

第24号



市老連だより

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) 270-5236
E-mail shizuoka.r.club@ai.tnc.ne.jp
発行人 朝倉 隆弥
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



おとしみおや
静岡浅間神社 三本社のひとつ 大歳御祖神社本殿

写真提供：静岡浅間神社



一般的には静岡浅間神社といわれておりますが、正式には「かんべ神部神社 あさま浅間神社 おとしみおや大歳御祖神社」といいます。境内には七つの神社が鎮座しており、大歳御祖神社は1700年前の創始と伝えられております。静岡浅間神社は平成26年から「20年かけての化粧直し」平成の大改修」と銘打って修理工事を行っており、大歳御祖神社本殿はその最初に手掛けた建物です。(水上博)

極彩色に
よみがえる

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

補聴器がよ〜くわかる相談会 開催中!

静鉄 0120-52-8980
音羽町駅まん前

デジタル補聴器の
サガワ

JR 0120-53-8980
草薙駅まん前



情報交換でより良いクラブの実現を
 一般社団法人静岡市老人クラブ連合会会長 朝倉隆弥

新年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、新しい年を健やかにお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、人口減少と少子高齢化が進むなか、本市の65歳以上の高齢者は平成28年には20万1千人余、高齢化率28・3%（全国平均26・7%）となり人口・割合とも過去最高を更新しています。

開している「100万人会員増強運動」に呼応して、シニアクラブ静岡市におきましても、会員の加入促進の努力を行っております。この結果、減少傾向は止めることができませんでしたが、減少率は、若くは少なくなってきました。今後は地域の組織とも連携を強化するなどして、会員の皆さまにおかれましては、会員増強に力強いご協力を引き続きお願い申し上げます。

しかしながら、老人クラブ数・会員数は減少傾向にあることから、全国老人クラブ連合会が展

交換ができ、運営面、組織面、活動内容など教えていただく点が多くあります。シニアクラブ静岡市としても良い面は積極的に取り入れていきたいと思っております。

最後に会員の皆さまには、本年もシニアクラブ静岡市へのご支援とご協力をお願いいたします。益々のご健勝とご多幸を祈念いたします。新年のごあいさつといたします。



「健康長寿のまち」を目指して

静岡市長 田辺 信宏

新年あけましておめでとうございませう。旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り、誠にありがとうございました。

また、ホームページの運営開始や新しいイベントの開催等々、多岐にわたる分野で精力

また、ホームページの運営開始や新しいイベントの開催等々、多岐にわたる分野で精力

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

だれもが最善の医療・福祉を受けられる社会をめざして
 医療法人 沖縄徳洲会
静岡徳洲会病院
 静岡市駿河区下川原南11-1 TEL 054-256-8008
 【静岡県内グループ施設】
 ●榛原総合病院 ●介護老人保健施設 静岡徳洲苑・あじさい
 ●特別養護老人ホーム 小坂の郷 ●グループホーム 富士見園

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

ともに喜び、ともに笑い、ともに生きる
 社会福祉法人 愛幸会
 特別養護老人ホーム 吉津園
 吉津園 短期入所生活介護事業所
 静岡市葵区吉津 199 TEL.054-278-5566
 吉津園 デイサービスセンター
 TEL.054-278-5567
 吉津園 指定訪問介護事業所
 TEL.054-278-1120
 吉津園 指定居宅介護支援事業所
 TEL.054-278-5560
 HP <http://www.yoshizuen.or.jp/>

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

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



「昭和の遊び」で世代を越えた交流



元気いっぱい輪投げを楽しむ

今回も大盛況!!

「昭和の遊び」で子どもたちと交流

10月8日(土)、9日(日)にツインメッセ静岡にて「しずおか元気応援フェア2016」が開催され、一昨年に続き今回もシニアクラブ静岡市から参加

をさせていただきました。両日ともに午前中は雨が降り、お客さんが来てくれるか心配でしたが、多くの親子が遊びに来てくれて大盛況でした。人気のある遊びは、人員整理をしているところもありました。

シニアクラブ静岡市も南館の一角にのぼりを掲げ、けん玉や輪投げ

的に活動の幅を広げられるなど、魅力あるクラブへの発展に向け大きな転換期を迎えたところであります。

本市は、目指す都市像のひとつに「健康長寿のまち」づくりを掲げております。この目標は、平成22年時点の本市の健康寿命「72・96歳」を、平成34年度には徳川家康公の天寿であった

「75歳」にまで延ばすことを目指しております。

これを達成するためには、貴会の活動の魅力や、会員の皆様が元気に健康で活動されるお姿を披露し続けることが大切であり、多くの高齢者の皆様に参加意欲を増す組織として強化されることが必要不可欠です。「世界中のどこよりも静岡市で暮らせば元気で長生

きできる」と評価される日を目指し、広く皆様からのご理解ご協力をいただけますよう、重ねてお願い申し上げます。

結びに、静岡市老人クラブ連合会の益々のご発展と、会員の皆様のご健康とご多幸を心よりお祈りいたしまして、新年のあいさつとさせていただきます。

げ、お手玉、あやとりなどの「昭和のあそび広場」を設け、女性委員を中心に対応をしました。

子どもの頃を振り返ってみると、昭和前期は遊具も少なく、体を使って友だちと一緒に遊ぶ遊びだったような気がします。

遊び道具も自分でつくり、低学年から高学年が一緒になって遊びました。その遊びの中で大切なことをいろいろと学んだものでした。

時代の流れとともに遊びも変わってきましたが、古き遊びが無くならないことを願います。

頑張り昭和の遊び。

2日間会場で対応していただいた皆さん、ご苦労さまでした。

(野田睦彦)

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

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)
ヨイババ
☎ 054-263-4188

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

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

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

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						

医療法人 社団 仁会
吉永医院
在宅療養支援診療所

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	○	○	○	休	○	○
午後 4:00~6:00	○	○	○	○	診	休

※受付は午後5:30迄
静岡市清水区江尻東1-1-38
TEL.054-366-2722

市老連の活動

第 11 回 シニアクラブ静岡市グラウンド・ゴルフ大会

八木清さん、木下志保子さんが優勝の栄冠!!

第 11 回シニアクラブ静岡市グラウンド・ゴルフ大会が 10 月 6 日 (木) 日本平運動公園多目的広場で開催されました。

参加選手は 3 区から選抜された 279 名が出場し、男女別の個人戦で順位を競いました。選手は 32 ホールをまわり、入賞は男女別で 10 位までで、別表の結果となりました。入賞された皆さま、おめでとうございます。(鈴木 泰造)



秋晴れのなか、心地よい汗をかく

大会結果

個人の部 (男性)

優勝	八木 清	大 谷	69 打
準優勝	荻田 勝	服 織	73 打
第 3 位	前田 貞夫	大 谷	75 打
第 4 位	森 高	服 織	76 打
第 5 位	福本 孝吉	駒 越	76 打
第 6 位	芹澤孝司郎	大 谷	77 打
第 7 位	落合 康行	由 比	78 打
第 8 位	岩辺 夏夫	麻 機	79 打
第 9 位	鈴木 泰造	有 度	80 打
第 10 位	長崎 金邦	不二見	81 打

個人の部 (女性)

優勝	木下志保子	駒 越	79 打
準優勝	酒井キミヨ	駒 越	79 打
第 3 位	福田子工子	高 部	81 打
第 4 位	安部美甫子	賤 機	82 打
第 5 位	牧野 鈴江	中 藁 科	82 打
第 6 位	竹下 教枝	麻 機	84 打
第 7 位	望月テル子	岡	84 打
第 8 位	杉本 信子	大 谷	84 打
第 9 位	大滝 時江	三 保	85 打
第 10 位	池田 征子	千代田	85 打

第 3 回 シニアクラブ静岡市ペタンク大会



三保Aが静岡市代表に!!

松富B(3位入賞)、D・Cも入賞の快挙!

ねんりんピック秋田 2017 交流大会への出場チーム選考大会が、秋晴れのもと 64 チーム (葵区 15、駿河区 15、清水区 34) が参加して行われました。

予選リーグの戦績別に決勝トーナメントに進み、それぞれ熱戦が展開されました。大会結果は以下のとおりです。(鈴木 泰造)

大会結果

1 位 (予選通過) の部

順位	チーム名	区 地区・学区
優勝	三保 A	清水区 三保
準優勝	鳥坂シニアクラブ	清水区 高部
第 3 位	吉原仙寿会	清水区 庵原
第 3 位	松富 B	葵 区 賤機
敢闘賞	山原 A	清水区 飯田
敢闘賞	松富 D	葵 区 賤機
敢闘賞	船越 A	清水区 船越
敢闘賞	駒越 A	清水区 駒越

2 位 (予選通過) の部

優勝	辻 B	清水区 辻
準優勝	恵美会	駿河区 南部

3 位 (予選通過) の部

優勝	川原クラブ	清水区 岡
準優勝	若葉会 A	駿河区 中島

4 位 (予選通過) の部

優勝	江尻 A	清水区 江尻
準優勝	松富 C	葵 区 賤機

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

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
 TEL 054-247-5522 静岡市葵区音羽町 8-3

てらむらクリニック
 054-267-3888

医療法人社団 厚厚会
小長井整形外科医院

 静岡市駿河区新川 2-5-31
 ☎ 054-286-0911

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

お薬のことなら何でもご相談ください
あんず薬局
 営業時間
 月・火・水・金 8:30~17:30
 木・土 8:30~12:30
 日・祝日は休み
 静岡市葵区千代田 6 丁目 15-21
 電話 054-265-6802(代)

内科・循環器内科
おおぬき内科クリニック
 診療時間 月 火 水 木 金 土
 午前 9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●
 午後 15:00~18:00 ● ● / ● ● /
 ※休診日 日曜日、祝日、水・土曜日午後
 〒424-0008 静岡市清水区押切 2002-1
TEL.054-340-3700
 ホームページ <http://ohnuki-clinic.com>

市老連の活動

第11回 シニアクラブ静岡市輪投げ大会

開催日 9月8日(木)
場所 静岡市中央体育館
参加者 選手623人、役員27人 計650人



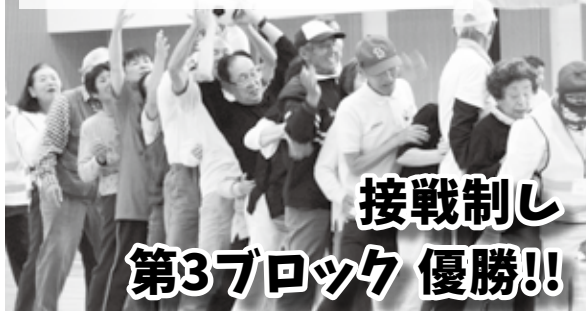
出場89チームの頂点
登呂2寿会A 優勝!!

前はさまざまな理由で開催できませんでしたが、シニアクラブ静岡市が全老連へ直接加入の記念すべき初年度に、89チーム(葵区27・駿河区27・清水区35)が熱戦を展開しました。結果は登呂2寿会A(駿河区)が優勝、有東第一楽寿会A(駿河区)が準優勝となりました。その他の結果は以下の通りです。(水上博)

大会結果

Table with 4 columns: 順位, チーム名, 区名, 各地区名. It lists the winners and runners-up of the tournament.

第11回 葵区支部スポーツ大会



接戦制し
第3ブロック 優勝!!

支部活動紹介《葵区》

10月21日(金)、静岡市中央体育館にて第11回葵区支部スポーツ大会が開催され、選手、役員、応援含め約600名が一堂に会し、お手玉投げ競走やボール送りなど6種の競技で熱い戦いが展開されました。

応援団からは大きな声援が送られ、それにこたえて必死に戦う姿は皆いきいきとして「健康長寿のまち」静岡を感じられるスポーツ大会でした。

選手たちは一生懸命に競技をして最後の玉入れ競技まで予断を許さない接戦となり、最後に第3ブロックが逆転で優勝の栄冠に輝きました。

怪我も無く無事に終了することができ、また早朝からの会場づくりと競技進行に尽力していただいた役員と実行委員の皆さま、ご苦労さまでした。(石川 享一)

大会結果

Table showing the results of the葵区支部スポーツ大会, listing winners and runners-up for different blocks.

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

Advertisement for 古庄わかばクリニック (Kozuka Wakaba Clinic) with contact information and a schedule table.

Advertisement for まりこしディスクリニック (Marikoshi Disk Clinic) with contact information and a schedule table.

Advertisement for 鈴木内科医院 (Suzuki Internal Medicine Hospital) with contact information and a schedule table.

Advertisement for 東新田福地診療院 (Higashinoda Fukuchi Clinic) with contact information and a schedule table.

Advertisement for 溝口整形外科 (Mizuguchi Plastic Surgery) with contact information and a schedule table.

Advertisement for 向井内科クリニック (Mukai Internal Medicine Clinic) with contact information and a schedule table.

支部活動紹介《葵区》

第 12 回 葵区支部輪投げ大会



70チーム参加で盛大に開催
優勝は草の実会 A (西奈学区)

大会結果

順位	チーム名	学地区名
優勝	草の実会 A	西奈学区
準優勝	住吉会	一番町学区
第 3 位	瓦場町白寿会 A	横内学区
第 3 位	麻の実会	麻機学区

開催日 7月20日(水)
場所 静岡市中央体育館
参加者 選手420人、役員27人
計447人、70チーム



例年5月に開催していた輪投げ大会ですが、7月の暑い中で屋外開催していたグラウンド・ゴルフ大会と入れ替え、70チームが冷房のきいた会場で熱戦を展開しました。大会結果は次の通りです。(水上博)

「ねんりんピック秋田2017」ペタンク大会へ
代表目指し34チームが熱戦展開

葵区支部の記念すべき第1回のペタンク大会はねんりんピック秋田2017の静岡市代表をめざし、34チームが残暑の厳しい中、熱戦を展開しました。

葵区支部として初めてのペタンク大会ということで、清水区支部の関係者に前日のコートづくり、当日の運営のアドバイスをいただき無事に大会を催行できました大変ありがとうございました。(水上博)



第 1 回 葵区支部ペタンク大会



大会結果

順位	チーム名	学地区名
優勝	松富会 B	賤機学区
準優勝	安東 B	安東学区
第 3 位	福寿会	安西学区
第 3 位	草の実会 D	西奈学区

開催日 9月12日(月)
場所 松富スポーツ広場
参加者 選手136人、役員27人
計163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

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>

吉岡菊川 耳鼻咽喉科医院
診療時間 午前 午後
月~金 9:00~12:00 3:00~6:00
土 休診 休診
〒420-0810 静岡市葵区上土2丁目7-37
電話 (054) 262-5588

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・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

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

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《駿河区》

多彩な競技、590名楽しむ

10月25日(火)、静岡市中央体育館において駿河区支部スポーツ大会が開催されました。大会役員、実行委員を含めた参加者は590名、ブロック対抗戦でボール押し競走や3色玉入れなどさまざまな競技が行われ、観客席からは大きな声援が送られました。

今回は新競技の「点取り三種の玉」もあり、競技進行に苦慮する部分もありましたが、大きなトラ

ブルもなく大会を終えることが出来ました。

参加した皆さんは和気あいあいと心地よい汗を流し、さわやかな秋の一日を過ごされたようでした。大会結果は別表のとおりです。(大石眞由美)

大会結果

優勝	第3ブロック 青組 〈富士見・中田・大谷・大里西・大里東〉
準優勝	第1ブロック 赤組 〈西豊田・長田東・森下・川原・久能〉
第3位	第2ブロック 黄組 〈南部・中島・長田北・東源台・東豊田〉

第11回 駿河区支部スポーツ大会



7月19日(火)、静岡市中央体育館にて駿河区支部輪投げ大会が役員と応援を含め430人が参加して



一人ひとりの顔が闘志に燃えている

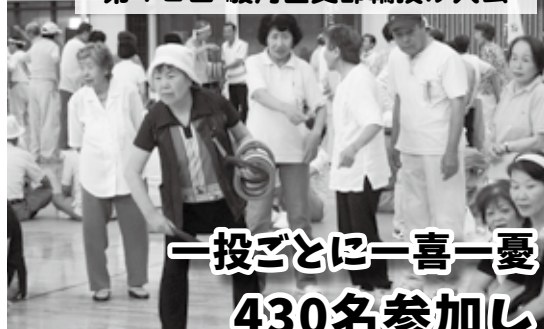
開催され、81チームが市大会への出場権を目指して熱戦を繰り広げました。

「今回は2回戦に進みたいね」とささやかな希望を持って参加したチーム!、いやいや優勝しなくては!と日夜練習に励んだチーム!。それぞれ輪投げを楽しみ、結果に一喜一憂していました。

大会結果は右記のとおりです。なお上位27チームが市大会に参加をしました。

(大石眞由美)

第12回 駿河区支部輪投げ大会



一投ごとに一喜一憂
430名参加し
輪投げ楽しむ

大会結果

ブロック	優勝	準優勝
第1ブロック	丸子新田A	登呂1丁目楽友会A
第2ブロック	中部楽寿会A	丸子新田B
第3ブロック	登呂2寿会A	第2向寿会A
第4ブロック	南部恵美会	登呂1丁目楽友会B

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

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

柴山クリニック

■診療科目 内科・循環器科・小児科
■診察時間 日曜・祝祭日は休診

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	日	○	○	△	○	○	○
午後 3:00~6:00	日	○	○	/	○	○	/

※ △: 第2・第4水曜日は休診
静岡市駿河区登呂5-11-9 TEL (054) 282-0085

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

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

“おかしいな”と感じたら、すぐにご相談ください。

水谷脳神経外科クリニック

脳卒中予防/脳ドックMRI検査/CT検査
頭痛外来/禁煙外来/リハビリテーション

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 15:00~18:00	●	●	/	●	●	/

【休診日】日曜日・祝日・水曜日午後・土曜日午後
静岡市駿河区馬淵4-11-9
TEL. 054-202-7778 FAX. 054-202-7779
http://www.mizutani-neuro.com/

eguchi **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

支部活動紹介《清水区》

第 12 回 清水区支部ボウリング大会



若かりし頃を思い出し...
和気あいあいと楽しくプレー

7 月 12 日 (火)、狐ヶ崎ヤンググラウンドボウルにて第 12 回清水区支部ボウリング大会が行われ、男性 88 名、女性 63 名が参加しました。

大会は 2 ゲームの合計スコアで競われ、若かりし頃に磨いた腕前を発揮する

人、最近始めたばかりの人、それぞれの結果に一喜一憂、それでも和気あいあいと盛り上がり、会員同士の有意義な交流が持てた大会となりました。

(鈴木 泰造)



大会結果

男性の部			女性の部		
順位	氏名(地区)	スコア	順位	氏名(地区)	スコア
優勝	田中 裕(高部)	384	優勝	田中かつ代(有度)	353
準優勝	枝村 一男(飯田)	376	準優勝	伏見 廣子(興津)	342
第3位	川口 行洋(辻)	371	第3位	齊藤 亨子(岡)	339

不二見地区団体戦制す!!

第 18 回清水区支部グラウンド・ゴルフ大会は 9 月 27 日 (火) 日本平運動公園多目的広場にて開催されました。今大会は、会場に A・B それぞれ 16 ホールを設置し、両コートあわせて 32 ホールにて競技を行いました。

21 地区から各 10 名(男性 5 名、女性 5 名) が参加し 210 名の選手で順位を競いました。結果は別表のとおりです。

(鈴木 泰造)



第 18 回 清水区支部グラウンド・ゴルフ大会

大会結果

個人の部 (男性)

優勝	鈴木 泰造	有 度	73 打
準優勝	柴田 辰夫	高 部	76 打
第3位	落合 康行	由 比	81 打
第4位	丸尾 光三	浜 田	81 打
第5位	松田 祐蔵	三 保	82 打
第6位	松茂 文彦	有 度	83 打
第7位	関野 忠	不二見	83 打
第8位	辻 幹夫	不二見	83 打
第9位	山田 益男	三 保	85 打
第10位	鈴木 康之	袖 師	85 打

団体の部

優勝	不二見地区	908 打
準優勝	入江地区	930 打
第3位	三保地区	930 打

個人の部 (女性)

優勝	酒井キミヨ	駒 越	81 打
準優勝	木下志保子	駒 越	86 打
第3位	松本 絹子	入 江	87 打
第4位	辻 セツ子	不二見	87 打
第5位	藤牧 金子	高 部	88 打
第6位	小暮すみ江	不二見	89 打
第7位	植田よし江	小 島	90 打
第8位	塚本 暁美	清 水	90 打
第9位	上野 澄枝	由 比	91 打
第10位	望月 裕恵	興 津	91 打

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 午前 9:00~12:30
午後 2:30~ 6:00
(土曜は13:00まで)

休 診 日 火・土曜午後、木・日曜、祝日

静岡市葵区伝馬町8-1(サンローゼ6F)
☎054-254-1441

石川眼科医院

医療法人社団浩陽会
院長 石川 浩平

静岡市葵区上足洗1丁目9-32 ☎054-245-5421

山交ライン株式会社

(社)全標協・静岡県協会会員

静岡市駿河区西脇1185-1
電話 <054> 281-4118 FAX <054> 284-4008

内科・小児科・腎臓内科
しみずバククリニック

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

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

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	●	/

△は予約及び手術

〒424-0873 静岡市清水区有東坂5-14
TEL.054-347-6103

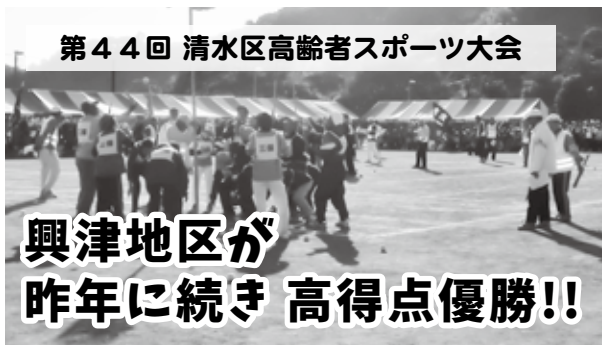
支部活動紹介《清水区》

秋晴れのさわやかなスポーツ日和のなか、嶺保育園の鼓笛隊を先頭に、役員、選手と続いた入場行進から始まり、21地区それぞれの選抜チームが7種の競技で心地よい汗を流しました。また競技に出ない人たちは昼休みに行われたパン食い競走に参加してスポーツ大会を楽しみました。

高齢者の健康維持と積極的な生きがいを高めることができた充実した一日だったと思います。また、早朝からご尽力された実行委員の皆さま、本当にご苦労さまでした。(清水 恵代)

大会結果

順位	地区	順位	地区
優勝	興津地区	第4位	江尻地区
準優勝	岡地区	第5位	三保地区
第3位	駒越地区	第6位	高部地区



開催日 11月18日(金)
 場所 清水庵原球場多目的広場
 参加者 21地区から役員、選手、応援1700名

～「明るく、目立って、光る高齢者」～
自発光式反射材着用促進事業実施中!

静岡市内では、ここ数年、全体の交通事故件数は減少しているなかで、高齢歩行者の事故件数が増加しています。なかでも夕方から夜間にかけて事故が多発していることから、静岡市は平成26年度からオリジナルの自発光式反射材を作成し、高齢者に配付し身に付けてもらうこ

とで、自らの命を守る意識付けを行い、高齢歩行者の事故防止の減少に努めています。

皆さんも夜間の外出はできるだけ控え、どうしても夜間の外出が必要な場合は自発光式反射材を身に付け、明るく目立ちましょう。

自発光式反射材は市内各警察署にある静岡県交通安全協会やホームセンター、100円ショップなどで取り扱っています。



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

株式会社 いかわ包装資材

グラビア多色印刷・製袋・企画デザイン
各種包装機械・脱酸素剤(エージレス)

静岡市駿河区西脇700-1
電話(054)281-2677 FAX(054)281-9791

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

HAZAMA CLINIC 大谷はざまクリニック

医療法人社団浩葉会 院長 間 浩明

外科 内科 消化器科 リハビリテーション科 麻酔科 肛門科
 在宅支援診療所としての往診(詳しいことはご相談下さい)

午前 9:00~12:00 午後 2:00~6:00
 ※休診 日曜・祝日・水曜、土曜午後
 静岡市駿河区宮川39-20 併設 デイサービスセンター「朝」
 TEL 054(238)2488 ショートステイ施設「朝の家」

★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3土曜眼科:9時~12時(完全予約制)
 第1,2,4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

渡辺助産院

自然なお産と母乳育児をサポートします

平日...午前9時~11時30分 午後3時~6時(要予約)
 土曜日...午前9時~11時30分
 休診日...日曜・祭日 但し、分娩・緊急時はこの限りではありません

◆母親教室...随時(予約制)
 ◆育児相談...月1回 土曜日 午後1時00分~2時30分
 (前日お休みされた方は確認の電話をして下さい)

静岡市葵区上足洗1-4-1 ☎ 054-246-8791
 ホームページ <http://www.watanabejosanin.com/>

12歳未満の方のご入館をご遠慮させていただいております。

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

クラブ活動紹介 《葵 区》

さわやかクラブの生い立ちと今

安東学区 さわやかクラブ 和田 正臣



さわやかクラブは昭和45年「つづら会」として発足し

ましたが、平成17年に名実共にリフレッシュして「さわやかクラブ」に名称変更をして再スタートしました。

活動状況

安東3丁目を中心とした、さわやかクラブの会員は27年度末で49名、現在は60名まで成長しました。増加した主な理由は、長年活躍されてきた

年間の主な事業としては、春秋の旅行のほか、新年会、納涼会などを計画し

て会員相互の親睦を図っています。また、その時々の流れに乗じた話題を考慮し、外部から講師を招聘し講演なども行っています。

このほか、さわやかクラブではグラウンド・ゴルフ部と合唱部を結成し、それぞれ自主的に運営を行っています。グラウンド・ゴルフ部は毎週練習日を設定するほか周辺の愛好者に声かけを行い、月2回程度城北公園でプレーできる機会を提供するなど大勢の人たちとの交流をもっています。また合唱部は部外からの指導者を招き部員10数名で定期的な練習を重ね、各種大会やイベントなどへの参加をしています。

直面する課題

年々高齢化が進む中で、全国的な傾向としてシニアクラブ会員の減少が問題となっています。しかし高齢化が進むからこそシニアクラブの存在が重要であり、会員の減少食い止めるためにはその地域、クラブに合った魅力ある施策推進が急務だと考えます。

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

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)

社会福祉法人 花園会
特別養護老人ホーム 花
レジデンス
清水区中河内2717番地
お電話にてお気軽にお問合せください
054-343-2121

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

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

医療法人社団 柴田医院
〈内科〉
診療時間 月火水木金土
8:30~12:15 ○○○○○○
14:00~18:00 ○○休○○休
静岡市清水区西久保318 054-363-0345
通所介護事・居宅介護支援事業
ケアサポート つなぎ

社会福祉法人 吉原福祉会
特別養護老人ホーム こもれび
静岡市清水区吉原一七三
電話 〇五四三三四三〇一五五
介護のご相談お気軽にどうぞ

クラブ活動紹介《清水区》

地域性を生かした活動

西河内 中二区クラブ 会長 細澤 好政



私たちの住んでいる所は、緑溢れる山々に囲まれ、水も空気も大変綺麗な清水区中河内という地区です。秋には全山紅葉も見ることができ、春から夏にかけては、川は涼を求めて子供連れの家族や、若者で賑わっています。

このような地域の中、私たちが中二区シニアクラブは会員48名で活動しております。4月の総会で始まり年末には忘年会、年が明けると新年会を行います。活動場所となる自治会館の隣には公園があり、桜、梅、紅葉、山ぶどう、櫛等の沢山の木々に囲まれています。

野菜づくりも楽し

毎週日曜日には、公園のグラウンドに集まり、グラウンド・ゴルフを行います。また、近くの畑に会員達で里芋、さつまいも、ジャガ芋、コンニャク芋等、多種の野菜を栽培し、会員が集まった時に収穫した野菜を煮たり、自分で作った梅ジュース等を飲食し、楽しい時間を過ごしています。

収穫した野菜が多くある時は、バザーに出したりして、収益は会員のお楽しみ会に使います。大変な作業の後には、「ごくろうさん会」を行い、みんなで食事に出かけます。お寿司屋さんが大好きです。

集まってくる人たちは皆元気で、「みんなの顔が見れ、声が出る所へ来ることが出来て、俺はうれしいよ」と言う男性会員もいます。私たちの集落もクラブを立ち上げて、本当に良かったと思っています。

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

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

高齢者介護の事でご心配の方
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

クリスタル歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:00	○	○	○	/	○	○	/
14:00~18:00	○	○	○	/	○	○	/

休診日 日曜・祭日・木曜

静岡市葵区新伝馬3-3-7
TEL.054-253-6666 

 **たの眼科クリニック**

日帰り白内障手術(要予約)
コンタクトレンズ・眼鏡処方

■診療時間 月火水木金土
午前9:00~12:00 ●●●●●●●
午後2:30~5:30 ●●/●●/

■休診日 日曜・祝日・水曜午後・土曜日午後
静岡市駿河区敷地1-24-12 TEL (054) 236-5030

処方せん 保険調剤

みかど台薬局
船越東店

静岡市清水区船越東町213-4
☎054-340-9855

駿河国総社
静岡浅間神社

～二十年かけての化粧直し～
平成の大改修実施中!



クラブ活動紹介 《駿河区》

仲間とつくる充実した日々

富士見学区 登呂二丁目寿会 会長 山本 敏夫

私たち寿会は会員数80名 員です。

(男性43名、女性37名) 富士見学区老連所属のクラブです。月一回の定例会への出席を基本に『頭を使って身体を動かすこと』『仲間との会話に努めること』『一日三回の食事をしっかりと摂ること』を日常の心がけとしています。

会員同士の親睦を深めるために、コーラスや輪投げ、グラウンド・ゴルフ、介護施設への訪問など頑張っています。

グラウンド・ゴルフは近くの広場でほとんど毎日練習をします。練習後は広場の草取りとゴミ拾いをして、環境整備を行っています。

輪投げ、大会で優勝をします。今年度は市大会で優勝することができ、その時は一同大喜びでした。来年も頑張ろうと今から意気込む会

輪投げ、大会で優勝

輪投げは月3〜4回の練習をします。今年度は市大会で優勝することができ、その時は一同大喜びでした。来年も頑張ろうと今から意気込む会



また月一回、静岡市の委託事業「ペンギンクラブ八幡山」の講座に参加し、いつまでも元気に過ごすために介護予防や認知症予防について学び、実践して日々の生活の礎としています。歳を重ねても学びの気持ちはいつまでも持ち続けようと、今後の講座へも積極的に参加していくつもりです。

そして、寿会会員が楽しみにしていることが、年金支給日の翌日に行っている昼の食事会です。この食事会では仲間との話に花が咲き、楽しい会話で腹をかかえて笑い、お腹も満たされ充実したひとときを過ごします。みんな幸せいっぱい笑顔です。



普段は一人で食事をしている仲間からは「楽しい時間をありがとう。皆でおいしく食事が出来ました」と感謝の言葉をもらいました。ささやかな楽しみのひとつとも思いますが、今後も続けていきたいと思えます。

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

FUKUMA CLINIC
GYNETHICS & GYNECOLOGY

福間産婦人科クリニック

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

静岡市駿河区中原739-1 福間産婦人科クリニック(検査)

TEL 054-285-7717

内科/外科/消化器内科/肛門外科

HIBINO CLINIC

ひびのクリニック

内視鏡・大腸ポリープ切除・痔の治療・便秘症

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
09:00~12:00 (土曜日は11:00まで)	○	○	○	-	○	○	-
15:00~18:00	○	○	○	-	○	-	-

休診日/木曜・土曜午後・日曜日・祝日

静岡市葵区大岩本町25-15 Tel. 054-246-0099

お肌と健康のご相談は
ぶんじ永楽堂薬局へ

ERAKUDO

ぶんじ永楽堂薬局

静岡市清水区村松原 1-4-3
TEL 054-334-5838

歯科 小児歯科 歯科口腔外科

HIDAMARI DENTAL CLINIC

ひだまり歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	×	○	○	○	△	△
午後	○	×	○	○	○	△	△

09時半~13時/14時半~20時 △9時~12時半/14時~16時半 X休診

静岡市葵区水道町 83-1 ☎ 054-269-6266
http://hidamari-dent.com/

医療法人 陸和会 大村クリニック
社 団 一泌尿器科・血液透析一

【診療時間】
平 日 午前 9:00~12:30 午後 2:00~5:00
木・土曜日 午前 9:00~12:30 午後 休 診

【休 診 日】日曜・祝祭日(血液透析は日曜)

静岡市駿河区中田本町16-24
TEL 054-283-2616

小澤歯科クリニック

静岡市駿河区敷地2-10-24
☎ 054-237-7272

診療時間
平日 AM 9:00~12:00 PM 2:30~7:00
土曜 AM 9:00~12:00 PM 2:30~6:30

●休診日 木曜・日曜・祝日 ※祝日のある週の木曜は診察有



葵区・駿河区合同作品展

会心作ずらり 1,300人来場で賑わう



開催初日には、オープニングセレモニーを待ちきれず早朝から足を運んでくれた来場者もいるなど大好評。期間中には約1,300人の方が来場し、写真や絵画、工芸、書など708点の力作に見入っていました。

(大石眞由美)

開催日 11月23日(水)～27日(日)
 会場 静岡市民ギャラリー
 主催 シニアクラブ静岡市葵区支部・駿河区支部
 他参加団体 老人福祉センター・老人ホーム・福祉団体



渾身の力作365点 観客を魅了

清水福祉総合文化祭作品展

芸術の秋を彩る清水福祉総合文化祭作品展がは～とびあ清水で開かれ、絵画、書道、工芸、手芸、彫刻、写真、俳句等の作品365点が展示されました。どれも力作ぞろいの素晴らしい作品で、会場では熱心に見入っている姿が多く見受けられ、今回も充実した作

品展になりました。期間中の来場者は、651名でした。(清水恵代)

開催日 11月11日(金)～14日(月)
 場所 は～とびあ清水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



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

青木祐介税理士事務所
 あおき労務管理事務所

税理士 青木祐介
 社会保険労務士

静岡市清水区大坪2-5-38大村ビル2階
 TEL 054-368-7401 FAX 054-368-7402
 URL:<http://www.aokitax.tknf.com/>

人生に夢を! 経営に活力を!

青木公認会計士事務所

公認会計士・税理士 青木隆知

静岡市葵区鷹匠3丁目16番9号
 TEL 054-248-8881 FAX 054-248-8882

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 安藤ハザマビル3階
 電話 054-254-1234

特定非営利活動法人泉の会

介護保険事業
 送迎付の日帰りデイサービス
 通所介護

自主事業
 入居サービスからターミナルケアまで 宅老所
 自分の居場所を作ろう 密つてっ亭
 生活困窮者支援事業 シャッフルハウス

介護ホーム「わたしのうち」 TEL 054-367-2878
 静岡市清水区追分3-5-17 FAX 054-367-2884

内科・循環器内科

やはた内科

静岡市駿河区八幡4丁目7-21
 TEL. 054-286-6222
<http://yahatanaika.com>

歯科・審美・小児・矯正・外科・インプラント

清水歯科医院

《診療時間》
 月・火・水・金 9:00~12:30 14:30~20:00
 土 9:00~12:30 14:30~18:00
 (休診日) 日・木・祝

静岡市葵区上足洗2-8-37
 ☎ 054-209-5655 ☎ 0120-30-4618

川越小江戸めぐりウォーキング 情緒あふれる町並みを散策

28年度、静岡市老人クラブ連合会は全国老人クラブ連合会へ直接加入が認められ、記念行事の一つとして「川越小江戸めぐりウォーキング」を企画し、11月29日（火）に実施をしました。

当日は葵区からの参加者を乗せる大型観光バス2台がJR静岡駅南口に停車していましたが、私が乗車した5号車には43名が乗り、全体ではバス5台に分乗して207名（男性68名、女性139名）が参加。そのうちクラブ未加入者が36名でした。

バスを降りていよいよ約3時間のウォーキングの開始です。まず訪れた喜多院は慶長4年（1599）天海が住職を継ぎ、家康が川越を訪れ天海と親しく接見したのは慶長16年。その直後に名称を変え喜多院となりました。

寛永15年（1638）川越の大火で喜多院はほぼ全焼しますが、時の三代将軍家光によって江戸城の家光誕生の間や春日局化粧の間などを移築、その多くが重要文化財となっています。

次に訪れたのが「大正浪漫夢通り」全長



200メートルの大正ロマンの情緒あふれる商店街という触れ込みですが、人影もまば

らで寂しさの漂う通りでした。



「蔵造りの町並みは」は車の往来も激しい活気ある通りで、明治26年の大火の教訓でできた文字通り蔵造りの店が多くあり、平成11年に「重要伝統的建造物群保存地区」に指定されたそうです。

「菓子屋横丁」はニッキ飴・煎餅・団子など120円とかつかしさが漂う通りです。

最後は午後3時の集合場所である川越市役所。川越城を父とともに築城した太田道灌の像が玄関前にあつた。

この日は穏やかな天気のままにウォーク日和。暗くなったJR静岡駅南口にはピツタリ予定時刻の19時30分であった。これは参加した皆さまが集合時間をしっかりと守り、運転手さんは安全運転に徹したおかげとそれぞれに感謝を申し上げます。ありがとうございました。

（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

N・D・I
NISSO LIFE DEVELOPMENT INC.
総合ビルメンテナンス
日庄環境開発株式会社
代表取締役 庄谷良二
静岡市駿河区敷地1-14-24
TEL 054-266-6471
FAX 054-266-6472

KD 電機設備設計・太陽光 施工・一般電気工事
有限会社 小林電機
代表取締役 小林 謙一
静岡市駿河区西島140-9
TEL 054-237-7608
FAX 054-237-7604

MIZOGUCHI DENTAL CLINIC 溝口歯科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土 日
9:00~12:00 ● ● ● ● ● ● ×
14:00~19:00 ● ● ● × ● ▲ ×
休診日 日曜・祝日 ▲ 14:00~17:00とします
静岡市葵区北安東4-1-18
TEL 054-246-5735

学校法人織田学園
幼保連携型認定こども園
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

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

学校法人 栗田学園
幼保連携型認定こども園
ふじみ幼稚園
静岡市駿河区西島402
TEL (054) 281-2673

連載シリーズ - 第20回 -



静岡の
元気人

ねじがね
柁次金 ひろさん (93歳)

駿河区 久能学区 安居睦寿会



93歳の現在も元気いっぱいの柁次金ひろさんは、21歳の時に隣りに住んでいた農協勤めの安一さんと結婚。その家族はなんと13人という大所帯

家族を愛し、趣味を愛す

で快復させてしまうこともあるそうです。

ひろさんの趣味は、花や木の手入れや野菜づくり、ち

で一時間ほど体操をして、血圧と脈拍、体温を計ります。健康に気をつけてきたので今まで大病することもなく元気いっぱい。ケガをしても病院に行かず、自分

が悪くても畑が気になり、無理しても畑に行ってしまう。そんな畑で収穫された野菜や花などを一輪車に乗せて隣近所や友人たちのところに配って歩き、皆に喜ばれています。

また、ちぎり絵は、手先の器用さを生かした作品が素晴らしい、市老連の作品展にも出展するそうです。

ひろさんは外出することも大好きで、さまざまなクラブ活動への参加やS型ディスプレイにも行き、近隣の方への友愛訪問なども積極的に行っています。

結婚当初から今現在までの生活を笑顔一杯で語ってくれたひろさん。最後に「幸せを感じるときは？」との質問に

「苦労もいっぱいしてきたけれど、自分のことは自分で出ていること」「盆正月に子どもや孫たちが大勢家に集まり、餅つきやバーベキューをして楽しむこと」と答えてくれました。(大石真由美)

庭の松の木は「苦労もいっぱいしてきたけれど、自分のことは自分で出ていること」「盆正月に子どもや孫たちが大勢家に集まり、餅つきやバーベキューをして楽しむこと」と答えてくれました。(大石真由美)



庭の松の木は「苦労もいっぱいしてきたけれど、自分のことは自分で出ていること」「盆正月に子どもや孫たちが大勢家に集まり、餅つきやバーベキューをして楽しむこと」と答えてくれました。(大石真由美)

庭の松の木は「苦労もいっぱいしてきたけれど、自分のことは自分で出ていること」「盆正月に子どもや孫たちが大勢家に集まり、餅つきやバーベキューをして楽しむこと」と答えてくれました。(大石真由美)

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

電動車両(車いす)の販売&介護レンタル

スズキセニアカー

無料出張試乗

運転免許は不要です

ご自宅まで伺います

◆下記までお気軽にお問い合わせください

車本体価格 368,000円

株スズキ自販静岡

☎054-261-6103

一般貨物自動車運送事業

中部運輸局許可事業者番号550006946

クリーンエネルギーLPG車導入

NOVEL Co., Ltd

株式会社ノーベル

代表取締役 町田直弥

静岡市駿河区中島1301

電話 054-269-4148 FAX 054-269-4149

～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

有限会社 串田製作所

代表取締役 串田 寿

静岡市駿河区登呂6-8-18

TEL (054) 282-4566

徳田靖和税理士事務所

税理士 徳田 靖和

静岡市駿河区八幡3-1-6

電話代表 <054> 283-1221

F A X <054> 283-0713

業務用エレベーター製造・設置・保守

双葉工業株式会社

代表取締役 寺尾 立

静岡市駿河区登呂6-5-51

電話<054>282-1313 FAX<054>281-7005

私たちこんなことしています！

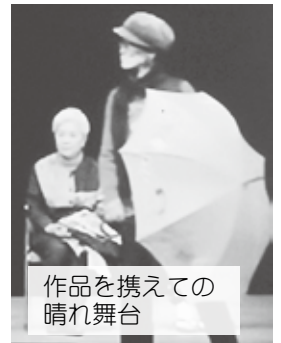
ツールペイントとの出会い

横内学区 上足洗第一白寿会 加藤とみ江

洋服にちよっと手を入れ、百均の商品であつても一筆加えることにより見違えるように素敵に大変身する。自分だけのオリジナルの品にしたい。そんな思いから到達したのがツールペイントでした。リフォームも切り貼りではなく、絵を描くことによりまったく別の品物になるのが楽しいのです。

私は飾り物でなく実用的に使える洋服を変身させたかった。これまで刺繍や染色など試してみましたが、なかなか自分の思うような結果は得られませんでした。

そんな折（15年以上前）、久保田先生の教室を知り、絵の具と筆の使い方など、基礎から習いました。与えられた教材に指定された色で書き方を練習し、多くを学ぶことができました。



作品を携えての
晴れ舞台

を考え、一通りのイメージを考えます。

次に素材の違いによる絵の具の乗り具合に悪戦苦闘し、失敗を重ねながらも何とかまとめていきます。想像以上に難しく、イメージしたものとはかけ離れた作品になることも多いですが、この世の中に一着しかない自分の作品と思うと愛着がわき、いとおいしい気持ちになります。

リフォームファッションショーにも出させていただき、これからも楽しい時を過ごしていきたいと思えます。今はツールペイントに出合えて本当に良かったと思っております。

作品づくりは、

まず自分のオリジナルな品物に基本のデザインを決め、好みの配色を組み合わせ、配置

守れていますか？ 交通ルール

◆交通事故で亡くなった方の6割が「歩行者」です。
◆歩行中の死亡事故のうち、道路横断中の事故が8割以上を占めています。

① 止まって



急に道路に出ると危険です。歩道や路側帯など安全な場所です。必ず一度止まりましょう。

② 見て



道路を横断する際は、左右の安全をよく確認しましょう。

③ 待って渡る



ドライバーが歩行者に気づいているとは限りません。車が止まるのを待ちましょう。

④ 目立つ服装を!



夜間外出する際は、明るい服装や反射材を着用しましょう!



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

空気・水・土をテーマに、品質と信頼を提供します。

日将株式会社

代表取締役社長 倉前 誠



〈本社〉静岡市葵区古庄5-11-61
TEL 054-261-4588
FAX 054-263-9048

〈営業所〉 菊川

農業機械の専門店 販売 修理

— 家庭菜園から専業農家まで —

有限会社 カマタ機械

静岡市葵区遠藤新田203-2
☎ 054-296-1716

食生活で 心掛けたい 10項目

- ◎ 毎日、朝・昼・夕の『3食』食べている
- ◎ 肉・魚・卵・大豆製品のどれかを毎食食べている
- ◎ 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
- ◎ 野菜や芋類、海藻類は毎日食べている
- ◎ 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでいる
- ◎ お茶などの水分をこまめにとっている
- ◎ 食欲がない時はおかずから食べている
- ◎ 体重を定期的に測っている
- ◎ 噛む力を維持するために歯は（義歯も）定期的に点検している
- ◎ 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている



市老連からのお知らせ

新任会長研修会に60名参加

8月24日(水)、中央福祉センターにて、新任会長60名が参加して開催されました。県老連を退会して初めての開催となったため、役員が内容を工夫し充実した中身となりました。新任会長としての心構えから始まり、シニア



クラブの運営と活動についてなどの講義が行われ、全員熱心に聞き入っていました。

全国老人クラブ連合会会長表彰受賞

笠井泰子前理事(葵区)、遠藤栄寿前理事(清水区)のお二人が、役員としての功績が顕著であったことを認められ、11月9日~10日に富山市で開催された全国老人クラブ大会において、栄誉ある賞を受賞されました。おめでとうございます。



笠井泰子前理事(左)
遠藤栄寿前理事(右)



ねりんピック長崎大会に出場

10月16日(日)、南島原市で開催されたペタンク交流大会に、市を代表して上清水なずな会(清水区)が出場しました。惜しくも予選敗退となりましたが、全国の仲間と交流を深めました。



見守りサポーター養成講座を開催します

1月16日(月)は~とぴあ清水、同17日(火)市民文化会館にて開催予定で、女性委員をはじめとした役員さんの出席をお願いします。高齢者の消費者被害が年々増加していることから、全老連の呼びかけに応じて、シニアクラブ静岡市では、静岡市や警察署などと連携して、情報提供や見守り・声かけなど高齢者が主体となった取り組みで被害を防止することを目的として、各単位クラブに「見守りサポーター」を養成し配置する計画です。高齢者の消費者被害を減らし、無くしましょう。

熊本地震救援拠金へのご協力、ありがとうございました

会員皆さまから多くの善意をお寄せ頂き、深く感謝申し上げます。お預かりした義援金213万9544円は熊本県老人クラブ連合会を通じて被災地へ送らせて頂きました。被災地の一日も早い復旧復興を心からお祈り申し上げます。

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

お仏壇の **文珠堂**

仏壇 仏具 墓石

静岡市葵区城北2丁目4-3
☎ 054-245-1405

臨濟宗

萬嶽山 **松龍院**

静岡市葵区沓谷1322-19
電話 054-261-6791

高野山 真言宗

音羽山 **清水寺**

静岡市葵区音羽町27-8
電話 054-246-9333

「お墓のことなら」

加藤石彫
Kato Sekicho

静岡市葵区与左衛門新田1-1
TEL 054-659-5885 FAX 054-296-1980
eiji.k@xj.commufa.jp

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 記念誌
句集 文集
作品集 小説
写真集 等々...

株式会社ニチコミ 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 一番町地区 一寿会 遠藤 昭二
子の笑顔何より古いへお年玉

葵区 中藁科学区 笑和会 勝山 京子
旅立ちに稲架の陰より手を合わす

葵区 安東学区 さわかクラブ 倉戸 照夫
渋柿をむく母の背やはるかな日

葵区 安東学区 寿会 鈴木 辰男
時代偲ぶ城の石垣石路の花

葵区 安東学区 寿会 望月 澄子
衣被そぼくな里の母偲ぶ

葵区 安東学区 寿会 西村喜三郎
躓いて落穂拾いや老の坂

葵区 安東学区 寿会 平出 幹明
頁繰る指の重たき夜寒かな

葵区 安東学区 寿会 由比藤敏幸
秋祭り歌や踊りで夜がふける

葵区 安東学区 寿会 三浦 範子
健気なる蓑虫よると這い上がる

葵区 安東学区 しのめクラブ 朝倉 司朗
谷渡る静けしこだま啄木鳥

葵区 安東学区 千寿会 鈴木 健仁
豊の秋隣りの田にもコンバイン

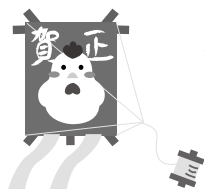
駿河区 森下学区 長寿会 望月 謙吉
万才の声波打ちて初日かな

清水区 有度地区 公寿会 青木 一枝
折紙の手ににまわり来し冬日

清水区 有度地区 草薙歩み会 花田 ふき
里の盆幼馴染や地藏堂

清水区 岡地区 岡町静寿会 溝口 広子
天高くおかずいらすのうまし米

川柳



清水区 三保地区 塚間八千代クラブ 内藤 君江
墓まいり口こぼしつ涙ふく

葵区 美和学区 健寿会 山下 利子
ゆるやかに走るを覚え八十路来て

葵区 美和学区 健寿会 赤石 泰江
初便りひらがなばかり孫の文字

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 圓通山
大慈悲院
静岡市駿河区池田1773
電話 054-261-6700
FAX 054-261-6757

曹洞宗
安居山 **石蔵院**
静岡市駿河区安居272
電話 054-237-0890

臨済宗 正覚山
菩提樹院
静岡市葵区沓谷1344-4
電話 054-261-3272

日蓮宗 **宗林寺**
代表役員・住職 廣崎本幸
静岡市葵区沓谷1316
電話 054-261-3074

わたしたち
シニアクラブ静岡市を
応援しています!!

日蓮宗
妙榮山 **安立寺**
静岡市葵区春日3丁目2番15号
電話 054-252-4571

クロスワードパズル

前回の答え

ハ
ナ
ビ
タ
イ
カ
イ

クロスワードパズル当選者(敬称略)

鈴木 博子	小野 映子	小林 栄二
加藤 富子	永井 敏子	森 房子
平岡美恵子	松永 勝子	石川 元子
称次金鈴吉		

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。

清水区 江尻地区 河岸町老人会 松永 勝子
 色あせたアルバムに見る幼き日
 今は家族で一人残りぬ

短歌



葵区 美和学区 健寿会 町塚けい子
 あどけない泣き寝幼な子頬涙
 葵区 美和学区 健寿会 松永安太郎
 古枯しに乗って紅葉も踊り出す
 清水区 有度地区 草薙歩み会 林部 茂己
 信濃路は桜梅桃李ゆたかなり

原稿募集

◇ 次回は平成29年7月号(第25号)発行です。

◇ 原稿締め切り 5月15日(月)

- ・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。
- ・ご意見、ご要望お待ちしております。(紙面上にて適宜ご紹介させていただきます)



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

佛谷山 安養寺

納骨堂「承恩殿」→

静岡市駿河区小坂1426
電話 054-259-2440



本尊釈迦牟尼佛・大聖不動明王
永代供養・写経会・梅花流御詠歌

曹洞宗 松龍山 富慶寺 (ふけいじ)

静岡市葵区松富三丁目7番3号
電話 054-271-2825

臨濟禅宗 満徳山

円成寺

静岡市葵区龍上18-10
電話 054-271-3361

大浜シーサイドメモリアル(自由霊園)

一通夜から葬儀まで施行できるお寺

臨濟宗 妙心寺派

中寶山 光増寺

静岡市駿河区西島68-1
電話 054-286-1731

臨濟宗

栽松山 神龍院

静岡市駿河区八幡5-31-15
電話 054-285-7502

曹洞宗

正法寺

静岡市駿河区西脇417番地
電話 054-285-7013
FAX 054-285-7082

シニアクラブ静岡市三区女性会員合同交流会

事例に学ぶ、増強運動



7月22日(金)、はくとびあ清水6階多目的ホールにて、三区女性会員合同交流会が満席のなか開催されました。

午前は、神戸市老人クラブ連合会女性委員長の頼廣安子様をお迎えし、「会員増強運動の取り組みと女性委員会活動」の演題で講演をしていただきました。ちなみに神戸市は9区で構成され人口150万人余の都市で、クラブ数は490余、会員数は3万7千人余の大組織を誇っています。全国的に会員数減少に直面し苦慮するなか、全国で唯一会員増強を果たした講師に注目が集まりました。講演内容を要約しますと、

①増強運動について…会員は高齢化が進み自然減は避けられないため増強運動は必須。

・業務は役員に分担。特に女性役員を増やし重用することで活躍の場を広げる。

・趣味の会を活用し、自治会などに働きかけ、旅行や新年参拝など一緒に活動し、会員入会のきっかけとする。

②女性委員会の活動について

・声かけ…ちよっとした機会を捉え、女性特有の日常会話から何回かの接触を経て、入会につなげる。

・「歩こう会」と称して、家から出てこない人を引っ張り出し、仲間づくりにつなげる。

講師は、会の運営に熱い思いを持って取り組まれていることが伝わり、満席の聴衆を魅了しました。

午後は、三区代表者の事例発表があり、日野長子さん(駿河区)、遠藤幸代さん(清水区)、森竹雪江さん(葵区)がそれぞれ活動されている内容を発表されました。

次に各支部によるリフォームファッションショーが行われ、10名(葵区3名、駿河区3名、清水区4名)の方がそれぞれ工夫された作品を披露して、満場の拍手を受けました。

(鈴木泰造)

編集後記

新年を迎え、「市老連だより」発行の時となりました。昨年は異常気象、台風、地震、火山噴火等が多い年でした。今年はどうでしょうか。

この原因もこれまで人類が利便性だけを優先し、後の結果を考慮しず行ってきた事が今生じていると、研究者が警鐘を鳴らしていますがその対策は進んでいません。今後の地球はどうなっていくのか、そして人類もそれを解決出来るのは、今生きている人間です。会員皆さまのご意見、ご感想をいただければ幸いです。また、今後共どうぞご支援とご協力をよろしくお願い申し上げます。

(野田睦彦)

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

2017年3月1日オープン
特別養護老人ホーム
蜂ヶ谷園
静岡市清水区蜂ヶ谷460-7
(市営蜂ヶ谷団地 東側)
お気軽にご連絡ください
☎ 054-251-5563
社会福祉法人 駿府養会

内科・循環器内科・内分泌代謝内科
原田 医院
診療時間 月 火 水 木 金 土 日・祝
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休
15:00~18:00 ○ ○ ○ 休 ○ 休 休
静岡市駿河区中村町73-12
TEL (054)282-5003

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

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しています。
ご覧ください
<http://www.nichicomi.com>

介護保険住宅改修工事承ります
■ その他住まいに関する工事一式
有限会社 匠工務店
〒420-0965 静岡市葵区有永4-25
TEL : 054-247-1319
<http://www.takumi-koumuten.co.jp>

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