

**71号**

令和7年10月号

光速さっぽろ

題字：元札幌市長 故 板垣 武四氏

発行 一般社団法人 札幌市老人クラブ連合会

制作・印刷

札幌市中央区大通西 19-1-1

株式会社 ニチコミ

電話 614-0153 <http://lilacsenior.info>

電話 03-5718-3900

発行責任者 会長 土肥 勝夫

<http://www.nichicomi.com>

北海道ブロック老人クラブリーダー研修会

のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを



**広げよう会員の輪！
伝えよう老人クラブの楽しさ！**

札幌市老人クラブ連合会ホームページ
随時更新中 !!

<http://lilacsenior.info>

ライラックシニアクラブ

検索



もくじ

令和7年度 札老連定時総会	2	令和7年度 北海道ブロック老人クラブリーダー研修会	8~9
会長あいさつ	2~3	短歌・俳句・川柳	10~14
令和7年度 事業計画	4~5	老人クラブ会員向け傷害保険・賠償責任保険	15
令和7年度 札幌市老人クラブ連合会役職員	6	会員募集	16
札幌市長表彰	7		

令和7年度 札老連定時総会

会長あいさつ



**全ての世代が満ち足りた人生を
送ることのできる社会を目指して、**

札幌市老人クラブ連合会 会長 土肥 勝夫

札幌市老人クラブ連合会の令和7年度定時総会の開会にあたり、一言ごあいさつ申し上げます。

本日、会員の皆さまにおかれましては、何かとご多忙のところ、ご出席を賜わり、厚くお礼申し上げます。

また、平素から当連合会の事務・

午後2時から札幌市社会福祉総合センターで開催されました。土肥勝夫札老連会長のあいさつの後、来賓の札幌市保健福祉局高齢保健福祉部長・足立広亮様、社会福祉法人札幌市社会福祉協議会常務理事・高棹則嗣様からそれぞれご祝辞をいただきました。

総会では、美里友の会（清田区）庄司憲庸会長を議長に選出し、議事録署名人

なお、今回は役員改選期のため、総会終了後に臨時理事会が開催され、当連合会の会長、副会長および常任理事が選任されました。

に円山長生会（中央区）手塚駿会長、川下老人クラブ（白石区）田澤俊子会長の2名を指名後、令和6年度事業報告および決算報告、令和7年度事業計画および収支予算ならびに役員選任案の説明があり、慎重に審議が進められ、いずれも満場一致で承認されました。

事業に特段のご理解とご協力をいただき、深く感謝申し上げます。また、昨年発生した「令和6年能登半島地震」の折には、全国の仲間とともに被災地支援に取り組んでいただきましたこと、改めてこのような中、現在の当連合会の会員数は、281クラブ、1万3041人となり、昨年度から当連合会の事務・

私たち札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

精神科 / 心療内科 / 内科
医療法人重仁会 大谷地病院
 ●診療は予約制となっております●
診療予約 通話無料 専用ダイヤル 0120-489-892
 診療時間 月~金 9時~12時 / 13時~17時
 土曜日 9時~12時
 札幌市厚別区大谷地東5丁目7-10
TEL.011-891-3737 大谷地病院

医療法人 北海道整形外科記念病院
 整形外科（上肢・脊椎・股関節・下肢）
 リウマチ科・麻酔科・リハビリテーション科
 札幌市豊平区平岸7条13丁目5番22号
011-812-7001

あお内科 内視鏡クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	✓	●	●	●	●	●
14:00~18:00	✓	●	●	●	●	●

【休診日】月曜・日曜・祝日 12月からは月曜も診療します
 札幌市東区北6条東3丁目1-1ダ・ワインチモール2階
011-711-1222

医療法人社団 履信会
さっぽろ厚別通整形外科
 整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科
 平日 / 8:30~12:00 13:30~18:30
 土曜 / 8:30~12:00
 休診日 / 日曜・祝日
 札幌市厚別区厚別西5条1丁目15-21
011-894-8887 P 50台

医療法人 桦陽会
札幌ふしこ内科・透析クリニック
 内科・腎臓内科

月	火	水	木	金	土
10:00~11:30	○	○	○	○	○
13:00~15:30	○	○	○	○	○

木曜日午後、土曜日午後、日曜日、祝日は休診
 腎・腎臓内科専門外来予約診療日
 ※外来は全て予約制となりますので、事前に
 お電話でお問い合わせください。

札幌市東区伏古3条2丁目2番22号 **011-789-0245** EAT治療・チクチク療法も行っています。

医療法人社団 我汝会(わじよかい)
さっぽろ病院
 整形外科・リハビリテーション科
 東区北5条東11丁目16番1号
 (JR 苗穂駅 北口前)
TEL.011-753-3030/FAX. 011-753-1333

時代、生涯現役社会の実現に直接
域の支え合いの輪を広げていくも
のであることから、人生100年

また、団塊世代の全てが75歳を
迎えますが、高齢者の健康を維持
し、人生を豊かにし、さらには地

がその遙か昔から「フレイル予
防」の一端を担っています。



ラブは、地域を基盤とする高齢者自身の自主的な活動組織であります。全国には約7万7500クラブ、約376万人が活動しております。そのつながりを基盤として、スポーツや文化活動をはじめ、子どもや高齢者への見守り・生活支援、交通安全など、幅広い取り組みに広がっています。

また、昨年政府は、「高齢社会対策大綱」を6年ぶりに見直し、高齢化に伴う社会的課題に対応し、全ての世代が満ち足りた人生を送ることのできる社会を目指そうとしています。介護保険制度がスタートしてから25年が経ちました。が、老人クラブは、活動そのものがその遙か昔から「フレイル予防」の一端を担っています。

言うまでもなく、私たち老人クラブは、地域を基盤とする高齢者自身の自主的な活動組織であります。全国には約7万7500クラブ、約376万人が活動しております。そのつながりを基盤として、スポーツや文化活動をはじめ、子どもや高齢者への見守り・生活支援、交通安全など、幅広い取り組みに広がっています。

つながる重要な取り組みであります。

このため、重点項目もありますように、健康づくり・友愛活動の推進や、発している高齢消費者被害防止の推進などを柱として事業を開催するとともに、適切な法人運営を開拓してまいりますので、「広げよう会員の輪!伝えよう老人クラブの楽しさ!」を合言葉に、引き続き、会員増強へ向けて活動の取り組みをお願い申し上げます。

結びになりますが、ご出席の皆さまをはじめ、会員の皆さまとご家族のご健勝を心からお祈り申し上げまして、定時総会の開催にあたりましてのごあいさつとします。

シニアお勧め 「シニアの本棚」 気になる本は書店にお問い合わせください。

1



じいじ、ばあばのための孫育ての教科書

今やシニアも子育てに参加する時代。「育児の今昔」とその違いから上手な孫との接し方まで、専門家によるやさしい解説。

1,320円 (本体価格1,200円)

2



凛としたシニア

記憶や身体の老化、老後の資金や生活の不安…。我々はこの問題にどう取り組むべきか。ファイナンシャル・アドバイザーが、シニア層への人生設計を様々な角度から提唱。

1,430円 (本体価格1,300円)

3



「まあ、いいか」のすすめ

60歳からは、自分にやさしくらいがちょうどいい

学校時代は一生懸命に勉強し、社会に出ては粉骨碎身働いてきたシニアたち。60歳からは気を楽に、スマートに生きるためにヒントとは。

1,430円 (本体価格1,300円)

私たちは札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**社会医療法人 貞仁会
新札幌ひばりが丘病院**

内科・消化器内科・循環器内科・緩和ケア内科・老年内科・漢方内科
整形外科・循環器外科・リハビリテーション科

	月	火	水	木	金	土
内科	9:00～12:00	○	○	○	○	(休)
	13:30～17:00	○	○	○	○	×
整形外科	9:00～12:00	○	○	○	○	×
	13:30～17:00	×	×	×	○	×

*診療受付…30分前まで *休診日…日曜・祝日
厚別区厚別中央3条2丁目12番1号 TEL.011-894-7070

川下ばく内科 • 内科 • 内視鏡内科

予防接種 / 健康診断 / 訪問診療

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:40～12:00	●	●	●	●	●	●
午後 13:30～17:00	●	-	●	●	-	-
夜間 16:00～19:00	-	●	-	-	●	-

札幌市白石区川下4条5丁目4-14 日曜・祝日
☎011-374-4389 休診

札幌道都病院 医療法人社団
内科・外科・形成外科

東区北17条東14丁目3-2
☎731-1155(代)

[クリニック移転のお知らせ]
2026年1月13日(火)開業予定

新住所: 札幌市厚別区上野幌2条2丁目3-11

「まつばらおさむクリニック」が
まつばら内科 脳・心臓クリニック
に変わります

札幌市厚別区厚別西5条1丁目16-20
クリニックステーション厚別西2階
☎011-801-7000

お困りごと
ご相談下さい

24時間診療

奥泉整形外科 理事長 奥泉 知郎

整形外科・リハビリテーション科
医療法人社団

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30～12:30	○	○	○	※	○	※
14:00～18:00	○	○	○	/	○	/

※木曜・土曜は12:00受付終了 曇休みも物療は行っております
休診日／木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
☎011-731-2161
札幌市東区北41条東8丁目3-7

厚別耳鼻咽喉科病院 医療法人 德仁会
院長: 木村 徹男

診療科目: 耳鼻咽喉科・歯科口腔外科
専門外来【予約制】
小児難聴・補聴器のご相談・きこえとことばの教室あります

月～土 / 8:45～12:00 13:00～17:00
最終週 木曜 午前のみ
夜間外来 / 毎週金曜 17:00～18:30
休診日 / 日曜・祝日
札幌市厚別区厚別西5条1丁目16-22
☎011-894-7003 [駐車場有]

令和7年度事業計画（定期総会議案書より抜粋）

I 基本方針

今年は、団塊世代（昭和22年～昭和24年生まれ）の全ての方が75歳を迎え、「2025年問題」といわれる本格的な超高齢社会が到来しました。

このような状況下、昨年政府は、「高齢社会対策基本法」（平成7年施行）に基づき、国が推進する高齢社会対策において、中長期にわたる基本的かつ総合的な指針となる『高齢社会対策大綱』を6年ぶりに見直しました。

このたび見直された大綱では、高齢化に伴う社会的課題に対応し、全ての世代が満ち足りた人生を送ることのできる社会を目指しています。

そのための基本的な考え方として、「年齢に関わりなく希望に応じて活躍し続けられる経済社会の構築」、「一人暮らしの高齢者の増加等の環境変化に適切に対応し、多世代がともに安心して暮らせる社会の構築」、「加齢化に対応したきめ細やかな施策に伴う身体能力・認知機能の変化」を期待しております。

当連合会においては、「広げよ

展開・社会システムの構築」の3点を挙げ、取り組みを推進することとしています。

今後、こうした考え方に基づいて高齢社会対策が展開されにくことになりますが、昨年施行された「孤独・孤立対策推進法」や「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」の取り組みとともに、それぞれの地域において多様な主体が連携・協働しつつ「地域共生社会」の実現に向けて取り組むことが求められます。

また、今年は「昭和」で数えると100年目となり、まさに「人生100年時代」を迎えて高齢者人口が約3割を占める中、我々、老人クラブにおいては、クラブの原点である「健康・友愛・奉仕」の活動理念に基づき、地域共生社会の基盤として、生きがいづくりや健康づくり、地域づくり、社会参加を目的とした体操やスポーツ活動、見守り・安否確認やボランティア活動など、幅広い活動が展開されるこ

う会員の輪！伝えよう老人クラブの楽しさ！」をスローガンに掲げて、事業を進めてまいります。

II 事業の重点項目

事業を実施するにあたり、次の3つを重点項目とします。

(1) 札幌市老人クラブ連合会 会員増強運動の推進

充実した老人クラブ活動を推進するためには、多くの会員が老人クラブの意義や有効性への理解を深め、健康づくり・介護予防活動や友愛活動など具体的な活動を通じて会員増強運動に取り組んでいくことが重要です。

町内会や民生・児童委員、関係機関等と連携した情報収集と声掛け、さらには、解散や休部クラブ会員への再勧誘など、引き続き、「勧誘から始めよう！」「クラブをPRしよう！」「クラブをつくろう！」の活動に取り組んでいきます。

また、当連合会の愛称「ライラックシニアクラブ」の周知を

私たち札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています



月寒すがわら眼科

日帰り白内障手術

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	●	●	手術	手術	●	○	休診
14:00～17:00	●	●	休診	●	●	休診	

○/12:00まで

札幌市豊平区月寒東3条11丁目1-36
BRANCH 札幌月寒メディカルスクエア1F

011-857-0055

内科・循環器内科・消化器内科・小児科

医療法人社団 **野沢医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	●	●	●	●	●	●
14:00～17:30	●	●	●	/	●	/

休診日／日曜・祝日

札幌市東区北17条東1丁目

011-741-3535



タイル歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	●	▲	●	●	▲
14:00～19:00	●	●	/	●	●	/

▲8:30～13:30まで【休診日】日曜・祝日

豊平区平岸3条4丁目1-28 colore 1F

TEL.011-598-8200

社会医療法人朋仁会
整形外科

JR札幌駅北口より
無料循環バス
運行中

北新病院

整形外科／リハビリテーション科／麻酔科

診療受付時間 月 火 水 木 金 土
8:40～11:30 ● ● ● ● ●
13:00～17:00 ● ● ● ● ● /

休診日：日曜・祝日・年末年始（12/29～1/3）

札幌市東区北8条東4丁目1-5
011-792-1211



医療法人社団 清竜会
新道東フレンド整形外科

診療時間 月～水・金曜
9:00～12:00
14:00～18:00
木曜 9:00～12:00
土曜 9:00～11:30

MRI、骨塩定量測定装置あり

駐車場あり

休診日 日曜・祝日

011-789-0010

札幌市東区北31条東19丁目
地下鉄東豊線新道東駅3番出口より徒歩8分



いなとみ眼科

緑内障／白内障／糖尿病網膜症／飛蚊症／網膜剥離
一般眼科／眼鏡処方／緑内障、白内障日帰り手術対応

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	○	△	○	○	○	※
14:00～17:30	○	/	▲	○	○	/

▲水のみ18:00まで ※第1・3・5の9:00～12:00
休診日／日曜・祝日、第2・4土曜日、火曜午後

011-827-6632

札幌市豊平区平岸1条12丁目1-30 メディカルスクエア南平岸1F

図るとともに、当連合会のホームページの充実・強化を図り、老人クラブの取り組みを広く市民にも発信していきます。

(2) 健康づくり・友愛活動の推進

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等の感染症の影響で、家に閉じこもりがちになり、「低栄養」や「フレイル（虚弱）」が心配されます。明るく楽しい毎日を過ごすためには、健康を保つことが大切であり、老人クラブ活動の基本は健康づくりにあると考えます。

さらに、老人クラブが日々から行っている、「友愛活動（電話や訪問等）」が、会員、地域の高齢者世帯、一人暮らしの高齢者の心の支えとなります。

そのため、健康寿命を延ばし、自立した生活、生きがいのある生活の実現を目指し、行政や関係機関等と連携して、仲間や地域の高齢者とともに低栄養予防や継続的なフレイル予防に取り組みます。

また、友愛活動を基盤としたため、関係機関等と連携して、幅広い生活支援活動を推進する

老人クラブが目指す多様な生活支援・通いの場づくり、見守り支援、健康づくり支援、情報伝達支援活動を進めます。

(3) 会員の安全対策及び連帯感の高揚

老人クラブの安全対策と連帯感の高揚のため、老人クラブ傷害保険・賠償責任保険の加入促進及び老人クラブ会員章の普及拡大を進めます。

III 事業実施計画

(1) 老人クラブ活動の振興及び周知に関する事業

札幌市老人クラブ大会、各区老人クラブ連合会との連携の強化及び助成、30人未満になつた

単位クラブへの助成、老連さつぽろの発行、札老連ホームページの普及・活用、社会奉仕活動

の推進など、老人クラブ活動の振興を図るとともに、老人クラブが行っている地域貢献活動を

責任保険の加入促進、老人クラブ会員章の普及拡大や「老人ク

ラブ高齢消費者被害防止キャンペー

ン」の推進及びデジタル社

会への対応を進めるため、関係機関や団体等と連携した高齢消

費者被害防止活動を推進します。

(2) 研修事業

北海道ブロッククリーダー研修会、全国老人クラブ大会や高齢者の健康づくり・生活支援セミナーへの区老連若手リーダーの派遣など、老人クラブ活動の推進を図るとともに、今日的な諸問題や基本的な知識と活動の理解を深めます。

(3) 健康づくり事業

高齢者の健康づくりリーダー養成や活動の普及・啓発を進め、介護予防や元気な高齢者の増加を目的に健康づくりに関する事業を実施します。

また、健康づくり研究会等を活用して、健康づくり・介護予防など、具体的な活動を通じて、会員の健康寿命の延伸を目指します。

(4) 会員の安全対策及び連帯感の高揚

地域に根ざした豊かな医療と福祉を創造する
社会医療法人 豊生会
東苗穂病院
総合診療科外来・専門外来・入院
検査・リハビリテーション
TEL.011-784-1121
札幌市東区東苗穂3条1丁目2-18

最新システムオーラルスキャナー導入
チロエック内から、お体の
完全予約制
あさひまち
歯科クリニック
月・火・木・金／8:30～17:00
(休み:12:00～13:00)
土／8:30～14:00
札幌市豊平区旭町1丁目1番16号 予約TEL 011-831-1717

月寒コウ歯科
医療法人佳眞会
TEL.011-598-8469
札幌市豊平区月寒西1条8丁目8-7 セロテック本社ビル1F

シプリデンタルクリニック
札幌ふしこ
SIPULI DENTAL CLINIC
札幌市東区伏古5条5丁目2-5
TEL.011-786-8787

社会福祉法人 札幌報恩会
https://www.hoon.or.jp
厚別区厚別町上野幌822
TEL.011-891-2020 FAX.011-891-2021
●札幌報恩学園 ●グリーンホーム厚別
●ワークショッピング上野幌
●宿泊型自立訓練 のぞみ寮
●一体型グループホーム／共同生活援助くるみ寮
●ホーリース ●そよ風 ●サポート91
●ステーション106 ●まごころ保育園
●就業・生活相談室しんさっぽろ ●幌西ほうおん

株式会社 杉匠
■創匠 特注家具・什器製作
■建匠 内装工事・建築一式工事
■折匠 寺院内装工事・仏壇仏具製作
■MEDA FAV Tools for outdoor & everyday life
【本社】 札幌市東区北48条東8丁目1-20
TEL.011-299-6319
【工場】 札幌市東区中沼町135-92
TEL.011-769-0661

東部版

令和7年度 札幌市老人クラブ連合会役職員

役職名	氏名	所属等
会長	土肥 勝夫	白石区老連会長
副会長	菊地 富男	清田区老連会長
副会長	大物 由明	中央区老連会長
副会長	瀧口 潔	豊平区老連会長
常任理事	工藤 勝美	北区老連会長
常任理事	小林 恒男	東区老連会長
常任理事	大隈 芳弘	厚別区老連会長
常任理事	小村 裕	南区老連会長
常任理事	若狭 博光	西区老連会長
常任理事	佐々木 針	手稲区老連会長
常任理事	山本 昭子	札老連女性部部会長
常任理事	高橋 誠	札老連事務局長
理事(学識等)	足立 広亮	札幌市高齢保健福祉部長
理事(学識等)	毛利 泰大	札幌市生涯学習振興財団事務局長
理事(学識等)	小松 祐司	札幌市社会福祉協議会事務局次長
理事	三上 嵩男	中央区老連副会長
理事	武田 正人	北区老連副会長
理事	三上マリ子	東区老連副会長
理事	山中 忠典	白石区老連副会長
理事	仙道 正視	厚別区老連副会長
理事	村上 信雄	豊平区老連副会長
理事	村上 昭治	清田区老連副会長
理事	川幡 吉夫	南区老連副会長
理事	大越 明徳	西区老連副会長
理事	阿部 衛	手稲区老連副会長
理事	林 早智子	札老連女性部副部会長
監事(学識等)	柏 浩文	札幌市社会福祉協議会総務部長
監事	岡 春夫	白石区北郷長寿会会长

私たちは札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

配電盤・分電盤・制御盤・電気工事業
耐圧試験・継電器試験・塗装工事業**KYN 力ヤノ電気工業** 株式会社札幌市東区丘珠町 563 番地
TEL.011-768-8649灯油
プロパン(LPガス)
住宅リフォーム

有限会社丸克燃料センター

札幌市東区北50条東6丁目1番1号

TEL:011-704-3625

空調・衛生設備工事／省エネ提案

恒星設備 株式会社札幌市東区北20条東22丁目1番1号
TEL 011-782-0400建設機械のリース・レンタル・販売・修理
NATM 建設機械の販売・修理

有限会社ワールド物産

本社：石狩市花川南4条3丁目167
札幌営業所：札幌市東区丘珠町624番地1

TEL.011-790-5550

住宅リフォーム、内装、外装、水周り、新築

菱立 羽立工務店

札幌手すり工房

検索

札幌市東区北44条東9丁目2番23号

TEL 011-752-2891

出張料
見積もり

(手すり) TEL 011-769-0969

無料

札幌市指定給水装置工事事業者
札幌市排水設備指定工事業者**大丸工業** 株式会社

東区北25条東16丁目2番15号

TEL:011-786-6630



モルックってなあに?

モルックとは、フィンランドのカレリア地方の伝統的なキッカ(kyykkä)というゲームを元に Lahden Paikka 社(当時 Tuoterengas 社)によって1996年に開発されたスポーツです。

母国フィンランドでは、サウナとビールを楽しみながらプレイされている気軽なスポーツです。

とても簡単なルールで老若男女問わず楽しめます。

モルックを使う道具

■モルック



投げる棒のことをモルックという。
下手投げで行うのが基本。

■スキットル



木製のピン。モルックを投げて
スキットルを倒す。

■モルッカーリ



モルックを投げる位置を示す。
地面において使用します。

札幌市では、例年9月の高齢者保健福祉週間にあたり、高齢者福祉に尽くし市民の良き模範と認められる個人や団体の功績を称えるとともに、広く敬老思想の高揚をしました。

「社会福祉の増進に貢献している老人クラブ(1クラブ)」が表彰されました。なお、本年度は、「老人クラブの運営に寄与している個人」については推薦者がありませんでした。

図るため、表彰を行っています。
令和7年度の老人クラブ関係の受賞は次のとおりです。
9月17日(水)に札幌市役所において表彰式が行われました。



札幌市老人クラブ連合会理事
林早智子氏(東区札苗福寿会)
が令和7年8月3日逝去されました。
謹んで哀悼の意を表し、ご冥福をお祈り申し上げます。

訃報

社会福祉の増進に貢献している老人クラブ

区名	老人クラブ名
清田区	清田高台高寿会

私たち札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています



三和建設 株式会社

土木工事・舗装工事・水道施設工事・管工事

東区北34条東27丁目6番7号

TEL.011-785-0767



株式会社 大徳機設工業

東区東苗穂14条3丁目29番8号

TEL.011-776-7608



株式会社 隆設備工業

札幌市東区東苗穂14条2丁目21番10号

TEL.011-213-9371



Tsuji Plant

株式会社 辻プラント

- ステンレス加工
- 各種管工事
- 非破壊検査用配管工事
- 各種プランツ工事
- メンテナンス工事

札幌市白石区東米里 2124-45

TEL.011-872-9764



有限会社 丸元工業

札幌市東区丘珠町 511 番地 41

TEL.011-374-1500

- ◇エス・ピー・ファイバー(繊維化樹脂舗装)
- ◇舗装工事・インターロッキング
ロードヒーティング・土木工事
- ◇外構工事・造園工事一式
- ◇冬季除・排雪 ◇その他



株式会社 創和工業

札幌市東区中沼町 20 番 153

TEL.011-791-6890

地域密着の活動を 実り多き学びの場

7月24日（木）、令和7年度北海道ブロック老人クラブリーダー研修会が、北海道立道民活動センター（かでる2.7）かでるホールにおいて開催されました。

道内から老人クラブの役員、若手リーダー、関係者など171名（札幌市老連からは85名）が参加しました。札幌市老人クラブ連合会土肥勝夫会長による開会のあいさつ後、森下歯科医院森下正志院長に「歯医者に行くとフレイル予防・認知症予防になるのか？」と題して講演していただきました。休憩を挟み、全国老人クラブ連合会千葉和成参事による基調講演、札幌市手稲区新発寒寿会芦田紀代会長、池田町老人クラブ連合会郷司碩子副会長による事例発表が行われ、北海道老人クラブ連合会佐々木茂会長によるあいさつで閉

会となりました。
今回の研修会は、森下院長の講演では「歯科医院を受診することが重要であり、歯を大切にすることが介護予防となる」と、大変わかりやすく説明していただきました。午後からは、千葉参事から「今後の老人クラブ活動の振興に向けて」と題して老人クラブの状況やこれから老人クラブ活動に向けての基調報告があり、事例発表では今後の老人クラブ活動の参考となるそれぞれの団体の興味深い活動事例が発表されました。

そこで、老人クラブのリーダーとして、地域に根ざした活動に生かし、次代につなげる上でヒントとなる有意義な研修会となりました。



私たち札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

信頼と実績を未来へ
NAKAYAMA
ARCHITECTURE / CIVIL ENGINEERING / DEVELOPMENT

株式会社 中山組

札幌市東区北19条東1丁目1番1号
☎ 011-741-7111

100年企業を目指して(1975年設立)
株式会社 日栄建設
NichieiConstr Co.,Ltd.
代表取締役社長 小山内 守

札幌市厚別区厚別西1条1丁目1-50
TEL: 011-892-4517

中古車販売、買取
免許の返納で車の売却をお考えの方 ご相談ください

株式会社 D-FREED

札幌市東区東雁来町309番地109
TEL 011-792-0324

○土木工事業 ○管工事業
○水道施設工事業 ○除雪業務 ○雪堆積場業務

有限会社 北都工業

札幌市豊平区平岸4条9丁目9番15号
TEL 011-824-2539

HOKU SHIN
建物・解体工事の事なら
お気軽にご相談下さい

有限会社 北新重工業

札幌市白石区川下5条3丁目4番7号
☎ 011-874-9367

一般土木工事 / 蓋装工事 / 下水道工事
水道施設工事 / 建築工事 / 造園工事

特定建設業 大富工業株式会社

ISO9001認証 / ISO14001認証

札幌市東区東苗穂5条1丁目6-36
☎ (011) 781-5311



◆閉会
北海道老人クラブ連合会
佐々木 茂 会長



札幌市老人クラブ連合会
土肥 勝夫 会長



◆講演
森下歯科医院
院長 森下 正志 氏



◆基調報告
「今後の老人クラブ活動の
振興に向けて」
全国老人クラブ連合会
参事 千葉 和成 氏



◆事例発表
「ながいき弁当友愛訪問活動」
池田町老人クラブ連合会
副会長 郷司 碩子 氏



◆事例発表
「新発寒寿会の概況および
活動報告」
札幌市手稲区 新発寒寿会
会長 芦田 紀代 氏

私たちちは札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

有限会社 鋼営工業

鋼構造物工事業

札幌市東区東雁来町 309-80

☎ 0120-181-810
<https://www.sapporo-koei.co.jp>

車検整備・板金塗装・自動車修理
北海道陸運局認証整備工場

有限会社 小西自動車

東区東雁来6条2丁目5番10号

TEL.011-781-7373

給排水・衛生設備工事
除雪・排雪・雪おろし



有限会社 北真住設

札幌市豊平区西岡3条13丁目447-103

☎ 011-588-5577


アイケン工業 株式会社

南区常盤6条2丁目122番地13

TEL 011-591-8321

北佐藤電気工事(株)



中古車販売

UNICO Auto 株式会社

東区東雁来6条2-3-10

TEL.011-788-7400

眠れぬ夜闇の向こうに夏館

北郷長寿会 畑山 幸子 寿楽会

鯉幟元氣ありても一休み
満月を仰ぎ愛でるや有卦に入る

稻積公園西ふれあい友の会 石塚 のり
貝寄風やすそひるがえる名場面

空高く青鶯一羽みつけたり

北郷長寿会 村上 美和

厚別西シニアクラブ 北川 啓子
耳つけて春の音聞く大樹で

稲積公園西ふれあい友の会 大前 すみ
廃線の最後の電車雪えくぼ

桜散る感謝を込めてお礼肥え

北郷長寿会 秦 陽子

南旭町しらかば会 滝沢 祇薰
暮下りてコンサート帰り春の空

川柳

紫陽花の開花間近や我が庭も

北郷長寿会 黒崎眞由美

南旭町しらかば会 中村口クヨ
蝦夷梅雨の明けて騒めく藻岩山

大前 すみ
老いそれと遡ってたまるか一万歩

紫陽花の色様々に風に揺れ

北郷長寿会 田頭 りよ

中ノ沢渓楓会 堀 正勝
さらさらと雨の落ち来る夜半の夏

山鼻和楽会 佐藤 進
孫帰省ひとりぐらしで急成長

山霧や尾根を辿りて空に消ゆ

岡 雅子

中ノ沢渓楓会 進藤 薫
夏夕立土壁匂ふ軒の下

山鼻和楽会 佐藤 進
二万バラマキ毎月選舉すればいい

散る桜我身散るも世の運命

高澤 英治

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
A.Iで仲人いらすマッチング

◆厚別区

古里の背を超す雪の始発駅

寿楽会 吉岡 一枝

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
年齢証いらぬでしょ顔パスで

◆西区

寿楽会 吉岡 一枝

青紅葉人の出逢いは宝物

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

折鶴をほどいて教う原爆忌

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
球ひろいやる気ムンムン汗流す

◆西区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

中ノ沢渓楓会 進藤 直樹
霞草衣被舞ふ人に逢ふ

佐藤 進
夫なくビール片手にひとり酒

◆手稲区

寿楽会 吉岡 一枝

目貼剥ぐポツンと角の古い家

**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。
- ※保険担当者とは…加入者の取りまとめ、加入申込書の記入、申込内容確認の窓口等をしてくださる方です。会長様は特に登録いたしませんので実務をしてくださる方をご登録ください。全老連保険係や保険会社から照会の連絡が入る場合があります。

2025年10月始期
2026年 4月始期版

老人クラブ 傷害保険 〈掛金・補償内容〉

自分がケガをした時の保険です。(病気は対象外)。

一部のタイプでは他人の物を壊したり、
他人にケガをさせた場合^{*1}も対象となります。1人1口加入で年齢制限はありません
(複数口加入はできません)。*1 法律上の賠償責任が伴う対人・対物事故が対象です。

● 保険始期月
および保険期間

保険始期月	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
2025年10月	2025年7月15日～9月15日まで	2025年10月1日午後4時から1年間
2026年 4月	2026年1月15日～3月15日まで	2026年 4月1日午後4時から1年間

● 掛金タイプと補償内容

〔新〕「熱中症危険補償特約」が全タイプにつきました!!

【クラブ活動中とは】所属する単位老人クラブがあらかじめ計画・実施する活動、市区町村(地区・校区)から全国までの各老連が主催する活動イベント、老人クラブ関係者として他団体の活動への参加(往復途上を含む)

タイプ 補償内容 (保険金額) 掛金 (1人あたり)	24時間型				活動型	
	12,000円/年	8,000円/年	5,000円/年	3,500円/年	1,000円/年	500円/年
死亡保険金	410万円 (250万円)	290万円 (210万円)	270万円 (190万円)	170万円 (125万円)	80万円	45万円
後遺障害保険金	160万円 (一)	80万円 (一)	80万円 (一)	45万円 (一)	80万円	45万円
入院保険金日額 1事故につき30日限度	6,300円 (2,500円)	3,370円 (1,420円)	3,320円 (1,370円)	2,070円 (1,080円)	1,950円	980円
通院保険金日額 1事故につき30日限度	3,900円 (1,350円)	2,010円 (760円)	1,970円 (720円)	1,140円 (550円)	1,250円	590円

■ 8,000円、12,000円タイプには「個人賠償責任補償」(1億円限度)、「地震・噴火・津波補償」の特約がついています。

老人クラブ 賠償責任保険 〈掛金・補償内容〉

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 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

*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。



公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係

T100-0013 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

加入申込書等、
資料請求先

専用FAX 03-3597-8767

お問い合わせ
ご相談

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

受付時間 9:30から12:00まで 土、日、祝祭日、

13:00から17:00まで 年末年始休

※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。

2025年3月作成 24TC-007888

老人クラブに 加入しませんか

楽しい出会いが
たくさん
待っている。

楽しい 仲間づくり

カラオケ、ダンスなどの
趣味や文化活動
会報の発行
旅行会、誕生会など

奉仕活動

公園、町内清掃
保育園、
小学校との交流
地域の見守り
パトロールなど

健康づくり

ゲートボール、
パークゴルフ
などのスポーツ
いきいきクラブ体操
など

あなたの豊かな経験と知恵を活かして、
仲間と共に楽しいクラブづくりにぜひ参加してください。

私たち札幌市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**不動産とリフォーム ←どちらも分かる
“住まいの総合相談窓口”です。**

段差の解消や手すり設置など、暮らしを安全にするリフォーム
から将来を見据えた不動産相談まで承ります。バリアフリー、
車椅子対応の間取りを実際に体感しませんか？

北区拓北にてモデルハウス公開中



建築舎
KENCHIKUSHALINE



0120-376-204

北海道知事石狩(3)第8074号 北海道知事許可(般-2)石第22067



曾根眼科
KONO EYE CLINIC

☎(011)858-1010

日本眼科学会眼科専門医	院長	曾根 聰
●眼科一般診療	●日帰り白内障手術	
診療時間	月	火
9:00～12:00	●	●
13:30～17:00	●	●
■休診日／日曜・祝日	■土曜日は12:00まで	
■午休み／12:00～13:30	■水曜手術	●あり
札幌市豊平区西岡4条4丁目1番1号	西岡メディカルビル3F	

自宅や入居施設への訪問専門
マッサージ・はりきゅう・運動
在宅訪問マッサージあいの手

- むくみ・痛み・痺れの緩和に、退院後のケア・リハビリに
- 主に厚別区・白石区・清田区へ地域密着でご訪問
- 健康保険を使い、1回約400円程度です(生活保護対応可)

無料体験受付中!

☎0120-537-700



東部版