

和老連ときめき

第95号

発行／一般財団法人和歌山県老人クラブ連合会 〒640-8319 和歌山市手平 2-1-2 (和歌山ビッグ愛内)
TEL 073-435-5216 FAX 073-435-5217 URL <http://www.warouren.jp/>



健康づくりリーダー養成講座 (和歌山市)

**笑顔は
健康長寿の秘訣です！**



ふれあいスポーツフェスティバル
田辺・西牟婁大会 (白浜町)



ふれあいスポーツフェスティバル
日高郡・御坊市大会

多くの仲間が元気に
活躍しています！



全国老人クラブ大会 (秋田県秋田市)



県老連会長表彰式「模範老人表彰」
(紀中・紀南地域)

全老連活動賞伝達式・県老連会長表彰式 市町村単位老人クラブリーダー研修会を開催しました

令和五年度の県老連会長表彰式並びに市町村単位老人クラブリーダー研修会は、県内を二つの地域に分けて開催し、紀中・紀南地域は十一月二十八日（火）に田辺市の紀南文化会館で、紀北地域は十一月三十日（木）に和歌山市の和歌山県民文化会館で、合わせて三百五十名の皆様にご参加いただきました。



主催者の県老連
瀧口幹二 会長



来賓の県福祉保健部
福祉保健政策局長
高橋博之さん

前半の式典の部では、来賓の高橋県福祉保健政策局長（紀北地域）並びに中松県西牟婁振興局長（紀中・紀南地域）からご祝辞をいただいた後、瀧口県老連会長から、全老連活動賞・県老連会長表彰を受賞された方々に、賞状及び記念品が授与されました。

今年度は、全国老人クラブ連合会の活動賞として二クラブ、県老連の優良老人クラブとして三クラブ、模範老人として三十一名、敬



模範老人表彰を受ける
瀬川禎彦さん（海南市）



全老連活動賞を受ける
新宮市広梅会の中野末子さん



全老連活動賞を受ける
紀の川市岸宮はとばクラブの
坊俊治さん



敬老篤行者表彰を受ける
花岡禮子さん



優良老人クラブ表彰を受ける
有田市本寿会の岩田和美さん



模範老人表彰を受ける
岡美江子さん（御坊市）



公益財団法人さわやか福祉財団
さわかインストラクター
高林稔さんによる講演

老篤行者として三名の合わせて三十九の個人及び団体が受賞されました。受賞された皆様方の御功績、御功勞に対して敬意を表しますとともに、今後のさらなるご活躍をお祈り申し上げます。

表彰式に引き続き、市町村単位クラブリーダー研修会を実施し、公益財団法人さわやか福祉財団さわやかインストラクターの高林稔氏から「今、助け合いの地域づくりが求められています」と題してご講演をいただきました。

講演で高林氏からは、「困ったときはお互いさま」の気持ちによる助け合いが大事で、困りごとを話せる人や解決できる人とのつながりを広め、信頼関係を築くためにも、サロン活動などに積極的に参加することを勧めたいとのお話があり、参加した会員の皆様は熱心に聞き入っていました。

受賞者の皆さん おめでとうございます

令和5年度 全老連活動賞

市町村	クラブ名	代表者名	市町村	クラブ名	代表者名
新 宮 市	広 梅 会	中野 末子	紀の川市	岸宮はとばクラブ	坊 俊 治

令和5年度 県老連会長表彰

優良老人クラブ表彰 (3 クラブ)

市町村	クラブ名	代表者名	市町村	氏 名	市町村	氏 名
紀の川市	神田北部老人クラブ	南 征男	橋 本 市	綿 谷 典 弘	御 坊 市	稲 田 賢 次
紀の川市	神戸老人クラブ	坂口 正志	紀 の 川 市	市 橋 修 二	御 坊 市	岡 美 江 子
有田市	本寿会	岩田 和美	紀 の 川 市	柏 木 勝	新 宮 市	玉 置 裕
			紀 の 川 市	田 畑 カヨ	新 宮 市	向 井 重 治
			紀 の 川 市	父 川 匡	紀 美 野 町	岩 橋 良 明
			紀 の 川 市	辻 本 智 詞	かつらぎ町	宮 本 宜 宥
			紀 の 川 市	中 嶋 晴 美	湯 浅 町	油 谷 太 一
			紀 の 川 市	丹 生 久 子	み な べ 町	酒 井 卓 雄
			紀 の 川 市	根 来 弘 亀		
			紀 の 川 市	保 田 美 佐 子		
			岩 出 市	堂 本 弘 昭		
			岩 出 市	西 林 雅 子		
			有 田 市	伊 藤 豊 昭		
			有 田 市	野 口 美 智 子		

模範老人表彰 (31 名)

市町村	氏 名	市町村	氏 名	市町村	氏 名
和 歌 山 市	中 川 眞 知 子	紀 の 川 市	綿 谷 典 弘	御 坊 市	稲 田 賢 次
和 歌 山 市	濱 口 誠 子	紀 の 川 市	市 橋 修 二	御 坊 市	岡 美 江 子
海 南 市	石 川 宏 通	紀 の 川 市	柏 木 勝	新 宮 市	玉 置 裕
海 南 市	瀬 川 禎 彦	紀 の 川 市	田 畑 カヨ	新 宮 市	向 井 重 治
海 南 市	杖 村 美 代 子	紀 の 川 市	父 川 匡	紀 美 野 町	岩 橋 良 明
橋 本 市	岩 坪 征 勝	紀 の 川 市	辻 本 智 詞	かつらぎ町	宮 本 宜 宥
橋 本 市	北 野 美 代 子	紀 の 川 市	中 嶋 晴 美	湯 浅 町	油 谷 太 一
橋 本 市	辻 本 勤	紀 の 川 市	丹 生 久 子	み な べ 町	酒 井 卓 雄
		紀 の 川 市	根 来 弘 亀		
		紀 の 川 市	保 田 美 佐 子		
		岩 出 市	堂 本 弘 昭		
		岩 出 市	西 林 雅 子		
		有 田 市	伊 藤 豊 昭		
		有 田 市	野 口 美 智 子		

※匿名 1 名

敬老篤行者表彰 (3 名)

市町村	氏 名
和 歌 山 市	花 岡 禮 子
紀 の 川 市	岡 本 由 美
紀 の 川 市	橋 本 隆 博

令和5年度 会員加入増強等老人クラブ顕彰

会員増加クラブ (5 クラブ)

市町村	クラブ名	代表者名
橋 本 市	垂井百寿会	松本 隆雄
紀の川市	北涌東老人クラブ	駒木 稔生
紀の川市	前田老人クラブ	前田 勝実
紀の川市	北あたごクラブ	楠部 明男

市町村	クラブ名	代表者名
美 浜 町	西中老人クラブ松寿会	池端 弘幸

新設クラブ (1 クラブ)

市町村	クラブ名	代表者名
古座川町	明神若鮎会	森田 裕司



老人クラブは、概ね六十歳以上の方を対象とした「生きがい・健康・地域づくり」に取り組む地域を基盤とする高齢者の自主組織です。老人クラブに入会すると、新たな知り合いができ、一緒に様々な活動をすることで、生きがいや健康づくりになり、それが活力ある地域づくりにつながります。また、入会していただくと、会員向けの各種特典（県老連提携施設の利用割引や会員限定傷害保険への加入など）も受けられます。詳しくは、お近くの老人クラブや各市町村老連事務局、または県老連事務局（〇七三・四三五・五二一六）までお問い合わせください。

「老人クラブ」に入会しませんか！

県老連 女性リーダー 研修会を開催しました

令和五年十一月二十日(月)、県民交流プラザ和歌山ビッグ愛において、県老連女性リーダー研修会を開催しました。この研修会は、女性リーダー相互の連携を通じて、女性の立場からクラブ活動の推進をはかることを目的に毎年開催しているもので、今年度は県内市町村から七十四名(事務局職員含む)が受講しました。



来賓の県長寿社会課長 遠藤傑さん



高年齢消費者被害防止研修 岩橋範子さんと佐藤聡子さん(県消費生活センター)

研修会の初めには、来賓の遠藤和歌山県長寿社会課長から、高齢者が地域で支え合い、生きがいを持ち、健康で自立した生活を送れる社会の実現のために、女性リーダーの活動に期待しているとの挨拶がありました。

研修会では、和歌山県消費生活センターの岩橋範子氏と佐藤聡子氏から「防ごう！消費者トラブル」と題して講演いただきました。それぞれが相談員と相談に来た高齢の女性に扮して、実際の消費者トラブルの場面を寸劇で再現し、注意

点や対処方法などをわかりやすく教えていただきました。

午後からは、

活動事例発表として、紀の川市老人クラブ連合会女性部長の澤田フミノ氏から、「いきいきクラブ体操の普及について」の発表がありました。



事例発表する澤田フミノさん



県国民健康保険課副課長 辻内崇志さん

その後、和歌山県国民健康保険課の辻内副課長から「高齢者の医療保険制度」と題して、高齢者の医療をとりまく状況や高齢者の医療保険の財政的仕組みなどを詳しく説明していただきました。高齢者の医療費は、若い世代に比較して十倍近くかかっており、その医療費(窓口負担分を除く)の約五割を国が負担し、約四割が現役世代からの支援金によって賄われていると説明がありました。いきいきクラブ体操や健康ウォーキングなどによる健康増進、維持の取組が、膨れ続ける医療費の抑制にもつながっているとの話がありました。

最後に、和歌山県スポーツ振興財団事務局事業振興課長の今阪豪氏の指導の下、参加者全員で「いきいきクラブ体操」を行い、研修を終了しました。

健康づくりリーダー 養成講座を開催しました

令和五年度の健康づくりリーダー養成講座は、9月から11月にかけて和歌山市と海南市で開催し、和歌山市老連から19人、海南市及び紀美野町老連から23人が受講しました。

この講座は、①健康、②事故防止、③高齢者対策を主な内容として、全体で4回(4日間)の講義と実技で構成されています。



「自宅でもできる簡単なレクリエーション」の講義の様子
講師：尾根敬子さん



「運動機能を高めよう～無理のない健康づくり～」の講義の様子
講師：奥幸博さん

健康については、健康に関する基礎的な知識として、生活習慣病の予防や歯と口腔の健康、薬の正しい使い方などに関する専門家による話を聞きました。

また、自宅でもできる簡単なレクリエーションや無理なく運動機能が高める方法の講演では、講師の優しく楽しい講演に受講者は笑顔で楽しく学ぶことができました。

講座最終日の午後は、体力測定員養成講座と合同で実施しました。「いきいきクラブ体操」の考

案者である順天堂大学名誉教授の武井正子氏を講師に迎え、高齢期の運動による健康づくりについての話しを聞いたあと、高齢者向けの体力測定を安全に実施する方法を学び、開眼片足立ちなど4種類の体力測定を行いました。



講師：武井正子さん



実技の様子

事故防止については、和歌山市消防協会と海南市消防本部の協力を得て、救急・火災等の高齢者の事故防止について事例を交えながら教えていただきました。また、高齢者対策については、県庁長寿社会課から、高齢者を取り巻く環境や和歌山県の高齢者対策について詳しく説明いただきました。

受講された皆さんには、自身の健康年齢の維持に努めていただくことはもちろん、ここで得た知識、経験をもつて、それぞれの単位老人クラブにおいて、会員の方々の健康づくりのリーダーになつていただきたいと思います。



ふれあいスポーツフェスティバル有田大会
(有田川町会場)

ふれあいスポーツフェスティバル有田大会(有田川町会場)は、心も体も元気なふれあいがあつた。無理な禁止物で、みんなが楽しめるようにしたいと思っています。

県老連では、スポーツフェスティバルを実施する郡市老連に対して、「ふれあいスポーツフェスティバル実施助成事業」として応援しています。老人クラブにおけるニュースポーツの振興及び会員同士や会員以外の人との交流を図り、健康づくり、生きがいづくり等を支援するとともに、新規会員の加入促進に資することを目的としています。今年度は県内八ブロックでスポーツフェスティバルが開催され、グラウンド・ゴルフ競技やペタンク競技等に多くの会員が参加されました。

今年度も各地でスポーツフェスティバルが開催されました



ふれあいスポーツフェスティバル
田辺・西牟婁大会(白浜町会場)



岩出市ニュースポーツ大会
(岩出市会場)



ふれあいスポーツフェスティバル
日高郡・御坊市大会(御坊市会場)



ふれあいスポーツフェスティバル
伊都・橋本大会(かつらぎ町会場)



全老連会長表彰受賞者
左：杉浦英さん(九度山町)
右：岡広子さん(海南市)

一哉副会長が大会宣言を力強く

第一部の式典では、秋田県老連の児玉長榮会長から、ふるさと秋田へのあふれんばかりの思いのこもった歓迎の言葉をいただきました。続いて全老連会長の挨拶のあと、全老連会長表彰が行われ、本県からは育成功労表彰として、岡広子氏(前和歌山県老連副会長 海南市)、杉浦英氏(伊都郡老連理事 九度山町)が表彰されました。



和歌山県からの参加者

老人福祉法制定六十周年記念全国老人クラブ大会が、令和五年十一月八日(水)・九日(木)に、秋田県秋田市のあきた芸術劇場ミルハスで開催され、全国から約千四百名、本県からは事務局も含め十六名が参加しました。

老人福祉法制定六十周年記念第五十二回全国老人クラブ大会参加

読み上げ、「のばそう!健康寿命担おう!地域づくりを」をメインテーマに「健康活動」の推進や「いきがい活動」の充実など五つの重要事項の実践を誓い、満場の拍手で承認されました。

式典に引き続き、開催地活動発表が行われ、芸能活動を中心に日頃の活動を発表する場として毎年開催している秋田県老連の「老人クラブ文化祭」の取組が紹介されました。

秋田民謡や長持唄、秋田ドンパン節、古くからの仕事着によるファッションショーなど趣向を凝らした発表で、みなさん楽しく明るく活動されていることが伝わってきました。

二日目は、「地域支え合い活動を広げよう!」をテーマに活動発表(パネルディスカッション)が行われました。

令和五年度は神奈川県での開催となっています。ひとまずコロナは沈静化しているようですが、全国から多くの仲間が集まれることを祈ります。



活動発表(パネルディスカッション)の様子



開催地活動発表(秋田県老連文化祭)の様子

ふるさと自慢

白浜町老人クラブ連合会

会長 菊本 仁和

白浜町の現状と健康と友愛活動の交流

白浜町は、紀伊半島中央に位置し南紀白浜温泉・パンダの町として近畿一円幅広く知られています。紀伊半島沿岸はリアス式海岸になっており、非常に風光明媚で三段壁・千畳敷・円月島等はジオサイトに登録されています。円月島に隣接する番所山には世界的に有名な博物学の巨星である南方熊楠の史料館があり、山頂からは白浜町全般から紀伊半島や太平洋周囲が見渡せます。



円月島



運動会 玉入れ競争

現在、白浜町の人口は、二万二千七十四人、後期高齢者人口（七十五歳以上）四千四七三名で高齢化率（六十五歳以上・外国人含む）は三十八・五%（令和五年九月三十日現在）です。町老連の現状としては、二十四単位老人クラブの会員数約六五〇名余りで構成されています。少子高齢化が進行している現在、老人クラブへの会員数は減少が続いています。新型コロナウイルス感染症が五類に移行されて様々な行事の開催も徐々に回復しています。今回は、健康と友愛活動交流を目的とした

活動を紹介します。

白浜支部・日置川支部ではそれぞれ運動会を開催しており、両大会とも百名〜百五十名を超える参加があり、皆さん各競技に喜んで参加し景品をゲットする姿は何とも言えない嬉しい光景です。今回、参加された最高年齢九十五歳の日置川支部の女性会員の方の浚刺とした姿には非常に感動しました。この方はスキーやハーフマラソンにも挑戦されているそうです。

連合会の事業としては一日遠足を開催しています。今年は熊野本宮大社・湯の峰温泉を目的地として四十一名が参加しました。県内の名所を巡り、日頃交流のあまりない会員同士が交流を深められた



一日遠足 湯の峰散策

と思います。

今後も高齢化社会の中で住み慣れた地域で仲間達とお互いに助け合い、生きがいのある充実した日々を送る為に必要な知識と技術を身に付け、健康で心豊かな暮らしを目的として老人クラブの「友愛・健康・奉仕」の三原則を基盤に置いて様々な交流の機会を創り出し地域社会の連帯感を深める活動を目指したいと思っています。



デザイン・印刷・製本まで
バリエーション・オンデマンド
印刷対応!

PRINT!
communication

想いをカタチに。

SAKAGUCHI SHOWA

株式会社 さかぐち昇和印刷

本社 | 〒640-8392 和歌山市中之島1497 TEL.073-431-5517 FAX.073-423-5330
Nakanoshima Base | 〒640-8392 和歌山市中之島1707 TEL.073-433-3462・073-422-3266

市・町から村から



高野町老人クラブ連合会

会長 崎山 文雄



大塔

高野町は、和歌山県の北東部にあり、大自然に囲まれ、平安時代弘仁七年（八百十六年）より弘法大師空海が修行の場として開いた高野山真言宗の聖地高野山を中心とする町で、貴重な文化財・建造物・名所が数多く存在します。高野山地区を中心として大小あわせて十九の地区が山あいの狭小な平地に点在しています。又、平成十六年に世界遺産として登録され、日本のみならず世界から沢山の方がお参りに来られています。そんな高野町の人口

は、二千七百人を切り高齢化率は四十%を越えており少子高齢化が進んでいます。

コロナ禍で、文化祭やスポーツ大会等、皆が集まれる行事が中止されるなか、高野町老人クラブでは町内三か所で行われる地域支援コーディネートリーダー主導による介護予防グラウンドゴルフに参加しています。社会福祉協議会の広報紙で参加募集し気分転換や運動不足・引きこもりの予防を目的として活動しています。

昨年より、県のスポーツ交流大



グラウンドゴルフ大会で気分転換



文化祭

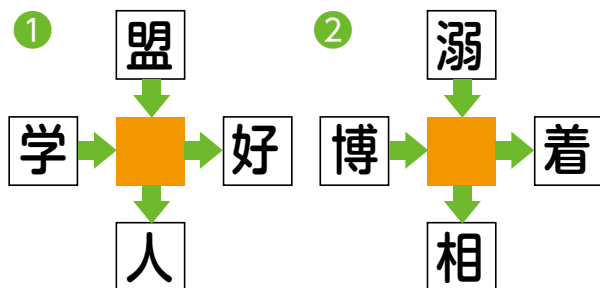
会にも参加し、今年は九名が参加し他市町村の方と交流を深めました。令和四年度は延べ八十二回九百三名の参加がありました。（会員以外の参加者あり）参加者は和気あいあいとした雰囲気のおかげ、おしゃべりを楽しんでいきます。

コロナが第五類となり、単位クラブにおいても健康づくり教室の開催や文化祭への出展等、本来の活動が行えるようになっていきます。

会員の親睦を深め老人クラブ活動を推進していきたいと思ひます。

プレゼントクイズ

中央の■に漢字を入れて4つの二字熟語を完成させましょう。矢印（→↓）の方向に熟語が読めるように考えてください。①②の■の漢字を続けると2字熟語になり、クイズの答えです。



◆応募方法

クイズの答え、住所、氏名、所属単位 老人クラブ名をはがきを書いて送ってください。正解者の中から抽選で40名の方に「薬用入浴剤 湯」をプレゼントします。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（一財）和歌山県老人クラブ連合会 事務局あて

◆締切

令和6年6月28日（金）当日消印有効

◆前号（第94号）の答え

健康長寿（けんこうちょうじゅ）

令和 6 年度 月別行事予定表 (令和 6 年 4 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日)

一般財団法人 和歌山県老人クラブ連合会

月	日	曜日	行事名 (開催地)	月	日	曜日	行事名 (開催地)
4	24	水	近畿老人クラブ連絡協議会第 1 回定例会 (京都市)	10	—	—	1～31 日「和歌山県老人クラブ傷害保険」加入申込受付
5	16	木	第 1 回女性部会 (和歌山市)	10	10	木	健康づくりリーダー養成講座 (那智勝浦町③)
	20	木	監事会 (和歌山市)	15	15	火	健康づくりリーダー養成講座 (和歌山市③)
	30	木	第 1 回会長・副会長会議 (和歌山市)	18	18	火	体力測定員養成講座 (田辺市)
	〃	〃	第 1 回理事会 (和歌山市)	19～22	土～火	〃	第 36 回全国健康福祉祭・第 33 回地域文化伝承館 (鳥取県)
6	7	金	第 1 回県老連評議員会 (和歌山市)	23	23	水	体力測定員養成講座 (かつらぎ町)
	〃	〃	第 1 回臨時理事会 (和歌山市)	29	29	火	健康づくりリーダー養成講座 (那智勝浦町④)
	13	木	健康づくりリーダー養成講座事務打合せ会議 (和歌山市)	〃	〃	〃	体力測定員養成講座紀南 (那智勝浦町)
	20	〃	全老連評議員会 (東京都)	30	30	水	健康づくりリーダー養成講座 (和歌山市④)
	〃	〃	保健・体育部会 (和歌山市)	〃	〃	〃	体力測定員養成講座 (和歌山市)
	25	火	郡市町村老連会長・事務局長会議 (和歌山市)	31	31	火	県老人クラブ傷害保険 (申込締切)
	27	木	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会 (京都市)	11	18	月	女性リーダー研修会 (田辺市)
7	17	水	第 2 回女性部会 (和歌山市)	20～21	水～木	〃	第 53 回全国老人クラブ大会 (神奈川県)
	25	木	高齢者相互支援活動研修会 (和歌山市)	26	26	火	会長表彰式 (田辺市)
	30	火	都道府県・指定都市老連事務局長会議 (東京都)	〃	〃	〃	市町村単位老人クラブリーダー研修会 (田辺市)
8	7	水	第 1 回会員増強促進委員会 (和歌山市)	29	29	金	会長表彰式 (和歌山市)
	未定	未定	近畿老人クラブ連絡協議会第 2 回定例会 (堺市)	〃	〃	〃	市町村単位老人クラブリーダー研修会 (和歌山市)
	22	〃	会長表彰審査委員会 (和歌山市)	12	5～6	木～金	高齢者の健康づくり・生活支援セミナー (東京都)
	〃	〃	第 2 回会長・副会長会議 (和歌山市)	1	16	木	第 3 回会長・副会長会議 (和歌山市)
	27	火	活動推進員セミナー (東京都)	2	4～5	火～水	都道府県・指定都市老連代表者会議 (東京都)
9	—	—	会員加入促進月間、15～21 日「老人週間」、15 日「老人の日」、20 日「社会奉仕の日」	13	13	木	第 2 回会員増強促進委員会 (和歌山市)
	5	水	健康づくりリーダー養成講座 (那智勝浦町①)	17	17	月	郡市町村老連事務担当者会議 (和歌山市)
	12	〃	健康づくりリーダー養成講座 (和歌山市①)	未定	未定	〃	近畿老人クラブ連絡協議会第 3 回定例会 (奈良県内)
	19	〃	健康づくりリーダー養成講座 (那智勝浦町②)	3	13	木	全老連評議員会 (東京都)
	26	〃	健康づくりリーダー養成講座 (和歌山市②)	24	24	月	第 4 回会長・副会長会議 (和歌山市)
	30	月	機関紙「和老連ときめき第 96 号」発行	〃	〃	〃	第 2 回県老連理事会 (和歌山市)
				31	31	月	第 2 回県老連評議員会 (和歌山市)
				〃	〃	〃	機関紙「和老連ときめき第 97 号」発行

『ご存じですか。障害者等用 駐車区画利用証制度』

車椅子マークのついた車椅子使用者用駐車区画、皆さんも街でよく見かけるのではないのでしょうか。そんな駐車区画はいったい何のために、誰のためにあるのかご存知ですか。

『車椅子使用者用駐車区画』や『ゆずりあい駐車区画』は、障害のある方や介護を必要とする高齢の方など、移動に配慮を要する方々が必要な時に、利用できるように整備されています。

和歌山県では車椅子使用者用駐車区画やゆずりあい駐車区画をご利用いただくための利用証を交付し、利用者を明らかにすることで、当該駐車区画の適正な利用を図る「和歌山県障害者等用駐車区画利用証制度」を実施しています。申請窓口は、県庁障害福祉課、各振興局健康福祉部、一部の市町村となっています。

本当に必要としている方々が利用できるよう、一人ひとりの気遣いがみんなの暮らしやすい社会につながるのです。制度の基本となるのは、一人ひとりのゆずりあいの心です。

皆さまのご理解とご協力をお願いします。

また利用証申請窓口は、県庁障害福祉課です。



害福祉課、各振興局健康福祉部、一部の市町村となっています。身体に障害のある方、難病患者、要介護高齢者（要介護 1 以上）、けが人など、歩行が困難な方を対象とします。申請を希望される方は、歩行困難なことが確認できる書類（身体障害者手帳、各種受給者証、介護保険被保険者証、診断書など）を持参のうえ、お近くの申請窓口にお越しください。（郵送での申請、代理人による申請も可能です。）詳しくは、県のホームページ、又は和歌山県障害福祉課までお気軽にお問い合わせください。

【問合せ先】

和歌山県 福祉保健部
福祉保健政策局 障害福祉課
電話 〇七三ー四四一ー二五三〇
FAX 〇七三ー四三二ー五五六七

短歌

あそこより こちらが良いと 置場替え

それを忘れて 右往左往す

橋本市 北谷セツ子

射しそむる 初日に向かい 手を合わす

尉と姥との 軸に代えたり

美浜町 浜田佳世子

今日も又 やる気を出して いそいそと

生きる喜び 食べる愉しみ

串本町 谷口 哲夫

争いの 終息込めて 鶴折れば

翼きりりと 飛び立たんとなす

和歌山市 門阪 和子

全国の 小学生に グローブを

歴史に残る 「大谷」 パワー

湯浅町 山田千代子

着ぶくれて 右端歩む 参道に

時雨の名残り 足元ぬらす

紀の川市 前 廣

正月の 飾り集めて どんと焚

被災平和の 願いを込めて

橋本市 葛原 圭子

春風や ホラ貝ひびく 熊野路に

平安絵巻 友と語らう

岩出市 西川 文子

いつの日や 植えし花梅 満開の

メジロ飛びかう 私の宝

上富田町 吉田 和夫

水仙花 映す流れの ゆらゆらと

心も癒す 純白匂う

みなべ町 平 房躬

俳句

雨あがり 山路ふみしめ 竹若葉

橋本市 山本 愛子

梅雨あけぬ チンチキチンと 京の夜

御坊市 山崎 美良

こおろぎが 夜気震わせて 鳴き続く

かつらぎ町 寺田 政弘

平伏すは 大行列 蟻の列

橋本市 辻本 晴美

絆てふ 一字のぬくみ 七五三

和歌山市 神崎英己子

農道の トンネル出口 草のれん

橋本市 葛原 圭子

ものの芽の わき目もふらず 天を指す

紀の川市 宇恵 孝子

相槌を 打つてこと足る 春炬燵

有田市 御前 綾子

其の上は 姉さん被りで 若菜摘み

紀の川市 前 廣

列車まど 雪のエゾ富士 夜明けまえ

岩出市 西川 文子

立春や 光まつすぐ 届きをり

紀の川市 山名 延子

太鼓鳴り 境内走る 初戎

かつらぎ町 野口 城

今日も無事 集まる猫らと 日なたぼこ

那智勝浦町 石橋 徹一

川柳

台風よ お前も球児 見に来たか

橋本市 山本 愛子

今生の 別れかもよと 大笑い

橋本市 北谷セツ子

七十歳 昔古希 今は若者老人会

串本町 谷口 哲夫

「よく遊ぶ」老若男女で 意味違う

岩出市 吉田 訓士

鏡餅 つくる父の手 感謝込め

橋本市 亀谷千栄子

神殿の 埃迄もが 有難し

みなべ町 平 房躬

明け方の 妻の足音 ボケ防止

那智勝浦町 石橋 徹一

短歌、俳句、川柳を募集します

投稿上の注意

- ① 作品は未発表のものに限ります
- ② 作品は楷書で記入
- ③ 一人につき三首または三句まで
- ④ 俳句と川柳の区別を明記

応募方法

郵便番号、住所、氏名、所属単位
人クラブ名を明記し、はがきか封書
等で送ってください。

宛先

〒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
(二財) 和歌山県老人クラブ連合会

締切 令和六年六月二十八日(金) 必着

福利厚生事業（ゆったり会）契約施設一覧表

※老人クラブ会員と家族・他の同伴者（3 名以内）の計 4 名が利用できます。

宿泊・入浴・施設プラン（お一人様料金）

令和 6 年 3 月 31 日現在

契約施設		優待割引内容		
紀北	休暇村紀州加太 和歌山市深山 483 ☎ 073-459-0321	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引 1泊2食付（税別） 他の割引との併用不可	
		入浴 大人 1,300 円→1,000 円 小学生・幼児 600 円→500 円	12:00～15:50 まで (15:00 最終受付)	
	和歌山加太温泉 加太海月 和歌山市加太 1905 ☎ 073-459-0015	入浴 大人 1,200 円→600 円 子供 700 円→350 円	フェイスタオル付	
	加太淡島温泉 大阪屋ひいの湯 和歌山市加太 142 ☎ 073-459-1151	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・年末年始除く）	正規料金の 10%割引 (詳しくはお問い合わせください)	
		入浴 1200 円→900 円 フェイスタオル付	不定休（入浴時間帯 11:00～15:00） 5/3～5/5、8/12～8/16、12/31～1/1 は除く	
	和歌山 マリーナシティホテル 和歌山市毛見 1517 ☎ 073-448-1111	宿泊 夏休み・特別期間除く	正規料金の 10%割引 (詳しくはお問い合わせください)	
	紀州温泉雑賀の湯 双子島荘 和歌山市雑賀崎 599 ☎ 073-444-1145	宿泊 平日利用	基本宿泊料金の 10%割引 (他の割引・特別プラン併用不可) 現金決済のみ	
	紀三井寺ガーデンホテル はやし 和歌山市紀三井寺 673 ☎ 073-444-1004	宿泊 平日利用	10,000 円→8,000 円(税別・入湯税 150 円) 宴会（椅子席可能）5,000 円より 飲物込・温泉・カラオケ・福引サービス・送迎サービス（片道所要時間 30～40 分まで。遠方の方はご相談ください）	
	天然紀三井寺温泉 花の湯	入浴 大人 900 円→800 円 小人 450 円→400 円	1/1・1/2・1/3 を除く利用 11:00～22:00 まで	
	ホテル アパローム紀の国 和歌山市湊通丁北 2-1-2 073-436-1200	宿泊 通年	一般宿泊料金の 20%割引（税込） ご宴会プラン：15 名様以上（詳しくはお問い合わせください） 会場費 2 時間無料 / ホテル専用駐車場 3 時間無料	
	花山温泉 薬師の湯 和歌山市鳴神 574 ☎ 073-471-3277	宿泊 平日利用	基本宿泊料金の 10%割引 (受付時にお申し出ください)	
		入浴 1,150 円→1,050 円 900 円→800 円	8:00～17:00 17:00～21:00	
紀中	天然紀州黒潮温泉 和歌山市毛見 1525 ☎ 073-448-1126	入浴 50 円引き	土・日・祝日も利用可能 他の割引との併用不可	
	ホテル ランドマーク和歌山 和歌山市手平 2-1-2 ☎ 073-422-1200	宿泊 通年	基本宿泊料金の 10%割引	
	紀伊見温泉 紀伊見荘 橋本市矢倉脇 115 ☎ 0736-36-4000	宿泊 平日限定 (休前日・GW・年末年始除く)	基本宿泊料金の 1,000 円割引	
	天然温泉 ゆの里 橋本市神野々 898 ☎ 0736-33-1126	入浴 1,100 円→990 円 (税込)	タオル・バスタオル有料レンタル …330 円（税込） 館内着有料レンタル…220 円（税込）	
	かつらぎ温泉 八風の湯 かつらぎ町佐野 702 ☎ 0736-23-1126	入浴 大人 300 円引き	土・日・祝日も利用可能 20 時以降の入館利用不可 毎月 8 日利用不可 他の割引券との併用不可	
紀南	OUTDOOR LIFE たまゆらの里 紀美野町長谷宮 705 ☎ 073-499-0613	宿泊 平日利用 (休前日・GW・夏休み・年末年始除く)	基本宿泊料金の 10%割引	
	有田川温泉 鮎茶屋光の湯 有田市星尾 37 ☎ 0737-88-5151	入浴 大人 900 円→800 円 小人 550 円→450 円	他の割引との併用不可	
	湯浅温泉 湯浅城 湯浅町青木 75 ☎ 0737-63-6688	宿泊 土・祝前日、シーズン以外の平日利用	基本宿泊料金（税抜）の 5%割引 1泊2食付	
	二ノ丸温泉 湯浅町山田 1638-1 ☎ 0737-64-1826	入浴 大人 1,300 円→700 円 子供 500 円→300 円		
	しみず温泉健康館 有田川町清水 1225-1 ☎ 0737-25-1126	入浴 大人 700 円→500 円 小人 350 円→250 円		
紀南	あさぎり 有田川町清水 1225-1 ☎ 0737-25-1181	宿泊 平日利用 (休前日・GW・夏休み・年末年始除く)	基本宿泊料金の 10%割引	
	国民宿舎 紀州路みなべ みなべ町堀田 1540 ☎ 0739-72-3939	入浴 600 円→500 円		
	季楽里龍神 田辺市龍神村龍神 189 ☎ 0739-79-0331	宿泊 平日利用（土・祝前日、シーズン除く）	基本宿泊料金の 10%割引 1泊2食付（税込税別） 10 名様以上でバス送迎プランあり、 お問い合わせください	
	まこころの宿 丸井旅館 田辺市龍神村西 9-2 ☎ 0739-78-0018	宿泊 平日利用（土・日・祝・祝前日・シーズン除く）	基本宿泊料金より一人 1,000 円割引	
紀南	龍の井ホテル紀伊田辺 (旧：かんぼの宿 紀伊田辺) 田辺市目良 24-1 ☎ 0739-24-2900	入浴 平日 700 円→600 円 土・日・祝日 750 円→600 円		

契 約 施 設		優 待 割 引 内 容	
紀 南	旅館 あづまや 田辺市本宮町湯峰 122 ☎ 0735-42-0012	宿泊 平日利用（休前日・GW・お盆・正月除く） 入浴 730 円→ 600 円	17,500 円 1 泊 2 食付（税込）
	山水館 川湯みどりや 田辺市本宮町川湯 13 ☎ 0735-42-1011	宿泊 旅行会社経由不可 特別期間除く 入浴 1,000 円→ 800 円	基本宿泊料金の 10%割引
	白浜古賀の井 リゾート&スパ 白浜町 3212-1 ☎ 0739-43-6000	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引
	白良荘 グランドホテル 白浜町 868 ☎ 0739-43-0100	宿泊 平日利用（土・日・祝前日・シーズン除く）	14,300 円 4名1室 1泊2食付（税込・税別・入湯税別） 16,650 円 3名1室1泊2食付（税込・税別・入湯税別） 18,850 円 2名1室1泊2食付（税込・税別・入湯税別）
	SHIRAHAMA KEY TERRACE HOTEL SEAMORE 白浜町 1821 ☎ 0739-43-1000	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引
	家族とすごす白浜の宿 柳屋 白浜町 1870 ☎ 0739-42-3360	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引
	ホテル三楽荘 白浜町 3078 ☎ 0739-43-1111	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引
	紀州・白浜温泉 むさし 白浜町 868 ☎ 0739-43-0634	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引
	癒しの宿 クアハウス白浜 白浜町 3102 ☎ 0739-42-4175	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・年末年始除く） 入浴 1,500 円→ 1,350 円	基本宿泊料金の 10%割引 基本料金の 10%割引
	道の駅 椿はなの湯 白浜町椿 1058-1 ☎ 0739-46-0617	入浴 大人（中学生以上） 600 円→ 500 円	

契 約 施 設		優 待 割 引 内 容	
紀 南	甘露の湯のお宿 湯処むろべ 白浜町 1997 ☎ 0739-42-3300	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	一般宿泊料金から一人 1,000 円割引 ※令和 6 年 1 月 1 日新規加入
	ホテル ベルヴェデーレ すさみ町周参見 4857-3 ☎ 0739-55-3630	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・年末年始除く）	12,000 円～基本宿泊料金の 10%割引 1 泊 2 食付（税込税別・入湯税 150 円） 現金支払のみ。 他の割引との併用不可
	すさみ町立 エビとカニの水族館 すさみ町江住 808-1 道の駅すさみ内 ☎ 0739-58-8007	施設 9:00 ～ 17:00 年中無休	大人 800 円 小・中学生 500 円 幼児（3 歳以上）300 円 それぞれ 10%割引
	ホテル浦島 那智勝浦町勝浦 1165-2 ☎ 0735-52-1011	宿泊 平日利用（休前日・GW・夏休み・正月除く）	なぎさ館 基本宿泊料金の 10%割引 日昇館 基本宿泊料金の 10%割引 小人 大人の 70%
	かつうら御苑 那智勝浦町勝浦 216-19 ☎ 0735-52-0333	宿泊 平日利用（休前日・GW・お盆・正月除く）	12,000 円 4 名 1 室 1 泊 2 食付（税込税別） 13,000 円 3 名 1 室 1 泊 2 食付（税込税別） 14,000 円 2 名 1 室 1 泊 2 食付（税込税別）
	ホテルなぎさや 那智勝浦町湯川 955-1 ☎ 0735-52-0015	宿泊 平日利用（休前日・GW・お盆・正月除く）	基本宿泊料金の 10%割引 小人 大人の 70% 他の割引との併用不可・現金支払のみ
	高田グリーンランド・ 雲取温泉 新宮市高田 1810 ☎ 0735-29-0321	宿泊 平日利用（休前日・GW・お盆・年末年始除く）	1 泊 2 食付料金の 10%割引 現金支払のみ
	休暇村南紀勝浦 那智勝浦町宇久井 719 ☎ 0735-54-0126	入浴 大人 1,000 円→ 500 円	入浴時間帯 11:00 ～ 19:30 （木曜日は 15:00 ～ 19:30）
	花いろどりの宿 花游 太地町太地 2906 ☎ 0735-59-3060	宿泊 平日利用（休前日・GW・お盆・年末年始除く）	13,000 円 3 名～ 4 名 1 室 1 泊 2 食付（税込税別） フレンチ・洋食 16,000 円 2 名 1 室 1 泊 2 食付（税込税別） フレンチ・洋食
	トルコ記念館 串本町樫野 1025-25 ☎ 0735-65-0628	施設 9:00 ～ 17:00 年中無休	大人 500 円→ 400 円 高校生以下 250 円→ 200 円
	日米修交記念館 串本町樫野 1033 ☎ 0735-65-0099	施設 9:00 ～ 17:00 年中無休	大人 250 円→ 200 円 小学生以下 120 円→ 100 円

「ゆったり会」の
会員募集中！

・ 会員になれば、本紙一〇面、一面に掲載している施設において、宿泊や入浴等で優待割引が受けられます。

・ 利用人数は本人の他、家族や同行知人三名まで計四名が優待割引の対象になります。

・ 会費は五〇〇円で有効期間は五年間です。

・ お申し込みは、各市町村老連役員または単体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。

マングローブの森づくり。 それは、豊かな地球を 未来に届けること。

東京海上日動が 1999 年から続けているマングローブの森づくり。
小さな苗木は大きな森に育ち、多くの二酸化炭素を蓄えるようになりました。

様々な生き物を育み、豊かな恵みをもたらし、
人々の暮らしを守る役割も果たしています。

そして今も、私たちは、その森をつくり続けています。
マングローブ植林は「地球の未来にかける保険」です。

これからも、ともに未来へ。

マングローブ価値共創 100 年宣言



地球温暖化防止への貢献



地域の経済・社会への貢献



生物多様性の保全

【取扱代理店】

株式会社 東京海上日動パートナーズかんさい

和歌山支店

〒640-8154 和歌山県和歌山市六番丁5 和歌山六番丁801ビル6F

TEL : 073-497-5678

【引受保険会社】

東京海上日動火災保険株式会社

和歌山支店 和歌山支社

www.tokiomarine-nichido.co.jp