

第20号

発行所 (一社)静岡市老人クラブ連合会  
〒420-0854 静岡市葵区城内町1番1号  
静岡市中央福祉センター3階  
TEL (054) 254-5236  
E-mail shizuoka.r.club@ai.tnc.ne.jp  
発行人 服部 富士男  
編集人 広報専門委員会  
印刷 株式会社ニチコミ TEL 283-5424  
HPアドレス http://www.nichicomi.com



# 市老連だより



### 駿河区 旧マッケンジー住宅

旧マッケンジー住宅は、故ダンカン・J・マッケンジー、故エミリー・M・マッケンジー夫妻の旧宅です。夫は茶貿易商として、夫人は社会福祉家として静岡市にゆかりのある人物で、夫人は静岡市の名誉市民第1号でもあります。

昭和47年の夫人の帰国後は静岡市が所有し、平成9年に国登録有形文化財に登録されました。市内に残る数少ない戦前の洋館のひとつとして広く一般に公開されています。(浦田 翠)

**しずおか  
再発見**



お知らせ・編集後記	18	20
俳句・短歌・川柳	19	
【文芸】		
心ゆく静岡の旅	17	
中島孝区 若葉会 浦田 翠	16	
私のしずおか	16	
辻五区第一千歳会 佐野すず子	16	
私達こんなことしています!	15	
ファッシュショナルショー&コンサート	15	
清水区支部リフォーム	15	
静岡の元氣人	14	
清水区 一見地区 池田 信一	14	
清水区支部総代会	14	
【連載】		
清水福祉総合文化祭作品展	14	
葵区・駿河区合同作品展	14	
第一回市老連バタンク大会	13	
【行事報告】		
清水区 三保老人クラブ連合会	12	
駿河区 東新田学区東新田せきい会	11	
葵区 一番町地区 一寿会	10	
【クラブ活動紹介】		
《清水区》スポーツ大会・GG大会	9	
《駿河区》スポーツ大会・GG大会	8	
《葵区》スポーツ大会・GG大会	7	
【支部活動紹介】		
第10回市老連マラソン・ゴルフ大会	6	
第10回市老連芸能発表会	5	
三区女性会合同交流会	4	
【行事報告】		
静岡市長 田辺 信宏	3	
新年のごあいさつ	3	
静岡市老人クラブ連合会 会長 服部富士男	2	
【目次】		
しずおか再発見	1	
会長あいさつ	1	
静岡市老人クラブ連合会	1	

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**サガワは安心♡の認定補聴器専門店です**

静 0120-52-8980  
鉄 音羽町駅まん前

デジタル補聴器の  
**サガワ**

静 0120-53-8980  
鉄 草薙駅まん前



明るい長寿社会を目指して

一般社団法人静岡市老人クラブ連合会

会長 服部富士男

あけましておめでとうございませう。会員の皆さまにおかれましては、輝かしい新年を迎えられたことと思います。本年も高齢化社会の厳しい現状ではありますが、

老人クラブの目的は明るい長寿社会づくりにあります。地域での仲間づくりをとおして健康と生きがいを得し、多くの楽しい活動を展開してゆきたいと思いま

す。そのために、次の二点を提案させていただきます。第一は組織体制の充実です。次のリーダーと後継者をしっかりと育成し、クラブ組織を確実に継続していくことが重要です。これには、自治会等とつねに連携する

とともに会員とのコミュニケーションを円滑にしていることが大事です。第二は会員の行事活動への積極的参加です。年齢層の拡大にこたえられるよう、

文化伝承行事・地域活動・スポーツ等多様な交流事業を心がけ、会員誰もが楽しく参画意義を感じられる活動を行いましょ

う。これらのことが、現在実施中の会員増強運動にもつながり、会員増加の実現に寄与できることを祈念し、年頭のごあいさつといたします。

3つの会員増強運動



- ①「勧誘から始めよう!」～会員一人ひとりが勧誘の担い手です～
  - ・会員増強の成功例に共通するのは勧誘活動です
  - ・運動スローガンを高年、女性、若手会員で実践しよう
- ②「クラブをPRしよう!」～知られていますか、あなたのクラブ～
  - ・自治会活動にも参加し、地域で存在が知られるようにしましょう
  - ・口コミ、ポスター、チラシ、会報、ホームページ等創意工夫して
- ③「クラブをつくろう!」～すべての地域にクラブの設置を～
  - ・自治会と連携して未設置地域に老人クラブをつくろう
  - ・高齢者の意向が多様化する中、新しいタイプのクラブを考えよう

謹賀新年 本年もよろしくお願ひ申し上げます



理事一同 (敬称略)

- 《後列左から》  
井出 志津夫 吉田 堅吉 田島 正保 小谷 郁夫 小林 弘  
菅野 稔 八木 隅雄 鈴木 富男 武田 俊雄 水上 博
- 《前列左から》  
田中 光子 笠井 泰子(副会長) 朝倉 隆彌(副会長)  
服部 富士男(会長) 永田 重郎(副会長) 伴野 文子 北村 すえ子

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

地域医療とリハビリテーションに貢献する  
神経内科・内科・リウマチ科・リハビリテーション科・脳神経外科

**城西神経内科クリニック**

(認知症のご相談もお受けいたします)

- ◎訪問リハビリ ◎訪問介護ステーション
- ◎通所リハビリ ◎訪問診療

葵区新富町5-7-6 <http://www.johsai-clinic.com>  
TEL:054-273-7000

**大島 医院**

静岡市駿河区用宗1-33-3  
☎ 054(256)0040

診察受付時間  
月 火 水 木 金 土 日  
● ● ● / ● ● ●  
9:00～13:30  
※休診日 木曜日・日曜日・祝祭日

日帰り旅行から遠方旅行まで  
経験豊かな当社にお任せ下さい。

**わしず観光サービス**

静岡県知事登録2-520号 全国旅行業協会会員  
〒421-0131 駿河区手越原107-10B201  
TEL054-268-5455

**かわむら眼科医院**

Kawamura Eye Clinic

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:45～11:00	○	○	○	○	○	○
午後 2:45～5:00	○	○	○	/	○	/

休診日 木曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日  
静岡市駿河区中村町 14-17 ☎054-654-7887

**鈴木整形外科**

整形外科・リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30～11:30	●	●	/	●	●	●	/
午後 2:00～5:00	●	●	/	●	●	/	/

■リハビリ 午前 8:30～12:00 午後 2:00～5:30  
〒421-1213 静岡市葵区山崎1-26-6  
☎054-278-8811 祝日休診

おかげさまで創業101年  
着物 仕立て・お直し **辻村**

着物の仕立て・直し・リフォーム・クリーニングの注文、承ります。

写真は大人の着物から  
七五三のお着物へ  
仕立て直しました。  
タンスに眠っているお着物を  
ご自分用、お子さん用、  
お孫さん用に蘇らせませんか?

**辻村和裁研究所**  
静岡市駿河区中田1-18-13 TEL:054-283-1172





年頭のごあいさつ

静岡市長 田辺 信宏

新年あけましておめでと  
うございます。老人クラブ  
会員の皆さまには、健やか  
に新年をお迎えのことと心  
からお慶び申し上げます。

さて、本市では、平成27

年度から34年度までの8年  
間を計画期間とする「第3  
次総合計画の基本構想・基  
本計画」を策定いたしました。

この計画の6つの重点  
プロジェクトの内の1つ  
が、健康都市「市民が住み  
慣れた地域で暮らし続けら  
れるまちづくりの推進」で  
あります。地域の皆さまが

自分らしく生きがいを持っ  
て暮らし続けられるよう、  
静岡型地域包括システムを  
構築するとともに、恵まれ  
た生活環境を活かし健康寿  
命延伸の施策を拡充するこ  
とで、世界に誇れる健康長  
寿の都市を目指します。

地域に根差した友愛・奉  
仕活動から、スポーツ・文

化活動まで多彩な活動を展  
開され、日々元気に過ござ  
れている老人クラブの皆さ  
まは、まさに健康長寿を実  
践されており、市民の皆さ  
んのお手本であります。

全国的に会員数が減少傾  
向にある老人クラブです  
が、その活動は、生きがい  
づくり、健康づくりのみな  
らず、笑顔に満ちた明るい  
地域社会実現のために重要  
な役割を果たしています。

本市でも、このような老人  
クラブの活動を支援してい  
きたいと考えています。

結びに、この1年が皆さ  
まにとって、素晴らしいも  
のとなりますよう心からお  
祈り申し上げますととも  
に、経験豊かな皆さまの知  
恵と力を、静岡市政に活か  
していくため、今後ともご  
協力くださいますよう申し

上げ、新年のごあいさつと  
させていただきます。



石川 幸子



井上 洋子

女性委員一同 (敬称略)

《後列左から》

北村 すゑ子 鈴木 よし江 浦田 翠  
時森 たみ子 川島 喜示榮

《前列左から》

原川 賀子 田中 光子(副委員長)  
笠井 泰子(委員長) 伴野 文子(副委員長) 加藤 静子

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

各種健康保険・労災保険・自賠責保険 取扱い

**すぎやま接骨院**

●受付時間 平日 8:30~12:00  
14:30~19:00  
土曜日 8:30~13:00

定休日 日曜日・祝祭日

静岡市駿河区西脇682 スカイプラザおか10B号室  
TEL/FAX 054-287-6661

満60歳以上、健康な方、介護が必要な方、  
どなたでもご入居いただけます

住宅型有料老人ホーム 見学随時受付中

**ピュアライフ中田本町**

静岡市駿河区中田本町64-20  
☎054-203-2108

循環器内科・内科

**飯室クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
午後3:00~6:00	○	○	/	○	○	/

※日曜・祝日 休診

静岡市駿河区馬淵4丁目16番12号  
TEL 054-285-7626

自然に囲まれた、静かな環境で...

**アンビエスタ**

Ambiesta

デイサービス・グループホーム・小規模多機能ホーム・居宅介護支援事業所  
麻雀・カラオケで楽しくリハビリ!!

静岡市葵区松野1358 ☎054-206-1850

ALPHA

県指定訪問介護事業所  
障害者総合支援法居宅介護支援事業所  
総合警備保障・排泄情報館

**(有)アルファサービス**  
アルファケアステーション

静岡市駿河区下川原3丁目3-8-1  
☎054-259-1008

**中村眼科医院**

白内障手術 緑内障手術 網膜剥離・網膜硝子体手術  
眼瞼下垂症手術 涙道内視鏡

〒424-0809 清水区天神1丁目11-24  
TEL 054-366-8488  
http://nakamura-gankaclinic.com

市老連の活動

市老連 三区女性会員合同交流会

支部を越えた交流で絆を深める



司会を担当した 浦田さんと伴野さん

8月8日(金)はーとぴ

あ清水6階多目的ホールにおいて、参加者200名(葵区支部60名・駿河区支部50名・清水区支部90名)により三区女性会員合同交流会が開催されました。午前は久能山東照宮の落合偉州宮



各支部とも工夫をこらした活動の様子を 発表しました



代表者の事例発表に 真剣に耳を傾けています

午後からは、三区女性会員の代表者による事例発表が行われ、駿河区は丸子新田の公民館・公園が出来て老人クラブに賛同して加入者が増えたという報告でした。葵区からは楽しい行事を次々と行い、楽しい老人クラブ活動が伝わって



自らモデルになり自慢の衣装を披露しました

きました。清水区はユニークな活動の様子を「光輝高麗者」など当て字しながら笑いをとってとても楽しい発表でした。 各支部ともに地域との交流をとり、活発に活動されているとのことでありました。 また各支部によるお楽しみ披露として、今年度はリフォームファッションショーを行い、葵区3名、駿河区2名、清水区4名の計9名が出演され、それぞれ工夫をこらした素敵な素晴らしい作品を披露してくれました。(浦田翠)

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・循環器内科

**つづきクリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM 2:00 ~ 6:00	○	○	○	/	○	/

※休診日：土曜日午後・木曜日午後・日曜日・祝日

静岡市駿河区東新田1丁目13-27  
TEL(054)268-1830

**大石内科循環器科医院**

デイサービス併設

静岡市葵区鷹匠2丁目6-1  
☎ 054-252-0585

医療法人社団 淳厚会

**小長井整形外科医院**

静岡市駿河区新川2-5-31  
☎ 054-286-0911

医療法人福恵会

**東新田福地診療院**

外科・消化器科・肛門科・整形外科・リハビリテーション科

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:15	○	○	○	○	○	○
午後 2:15~6:15	○	○	/	○	○	/
通所リハビリテーション(定員31名)	○	○	○	○	○	○

※休診日 日曜日及び祝日 静岡市駿河区東新田5-16-10  
TEL 054-256-8888

良い薬正しく使って健康に

**金沢薬局**

静岡市葵区鷹匠2丁目1-4  
☎ 054-253-0987

内科・消化器内科

**登呂杉山医院**

\*経鼻胃内視鏡 大腸内視鏡\*

静岡市駿河区登呂5-4-1  
TEL.054-285-0778



市老連の活動



第10回 芸能発表会



舞台彩る 芸達者たち  
45組 558名が練習の成果を披露

開催日/平成26年9月30日(火) 10時開演  
場所/静岡市清水文化会館マリナート大ホール  
主催/静岡市老人クラブ連合会  
主管/静岡市老人クラブ連合会清水区支部

清水区 辻地区 辻踊り愛好会  
栃木県民謡「野州田植唄」

米所に唄い継がれた田植唄の振り付けは柴田先生です。昔懐かしい田園風景を手作りの小道具や古い道具を使って表現し、楽しく踊ってくれました。



駿河区 南部学区 AKB-72 「男山笠」  
(あっぱれ母ちゃんばあちゃんセブンティーツウ)  
「週二回の猛特訓に堪え、団結と和を求め同一丸となって踊ります」という言葉通り、きりりとした踊りが恰好良かったです。



葵区 美和学区  
美和踊りの会「百歳音頭」  
明るく楽しい踊りを、今年99歳になられた保坂種代さんが皆さんと一緒に元気に踊られ驚きました。もうすぐ100歳ですね!!



私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています (川島 喜示榮)

**えぐち内科クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
午後3:00~6:00	●	●	●	/	●	/

休診日/日曜日、祝祭日、木・土曜午後  
静岡市清水区日立町4番4号  
☎054-337-1117

**こじまクリニック**  
内科・循環器科  
循環器学会専門医 内科学会認定内科医

■ 診療時間 8:45~12:00/14:30~18:00  
■ 休診日 日曜・祝日/水・土曜午後  
静岡市葵区沓谷5丁目12-7  
(新北街道 沓谷5丁目南交差点を東へ100m)  
ヨイパバ  
☎054-263-4188

呼吸器内科・アレルギー科・気管食道内科  
医療法人社団 緑英会  
南しみずメディカルクリニック 木内医院

- ◆呼吸器内科 毎日
- ◆消化器内科 月・水・金曜日午前
- ◆脳神経外科 1・3・5火曜日午後
- ◆禁煙指導 毎日

マルチスライスCTによる肺癌・じん肺検診  
静岡市清水区上力町5-28 TEL.054-334-2710

医療法人社団 **柴田医院**  
☎054-363-0345

**ケアサポートてつなぎ**  
静岡市清水区西久保318  
☎054-361-7211

**岩崎胃腸科医院**  
静岡市葵区北番町97番地の1  
TEL 054-271-8882  
FAX 054-271-8809  
\* 厚生病院 西側 \* **P** 有り

**新生堂接骨院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休
15:00~20:00	○	○	○	△	○	休	休

△木曜午後14:00~17:00  
静岡市清水区由比709  
TEL/FAX 054-375-5662

市老連の活動

第 10 回 市老連グラウンド・ゴルフ大会

開催日 / 平成 26 年 10 月 30 日 (木)  
場 所 / 松富スポーツ広場

600 名を超える選手が集結!! 熱戦を展開!!

久々のゴルフ日和に恵まれ、晩秋の安倍川河川敷に、会長挨拶、ご来賓の祝辞を受け、総勢 612 名 (葵区 180 名 駿河区 180 名 清水区 252 名) の各地区大会を勝ち抜いた選手によって熱戦が繰り広げられました。(鈴木 健仁)



穏やかな秋空の下で試合が行われました。和やかに談笑する姿も見られ、参加者の交流も深まりました



打つ前の真剣な表情 狙うはホールインワン

大会結果

男性の部

優勝	大滝 良平	清水区	岡
準優勝	小泉 憲昭	清水区	小島
第3位	望月 勉	清水区	蒲原

女性の部

優勝	澤村由香子	葵区	安東
準優勝	大村美志江	清水区	駒越
第3位	池田 征子	葵区	千代田

シニアクラブ静岡県グラウンド・ゴルフ大会  
静岡市老連より68名が出場 3位・5位入賞

結果は、山口勝 巳さん(清水区) が赤コート3位、同じく赤コート 5位に外岡芳雄 さん(清水区) が 入賞をされました。おめでとうございませう。

平成 26 年 11 月 7 日 (金)、島田市 大井川越広場、島田グラウンド・ゴルフ場にて約 650 名が参加し、第 12 回シニアクラブ静岡県グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。静岡市からは 68 名が参加し、赤・白・青コートに分かれ、日頃の練習の成果を披露して結果を競いました。



私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

しあわせ通り **横山内科・循環器科医院**  
 平日 午前 8:30~12:30  
 午後 3:30~6:00  
 木曜・土曜 午前 8:30~12:30  
 ※休診日 日曜・祭日 / 第3・4・(5)土曜日  
 静岡市葵区幸町25-3 ☎054-252-5630

**まはえクリニック内科・循環器内科**  
 横山医院分院 診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝  
 静岡市葵区 8:30~12:30 ○ ○ ○ ○ / ○ /  
 山崎2-3-11 16:00~18:30 ○ ○ ○ ○ / / /  
 TEL 054-276-1188 FAX 054-276-1187

**鈴木内科医院**  
 静岡市葵区安倍口新田526-3  
 ☎(054)296-2511

内科・呼吸器内科・アレルギー科・循環器内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 3:30~6:30	○	○	○	○	○	/

休診日 / 土曜午後・日曜・祝日・年末年始

**杉山整形リハビリクリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	/	●	●	●
3:00~6:00	●	●	/	●	●	/

※休診日 / 水・日・祝日・土曜日午後  
 〒422-8041 静岡市駿河区中田2丁目4-12  
 TEL.054-202-5577

内科・消化器内科  
**青木内科クリニック**

■ 診療時間 AM8:30~12:00 / PM2:30~6:00  
 ■ 休診日 木曜・日曜・祭日・土曜午後  
 静岡市清水区興津中町99-2  
 ☎(054)369-0044

内科・人工腎臓クリニック  
**菅野医院分院**

院長 菅野寛也 送迎有り  
 静岡市葵区瀬名1丁目7番3号  
 ☎(054)262-5050

**高良眼科**  
 KORA Eye Clinic

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:00~11:30	○	手術	○	○	○	○
午後 14:00~17:30	○	手術	○	/	○	/

※火曜日は手術のため、外来診療はありません。  
 ※休診日 / 日曜日、祝祭日、木曜日午後、土曜日午後  
 〒424-0833 静岡市清水区新富町8-23  
 ☎ 054-364-1010



支部活動紹介《葵区》

第9回 葵区支部スポーツ大会

開催日/平成26年10月9日(木) 場所/中央体育館

接戦を制し第2ブロックが優勝!!



玉入れ競技  
投げる力加減が難しいです

総勢約750名を前に、会長並びに大会委員長の力強い開会の辞に始まり、各競技が次々に進行し、応援席からの声援にも押され、誰にも親しまれる大会が定着しました。(鈴木 健仁)



大会結果

優勝	第2ブロック	井川・梅ヶ島・大河内 玉川・賤機・美和・井宮
準優勝	第1ブロック	中藁科・南藁科・服織 安西・田町・三番町
第3位	第4ブロック	安東・伝馬町・横内 一番町・駒形
第4位	第3ブロック	西奈・千代田・竜南・麻機



ロングホールはカー杯打ちます



優勝カップ目指して280名の選手が競いました

第2回 葵区支部グラウンド・ゴルフ大会

開催日/平成26年9月8日(月) 場所/松富スポーツ広場

各学地区から選ばれた仲間づくり、健康づくりの選手280名が参加し、優勝目指して競いました。(鈴木 健仁)



大会結果

男性の部

優勝	藪田 勝	いろりばた会(服織)
準優勝	萩原 実	内牧寿会(美和)
第3位	岡本 茂	いろりばた会(服織)

女性の部

優勝	太田 直美	しのめ会(安東)
準優勝	藤巻 貞子	大花会(千代田)
第3位	海野 ふみ	芦寿会(美和)

「輝いていたあの頃」を振り返って



当日、静岡第一テレビ「まごどワイド」の取材(放送)があり、敬老の日を控えて、高齢者の「輝いていたあの頃」をテーマに会員がインタビューを受けました。

91歳(大正12年生まれ)のグラウンドゴルフ歴13年の女性は、88歳の時チャンピオン大会で優勝したときが思い出されると言い、現在でもいいかげんな人には負けないと豪語していたのが印象的でした。

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

●ご相談は無料です●  
相続登記のことなら・・・  
**もり事務所** まで  
司法書士 森 裕義  
土地家屋調査士 森 英泰  
静岡市駿河区みずほ二丁目7番地の21  
TEL (054)269-5096 FAX (054)269-5097

その不安、和らぐかも・・・  
相続・遺言・成年後見etc  
**櫻田和也法律事務所**  
弁護士 櫻田 和也(静岡県弁護士会所属)  
静岡市駿河区森下町1-30 サンコウビル3B  
☎054-260-4742

土地測量 土地・建物の登記  
**荒川登記測量事務所**  
土地家屋調査士 荒川 統弘  
一級建築士  
静岡市駿河区丸子一丁目5番3号  
電話:054-259-4812

土地・建物の調査、測量、登記 土地境界相談  
土地家屋調査士  
**寺田繁事務所**  
静岡市駿河区みずほ2-12-8  
TEL.054-201-0120  
FAX.054-201-0125  
E-mail:terada-g@tokai.or.jp

TKC システム会計  
**佐野忠 税理士事務所**  
有限会社 佐野電算センター  
静岡市駿河区石田 3-18-53  
TEL(054)286-2447

不動産売買・遺言・相続  
成年後見制度のことなら  
不動産  
行政書士 **よつば総合事務所**  
〒422-8042 静岡市駿河区石田3-18-17  
☎054-260-4593  
FAX054-260-4594

支部活動紹介《駿河区》

第 9 回 駿河区支部スポーツ大会

第 1 ブロックが熱戦を制す!!  
第 2 ブロックの 7 年連続優勝ならず



ボール送り競走  
みんなの息を合わせて...



大会結果

大玉転がし競走  
折り返しが難しい!!

優勝	第 1 ブロック (赤) 〈長田北・長田西・長田東・長田南・川原〉
準優勝	第 2 ブロック (黄) 〈大里西・中島・中田・南部・富士見〉
第 3 位	第 3 ブロック (青) 〈森下・大里東・大谷・久能・西豊田・東豊田・東源台〉

開催日/平成 26 年 10 月 3 日 (金)  
会 場/中央体育館 参加/役員・選手 566 名  
服部会長が不在のため、八木副会長の挨拶があり、その後競技が開始され選手の皆さんは力の限り精一杯走り、頑張り、また笑いもあり、会場を盛り上げていました。  
親睦を深め、ケガもなく楽しい大会となりました。競技もスムーズに進行し、予定時間より早く終了しました。選手、役員の皆さま大変お疲れさまでした。(浦田 翠)

第 2 回 駿河区支部グラウンド・ゴルフ大会



ホールポストは目の前  
慎重にボールを打ちます

穏やかなスポーツ日和、私たち駿河区支部のグラウンド・ゴルフ大会が開催されました。参加者の皆さんは真剣な眼差しでクラブを振り、健康づくり、体力づくりをめざしてプレーを楽しみ、スコアを競い合いました。

大会はスムーズに行われ、予定より早く終了することが出来ました。これも参加された皆さんの協力のおかげです。ありがとうございました。そしてお疲れさまでした。(浦田 翠)

開催日/平成 26 年 9 月 9 日 (火)  
会 場/松富スポーツ広場  
参 加/48 チーム 288 名  
協 力/静岡市グラウンド・ゴルフ協会

大会結果

男性の部

優勝	八津 庄吾	大 谷
準優勝	高田 耕輔	森 下
第 3 位	山崎 恒丸	西豊田

女性の部

優勝	鈴木 康子	中 島
準優勝	杉本 信子	大 谷
第 3 位	小澤 恵子	大 谷

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**しば内科医院**

診療時間	曜日	午前	午後	日本 曜日 ・祭日 休診
	月	9:00~12:30	2:30~6:00	
	火	9:00~12:30		
	水	9:00~12:30	2:30~6:00	
	木			
	金	9:00~12:30	2:30~6:00	
土	9:00~1:00			

静岡市葵区伝馬町8-1(サンローゼ6F)  
☎054-254-1441

医療法人社団浩陽会

**石川眼科医院**

院長 石川 浩平

静岡市葵区上足洗1丁目9-32 ☎054-245-5421

★内科・糖尿病内科★生活習慣病に関する健康相談

**するがクリニック** (社)日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医  
医学博士 院長 山内 晃

診療時間	月	火	水	木	金
午前 8時30分~12時	◎	○	○	○	△
午後 14時30分~18時30分	◎	○	○	○	×

◎月曜は完全予約制 △金曜 内科:9時~14時  
※ 第1土曜眼科:9時~12時(完全予約制) 第3土曜に変更の場合有り  
第2土曜内科:9時~12時 第3土曜神経内科:9時~13時  
●休診日:日曜・祝日・金曜午後  
清水区庄福町9-23 ☎054-355-5655

sasaki-clinic

**佐々木クリニック**

胃腸内科・内視鏡内科・外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
AM 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 3:00~5:30	○	○	○	○	○	○	△

【予約制】大腸内視鏡検査(月火木金13:30~15:00)  
TEL054-348-6606 清水区押切1738-1

内科・小児科・腎臓内科

**しみず巴クリニック**

内科診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
15:00~17:30	△	△	○	○	○	△

●休診日 日・祝 月・火・土/午後  
静岡市清水区千歳町2番30号  
☎054-355-1117

社会福祉法人 花園会

特別養護老人ホーム

**レジデンス花**

清水区中河内2717番地

お電話にてお気軽に  
お問い合わせください

☎054-343-2121



支部活動紹介《清水区》

第42回 清水区高齢者スポーツ大会

スポーツ交流であふれる笑顔

開催日/平成26年10月17日(金)

会場/清水庵原球場多目的広場

参加/21地区 役員委員・選手・応援 約1,600名



園児による鼓笛隊の演奏行進



順送球 みんなのチームワークが大事です



秋晴れの中での競技、気分爽快!!

大会では袖師地区嶺保育園児の鼓笛隊演奏行進のあと、21地区代表チームにより競技7種目が盛大に行われました。(辻 幹夫)

大会結果

優勝	興津地区	第4位	岡地区
準優勝	蒲原地区	第5位	江尻地区
第3位	庵原地区	第6位	不二見地区

(参加選手のひとこと)

- ・秋晴れのもと、競技に集中し、爽快な気分でした。
- ・チームが団結してプレーし、好成績となりました。
- ・くりかえしの練習が、大会の結果につながったようです。
- ・パン喰い競走では、童心にかえり楽しみました。

第16回 清水区支部グラウンド・ゴルフ大会

残暑が厳しいなか、各選手が真剣にプレーし、大会は盛り上がりました。



大会結果

団体の部

優勝	有度地区
準優勝	高部地区
第3位	駒越地区

仲間が見守る中での一打うまく飛んだかな? 周りの仲間もボールの行方が気になります

個人の部 (男性)

優勝	栗田 陽吉	高部
準優勝	森田 正男	庵原
第3位	河原崎正治	興津

個人の部 (女性)

優勝	安本美恵子	不二見
準優勝	酒井キミヨ	駒越
第3位	佐々ちよ子	駒越

開催日/平成26年9月16日(火)

会場/清水総合運動場陸上競技場

参加者/21地区男女各5人 合計210人

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人社団 **宏整会**  
介護老人保健施設 **サンライズ大浜**  
**松生整形外科医院**  
TEL 054-281-8100  
〒422-8045 静岡市駿河区西島528  
TEL 054-282-2839

HOSHINO CLINIC 内科・循環器科  
**星野医院**  
総合検診・成人病に関する健康相談  
生活習慣病の予防指導・成人病検診  
診療時間  
平日 午前8:30~12:00/午後2:00~6:00  
水曜・土曜8:30~12:30  
静岡市葵区上足洗2丁目11-45 駐車場完備  
☎(054)249-0536

**安東耳鼻咽喉科医院**  
診察時間  
月曜~金曜 午前8:30~12:30  
午後3:00~6:00  
土曜 午前8:30~午後1:30  
休診日 木曜・日曜・祭日  
静岡市葵区安東3-17-33  
電話 054-248-7200 ☎0120-503387

Endo Clinic **えんどう内科クリニック**  
日本内分泌学会認定 内分泌代謝科専門医  
診療時間  
月 火 水 木 金 土  
午前8:30~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○  
午後3:00~6:30 ○ ○ ○ / ○ /  
■休診日/木曜午後、土曜午後、日曜祝日  
静岡市駿河区中田4-4-38  
Tel.054-284-1121 Fax.054-284-1109

消化器内科 **三神医院**  
診療時間  
月 火 水 木 金 土  
午前9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○  
午後3:00~6:00 ○ ○ / ○ ○ /  
※日曜、祝日、水・土曜午後 休診  
静岡市駿河区西大谷4-4  
☎054-237-5653

求ム売却物件 ・どんなに古くても  
・かわった間取りでも  
**あすなる不動産**  
AsuNaro  
静岡市駿河区高松2丁目28-3  
TEL.054-237-6632 FAX.054-237-9636  
あすなる不動産は  
(株)あすなる設計事務所の運営です

クラブ活動紹介 《葵 区》

活動を通じて  
心豊かな日常を

一番町学区 一寿会

梶 富造

私たちのクラブがある葵区一番町に、昭和53年頃ふたつの老人クラブが出来ました。これは一番町の地形が700mほどもある細長い地形の町のためだと思えます。そして上と下の二つの老人クラブは昭和60年4月に併合され「一番町一寿会」が誕生しました。

現在の会員数は55名です。それほど大きなクラブではありませんが、行事や活動では団結をして非常にまとまりのある良いクラブです。

一寿会は会員が集い、互いに楽しみ、憩い、親睦を図りながら、日常の生活をより心豊かに過ごすことを目標にしています。

行事も毎月第2金曜日を「憩いの日」と定めて集会



春のお花見会にて記念撮影  
みんなで集まり、交流を持つことが日々の生活に潤いを与えてくれます

を行っています。また第2木曜日には輪投げの練習を行い、健康維持に役立てながらみんなで和気あいあいと交流します。そして、地域の奉仕活動として公園や神社の清掃にも積極的に携わっています。

年間行事も、春のお花見

会、夏の納涼会、秋のバス旅行、お正月の新年会など、さまざまなものを行っています。これらの行事を通して会員相互の親睦を図りながら、健康で心豊かな生活を送ることに留意して活動しています。

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**内科 坂本 医院**

診療時間 月火水木金土日  
 午前 9:00~12:30 ○○○○○○休  
 午後 2:00 ~ 6:00 ○○○休○休休

静岡市葵区上足洗3-2-8  
**☎054-247-3858**  
<http://www.sakamotoclinic.jp>



**田中消化器科クリニック**

診療科目/消化器内科  
 診療時間/午前 9:00-12:30 午後 3:00-6:00  
 休 診 日/第2・第4土曜、日曜、祝日、木曜・土曜 午後

**TEL054-247-5522** 静岡市葵区音羽町8-3

日曜日も診察・往診します  
**松崎デンタルオフィス**

診療時間 ●午前9:00~12:00  
 ●午後2:00 ~ 8:00  
 ●木・金・土・日曜・祝祭日  
 午前9:00~12:00  
 午後2:00 ~ 7:00



静岡市駿河区石田1-3-21 TEL 054-287-7363

 **塩川八幡ヒルズクリニック**

内科・脳神経外科・眼科

静岡市駿河区八幡5丁目32-10

**TEL 054-280-0500**

お薬のご相談 お気軽に  
 保険調剤

**みなと薬局 音羽町店**

静岡市葵区音羽町7-11  
 Tel.054-200-1222 Fax.200-1226

安心して 噛めてますか？  
 安心して 笑えてますか？  
**歯は 健康の入り口！**

☎054-256-2772 用宗

**竹下歯科医院**



クラブ活動紹介《駿河区》



園児との交流で心身の若さを保つ
長田東学区 東新田せきれい会
会長 長島榮二
私たちは東新田せきれい会では、会員の心身共に健康な生活、並びに会員同士の連帯感を深め仲間づくりを進めるため、さまざまな行事を行っています。それらの活動の中に園児との交流があります。これは子どもたちとふれあうことで若さを保ち、世代間交流を通して地域の絆づくりを目的としております。園児たちも



子どもたちの笑顔に会員も元気をもらいます!!

交流会を楽しみにしてくれていて、この交流会は15年も続いています。年間5回の交流会
①昔の遊び「竹馬・竹とんぼ・お手玉・折り紙・輪投げなど」
竹とんぼ・お手玉・折り紙など簡単にできるものがあります。1年たってもうまくできないものに竹馬・コマ回しがあります。
②歌を歌う
③焼き芋大会
園児が畑で作ったさつまいもでやきいもをします。グラウンドの隅にブロックでかまどを作り、新聞紙とアルミホイルで巻いたさつまいもを入れて焼きます。



④お茶会
公民館の和室を使い、抹茶の先生の指導で園児同士ペアを組んでお茶会をします。園児たちはすごく緊張しています。
⑤プレゼント交換
園児が作ったカレンダー・折り紙・鉛筆など
高齢者は、子供と「ふれあう」ことで心が健康になります。



私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 ライト
特別養護老人ホーム えん
ショートステイ
特別養護老人ホーム
入居相談随時受付中
清水区三保 16-1 ☎368-6751

平成26年12月1日 グループホーム「まつばらの家」オープン!
社会福祉法人 駿河葵会
特別養護老人ホーム 久能の里
●デイサービスセンター(久能・竜南)
●ショートステイ
●居宅介護支援センター(久能・竜南)
●ホームヘルプサービスセンター
●グループホーム まつばらの家(清水区三保)
●小規模多機能ホーム みどりの家(清水区)
●小規模多機能ホーム 西草深(葵区)
●地域包括支援センター(大谷久能・麻機千代田)
〒422-8011 静岡市駿河区根古屋289-1
TEL 054-237-8876
URL http://久能の里.jp

特別養護老人ホーム
柏尾の里
介護が必要な方を応援します!
静岡市清水区柏尾387-2
TEL.054-347-5261(代)

キラキラ笑顔
社会福祉法人 清水あすなろ福祉会
特別養護老人ホーム あすなろの家
デイサービス ショートステイ
ホームヘルパー 居宅介護支援事業
ケアハウス しみず
〒424-0002 静岡市清水区山原871-2
TEL 054-363-2046
ホームページ http://www.18.ocn.ne.jp/~asnr

医療法人財団 百葉の会
Hoshino Shizuku
介護老人保健施設
星のしずく
静岡市葵区城北87番地
Tel 054-200-5555
◎入所・短期入所
◎通所リハビリテーション

社会福祉法人 吉原福祉会
特別養護老人ホーム こもれび
静岡市清水区吉原七三
電話〇五四三三三〇一五五
介護のご相談お気軽にどうぞ

クラブ活動紹介 《清水区》

引き継ぎ

伝えていく活動

三保老人クラブ連合会

長澤栄一郎

私たち三保老人クラブ連合会は6つの単位クラブの集まりで、この度世界文化遺産になった富士山の構成資産の三保の松原がある三保半島にあります。

単位クラブとしての行事として、毎月一回の定例会があります。行事は三保老人クラブ連合会として行うことが多い、楽しく活動を行っています。地元企業の厚意でグラウンドを貸して頂き、グラウンド・ゴルフ



やクロケットを楽しんでおります。グラウンド・ゴルフは月2回土曜日に、クロケットは第1・第3土曜日に試合を行っております。その結果は静岡新聞に掲載され、それを読むのも会員の楽しみであります。また、私たちが先輩から引き継いだ行事に三保海岸の清掃があります。毎月第2・第4月曜日の午前中に行っている小さな活動ですが、長年続けてきましたそのことも、この度の世界遺産登録の一助になったのではないかと思っております。この清掃活動は次の世代に引き継いでもらえるように、これからも継続して頑張っております。

その他の活動として、小学校からの要望で今年度から花壇の手入れやプランターの花の植え付けなどを、用務員と一緒に

に第1・第3月曜日の午前中に行うことになりました。始めたばかりなので花はまだこれからですが、早く咲くのを楽しみにしております。学校側は卒業式には花で飾って送ってやりたいと考えているようなので、私たちがそれに応えるよう頑張っております。

また生涯学習交流館の主催で、はごろも大学を開校しております。老人クラブ会員に入学を勧めて、知識と教養を高めるため皆で勉強をしています。会員から学長を選んで運営会を作り、一年間の計画を立てて、それにしたがって勉強をしております。

その他、年に一度の野外研修ではバスの日帰り研修を行っており、グラウンド・ゴルフを取り入れることもあります。また、太鼓や料理教室、大正琴を月2回程度行っています。地域や清水区支部主催の行事などにも積極的に参加しております。

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

有東坂 しいのきクリニック utozaka shiinoki clinic. 診療時間 月 火 水 木 金 土. 8:30~12:30 ● ● ● △ ● ●. 15:00~18:00 ● △ ● 手術 ● /

浜本整形外科医院. 介護予防通所リハビリ行っております. 診察時間 月 火 水 木 金 土. AM9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○. PM3:00~6:00 ○ ○ ○ 休 ○ 休

水道町内科 杉山医院. 糖尿病専門医 杉山 博通. 静岡市葵区水道町10-5 ☎054(271)2377. 診療時間 月 火 水 木 金 土. 午前 8:30~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○. 午後 3:00~6:00 ○ ○ ○ × ○ ×

内科・小児科. 診療時間 平日 9:00~12:00/16:30~18:30. 土曜日 9:00~12:00. 日野医院. 清水区蒲原新栄66-2 ☎(054)385-2151

リハビリのみをご希望の方々の短時間の通所. 指定通所リハビリテーション事業所. サルーテ・アリスリハビリセンター. 清水区草薙 2-24-15 TEL 054-345-5550. アリス草薙 通所リハビリテーション. 清水区草薙 424-7 TEL 054-347-6511

いつまでも健やかにシニア世代の 介護予防フィットネス. \*要支援1・2の方が対象です\*. fit-one. 無料体験実施中! 清水いほら. 〒424-0114 清水区庵原町145-7 ☎054-364-8380



市老連の活動

第1回市老連ペタンク大会 ねりんピック山口2015  
ペタンク交流大会出場チーム選考会

記念すべき第1回大会を開催

栄えある優勝は庵原地区 原長養会Bチーム!!

開催日/11月19日(水) 場所/清水庵原球場多目的広場  
参加/64チーム(葵4・駿河5・清水55) 役員選手330人

三区合同の第1回大会となり、地区代表チームにより気力あふれるプレーと熱戦が繰り広げられました。また、予選2位3位4位グループのトーナメントも行われ、大会は大盛況でした。

今回優勝した清水区庵原地区、原長養会Bチームが、ねりんピック山口2015ペタンク交流大会の静岡市代表として出場をいたします。なお、服部市老連会長もチーム監督で出場しました。



みんなで試合の行方を見守ります

(辻 幹夫)



競技の前に準備体操  
ケガの無いように  
頑張りましょう

大会結果

代表チーム決定トーナメント

優勝	原長養会B	清水区 庵原
準優勝	辻A	清水区 辻
第3位	高部鳥坂	清水区 高部
第3位	高部押切南	清水区 高部

予選2位3位4位の各部の1位

2位グループ	江尻A	清水区 江尻
3位グループ	辻B	清水区 辻
4位グループ	三保B	清水区 三保

12月5日(金) 第3回シニアクラブ静岡県輪投げ大会が焼津市総合体育館(シーガルドーム)にて53チームが参加し、開催されました。静岡市からも6チームが参加しましたが、13位の由比Aチームが最高で、残念ながら入賞はなりませんでした。



第3回県輪投げ大会  
入賞ならず

11月17日(月) 午前10時、秋晴れの下、清水区支部会員100人が参加しました。松の落ち葉をかき集めて袋詰めしたり、草取りに1時間余汗を流しました。(辻 幹夫)



「三保の松原」清掃作業  
100名の会員が参加

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**Ibu Sayang**  
イブサヤンショートステイ  
静岡市清水区高橋南町7-62(松永医院隣接)  
電話 054-371-5600

ジュエリー、ブランド時計、バッグ  
高価買取なら信頼と実績のエバンス1001にお任せ

**EVANS 1001**  
Collection  
http://www.evans1001.com

営業時間 am10:00-pm7:00/水曜定休  
静岡市駿河区池田225-1 TEL:054-208-1688

これからも地域にひらかれた施設をめざして！  
介護のことなら何でもお気軽にご相談ください。

社会福祉法人 聖母福祉会  
特別養護老人ホーム  
**聖ヨゼフの園**

●入所生活介護 ●居宅介護支援(ケアプラン)  
●ショートステイ ●ホームヘルプサービス ●デイサービス  
静岡市駿河区八幡4丁目6番9号  
TEL 054-282-1871

社会福祉法人 恵心会  
特別養護老人ホーム **小坂の郷**  
URL : http://www.osakanosato.jp/

- 特別養護老人ホーム 140名<全個室>
- 短期入所(ショートステイ) 20名<全個室>
- デイサービスセンター ■居宅介護支援センター
- 障害者就労継続事業

〒421-0135 静岡市駿河区小坂1106-1  
TEL (054) 258-5115(代)

医療法人社団 静寿会

介護老人保健施設 **葵の里**

◎入所・ショートステイ  
◎通所リハビリテーション ◎居宅介護支援事業所

静岡市駿河区小坂376番地の1  
TEL.054-257-2281

社会福祉法人 慈照会  
特別養護老人ホーム  
**浜石の郷**

静岡市清水区由比阿僧189-1 ☎054-377-1177

**ケアかんばら**  
浜石の郷デイサービスセンター  
静岡市清水区蒲原塚沢476-1 ☎054-389-0506  
※介護・看護職員募集中!

出展数  
747 点



陶芸や手芸盆栽など様々な作品が展覧されました

来場者  
1,178人

### 葵区・駿河区合同作品展

期 間 / 11月26日(水) ~ 30日(日)  
会 場 / 静岡市民ギャラリー  
参加団体 / 静岡市老人クラブ連合会葵区支部・駿河区支部  
老人福祉センター・老人ホーム・福祉団体



セレモニーでは  
テープカットが  
行われました

## 芸術にふれ 心豊かになるひととき



静岡市清水福祉総合文化祭 作品 **356 点**

### 清水福祉総合文化祭作品展

期 間 / 11月7日(金) ~ 10日(月) 9:00 ~ 17:00  
会 場 / はーとぴあ清水6階多目的ホール  
参加団体 / 静岡市老人クラブ連合会清水区支部  
福祉団体・老人施設



会場は多くの来場者で賑わいました

力作勢揃い どの作品も素晴らしいです

来場者  
704人

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

～静岡の味、旅の味～

**東海軒**

●年中無休 ●10個以上から配達承ります。

〒422-8033 静岡市駿河区登呂6-5-35  
TEL 054-287-5171  
FAX 054-287-5172  
<http://www.tokaiken.jp>

新鮮な魚介類をいつでも御用意！  
結婚披露宴・初七日法要・御法事・各種宴会  
バック料理・仕出し・お弁当・口取折詰・おせち料理

**魚長**

割烹 魚長

御宴会・御会合100名様まで承ります(マイクロバス送迎あり)

静岡市葵区安西5丁目76-3  
☎0120-010-829 ☎054-271-0829

健やか・よろこび・愛 漢方薬の

**荷居屋**

静岡店 葵区昭和町3-1(静岡昭和町ビル1階)  
☎054-255-0218

清水本店 清水区江尻東1丁目3-13  
☎054-366-0218(代)

学校法人 千代田学園

**千代田幼稚園**

静岡市葵区東千代田1丁目8番10号  
TEL 054-261-7624  
<http://chiyodakinder.jp/>

遺言書は公正証書で

《ご相談・お問い合わせ先》

**静岡公証人役場**

静岡市葵区追手町2-12 安藤ビル3階  
電話 054-254-1234

桜えび直売所・海産物製造問屋

**下原藤商店**

桜えびご飯の素  
しらすご飯の素  
各1パックセット

お気軽に  
お問合せ下さい

1,345円(税込) ※配送料別

☎0120-76-0052 FAX 054-375-5231  
静岡市清水区由比町屋原88





作業場での池田さん  
まだまだ元気に仕事と趣味に頑張ります



終戦時まで、  
工作機械製作  
工場で旋盤組  
立の仕事に従

池田さんは、11月に開催さ  
れた清水福祉総合文化祭作品  
展工芸の部へ『剪定鋸』を出  
品されました。鋸の刃は専門  
店から購入し、サイズの切  
断、柄と取り付け金具の作成  
など万力を使い仕上げます。



池田 信一さん (90歳)

清水区 不二見地区 村松中和朗会



事し、その経験から  
手際よく作業をされ  
ています。戦後は、  
家業の農業と牡蠣、  
真珠養殖業を引き継  
ぎ、現在はミカン栽  
培をされています。  
毎朝6時には起床

して自分で車を運転し、農作  
業をします。植木の手入れ、  
農具の修理のほかパソコンを  
操作しインターネットでYo  
uTubeで歌謡やアコーデ  
イオン、大正琴の演奏曲を聴  
いて楽しんでいたり、エクセルで  
日記を作成しています。  
老人クラブには旅行や総会  
に参加され、皆さんと顔を合  
わせ話をすると気持ち明る  
くなるそうです。健康を保つ  
ためには仕事で汗を流し、失  
敗したら原因を追究するなど  
頭も使うように心がけている  
と話されています。これから  
も前向きな姿勢で健康長寿の  
生活を続けられることと思い  
ます。(辻幹夫)

部門別 出品数	優秀作品 受賞者
カジュアル 22点	望月 登子 (江尻)
フォーマル 6点	梅島喜和子 (興津)
ホームウェア 8点	小倉 恵子 (駒越)

### 清水区支部リフォームファッションショー&コンサート 8月31日(日) 清水テルサホール



出場者/女性会員 36名・愛唱歌クラブ

ファッションショーの後はコンサートが行われ、  
コレギウム・ムジクム静岡の演奏で会場は盛り上がりました

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

自主性 意欲  
思いやりのある子  
社会福祉法人 愛恵会  
**ほのぼの保育園**  
静岡市駿河区登呂6丁目17-50  
電話 054-293-9211

平成27年4月から  
幼保 連携型認定こども園として  
新たにスタートします。  
学校法人 栗田学園  
**ふじみ幼稚園**  
静岡市駿河区西島402  
☎ 054-281-2673

心わくわく! 笑顔まらまら!  
学校法人織田学園  
**やよい幼稚園**  
静岡市駿河区石田2-18-28  
TEL (054)285-8011  
http://www.yayoi-y.jp

くらしを考え、明日をつくる。  
**SHIZUGAS**  
静岡ガス  
静岡市駿河区八幡1-5-38 ☎054-284-4141(代)  
http://www.shizuokagas.co.jp/

相続・贈与の実績多数  
税理士法人 **神戸会計**  
税理士 神戸欣式  
税理士 神戸修  
静岡市駿河区池田129-1  
TEL (054)284-3955 FAX (054)284-3956  
HP http://www.kambes.jp

12歳未満の方のご入館をご遠慮させていただきます  
大人の癒し処 各種ご宴会プラン承り中  
温泉+ご宴会 2,800円~(税込)  
炭酸泉も 大人気 駿府天然温泉100%  
**天神の湯**  
株式会社 時之栖  
静岡市駿河区曲金5-5-1 ☎054-287-1126

私達



こんなこと  
しています！

### 南京玉すだれに魅せられて

辻地区 辻五区第一千歳会 佐野すず子

「サテーサテー、これは南京玉すだれ、サテも不思議な玉すだれ」のかけ声と演技に魅せられて、玉すだれ愛好会の一員になりました。「竹の数は五十と六本、糸の結び目は百と十結び、変化自在に操ってご覧にいきます」が口上です。見ていると簡単なのですが、実際はなかなか大変な代物で、練習を積み先輩と同じ早さで口上につけて出来た時は嬉しかったです。

次郎長の仁義、水戸黄門、落語の「じゅげむ」、昔話の語り芝居、弁天娘女白浪の口上、長生き音頭等、役を分担して感情を込めて演じています。セリフを忘れてちよつと詰まった時、客席から「ガンバレ」と声がかかるとうれしくて、気持ちはずます宇宙に昇ります。そして新しい演目にチャレンジすることも大切だと考えています。



揃いの衣装で練習の成果を披露  
客席からの応援がとてうれしいです

新年は手作りの獅子頭で明るい年になりますようにと祝い、舞わせていただきます。これからも玉すだれ愛好会で自分も楽しく皆さまにも楽しんでもらいたいと思っています。

### 私のつばやき

中島学区 若葉会 浦田 翠

勤続42年間の公務員生活を卒業してやれやれと思いきや、老人クラブの方から声がかかり入会させて頂きました。その後会長を引き受けることになり、現在もやらせて頂いています。

会員の皆さんが高齢なので活動はあまり出来ませんが、私たちがなりに一生懸命張り、協力しあつて仲良く明るく楽しい会にしています。毎月1回定例会を開き、新年会や誕生会、踊り、花壇の手入れ、そして年2回の日帰りバス旅行、地域行事などに参加して出来る範囲の活動をしています。私は皆さんの元気な明るい笑顔を見るときうれしくほっとします！

今、私は自分の健康のためにグラウンド・ゴルフを始めました。練習場所まで15分くらい歩いて行っています。出会った人と元気にあいさつするのも気持ちが良いです。練習しても上手にならないけれど・・・でもね、下手でもいい！体を動かし太陽の光をいっぱい浴びてみんなと笑いお話しをする。これだけでも健康維持できる。老後の健康は最高の財産、宝だと思つて頑張っています。

現在、高齢化が進行していますが、年齢を重ねることは決して悪いことではないのです。何よりも元気に楽しく過ごしていけることが大切だと考えます。これからも活発に外に出て、友人の輪を広げて「動くこと」が健康の秘訣だと思ひ頑張っていきたい。

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・外科・整形外科

# 松下 医院

院長 松下 兼昭

清水区但沼町1317-2

☎ 054-393-2022

司法書士

## 水野裕之事務所

静岡市葵区竜南3丁目12番3号  
コアパレス竜南3F

TEL (054)248-5414  
FAX (054)248-5462

一般廃棄物・産業廃棄物収集運搬業

**株式会社 サンキュウ美化**  
SANKYU BIKA

静岡市葵区富厚里1891  
tel:054-270-1160  
054-279-0912  
fax:054-279-0912

<http://www.sankyubika.co.jp/>

高齢者介護の事でご心配の方向  
何時でもご相談に応じます

医療法人社団克己会

# 田村 医院

内科

※ 通所リハビリテーション事業  
※ 居宅介護支援事業

静岡市清水区船越東町180-9  
TEL.054-353-0355 FAX.054-351-7207

## 城北耳鼻咽喉科

静岡市葵区城北29-1  
TEL 054-246-8880

診療時間	月火水木金土日
午前 8:30~12:00	●●●●●▲休
午後 2:30~6:00	●●休●●休休
▲土曜 午前 8:30~13:00	※ 曜日により担当医が異なります

わたしたち  
静岡市老人クラブ連合会を  
応援しています！！



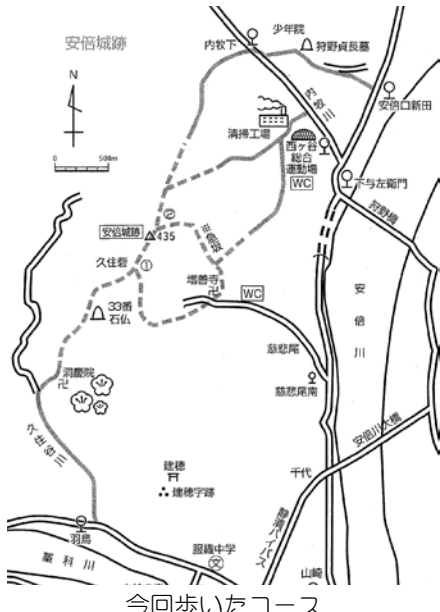


安倍城跡ぶらり旅

南北朝時代（1336～1392年）が勃発したことにより後醍醐天皇配下の狩野貞長は京都の警護役から故郷の駿河に帰り、安倍城を築き北朝方の今川氏（足利将軍派）の賤機山城と対峙した。

今回は安倍城跡（標高435m）をご案内します。

JR静岡駅から羽鳥バス停まで路線バスに乗り、梅園で有名な洞慶院まで平地を徒歩30分程で着く、洞慶院からは山道に入り33体の石仏を確認しながら、木の根が露出した林の中を40分で最後の石仏に到着。そして更に40分で右に鉄塔がある増善寺の分岐点を過ぎ、設置してあるロープにも助けられ急な上り坂もある山道を20分で安倍城跡に到着した。うっそうとした山道をひたすら登り切つ



今回歩いたコース

たところは、目を疑うような素晴らしい景観で、左から富士山・伊豆の山々・更にその先には神津島が見えるという。たまたま頻繁にここを訪れるという方にお聞きしたら冬でもないのに今日はよく神津島が見えると言ったが、私には神津島は確認できなかった。そして、近くには賤機山の山並みの中に今川氏が築いた標高170mの賤機山城があった。日本平・駿河湾としばし見入ってしまった。遠い昔の貞長は賤機山城方面をどんな思いで見っていたのか興味深い。



安倍城跡からの眺め 手前から安倍川、賤機山、日本平、伊豆半島（駿河湾）

後醍醐天皇の16人いた皇子の一人宗良親王が安倍城を訪れた時、貞長の娘との悲恋の歌が『李花集』に残されている。景色に見とれたが、山頂には「安倍城跡」と書かれた大きな碑と、可睡斎の高僧の臚仙老師の書いた「芙蓉白雪放霊光」の石碑がある。

下りは20分で西ヶ谷分岐を経て、狩野貞長の墓へ寄る関係で内牧を目指したが、内牧コースは結構大変な道で途中で道が無くなり沢沿いの難儀な道もあり、西ヶ谷分岐から内牧下バス停まで40分の予定が1時間かかってしまった。墓までは平地で15分だった。帰り道は西ヶ谷へ下りるコースがお勧めです。（水上博）

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

お仏壇の文珠堂

（仏壇）（仏具）（墓石）

本店 静岡市葵区城北2丁目4-3  
☎ 054-245-1405  
富士店 富士市中之郷815-8  
☎ 0545-81-5380

曹洞宗

日向山 福泉寺

静岡市駿河区手越14番地  
電話：054-259-8929

曹洞宗 延命山

誓願寺

静岡市清水区有東坂19-26  
電話 054-345-4657

自分たちの活動を 形 にしてみませんか？

\* 個人でも・グループでも \*\*\*  
ご希望・予算に合わせてご提案させていただきます。

自分史  
句集  
作品集  
写真集

記念誌  
文集  
小説  
等々...



株式会社二チコミ 静岡支店

まずはお気軽にお問合せ下さい ☎054-283-5424

# 会員文芸

## 俳句



葵区 安東学区 寿会 西村喜三郎  
かがり火に映えるシニアの初句会

葵区 安東学区 寿会 三浦 範子  
大八洲雲燦々と初御空

葵区 安東学区 寿会 望月 澄子  
歌留多取り負けて悔しい祖母の顔

葵区 安東学区 寿会 吉尾 茂  
生あるを謝して拝む初日の出

葵区 安東学区 寿会 西村 和穂  
饒舌や小切れになりし雑煮椀

葵区 安東学区 寿会 由比藤敏彦  
初日の出拝がみし後の宮参り

葵区 安東学区 さわかクラブ 倉戸 照夫  
筆初め寿の一文字を書きおろし

葵区 安東学区 さわかクラブ 矢部 丙八  
老害を虞れつ八十路年明け

葵区 安東学区 互楽会 鈴木 辰男  
甲高きゴルフの声よ初美空

葵区 安東学区 しののめ会 朝倉 司朗  
初夢の荒野で一人迷ひけり

葵区 安東学区 千寿会 鈴木 健仁  
父成せぬ八十路の初日拝がめり

駿河区 森下学区 長寿会 望月 謙吉  
蝸の一声秋を誘い来る

葵区 美和地区 福寿会 大場 慶一  
喜寿越えて老いても盛ん寒復習

葵区 一番町学区 一寿会 遠藤 昭二  
初暦米寿迎ふる日を記す

清水区 三保地区 昴クラブ 岩本岩次郎  
旅人よ神の道より一句かな

## 短歌

駿河区 中島学区 中島上寿会 鈴木 康子  
逆さ富士田貫湖面に夕映えの

ピンクの雲と美しく映ゆ  
清水区 興津地区 興津中町緑会 海野 文江  
山々はもみぢ濃くしてそこかしこ

蜜柑色づくふる里の山

## 川柳

清水区 江尻地区 川岸町老人会 山田 光  
孫帰るホツとするやらがっかりするやら

葵区 美和地区 健寿会 松永安太郎  
釘づけの仕掛花火で夏飾る

葵区 美和地区 健寿会 町塚 慶子  
思いやり支えあつての五十年

葵区 美和地区 健寿会 渡部 ミサ  
茶畑の亀裂が残る山崩れ

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ひとつひとつの弔儀をこころを込めて...

株式会社 **静岡こころの会**

☎0120-785-888 清水区北矢部811-5

市民葬祭ホール 駿河  
駿河区中島3056 TEL/054-203-3773

市民葬祭ホール 清水  
清水区八千代町5-20 TEL/054-353-3008

市民葬祭ホール 新伝馬  
葵区新伝馬1-11-70 TEL/054-260-5072

墓石・記念碑・燈籠・石材彫刻  
建築用石材・御社・その他 石材一式  
設計・施工・販売します。

有限会社 **大村石材店**

休業日:日曜・祭日

工場・展示場:静岡市駿河区手越62-3  
TEL:(054)258-6289

曹洞宗 玉井山 **洞慶院**  
久住山

静岡市葵区羽鳥7-21-9 電話054-278-9724

わたしたち  
静岡市老人クラブ連合会を  
応援しています!!

お仏壇・墓石・葬儀の優伝

葬儀 宗派・宗旨問わず  
自宅葬から会館葬まで  
事前相談 承ります。

YUDEN 静岡市駿河区敷地2丁目26-2  
左京ビル1階  
TEL.054-237-3670

曹洞宗 玉井山  
**長榮寺**

静岡市葵区籠上 24-1  
電話 054-271-3904



葵区 美和地区 健寿会 山下 利子  
老いてなお夢を持ちつつ歩きたい

葵区 美和地区 健寿会 赤石 泰江  
鑑定で古い器が高値よび

葵区 美和地区 健寿会 岡 菊子  
京の旅だらりの帯とハイポーズ

葵区 安東学区 さわかクラブ 小野田たまた  
老いの身をはげましながら明日に向き

葵区 美和地区 福寿会 遠藤加津子  
眼が語る心の窓の喜怒を無視

清水区 入江地区 入江南町寿会 杉山 市郎  
金箔酒よりも焼酎あと二杯

清水区 不二見地区 寿会 杉山 保司  
デュエットを唄ふシニアに若さあり

詩

駿河区 中島学区 中島上寿会 鈴木 康子  
河原のなごころ

喜寿も過ぎ  
無病息災のありがたきこと  
わたし：

河原のなごころが好き



今日もクラブ握ってグラウンドゴルフ

球打ちや活力湧いてくる

あああ：

なんてたのしや老いの輪

クロスワードパズル

前回の答え

ゴヒヤクワカン

クロスワードパズル当選者(敬称略)  
伊藤 義郎 松永安太郎 朝比奈秀子  
宮本 敏明 永井 規之 深澤きぬ子  
松永 勝子 岡村 愛子 海野 しづ  
山田 光  
多数ご応募くださり有難うございました。  
抽選の結果10名の方には、記念品をお送り  
いたします。

原稿募集

◆次回は平成27年7月号(第21号)発行です。  
◆原稿締め切り 5月15日(金)

・短歌・俳句・川柳や随想を寄稿ください。  
※なお多くの方々の作品を掲載したいため  
1人1点でお願いします。

・楷書で正確にご記入下さい。

・原稿には本文の前に題名・学地区・クラブ名  
筆者・電話番号も必ずご記入ください。

・原稿の採否・一部削除などは広報専門委員会  
にお任せ願います。

・原稿はお返しいたしませんので、あらかじめ  
コピーをとっておいてください。

・連載シリーズ「静岡の元気人」  
みなさんのご近所の「静岡の元気人」を推薦  
して下さい。取材に伺います。

送付先

〒420-0854 静岡市葵区城内町1番1号  
静岡市中央福祉センター3階  
静岡市老人クラブ連合会事務局

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

曹洞宗 玉泉山 吉祥寺

静岡市駿河区中田本町26番8号  
電話 054-285-3711

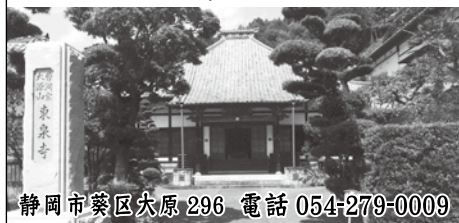
臨濟禅宗 満徳山 円成寺

静岡市葵区籠上18-10  
電話 054-271-3361

曹洞宗 吉田山 桃原寺

静岡市駿河区国吉田6丁目10番87号  
電話 054-262-2963

曹洞宗 大原山 東泉寺



静岡市葵区大原 296 電話 054-279-0009

株式会社 ニチコミのホームページでは、全国各地の元気な老人クラブの活動状況を随時更新して紹介をしています。  
http://www.nichicomi.com

南無妙法蓮華経は万年のほか 未来までも流布すべし(日蓮聖人・報恩鈔)  
佛護山 東漸寺  
静岡市清水区蒲原2丁目13-7  
TEL.054-385-2442  
FAX.054-385-2846  
— 日蓮宗・創立 元弘元年(1331) —

平成 26 年度 県老連友愛活動表彰伝達式

10月15日はーとびあ清水にて、平成26年度静岡県老人クラブ連合会友愛活動表彰の伝達式が行わ



写真右/シニアクラブ産女産寿会 堀内 鋼次 会長  
写真左/渋川南福寿会 横澤 道則 会長

れました。今回表彰されたのは、シニアクラブ産女産寿会(葵区)と渋川南福寿会(清水区)の2団体です。2団体は、笑顔と楽しみを仲間たちと分かち合うための「おしゃべり会」を、継続的に実施していることが認められて、今回の表彰となりました。服部会長から表彰状と記念品の伝達が行われました。

頭の体操

ふたつの文字に同じ部首を付けると熟語になります。



例題 「楽早」 → 「薬草」になります  
(それぞれに「草かんむり」を付ける)

- ① 呉忍 →  ② 烏因 →
- ③ 田相 →  ④ 頃到 →
- ⑤ 兄畠 →  ⑥ 斤首 →

※答えは19ページに掲載

編集後記

30年に一度の異常気象による猛暑・豪雨・台風、加えて噴火と、悲しい報道が続いた日々でした。犠牲になられた皆さまに対し心からご冥福をお祈り致します。こういう中で、日本人3人が揃ってノーベル物理学賞受賞は素晴らしいことでした。

先日総務省から発表された、総人口に対する高齢者の割合が65歳以上が4人に一人、75歳以上が8人に一人と過去最高で、これからも増加する予測です。総人口の4分の1が高齢者なのに、老人クラブ加入者は減少しています。「100万人会員増強運動」は大変なことですが、これから皆さまも増強策についてのご意見や成功例などをご投稿ください。お願いします。(川島喜示榮)



◇スポンサーへのお礼

「市老連だより」発行に際しまして、ご協賛頂きましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。本紙は会員のさらなる健康増進、生きがいの向上、会員相互の親睦などを願って発行するものであります。これらの趣旨をご理解いただき、今後とも温かいご支援を賜りますようお願い申し上げます。

- ◎は委員長
- ◎水上市 博(葵区 横内)
- 鈴木 健仁(葵区 安東)
- 鈴木 富男(駿河区 長田北)
- 浦田 翠(駿河区 中島)
- 辻 幹夫(清水区 不二見)
- 川島喜示榮(清水区 辻)

私たちは静岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あなたは大切な家族に残したい写真がありますか?  
笑像写真  
あなたを語る笑顔の記録  
6切1枚(台紙付き) 20.3×24.4cm  
9,600円(税別)  
オリジナル撮影データ(CD-R)1コマ 4,100円(税別)  
PC・携帯からも詳しい情報がご覧いただけます!  
http://www.ozawa-studio.com  
静岡市駿河区登呂5丁目7-20 営業時間 9:00~19:00 0120-83-3719

和モダンの家 TDホーム静岡西  
ウエスタンホームズ株式会社  
静岡市駿河区用宗4丁目3番27号大ニビル1F TEL:054-269-4447  
http://tdhome.jp TDホーム で検索

明日の高齢者福祉を創造する 楽寿会  
楽寿の園高齢者総合福祉エリア  
〒421-2115 静岡市葵区与左衛門新田74-6  
TEL.054-296-1111(代) FAX.054-296-1113

社会福祉法人 清承会  
特別養護老人ホーム 白扇閣  
入所、短期入所、通所、訪問介護事業  
居宅介護支援事業(興津川地域包括支援センター)  
〒424-0201 静岡市清水区承元寺町1341番地  
TEL 054-369-2258 FAX 054-369-2259

医療法人財団 百葉の会  
介護老人保健施設 鶴舞の城  
つるまいのしろ  
●入所・短期入所  
●通所リハビリ  
●居宅介護支援  
清水区庵原町3158  
☎ 361-1234