

いきいきシニアの生活誌

ロングライフ

Long Life

Vol.144

令和5年3月発行



目次

- P2 いきいき長寿あきた2022ねんりんピック
福祉・文化のつどい
ねんりん美術展
スポーツ親睦大会
- P5 ロングライフ講座
- P6 ねんりんピックかながわ2022
- P7 高齢者総合相談センターからのお知らせ
一般相談・専門相談・県民介護講座

昨年6月24日開催ロングライフ講座
(大館会場)

お笑いマルチタレント・ミスター北さんこと
北嶋一美さんの講演の様子

いきいき長寿あきた2022
ねんりんピック

福祉・文化のつどい

「いきいき長寿あきた2022ねんりんピック 福祉・文化のつどい」を、令和4年10月18日に秋田市の秋田拠点センターアルヴェ きらめき広場で開催し、多くの方々に参加をいただきました。

このイベントは、高齢者が元気で充実した生活ができるよう、「生きがいづくり」と健康づくり」を推進するものです。「元気にとしまる」をスローガンに掲げ、高齢者の趣味創作活動の成果を発表する場を設け、生きがい・健康づくりや社会参加活動を促進し、健康長寿日本一を目指すことを目的としています。

いきいき講演会の第1部では株式会社ALL—Aシニアアドバイザー西村 修氏が「シニアが生き生き暮らすために」と題して自身の体験を交えて話され、第2部ではエッセイストあゆかわのぼる氏が「秋田弁で楽しむ川柳講座」と題して楽しく話されました。

また、スコップ三味線 ザジーバースと保戸野NHKラジオ歌謡を歌う会の2グループから、活動を発表していただきました。



いきいき講演会「秋田弁で楽しむ川柳講座」
エッセイスト あゆかわのぼる 氏



いきいき講演会「シニアが生き生き暮らすために」
株式会社ALL—Aシニアアドバイザー 西村 修 氏



いきいき活動発表 スコップ三味線 ザジーバース



いきいき活動発表 保戸野NHKラジオ歌謡を歌う会



美術展会場の展示①



美術展会場の展示②

いきいき長寿あきた2022
ねんりんピック

ねんりん美術展

「ねんりん美術展」は、県内の高齢者が創作した作品を展示し、高齢者の文化活動と生きがいづくりを促進するとともに、高齢者の作品とのふれあいを通じ世代間の相互理解を深めることを目的に開催しています。

今年度は、日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門に81点の応募があり、令和4年10月18日から20日までの3日間、秋田市の秋田拠点センターアルヴェきらめき広場に展示し、多くの県民に来場していただきました。

訪れた人は、一つひとつの作品を熱心に観賞し、「とても感動しました」「自分も何か創作活動をしてみたいくなりました」などと、作品についての感想を話していました。

上位入賞作品の中から、各部門各2点を第35回全国健康福祉祭えひめ大会美術展に出品します。

ねんりん美術展審査結果一覧

日本画の部

- 【最優秀賞】「釈迦如来立像」高橋精一郎 (70歳・秋田市) ①
- 【優秀賞】「鴉声越冬」菅原恒雄 (81歳・秋田市)
- 【奨励賞】「葡萄」高橋英悦 (68歳・秋田市)
- 【奨励賞】「ホーホー」高橋義春 (73歳・秋田市)
- 【奨励賞】「Welsh corgi Pembroke」久保市勲 (78歳・五城目町)

洋画の部

- 【最優秀賞】「象潟港」榎友子 (86歳・秋田市) ②
- 【優秀賞】「浜菊の咲く小砂川海岸」岸部君子 (74歳・秋田市)
- 【奨励賞】「腕を組み」坂本麗子 (73歳・能代市)
- 【奨励賞】「たのしみ」保坂正美 (72歳・秋田市)

彫刻の部

- 【優秀賞】「十二支」国安久治 (73歳・横手市)
- 【奨励賞】「大家族の幸福」利部敬次 (83歳・能代市)

工芸の部

- 【最優秀賞】「窯変水指」小松富士雄 (69歳・にかほ市) ③
- 【優秀賞】「花の器(初冬)」樋渡康子 (66歳・横手市)
- 【奨励賞】「桜(鹿の子模様)」武田範子 (83歳・秋田市)
- 【奨励賞】「平和」保坂正美 (72歳・秋田市)
- 【奨励賞】「花器」菅原京悦 (82歳・横手市)
- 【奨励賞】「手芸」小玉ハル (89歳・五城目町)

書の部

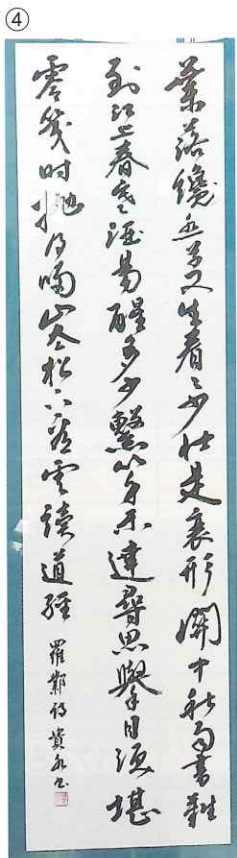
- 【最優秀賞】「羅鄴詩」泉谷祐子 (68歳・能代市) ④
- 【優秀賞】「延壽萬歳」成田喜久男 (77歳・能代市)
- 【奨励賞】「万葉集から 田子のうら」佐藤凉子 (79歳・秋田市)

写真の部

- 【最優秀賞】「至福の時」高山 明 (69歳・由利本荘市) ⑤
- 【優秀賞】「暁光」橋村正明 (78歳・秋田市)
- 【奨励賞】「鳥海ダム湖・湖底に沈む百宅」須藤秋男 (73歳・由利本荘市)

いきいき長寿賞

- ・田村昭三 (94歳・秋田市)
- ・千田千佳 (89歳・仙北市)
- ・櫻田義春 (88歳・大館市)
- ・鈴木清司 (87歳・大仙市)
- ・佐藤君子 (87歳・能代市)
- ・榎友子 (86歳・秋田市)
- ・古川昭男 (93歳・秋田市)
- ・小玉ハル (89歳・五城目町)
- ・秋山ノリ (88歳・秋田市)
- ・松橋みさ (87歳・五城目町)
- ・高橋孝子 (86歳・秋田市)



④
【最優秀賞】
書の部
「羅鄴詩」
泉谷祐子



①
【最優秀賞】
日本画の部
「釈迦如来立像」
高橋精一郎



②
【最優秀賞】
洋画の部
「象潟港」
榎友子



⑤
【最優秀賞】
写真の部
「至福の時」
高山 明



③
【最優秀賞】
工芸の部
「窯変水指」
小松富士雄

いきいき長寿あきた2022
ねりんピック

スポーツ親睦大会

「いきいき長寿あきた2022ねりんピックスポーツ親睦大会」は、スポーツ・レクリエーション活動を通じて、高齢者の健康保持・増進、生きがいの高揚、更には地域間・世代間の交流を図ることを目的に開催しています。

今年度は、新型コロナウイルス感染症の感染予防対策を徹底しながら実施し、20種目の競技に全県から1,700名の選手に参加していただきました。

参加された選手の皆さんは日頃の練習の成果を発揮し、はつらつとしたプレーで技と力を競いました。また、地域を超えた交流を通じて健康長寿につながる大会になりました。

本大会を契機として、健康で生きがいを持って心豊かに生活できる長寿社会づくりを推進し、高齢者を含む全ての年齢層が活躍し、地域で共に支え合う社会の実現に向けた取組を引き続き進めてまいります。

種目	開催日	開催会場	参加者数
ゲートボール	9月 2日(金)	大仙市協和多目的交流施設パル	54名
ソフトテニス	9月 3日(土)	秋田県立中央公園テニスコート	86名
剣道	9月 10日(土)	秋田県立武道館剣道場	21名
太極拳	9月 11日(日)	秋田県立武道館大道場	70名
グラウンド・ゴルフ(県北)	9月 13日(火)	ニプロハチ公ドーム	154名
将棋	9月 17日(土)	秋田県社会福祉会館第3会議室	21名
テニス	9月 22日(木)	秋田県立中央公園テニスコート	86名
囲碁	9月 24日(土)	秋田県社会福祉会館第3会議室	40名
ペタンク	9月 28日(水)	秋田市茨島多目的グラウンド	37名
グラウンド・ゴルフ(県南)	10月 4日(火)	美郷町千畑大台野広場	272名
シャフルボード	10月 6日(木)	秋田県社会福祉会館体育館	33名
パークゴルフ	10月 10日(月)	潟上市秋田グリーンサムの杜	60名
グラウンド・ゴルフ(中央)	11月 1日(火)	秋田県立中央公園スカイドーム	172名
ミニテニス	11月 17日(木)	CNAアリーナ★あきた	192名
スマイルボウリング	11月 21日(月)	秋田県社会福祉会館体育館	21名
ニチレクボール	12月 8日(木)	秋田県社会福祉会館体育館	42名
卓球	12月 17日(土)	秋田テルサ	90名
ソフトバレーボール	2月 12日(日)	中央シルバーエリア体育館	90名
健康マーじゃん	2月 22日(水)	北秋田市コムコム	40名
ダンススポーツ	2月 26日(日)	秋田テルサ	120名

※ソフトボール・弓道は新型コロナ感染拡大防止のため中止となりました。



グラウンド・ゴルフ親睦大会



卓球親睦大会



太極拳親睦大会

令和4年度
ロングライフ講座を
開催しました

この講座は、高齢期の生活に即した知識の習得とニュースポーツの体験により、高齢者の健康寿命の延伸を図るとともに、高齢者の交流の場を提供することを目的としています。

今年度は9カ所で開催しました。会場は、秋田市・能代市・横手市・大館市・湯沢市・潟上市・大仙市・北秋田市・にかほ市で、それぞれ前後期の2回開催し、延べ352名が参加しました。

参加者は、午前は音楽療法教室や介護予防、生きがい健康づくりに関する講義を受講し、午後はポッチャやシャフルボード、スカットボールなどのニュースポーツを体験しました。

この講座は、来年度も実施する予定です。会場や日程等の詳細は、本会ホームページ等でお知らせします。

●ポッチャ

パラリンピック正式競技種目。見た目には激しい運動はありませんが、知的な戦略とそれを実施するための

技術力、集中力がこの競技では求められます。

●シャフルボード

細長い杖でディスクをコート上に押し出し、コート内に描かれた得点区域にディスクを多く留めることで得点を争います。適度な運動量が得られ頭脳プレーが大きく勝敗を左右するスポーツです。

●スカットボール

マットの上にスカット台を乗せ、ボールをスタートラインからスティックで打ってスカット台の得点穴にボールを入れるゲームです。



●貸出実績

用具	令和3年度	令和4年度
・カローリング	3件	
・シャフルボード	2件	5件
・ペタンク	2件	
・スカットボール	1件	6件
・ディスクゴルフ	1件	
・スポーツウエルネス吹矢	1件	
・ニチレクボール		5件
・ポッチャ		3件
・スマイルボウリング		1件

このほかにも、たくさんの方のニュースポーツ用具を取り揃えておりますので、担当までお問い合わせください。

用具の貸出と併せて、インストラクターも派遣しますので、ぜひご利用ください。
※貸出に当たって送料を必要とする場合は、貸出を受ける団体等の負担となります。

ニュースポーツ用具
の貸出・インストラ
クターの派遣

本会では、ニュースポーツ用具を無料で貸出しています。用具の貸出を希望する団体は貸出申込書を提出してください。貸出申込書は、本会ホームページからダウンロードできます。

ねんりんピックかながわ2022
第34回全国健康福祉祭
 神奈川・横浜・川崎・相模原大会

第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会「ねんりんピックかながわ2022」が昨年11月12日から15日までの4日間、開催されました。秋田県代表選手153名は、各会場で競技に参加し、交流を深めました。

かながわ大会には、スポーツ交流大会(22種目)・文化交流大会(5種目)に全国から約1万人の選手・役員が参加し、開催期間中には、美術展や健康関連イベントも多数開催されました。各種目の交流試合では、日ごろの練習の成果を発揮し、上位の成績を目指して奮闘しました。

2023年度は、「ねんりんを重ねた**愛顔**伊予に**咲く**」をテーマに、10月28日から10月31日までの4日間、愛媛県で開催される予定です。

◆ねんりんピック・ロングライフ
 講座の問い合わせ先
 生きがい・健康づくり担当

TEL 018・824・2888
 FAX 018・864・2742



サーフィン



ソフトボール



グラウンド・ゴルフ



ソフトテニス



サッカー



卓球



ソフトバレーボール



ペタンク



ラグビーフットボール

第34回 全国健康福祉祭 神奈川・横浜・川崎・相模原大会
ねんりんピックかながわ2022
 神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔 未病改善でスマイル100歳

2022/11/12(土) - 2022/11/15(火)



秋田県選手団の主な成績

テニス	優秀賞(5位) 秋田県チーム(サキホコレ)
グラウンド・ゴルフ	5位(男性の部) 藤澤勝治(大仙市)
ラグビーフットボール	2戦全勝 秋田県チーム(秋田不惑ラグビークラブ)
サッカー	準優勝(Pブロック) 秋田県チーム(秋田シニアサッカークラブ)
ソフトバレーボール	準優勝(3組) 秋田県チーム(旭川チーム)
パークゴルフ	優秀賞(団体戦7位) 秋田県チーム
	個人5位(女子の部) 佐々木順子(東成瀬村)
囲碁	個人8位(男子の部) 中嶋和雄(秋田市)
	優秀賞個人5位 川村理(秋田市)
健康マーじゃん 美術展	全勝賞 木内淳子(秋田市)
	優秀賞(花火ブロック) 小笠原幸雄(北秋田市)
	銅賞(洋画の部) 加賀誠子(能代市)

秋田県高齢者総合相談・生活支援センターからのお知らせ

住所 〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5 秋田県社会福祉会館1階
電話 018-824-4165 メール ikigai@akitakenshakyo.or.jp

◎一般相談のご案内◎

●一般相談開催日(無料)

平日 9:00～17:00

●相談方法

来所、電話、メール、手紙による相談をお受けします。

●相談内容

- ・高齢者やその家族の悩み、将来への不安の相談
- ・高齢者で孤立や孤独を感じている方の相談
- ・誰かに話を聞いてほしい方の相談・・・など



◎専門相談のご案内◎

●法律相談(無料)

第2・第4火曜日 13:00～16:00 (お一人30分)
遺産相続、金銭トラブル、悪徳商法などの相談について、弁護士がお応えします。

●人生相談(無料)

第1水曜日 13:00～16:00 (お一人60分)
家庭問題、人間関係、生きがいなどの相談について、有識者がお応えします。

●権利擁護相談(無料)

第3木曜日 13:00～16:00 (お一人60分)
虐待、消費者被害、成年後見制度利用などの相談について、弁護士・司法書士・社会福祉士がお応えします。

※専門相談を利用する場合は予約が必要です。

◎県民介護講座◎

県民の皆様を対象にしたミニ講座として『県民介護講座』を毎年開催しています。

令和4年度は『つながる～頑張りすぎない介護～』をテーマに、6月から11月にかけて、毎月1回、「防災と地域のつながり」・「介護が必要になったら①～③」・「フレイル予防」・「終活」・について計6回の県民介護講座を開催しました。各回たくさんの県民の皆様にご参加いただき大変ありがとうございました。



来年度も開催予定ですので、興味のある方は是非ご参加ください!!
(来年度の講座内容や日程につきましては、次回のロングライフに掲載予定です)

日本国内でのボランティア活動中のケガや賠償責任を補償

ボランティア活動保険



保険金額・年間保険料 (1名あたり) 団体割引20%適用済/過去の損害率による割増適用

プラン		基本プラン	天災・地震補償プラン	特定感染症重点プラン	
ケガの補償	死亡保険金	1,040万円			
	後遺障害保険金	1,040万円(限度額)			
	入院保険金日額	6,500円			
	手術保険金	入院中の手術	65,000円		
		外来の手術	32,500円		
	通院保険金日額	4,000円			
	特定感染症	補償開始日から10日以内は補償対象外(*)		初日から補償	
地震・噴火・津波による死傷	×	○	○		
賠償責任の補償	賠償責任保険金 (対人・対物共通)	5億円(限度額)			
	年間保険料	350円	500円	550円	

商品パンフレットは
こちらから



(ふくしの保険
ホームページ)

*3月末までに契約手続きが完了し、前年度から継続して契約される場合は初日から補償します。

<重要>

- ◆ 基本プランでは地震・噴火・津波に起因する死傷は補償されません。
- ◆ 特定感染症重点プランでは中途加入の場合でも補償開始日より特定感染症が補償対象となります。
- ◆ 年度途中でご加入される場合も上記の保険料となります。
- ◆ 中途脱退による保険料の返金はありません。
- ◆ 途中でボランティアの入替や、ご加入プランの変更はできません。
- ◆ ご加入は、お1人につきいずれかのプラン1口のみとなります。

ボランティア行事用保険 (傷害保険、国内旅行傷害保険特約付傷害保険、賠償責任保険)

送迎サービス補償 (傷害保険)

福祉サービス総合補償
(傷害保険、賠償責任保険、約定履行費用保険(オプション))

● このご案内は概要を説明したものです。詳細は、「ボランティア活動保険パンフレット」にてご確認ください。●

団体契約者 **社会福祉法人 全国社会福祉協議会**

〈引受幹事〉 損害保険ジャパン株式会社 医療・福祉開発部 第二課
TEL: 03 (3349) 5137
受付時間: 平日の9:00~17:00 (土日・祝日、年末年始を除きます。)
この保険は、全国社会福祉協議会が損害保険会社と一括して締結する団体契約です。

取扱代理店 **株式会社 福祉保険サービス**

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3丁目3番2号 新霞が関ビル17F
TEL: 03 (3581) 4667
受付時間: 平日の9:30~17:30 (土日・祝日、年末年始を除きます。)