

ゆめクラブ神奈川

YUME JOURNAL KANAGAWA

ゆめジャーナル 神奈川

通巻211号

(令和8年7月号)

kanagawa@yumekurabu.or.jp
https://www.yumekurabu.or.jp/



孤独孤立をなくそう
～集まれば
みんな元気！～

海南神社 夏例大祭

CONTENTS

P2 ごあいさつ～理事長・女性会議代表～

P3 令和8年度役員紹介

P4～5 令和8年度活動方針・事業計画

P6 連合会の活動紹介～愛川町老人クラブ連合会～

P7 クラブの活動紹介～相模原市相模台老人クラブ連合会～

P8 クラブの活動紹介～三浦市尾上町シニアクラブ～

P9 孤独・孤立対策推進法について

P10 担い手養成研修シンポジウム(3月11日)の報告

P11 県老連の動き・歌集提供のお知らせ

公式LINE登録方法

P12 編集委員お薦めスポット【茅ヶ崎市】

発行／(公財)神奈川県老人クラブ連合会 発行人／鈴木 郁男

事務局／〒221-0825 神奈川県横浜市神奈川区反町3-17-2 神奈川県社会福祉センター5階 TEL／045-311-8737

制作・印刷／株式会社ニチコミ TEL／03-5718-3900 http://www.nichicomi.com

発行日／令和8年7月15日

理事長就任あいさつ



健康で生きがいのある活動へ

神奈川県老人クラブ連合会 理事長 鈴木 郁男

県老連会員の皆さまからのご承認をいただき、このたび、理事長に就任いたしました南足柄市老連の鈴木郁男です。

この大役、身の引き締まる思いでお受けいたしました。老人クラブは、長い歩みの中で、そして変化する時代の中で、地域

の活動を続けてきました。長寿を実感し、健康であることを大切にして、社会とつながることへの喜びと生きがいを目標に、地域づくりの一端を担ってききました。

しかし、急速に進む高齢化社会に伴って、孤独・孤立の問題

など、地域に問い掛けられている課題も感じています。

悲観することはありません。この温暖で四季豊かな神奈川の自然の恵みを感じつつ、皆さまと共に楽しく活動を進めてまいります。

女性会議代表就任あいさつ



ゆめ広がる活動を皆さまと！

神奈川県老人クラブ連合会 女性会議代表 太田 恵子

このたび女性会議代表のお役目をいただきました。

老人クラブに飛び込んで10年。県でも市でも、たくさんの方とアクティブな先輩たちにお会いすることができました。

ひとたび膝や腰をいためて

も、弱気にならず自分で治してしまつた方。日々、声を出し、体を動かすことに努力されている方。

人間大好きな私としては、ここで出会う方々こそ、オイル（老いる）ショックに立ち向かう希

望の道しるべです。

素晴らしい先輩たちからのたすきをつなぎ、新しい会員を迎えながら、ゆめ広がる活動を続けてまいりたいと思います。

皆さまどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



後列左から) 中村監事(茅ヶ崎市)・太田理事(大和市)・安藤理事(相模原市)・福岡理事(平塚市)・伊藤理事(厚木市)・福住理事(箱根町)・平井一美(逗子市)・玉田監事(相模原市)・岩田理事(山北町)・深井外部理事(県社会福祉協議会)

前列左から) 岡松副理事(大和市)・小宮副理事(秦野市)・鈴木理事長(南足柄市)・山崎副理事(葉山町)・大神田副理事(相模原市)・福地(常務理事・事務局長) 顔写真) 平井良一副理事

監事		理事										副理事長			理事長															
玉田	中村	福地	深井	太田	安藤	岩田	福住	伊藤	福岡	平井	大神田	平井	岡松	小宮	山崎	鈴木														
稔	民世	賢一	康信	恵子	正義	芳明	正巳	桂	光夫	一美	賢	良一	弘純	進	時彦	郁男														
相模原市		茅ヶ崎市	外部理事 神奈川県社会福祉協議会 常務理事		理事兼女性会議代表		相模原ブロック・相模原市		足柄上ブロック・山北町		西湘ブロック・箱根町		県央ブロック・厚木市		湘南ブロック・平塚市		横三ブロック・逗子市		相模原ブロック・相模原市		西湘ブロック・小田原市		県央ブロック・大和市		湘南ブロック・秦野市		横三ブロック・葉山町		足柄上ブロック・南足柄市	

6ブロック(横三、湘南、県央、西湘、足柄上、相模原)から各2名の理事をご推薦いただき、そのうち1名が副理事長となり、6名の副理事長から1名を理事長として承認しました。

新しく心ひとつに

令和8年度 ゆめクラブ神奈川の役員紹介

県老連
令和8年度

活動方針

老人クラブは、人と人とのつながりを築いていく、地域の二つの拠点です

一昨年4月、孤独・孤立対策推進法が施行されました。子どもから大人まで、社会からの孤立が原因と考えられる事象が増えていることが背景にあります。最近テレビで報道される青少年による悲惨な犯罪も、社会からの分断・孤立が生み出したものかもしれません。

今年度、県老連は神奈川県から、高齢者が孤独・孤立に陥らないよう地域の高齢者による見守り活動など、地域資源を活用した支援体制を市町村に整備することを目的とした新たな事業を委託されました。友愛活動が、重要な地域資源の一つとして期待されています。

私たち老人クラブは、「地域共生社会」の担い手の一員なんだという自覚と自負を抱いて、これから、こころ豊かな地域社会の実現に貢献していきたいと思っています。

県老連
令和8年度

事業計画

◇「か」かがやいて元気に生きる
(健康・生きがい事業)

- ①市町村老連での高齢者健康づくり実践教室の開催への支援
- ②高齢者社会参画・生きがいづくり支援事業（県委託事業）
- ・ゆめクラブ大学―県内6ブロックで実施
- ・地域支援事業担い手養成研修事業

―モデル地区での担い手養成研修―
―新しい生活様式でつながる研修―
―地域支援担い手シンポジウム―
③高齢者孤立支援事業（新規事業）
◇「な」なかまを広げて仲良く生きる（社会活動事業）

- ①友愛チームによる一人暮らし高齢者や在宅高齢者への支援活動
- ②友愛活動等支援事業
- 30市町村老連で会員以外の高齢者も含めた活動の展開
- ③友愛チーム資質向上研修会
- 6ブロックで実施
- ④地域活動支援事業
- a 市町村老連が行う次世代や

他団体との交流事業
b 地域の安全安心支援
c パソコン活用事業

* 市町村老連はa b c から1事業を選択

⑤9月20日「社会奉仕の日」統一活動の実施

⑥老人クラブ会員増強運動の実施
⑦新しい老人クラブへのスタート支援

解散・休会クラブの復活や新規誕生老人クラブへの支援
◇「が」学習・参加で豊かに生きる（情報提供学習によるリーダー養成事業）

①機関紙「ゆめジャーナル神奈川」年2回発行

②ブロック別単位クラブリーダー・新任会長等研修会の開催（7力所）

③県老連役員、地域活動推進員の研修会、関東ブロック研修会への参加

④市町村老連の指導育成―6ブロック老連連絡会議への支援

◇「わ」わくわく「に」に楽しく生きる

①神奈川県老人クラブ等功労者のつどいの開催

②賀詞交歓会の開催

③全国老人クラブ大会の開催

(11月26日27日 鳥取県で開催)

令和8年度の重点目標

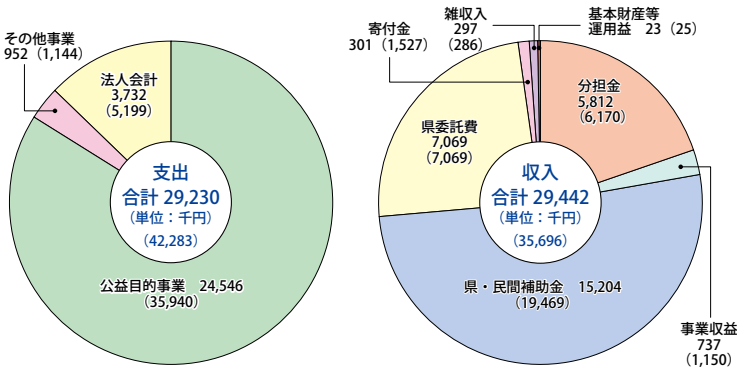
- I 新しい老人クラブを作ろう
解散・休会クラブの復活、新規誕生クラブへのスタートアップ支援
- II ICTを活用した仲間づくりの促進
スマホ・ラインを活用した会員の連絡、老人クラブ活動の広報に活用
- III 地域の多様な団体・組織、地域住民との連携
自治会、地域包括センター、学校、サークル活動などと積極的に連携
- IV 友愛活動の一層の活性化
1クラブに1友愛チームの結成、高齢者の孤独・孤立対策への貢献
- V 地域活動推進員の活動の活性化
市町村老連における地域活動推進員の役割の再認識
- VI 民間企業等からの外部資金の獲得
老人クラブの高齢社会に果たす役割への民間企業等からの理解
- VII 県老連の財政再建に向けた継続的で不断の見直し

支出のうち公益目的事業の内訳

(単位：千円)

事業	金額	説明
クラブ等育成事業	1,182 (853)	県老連、関ブロ、市町村老連研修
地域活動事業	10,525 (10,267)	健康づくり支援、友愛、地域活動支援
調査広報事業	119 (49)	ゆめジャーナル委員会等
大会会議費	577 (5,650)	全国老人クラブ大会、功労者の集い
事業活動基金事業 (旧21世紀基金)	0 (419)	スポーツ交流大会 基金運営委員会
高齢者社会参画・ 生きがいづくり支援事業	1,535 (2,473)	ゆめクラブ大学 地域支援担い手養成研修
共通経費	10,607 (16,229)	事業に伴う人件費、事務管理経費他
合計	24,546 (35,940)	

令和7年度決算 ()内は令和6年度決算

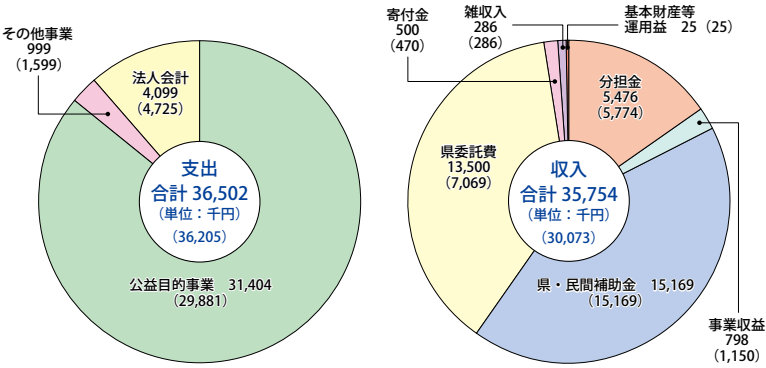


支出のうち公益目的事業の内訳

(単位：千円)

事業	金額	説明
クラブ等育成事業	1,386 (1,487)	県老連、関ブロ、市町村老連研修
地域活動事業	10,935 (10,997)	健康づくり支援、友愛、地域活動支援
調査広報事業	186 (186)	ゆめジャーナル委員会等
大会会議費	905 (609)	全国老人クラブ大会、功労者の集い
事業活動基金事業 (旧事業活動基金事業)	0 (90)	スポーツ交流大会 基金運営委員会
高齢者社会参画・ 生きがいづくり支援事業	2,072 (2,284)	ゆめクラブ大学 地域支援担い手養成研修
高齢者孤立支援事業	5,000	
共通経費	10,920 (14,228)	事業に伴う人件費、事務管理経費他
合計	31,404 (29,881)	

令和8年度予算 ()内は令和7年度予算



連合会の
活動紹介

愛川町

半世紀続くふれあい農園活動のご紹介



土にふれながら園児と交流

ふれあい農園は、愛川町老人クラブ連合会が 愛川町から依頼を受けて行っています。

いつから始まったのかは不明ですが、半世紀近くの長い間町の支援を受けながら、町内すべての老人会（17クラブ）がそれぞれの地域にある保育園の園児を対象に、作物を育てて収穫する活動を始め、保育園と老人クラブとの交流が続いています。

その中のひとつの取り組みをご紹介します。

愛川町中津地区の6つの老人クラブでは、年間を通して次のような活動を行っています。

- ★畑でサツマイモやジャガイモを育てる活動
- ★保育園での園芸活動（花の球根を植えるなど）
- ★保育園の清掃活動
- ★保育園での正月遊びや、昔ながらの遊びの活動

保育園との交流は、老人クラブの会員にとって心が温くなる大切なひとときです。

一方で、時代の変化に伴い活動の内容を見直す必要が出てきました。

保育園の閉鎖や園児の減少、老人クラブの減少（22クラブから17クラブへ）などが主な理由です。

特に農作業については、夏の高温による保育園や老人クラブ会員の健康への影響が心配され、期間の短縮、活動の場所や規模を小さくせざるを得ず、運営には苦労もあります。

このように、いろいろな課題はありますが、世代を超えて交流することはとても大切なことです。

今後もできる形でこの活動を続け、次世代に伝えていきたいと思います。（中村 隆幸 記）

クラブの 活動紹介

相模原市相模台老人クラブ連合会 双葉ゆめクラブ

老人クラブの会長のなり手がいない問題も解決!!! 相模原市相模台老人クラブ連合会 双葉ゆめクラブの試み

老人会の活動を自治会の活動 の一つと位置付ける

会員数の減少（平成 30 年の喜寿会会員 24 名まで減少）

自治会の3割が高齢者にも関わらず、自治会費の多くを使う夏まつりは子どもや若年層の参加が多く、高齢者の行事は9月の敬老祝いのみでした。

そこで、自治会の中に「子ども会」のような「高齢者の小組織＝老人会」を作りました。

また、自治会員向けに会費無しで老人会にお誘いしたところ、双葉ゆめクラブ発足の令和元年に 35 名が応募、コロナの期間を乗り越え現在は 74 名まで増加しました。

自治会員は年会費無しのまま、自治会員以外の方からは自治会からの活動助成金に相当する額（年会費 1000 円程度）を頂戴しております。

自治会長が老人会の会長を 兼務

老人クラブ会員の高齢化に伴い、会長のなり手がいないために、活動を休止せざるを得ないクラブがある中、地域のことがわかる自治会長が小組織のボスに、副会長や会計などの役職も自治会役員に兼務していただくことで、役員のなり手がいない問題は解決。

この考えを具体化し、令和元年に双葉ゆめクラブが誕生しました。

自治会長が忙しい問題

自治会長が老人クラブの会長を兼務するので、忙しくされているときは、会員さん同士でできることを積極的に行います。

高齢者でも一人一人ができることをすることで、地域参加を容易にできる環境を自然につくることができました。

相模原市相模台地区のこうした取り組み、いかがでしたでしょうか？

ここでは限られたことしかご紹介できませんでしたが、ご興味のある方は双葉ゆめクラブにお取次ぎいたしますので、ジャーナル編集委員会事務局までご連絡ください。

皆さんの地域では、会長のなり手がいない問題について、どのような取り組みをされていますか？「こんなことしていますよ」などぜひ教えてください。

ジャーナル編集委員が、皆さんの地域にお伺いいたします。
(戸部陽一郎 記)



クラブの
活動紹介

♪三浦市尾上町シニアクラブの活動♪

〈カラオケサークル「カトレア会」(15年前に発足)〉

★歌を通じて交流★

月に2回金曜日の午後1時から4時までの間、昭和歌謡を中心に明るく、楽しく、元気よく歌いながら親睦を深めています。

平均年齢は80歳を超え、最高齢は97歳です。メンバーは10名で、毎回6～7名が持ち歌以外の新しい歌にもチャレンジしながら楽しんでいます。

♪口腔機能の維持で
フレイル予防!!

歌うことは、唾液の分泌量が増えるうえに、嚥む力や飲み込む力も維持でき、心も明るくなります。

♪認知機能の低下を予防する
3つの効果

- ・運動：歌うこと自体が運動になる。
- ・認知トレーニング：歌詞を覚えて思い出すことで認知機能の低下予防

- ・社会参加：誰でも親しみやすく、楽しく仲間づくりがやすくなります。

あの辛いコロナ禍の時期も休むことなく対策を徹底して続けて開催してきました。

みなさんと交流し「歌うこと」を通して、ストレスの解消、孤独の軽減、認知症予防を目指しています。

マンネリ化を防ぐために、新曲を含む新しい課題をプラスして「シニアのしゃべり場、居場所」づくりを続けていきます。

カラオケサークル「カトレア会」は、何歳になっても「大きな声で歌う」ことで心身ともに健康を維持できるよう活動していきたいと願っています。

(塚越 郁子 記)

フレイルと認知症予防に
効果が期待されるカラオケ



認知機能の維持・向上
歌詞を覚える、音程をとるなど脳を活性化!

身体機能の維持
姿勢を保つ、呼吸を深くすることで筋力やバランスの維持に!

口腔機能の維持
発声や歌唱で口やのどの筋肉を使い、誤嚥予防にも!

心の健康・うつ予防
歌うことでストレス解消や気分の向上に!

社会参加・交流の促進
みんなで歌うことで人とのつながりが広がり、孤立予防に!

楽しく歌って、心も体もいきいきと!

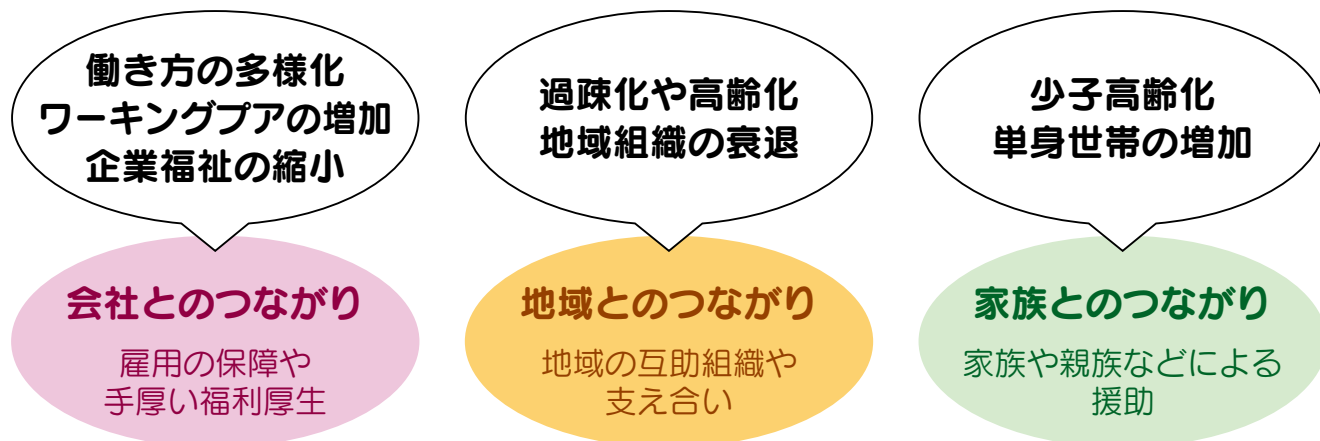
カラオケは、心と体を元気にする習慣です!

孤独・孤立対策推進法って??? ～老人クラブの果たす役割～

令和6年に施行された「孤独・孤立対策推進法」ってご存じですか？

背景としては……

社会構造の変化（単身世帯の増加、働き方の多様化、インターネットの普及など）により、**家族や地域、会社などにおける人との「つながり」が薄くなり、誰もが孤独・孤立状態に陥りやすい状況にあります。**



○今後、単身世帯や単身高齢世帯の増加が見込まれる中、孤独・孤立の問題の深刻化が懸念される。

～厚生労働省の「孤独・孤立対策について」から引用～

★老人クラブの役割

全国老人クラブ連合会は、健康・友愛・奉仕を「全国三大運動」に掲げています。そして、私たち単位クラブでは「仲間づくり」を日々の活動指針に行動しています。

中でも「友愛活動」は、地域で共に暮らしている私たちの自主的な支え合い（見守りやサロンでのお茶会、趣味の集まり）です。

地域で困っている人に気付き、民生委員や地域包括ケアセンターと連携して支え合い、行政の窓口へつなぐこともできます。

まさしく、地域のセーフティーネットのような役割を担っています。

老人クラブの活動を地域の人たちにも知ってもらい、共に地域を支え合い、誰もが安心して暮らせる社会になるよう私たち一人一人が地域で何ができるかを考え行動していきましょう。

そうすれば、このような新しい法律もいらなくなるはずで

（平井 良一 記）

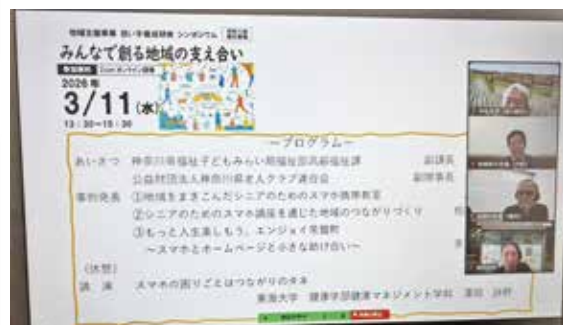
担い手養成研修シンポジウム（3月11日）の報告

毎日の暮らしから防災まで 広がるスマホの活用術

神奈川県県の委託事業として、モデル事業を希望して実施した老連の事例報告会です。

単位クラブでも実施可能な事業です。地元の高齢者同士がスマホでつながるということが浸透してきたようです。LINE

のみならず防災、買い物などでも使用したい方が多いみたいです。今年度も同じ事業があるので、希望するクラブは市町村事務局に伝えてくださいね！
※発表動画は表示のQRコードから見るができます。



需要の高いスマホ講座

【事例報告1】

「地域をまきこんだシニアのためのスマホ携帯教室」

座間市老連 立野台長寿会 塩谷 幸彦

LINEのグループの他に防災情報、Wi-Fiについて学びました。継続の希望が多かったので、来年も実施予定です。



【事例報告2】

「シニアのためのスマホ講座を通じた地域のつながりづくり」

相模原市老連 相模台地区老連 戸部 陽一郎

市で広報を出したら、参加希望者がすぐに集まり大好評でした。デジタル推進員の方が複数いて、丁寧に教えてくれました。



【事例報告3】

「もっと人生楽しもう、エンジョイ常盤町～スマホとホームページと小さな助け合い」

茅ヶ崎市老連 エンジョイ常盤町 平松 民平

スマホの講座は定例の集まりの中で、気軽に聞けるように実施しています。買い物や詐欺への注意など、最近はいろいろな要望があります。



【講演】

「スマホの困りごととはつながりのタネ」

東海大学 健康学部健康マネジメント学科 澤岡 詩野

情報弱者と言われがちな高齢者ですが、スマホを便利な道具として使うとよいことが結構あります。



県老連の動き～事業実施のご報告～

1月	9日	賀詞交歓会
	23日	文書立ち入り検査
	28日	ゆめジャーナル 事務局打合せ
2月	6日	正副理事長会
	16日	ゆめジャーナル 第1回編集委員会 Zoom
3月	6日	正副理事長会 / 理事会
	9日	ゆめジャーナル 第2回編集委員会 (Zoom 併用)
	12日	全老連 評議員会
	24日	評議員会
	25日	事務担当者会議
4月	3日	正副理事長会
	7日	関東ブロック事務局長会議 (東京都健康プラザ)
5月	1日	正副理事長会
	7日	監事会
	8日	理事会
	25日	評議員会 / 理事会
6月	5日	正副理事長会
	24-25日	関東ブロック・リーダー研修会 (静岡県)
7月	3日	正副理事長会
	17日	役員研修会①
	22日	全老連 事務局長会議 (霞が関)
	23日	関東ブロック活動推進員研修会

公益財団法人 神奈川県老人クラブ連合会
令和8年 新年賀詞交歓会

令和8年新年賀詞交歓会



関東ブロックリーダー研修会
(左から) 宮崎浩子(事務局)、平井良一(小田原市)、
山崎時彦(葉山町)、松田冴子(事務局)、
小川栄子(南足柄市)、鈴木郁男(南足柄市) (敬称略)

みんなで歌う心のうた 100 選
提供のお知らせ

女性会議委員が選曲した歌集です。
A5 版サイズ1冊 1,100 円 (送料無料)。
詳細はゆめクラブ神奈川のホームページで
ご覧いただけます。



皆さんの地域での活動を今後のゆめジャーナルで紹介したいと思います。
ご興味のあるクラブはゆめジャーナル委員会事務局までご連絡ください。

ゆめジャーナル委員会事務局
TEL: 045-311-8737
Mail: kanagawa@yumekurabu.or.jp

公式LINEとお友達になってください!

ゆめクラブ神奈川は、公式 LINE で県老連情報や市町村老連の活動紹介を行っています。ぜひ、お友達登録をおねがいします!



【ゆめクラブ神奈川】
LINE 公式アカウント



友だち
募集中

@501endog



県老連の最新情報、各クラブの活動紹介、時にはプレゼント企画などお届けしています。

LINE の「友だち追加」から ID 検索するか、QRコードをスキャンしてください。

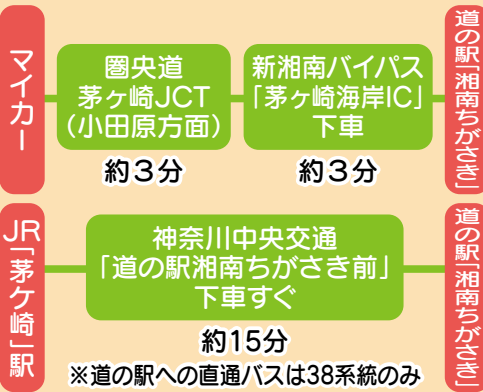
【友だち追加の方法】

- ① LINE を起動
- ② ホーム (もしくはその他)
- ③ 友だち追加マークをタップ
- ④ カメラが起動したら QR コードを読み取る
- ⑤ アカウントが表示されたら「追加」をタップ

道の駅「湘南ちがさき」



道の駅「湘南ちがさき」
神奈川県茅ヶ崎市柳島1546-1



道の駅「湘南ちがさき」は、令和7年7月7日に県内で5番目、湘南初の道の駅としてオープンしました。国道134号線沿いにあり、茅ヶ崎駅から直行バスが出ています。車やバイクでお越しの際は、新湘南バイパス「茅ヶ崎海岸IC」を下車し134号線に出てすぐの場所にあります。向かい側には柳島しおさい公園や柳島キャンプ場があります。

直売所には、地元の新鮮野菜、魚介類はじめ、湘南の海を感じるグッズや、クラフトビール、スイーツ等が揃っており、フードコートでは地元で水揚げされた海の幸満載の海鮮料理がおすすめ。茅ヶ崎で人気のフレンチの店もオープン。湘南の海風を感じる爽やかなスポットです。お帰りの際は、サザンオールスターズでお馴染みのえぼし岩を見ながら、サザンビーチをのんびり散策するのもいいですね。

(中村 民世 記)