行所
〒640-8319 和歌山市手平 2 丁目 1-2
(県民交流プラザ和歌山ビッグ愛内)

財団法人
和歌山県老人クラブ連合会
TEL073-435-5216
FAX073-435-5217

発行人 泉 泰 行

東日本大震災被災地に 義援金と元気袋を届ける

今年の三月十一日に東日本大震災が東北・関東の各地を襲いました。亡くなられた方や被災された方々に心よりお悔やみとお見舞いを申し上げます。

この事態に対し、全国老人クラブ連合会から、救援拠金募集の協力依頼を受け、県老連から各市町村老人クラブ連合会に、ご協力をお願いしたところ、一二、二三九、九二四円の拠金が集まりました。

全国老人クラブ連合会を通じて、被災地に送金いたしました。ご協力いただきました老連・単位クラブ・会員の皆様に御礼を申し上げます。

また、元気袋について、全国老人クラブ連合会では、高齢者のまごころを届け、痛みを分かち合おうと、被災地の皆様が元気を取り戻す一助として、元気袋の作製を呼びかけ和歌山県老人クラブ連合



会の女性部も取り組み、県女性部会委員を通じて元気袋三百枚を手作りで作製し、元気袋の中身は、タオル・ハンカチ・メモ帳・ペン・ポケットティッシュ・靴下・カイロ・石鹸・お手玉・つまようじ・手袋・その他ダンボール十四個に及ぶ内容物が届きました。

また県内の企業に呼びかけをしたところ和歌山市内の島精機製作所より手袋四三二〇組を寄付していただき併せて八月五日付でメッセージを添えて、被災地仙台市と山形県の老人クラブ連合会に送りました。

ここに協力いただいた会員及び企業に対しまして、感謝申し上げます。

東日本大震災の 被災地を視察して

(財) 和歌山県老人クラブ連合会
常務理事・事務局長 泉 泰行

去る六月二十一日、二十二日にわたって全老連都道府県・指定都市老連事務局長会議が東日本大震災の被災地である宮城県仙台市で行われ参加して参りました。第一日目は会議の冒頭の挨拶で仙台市老連の橋本典子会長は自ら老人クラブの活動中に被災され避難所生活をされたが、全国の老人クラブからの元気袋の支援には絆を感じ涙を流して感動されたということでした。また、宮城県老連の坂本せん会長から六万人の会員中二万五千人が被災されたとの報告がありました。両会長とも全老連を通して集められた全国の仲間からの義援金を老人クラブ再建に使わせていただきたいと感謝しておりました。

会議二日目は五グループに分かれて被災地を視察することになり、私たちは六県市で第五グループとして仙台市老連の梶原事務局長に引率され、仙台市最大の被災地の宮城野区を視察することになりました。宮城野区は仙台駅から東の方へ仙台湾に至るまでの地域ですが、途中までは所々に屋根を

覆うブルーシートが見える程度でしたが、東部道路という高速道路を交差した途端に景色は一変し津波に流された自動車がスクラップとして山積みされており悲惨な状況でした。仙台港周辺あたりは広大なコンテナヤードや日通の倉庫などが立ち並んでいます。よく見ると一階部分はみんな津波で破壊され骨抜きとなっています。コンテナを搬送する回送車や大型重機類もおもちゃを潰したようにこわれて放置されていました。

蒲生干潟という風光明媚なまた水生動物が観察される地域に隣接する住宅地では、家々はすべて流されて家の基礎の跡がむなしく残っておりました。その地域の小学校では体育館に避難した方に多くの犠牲者がたさうです。校舎の二階以上に避難した方は助



(仙台市 宮城野区)

かったそうです。津波は上に逃げるのが鉄則だと会長さんはおっしゃっていました。仙台港から来る途中も大型商業施設やアウトレットもありましたが、屋上に避難した方は助かったが、車で逃げようと駐車場へ向かった人々はみんな津波に飲まれたそうです。

今回の地震は三月十一日の午後二時四十六分に起こりましたが、これが夜中や早朝だともっと被害が大きかっただろうとおっしゃっていました。みんなは働きや学校に出ている時間で、地域には老人ばかりで被害も大きかったが、老人クラブの会員達が結束して地域、コミュニティを守ったと事でした。

台風十二号によって被災された皆様方へ

去る九月四日に紀伊半島に記録的な豪雨をもたらした大型台風十二号によって甚大な被害を受けられた皆様方に心よりお見舞い申し上げます。

このうちは、一日も早く復旧されますよう心からお祈り申し上げます。

和歌山県老人クラブ連合会
会長 遠藤 吉貞

平成二十三年度

近畿ブロック老人クラブ

リーダー研修会

去る六月十六日(木)・十七日(金)の二日間にわたり、大阪市の「シテイプラザ大阪」において近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開催されました。

当日は、近畿各府県・市から本県参加者二十二人を合む三〇五人が参加しました。

初日は、全国老人クラブ連合会河野敦子参事の基調報告の後、研究討議のため四つの分科会に分かれ、それぞれ熱心な討議が行われました。

二日目は、日本福祉大学教授の中川晴夫氏から「今こそ、老人クラブの出番ですよ」と題した講



演があり、その後、全体会議を行い、各部会からの報告の後、全国老人クラブ連合会からの保険説明を行って終了しました。

なお、第二分科会において、海南市老連副会長の吉田恵子氏から「地域支え合い・友愛活動の推進」について事例発表がありました。

また、県老連副会長の中平欽也氏が第四分科会「若手高齢者を生かす活動の推進」の座長を務めました。

平成二十三年度「老人の日・老人週間」の取り組み

九月十五日は、わが国老人福祉の記念日です。

本年で十回目を迎えました「老人の日・老人週間」は、全国老人クラブ連合会をはじめとする各団体が主催して、「仲間と集い、高齢者の元気な姿を示す日（週間）にしよう」をスローガンに全国各地で種々の取り組みが実施されました。

本県でも、各市町村老連において、健康づくり活動（友愛）、相互支援活動（友愛）、一斉社会奉仕活動（奉仕）の全国共通運動に沿って、多彩な取り組みが行われました。

また、県老連では、今年度中に満百歳を迎える長寿会員六十五人に、単位クラブ会長を通じて長寿祝金を贈り長寿をお祝いしました。



新百歳長寿者おめでとうございます

氏名	性別	住所
奥野タマモ	女	和歌山市
東田かめ子	女	和歌山市
井上ハマエ	女	和歌山市
奥田クマエ	女	和歌山市
宇治田キタ子	女	和歌山市
喜多 雪子	女	和歌山市
坂本千代子	女	和歌山市
坂元 モリ	女	和歌山市
橋本 光司	男	和歌山市
田村千代子	女	海南市
崎口 政行	男	海南市
吉田オチヨ	女	海南市
東本キヌエ	女	海南市
新宅阿さへ	女	橋本市
赤井 冬子	女	橋本市
楠本 留一	男	橋本市
田中ツヤコ	女	橋本市
榊谷 泰子	女	紀の川市
田中 艶子	女	紀の川市
上田シヅコ	女	紀の川市
益田カメノ	女	紀の川市
稲田ヲヨ子	女	紀の川市

氏名	性別	住所
前野ミキエ	女	紀の川市
梁田 郁雄	男	紀の川市
小西 春子	女	紀の川市
中野 エイ	女	紀の川市
佐野 小梅	女	紀の川市
御前 セキ	女	有田市
若崎健之助	男	御坊市
田中 みつ	女	田辺市
深瀬コフサ	女	田辺市
松本 とく	女	田辺市
山本てる江	女	田辺市
榎本こまゑ	女	田辺市
中田シズエ	女	田辺市
安田よゑ子	女	田辺市
山際歌壽子	女	田辺市
寺代ヒサエ	女	新宮市
松本 くに	女	紀美野町
西山千代子	女	かつらぎ町
池田 於静	女	かつらぎ町
北野 愛子	女	かつらぎ町
尾上コヤス	女	かつらぎ町
大浦 ちよ	女	湯浅町

氏名	性別	住所
藤本三千恵	女	湯浅町
平松 定子	女	有田川町
藤田安次郎	男	美浜町
畑木スガエ	女	日高町
小川 光子	女	日高町
那須コユキ	女	日高町
柿本ユキコ	女	由良町
田淵キクエ	女	由良町
後藤 シヅ	女	由良町
米岡 あい	女	由良町
丸山タマエ	女	みなべ町
木村フサノ	女	印南町
後畑 とき	女	白浜町
成川 しま	女	白浜町
中井 長造	男	白浜町
植本 すみ	女	上富田町
檜山 政一	男	上富田町
周産 杉枝	女	すさみ町
西 とも枝	女	那智勝浦町
石橋 定子	女	那智勝浦町
上野サダ子	女	那智勝浦町

健康づくりリーダー養成講座が始まりました

平成二十一年度から始めました健康づくりリーダー養成講座の三回目として、今年度は、紀の川市、田辺市・西牟婁郡の二か所です。六月から十月にかけて、どちらも四回の講座を実施いたします。

今回、紀の川市から四十名、田辺市・西牟婁郡から四十三名の方々が受講を申し込まれ、この講座を修了した方は、単位クラブや各地域において健康づくりリーダーとして活躍することが期待されています。

なお、今年度の講座内容は、次のとおりとなっております。それぞれ専門の講師からご指導をさせていただきます。



講座内容

- ・レクリエーションを楽しもう
- ・口腔ケアについて
- ・県の高齢者施策、制度について
- ・生活習慣病について
- ・いきいき楽しい音楽療法
- ・講義「運動による健康づくり」
- ・実技「高齢者の体力測定」意義と活用方法
- ・薬の正しい使い方
- ・高齢期の食生活について
- ・健康長寿をめざそう



始めよう！健康ウォーキング

いつでも、どこでも、誰でもできる「健康ウォーキング」を日常の運動習慣として定着することを目的に、今年度、県内四地区を指定して運動展開をしていますので、地区の会員の皆様には気軽に参加して、運動習慣を身に付けるようにしていただければと期待しています。

指定地区／和歌山市・橋本市
有田市・白浜町
詳しくは、それぞれの市町老連にお問い合わせください。

平成二十三年度市町村単位老人クラブリーダー研修会の開催

各地域で取り組まれている諸活動の発表や講演を通じて、研鑽を深め魅力あるクラブづくりを進め、県下老人クラブ活動の充実と発展を図るための市町村単位老人クラブリーダー研修会を、今年度は、次の会場において開催します。

- 開催日
- ・平成二十三年十月二十日(木)
 - ・二十一日(金)
- 会場
- ・みなべ町・紀州南部ロイヤルホテル



じぶんの町を良くするしくみ。
赤い羽根共同募金

平成23年度も皆様のご協力よろしくお願いいたします。

社会福祉法人 和歌山県共同募金会

〒640-8319 和歌山市手平2丁目1-2 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛7階
TEL: 073-435-5231 FAX: 073-435-5232




※和老連機関紙「ときめき」は赤い羽根共同募金の助成をいただいております。

ふるさと自慢

有田川町粟生公民館長 岡 壮亮



私たちの住むまちは、有田川町粟生地区というところで、町村合併前の旧清水町に位置する、人口四百名足らずの小さな集落です。粟生には、国指定の重要文化財である「薬師堂」があり、堂内において毎年、旧暦の一月八日に執り行われる「おも講と堂徒式」(重要無形民俗文化財) が室町時代から現在に至るまで続けられており、遙か昔より伝わるこの貴重な行事が私たちの自慢の一つであり

ます。そのような土地柄ですが、このたびは青年クラブが主催して毎年開催されている「かくし芸大会」という催しについて紹介させていただきます。

この催しは、五十年余りこの地域で続けられており、区民皆さまが毎年楽しみにされている恒例の行事となっております。今年も四月三十日(土)に開催され、多くの皆さまご参集のもと、夜遅くまで楽しく盛大に開催されました。

内容は、地域皆さまによる舞踊や歌、青年クラブによる創作芝居が主な演目となっておりますが、今年は昨年に引き続いて、落語家の桂枝曾丸さんをスペシャルゲストとしてお招きし、落語を披露していただきました。普段、本当の芸能に触れることの少ない小さな地域ですので、高齢者の皆さまは、生き生きとした表情で大きな笑い声を上げ、この寄席を大変喜ばれておりました。またとりわけ数ある演目の中でも、落語と二分して人気があるのは、青年クラブによる創作芝居であります。この芝居はこの大会の名物であり、涙あり笑いありの内容で、芸能人顔負け

の演技で披露され大喝采をいただきました。

準備や練習、それにとにかくた付きを、年齢を超え、皆で楽しくやれたのも印象的でした。

高齢者皆さまからの「今年もおもしろかったよ」「笑いすぎてわしゃ腹いたいよ」そんな声を聞くたび、生きがいのひとつとして、おそらく他の地域にないこのような催しを続けて主導していただいている青年クラブメンバーに、ただただ頭が下がる思いであります。

幼稚園から老人クラブまで、みんな仲よく楽しく過ごせる、このような催しをいつまでも永く続けて行きたいと願っています。



プレゼントクイズ

□に漢字を入れて四文字熟語を完成させましょう。

- ① 一 □ 一代 一生のうちでただ一度。
- ② 日 進 □ 歩 絶え間なく進歩・発展。
- ③ 百 □ 一 見 百回聞くよりも、一度でも見た方が確かである。
- ④ 平 穩 無 □ 穏やかで、何も変わったことが起こらないこと。

左記のクイズの答え、住所・氏名・年齢・老人クラブ名をはがきに書いて送っていただいた方に抽選で50名の方にスライドルーペをプレゼントいたします。クイズの答えを書いてご応募ください。発表は発送をもってかえさせていただきます。

宛先

〒640-8319
和歌山市手平2丁目1番2号 和歌山ビッグ愛内
(財)和歌山県老人クラブ連合会 事務局あて

締め切り

2011年11月30日(水) 当日消印有効



有田市老人クラブ連合会

副会長 桑原 清司

糸我町は有田市の中で最も小さな町で、特に老人クラブの単位も四単位と少なく、会員は今年三月末現在で一五〇名、その中で役員は総勢二十名にて全会員のお世話と年中多彩の行事、活動を行なっています。

なお、昭和三十六年四月に糸我老人クラブ千寿会として設立以来、今年で満五十年と云うことで、千寿会創立五十周年の記念総会（四月十三日）を機に、全会員に対し細やかですが、最寄の役員を通じて記念品を配らせてもらいました。

また、糸我千寿会は今から二十年程前、地区の青少年育成会との繋がりがあり、互いに協力活動を行なっています。その会の行事に「田んぼの学校」と名づけ、一反（十アール）の田んぼを「アイガモ作法」での稲作ですが、苗取り、田植、稲刈、雑穀まで、すべて手作業で、糸我小学校の一年〜六年までの児童全員に昔の稲作を教え経験させながら、昔自分たちが行



なってきた農作業の大変さを今の子供達に知ってもらおうと共に、日常主食のお米の大切さをあらためて知ってもらおう為にと、私達が指導の立場でお手伝いをさせて頂いています。なお、写真は今年六月十四日の田植の風景です。

また、その育成会の年中行事で「芋茶粥と餅搗の集い」と題して、毎年二月中頃、田んぼの学校で収穫したお米を使って、小学校の校庭と講堂（体育館）にて、総

勢二百名程参加して行なわれ、私達千寿会の役員二十名全員が参加して指導と共に、最後まで手伝わせてもらっています。

青少年育成会への協力、手伝いはこれで終わりですが、次に学校からの依頼で今から五年前、平成十九年四月より毎月一回、学校と打ち合わせ、その日を決め、下校時の児童の安全のため、役員全員による見守りで、特に人通りの少ない寂しい通学路、また車の多く通る交差点などを重点にして、それぞれの地域ごとの役員さんで持場を決め、午後二時半頃〜四時頃まで約一時間半「セーフティネット」を行なっています。次に三月上旬毎年一回ですが、一年生担任の先生の依頼により、一年生児童に昔の遊びを教えてもらえないか、とのことで、これも四年前から今年で四回目、担任の先生は勿論、校長先生も来て頂いて、体育館に於いて、コマ回し、アヤトリ、お手玉、紙飛行機の折り方、又、飛ばし方、そして最近では、竹トンプオに竹馬、これは事前に男性役員が私の家に来てくれ、皆さんで作っておいて当日に持って行くのですが、そのような遊びを通して

由良町老人クラブ連合会

会長 尾崎 聡

由良町は、和歌山県のほぼ中央に位置し、県立自然公園に指定され、その海岸線は紺碧の海水山の



約一時間子供達との楽しいふれあいのひと時を過ごし、先生方にも大変喜んで頂き、後日一年児童全員でつづったお礼の言葉を一人一人書いて、冊子にしてきれいなリボンでとじて、私の家に近所の子供が、毎年届けてくれその礼状を次の役員会で皆んな楽しく読ませてもらいます。

まだまだ公民館で月二回の健康体操、又毎年恒例の交通安全と振り込め詐欺防止についての講演会（有田警察署にお願いして）の行事など、書けば長くなりますのでこのへんで終わらせて頂きます。ありがとうございました。

ような石灰岩の白い岬と、その眺望は特に素晴らしく「日本の渚百選」や「日本の夕陽百選」にも選

ばれています。

シーズンには釣り人や、水泳客、キャンプ客で賑わいますが、町の人口は六、七四三人（平成二十二年過疎指定）と減少しています。

由良町老人クラブ連合会は二十八単位で二、〇二一名で構成されており、各クラブは地区の状況に応じ独自性を活かして、三大運動を進めています。

私の所属する里久クラブは会員七十三名（女性四十四名、男性二十九名、平均年齢七十六・七歳）ですが、年々減少しており新規入会の促進（特に若年高齢者）とクラブの活性化が課題であります。

三大運動につきましては、互いに声をかけ合い楽しみながら無理をせずがモットーです。

・健康づくり

無理をしないで身体を動かし健康維持

ペタンク、ゲートボール、ヨガ体操等、週二〜三日体調に合わせて練習、大会にも出場します。

・友愛

長期療養者や独居高齢者訪問、敬老（米寿）記念品贈呈等

毎月二十日を例会日とし「ふれあいイキイキサロン」ボランティア団と連携し、食事会、芸能発表会、カラオケ発表会等、年間プログラムを組み開催しています。また、年一回一泊または、日帰り親睦旅行を実施しています。

・奉仕

河川清掃、地区清掃、祭礼等、地区行事への支援と参加、高齢者訪問、ボランティア等共助の精神で地道にコツコツと活動しています。

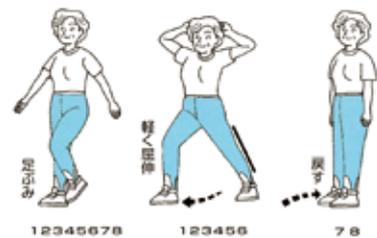


老人クラブ体操

下肢のストレッチ

- いつも収縮しているひざの後ろやアキレス腱を伸ばします。
- 血液の循環が良くなります。

●足をかえて繰り返し、2回行います。



右足から足踏みをします（1〜8）。
右足を前に大きく踏み出し、軽く右ひざを3回屈伸して（1〜6）、元の位置に戻します（7、8）。左足から足踏みをし、左ひざの屈伸をします。

●指導のポイント●

ももを高く上げて足踏みをしましょう（無理をしないで）。
右足を前に踏み出したとき、足先を前に向け、かかとを上げないようにしましょう。
ひざの屈伸は、足を踏み出したときを含めて3回行います。両手は頭の後ろで組みましよう。

老人クラブ入会お誘い

老人クラブでは基盤整備と活動の充実を図るため、各地域において老人クラブ未加入の方に対する加入促進事業を展開し、平成二十二年度から若手会員による検討会を設置して加入促進を図っております。

また、県老連では、加入促進啓発用のチラシを作成し、各市町村老連が行事等の機会に渡すことができますよう配っていますので未加入の方々の入会をお待ちしております。

本県の老人クラブ数及び会員数
平成二十三年三月三十一日現在
クラブ数 一、七八三クラブ
会員数 九七、〇六七人



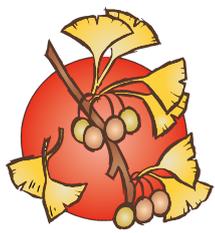
俳句



白浜町 深見嘉代子 (82)
 節分や両午にあまる福の豆
 紀の川市 前 廣 (73)
 廃校のぶらんこ今も乗りに来る
 御坊市 福吉喜美子
 家業継ぐ子の頼もしく卒業す
 和歌山市 中瀬 英男
 豊作え社で響く笛太鼓
 有田市 御前 綾子 (74)
 手をふれば返す幼手夏夕べ
 かつらぎ町 玉置 和子 (76)
 堤防を古い三人と梅雨地蔵
 かつらぎ町 坂井 勝子 (88)
 さざ波や風の吹くまま根無し草
 かつらぎ町 藤原 清枝 (88)
 お遍路と呼び止められて身繕ひ
 かつらぎ町 久保 綾子 (89)
 実梅摘むはちきれそうな赤子顔
 かつらぎ町 松岡はるこ (84)
 手づかみの鮎をもらひて塩焼す
 かつらぎ町 寺田 昭子 (82)
 梅雨つづく傘の花咲く無人駅
 かつらぎ町 大山 礼香 (78)
 解禁日魚籠に二匹の鮎光る
 かつらぎ町 谷 愛泉 (82)
 嫁姑無言のままに豌豆むく

かつらぎ町 野口 城 (78)
 ここからは任せておこう斑猫に
 紀美野町 椎木 計子 (81)
 猫のねる庭石温し夕まぐれ
 串本町 今津 博 (89)
 弁当に笑顔ほころぶ花見席
 和歌山市 寺内 英子 (80)
 蝸牛模様を描きつつ葉を伝う
 和歌山市 中井 富子 (77)
 初採りの大き西瓜を抱きてきし
 和歌山市 井上千代子 (84)
 梅雨深し稽古の足の遠のきて
 和歌山市 船井千鶴子 (77)
 扇風機出してエコーの我が家かな
 和歌山市 湯川美代子 (79)
 乱舞する螢手先に止まりけり
 新宮市 上地美智子 (71)
 一輪や朝早に剪る夏薔薇
 有田川町 長瀬 静子
 被災地に送るエールや春寒く

和歌山市 慈幸 昇山 (84)
 誕生日同じ夫婦の百日紅
 橋本市 森本 敬子 (74)
 みつばあえ遠き昔の祖母の味



川柳



橋本市 大城 寛一 (91)
 ケンケンとかなたの山でなく声が
 さわやかな朝今日も元気で
 橋本市 中村 義光 (75)
 膝に孫盆に桜花彼岸講
 和歌山市 中瀬 英男
 温暖化自然が怒り荒れ狂う
 和歌山市 山本 博三 (82)
 おっ痛とトビラに額い当てに行き
 串本町 今津 博 (89)
 甘茶くむ善男善女佛の子
 橋本市 北谷セツ子 (74)
 あじさいとさみざれ萩に励まされ
 白浜町 深見嘉代子 (82)
 柚子風呂に手足のばしてゆつくりと
 木枯の音窓に聞きつつ
 紀の川市 谷脇 明子 (90)
 橋脚の岸边に生えし桐の木は
 偉大な力倉庫擡げる
 和歌山市 瀧本 幸子 (69)
 つらいこと嬉しい事も二人して
 乗り越えられた夫婦愛

短歌



橋本市 竹中 幸子
 幸福を早からんと祈る東北の
 日ごとのニュース涙こぼるる
 上富田町 塩地 正彦 (88)
 なき妻の診察カード引出しに
 捨てる気もせず思案する日々
 橋本市 大城 寛一 (91)
 手を伸し自分のお菓子佛壇に
 小さな孫が誰に教わる
 湯浅町 山田千代子
 日ぐらしも心のひだも詠みこめる
 みそひと文字ぞわが扱どころ
 串本町 今津 博 (89)
 み佛のお加護をうけて今日も無事
 山門に立ち頭をたれて
 和歌山市 村田 昭子 (83)
 我が顔を見下ろす如き向日葵と
 並びて淡き半円の月
 紀美野町 梶谷美瑛子
 八十路きて細身の君のうしろ背に
 しみじみ思う添いきし歳月
 新宮市 上地美智子 (71)
 鮎追ふて上る伝馬船の音聞かば
 閨の水面に篝火の影
 橋本市 森本 敬子 (74)
 遠くより盆休みにて帰るから
 孫の知らせに心はづみて

中和印刷は地球を愛しています。

だからデジタル印刷です。

デジタル印刷(インディゴプレス3050)は環境のことを考えて、ノーフィルム・ノープレート、特殊インキを使用して印刷します。



中和印刷紙器株式会社
〒640-8225 和歌山市久保丁4丁目53番地
電話 073-431-4411 FAX 073-431-8188

作品募集

- ①短歌 ②俳句 ③川柳
区分を必ず明記して下さい。

- 投稿上の注意
①作品は未発表のものに限りません。
②作品は楷書で記入。
③一人につき三首または三句。

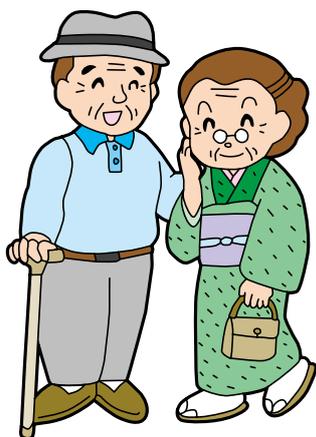
応募方法

氏名・住所・年齢・所属老人クラブ名を必ず記入して下さい。

郵便番号 六四〇―八三一九
和歌山市手平二丁目一番二号
和歌山ビッグ愛内
(和歌山県老人クラブ連合会)

締切り

平成二十四年一月末日
事務局あて



「ゆったり会」の会員募集中!

〇県老連「ゆったり会」の会員募集中〜
カード有効期限(5年間)の確認を〜

- ・会員になれば下記施設において優待割引があります。
・利用人員は本人及び本人の家族・同行知人3名まで優待利用できます。
・新規または更新会員は会費500円で有効期限は5年間です。
・お申込みは、各市町村老連役員又は単位老人クラブ会長を通じて各市町村老連事務局までお願いします。

ゆったり会契約施設一覧表

入浴プラン(お一人様料金) 平成23年9月5日現在

Table with 3 columns: 契約施設, 料金, 備考. Lists various hot springs and their rates.

Table with 3 columns: 契約施設, 料金, 備考. Lists various hotels and their rates.

ゆったり会契約施設一覧表

宿泊プラン（お一人様料金） 平成23年9月5日現在

Table with 4 columns: 契約施設, 利用日, 料金, 備考. Rows include 休暇村紀州加太, 吾妻屋シーサイドホテル, ロイヤルパインズホテル, 味とふれあいの宿ホテル太公望, 双子島荘, 和歌の浦温泉萬波=MANPARESORT=, 紀三井寺 はやし, ホテル アバローム紀の国, 花山温泉, 国民宿舎 湯浅城, 滝原温泉 ほたるの湯, 国民宿舎 くろ潮, 季楽里 龍神, かんぼの宿紀伊田辺, 国民宿舎 紀州路みなべ, 紀州南部ロイヤルホテル, ホテル古賀の井, コガノイ ベイ ホテル, 白良荘グランドホテル.

Table with 4 columns: 契約施設, 利用日, 料金, 備考. Rows include ホテルシーモア, 海のお魚茶屋 鯛鼓判, ホテル ヘルヴェデーレ, ホテル浦島, かつら御苑, 公立学校共済組合 南紀保養所 サンかつら, 花いろどりの宿 花遊, 南紀月の瀬温泉 ぼたん荘, 湯の峯荘, 旅館 あづまや, 川湯みどりや, ホテル 川久, かんぼの宿白浜, ホテル 三楽荘, 紀州・白浜温泉 むさし, 白浜シーサイドホテル, 和歌山マリーナシティ ポルトヨーロッパ.

施設

和歌山マリーナシティ ポルトヨーロッパ 和歌山市毛見1527 073-448-0011 原則4名まで入場料金無料



★名鉄観光創立50周年特別企画★



リゾート
アイランド

紅葉とススキ野、世界自然遺産
ミニオルレ(ウォーキング)と歴史・文化の島周遊

濟州島 4日間

高級ビーチリゾートホテル
濟州ロッテホテルに泊まる

おすすめのポイント

- ① ユネスコ指定の**世界自然遺産の城山日出峰**と新しい観光スポット**セヨン橋**と**鳥島(月見橋)**での**ミニオルレ体験**(オルレ体験をされない方はバスでご案内します)
- ② ユネスコ指定の**世界自然遺産ジオパーク漢拏山・天地淵の滝・山房山****龍頭海岸・西帰浦海岸**、数々のドラマの舞台となった美しい観光地を巡ります。
- ③ **東アジアを代表するビーチリゾート地、中文リゾート**のカジノ・免税店もある**最高級ホテル、ロッテホテルに連泊**で癒しのリゾートを満喫。
- ④ **館のお粥・ウニ入りワカメスープ・雉のシャブシャブ・黒豚カルビ****海鮮鍋**など山海の**濟州島名物料理**をお楽しみいただけます。
- ⑤ **円高、ウォン安**で**免税店などのショッピング**も充分お楽しみいただけます。

※オルレとは「大通りから民家に至る小さな路地」を表す濟州島の方言。
誰でも手軽に歩くことができ、楽しむことができるウォーキングルートです。

旅行代金 (大人おひとり様・子供同額/2名様1室利用)
69,800円
(お1人部屋追加代金28,000円)

出発日 **11月27日(日)**
(平成23年)

申込締切日 **各出発日の1ヶ月前**

- 燃料サーチャージについて(旅行代金と併せてお支払いください)
燃料サーチャージ(目安6,000円)2011年8月1日より大人・子供同額、幼児無料)が別途必要になります。今後、運航機種の申請、認可状況により増減する場合がございます。
- 空港課税について(旅行代金と併せてお支払いください)
●関西国際空港使用料(大人2,650円、子供1,330円)
●現地空港課税(大人1,800円、子供幼児無料)
- 子供・幼児旅行代金について
子供旅行代金(2歳以上12歳未満)は、大人旅行代金と同額です。

世界遺産

城山日出峰(ソサンイルチュルボン)
毎夜18メートルの城山日出峰は10万年前、海嘯噴火によってできた火山で、頂上には巨大な噴火口があります。噴火口は直径600メートル、高さが90メートル、面積8万坪にもなります。西北面は散策路として造成されており、そこで馬に乗ることもできます。2007年には世界文化遺産に登録されました。

ミニオルレ(60分)

世界遺産

万丈窟(マンジャンク)
万丈窟は天然記念物に指定されている世界最長の溶岩洞窟です。70cmにもなる溶岩石筍や溶岩チューブトンネルなど、様々な形態を持っています。長さが13,422mありますが観光客に公開されているのは石柱がある洞窟の約1km程度です。万丈窟では、石柱と鍾乳石が2重3重に同じ方向に成長する姿が見られます。

スケジュール

日次	都市名	現地時間	交通機関	行程	食事
1	関西空港	15:20	7C1331 専用車	関西国際空港4階中央受付カウンター集合。 関西空港より空路濟州島へ。 到着後、市内レストランにて ブルコギの夕食 の後ホテルへ。(濟州市泊)	朝
	濟州空港	17:20			昼
2	濟州島	19:00	専用車	市内レストランにて館のお粥の朝食。 終日、世界遺産観光とミニオルレでお楽しみ下さい。 (方丈窟・城山日出峰)ミニオルレ ソフチコジ (濟州第一番の絶景) 城邑民俗村 (生きた博物館)・ 免税店 昼食はアマダイ塩焼き定食、夕食は濟州名物 黒豚カルビ をお楽しみ下さい。(中文リゾート泊)	レ
	濟州島				ス
3	濟州島		専用車	市内レストランにてウニ入りワカメスープの朝食。 終日、島内観光 (西帰浦港のランドマーク「セヨン橋」を渡り 鳥島)ウォーキング、天帝淵瀑布 (神秘的な雰囲気包まれた渓谷)・ 山房山寺 (溶岩が盛り上がった火口のない火山) 大南ランド (射撃もできるレジャーランド)・ お化け道 ・ 龍頭海岸 (海へ飛び込む龍の窟) 昼食は雉のシャブシャブ、夕食は 海鮮鍋 をお楽しみ下さい。(中文リゾート泊)	レ
	濟州島				ス
4	濟州島		専用車	ホテルにて朝食。 島内観光とショッピング。 (世界遺産「漢拏山」・自然史博物館 龍潭岩 (濟州島のシンボル)・ 韓国食品店) 石焼きビビンバの昼食の後、空港へ。 一路帰国の途へ。 関西空港到着後、解散。	ホ
	濟州空港	15:00			テ
	関西空港	16:40	7C1332		ス

観光庁長官登録旅行業第55号 日本旅行業協会 旅行業公正取引協議会会員

旅行企画 名鉄観光 サービス 和歌山支店
株式会社 和歌山支店
TEL (073) 423-4975 代
営業日・時間/平日9:00~18:00 土・日・祝は休み

※現地入りの都合により見学の順番が、一部変更になる場合がございます。 ※掲載の写真は全てイメージです。
■食事 朝3回・昼3回・夕3回(朝内食を除く) ■最少催行人員:15名 ■添乗員:同行します。
■利用航空会社:濟州航空
■ご宿泊予定ホテル:チェジュオリエンタルホテル・濟州ロッテホテル

申込受付がはじまります

平成 24 年「和歌山県老人クラブ傷害保険」

補償期間 平成 24 年 1 月 1 日（午後 4 時）～平成 25 年 1 月 1 日（午後 4 時）

* 将来予想される東南海地震等の地震・津波による傷害（ケガ）の補償が受けられます。

* 弔慰金制度は 24 年より廃止となります。

補償内容 *この保険は病気による補償はありません。

(1) 傷害（ケガ）の補償

契約タイプ ・掛金 担保種目		A タイプ	B タイプ	C タイプ
		12,000 円	7,000 円	4,000 円
死 亡	交 通 事 故	188.4 万円	156.4 万円	50 万円
	交通事故以外	100.9 万円	86.4 万円	36 万円
入 院 (日額)	交 通 事 故	3,000 円	1,500 円	900 円
	交通事故以外	2,000 円	1,000 円	600 円
通 院 (日額)	交 通 事 故	3,000 円	1,500 円	900 円
	交通事故以外	2,000 円	1,000 円	600 円
賠 償 責 任		最高 2,000 万円	最高 1,000 万円	最高 500 万円
手 術 補 償 金		手術の種類に応じて入院日額の 10 倍・20 倍・40 倍		

(2) 天災（地震・津波）の補償

契約タイプ	A タイプ	B タイプ	C タイプ
死 亡	上記の交通事故以外に同じ		
入 院 (日額)			
通 院 (日額)			
手 術 補 償 金			

- ◎ 地区老人クラブを通じて、ご加入いただけます。
- ◎ 加入ご希望の会員様は、**11 月 21 日（月）**までに、とりまとめ責任者の方に掛金を添え、お申し込み下さい。

お問い合わせ

有限会社 三 栄 (担当：三木)

引受保険会社：東京海上日動火災保険

〒640-8343 和歌山市吉田 432 シティビル太田 408 TEL073-433-5818