

第28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) 254-5236
E-mail shizuoka.r.club@ai.tnc.ne.jp
発行人 永田 重郎
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>



360度の大パノラマ 美しき「ふじのくに」を見やる



日本平夢テラス

展望回廊



3階建ての展望施設

平成30年11月3日、静岡を代表する景勝地・日本平山頂に「日本平夢テラス」がオープン。テラスは3階建ての展望施設と1周200mの展望回廊、1200平方メートルの庭で構成。

展望施設の1階部分は展示エリアとなっており、タッチパネルなどを利用して日本平の歴史や文化、地形の成り立ちなどを知ることができる。

設計は隈研吾都市建築設計事務所。展望回廊からは富士山や駿河湾、三保の松原など360度の眺望が楽しめる。(鈴木 泰造)



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

安心♡サガワの補聴器選び！
オーダーメイドでも使えなければ90日間返品可能！

札の辻 呉服町
新店

デジタル補聴器 **サガワ**
0120-52-8980

音羽町 静鉄
駅前店

草薙 JR
駅前店



連携強化で地域の絆づくりを

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・少子高齢化が進むなか、本市の65歳以上の高齢者は平成30年には20万8千人余、高齢化率29・7%（全国平均28・1%）となり人口・割合とも過去最高を更新しています。

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、シニアクラブ静岡市におきましては、会員の加入促進の努力を行っておりますが、減少傾向は止めることができない状況にあります。今後は会員の皆さまにおかれましては、地域の組織とも連携を強化するなどして、会員増強に一層のご努力をお願い申し上げます。

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けることを目指した「新地域支援事業」を行政が進めていますが、私たちシニアクラブとしても、自主自立・相互扶助の考えのもと、これまでの身の丈に合った友愛活動事業を、地道に行ってまいり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とともに、皆さまの益々のご健勝とご多幸を祈念いたしまして、新年のごあいさついたします。



「健康長寿のまち」実現に向けて

静岡市長 田辺 信宏

シニアクラブ静岡市の皆様方におかれましては、希望に輝く新年をお迎えのことと、謹んでお喜び申し上げます。

さて、本市では、高齢化の進行に伴い、医療・介護に係る需要や費用の増大などが見込まれており、団塊の世代が75歳となる2025年を見据えた社会環境の

また、日頃より地域での奉仕活動、自主的な生きがいづくりや健康づくりに積極的に取り組

んでおられますことに感謝申し上げます。

整備が求められています。こうした状況の中で、誰もが健康づくりや介護予防に取り組む、自分らしく暮らすことができる都市の実現を目指す、「静岡市健康長寿のまちづくり計画」を昨年度策定し、現在、具体的施策を推し進めているところです。シニアクラブの皆様におかれましては、「会員の連帯を深め、仲間づくりを進めよう」を目標

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

あずさ眼科
azusa eye clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	/	/
16:00~18:00	○	▲	○	○	○	/	/

※受付時間は診療時間の15分前まで ▲火曜日午後は住診/土日祝は休診

静岡市駿河区中田3-3-5 クリエイトSD 2F
TEL.054-204-0400

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

◎デイサービスセンター
◎指定訪問介護事業所 ◎指定居宅介護支援事業所

HP <http://www.yoshizuen.or.jp/>

医療法人社団 厚厚会
小長井整形外科医院

MONAGAI

静岡市駿河区新川2-5-31
☎ 054-286-0911

医療法人社団永仁会
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 3:00~6:00	○	○	○	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

こども病院近く
ケアハウス 桜花

社会福祉法人の安心安全なケアハウス
60歳以上であれば
元気な人でも入居できます。
まずはお気軽にご見学を!!

静岡市葵区東532の4 ☎ 054-247-6663

手作りのおにぎり・お惣菜
松のや

伊勢丹 七間町通り 中央電 静岡市役所 北浜通 スクランブル交差点

市役所から徒歩0分

行事やイベントに! 打合せや会合に!
お弁当のご予約 承ります!

静岡市葵区呉服町2-1-15 青葉ビル1階
TEL:054-272-3080
FAX:054-270-9941
URL:<http://matsunoya.in>



三区女性会員合同交流会を開催

7月27日(金)、第12回三区女性会員合同交流会が静岡市中央福祉センター大会議室において開催され、58名が参加

して代表による事例発表と参加者全員でのグループ協議が行われました。

事例発表は、清水区 小島

地区 稲葉美枝子さん、葵区

美和学区 水永タキ子さん、

駿河区 富士見学区 葛西良子

さんが発表を行いました。

この三者による活躍

の発表に、うなずいたり

感心したりでした。

続いて行われた初めての

のグループ協議の議題

は、「私こんなことを、

やっています」「やって

として、各種スポーツ大会や芸能発表会、作品展などの生活を豊かにする多種多様な活動を数多く実施されていると伺っています。これらの活動によって、会員相互のふれあいや交流が深まり、皆様の生きがいづくり、健康づくりが促進されることは、本市の目指す、健康長寿の

まちの実現に大きく寄与しているものと感じております。

加えて、公園や海岸での美化・清掃活動や福祉施設等への慰問などの社会貢献にも取り組み、地域の支え手としても活躍いただいておりますことに、心より敬意を表すとともに、引き続き、「健康」「友愛」「奉仕」の理念のもと、活

発な取組が行われますよう期待しております。

結びに、シニアクラブ静岡市の益々のご発展、そして、皆様のご健康とご多幸を心より祈念いたします。新年の挨拶とさせていただきます。



グループ討議で活発な意見交換

みたいです」「こんなことをして、新しい仲間を増やしました」

でした。最初は緊張していた会

員さんも時間が経つと打ち解け

て活発な意見交換となり、日頃

からの熱い思いも伝わり、文字

通りの有意義な交流会となりました。

各女性委員から地域のみなさに伝わることを願います。

(石川 和恵)

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


NAO DENTAL CLINIC
なお歯科医院
 静岡市葵区長沼2-15-13
 TEL 054-295-9907


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
TEL 054-263-4188


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>

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	●	●	▲	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						

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
TEL 054-247-3858
<http://www.sakamotoclinic.jp>

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	日
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2回 シニアクラブ大会を開催
功労者を表彰、2部は演芸で盛り上がる

10月4日(木)、第2回シニアクラブ大会が静岡市清水文化会館マリナート大ホールにおいて開催されました。

29年度から定期総会とは別に開かれることになり、今年度は2回目で、少し定着してきましたように感じられました。

また来賓としてお三方が参

第1部の表彰式では、国歌斉唱のあと、物故会員に黙とうをささげて表彰に移りました。会長5年以上の功労者19名、役員10年以上の功労者13名、優良クラブ1クラブ、会



コーラスや踊りなど、多彩なステージを楽しむ

司様が謝辞を述べられました。

昨年度は受賞者全員が客席にいらして、代表の方が壇上に上がられる時、手すりもない階段の昇り降りにハラハラしましたが、今年度は壇上に来賓の方と並んで着席され、担当の方々のご配慮がとてもよかったと思



永田会長による功労者表彰

いました。

第1部がつつがなく終了し、会場設定のための休憩をはさんで、第2部がスタートしました。19団体による演芸の幕が開くと、先ほどの厳粛さと打ってかわり、華やかなステージとなりました。

《観せる》ことを念頭においた、インスタ映えならぬ「見映え」のする演芸に、観客も心から楽しむことが出来、有意義な時を満喫できたと思います。

受賞者の皆様、おめでとうございました。出演者・担当者の方々、ご苦勞様でした。

(吉野ちよみ)

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 4:00-6:00
 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

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	日
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

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

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

古庄わかばクリニック

内科・循環器内科

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

受付/午前 8:20~12:00、午後 14:15~18:00
 休診日 土曜、日曜、祝祭日は休診

静岡市葵区古庄5-3-21 TEL 054-294-7008

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

平成30年度被表彰者 (敬称略)

会長5年以上功労者

区	氏名
	白鳥 平夫
	白鳥 恒雄
葵区	川村 修也
	山田 啓司
	岩田 敦治
	堀内 劔次
	服部富士男
駿河区	山本 敏夫
	高田 喜吉
	長谷川ひさ系
	中山 佳也
	稲木 昭平
	望月 典巳
	石川 正廣
清水区	久保田房市
	宮城島 登
	井上 龍朗
	立川 岸夫
	森島 孝子

役員10年以上功労者

区	氏名
	松浦 トミ
葵区	飯田 正弘
	山本喜久江
駿河区	成澤 湊平
	相沢 和子
	井上 君子
	石川 一枝
	落合 定枝
清水区	望月信一郎
	杉山たつの
	八木 久代
	濱田喜美子
	戸塚 藍子

会員増強特別賞

順位	区	クラブ名
1位	清水区	西里シニアクラブ
2位	葵区	田町百寿会
3位	清水区	真砂町シニアクラブ九十九会 塚間八千代シニアクラブ

全国老人クラブ連合会表彰

区	クラブ名
清水区	岡地区老人クラブ連合会

関東甲信越静岡ブロック

老人クラブ連絡協議会表彰

区	氏名
駿河区	伴野 文子

優良クラブ表彰

区	クラブ名
駿河区	登呂一丁目楽友会

新任会長研修会開催

新会長48名が「心構え」を学ぶ



7月12日(木)、中央福祉センター大会議室にて第3回新任会長研修会が開催されました。

新しく単位クラブ会長に就任された48名が出席されました。永田会長による「新任会長としての心構え」と、内田事務局長による「老人クラブ連合会の組織について」の説明。その後、藤本代議員から「シニアクラブの運営と活動について」と実践的なお話がありました。さらに2年目となる由比シニアクラブ、田辺会長から「新任会長体験談」として実践的なお話もあり、皆さん熱心にメモを取りながら研修に臨んでいました。



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

株式会社 SANEI
 地盤調査・敷地測量・一般土木工事
 外構工事・太陽光パネル取付け一式
 静岡市駿河区下島328-1
TEL 054-269-5150
FAX 054-269-5147

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

まりこしデイスクリニック
 診療時間 月 火 水 木 金 土
 9:00~12:00 ○ ○ / ○ ○ ※
 14:00~18:00 ○ ○ / ○ ○ /
 休診日/日曜・祝日・水曜・土曜午後 ※9:00~13:00
 〒421-0111
 静岡市駿河区丸子新田511 **TEL 054-201-0303**

食品輸送のパイオニア
TAKESHITA EXPRESS
株式会社 竹下運送
 静岡市葵区瀬名4-10-28
 本社営業所 **TEL 054-263-8173**
 冷凍・冷蔵物流センター **TEL 054-265-3122**

山本内科医院
 診療時間 月 火 水 木 金 土
 8:30~12:30 / ○ ○ ○ ○ ○
 14:30~17:30 / ○ ○ ○ ○ /
 【休診日】日・月曜・祭日・土曜午後
 静岡市葵区川合3-13-11 **☎ 054-263-7676**
自動受付専用電話 050(5840)4122

★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00分 △ ○ ○ ○ ×
 ◎月・金・土曜は完全予約制
 ※第3土曜 眼科:9時~12時(完全予約制)
 第1,2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
 清水区庄福町9-23 **☎ 054-355-5655**

葵区活動紹介

第3回 葵区ペタンク大会



狙いすましての一投

191名が、雨をも吹き飛ばす熱戦展開

「ヨシッ…いいぞ」「ア～ッ…左イケッ??」歓声が沸き起こるなか、選手皆の目がボール

参加選手は191人、53チームが4グループに分かれ、競いました。

上位チームは表のとおりです。松寿会Cチームの日頃の練習成果が実りました。(熊崎 岩男)



大会結果

優勝	賤機学区	松寿会C
準優勝	西奈学区	草の実E
第3位	西奈学区	草の実A
	美和学区	芦寿会B

の行方を追いかけています。

9月12日(水)、松富スポーツ広場にて第3回葵区シニアクラブ連合会ペタンク大会が開催されました。心配された雨も選手皆さんの心意気に圧倒されたのか、グラウンドまでは近づけなかったようです。

第13回 葵区スポーツ大会

元気シニア520名が6種目に挑む



玉入れ競争に夢中

葵区会員が4ブロックに分かれての競技です。1ブロック130名の選手がお手玉投げ競争やボール押し競争など、6種目の競技に挑みました。昼食休憩時には舞踊とフォークダンスのアトラクションがあり、参加者を魅了しました。

ムブロック長が走り寄って20名の選手全員とハイタッチ!

4色玉入れ競争では4チームがそれぞれ籠めがけて投玉し、まもなく「止め」の合図。そして、…ひとつ…ふたつ…籠の中の玉を数えます…35…36…37…アレアレ、アレ、まだあります、あります…。

この日のスポーツ大会の結果は表のとおりです。

(熊崎 岩男)

午後のボール送り競争では20名の選手の頭上をボールが走り、股の下をくぐり、選手の順番を変えながら20回。最後にボールが所定の位置に置かれると大きな拍手。横で見ていた1位チー

大会結果

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

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 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

Ear Nose Throat

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

医療法人 社団 **陸和会 大村クリニック**
 一 糖尿病内科・泌尿器科・人工透析・内科一

【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:日曜休診 糖尿病内科:火曜日前休診)
 静岡市駿河区中村町152-3
TEL 054-283-2616

内科/外科/消化器内科/肛門外科

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13:00まで)	○	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日/木曜日・土曜日午後・日曜日・祝日
 静岡市葵区大岩本町25-15 Tel. 054-246-0099

医療法人 社団 浩葉会

大谷はざまクリニック
 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「萌」
TEL 054(238)2488 ショートステイ施設「萌の家」

駿河区活動紹介

第3回 駿河区ペタンク大会



チームの仲間がプレーを見守ります

皆が待ちに待ったペタンク大会

9月20日(木)に予定されていた駿河区ペタンク大会は雨のため順延となりました。その後も天候不順が続いていましたが、予備日前日の26日の現地下見で、雨が避けられる安倍川大橋の下でなら開催可能と判断し27日(木)に実施されました。

当日は早朝から実行委員と役員が水たまりの排水、土入れなどグラウンドの整備を行って大会に備え、定刻どおり開催することができました。大会結果は表のとおりです。(野田睦彦)



雨を避けての大会開催

大会結果

優勝	西豊田中央会
準優勝	大谷シニアクラブA
第3位	西豊田むつみ会
第4位	富士見楽友会A

大逆転!!第3ブロック(青組)優勝

10月23日(火)、13回目となるスポーツ大会が15学地区の66単老から450名の仲間が一堂に会し、中央体育館にて開催されました。

競技は昨年度と同じ6種目でしたが、最後の種目の玉入れではボーナスポイントが加点され、青組が大逆転での優勝という結果となりました。終始にぎやかでシニア世代とは思えない程の活気ある一日でした。

昼休みの踊りの輪も、今までになく多くの方が参加して下さり、会場に彩りを添えてくれました。(大石眞由美)



昼休憩時にはみんなで輪踊り♪

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)



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
日本内分沁学会認定 内分沁代謝科専門医

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

三神医院
消化器内科 内科

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

有東坂しいのぎクリニック
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

土木建設業
岩崎建設
株式会社

静岡市葵区竜南1-7-25
TEL (054) 248-0139
FAX (054) 247-6650

小倉屋株式会社
総合食品卸問屋

海産物・乾物・一般加工食品・日配品・鮮魚・塩干
水産加工品・農産品・畜産品・惣菜品・菓子類
業務用冷凍・加工食品・他

静岡市葵区流通センター5番6号
TEL 054-263-2581

松崎デンタルオフィス
日曜日も診察・往診します

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

清水区活動紹介

岡地区、高得点で優勝の栄冠!!

夏の暑さも過ぎ、大会当日は絶好のスポーツ日和となりました。開会式に先立ち、嶺保育園鼓笛隊のかわいい行進で始まり、会場が一気に和みました。

競技はゴルフリレー、ボール運びリレーなど7種目が行われ、チームワークを発揮し、7種目中4種目で1位を獲得して順調に得点を重ねた岡地区が見事優勝しました。順位・結果は表のとおりです。(鈴木 泰造)



団体競技はチームワークが大切



第46回清水区高齢者スポーツ大会

かわいい鼓笛隊が大会を盛り上げる

開催日：10月23日(火)
会場：新興津緑地公園多目的広場
参加者：21地区
役員・選手・応援者約1300名

大会結果

順位	地区	得点	順位	地区	得点
優勝	岡地区	44	第4位	清水地区	34
準優勝	興津地区	37	第5位	蒲原地区	34
第3位	不二見地区	36	第6位	高部地区	34



第14回 清水区ボウリング大会

選手124名が元気いっぱいプレー

例年にない暑さの中、7月10日(火)に狐ヶ崎ヤングランドボウルにて清水区ボウリング大会が開催されました。124名(男72名、女52名)の参加者は、30レーンもある広いフロアのほとんどを貸し切り、技を競い合いました。

中島会長はあいさつの中で、「この競技は年齢や体のハンディなどに関係なく、いつまでもやることの出来るスポーツだから、こ

競技を通し、育む仲間との絆

れからも長く続けてください」と言われました。その言葉通り、参加者の中には杖を使って歩いている人も見かけましたが、競技中は全くハンディを感じませんでした。

勝ち負けにこだわらず、ストライクが出るとお互いに喜び合う姿に、この大会の目的は充分達せられていると感じました。成績は表の通りです。(吉野ちよみ)

勝つことにこだわらず、ストライクが出るとお互いに喜び合う姿に、この大会の目的は充分達せられていると感じました。成績は表の通りです。(吉野ちよみ)

大会結果

【男子の部】

順位	氏名(地区)	スコア
優勝	新谷 政男(飯田)	386点
準優勝	川口 行洋(辻)	380点
第3位	堀 正幸(船越)	357点

【女子の部】

順位	氏名(地区)	スコア
優勝	平岡 絹枝(船越)	339点
準優勝	國持真佐子(辻)	334点
第3位	川口 千枝(辻)	311点

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

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

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

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・居宅介護支援事業
ケアサポート つなぎ
☎054-361-7211

信頼という名のパートナー
LAND TRUST CO., LTD. **査定無料**
株式会社 ランドトラスト
不要な土地や建物買取致します
お気軽にご相談下さい
静岡市駿河区高松2496-1
TEL:054-238-6667

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

市老連の活動

優勝は鵜沢さん(不二見)、植田さん(小島)

第12回 シニアクラブ静岡市グラウンド・ゴルフ大会

「止まれっ、!!…あー行っちゃった」ボールはホールポストの中を通り抜けて向こう側へ。「うまいっ」私の目の前、ホールインワンでした。いったか?…ダメか?…それぞれの想いを背負って打たれたボールは走ります。

ようやく秋の気配が見え始めた10月12日(金)、松富スポーツ広場にて383名が参加してシニアクラブ静岡市グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。朝早くに雨もあがり、暑くも寒くもなく、天候に恵まれたなか、選手たちは元気いっぱいプレー。一打ごと一喜一憂、会場には元気な声が響いていました。

さすがに経験を積んだ皆さん、不慣れなグラウンドでもものともしません。全員すばらしいスコアで24ホールを終わりました。上位3位までの成績は以下のとおりです。(熊崎 岩男)



大会結果

【男性の部】

優勝	鵜沢 正	不二見	42
準優勝	小林 時中	中 島	46
第3位	小林 和夫	清 水	49

【女性の部】

優勝	植田よし江	小 島	45
準優勝	斉藤外志美	岡	46
第3位	三上 崎子	興 津	48

93チームの頂点 丸子新田晁寿会が優勝!!

8月10日(金)、静岡市北部体育館にて葵区、駿河区、清水区から選出された93チームが参加して輪投げ大会が開催されました。最初に32のグループに分かれたリーグ戦があり、勝ち抜いたチームによるトーナメント戦が行われました。結果は表のとおりです。(野田 睦彦)



第13回 シニアクラブ静岡市輪投げ大会



女性も頑張ります

大会結果

優勝	丸子新田晁寿会(駿河区)
準優勝	美寿々会(葵区)
第3位	蒲原B(清水区)
第3位	押切B(清水区)

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・小児科
診察時間 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

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://aokitax.tkcfn.com/

しば内科医院

診察時間 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(サンロゼ6F)
☎054-254-1441

~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

内科 小児科 **鮎橋医院**

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

休診 ▶ 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
静岡市清水区由比北田467
フナハン
☎054-375-2784

内科・血液内科 健康診断 予防接種
菜のはなファミリークリニック

http://www.nanohana-batake.com

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	☒	☒	☒	☒	☒	☒
午後 3:30~6:15	☒	☒	☒	☒	☒	☒

◆休診日 日曜・祝日◆
静岡市清水区由比750 マンションOak1階
☎054-375-5785

葵区クラブ活動紹介

多彩な活動で生きがいづくり

美和学区 美寿々会 時森たみ子

私たち美寿々会は、平成 8 年に安倍口団地老人会から分かれて発足したクラブです。クラブ名は「美しい元気な老人が大勢いる」ということでつけられたそうです。歴代の会長、役員の人たちの努力で今まで頑張ってきました。年間の活動は 4 月の総会から始まりま。そして毎月この定例会とお誕生会があります。その他、美和小学校児童の見守り活動、中央こども園園児たちとの交流会、毎週月・木曜日にはグラウンド・ゴルフの練習、火曜日に伝でん体操と輪投げをしています。



みんなで楽しく活動することでクラブが活性化します

伝でん体操は 3 年前に約 10 人で始め、今では 25 人まで増えています。会員以外の参加もあり、これがきっかけでの入会者もいます。この伝でん体操を準備運動に

して輪投げを行います。高得点を取ればみんなで大きな拍手、逆に 0 点でも大はしゃぎ。こんな週一回の練習の積み重ねで、昨年 6 月の市大会でも準優勝し、8 月の市大会でも準優勝という結果を出すことができました。全員が高得点を取



年齢関係なく輪投げを楽しむ

た。その他、金曜日には踊りの練習があります。参加者が 3 人まで減ってしまったため、練習内容も椅子に座ったままでも簡単に楽しくできるものになりました。今では参加者も 16 名まで増え、練習成果を紹介施設で発表しています。老人が介護施設を慰問?とも思いますが、元気に踊るとみんな同じように手足を動かさ喜んでくれます。

96 歳を先頭に、一年間忙しく頑張っています。会員の生きがいの一つであるので、いつまでも元気でいられると思います。

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

地域密着の家づくり。

工野 野沢 事務所

静岡市葵区北安東 5 丁目 41-2

054-247-9006

http://nozawa-k.com

会社 有限 社 限

宅地建物取引業 静岡県知事 (4) 11870号
 賃貸住宅管理業 国土交通大臣 (2) 2860号
 マンション管理業 国土交通大臣 (4) 41819号
 不動産投資顧問業 国土交通大臣(一般) 1046号

株式会社 杜乃地所

静岡市葵区相生町3-8

TEL 054-248-8883

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

松崎化成 株式会社

静岡市葵区流通センター15番2号

TEL 054-263-2531

FAX 054-263-2549

元気の皆様を応援します

Kyojin 協和整美株式会社

高速道・一般道交通規制 道路メンテナンス

静岡市葵区唐瀬2-2-15

TEL 054-245-7286

不動産買い取ります

相談無料 査定無料 秘密厳守

株式会社 ミツバ不動産

静岡市葵区大岩町10-20

TEL 054-246-6868

FAX 054-246-6897

清水区クラブ活動紹介



仲間との交流が楽しい

仲良く、楽しく部活動

江尻地区 シニアクラブ体育部 部長 山岸敏昭

江尻シニアクラブには、グラウンド・ゴルフ、クロック、ペタンク、輪投げと4つのクラブがあります。グラウンド・ゴルフが一番人数が多く44名います。他のクラブは13〜16名です。みなさん重複して会員になっています。

多目的ホールで13名の会員が毎週木曜日に練習しています。ここは江尻の中心にあるので、人が集まり易いという利点があります。

クロックとペタンクは、小学校サブグラウンドにて毎週月曜日と木曜日に行っており、16名の会員がいます。開催日が同じなので年会費500円でどちらにも参加できるようにしています。普段は12〜13名の参加ですが、市と区大会への選考会には25名位のシニア会員が参加します。

会員の中には大正生まれの人もいて元気です。練習では12回まで投げ、女性は180点から260点位ですが、調子のいい時は300点以上とる人が出ます。男性は力の違いか300点以上の人が2〜3人います。90歳の人が300点以上になった時は、周りの人も驚きました。本人が一番驚き大喜びでした。その時は一位になり、新聞紙面に載り喜んでいました。歳を取ってもその日の調子によりハプニングがあり皆さんの笑顔があり幸せな日になります。

また大手町にある桜木公園はクロック場には良い広さで、大手町と近くの町内会員たちも参加しています。公園の草取り、落ち葉清掃もしています。ペタンク選考会は小学校のサブグラウンドで行いますが、普段の練習参加者程度しか集まりません。寒い時期の大会だからかもしれません。輪投げは年会費1000円で、はくとびあ清水6階

4つのクラブを紹介しましたが、その他にはカラオケ部（ときいき体操部、おどり（さつき会）が江尻交流館で練習に励んでいます。カラオケで声を出すこと、体操、おどりで普段動かさないと作れるよう励んでいます。

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

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

豊栄運送 株式会社
 静岡市葵区岳美12-59
TEL 054-247-1321
FAX 054-246-0228

SAFETY TO KAI 警備保障 安心と安全
株式会社 セーフティ東海
 静岡市葵区流通センター14-2
TEL(054)264-7310

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 〇五四三三三〇一五五
 介護のご相談お気軽にどうぞ

泌尿器・人工透析 泌尿器科専門医
杉山クリニック

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

※土曜午後 13:30~15:00
 休診日 日曜日・祝日・木曜日午後
 静岡市清水区七ツ新屋364-1 **TEL 054-346-0016**

医療法人社団 清秀会
 介護老人保健施設
ケア・センターひまわり
 TEL 054-336-3033 FAX 336-3035
 静岡市清水区村松原 1-2-34
 随時入所相談受付しております お気軽にご相談ください
滝戸医院 ■一般内科(循環器内科)
 休診日/日曜日・祝祭日・午後休診日あり
 静岡市清水区村松原 1-2-5 TEL 054-334-1335

駿河区クラブ活動紹介

新任会長の仕事はじめ

川原学区 川原長寿会 牧野展也

平成27年に不慮の事故で亡くなった前会長の後任として、平成28年度より会長としての要請がありました。当時はボランティア活動や山登り等、多忙の日々であり一度はお断りもしたが、友人たちの熱いエールもあり引き受ける事にしました。書類の確認、整理等に随分長い時間を費やしましたが、先輩や同僚たちの指導を仰ぎ、簿冊の整理が完了した時、「減少する会員をプラスに転ずる」ように頑張ろうと決意しました。

当会の歴史は古く、昭和35年頃に心ある老人の方々が寄りあい、話しあつて会則等をつくり、いつまでも健康で長生きするようにと「長寿会」と命名して昭和41年に発足、市老連にも加入したそうです。3つの単老で、会員数80名余の会となりました。



今後とも「長寿会」活動を通じていつまでも健康で長生きするよう、会員と共に活動を続けて行きたいと思っています。

シニアクラブ静岡市 ペタンク講習会 実践で学び、ルールの知識深める

シニアクラブ静岡市主催で、9月13日(木)に葵区・駿河区、11月1日(木)に清水区の代表者を対象にペタンク講習会を行いました。講師を(公社)日本ペタンク・ボール連盟A級審判員、上級指導者の井上まち子様にお願ひし、午前中は座学、午後からは屋外にて実技による講習、練習ゲームを行いました。参加者の方々ご苦労様でした。(野田 睦彦)



指導者からルールを実践で学ぶ

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 柳原福祉会
あさかほいくえん
麻華保育園
静岡市葵区北1-29-25 TEL 054-247-8200

介護ショップ
猫の手
有限会社エヌ・アール
静岡市葵区千代田6-19-17
TEL 054-208-8181

内科・小児科・腎臓内科
しみずバクリニック
内科診療時間
月 火 水 木 金 土
9:00~12:30
15:00~17:30
休診日 木・日・祝 月・火・土/午後
静岡市清水区千歳町2番30号
054-355-1117

soわした静岡店
(株)沖縄県物産公社 特約店
フリーダイヤル
0120-378-232
静岡市駿河区小黒3丁目11-12
FAX (054) 203-4718

内科・消化器内科・呼吸器内科
アレルギー内科・脳神経外科
医療法人社団緑英会
南しみずメディカルクリニック
消化器内科
静岡市清水区上力町5-28 TEL.054-334-2710

市老連の活動

第5回 シニアクラブ静岡市ペタンク大会

安東A(葵区)が悲願の優勝!!

12月7日(金)、新興津緑地公園多目的広場にて、ねんりんピック紀の国わかやま2019ペタンク交流大会出場チーム選考大会が64チーム(葵区15・駿河区15・清水区34)で行われました。予選リーグの戦績別に、1位~4位グループに分かれて決勝トーナメントを戦いました。今大会は接戦や逆転などが多く、レベルが上がっていると感じました。中でも葵区チームの健闘が光ります。1位グループで安東Aを筆頭に3チームが入賞と素晴らしい結果を出しました。なお、試合結果は表の通りです。



大会結果

1位(予選通過)の部			
順位	チーム名	区・学	地区
優勝	安東A	葵区	安東
準優勝	駒越A	清水区	駒越
第3位	玉川B	葵区	玉川
	浦原新栄	清水区	浦原
敢闘賞	浜田	清水区	浜田
	西久保	清水区	袖師
	横砂美生会	清水区	袖師
	健寿会A	葵区	美和
2位(予選通過)の部			
優勝	入江A組	清水区	入江
準優勝	大谷シニアクラブA	駿河区	大谷
3位(予選通過)の部			
優勝	中島シニアクラブ	駿河区	中島
準優勝	登呂1丁目楽友会A	駿河区	富士見
4位(予選通過)の部			
優勝	蛸川シニアクラブA	葵区	千代田
準優勝	岡町	清水区	岡

ねんりんピック富山 ペタンク交流大会に出場 全国の仲間と交流、親睦深める

11月4日、ねんりんピック富山2018ペタンク交流大会に、静岡市を代表して鳥坂A(清水区)が出場しました。4チームによる予選リーグ戦に臨み、健闘むなしく予選敗退となりましたが、全国の



全国のペタンク仲間と交流を深め、元気な静岡市をアピールすることが出来ました。

第47回全国老人クラブ大会 活動の功績を認められ表彰

「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを」をメインテーマに12月4日、5日の2日間、第47回全国老人クラブ大会が沖縄コンベンションセンターで開催されました。

全国から1486名が参加し、当市老連からは永田会長を始め9名が参加しました。表彰の部では、朝倉隆弥前市老連会長と登呂一丁目楽友会(駿河区)が全国老人クラブ連合会会長から表彰されました。



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

「創るよろこび」
味わってみませんか

ぬくもり溢れる
木の模様

木製模型キット 製造・販売
TEL 054-298-6200
静岡市駿河区大谷 691

WoodyJOE
展示室もございます。
お気軽にお立ち寄りください。

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

TEL 054-343-2121

洗心

株式会社 洗心銅鉄互所

代表取締役 鈴木泰司

静岡市駿河区豊田3-3-33
TEL (054) 285-2350 FAX (054) 281-3534

東海道 丸子宿

下子屋 十三代

静岡市駿河区丸子 7-10-10
ごほん ところろ
電話 054-258-1066
https://www.chojiya.info/

天竜厚生会

登呂の家

◎入所・ショートステイ
◎デイサービス・ヘルパー ◎居宅介護支援事業所

〒422-8033 静岡県静岡市駿河区登呂3丁目4-1
TEL.054-203-3363
http://www.tenryu-kohseikai.or.jp

わたしたち
シニアクラブ静岡市を
応援しています!!

ご協賛

第 13 回 葵区・駿河区合同作品展

芸術の秋！500点の力作が一堂に



期間中は大勢の観覧者にぎわいました

葵区・駿河区合同作品展が 11 月 21 日(水)～25 日(日)まで、静岡市民ギャラリーにて開催されました。330 名の出品者による心のこもった約 500 点の力作を鑑賞した観覧者からは感動と感嘆の声があふれ、ギャラリーは終始賑わっていました。(大石眞由美)



出展者の力作に感心しきり

思いあふれる力作 339 点展示

11 月 9 日(金)～12 日(月)、清水福祉総合文化祭(作品展)がは～とぴあ清水 6 階多目的ホールで開催されました。この作品展は静岡市に住む 60 歳以上の方、または障害者手帳を持つ方ならどなたでも参加できるものです。今回は絵画や写真、書道、手芸など 8 部門 339 点が出品されました。

展示も工夫され、狭いスペースでも見やすくなるよう考えられているのが分かりました。作品には作者の年齢やコメントが付けられ、来場者の皆さんは作者の思いを感じながら作品に見入っていました。(吉野ちよみ)

清水福祉総合文化祭作品展



ところ狭しと並ぶ作品には作者の思いが詰まっています

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

魚粉・発酵肥料・マグロコラーゲン 製造販売

平金産業株式会社

代表取締役 長島十己知

本社魚粉工場 〒422-8027 静岡市駿河区豊田二丁目9番17号
TEL.054-286-0288 FAX.054-286-5693

肥料工場 〒437-1602 御前崎市比木3461番1

コラーゲン工場 〒422-8027 静岡市駿河区豊田二丁目5番38号

向井 内科 クリニック
MUKAI-CLINIC 循環器科

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

※休診日 木・日曜・祝日

〒424-0886 静岡市清水区草薙 1-10-12

☎054-347-1020

話題の特別仕様車ぞくぞく登場!!

YOUTH WILD Wanderer

ARENA スズキアリーナ静岡中央

営業時間 AM9:30~PM7:00 定休日 水曜日

〒422-8005 静岡市駿河区池田182-2

TEL.054-267-7717

ホームページアドレス <http://www.s-car.net>

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

人と暮らし、つなぐケアへ

SOMPOケア

そんぽの家 東静岡

SOMPOケア株式会社
SOMPOケア そんぽの家 東静岡

静岡市葵区長沼984-34

TEL 054-262-3200 FAX 054-262-3210

<https://www.sompocare.com>

JCHO桜ヶ丘病院

内科・外科・整形外科・泌尿器科
眼科・歯科口腔外科・放射線科

静岡市清水区桜が丘町13番23号

☎054-353-5311

健康管理センター ☎054-353-5313

生活習慣病予防健診・人間ドック・事業所定期健康診断

「シニアクラブ静岡市ウォーキング」開催 紅葉の香嵐溪と足助の町並み散策

11月27日（火）午前8時、176名を乗せた5台のバスは、愛知県豊田市足助町を指して出発。「小春日和」とはこんな日のことを言うのだと思えるほど、11月も末のこの日はウォーキングに最適な日和でした。

一日中ラッキーなこと連続で、①快晴で上衣をぬぐほどの温かき、②予想に反して香嵐溪までの道は全く渋滞なしでスイスイ、③第63回もみじまつり（11月1日〜30日）にギリギリ間に合う、④天候不順で、もみじの色がよくないとか、紅葉する前に枯れて散ってしまうと言われていたので、期待していなかったのにすばらしい紅葉が見られたこと。

（特に川沿いに植えられたモミジに日が当たり、光り輝くさまは「すぐく、きれい」と表現するところが精一杯で、ことばでは言い表せないほどの美しさでした。いよいよ自由散策（約3時間弱）です。時間を有効に使わなくては、と紅葉を愛でるのもそここにして、車中で配られたマップ片手に友達と一緒に足助の街の探訪に出発しました。

街の中に一歩踏み込むと、なんだか別世界のようにしっとり落ち着いた雰囲気があったよっていきました。白壁や格子戸の家が軒を連ね、それぞれの家の前には、手入れの行き届いた草花の鉢がありました。特に目に付いたのは真っ赤な実をつけた南天で、家のたたずまいとじっくり合っていました。

マップを見ながら行き先を決め、予定されたコースの本町だけでなくその先の田町にまで足をのびし、時には小物店に入って品定めをしたり、すばらしい建物に感

嘆したりと、疲れも忘れて歩きまわりました。田町のはずれの「お釜稲荷」は、その名の通り、直径2メートル近い釜を横にして、その中にお稲荷さんが祭られています。詣でた人は食事に事欠かないとのこと、よく拜んできました。稲荷の近くには満開の四季桜もあり、趣きを添えていました。

帰りは別の道を選んで歩き、立ち寄りたりした所を紹介します。「普光寺」おびんずる様が祭られていて、自分の治したい所をなで、おびんずる様もなでるとよくなるので、頭と足をなでて拜んできました。

「からくり通り」ミニチュアの車がまわって小屋のうすの中をついていたり、もちつきをする人がえしをする人が動いていたり童心にかえった大人の人们が楽しんで（人を楽しませよう）作っただろうと想像でき、タイムスリップしたようと思わず笑顔になりました。

本場に充実した見て歩きでした。足助の人たちの郷土愛も垣間見ることができ、すばらしい紅葉も堪能できました。無事到着して暗くなった道を家に向かいながら、計画してくださった方々に感謝の気持ちでいっぱいになり、来年のウォーキングが楽しみにになりました。（吉野ちよみ）

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



手作りのレトロなからくりが笑みを誘う

マップを見ながら行き先を決め、予定されたコースの本町だけでなくその先の田町にまで足をのびし、時には小物店に入って品定めをしたり、すばらしい建物に感

嘆したりと、疲れも忘れて歩きまわりました。田町のはずれの「お釜稲荷」は、その名の通り、直径2メートル近い釜を横にして、その中にお稲荷さんが祭られています。詣でた人は食事に事欠かないとのこと、よく拜んできました。稲荷の近くには満開の四季桜もあり、趣きを添えていました。

静岡交通株式会社
バスの事なら何でもお問合せください!!
【本社】 静岡市清水区由比572-3
TEL:054-377-1180 FAX:054-377-1182
【静岡営業所】 静岡市駿河区広野4-8-21
TEL:054-204-6111 FAX:054-204-6110
HP <http://shizuko-bus.com>
———
【静交トラベル】 静岡市清水区由比469-10
TEL:054-375-4523 FAX:054-375-2150

ゴム・プラスチック総合商社
株式会社 有信商会
静岡市駿河区敷地 2-1-34
TEL 054-237-5111

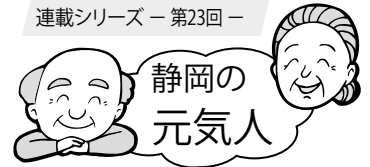
皆様のかかりつけ医を目指す
大石内科循環器科医院
デイサービス・通所リハビリテーション併設
静岡市葵区鷹匠2丁目6-1 日・祝のみ休診
☎ 054-252-0585

心・気・物を運びます!
一般区域貨物自動車運送事業
自動車運送取扱事業
株式会社 大河内運送
静岡市葵区東1丁目32番1号
TEL 054-248-7557 FAX 054-248-7545

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

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

連載シリーズ - 第23回 -



静岡の
元気人

鈴木 三郎さん (92歳)

葵区 井宮学区 平和緑寿会



生まれは大正15年3月31日、山形県最上川の水に愛しま

れて幼い日を過ごしました。父は早く他界、小学校は東京都八王子、続いて早工手学校入学。19歳で太平洋戦争の少年兵に志願し、郡山から台湾に渡り整備兵をしていました。

アメリカ軍の大規模な攻略を免れた台湾で終戦を迎えたサブちゃん。故郷へ戻りましたが、八王子はB29の爆撃で出征当時の面影はなく、戦後の大変な毎日が待っていました。

苦難幾年月、身の周りを平凡な光が温め始めたころ、サブちゃん一家、縁あって現在

「サブちゃん」自転車でも元気でした。

金に、天気
が良ければ
平和一丁目

の名で50歳ごろから手がけ、

ゴルフも行い、毎週、月、水、

の平和一丁目へ住まいを移しました。そうです。

平成11年に老人クラブに入会。15年から6年間、単老副会長を務めました。サブちゃんは多趣味です。水墨画は「静参」

民謡もたしなみ、そこは山形県人、「紅山」を名乗り20年。たまに気分転換で歌謡曲なども楽しんで歌います。また、ビリヤードも終戦から2年ほど前までしていました。その他にはグラウンド・ゴルフも行い、毎週、月、水、

の公園で仲間とともに公園の清掃を行ったあと楽しんでいきます。

グランシップでの作品展に5回出展しました。また、自分の個展も地元で何度か開いた

現在は息子さんご夫婦と4人暮らし。お孫さんは結婚されて別居しています。サブちゃんは少し寂しいと想いながら、それでも生きがいのある生涯を大切にしようと思っています。

自宅の窓の外には20年になるぶどうの蔓があり、毎年実をつけ、窓下の花と共に家族の毎日に潤いを添えています。

（熊崎 岩男）



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

明るく元気な健康長寿社会に貢献します!

第1号通所事業(通所介護相当サービス)施設

アケアクラブ清水

静岡市清水区庵原町145-7
TEL 054-364-8380
FAX 054-364-8108
http://www.aqea-club.com

《アケアフレンズ》

株式会社 シズイチ

代表取締役社長 笠野 智

静岡市駿河区国吉田1-2-36
TEL 054-261-2641
FAX 054-263-7549

電動車いすの販売&介護レンタル

ET40

無料出張試乗

運転免許は不要です

ご自宅まで伺います

車両本体価格 368,000円

(株)スズキ自販静岡
TEL 054-261-6103

国際基準の安心保証
JNLA[工業標準化法試験事業者登録制度]登録
本社ISO認証登録
9001-2008

GEEBEC

土壌汚染対策法指定調査機関

株式会社 ジーベック

静岡市葵区唐瀬1-17-34
Phone:054-246-7741 Fax:054-246-9481

N・D・I

NISSHO 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

路面標示、標識・サイン・看板、交通安全施設・バリアフリー、土木一式、電気工事、屋外景観施設、NPO都市環境標識協会

中部ロードテック株式会社

【本社】 静岡市駿河区中島1380-1
TEL 054-287-2716 FAX 054-287-2736
【沼津営業所】 沼津市新宿町16-5マルヤビル1A
TEL 055-943-7824 FAX 055-943-7825
http://www.s-crt.com/

力あわせ、心ひとつに

駿河区 長田北学区 第二向寿会 伴野 文字

静岡市老人クラブの女性委員会役員を引いて3年になりました。できないながらも一生懸命務めさせていただきました。大変お世話になりました。その時のことを振り返りますと、たくさんの方に参加して、種々な経験をさせていただいたことが思い出されます。中でも大きな行事として「家康公四百年祭」への参加がありました。駿府城公園に昔あそびのコーナーを2日間設け、大勢のお客さまで賑わいました。

またマークイズ静岡での行事では、シニアクラブののぼり旗を見て、クラブについてや入会方法を聞かれるなど、広くシニアクラブに興味を持ってくださったお客様がいらっしゃいました。

全国老人クラブ大会がグランシップで開催されたときは、全国から5000人を超える仲間たちをお迎えしました。会場を盛り上げるレクダンスやおみやげにするちやっぴーづくりは大変でしたが良い思い出となっています。

その他にも芸能発表会や作品展、ファッションショーなど、たくさんの方の行事に参加させていただいたこと、会員みんなで一つの目標に向かって、心ひとつに活動できたことも良い思い出です。これはシニアクラブ活動の利点であり、大勢の皆さまにシニアクラブを理解していただ

私たちこんなことしています！



役員活動は大変でしたが、良い思い出もいっぱいあります

いて、会員増強に繋がってほしいと思います。一会員として今後とも応援をさせていただきます。

仲間づくりの更なる発展を目指して

清水区三保地区塚間八千代シニアクラブ会長 遠藤美佐枝



仲間づくりは活発な活動から

前会長が職を辞するにあたり次期会長に指名され、会長職を受けました。会の発展は会員増強にあると考え、さまざまな活動に意欲的に取り組んでいます。60代後半、70代前半の人たちに「いづれみんな歳をとるんだから、最後の仲間づくりを早めに行おうよ」と、誘いや説得を重ね、若手の入会者を増やしました。そして、先輩会員と若手会員の交流の場から、次々に新しい活動が提案されてきました。

一つ目は、「伝でん体操」です。ゆつくりとしたリズムで無理をしないよう、「イチ、ニ、サン」と号令をかけ合い、笑顔で身体を動かしています。口コミで楽しさが伝わり、参加者も増えてきました。二つ目は、「塚間の今と昔を知ろう」という勉強会です。戦前戦後、変遷の激しかった塚間です。造船会社や工場のできる前の塚間はどうであったのか...。地区の長老に話を聞いたり書物で調べたりしています。ここにも年代を越えた交流が生まれています。

三つ目は、最近発足したカラオケ会です。月1回、昼間の3時間ほど好きな人が集まり歌います。近所なので年齢に関係なく一緒に楽しめます。この交流の輪も大きく広がってきそうです。

私たちの老人クラブの最終目的は、横の絆、仲間づくりにあります。寂しい時、気軽におしゃべりできる仲間がいることは、どんなに心強く幸せでしょう。会長として、この仲間づくりの更なる発展のため、クラブ員の協力を得ながら前進し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

曹洞宗 湘海山 大雲寺
 永代供養塔「^{はな}苑」
 宗教・宗派は問いません
 静岡市駿河区用宗城山町6-4
 ☎ (054)259-2439

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

曹洞宗
 普濟寺
 fusaji.com
 静岡市駿河区中吉田 33-30
 054-262-1452
 静鉄県立美術館駅 徒歩1分
 天婦臺・永代供養

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

日蓮宗
 法泉寺
 静岡市清水区八木間町574
 電話 054-369-0915

曹洞宗
 永代供養塔
 増福寺
 葵区南瀬名町7番3号
 電話 261-3734

会員文芸

俳句

清水区 庵原地区 小里小屋敷老人クラブ 小川 健二
 新涼や手を挙げて行くセニアカー
 駿河区 川原学区 長寿会 新村 敬子
 なき人が秘蝶となり我に語る
 (青森では自分の事を我(わ)と言う)
 清水区 有度地区 シニアクラブ楠新田 石川 良子
 ヤブランの紫の花風にゆれ
 駿河区 川原学区 長寿会 新村 敬子
 残照を迎えし月の富士青し
 清水区 三保地区 塚間八千代クラブ 内藤 君江
 雲のない青空向い声さげぶ
 葵区 中藁科学区 笑和会 勝山 京子
 菊香り還暦の吾子と酌み交す
 葵区 一番町地区 一寿会 遠藤 昭二
 初御空世界遺産の富士の山
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 前田かね子
 月明かり琴の音色と虫の声
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 向山 真弓
 納涼の浴衣姿にほればれと
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 小原 民子
 暑いなか皆と楽しむ納涼祭
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 長谷川君江
 夏祭り浴衣姿も涼しげに
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 松永 久男
 二人して思い出充る夏の夜
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 川井 玲子
 水撒きて走る逃げるのトカゲかな
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 城内 良子
 ホタル舞う聴こゆ遠くに音頭を


葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 栗田八千代
 山あいや一ノ瀬の宿ホタル萌え
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 吉成 高明
 雨上がり虹の彼方に富士の山
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 吉成 幸子
 一ノ瀬に来たよ今年のホタル狩り
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 南条 民子
 庭の先ホタル飛び交う一ノ瀬ぞ
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 井芹 光子
 幻の蛭を愛でて和むわれ
 葵区 安東学区 寿会 三浦 範子
 茶の花や山路の奥へ郵便夫
 葵区 安東学区 寿会 鈴木 辰男
 老二人冬夕焼けに呑みこまれ
 葵区 安東学区 寿会 西村喜三郎
 腰つたけ泥田に蓮の根を掴む
 葵区 安東学区 寿会 望月 澄子
 木犀の香りただよう診療所
 葵区 安東学区 寿会 由比藤敏幸
 柿たわわつぐむ人なき村はずれ
 葵区 安東学区 寿会 平出 幹明
 歳時記は伴侶の如し新酒酌む
 葵区 安東学区 寿会 滝浪 信恵
 碁石打つかすかな音や秋深む
 葵区 安東学区 寿会 山岳 洋子
 教習終えホット一息秋の風
 葵区 安東学区 さわかクラブ 倉戸 照夫
 新聞を読みかえしする夜長かな
 葵区 安東学区 しのめクラブ 朝倉 司朗
 今生の今が幸せ新酒酌む
 葵区 安東学区 千寿会 鈴木 健仁
 稚の掌を開けばぼとり木の実落つ

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 玉井山
長 榮 寺
 静岡市葵区籠上 24-1
 電話 054-271-3904


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

日蓮宗
 靈瑞山 **本光寺**
 静岡市清水区由比617
 電話 054-376-0088

曹洞宗 久住山
洞 慶 院

 静岡市葵区羽鳥7-21-9 電話054-278-9724

**つけていますか？
 高齢運転者標識**

安全運転のため「高齢運転者標識」を自動車の目立つところに取り付けましょう。また運転席だけでなく、同乗者全員のシートベルトの着用が義務化されました。注意しましょう。



日蓮宗 本山 青龍山
本 覚 寺
 静岡市駿河区池田1379番地
 電話 054-262-3478

川柳

葵区 美和学区 健寿会 赤石 泰江
 竹の子の頭見つけた腕がなる
 葵区 美和学区 健寿会 町塚けい子
 幼な友名前浮かばず渾名呼ぶ
 葵区 美和学区 健寿会 山下 利子
 軽やかにステップ踏んで若がえる
 葵区 美和学区 健寿会 山本 茂
 巣立鳥俺も巣立つて八十八
 葵区 美和学区 健寿会 松永安太郎
 冬景色眺めゆつたり露天風呂
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 鈴木 行雄
 はかなさの光に集う家族かな
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 鈴木富美子
 一球に想いをこめて和になろう
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 田辺 久之
 粒ぞろいみんな生き生きうれいな
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 三重野隆志
 明るくて生き生き生きる良きクラブ
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 石上 満子
 傘寿過ぎ浴衣姿におんな観る
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 七種カズ子
 幸せは老いとゆつくりやつてくる
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 横田 通子
 歌えたよ花が咲いたよ我が心
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 岩田 幸子
 手をたたき市ノ瀬音頭でパラダイス
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 井芹 稔裕
 忘れものわすれたこともわからない
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 天野 充男
 ほたるの光遠い昔が透けて観え

短歌

清水区 三保地区 塚間八千代クラブ 内藤 君江
 さよならと姉とのわかれありがとう
 思い出多く涙する日々
 清水区 袖師地区 西久保年の輪会 福井 稔
 想^{おも}わじに永き旅路の四季見るは
 御^{みお}祖と父母の慈愛なりけり
 清水区 有度地区 シニアクラブ楠新田 石川 良子
 ブロックの塀の向うにヤブランが
 風にゆれてるムラサキの波
 清水区 庵原地区 小里小屋敷老人クラブ 小川 健二
 クロツケ練習休憩お芋出て
 シニヤ仲間等一斉に沸く
 清水区 江尻地区 川岸町老人会 松永 勝子
 夫病みし寢息静かにさまようや
 九十年の歴史の中を
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 川井 昇
 蛍火にモールス信号亡き友か
 花火の後の老いて寂しき
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 片岡知恵子
 蛍火の揺らぐ光のその向こう
 幼き頃の我をみゆ
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 中野 洋子
 健康は幸せ適度な運動で
 日々をはつらつ元気な姿
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 佐藤加代子
 浴衣着て皆で集う納涼祭
 猛暑忘れる年も忘れて
 葵区 美和学区 足久保生き生きクラブ 土田 彰顕
 たるみたる老いに緊張のはしるなり
 グランドゴルフで一打振るとき

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

インフルエンザの季節です

- ◎手洗い・うがいを心がけましょう
- ◎湿度を高く保ちましょう

日蓮宗 玄祐寺 葵区川合2-12-16
054-261-7904

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



富春院

今川義元公墳墓之旧蹟
中村正直博士所縁の寺

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

「墓石・石材のご用命は」

加藤石彫

静岡市葵区与左衛門新田1-1
TEL 054-659-5885
http://kato-sekicho.com

市老連会員が

自慢の「しぞくかおでん」を披露!!

林修の今でしょ! 講座に出演!!

昨年 11 月にテレビ朝日系列で放送された「林修の今でしょ! 講座」ご覧になった方はいらっしゃいますか? 私たちシニアクラブの仲間が出演したんです。テレビ朝日より「元気なシニアをご紹介ください」とのご依頼があり、2 組の会員さん達を紹介させて頂きました。

ご自宅で自慢の「しぞくかおでん」を作ったのをお食



葵区駒形学区駒形あおい会



駿河区西豊田学区中央会

クロスワードパズル

前回の答え
クロスワードパズル当選者(敬称略)
青木 薫代 保田ひで子
小林 敏夫 栗田 稔江
原田 陽三 望月 進
新村 敬子 太田 隼子
大石 弘子 辰野 一子

ギオンマツリ

編集後記

新年おめでとうございます。
昨年、皆様から多くのご投稿を頂き大変ありがたく、感謝申し上げます。おかげさまで年 2 回の市老連だより発行を無事行うことができました。

さて、平成最後の年は日本列島大災害を被ることとなりました。7 月には岡山・広島県を中心とした西日本の豪雨。9 月には北海道の大地震と停電。県内では台風 24 号による大停電及び各地の塩害など、市民生活に多大な影響を受けました。今年の干支は「己亥」、新天皇が即位されます。どんな年になるか気になります。災害のない年を祈念します。

最後に、今年も皆様のご協力を得て、充実した紙面にしたいと思っております。皆さまのご投稿をお待ちしております。(鈴木泰造)

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。

- ◎鈴木 泰造(清水区 有度)
◎大石眞由美(駿河区 久能)
熊崎 岩男(葵区 井宮)
石川 和恵(葵区 中町)
野田 睦彦(駿河区 中田)
吉野ちよみ(清水区 浜田)
◎は委員長 ◎は副委員長

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

やまざき司法書士事務所
ごんたときは当事務所にご相談ください
TEL 054-376-5101

初めてさんのパソコン教室!
無料体験レッスン受付中!!
お気軽にお電話ください
静岡石田校
TEL:054-687-8959

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
TEL:054-296-1111

小規模多機能ホーム
おきつづのついで
おきつづの家
特別養護老人ホーム
蜂ヶ谷園
TEL 054-367-0300

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
TEL (054)282-5003

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
TEL 361-1234