

中国ろうきん友の会だより

第220号 2026年(令和8年)2月

☆ 会員獲得運動

友人・知人を誘って
行事に参加しよう!!

ろうきん友の会



玉野地区

玉野地区便り (第91号)

2025年11月28日発行

発行責任者 : 難波 薫

～ 諸会議 行事 ～ ☆ ◎第7回三役会 1月7日(水)【労金玉野支店】

『行事案内』 ◎初詣祈願バス旅行 1月21日(水)「淡路島七福神 覚住寺毘沙門天・宝生寺寿老人」



秋の伊予松山周遊観光バス旅行



【笑顔で石手寺参拝】



友の会からのお土産「四万十海苔と愛媛じやこ天」を買って帰路に着きました。
秋の旅行と初詣は、観光バスの運行規制等があり、行先が限定されて対応に苦慮しています。今回のように今まで行かなかったところも、余り足を運んでない所を探して、内容のあるものに行きたいと思っています。

「道後温泉ホテル」昼食は、愛媛の海鮮をはじめとする会席料理に堪能しました。その後は、「道後ハイカラ通り」に繰り出し、「坊ちゃん団子やタルト」等のお土産を爆買しました。

十一月十九日(水)「伊予松山周遊観光を熊野山石手寺・道後ハイカラ通り・萬翠荘旧久松家別邸・坂の上雲ミュージアム」は行ったことがなく、初めての見学だったので新鮮と好評でした。
参加者の皆さんは、道後温泉には幾度となく行かれていましたが、「萬翠荘旧久松家別邸・坂の上雲ミュージアム」の旅程で、八十名が参加して行いました。



【楽しみのビールで乾杯】



【入浴したいな！道後温泉本館】



【乗りたいな！坊ちゃん列車】



【坊ちゃんカラクリ時計】



【萬翠荘1号車の記念写真】



【萬翠荘2号車の記念写真】

出雲地区ろうきん友の会ニュース



発行責任者
出雲地区ろうきん友の会
会長 大田 茂

日帰り旅行を開催しました！

10月23日(木)、「由志園と堀川遊覧・小泉八雲旧居をめぐる旅」と銘打って日帰り旅行を開催し、2025年10月からNHK朝の連続ドラマ小説「ばけばけ」のロケ地である松江市を観光しました。

最初に12の鮮魚店が入る「境港水産物直売センター」へ行きました。活気溢れた市場では威勢の良い掛け合いが名物で、みなさんカニや干物などたくさん買い物されていました。次に牡丹と高麗人参が有名な大根島の「由志園」へ行き、1万坪の日本庭園にたくさんの花々を眺めながら地味豊かな郷土料理を堪能しました。

食事のあとは、いよいよ松江の城下町へバス移動し、小泉八雲記念館と小泉八雲旧居を見学しました。小泉八雲が約5か月間住んでいた「小泉八雲旧居(ヘルン旧居)」には、執筆で使った机や椅子などが再現され、三方に日本庭園を望むことができ、「ばけばけ」を思い浮かべながら見学しました。

最後に松江城のお堀を小舟で巡る「堀川めぐり」を体験し、船頭さんの名ガイドで楽しい船巡りができました。

参加者からは「非常に楽しい旅行だった」との声が多く聞かれ、会員同士の親睦を深める有意義な日帰り旅行となりました。



あげ、
そげ、
ばけばけ、



小泉八雲とセツが出会ったまち 松江

津山地区ろうきん友の会活動報告

津山地区ろうきん友の会会員研修会

～安心して介護保険を利用するために～

幹事 河井美恵子

2025年11月5日の介護保険についての研修会は早くから決まっていたので、大体的流れはできている。役員会では午前中2時間程だから弁当は要らないんじゃないかという意見が次々出る中、事務局長は弁当を出す決めていた。金額と内容が彼の関心事項の全てである。はじめはわたしも要らない派だったが、あれこれ考えてみると、バス旅行には参加しないが研修には来てくださる方は多い。だから弁当を準備することで、より多くの方たちに還元するという事では、公平でいいことだと思うようになった。事務局長は正しい。



当日は8時半集合、わたしの担当は受付だ。まずは配りものを並べて、順に取っていく。講師が作成した14ページの資料、市からの冊子2冊、チラシが3枚、ろうきんからのお知らせ3枚つづり…どんどん作って封筒に入れる。会場のいすを並べ終えた人たちも手伝ってくれたので、200人分の封筒があっという間にできた。

受付では、あ・か・さ・・・と大きな紙に書いて机に張っておき、行ごとに1人が担当したので、スムーズに進んだ。そして気付いたのは、これまでの研修会よりも高齢の方が多ということだ。最初に計画を立てた時には、あちこちで介護についての学習会は行われているから、参加者はそれほど多くないかもしれないと予想していた。でも申し込みが150人に近づいたところから、みなさんの関心の高さを強く意識した。



津山市高齢介護課から来られた講師は手際よく話を進めていく。わたしは自分や夫の両親の介護のことを思い浮かべながらお話を聞いた。

実家に帰ると知らない女性が障子の棧を拭いていた。何をしてるんだろうと姉に尋ねると、父は何でも自分でする人だったので訪問介護を受け入れられず、ヘルパーさんが仕方なくそんな事をしていたということらしい。苦しくとも弱音を吐かず、自分で何とかするのだと信じて生きてきた父にとっては、介護を受けるということが、とてもハードルが高かったのだ。義母も看護師さんがいろいろ提案してくれることをことごとく拒否し、何回か来ていただいたが、訪問看護はお断りすることになった。専門的な立場からいろいろとアドバイスをいただけたので、お断りするのは非常に残念だった。



周りを見回すと、みなさんは熱心に講師の話を聞いていらっしゃる。前に座った男性は、時々資料にメモを取っている。今日の参加者には父や義母のようなハードルはない事を祈る。きっと大丈夫だ、うん。

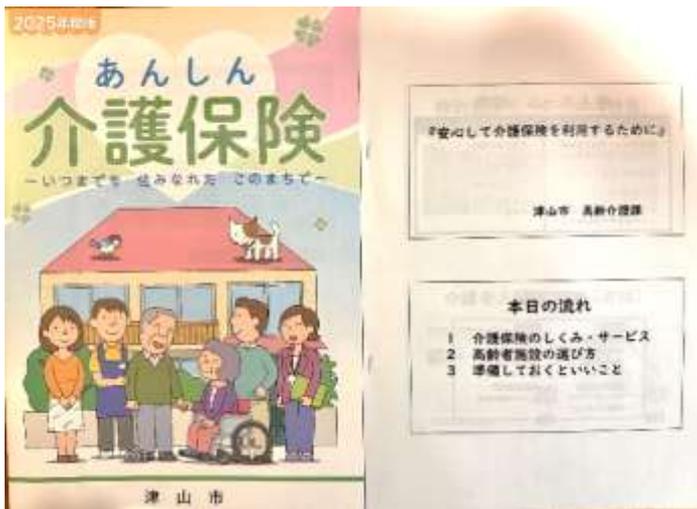
お話のあと、いくつか質問が出た。時間が押しているので、もっと訊きたい方は高齢介護課で尋ねていただくことにして、いったん会を閉じることになった。

何しろ200人の参加者なので、混雑しないよう、出口に近い方から誘導してお弁当を受け取っていただいた。みなさんしっかり研修されてお顔が輝いているように見えたのは、こちらの勝手な思い込みだろうか。

後片づけをしていると知り合いの顔が見えたので、追いかけて感想を訊いた。

「明日の朝、ふたりとも元気に目覚めるという保証はないなあと、昨夜家であれこれ話したところで、お話を我が事として聞いた。万一の時にはどこに電話するというのを、見やすい所に書いとかにゃいけん」

まあ、両親の介護がしばらく前に終わってのんびりしているわたしと違って、同い年の彼女はもう自分の問題として切実に考えているのか…いや、70を過ぎたのだから、彼女の方が断然正しい。



「いい話だったけど、もっと時間が欲しかった。資料がたくさんで、あちこちページを指示されたけど、自分が作った資料だけを置いていないに伝えていただいて、あとはゆっくり家で見てくださいでよかったのでは?と思った」

「しっかり考えて、将来どうしたいかを家族に伝えておかないといけないなあと思った。研修の中で、男の人は家で奥さん

に介護してほしい人が多い、あるいは娘にめんどうを見てほしい、息子に見てもらふことは考えにくいというアンケート結果があったけど、思い通りにできている人は少ないというのが現状だ。自分はどうしてほしいかをよく考えて、話しておかないといけないなあ。家族の中で話し合っておくことが大事だ」

みなさん、いろいろ考えていらっしゃるなあ……

わたしのボランティア仲間、一人暮らしの90代の方がいた。背筋がピンとしていて到底90代には見えない。早くからあちこちの老人施設を見学して、もう申し込みもしてあるとのことで、その手回しの良さにびっくりした。わたしもそんな風に自分の身の振り方を自分でしっかり決めたいなあと思っている。今日はいろいろ知ることができて、参考になった。

友の会役員はそれぞれの仕事をこなして、いい研修会を作ることができた。会が始まってからも、まだ来られていない人のために残ったふたりの受付係は、弁当が届くと渡す手はずを整えたりしてくれたので、ほとんどお話は聞けていないのではないだろうか。わたしも会場を出たり入ったりしたので、きちんと聞けていない。家に帰ってお弁当をいただいたら、資料を見直すことにしよう。そして今現在の考えを書き留めて、万一の時にはここを見るようにと娘たちに伝えたいき出しに入れておこう。



司会進行 原田さん



奥村支店長挨拶

土居会長の開会あいさつと
山下副会長の閉会あいさつ
の写真は取り損ねました。

光地区ろうきん友の会会報

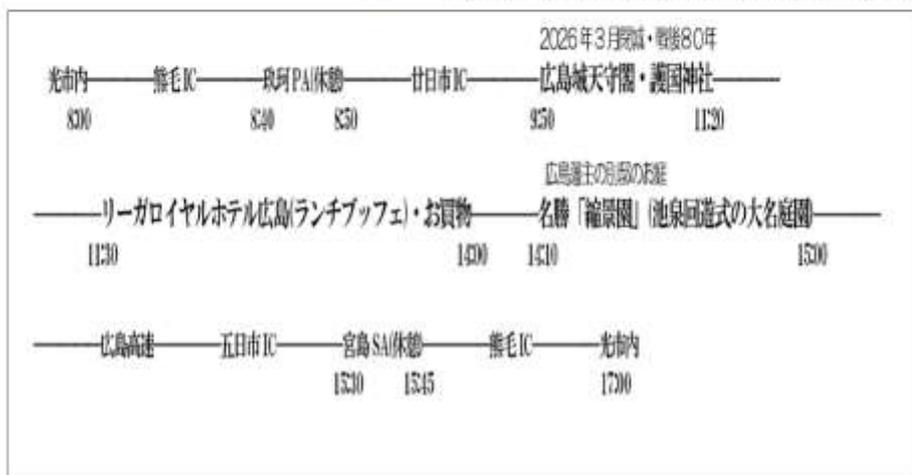
2025年11月号

会長 小谷 敏博

光地区ろうきん友の会では、11月7日（金）に恒例の日帰り親睦旅行「広島城&人気のホテルブッフェ&名勝『縮景園』の旅」を実施いたしました。下松支店の小野支店長と松村職員に帯同していただき総勢22名の参加となりました。今回の旅行は歴史探訪と広島に色づく江戸文化の香りの名所散策とグルメ（RIGHA ROYAL HOTEL 1階のDINING LUOREのランチ）堪能しました。

行程表

中国ろうきん友の会ホームページ
<https://rokin-tomonokai.jp/>



広島城天守閣

このたび、令和8年3月22日（日）をもって天守閉城との報告を受けて、いつもはあまりにも身近なため、広島城の観光をしておりますでしたが、この機会に観光することとなりました。

将の毛利輝元により建築が始まったとのことです。天守が完成したのは天正20年の（1952）ごろだったそうです。

築城400周年・市制100周年を迎えた際に改修が行われ、二の丸の復元や堀の浄化作業等が行われ、さらには2006年（平成18年）4月6日、日本100名城（73番）にも選定されました。



復元された二の丸御門橋・表御門

資料によりますと広島城は戦国武

このたび再建天守の老朽化などを理由に2026年（令和8年）3月に天

守が閉城します。専門家委員会によ

広島城の歩み

広島城は、大田川河口の三角洲に、毛利輝元が築いた典型的な平城です。

城地の選定と築城

毛利氏は、南北朝時代から郡山城（現広島市安芸高田市）を居城とする一領主でしたが、元就の代に中国地方の大半を支配する戦国大名に成長しました。彼を継いだ輝元の時代には、豊臣秀吉の関東平定・大坂城を築物し、城下町と一体化して政治・経済の中心地として機能する城郭の必要性を痛感しました。こうして瀬戸内海に面する大田川河口の三角洲に城地を選定。天正十七年（一五八九）四月十五日開城式を行いました。

城下の整備

慶長五年（一六〇〇）の関ヶ原の合戦後、輝元が代わって豊臣・徳川二ヶ国（現在の広島城）の領主として城郭正副が八城し、外堀や外郭の整備を進め、広島城を完成させました。また、広島城下を流すように西国街道（山陽道）を南下させたほか、出雲・美濃街道を整備し、その沿道を中心に町人町の土橋を築きあげました。しかし、洪水で破壊された広島城の修築許可の不備をこのられた正副は元和五年（一六二〇）に正副二ヶ国を没収され、代わって和歌山から浅野長政が第一国・備前平国の領主として広島城に入り、以後、明治二年（一八六九）の版籍奉還までのおおよそ二百年間、浅野氏が十二代にわたって広島城主を務めました。

明治以降の広島城

幕府滅亡以後、城内には旧藩政の施設が徐々に設けられ、建造物は次第になくなってまいりました。特に明治七年には、本丸三の丸で出火し、本丸御殿等も焼失し、大丸、中丸、裏御門、二の丸等を残すのみとなりました。そして昭和二十年（一九四五）八月六日、原子爆弾により天守閣をはじめ城内の建造物は全て壊滅しました。現在の天守閣は、同二十三年（一九五八）に複製を建設して建てられたもので、内部は武家文化を中心に紹介する歴史博物館になっています。



広島城天守閣



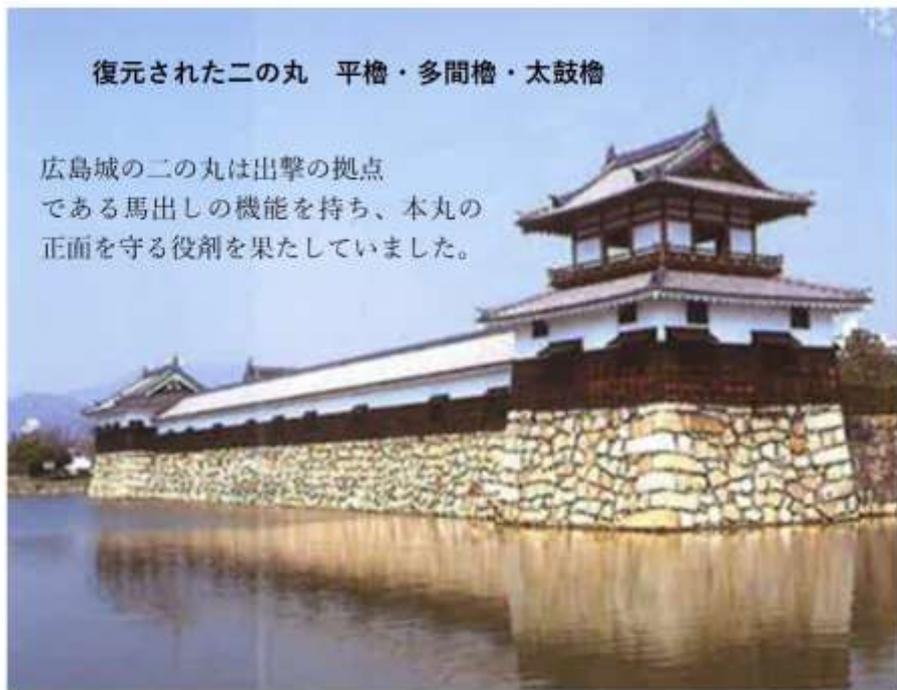
広島城天守閣



毛利氏家紋 二重三葉

復元された二の丸 平櫓・多間櫓・太鼓櫓

広島城の二の丸は出撃の拠点である馬出しの機能を持ち、本丸の正面を守る役割を果たしていました。



り木造再建が検討されていますが、解体・改修等は2025年（令和7年）7月時点では決定しておりません。

ランチ

広島城の見学の後、豪華なホテル

ランチを堪能しました。場所は有名なリーガロイヤルホテル広島の一階にあるダイニングルオーレ（“ルオーレ”という店名は、イタリア語のLUCE（ルーチェ・光）とCUORE（クオーレ・心）を合わせた造語で、美味しい食事と楽しい会話で、心輝く華やいだ気持ちになっていただくというコンセプトからだそうです）ではバイキング料理を堪能しました。残念なのはアルコール類は有料でした。フリードリンクは無料です。

ライブキッチンにて目の前で調理される料理のほか、季節ごとに変わる冷製・温製料理、デザートはビュッフェスタイルで90分間食事することができました。



名勝 縮景園

縮景園は、江戸時代初頭の1620年（元和6年）から、広島浅野藩初代藩主 浅野長晟が別邸の庭園として築成した大名庭園で、作庭者は茶人としても知られる家老の上田宗箇です。

古くは、「お泉水」又は「泉邸」と呼ばれていましたが、儒学者の林羅山が2代藩主光晟の求めに応じて作った詩の序文「海山をその地に縮め風景をこの楼に聚む」から「縮景園」の名称が付いたと言われています。歴代藩主により手を加えられ、ほぼ今日の姿になりました。途中、江戸時代の大火や原子爆弾により大きな打撃を受けましたが、その都度復旧し、2020年には築庭400年を迎えました。

四季折々に様々な花が園内の景観を彩り、広大な庭園を散策するのも魅力ですが足腰衰えた老躯には堪える方もおられましたが怪我もなく食事と散策と歴史に浸ることができました。



【編集後記】

小野支店長、松村さん 旅行に帯同いただき大変ありがとうございました。いつもユニークな商品と解説付きのビンゴ大会、ありがとうございます。次年度もよろしくお願いいたします。

編集責任者 事務局長 山下雅敏

（各観光地の施設や観光協会等の写真・

中国ろうきん友の会 広島西地区ニュース

2026.1.5

第14号

発行責任者 大原 幹夫

会員数231名

会長あいさつ

2026年を迎えて



会長：大原 幹夫

会員の皆様におかれましては益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

また、平素より「広島西地区ろうきん友の会」の活動にご参加を賜り厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年は2月のそば打ち体験は雪の影響で中止になりましたが、6月に総会・セミナー（今から気にしたい！健康づくりのあれこれ）、9月セミナー（なぜ今、家系図なのか！！＝命のバトン＝）、11月には「二葉の里歴史の散歩道」散策を実施しました。本年1月豊平流そば打ち体験を計画しています。

今後もより多くの方に参加いただける行事を企画し、会員の加入促進にもつなげて行く所存です。

***みんなで笑顔（花）と健康（実）を創りましょう**

「なぜ今、家系図なのか！！」＝命のバトン＝セミナーを開催

2025年9月9日（火）、中国ろうきん広島西支店会議室にて「なぜ今！！家系図なのか！！」＝命のバトン＝セミナーを開催しました。講師にテレビ番組「そ～だったのかカンパニー」に出演されたことのある原田たづこ様をお迎えして、「私達の命の元である、ご先祖様を知ることは自分自身を知ること、これからの人生が変わる」こと等を大変分かりやすくお話ししていただきました。

セミナー終了後には参加者より時間一杯まで質問が出て、関心の高さがうかがえました。今後も皆様の関心の高いセミナー、イベントを企画実施していきたいと思えます。



「二葉の里歴史の散歩道」散策を開催

2025年11月1日（土）、広島市東区の「二葉の里歴史の散歩道」を散策しました。

直前に体調不良等で欠席になった方もおられましたが、当日は10名の会員の皆様のご参加のもと、2名のボランティアガイドの方に案内いただきながら、今回は「らくらく七福神コース」を歩きました。

裏面に続く

当日は雨の心配もありましたが、ちょうど良い気候の散策日和となり、会員同士で親睦を深めながら楽しい時間を過ごしました。

散策後は、2025年8月に開通したばかりの「広島電鉄駅前大橋ルート(広島駅2階から出発)」を体験も兼ねて利用し、ワークピア広島へ向かいました。

今回は、例年のお弁当持ち帰りに替えて、懇親を深めるべくワークピア広島での会食を行いました。

見どころいっぱいの広島の歴史のルーツ「二葉の里歴史の散歩道」散策、是非皆様のご参加をお待ちしております。



「豊平流、そば打ち体験」参加者募集

昨年は大寒波到来により中止となってしまいました「豊平流、そば打ち体験」を開催します！奮ってご参加ください。

日 時 : 2026年1月29日(木)

場 所 : 豊平どんぐり村

内 容 : そば打ち体験

申込方法: 同封の申込書にご記入のうえ FAX 頂くか、ろうきん広島西支店(担当: 石徳)までお電話にてご連絡をお願いします。

詳しくは、同封の「豊平流、そば打ち体験」開催のご案内を参照ください。



徳山地区ろうきん友の会活動報告

今年も好評「元乃隅稻成神社と湯本温泉バス旅行」

2025年10月27日、晴天に恵まれ、32名の会員がバスで日本海の岩場にある赤い鳥居が連続する元乃隅稻成神社と湯本温泉を目指して周南市を出発しました。

瀬戸内の穏やかな海に慣れている会員の多くは、日本海の荒海と青空に溶け込んだ赤い鳥居の神社の素晴らしい景色を見て、思わずカメラのシャッターを切っていました。

昼食はビールを片手に海鮮料理を満喫し、その後は湯本温泉にて入浴や散策をし、楽しい一日を過ごしました。

バスの車内では会長から、「会員数の拡大や預金等の増加が、中国労金管内では上位になった。」との報告があり、会員への御礼と新たな目標に向けての協力をお願いがありました。

会員からは、「労金活動で繋がっている会員相互の親睦のためには、来年度もバス旅行を続けてほしい。」との多くの声があり、企画した事務局はうれしい気持ちになりました。

副会長（事務局長兼務）内富 清孝



美祢地区ろうきん友の会ニュース

2025年度「美祢地区ろうきん友の会総会」を開催しました！

2026年1月20日

会長 藤井 勝

2026年1月14日(水)10:30~11:30、サンワーク美祢にて、美祢地区ろうきん友の会総会を開催しました。

出席者は、31名(幹事含む)となり、当日用意した議案はすべて承認されました。

美祢地区ろうきん友の会は、コロナ禍以降活動を見合わせてきましたが、今回の総会においてたくさんの参加をいただきました。2025年度は、あと少しの期間しかありませんが、2026年度にたくさんの活動ができるよう役員で議論してまいりますので、今年度もよろしくおねがいします。



藤井会長



福田幹事



田代会計監査



総会の様子

水島地区ろうきん友の会報告

児島地区ろうきん友の会との役員交流会開催！

会長 土本 順一

2025年8月7日に、数年ぶりの水島・児島両地区役員交流会を「ビストロ割烹魚清」にて開催しました。コロナ禍には開催を見送っておりましたが、今年やっと開催することができました。児島地区6名、水島地区5名（1名仕事のため参加できず）合計11名の参加となりました。久しぶりにお会いし約2時間でしたが、楽しくおしゃべりと料理を堪能しました。来年は水島地区が主催で交流会開催を約束して解散しました。



水島地区ろうきん友の会報告2

日帰り旅行と第30回総会を開催しました！

会長 土本 順一

2025年10月22日に、バスで高知県土佐方面へ向けて労金職員を含め41名で出発しました。前日まで好天でしたが、当日はあいにくの雨模様。今までは天気にも恵まれていましたが、今回は強烈な雨男・雨女がいたのかも。バスの中で第30回総会を開催しました。木口副会長の司会進行で土本会長と労金水島支店河村職員からあいさつをいただき、議事については古市事務局長が報告・提案を行い、すべてが承認されました。

その後はバスガイドさんの知識と軽妙な話術で笑いを誘い、缶ビールを飲み、つまみを食べながら高知県に入りました。桂浜の散策やショッピングを楽しみ、続いては土佐タタキ道場「かつお船」で本場のカツオのタタキをメインに料理とアルコールやジュースを飲み舌鼓を打ちました。たくさんのお土産を手にもり込みました。良い気分を高知県立牧野植物園を見学し、後ろ髪をひかれる思いで高知県を後にしました。帰りに回収したアンケートはほとんどの方がよかったと回答でした。希望する研修内容を活かすべく来年早々に研修会開催を発表し、参加いただくようお願いし今回の旅を終了しました。



松江地区ろうきん友の会活動報告

会長 大崎 康弘

友の会会員拡大をめざした退職予定者説明会対策

大崎会長は1月9日に県職連合松江支部 14日に同県庁支部の退職予定者の説明会に参加して、友の会活動の内容と会員加入を呼びかけました。13日の週には早速に加入用紙が届いたことを聞きました。

2026年1月吉日

県職連合 退職予定の皆様

中国労働金庫松江支店
支店長 宇畑 敬士
松江地区ろうきん友の会
会長 大崎 康弘

松江地区ろうきん友の会加入のお願いについて

1. 会員制度と生涯取引について

日頃より労働金庫の育成と発展のためにご協力いただいていることにお礼を申し上げます。労金運動は、「相互扶助」に則りこれまで活動してきました。労働金庫をご利用にあたっては、労金法によって会員に所属することで各種取引ができ、現役世代と退職者世代に大別でき、60歳以上の方で中国労働金庫の預金残高の6割をしめています。定年退職後は、既存の会員・労組では取引ができなくなりますので、友の会という会員に加入することで退職後も継続して「生涯取引」が可能となります。受け皿となる友の会という組織をご紹介します。活動内容は裏面資料を参照して下さい。

2. 松江地区ろうきん友の会の紹介について

名称は「松江地区ろうきん友の会」です。会員数は1100人（12月末）活動目的は「相互扶助」の精神に則り、会員の経済的地位の向上と生活、福祉の安定を図ること。活動内容は、①会員相互の親睦と交流を深める活動 ②会員の文化、教養を高め、健康を増進する活動 ③労働金庫の取引を通じて、豊かな暮らしづくりを進める活動をしています。

上記活動内容を具体化するために年間を通じて各種イベント・行事を開催しています。その趣旨は、SGDs推進と地域との交流、社会貢献につながる内容で計画しています。

3. 友の会加入要件について

定年退職者・定年退職者に準ずる方および生計を一にする配偶者等で下記のいずれかに該当する方が入会できます。

- 公的年金・企業年金の受取口座を<中国ろうきん>へ指定いただける方
- 財形年金・エース年金の受取口座を<中国ろうきん>へ指定いただける方
- 100万円以上の定期性預金（定期・エース預金）<中国ろうきん>を預入いただける方
- 退職後も融資を継続して返済される方（住宅金融支援機構も含む）

4. 加入の手続きについて

- ①「加入申込書」に必要事項を記載して、松江支店・渉外担当職員に提出して下さい。不明なことは支店職員に相談して納得の上、手続きをお願いします。
- ②2026年3月上旬にイベント計画資料・通達（裏面参照）が送付されます。希望するイベントを選択して返信してもらいます。
- ③希望したイベント開催の1ヶ月前に開催要綱が送付され、参加してもらうことになります。
※裏面に「主な2025年度イベント開催の写真」と「2026年度イベント開催計画」を記載しています。

【2025年度イベント開催の写真について】



<5月10日 モルック・講習会 30人>



<5月29日 春の街なみ散策 40人>



<6月26日 講演会・コンサート 58人>



<10月14日 秋の街なみ散策 35人>

松江地区ろうきん友の会活動報告

会長 大崎 康弘

松江地区労福協との連携活動を模索、次年度から活動をスタート

1月15日に松江地区労福協事務局長の澤田氏（松江市職員ユニオン・教育委員会勤務）と二役で協議しました。自己紹介後に大崎会長より友の会活動の意義と喫緊の課題として退職者対策で会員拡大の取組について報告、戸谷事務局長から労福協と友の会の活動の類似事項と共通事項を報告、総会と各種行事への参加を表明と生涯取引推進を要請しました。澤田氏から歓迎してもらいました。澤田氏からは三役体制と労金部会と活動内容の説明がありました。

■松江地区労福協&松江地区ろうきん友の会活動の描写■

1 労福協と友の会の活動の「共通事項」について／既に多数の行事で連携行動が展開

(1) 労働団体、労金との連携について／働く人の夢と共感を創造する福祉金融機関として

<労福協>

労金部会、労済部会の活動を通じて幅広い福祉・ライフサポート活動を実施しています。

<友の会>

友の会は、労働団体と労金とは切り離せない関係にあります。労組の退職者で会員を構成、労金との取引を継続することで生涯取引を展開しています。世代取引の強化と生活応援運動の担い手としての役割を發揮しています。

(2) 勤労者の年齢・性別に応じたライフサポートの提供／家計の見直し運動の重要性とは

<労福協>

家族も対象にしてライフプランセミナーの開催をしています。

<友の会>

友の会は会員の経済的地位の向上と生活・福祉の安定を図るために会員相互の親睦と交流を深める活動を行い、会員の文化・教養を高め、健康維持を図る活動を行っています。



(3) 地域社会への貢献、社会課題への対処について／共生できる社会の実現に寄与するため

<労福協>

窓ふきボランティアなどを通じて、公益性を追求、地域社会貢献活動をしています。フードバンクの取組として箱詰め作業で互助の輪を広めています。「フードバンク」とは、就学援助世帯への食品等の支援は2018年は84世帯から2024年度には2400世帯と28倍と生活困窮層への支援が求められています。

<友の会>

友の会はSDGs推進を図るために活動をしています。地域の清掃活動、フードバンク支援、地産地消の取組、地域産業の見学・支援等を実施しています。

(4) 勤労者相互の交流と親睦を図る取組について／働く人たちの夢の実現と絆の形成のたる

<労福協>

家族も対象にしたハゼ釣り大会の実施、健康管理と生活習慣の勤労者福祉研修会を開催しています。

<友の会>

友の会は、各種イベントを開催、会員に参加してもらうことで仲間づくりと相互の交流を深めて、退職後の居場所づくりに貢献しています。



- (5) **労金部会の活動について／平等の立場でろうきん運営に参画、運動と事業の発展のため**
＜労福協＞
松江支店店全体会議への関わり、労金運動アドバイザーと友の会との意見交換会の実施、アドバイザーによるセミナー開催をしています。また、中国労金統合20周年記念イベントの開催、地産地消祭りを実施しました。
- ＜友の会＞
友の会は、松江支店店全体会議に必ず出席して生涯取引の重要性を現役世代の方に報告しています。2023年6月には初めての取組として労金運動アドバイザーと友の会三役と意見交換会を開催しました。
- (6) **預金運動の取組について／働く仲間をつくった原点の活動で、ろうきんらしい活動で**
＜労福協＞
預金運動を通じてより多くの会員・構成員が参加するろうきん運動を展開します。預金の結集は、ろうきん運動の「血液」「活力」にもあたり誰でも参加できる取組です。
- ＜友の会＞
友の会は、金庫の預金結集・確保のために、公的年金指定（500人）と多額の定期預金の受け入れを担っています。とことん定期預金の結集のためにDMの実施と受け入れの協力をしてきました。60歳以降で預金残高60%を果たしている役割があります。
- (7) **新入組合員・若年層への生活応援に向けた取組について／金融教育を徹底して実施を**
＜労福協＞
新入組合員と若年層組合員を対象として金融知識向上に向けた取組をしています。労金などとの取引ができるように仕組みづくりを組合員に働きかけていきます。
- ＜友の会＞
イベント開催時に各種情報提供してきましたが、その成果を発展させて次年度は会員のためになる「生活応援運動」を友の会の重点課題として取組をしていきます。
- (8) **世帯取引拡大に向けた取組について／家族も対象にしたと利組で家計のメイン化を**
＜労福協＞
女性取引を通じて世帯取引拡大と組合意の家族を巻き込んだ運動をめざします。
- ＜友の会＞
夫婦で友の会会員になりイベントにいっしょに参加できるようにしていきます。友の会会員の家族もろうきん取引に関わってもらえるように働きかけをします。
- (9) **NPO寄付システムの取組について／社会貢献活動と位置づけて会員に協力要請を**
＜労福協＞
NPO活動を理解してもらうために、NPO寄付システムの輪を広げています。
- ＜友の会＞
イベント開催時にNPO寄付システムを説明、有益な情報提供を行い、多数の会員に取引をしてもらいました。
- (10) **みんなで助け合い豊かな社会づくりについて／「相互扶助」の取組として会員に提案を**
＜労福協＞
地域・職場に根ざした「助け合い」「支えあい」を目標に会員の皆様とともに運動をめざします。
- ＜友の会＞
友の会は、活動の目的として「会員の経済的地位の向上と生活・福祉の安定を図ること」と「会員相互の親睦と交流を深める活動」として「相互扶助」と位置づけています。

松江地区ろうきん友の会活動報告

会長 大崎 康弘

■イベント開催報告／和菓子&健康教室■

＝「満足・感謝 和気藹々の雰囲気 講師の丁寧な指導があった」と率直な感想が＝

1月15日(木)午前にステックビルにおいて、2025年度最後のイベントである「和菓子教室&健康教室」を21人(男性6人、女性15人、欠席者4人)が参加して開催しました。講師は、山根菓子店の店主に依頼、今回で4回目となりました。作った菓子は、「桜もち・小倉・ねりきり」の三種類に奮闘しました。

【和菓子教室のアンケート内容について／苦情と不満は皆無】

- とても楽しく参加できました。隔年開催は残念ですが、そばうちも良いと思います。
- 講師の山根さんはやさしくて丁寧な指導でした。友の会はどのようにして講師を見つけるのですか。(講師に満足)
- 講師に質問すると話やすく、聞きやすく方でリラックスしてできました。(多数)
- 初めての参加でした。桜もちが家、町内会で出来そうになりました。(初参加者9人)
- 参加者が少なくてびっくり、ショックでした。和菓子教室の楽しさを会員に知らせて40人規模で開催できたらよいと思います。
- 菓子づくりは、アンケート要望に沿って講師に依頼されたことが分かりました。
- テーブルは知らない方でしたが、和気藹々と作業ができ仲間づくりができました。(多数)
- 友の会がイベントに参加することで仲間づくりに努力していることが分かりました。

《イベント写真集》



【参加者による集合写真】



【桜もちの皮をねっているところ】



【ホットプレートで桜もちを焼いているところ】



【出来上がった和菓子3点／小倉・ねりきり・桜もち】

【概況・コメントについて】

(1) 参加者数について

「参加目標」は、会場の規模から30人として募集しました。申込者は24人でしたので30人に追加募集をしました。結果は1人の希望があり、当日の欠席4人となり21人となりました。和菓子教室の開催は、2020年にしめ縄教室に代わって開催、2024年からそばうち教室との隔年開催となり、これまで4回開催してきました。

過去、4回開催してきましたが、30人程度の規模で推移してきました。2025年は21人と最少となり、慣行ではイベント開催は20人未満となれば、次年度は中止措置となりますが、2027年も継続して開催していきます。参加者の協力をもらい30人規模を回復していきます。参加者が多数となれば、午前と午後に分けて開催していきます。(講師の助言)

(2) アンケート内容について

アンケート回収は18人、87%で内容は、「○講師の指導に満足・感謝 ○楽しかった ○仲間づくりが達成 ○和気藹々の雰囲気大切 ○初参加が9人 ○参加者が多数となるように会員も協力が必要」など積極的意見と要望でした。アンケートには、苦情と不満は皆無で内容に評価・満足してもらうことができました。

(3) 収支決算について

○収入(参加費) 21,000円 1人 1,000円
○支出(会場費) 2,960円 (講師代) 10,000円 (材料費) 9,000円
○友の会負担 960円 講師のご好意で多額な赤字にはなりませんでした。

(4) 健康教室について 「参考 刺激 継続開催 友の会らしい企画」と評価

○会員のことを考慮した為になる報告でした。今後もこうしたミニ研修会を開催して下さい。
○2月に予定しているドッグが問題意識をもって受診できます。
○病気と健康維持について説明をもらい、とても刺激となりました。
○毎回聞いていますが、すぐ失念してしまいます。強い自覚が必要であると痛感しました。
○健康管理は友の会活動にとってとても重要ですので、継続して開催してもらうことを要望します。
○多岐にわたる内容をポイントを絞って説明がありました。繰り返し学んでいきます。
○イベントにあわせて健康管理の研修会を開催することは大変良い企画です。
○長時間の研修より、短時間(15分)の方が頭に入りやすいので、ミニ研修会は大歓迎です。2026年度のイベントでも継続開催してもらえたらと思います。
○振込詐欺の対応(キーワードの説明)のポイントが理解できました。

(5) 2026年度イベント開催について(予定) 「楽しみ 期待」の意見

○年々イベントの内容が進化しています。楽しみにしています。どうしたら参加者を増していけるかアンケートを実施したらどうでしょうか。(要望を今回実施します)
○夫婦、友人を誘って参加すれば楽しみが倍増することでしょう。
○多彩な内容と開催数がとても適切です。日程調整をして参加していきます。
○春と秋の日帰り旅行はとてもグッドな企画です。旅行愛好家から要望を聞いたらどうか。

第2部／健康教室(元気・生命維持・長生き対策)

○開催時間 11時から11時30分 報告者 戸谷事務局長

○内容 2025年度イベント開催時に報告した健康管理に関する情報を戸谷が「研修会・体験内容」から学んだことを報告します。日常生活に有効活用してもらうことを期待します。

===== 【報告内容について】 =====

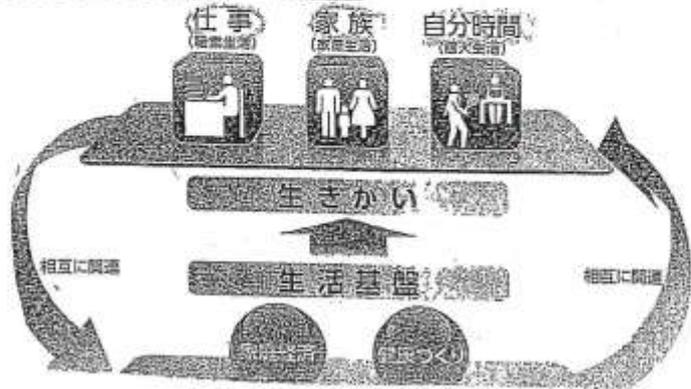
1. 「健康管理」の三要素と「ライフプラン」の構成について

① 食事



② 運動

③ 睡眠



2. 「健康診断」のデータ結果の見方について／血液検査から分かることは何か？

- 栄養状態 ○水分量・脱水 ○妊娠の有無 ○塩分摂取度合い ○貧血有無
- がん細胞の余地 ○毒素・炎症(コロナ) ○心臓・肝臓疾患 ○筋肉量 ○糖尿病
- 脂肪量 ○肝機能 ○前立腺有無 ○不整脈 ○骨障害 ○酸素の運搬量

3. 「認知症チェックリスト」とフレイル予防について

- 1. もの忘れがひどい**
- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
 - おなじことを何度も言う、問う、する
 - 財布、通帳、衣類などが盗まれた、と人を疑う
 - しまい忘れ、置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 2. 理解力、判断力が衰える**
- 料理、片付け、計算、運転などでミスが多くなった
 - 新しいことが覚えられない
 - 話のつじつまが合わない
 - テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 3. 時間・場所がわからない**
- 約束の日時や場所を間違えるようになった
 - 慣れた道でも迷うことがある

チェックリスト
こんな時は病院へ？



「家族がつくれた『認知症』早期発見のめやす」から改題

- 4. 人柄が変わる**
- ささいなことで怒りっぽくなった
 - まわりへの気遣いがなくなり、頑固になった
 - 自分の失敗を人のせいにする
 - 「このごろ、ようすがおかしい」と周囲の人にいわれた
- 5. 不安感が強い**
- ひとりになると怖がったり、寂しかったりする
 - 外出時、持ち物を何度も確かめる
 - 「頭が変になった」と本人が訴える
- 6. 意欲がなくなる**
- 下着を替えず、身だしなみにかまわなくなった
 - 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
 - ふさぎこんでなにをするのも億劫(おっくう)がり、いやがる

松江地区ろうきん友の会活動報告

会長 大崎 康弘

2026年度イベントを開催するにあたって／目的と意義

1. 2025年度の計画を振り返って

9件のイベントを開催して、327人が参加しました。過去5年間で最少となりました。参加者が減った要因は、イベント開催の内容にあるのではなく、会員の高齢化と参加者の固定化にあり、新しい会員の参加を組織できていないことにあります。改善として着手したことは、「参加したくなるような魅力あるイベント」として開催、申込方法の改善を図ることとしました。

2. 2026年度イベント開催にあたって

9件から11件に開催数を増やすこととしました。開催の意義は、SDGs推進を図ることを目標として、「①総会 ②日帰り旅行 ③スポーツ ④講習会 ⑤講演会 ⑥コンサート ⑦社会見学 ⑧地域見学 ⑨各種教室 ⑩社会貢献活動」など多彩な内容と友の会らしい内容で開催します。参加者の組織を改善していくことで目標の500人をめざして会員に働きかけしていきます。

3. 2026年度イベント計画内容とは

○ 4月21日(火)	総会&日帰り旅行(倉吉市/県立美術館・なしっこ館見学) ＜参加定員 90人 参加費 6,000円＞
○ 5月12日(火)	モルック&講習会(心肺蘇生等生命を守る取組を学ぶ) ＜参加定員 30人 参加費 1,000円＞
○ 5月26日(火)	春の日帰り旅行/浦富海岸・鳥取市内方面 ＜参加定員 45人 参加費 9,000円＞
○ 6月19日(金)	講演会(四十二浦巡り事前研修会)&コンサートの集い ＜参加定員 60人 参加費 1,000円＞
○ 7月16日(木)	出雲大社しめ縄見学(飯南町)&中間山地研究センター他 ＜参加定員 45人 参加費 6,000円＞
○ 10月下旬(火・木)	四十二浦巡り見学(参加希望者数により企画内容が変動) ＜参加定員 40人 参加費 5,000円＞
○ 11月10日(火)	秋の日帰り旅行/尾道・因島方面 ＜参加定員 45人 参加費 9,000円＞
○ 11月26日(木)	境漁港水揚げ見学&米子水鳥公園見学ツアー ＜参加定員 30人 参加費 5,000円＞
○ 12月15日(火)	そばうち&健康教室(かんべの里) ＜参加定員 30人 参加費 1,000円＞
○ 1月14日(木)	講演会(高齢者対象向け/認知症・健康管理・エンディングノート) ＜参加定員 60人 参加費 1,000円＞
○ 8月12月3月 (夏・冬・春休み)	フードバンク支援(支援物資の箱づめ・配送作業) ＜参加定員 20人 参加費 無料＞



ろうきん友の会

2026年1月
(第25号)

鋼管町支店地区ろうきん友の会
発行責任者：和田口 具視



鋼管町支店地区ろうきん友の会
会員の皆様、
あけまして

おめでとうございます。
昨年は、観測史上もつとも暑い夏となりましたが、皆様方のご協力により活動・行事を通じた会員相互の親睦と交流を深めることができました。
本年は友の会の野外での行事は、猛暑を避けるために開催時期の見直しが必要であると考えています。
そして会員皆様が多く行事に参加いただけるよう行事内容の充実や、新たな行事の検討を行っていききたいと思えます。
また昨年より、ろうきん友の会も福山支店推進委員会の委員として参加できるようになり、友の会の活性化にむけて意見反映を行っていきま
す。
ぜひ皆様から、今後の活動の充実に向けた多くのご意見をお聞かせください。
本年も会員皆様方がご健康で活躍されますことを
祈念申し上げ新年の挨拶といたしま



第14回グラウンドゴルフ大会 (幕山台中央公園) 2025年5月28日 (水)



会員皆様の要望により、今年度も2回のグラウンドゴルフ大会を実施しました。
1回目は昨年の5月28(水)日に実施し、2回目は10月15日(水)に幕山台中央公園で開催しました。
今年は両日とも暑さ厳しい中ではありましたが、楽しくプレーをしていただくことができました。
喜ばしいことに女性の方の参加者が増えてきており、今後も大いに期待していききたいと思えます。



永徳同好会代表からのルール説明



第16回グラウンドゴルフ大会 (幕山台中央公園) 2025年10月15日 (水)



第29回・30回ゴルフ大会 (福山東ゴルフクラブ)

本年度も第29回 (2025年7月10日) 第30回 (2025年11月13日) の2回のゴルフ大会を開催いたしました。

1回目となる第29回ゴルフ大会は、7月の炎天下の中であったので来年度は開催時期を少し考えていきたいと思えます。

2回目となる第30回ゴルフ大会は、11月13日で少し秋らしい心地よい気候のなかで、楽しく開催することが出来ました。

来年度も楽しいゴルフコンペになるよう頑張っていきます。



第30回ゴルフ大会
上位成績者成績の皆さん
優勝 金尾 博行さん
2位 橋本 信幸さん
3位 和田口 具視さん

年頭の挨拶
新年明けましておめでとう
ございます。
旧年中は友の会会員の皆様
には、格別なご支援・ご協力を
賜り、心より感謝申し上げます。
昨年4月より鋼管町友の会
に關らせて頂いております
布野でございます。
本年もバス旅行やグラウン
ドゴルフ大会など、皆さんと
一緒にウマくいくように盛り
上げて行きたいと思えますの
で、多くの会員の皆様に参加
いただき、友の会の活性化に
向けて引き続きのご支援・ご
協力をよろしくお願い申し上
げます。
結びに、本年が皆様にとつ
て「何事もウマいく1年」に
なりますようご祈念申し上げ、
新年のご挨拶とさせていただきます。



鋼管町友の会ろうきん担当
布野さん

詐欺師の手口から徹底的に学ぶ“防御態勢”

— 東広島竹原地区ろうきん友の会の予防接種 —

東広島竹原地区友の会
会長 岩本 喜寿

「あなたのパソコンで悪質なウイルスが検出されました。」「システムが破損しました。」スマホやパソコンの画面にいきなり偽の警告が表示されることがあります。ビックリですよね。慌てまくって偽の警告画面に表示された番号に電話すると詐欺師に会うことができます。これは典型的な「サポート」詐欺ですが、ほかに、投資に誘い込み、アプリ上では儲かっているようにみせかけ資金を巻き上げる「投資」詐欺、恋愛感情や親近感を抱かせ金銭を騙し取る「ロマンス」詐欺、IDやパスワードなどを盗む「フィッシング」詐欺など、SNS（交流サイト）型詐欺は多岐にわたっています。

広島県警は25年10月、これらSNS型詐欺に加え、「ニセ警察」詐欺、「還付金」詐欺などの特殊詐欺が跳梁跋扈していることから、「危機的水準を超えている。」として緊急会議を開催し、改めて水際対策の徹底を求めました。

★ 25年の広島県内の被害額（いずれも過去最高）

- ・ SNS型詐欺のうち投資詐欺が27億4千万円
- ・ SNS型詐欺のロマンス詐欺が10億3千万円
- ・ 特殊詐欺（ニセ警察詐欺等）が26億3千万円

★ 年代別被害者（全国25年上半期）

- ・ SNS型投資詐欺の被害件数のうち60歳代以上が占める割合48.7%
- ・ SNS型ロマンス詐欺の被害件数のうち60歳代以上が占める割合31.8%
- ・ 特殊詐欺の被害件数のうち65歳以上の高齢者が占める割合52.9%

（警察庁の報告（締め新时期の関係で2025年上期が最新））

のさばる詐欺犯、狙われる高齢者。私たち東広島竹原地区ろうきん友の会も、このような詐欺を絶対に看過することはできません。とは言っても徒手空拳の身で何ができるのでしょうか。そこで私たちは専門家の知見を借り、「実際に騙される」のではなく、「実際に騙される場面を想定する」ことを考えました。専門家を講師に招き、詐欺師のパターン別の事例を徹底的に学ぶことによってデジャブ（いつか経験したことがあるという既視感）を獲得し、万一詐欺に遭った場合の免疫（ワクチン）機能を高めていきたいと考えました。

寒中の時季に加え今シーズン最強の寒波が到来した 2026 年 1 月 22 日（木）、広島県警察本部・サイバー犯罪対策課の専門家を招き、東広島芸術文化ホール「くらら」で、「詐欺師の手口から徹底的に学ぶ“防御態勢”」と題する研修会を開催しました。当初の参加希望者は 73 名。マイナスになった最低気温と交通渋滞等（タイや規制の影響）により 7 名の欠席がありましたが、それでも 66 名の聴衆で会場はいっぱいです。

講演は、70 ページを超えるパワーポイント画面をプロジェクターによって説明する形式で、ところどころで数分から 10 分程度の紹介ビデオを挟みながら進行して、とてもわかりやすい内容でした。参加者アンケートによれば、研修の満足度について、ほとんどの参加者が満足、やや満足と答え、「今回の研修の中で最も参考になった事例は」との設問に、「フィッシング詐欺」「国際電話サービスを OFF する方法」「サイバー犯罪の現状」「サポート詐欺・警告場面の終了方法」「偽ショッピングサイトの見分け方」のほか、「今まで知らない詐欺の方法がわかってよかった」「詳しくわかってよかった」「たいへん勉強になりました」「すべて」とする参加者も相当数おられました。

引き続き、私たちは「友の会会員を詐欺の被害者にさせない」、固い決意と強い信念で臨みます。







自転車を利用される皆さんへ

令和8年
4月1日から

自転車の違反に



「青切符」



が導入されます！

自転車の交通違反に対し、自動車などと同様に反則金を収めるよう通告する、「交通反則通告制度」いわゆる「青切符」が適用されます。

対象となる行為は**100種類以上**



対象となる年齢は**16歳以上**



反則金額は原付バイクと同等

信号無視

6,000円

指定場所一時不停止

5,000円

ながらスマホ

12,000円

車道の右側通行

6,000円

並進

3,000円

酒酔い運転などの悪質な違反については、従来通り、刑事処分対象となり、「赤切符」等で処理されます。

自転車側の交通違反が重大な事故に繋がる場合も！

自転車の交通事故 原因別 (R2~R6)【県内】

全国的に、交通事故の発生件数は年々減少している中、自転車による交通事故が占める割合は増加傾向にあります。

さらに、重大（死亡・重傷）事故の約7割が自転車側に何らかの違反行為が確認されています。

県内でも、死者の約6割、負傷者の約3割に安全不確認等自転車側の違反行為がみられます。

自転車利用時は交通ルールを守り、安全運転をお願いします。



山口県警察・山口市交通安全対策協議会

2025年度 新規加入申込書件数

2026年1月31日現在

鳥取県 (3)		島根県 (9)		岡山県 (10)		広島県 (15)		山口県 (13)	
鳥取	118	松江	35	岡山	57	広島	76	山口	90
鳥取県中部	54	隠岐	3	岡山東	38	広島南	0	柳井	23
米子	81	安来	61	備前	15	三次	65	岩国	51
		出雲	38	玉野	63	庄原	23	下松	69
		大田	12	岡山西	47	広島東	108	光	17
		浜田	47	倉敷	165	大竹	43	徳山	130
		江津	11	津山	82	呉	90	防府	85
		益田	42	備中	48	三原	37	宇部	116
		雲南	37	児島	9	因島	34	美祢	40
				水島	61	尾道	52	小野田	92
						福山	110	下関	49
						府中	111	長門	9
						広島西	51	萩	41
						東広島竹原	304		
						鋼管町支店	23		
県合計	253	県合計	286	県合計	585	県合計	1127	県合計	812
							50地区 総合計		3,063

2025年度 友の会だより投稿件数

2026年1月31日現在

鳥取県 (3)		島根県 (9)		岡山県 (11)		広島県 (15)		山口県 (13)	
鳥取	5	松江	13	岡山		広島	8	山口	1
鳥取県 中部		隠岐	3	岡山東		広島南	2	柳井	2
米子	2	安来	3	備前	2	三次		岩国	3
		出雲	4	玉野	7	庄原	1	下松	6
		大田	4	岡山西	2	広島東		光	4
		浜田	4	倉敷	4	大竹		徳山	2
		江津	4	津山	3	呉	1	防府	4
		益田	3	備中	3	三原	4	宇部	1
		雲南	2	児島		因島	4	美祢	2
				水島	2	尾道	5	小野田	3
						福山	2	下関	3
						府中	2	長門	1
						広島西	3	萩	5
						東広島竹原	10		
						鋼管町	2		
県合計	7	県合計	40	県合計	23	県合計	44	県合計	37
50地区 総合計								151	

事務局からのお願い

1. 役員が交代された場合は、「友の会だより」の送付先（各地区の三役の方）を変更いたしますので、役員名簿をご提出いただき、「友の会だより」の送付方法をお知らせください。
2. 「地区ろうきん友の会」の総会の日程が決まりましたら、ご一報ください。
「中国ろうきん友の会」会長からのお祝いメッセージをお送りいたします。
3. 総会終了後、総会議案書を事務局に送付ください。
4. 友の会だよりを、各地区の活動の参考にしてください。
今後ともイベント等がございましたら、情報提供をお願いいたします。
友の会だより投稿費は記事1件につき5,000円（上限4件20,000円まで）です。
各地区の最新活動情報などを公開しています。

友の会だよりがホームページでご覧いただけるようになりました！



「活動報告⇒月次活動報告まとめ」からアクセスしてください。

お持ちのスマートフォンからもご覧いただけます。



友の会のホームページアドレス <https://rokin-tomonokai.jp>



★ 発行 ★

中国ろうきん友の会

〒732-0825 広島県広島市南区金屋町1-17 ワークピア広島5F

TEL：082-261-6420 FAX：082-261-0461

Mail：c.rokin-tomonokai@coda.ocn.ne.jp