

第23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 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



市老連だより

安倍川の歴史を 今に伝える...



弥勒(葵区)側からの安倍川橋
 トラス上部には橋名額が取り付けられています



安倍川架橋の碑

安倍川橋 ~ 橋長日本一のボーストリングトラス橋 ~

現在の橋は、明治以降3代目で大正11年(1922年)3月より架け替えられ、大正12年(1923年)7月に竣工。安倍川橋と名付けられた。鋼鉄製のトラス(複数の三角形による骨組み)構造で橋長は約490m。静岡県下四大河川に架かる最初の永久橋で、上弦材が放物線(折れ線)を描くボーストリング(弓と弦)で橋長と橋桁の数が日本一のボーストリングトラス橋である。

各部材は形鋼や板材がリベットにて組まれている。鋼材は英国製で、工事は横河ブリッジの前身である横河製作所が施工したという銘板がある。安倍川橋は平成17年(2005年)に土木学会選奨の土木遺産に選ばれた。(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

補聴器で若々しく! **サガワ**は安心♡の認定補聴器専門店です

静 音羽町駅まん前
 鉄 0120-52-8980

デジタル補聴器の
サガワ

J 草薙駅まん前
 グラソード草薙ビル1F
 R 0120-53-8980

平成28年度 受章者

会長5年以上功労者

学地区	クラブ名	氏名
安 東	さわやかクラブ	倉戸 照夫
美 和	芦寿会	海野 兼男
富士見	有東第一楽寿会	大石 大
東源台	国寿会	今泉 鉄藏
西豊田	若葉会	寺田 義巳
江 尻	高橋南町長寿会	佐々木七郎
江 尻	シニアクラブ宮代町	米津佐江子
江 尻	本郷町第二和合会	黒柳 芳雄
入 江	追分一丁目寿会	渡邊 芳子
入 江	追分四丁目寿会	岩科栄太郎
岡	桜が丘チェリークラブ	植野 克彦
清 水	幸町喜楽会	森下 貞夫
清 水	北矢部町老人クラブ	三橋諒太郎
駒 越	殿沢クラブ	武田 治男
飯 田	高橋東楽寿会	岡本 藤夫
飯 田	高橋西高砂会	荒木 熊一
飯 田	下野東老人クラブ	新谷 政男
飯 田	下野五丁目シニアクラブ	岩崎 重雄
有 度	シニアクラブ長崎南町	山本 一雄
庵 原	吉原仙寿会	望月 由江
興 津	清見寺清見瀧クラブ	山崎 善作
蒲 原	中第三高砂会	品田 保雄
蒲 原	柵楽寿会	望月 義朗
蒲 原	新栄町楽寿会	運池 貞男
由 比	由比町屋原シニアクラブ	小関 登



全老連加盟の初年度 心新たにスタート

平成28年度一般社団法人静岡市老人クラブ連合会の表彰式と定時総会が、5月18日(水)「はーとぴあ清水」6階多目的ホールにて盛大に開催されました。今年、4月1日に長年の課題であった「全国老人クラブ連合会に直接加入」に踏み切つてはじめての記念すべき定時総会になります。

表彰式は、静岡市保健長寿局長 松永秀昭局長、静岡市議会厚生委員会白鳥実委員長、静岡市社会福祉協議会山本伸晴会長、高齢者福祉課羽根田信人参与兼課長のご来賓4人をお迎えし厳粛かつ盛大に行われ、受章者代表が朝倉会長から表彰状と記念品を受け取り、他の受章者は氏名

紹介の呼名を受け、緊張しながらも一人ひとり立ち上がつて丁寧に答礼をされました。ご来賓の皆様からは、受章者の皆さまの長年にわたる業績とご労苦に対して感謝とねぎらいの言葉がありました。

また、「高齢化が進む現状の中で、高齢者が健康を維持し明るく張り合いのある生活を進め、活力をもつて地域社会に貢献できる体制づくりは、会員の増強こそが不可欠であり、会員の皆さまがその先頭に立って、これからもいっそう頑張つていただきたい。」とのお話がありました。

定時総会は、全老連加盟の新しいスタートを意識した、平成28年度の事業計画案と収入支出予算案等の提案があり、会場に参集された会員の皆さまからの前向きな発言と真剣な討議がされる中で原案通り可決することができました。

お集まりいただいた各単老の会長の皆さま、本当にお疲れさまでした。

(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

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

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
 TOKUSHUKAI
 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
 ●特別介護老人ホーム 小坂の郷 ●グループホーム 富士見園

天然自家温泉で健康増進!
 あおい温泉
草薙の湯
 静岡市清水区草薙1865-2 (054)349-2626
 大露天風呂・サウナ・岩盤浴
 お食事処・手もみ処・カットサロン完備

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
 特別介護老人ホーム 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 指定在宅介護支援事業所
 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

手作りのおにぎり・お惣菜
松のや
 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>

役員10年以上功労者

学地区	クラブ名	氏名
駒形	駒形あおい会	石川 惟乃
大谷	西大谷千寿クラブ	遠藤 正江
大谷	西大谷千寿クラブ	永島 つな
大谷	東大谷千寿クラブ	鈴木 定子
西豊田	若葉会	寺田 三夫
西豊田	若葉会	寺田美代子
南部	恵美会	飯田 致
南部	恵美会	杉村 志予
入江	木蓮の会	亀田 良子
浜田	上清水なずな会	鈴木 久子
船越	白越老人会	天野とし子
船越	老人クラブ福寿会	鈴木まち子
不二見	向田町シニアクラブ	遠藤 喜策
駒越	北町親和会	北村すゑ子
駒越	迎山クラブ	杉山 咲江
高部	天王町桜木会	内田 順
有度	シニアクラブ長崎	伊藤 明
興津	清見寺清見湯クラブ	青木 藤江

【優良クラブ】 美和学区 美寿々会
 【協力者】 玉川学区 狩野きみよ



全老連加盟、求められる自主、独立

シニアクラブ静岡市 会長 朝倉隆弥

シニアクラブ静岡市は、本年度から静岡県老人クラブ連合会を退会し、全国老人クラブ連合会（全老連）に直接加盟しました。全老連は、都道府県と政令指定都市の63の老人クラブ連合会が会員となつていて、全国組織です。平成17年に静岡市が政令指定都市になった際、全老連への直接加盟を計画いたしました。が、諸般の事情により実現には至りませんでした。

ここ3年程、役員会の中で加盟の是非の協議を継続してまいりましたが、昨年加盟すること、理事全員の意見がまとまりました。

昨年10月、全老連の全国大会が静岡市で開催されましたが、全国大会終了後、全老連へ直接加盟という他の政令指定都市の例もあり

ましたので、シニアクラブ静岡市もこの例にならぬ、本年度から全老連への直接加盟となったものです。

全国組織に直接加盟したことにより、これからは、会員の皆さまのお手もとへ有益な最新の情報やいち早くお届けできることになり。半面、都道府県と政令指定都市の連合会と同等の運営をしていく必要がありますので、これまで以上に、自主性や独立心が求められると自覚しております。会員各位の一層のご支援、ご協力をお願いいたします。なお、これまで参加してまいりました、静岡県老人クラブ連合会主催のグラウンド・ゴルフ大会などは、非会員となりましたことから、原則的に参加できなくなりますが、最寄りの組織でもありますので、事業の内容によりましては、今後もお互いに協力し合う所存でありますので、よろしくお願い申し上げます。

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

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 9:00~13:30
 ●●●/●●●
 ※休診日 木曜日・日曜日・祝祭日

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

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

やよい歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	○	○	○	☆	○	○	△
15:00~20:00	○	○	○	○	○	○	△

★10:00~13:00 △9:00~18:00
 休診日 日曜・祝日
 静岡市駿河区中村町12-3
 ☎054-281-0048

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

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

政令市として16番目 全老連へ直接加盟

一般社団法人静岡市老人クラブ連合会は、この4月に政令市として16番目に全国老人クラブ連合会へ直接加盟することとなりました。そこで今日までの経緯を振り返ってみたいと思います。

以前の静岡市と清水市の老連が統合され、静岡市老人クラブ連合会が誕生したのは平成17年4月です。奇しくも静岡市が14番目の政令指定都市として生まれ変わったのと同じ時期でもあります。そして、翌年は静岡県内各地で「ねんりんピック」が行われました。ねんりんピックは60歳以上の高齢者を中心とする各種スポーツ競技や文化イベントなど、あらゆる世代の人たちが交流し、楽しめる祭典であります。

機関紙の「市老連だより」は現在23号ですが平成17年8月の第1号は「(仮称)市老連だより」として発刊しました。そして18年1月発行の第2号で機関紙名が「市老連だより」に決定したと報じました。理由として、①区の機関紙が発刊された場合、区老連の機関紙と紛らわしくない名称である。②親しみやすい等でした。「市老連」の記事が完成しまし

た」と報じたのが18年7月の第3号でした。記事が表現している意味合いとして、富士山にうねり雲がかかって「S」の字を象^{かたど}っており、静岡とシニアの「S」を表すものです。法人化は平成23年4月「一般社団法人静岡市老人クラブ連合会」として設立総会を開催し、法人移行に伴い、全体を一本化し、各区老連は市老連の支部となり、各支部の総会は実施しないこととなりました。そして単位老人クラブの会長は市老連の総会の構成員となりました。



あること。③県老連を円満に退会すること。の三本柱であります。静岡市は平成17年に政令指定都市となり、23年に静岡市老連は法人取得によって、あとは県老連を円満に退会すれば、念願の全老連直接加盟となり、個々には動きもあつたが大きなうねりとはならず、今年度からの直接加盟が実現しました。今後は全老連の30年度までの5年間100万人会員増(単老年間2名純増)など協力体制が必要となります。(水上博)

老人クラブの組織

※全国の会員数は平成26年度 静岡市は28年度

公益財団法人全国老人クラブ連合会 6,269,200名
平成30年度に100万人 会員増の750万人が目標

一般社団法人静岡市老人クラブ連合会 17,880名 単位老人クラブ数415
都道府県老人クラブ連合会(47) 政令都市老人クラブ連合会(15)

葵区支部 4,184名 学地区21 単老100
駿河区支部 3,149名 学区15 単老67
清水区支部 10,547名 地区21 単老248

全老連直接加盟の政令指定都市
札幌 仙台 千葉 横浜 川崎 新潟 静岡 名古屋 京都
大阪 堺 神戸 岡山 広島 北九州 福岡

県老連へ加盟の政令指定都市
さいたま 相模原 浜松 熊本

関東甲信越静岡ブロック(会長会議と研修会実施)
関東1都6県、山梨、長野、新潟、静岡の4県、千葉、横浜、川崎、新潟、静岡の5市、合わせて16団体

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

まりこしディスクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	/	○	○	○
14:00~17:00	○	○	/	○	○	/

※休診日/日曜・祝日・水曜・土曜午後
〒421-0111 静岡市駿河区丸子新田511 TEL 054-201-0303

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

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

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) 〇 〇 〇 〇 〇 〇
※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
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

支部活動紹介 《清水区》

第7回 清水区支部クロッケー大会

優勝は鍋田一夫さん、岡田宮子さん



開催 5月24日(火)
会場 清水総合運動場陸上競技場
参加者 20地区より選手195名、
役員委員54名

90歳以上記念メダル受賞者

清水喜多司	江尻	91歳
大村綾子	不二見	90歳
田辺節子	折戸	90歳
伊藤千秋	袖師	90歳
大石博	庵原	90歳

個人部 (男性)

順位	氏名	地区名
優勝	鍋田一夫	辻
準優勝	伊藤忠臓	入江
第3位	加藤勤二	飯田
第4位	熊沢栄二郎	入江
第5位	勝亦久	飯田
第6位	青木義也	駒越

大会結果

個人部 (女性)

順位	氏名	地区名
優勝	岡田宮子	両河内
準優勝	森田昌枝	庵原
第3位	鈴木勝代	袖師
第4位	樋口多鶴枝	有度
第5位	望月裕恵	興津
第6位	中嶋ひさる	飯田

新装成った陸上競技場のトラックは、レンガ色から青色に変わり芝生の緑とのコントラストが鮮やかな競技場になりました。

れ、男子1回戦(6名1組・3名勝ち上がり)トーナメントから開始された。決勝に至る、4回勝ち上がりの厳しい戦いを制したのは別表の方々です。(鈴木泰造)

競技は男女別に16ブロックに分か

57チームによる熱戦展開!!

由比Aチームが優勝!!



第2回 清水区支部輪投げ大会

6月28日(火)清水総合運動場体育館にて、清水区支部輪投げ大会が開催され、21地区57チームによる熱戦が展開されました。

日頃の練習成果を発揮し、懸命に投げる姿が見られ、高得点が出ると歓声と拍手が響き、会場はとても盛り上がっていました。(清水恵代)



大会結果

順位	地区名	チーム名	得点
優勝	由比	由比A	934
準優勝	高部	天王町桜木会	894
第3位	江尻	江尻A	885
第4位	由比	由比C	833
第5位	駒越	駒越A	830
第6位	由比	由比B	822

1チーム5名(男性3名、女性2名)
1ゲーム2セットとして、4ゲームを行う

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

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 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

溝口 整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 2:30~6:00	●	●	休診	●	●	休診

※休診日/水・土曜の午後、日曜、祝日
静岡市葵区安倍口新田129-21
TEL (054) 296-5622

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

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
9:00~12:30	●	●	●	●	●	休	休
14:30~17:30	●	●	●	●	●	休	休

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

向井 内科 循環器科 クリニック

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

堀田 内科 医院
内科・循環器内科・神経内科・リハビリテーション科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
午後 3:00~6:00	○	○	/	○	○	/

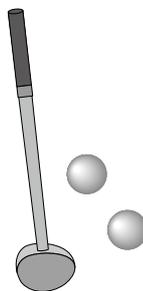
休診日:日曜・祝日・水曜午後・土曜午後
静岡市駿河区宮竹1-4-7 TEL.054-237-6767
URL http://hottanaika.jp

支部活動紹介《葵 区》



昨年は雨天で延期となり、更に真夏の炎天下で大変でしたので、今年は「輪投げ大会」と「グラウンドゴルフ大会」の開催時期を入れ替えて開催されました。大会当日は天候にも恵まれ、300名の選手が参加し、賑やかに熱戦が展開されました。
 なお、これまでグラウンド・ゴルフ協会の協力で

運営して来ましたが、今回は会員がすべてを運営するという画期的な大会となりました。多くの役員の皆さま大変お疲れさまでした。そして、地元の松寿会の方々には道案内、グラウンドの整備などご尽力いただき、大変ありがとうございました。(水上 博)



大会結果

男性の部

順位	氏名	チーム名(学地区)
優勝	小野田祐典	旭寿会(千代田)
準優勝	白鳥 清治	たのしみ会(玉川)
第3位	藪田 勝	服織連合会(服織)

女性の部

順位	氏名	チーム名(学地区)
優勝	見城 和江	平和緑寿会(井宮)
準優勝	竹下 数枝	若葉会(麻機)
第3位	朝比奈秀子	松寿会(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

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

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

泉町 杉山医院
 内科・小児科・消化器内科
 駿河区泉町4-5 往診応需
 ☎ 054-285-2510
 診療時間

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

 水曜日、日曜、祝日 休診 △午後 1:00~3:00

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》

第4回 駿河区支部グラウンド・ゴルフ大会



自分たちの手で運営した、グラウンド・ゴルフ大会

開催 5月26日(木)
会場 中野新田スポーツ広場
参加者 選手272名、役員委員32名

1週間前から、猫の目のように変わる天気予報を気にしながら当日を迎えました。数日前に実施した葵区のグラウンド・ゴルフ大会は、5月とは思えないほどの暑さの中での競技でした。

ところが、その後の天候は打って変わって雨の日が続く、26日も雨天で延期になるかもしれないと、会員からも心配の連絡が次々と入っていました。しかし当日は、蒸し暑さや厳しい日差しもない曇り空でのスタートとなりました。

和気あいあいの中にも、真剣で白熱したプレーが続出し、至るところで歓声が上がりました。午後

のプレーも終わり、今回の大きな山場である成績のまとめになりました。

昨年までは市のグラウンド・ゴルフ協会にお願いしていたことを、今回は自分たちだけで進めていくのです。やはり予想以上に難しいもので、選手たちが今か今かと待ちわびる中で、ようやく成績発表、そして表彰までこぎ着けることが出来ました。

参加された多くの会員のご協力あつてのグラウンド・ゴルフ大会でした。皆さま本当にありがとうございました。そして、お疲れさまでした。

(大石 眞由美)

大会結果

男性の部

順位	氏名	学区	スコア
優勝	芹澤幸司郎	大谷学区	54打
準優勝	八木 清	大谷学区	57打
第3位	原田 孝義	中島学区	58打

女性の部

順位	氏名	学区	スコア
優勝	八木 愛子	大谷学区	56打
準優勝	滝浪 澄子	森下学区	58打
第3位	畑田 愛子	中島学区	59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

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

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

萩原医院

診療時間
月・火・水・金 9:00~12:00 15:00~18:00
土曜日 9:00~13:00
休診日 日曜・祝祭日・木曜
静岡市駿河区西脇 29-1
TEL(054)287-5332 FAX(054)287-7834

ひびのクリニック
診療科目 内科/外科/消化器内科/肛門外科
胃・大腸カメラ 痔の治療

診療時間	月	火	水	木	金	土
09:00~12:00 (土曜日は19:00まで)	○	○	○	-	○	○
15:00~18:00	○	○	○	-	○	-

静岡市葵区大岩本町25-15
Tel.054-246-0099

連載シリーズ - 第19回 -



中村美弥子さん (91歳)

清水区 浜田学区 万寿クラブ



全国老人クラブ大会にコーラスで参加



フラダンスグループ結成時の写真

若い頃、ご主人を亡くされ、今日に至って
おりますが、元気に生き生きと毎日をごさ
れ、近々92歳を迎えられる中村美弥子さん
を紹介させていただきます。

14年前、老人クラブの芸能発表会で、各
地で発表しなければならぬ時があり、中村
さんは、持ち
前の面倒見の

また家に居る時は、手先の器用さで、壁飾
りの人形や、ポケットティッシュケース、袋
物等沢山作り、知人や慰問に行ったりする時
のプレゼントにし、大変喜ばれて
おります。

日頃の生活では、ご近所の独り
身の方々をお誘いし、おいしいコ
ーヒーを挽き、手作り菓子でお喋
り会を楽しんでいるそうです。ちな
みにご馳走になった黒糖くず餅の
きな粉がけは大変美味でした。多
趣味、多芸が健康長寿の秘訣でし
ょうか。
いつまでもお元気に続けてくれ
る事を願っています。(清水恵代)

良い性格を発揮し、
初めて経験するフラ
ダンスのグループを
結成し、衣装も自分
達で作らあげ、無事
発表を成し遂げました。それ以来続けている
フラダンスです。今では、好きで習っていた
シャンソンで、フラダンスの歌唱を務めてい
ます。ソプラノの素晴らしい声を、紙面では
紹介できないのが残念です。
平成27年の全国老人クラブ大会では、愛唱
歌クラブのコーラスで参加され、大会のオー
プニングを盛り上げました。



手芸作品

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



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

電動車両(車いす)の販売&介護レンタル

スズキセニアカー 本格4輪セニアカー ET4D

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

☎(株)スズキ自販静岡 ☎054-261-6103

Ladies Clinic Furukawa レディースクリニック古川

院長 古川 雄一

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

〒420-0882 静岡市葵区安東3-10-5
TEL 054-249-3733

ホームページ <http://www.lc-furukawa.jp/>

星野医院

内科・循環器科

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

☎(054)249-0536

駐車場 完備

高田眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	/	○	/	○	/	○
午後 2:00~ 5:30	○	/	○	/	○	/

休診日 月曜・水曜・金曜の午前
火曜・木曜・土曜の午後
日曜・祝祭日

静岡市葵区北安東1-32-28
TEL 054-245-2581

高田 英元

クラブ活動紹介《清水区》



歩み会の多彩な活動

有度地区 新草薙町シニアクラブ(歩み会) 平野 英夫

当会は、新草薙町自治会に所属し、地域は清水区草薙2丁目の東北東側と隣接する七ツ新屋1丁目の一部の住民で構成されています。28年度の会員数は、亡くなられた方と退会された方が4名、新規入会者が8名で、54名となりました。当クラブの規約にある「会員相互の親睦と老人福祉の向上」を目的に、次のような事業を実施しています。

① グラウンド・ゴルフ

毎週水曜日の午前中に、静岡市清水区上原にある上原公園(通称水道山)で、20名前後が参加してグラウンド・ゴルフを実施しています。なお、月2回は、桶親睦を目的として一緒に競技しています。

② 月曜会

年齢を重ねるごとに「最近、記憶力が落ちてきた」、「身近な人や有名人の名前が思い出せない」、「物探しの回数が増えた」など、私自身そうですが、悩んでいる方が多いと思われる。このことから、少しでも脳を鍛えようと毎月1回、簡単な漢字や計算のテスト、格言やことわざの勉強などを1時間ほど行い、その後はお菓子をお楽しみいただき、おしゃべりをしています。

③ 歌いましょう

毎月1回、童謡や懐メロをみんなで大きな声で歌いましょうと頑張っています。なお、歌の後は、体を動かしましょうと、輪投げをしています。

④ ペタンクの練習

今年の7月には、当町に公園が完成しますので、公園で月1回ペタンクの練習をする予定です。

⑤ バス旅行の実施

毎年、春と秋に県内や県外にバス旅行を実施しており、平成28年春の旅行は、33名が参加して箱根つつじ公園と日本一長い三島吊橋に行ってきました。

⑥ その他

毎年、新年会とグラウンド・ゴルフの会場で花見会を実施し、会員相互の親睦に努めています。

今後は、新しい公園での、草取りなどの奉仕活動とともに、元気が一番でありますので、この目標に向かって努力していきたいと思っております。

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

「しちぶんめの家」

工野 務沢 店

ちようとよくて、のびしろあり。

静岡市葵区北安東5-41-2
TEL:054-247-9006

元気な皆様を応援します

協和整美株式会社

Kyoza

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

各種式典催事のプロデュース(会場設営から撤収まで)

各種用品のレンタル 展示会・文化祭等の準備全般

株式会社 朝日通商

静岡市葵区池ヶ谷東10-8
TEL <054>247-1915

国光オブラート(株)

静岡市葵区柳町 58

TEL.054-207-7330

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

大水工業株式会社

静岡市上下水道局指定工事店

衛生設備工事・空調設備工事
消防設備工事・サニタリー配管工事
井戸工事・鷹工事・土木工事

静岡市葵区川合3-23-22
TEL<054>261-6666(代)

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~(税別)

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 TEL 054-287-1126

クラブ活動紹介 《駿河区》

花壇もデザイン

西豊田学区 むつみ会 石垣 勇



きれいな花壇でみんなを喜ばせたい

昨夜の雨も上がり、庭先に置いた花壇のパレットの上には小雨のしずくが残っている。今日は市緑地政策課の行事である夏花壇用苗の配布が日本平動物園で行われ、仲間の会員とボランテニアに行ってきた。

各団体が車で苗を取りに来る。パレットに移された苗を車に積み込む作業を仲間と手伝い、仲間の額からは汗が流れている。汗を拭き拭き腰の重みを感じながらの仕事は体に響いたが、

これも仕方ないと自問自答する。会員の仲間に少しでも花壇づくりを楽しんでもらおうと、いろいろな講習会にメモ帳とかカメラを片手に参加する。昨年末に行われた緑化講習会では、設楽和夫先生の『花の特徴を生かした花壇作り』の話聞いた。花壇とは生き物で色の濃淡と色の組み合わせで人を喜ばせることが出来る。四角の花壇だけでなく丸くしたり、二重三重、高低差をつけ中央は高く周りを低くする等花壇をデザインすることで花のおもしろさを感じる事が出来る。と数多くのことを教えられました。

そこで今日配布された苗（マリーゴールド、ベコニア、コリウス等）を土を耕し肥料を与え、設楽先生の『花壇をデザインする』

でもらえるのが一番の喜び。また毎日公園に来る子どもたちも赤や黄色と咲き誇る花をみて喜んでくれるだろう。毎朝の交代での水やり、除草など会の役目も大変だが花も生き物色々な工夫により花の育て方の面白さを知ることが出来る。明日も花壇に行ってみよう！孫の顔を見るように！



この話を思い起こし、2時間程かけて完了した。狭い花壇だが、それぞれの花が色を添えあい咲き誇り町内の方々にも喜んで

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
午後 2:00~6:00
静岡市葵区上足洗3-2-8
054-247-3858
http://www.sakamotoclinic.jp

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

えぐち内科クリニック
診療時間
午前 8:30~12:30
午後 3:00~6:00
静岡市清水区日立町4番4号
054-337-1117

毎日の健康習慣
駿府 meiji 駿府宅配センター
静岡市駿河区津島町12-8
0120-369-554

青島
株式会社
ホイスト・クレーン工事・点検・修理
静岡市駿河区馬淵3-18-30
TEL 054-286-1215

しみず巴クリニック
内科・小児科・腎臓内科
内科診療時間
9:00~12:30
15:00~17:30
静岡市清水区千歳町2番30号
054-355-1117

クラブ活動紹介《葵区》



軽体操でリフレッシュ!! みんな一緒に楽しい

会員の幸せづくりを目指して

伝馬町学区 春三きずなクラブ 会長 小山 光男

私たち伝馬町学区には鷹一會、鷹寿會、そして春三きずなクラブの3クラブがあります。鷹一會、鷹寿會は長きにわたり歴史を築きあげてきた伝統的なクラブですが、春三きずなクラブは平成23年9月に設立したクラブで、今年設立4周年を迎える若いクラブです。

今回は春三きずなクラブの設立の経緯とクラブの理念を紹介いたします。

最初に、設立に際しての約束は、①政治的、宗教的に偏らないこと、②老人とという言葉を使わないこと、の2点です。

次にクラブ設立にあたって、私たちが考えたこととは、①長続きするクラブ、②メンバーの幸せづくりができるクラブ、③東海地震対策を講じるクラブ、の3点を掲げました。そして、

長続きするクラブにするにはどうしたらよいかを考えました。消滅したクラブの多くは会長の引き受け手がいないので、という理由が多いと聞いておりましたので、会長職の役割軽減を考えました。そこで、会長の役割

割は渉外と役員会、定例会の統括を担当するとし、定例会の全体司会は副会長、定例会の案内文書や会の次第づくりは総務が担当することにして、会長に負担を掛けすぎないようにしました。また、市老連や役所への提出書類等も会長の要請で支援する体制も取っています。

活動内容は月例会の開催を中心に据え、サークル活動も実施しています。年度末にはクラブの活動実績を添えて、自治会の回覧板を通して会員募集をしています。会員はスタート時よりも増えて、現在会員数は41名です。

月例会の内容は、①その月の中心内容を約1時間15分、②誕生月の会員をお祝いすること、③軽体操、④愛唱歌を歌う、等々です。月例会の出席率は約70%強です。

皆さま方のクラブの状況を教えて頂ければ幸いです。

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	●	/

△は予約及び手術
〒424-0873 静岡市清水区有東坂5-14
TEL.054-347-6103

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

医療法人社団 **柴田 医院**

☎054-363-0345

ケア・サポート **つつなぎ**

静岡市清水区西久保318
☎054-361-7211

★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

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

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
お問い合わせください

☎054-343-2121

私たちこんなことをしています！

余生はちぎり絵を楽しみに

久能学区地区 安居睦寿会 松下 きみ

根古屋から安居へ嫁ぎ90歳を迎えました。今では体の衰えを感じ、いつの間にかこんなに歳を重ねてしまったのか？と月日の流れの早さを感じながらも農業の手伝いをして、家族の一員として楽しく生活をしています。

思い起こせば、畑仕事は葱、葉生姜、苺などの栽培から収穫で目がまわる忙しさで、朝は5時から夜は9時、10時頃までと、よく体が動いたものでした。しかし高度成長時にはびっくりするほど高収入があり、仕事にも励みが出たものでした。

こんな生活をしてきた私ですが、今では多忙な農作業の合間に月・金曜日は農休日と自分で決め、手先の器用さを生かして、ちぎり絵に没頭しています。そこで出来上がった作品は数え切れないほどになっています。市老連の合同作品展への出品はもちろん、高望みですが日展にも？と目標は高く夢いっぱい、今日も作品づくりに励んでいます。



年々月日の流れの速さを感じる昨今ですが、月日は待ってくれませんが、これからも一日一日を大切に、時の刻みを重く受け止め楽しく生活をしていきたいと思えます。頑張ります！

頭の体操とお遊び俳句

清水有度地区 呉竹会 山口 勝巳



私たちは月1回の定例会に「頭の体操」と「お遊び俳句」を取り入れています。目的は健康維持と脳の活性化。頭の体操は新聞や雑誌などから抜粋したものが主ですが、会員からの提案も増えてきて、みんなの興味も高まっています。

出来ても出来なくても、早くても遅くてもみんなで笑いながらテキストに取り組むことで脳に刺激を与えてくれます。真剣にペンを取っている人、隣の人と相談しながら解いている人、ため息をついている人と様々。ひと時静まり返り再びざわめき出す、そんな光景にとっても充実感を覚えます。

俳句は素人ばかりで試行錯誤、タイトルもそれに合わせて「お遊び俳句」。自分の見たもの感じたことを自由に「五七五」で表現するという気楽な姿勢で始めました。意外性のある表現に驚き、それは新鮮で今までになかった感動があります。

広報紙に掲載されるとうれしいものです。「あなたの俳句載ったね、とてもよかったですよ」などと祝福している様を見ると、とてもうれしくなります。細く長く続けていきたいと思えます。それが健康維持と脳の活性化につながれば幸いです。

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

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

〒420-0805 静岡市葵区城北40-5(竜南小学校北)
TEL.054-248-6665 駐車場完備

「無料相談」お気軽にどうぞ

相続・遺言
私たちが丁寧に説明いたします。

相続手続支援センター®静岡
0120-39-7840
携帯・PHS OK 静岡市駿河区中田 4-2-6 あつとわん飛翔 2F

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」

勝又内科医院
内科・神経内科・循環器科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	※
午後2:00~6:00	○	○	○	○	○	/

休診日:日曜・祝日・土曜午後 ※土曜午前9:00~12:30迄
TEL054-246-5045 静岡市葵区大岩1-5-40

随時 施設見学入居相談受付中
自宅にいるように、
こころ安らぐ時を
地域の皆様にご提供したい。

地域密着型介護付有料老人ホーム

ヨイ西久保
TEL.054-365-1010
FAX.054-365-1011
清水区西久保1-2-13

自立高齢者向 **クラブはるのおうち**

安心 1日2回見守・24時間対応
月額59,000~(8畳~)
地下シェルター有・冷暖房完備
緊急災害時対応・改築自由

安全 完全個室・バストイレ
キッチン付き・オートロック
防火耐震性抜群・TVフォン
プライバシー保護・避難地下有

健康 和太鼓ジム(療育太鼓
認定・脳活性化効果抜群)
屋上菜園芸・茶話会・日光浴
絵手紙・生活相談・食事相談可

便利 買物代行・家事代行他
訪問介護有(有料)
スーパー隣接・厚生病院・銀行
郵便局・タクシー・商店街近く

054(252)5650 静岡市葵区末広町126(厚生病院近く)

市老連からのお知らせ

シニアクラブ静岡市のホームページを開設しました

かねてより準備をすすめておりましたシニアクラブ静岡市ホームページを開設しました。

このホームページでは、各種事業報告、広報紙データのダウンロード、クラブ情報の発信などをしていく予定です。随時、あたらしい内容を追加していきますのでお楽しみに！



ホームページアドレス
http://www.sc-shizuokasi.jp/

ボランティアでポイントゲット!!
元気いきいき!
シニアサポーター募集中



65歳以上の高齢者を対象とした一定のボランティア活動を行うと、ポイントがたまり、静岡市の地場産品と交換できるものです。事前の登録が必要です。詳細はお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

社会福祉協議会 ☎054-254-6330
市役所介護保険課 ☎054-221-1202

熊本地震災害救援拠金のお願い



熊本地震災害は、甚大な被害をもたらした被災された多くの高齢者の方々は現在も避難生活を強いられるなど、不自由な生活を送っています。このことから、全国老人クラブ連合会では、仲間である熊本県老人クラブ連合会への救援拠金を呼び掛けています。東海大地震が叫ばれている地域のシニアクラブ静岡市としても、援助の手を差し伸べたいと願い、会員の皆様に救援拠金をお願いしています。

10月中旬まで受付けていますので、お手数ですが、各区支部事務局までお届けくださるようお願いいたします。

Advertisement for heatstroke prevention. Includes text: 'これからの季節 熱中症にご注意', 'のどが渴いていなくても こまめに水分補給しましょう', '熱中症予防のポイント', '部屋の温度をこまめに計りましょう'. Includes a sun icon and a hand pointing to a water bottle.

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

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
静岡市駿河区石田1-3-21 TEL 054-287-7363

クリスタル歯科
診療時間表:
9:30~12:00: 月○火○水○木/金○土○日/
14:00~18:00: 月○火○水○木/金○土○日/
休診日: 日曜・祭日・木曜
静岡市葵区新伝馬3-3-7 TEL.054-253-6666

音羽歯科クリニック
受付時間表:
午前9:00~11:30: 月●火●水●木/金●土●
午後2:00~6:00: 月●火▲水●木/金●土▲
静岡市葵区音羽町20-12 ☎054-251-3011

八木歯科医院
歯学博士 八木康夫
診療時間表:
午前9:00~12:00: 月○火/水○木○金○土○
午後2:00~6:00: 月○火/水○木△金○土△
休診日: 日・火・祝日 △木・土午後2:00~5:00迄
静岡市葵区駒形通2-7-13 TEL 054-252-3895

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

溝口歯科医院
診療時間表:
9:00~12:00: 月●火●水●木●金●土●日×
14:00~19:00: 月●火●水●木×金●土▲日×
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



谷津山散策コース

谷津山にはいろいろな散策コースがありますが、代表的な清水山公園から清水山山頂広場へ至るコースを紹介いたします。

コース紹介に先立って清水寺について説明します。

谷津山の西麓に高野山無量光院末にして、千手観

世音菩薩を尊とした清水寺がある。当地では数少ない真言宗寺院である。この寺院は、永禄2年(1559)、今川氏八代氏輝の遺命を受け、家臣朝比奈丹波守元長に創建させたと伝えられている。清水寺の山号、寺号ともに京都の清水寺と同じで音羽山清水寺というのも大変興味深い。清水寺からの駿府の町の眺めや、谷津山を背景にした地形が京都・東山のそれと似ていることからだと説明されている。境内には、明和7年(1770)時雨窓六花庵社中によりたてられた松尾芭蕉(1644~1694)の「駿河路や花たちばなも茶のほに」の句碑がある。この句は芭蕉の没年の元禄7年(1694)に、大井川の川止めで島田滞在中に、塚本舟宅に逗留中に詠んだ句である。芭蕉の句碑が建立された当時の清水寺の住職・通賢は俳号を「左更」といい、「後十日切りてやりたる牡丹かな」を残している。

清水寺の本堂は、昭和6年(1931)10

月に竣工の鉄筋コンクリート造りの平屋で、切り妻型の日本瓦葺きで床面積は、約186平方メートルである。「日華親善堂」として中国風に建立されたが、現在、国の文化財保護審議会から登録有形文化財に指定されている。文化庁による「この建造物は貴重な国民的財産です」(第22-0040号)のプレートが埋め込まれている。

それでは散策の説明に移ります。新静岡駅から静岡鉄道の電車に乗り、約5分乗車し2つ目の駅の音羽町駅で下車する。北に向かって数分歩くと清水寺に到着する。清水寺参拝のあと、清水山公園広場で一休みした後、「谷津山ハイキングコース」の案内板のある所から整備された石段を登り始めるとすぐに、

京都の清水寺とは規模が違うが「舞台」がある。舞台から清水山公園の平地部分を眺めて、15分程で清水山公園広場に着く。最盛期は多くの人々がラジオ体操に集まったということだが、現在は20人位と居合わせた方が言っていた。そして、約20分で三角点のある地点近くの「古墳の森」



静岡県庁第三別館 21 階展望室から撮影した谷津山の全容

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

相続・贈与税及び譲渡所得の相談と申告はおまかせ下さい
高橋政弘税理士事務所
税理士 高橋政弘
静岡市駿河区豊田1丁目5-54
電話・FAX 054-287-7837

相続のご相談は
稲葉・高橋税理士法人
代表税理士
稲葉 孝
静岡市葵区昭府1-21-23
TEL 054-271-1300(代)

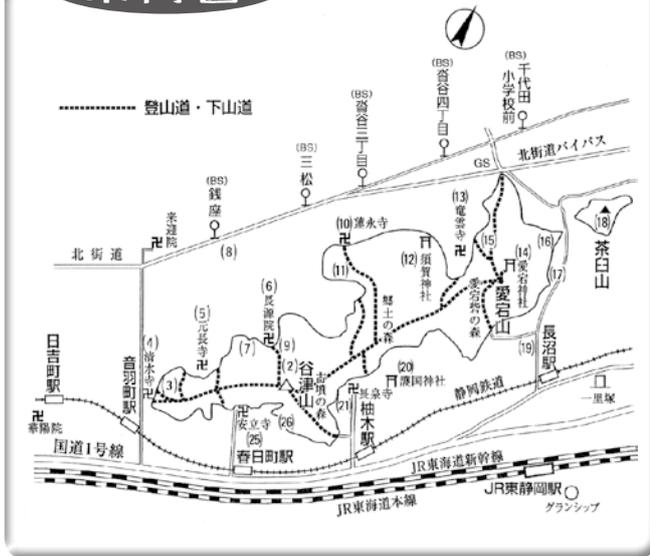
遺言書は公正証書で
《ご相談・お問い合わせ先》
静岡公証人役場
静岡市葵区追手町2-12 安藤ハザマビル3階
電話 054-254-1234

信頼のパートナー
岩波俊次税理士事務所
相続・贈与の御相談はおまかせ下さい
静岡市葵区大岩1-8-12
TEL.054-245-5960

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
TEL054-248-8881 FAX054-248-8882

海野義明税理士事務所
〒421-1214 静岡市葵区建徳1丁目9-19
TEL(054)278-1876
FAX(054)278-8005

案内図



へ到着。
 通称「谷津山古墳」は、四世紀後半につくられた「前方後円墳」で静岡地方最大といわれる。正式名称は「柚木山古墳」である。この古墳は、全長約110メートル、高さ10メートル以上で、後円墳の中央に被葬者を埋葬した竪穴式石室が薄く割ったへぎ石を重ねて作られていた畿内型古墳の一つである。古墳を後に進むと直ぐに分岐点がある、左手の北は長源院、右手の南側は柚木駅である。分岐点をまっすぐ進むとやや急な下り坂で数分下ると平らな山道となり、古墳から10分程でピクニック広場に到着する。

今回、資料として私の先輩田中省三さんが平成15年に刊行した『谷津山』（68ページ）を参考とさせていただきます。田中さんは駿府ウエイブで17年ほど、お付き合いさせていただき、いろいろな面で私のエネルギー源となったかけがえのない方です。（水上博）

この古墳は、全長約110メートル、高さ10メートル以上で、後円墳の中央に被葬者を埋葬した竪穴式石室が薄く割ったへぎ石を重ねて作られていた畿内型古墳の一つである。古墳を後に進むと直ぐに分岐点がある、左手の北は長源院、右手の南側は柚木駅である。分岐点をまっすぐ進むとやや急な下り坂で数分下ると平らな山道となり、古墳から10分程でピクニック広場に到着する。

の最適な場所である。整備されたピクニック広場を含めて清水山公園広場、郷土の森古墳の森、愛宕砦の森からは南北の静岡市街が素晴らしい景観を醸し出している。
 ピクニック広場から5分ほど進むと直線が「愛宕神社」、南側の分岐右手は護国神社へ下る道である。今回は護国神社へ下ることとする。下って10分程で護国神社へ到着した。明治32年（1899）11月に、静岡県共祭招魂社として葵区北番町に創設していた社を、昭和17年10月に、葵区柚木に移転している。この招魂社は内務省令により静岡県護国神社と改称された。
 護国神社には戊辰戦争から日清戦争と太平洋戦争までの戦没者7万6千余柱が祀られている。なお、境内には「遺品館」も併設されている。護国神社の社殿は、流れ造り銅版葺きの荘厳な造りである。護国神社の御手洗石は、福岡県博多産のもので豊九豊平もあり、全国最大のものである。昭和17年10月に、静岡市の手塚六郎治氏により奉納されたものであるが、陸軍大臣の命により列車で運ばれた。護国神社で参拝し帰路は柚木駅まで10分程である。

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

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

芙蓉アステック株式会社

PE・PU発泡体
 スチロフォーム 加工
 電気品組立

静岡市駿河区豊田3丁目7番44号
 TEL(054)282-2354(代)
 FAX(054)282-2316

株式会社 二チコミの
 nichicomi 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。

ご覧ください

<http://www.nichicomi.com>

わたしたち
 シニアクラブ静岡市を
 応援しています!!

土木建設業

株式会社 岩崎建設

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

懐かしさにあえる街

開館：10時～15時 休館日：月曜日
 静岡市清水区由比寺尾473-8
 電話 054-375-6824

由比宿
 東海道
 よかりの博物館

静岡市老連 主な行事予定

市老連

事業名	日時	備考
第11回輪投げ大会	9月8日(木)	中央体育館
第11回グラウンド・ゴルフ大会	10月6日(木) ※予備日13日(木)	日本平運動公園多目的広場
第3回ペタンク大会	12月2日(金) ※予備日12月9日(金)	清水庵原球場多目的広場
第11回芸能発表会	12月16日(金)	市民文化会館



葵区

事業名	日時	備考
ペタンク大会	9月12日(月)※予備日14日(水)	松富スポーツ広場
スポーツ大会	10月21日(金)	中央体育館
葵区・駿河区合同作品展	11月23日(水)~27日(日)	市民ギャラリー
芸能発表会&リフォームファッションショー	平成29年1月31日(火)	市民文化会館

駿河区

事業名	日時	備考
ペタンク大会	9月20日(火)※予備日23日(金)	中野新田スポーツ広場
スポーツ大会	10月25日(火)	中央体育館
駿河区・葵区合同作品展	11月23日(水)~27日(日)	市民ギャラリー
芸能発表会	平成29年1月26日(木)	市民文化会館



清水区

事業名	日時	備考
グラウンド・ゴルフ大会	9月27日(火)※予備日30日(金)	日本平運動公園多目的広場
スポーツ大会	11月18日(金)※予備日22日(火)	清水庵原球場多目的広場
清水福祉総合文化祭作品展	11月11日(金)~14日(月)	はーとびあ清水
芸能発表会	平成29年1月31日(火)	清水文化会館マリナート



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

- ◎入所・短期入所
- ◎通所リハビリテーション
- ◎居宅介護支援事業所

社会福祉法人 駿府葵会

- 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)
- ケアサービス 青葉
- 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)

情熱とスピードをもって対応します **施設見学随時受付中**

デイサービス 大岩の家 定員 10名

- 通所 365日無休 お正月も営業
- 延長 6:30~21:00 まで延長サービス可能
- 白まる 土日などに1泊1,000円でご利用可能

お問合せ TEL 054-248-6850 FAX 207-8546
葵区大岩町 5-7 事業所番号 2274203443
管理・運営 株式会社シン・プレイス

キラキラ笑顔

社会福祉法人 清水あすなる福祉会

特別養護老人ホーム あすなるの家

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>

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 七三二
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

クロスワードパズル

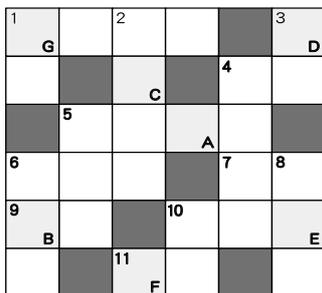


タテのカギ

- ① 腰掛けるための家具。こしかけ。
- ② 海を高く飛ながら泳ぐ魚。あごだしの原料。
- ③ 森の中などで水が上から勢いよく流れ落ちている所。
- ④ 政治に携わる人。議会の議員のこと。
- ⑤ お札などに施されている紙を明かりに透かすと見える文字や模様。
- ⑥ 自分の妻を言う言葉。家の中。「○○安全」
- ⑧ 硬貨を英語でいうと??
- ⑩ この実を塩漬けして干した物はとっても酸っぱいです。

ヨコのカギ

- ① わずかな時間。しばらくの間。
- ④ 風邪をひくとゴホゴホと止まらなくなるもの。
- ⑤ 偉い人、凄い人を心から尊敬すること。
- ⑥ ココア・チョコレートの原料。
- ⑦ 車を運転する時はこれに気をつけましょう。
- ⑨ 幸水、豊水などの種類があるみずみずしくておいしい秋の果物。
- ⑩ 鵜を使って魚を捕る漁法のこと。
- ⑪ 甲羅を背負った動きの遅い生き物。



AからEの順に並べると、ひとつのことばになります。

解答



応募方法

はがきに答え、住所、氏名、電話、所属クラブをご記入の上、ご応募ください。
 正解者には抽選で10名の方に記念品を差し上げます。また、ご意見・ご要望もお書きください。
 締切は平成28年11月15日(火)(当日消印有効)です。

【応募先】

〒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

私の身に起きた奇跡

駿河区 中島学区 上寿会 鈴木 康子

私は70年余年、右眼は見えていませんでしたが、左眼で何の不自由もなく生活して来ました。しかし今年2月初旬に突然眼底が重くなり、どうすることもできず眼科を受診しました。そこで「古い網膜剥離」と診断され、手術をすすめられました。

「治るのですか？」の問いに先生は「治る見込みはない」と。「そのままなら失明です」と言われ悩んだ末に、一大決心で手術をお願いしました。

手術は無事成功して、日に日に回復。真つ暗闇だった眼に明かりが見える！物が見える！ぼやけていた物が鮮明に見える！

「うわあーすごい夢のようよ...」と、うれしい、うれしいの連発でした。この感動は生涯忘れることはないです。

駿府公園の桜も開花です。78歳にて開眼：一句できました。

俳句

堀端に立ち眺むる右眼桜花

(左眼を覆い右眼だけで見た感想です)

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

医療法人社団 静寿会
 介護老人保健施設 **薬の里**
 ◎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

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/>

学校法人織田学園
 幼保連携型認定こども園 **幼**
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>

人事・労務のベストパートナー

 MATSUNAGA
 松永労務管理事務所
 〒420-0801 静岡市葵区東千代田1丁目15-20森ビル201
 TEL 054-207-7286 FAX 054-265-8154

兼高裕 税理士事務所
 税理士 兼高 裕
 税理士 兼高 昭
 静岡市駿河区中村町373-3
 TEL<054>285-5793

花 暦
堀田園芸
 静岡市葵区上足洗2-6-20
TEL 054-245-3088

会員文芸

俳句



清水区 三保地区 昂クラブ 岩本岩次郎
ひらかねば扇も風のつぼみかな

葵区 千代田学区 川合本田寿会 山村 伸子
学舎の始業ベル乗せ青田風
玉音をおさな心に終戦日

駿河区 森下学区 長寿会 望月 謙吉
春彼岸居座るままの炬燵留守

清水区 有度地区 草薙歩みの会 林部 茂己
木蓮の香りさわやか風にのり

葵区 麻機学区 猿田川クラブ 池内 裕子
東から黄色に染まり春來たる

葵区 麻機学区 猿田川クラブ 田中 節子
観測の人宇宙におり花火の夜

葵区 麻機学区 猿田川クラブ 藤井眞理子
春動く大地の下に命見ゆ

葵区 麻機学区 猿田川クラブ 岡本 喜美
チューリップ海まで続き浄土かな

葵区 安東学区 寿会 吉尾 茂
七十年不戦の空舞ふ時鳥ほしときす

葵区 安東学区 寿会 西村喜三郎
父の日や入歯ならして酒を酌む

葵区 安東学区 寿会 三浦 範子
万緑や少年生き抜く強かさしたた

葵区 安東学区 寿会 望月 澄子
ヨーグルト朝すつきりと五月晴

葵区 安東学区 寿会 西村 和穂
へそ曲り胡瓜ひしやま一山叩き売り

葵区 安東学区 寿会 由比藤敏幸
紫陽花の色どり豊か散歩道

葵区 安東学区 寿会 鈴木 辰男
小刻みに富士を震はす青田波

葵区 安東学区 寿会 平出 幹明
葉桜や声高に往くランドセル

葵区 安東学区 さわやかクラブ 倉戸 照夫
万緑や文士の園に影満ちて

葵区 安東学区 しのめ会 朝倉 司朗
紫陽花や昨日きのうの想い今日変る

葵区 安東学区 千寿会 鈴木 健仁
五尺八寸古刹の門かどの立葵

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

駿河の国

安産 産後 子育て 子育て

虫封じ 水子供養 祈願所

うぶめ

産女観音

葵区 産女 1133 TEL054-278-9728
HP <http://www.ubume.jp/>

曹洞宗 久住山 **洞慶院**

静岡市葵区羽鳥7-21-9 電話054-278-9724

製造現場が見える店

(有)牧野仏具店

静岡市葵区山崎2-27-38

TEL 054-278-3322

本尊釈迦牟尼佛・大聖不動明王
永代供養・写经会・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

お仏壇の 菊香 薫り館やわらぎ

お仏壇の 株式会社 **静岡物産商会**

☎0120-722-725

静岡市葵区常磐町3丁目4番13号
営業時間 9:30~18:00
定休日 第1・3水曜日

TEL 054-252-1705 **駐車場** あります

石に心を刻む

富松富石材

静岡市葵区内牧374-11

TEL 054-296-1799
FAX 054-296-6021

葵区 中藁学区 笑和会 勝山 京子
春立日孫の縁談成立す

葵区 一番町地区 一寿会 遠藤 昭二
鶯や瀬音に和して老を鳴く

清水区 岡地区 岡町清寿会 溝口 広子
山々の盛り上がるさま春のいぶき

清水区 入江地区 木蓮の会 澤入 兼男
彼岸花友を訪ねて奥秩父

川柳



葵区 美和学区 健寿会 松永安太郎
菊薫る七五三待つ古い二人

葵区 美和学区 健寿会 町塚 慶子
高速路思い出消えた田舎道

葵区 美和学区 健寿会 赤石 泰江
乾杯のグラスに浮かぶ花吹雪

葵区 美和学区 健寿会 山下 利子
次々と長い挨拶うわの空

葵区 美和学区 健寿会 岡 菊子
自信作らしい大家の字が読めず

原稿募集

◇ 次回は平成29年1月号(第24号)発行です。
◇ 原稿締め切り 11月16日(水)

- ・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



真言宗 醍醐派
ミネモトイン
秋葉山本坊 **峰本院**
静岡市清水区西久保1-1-14
電話 054-366-0140 FAX 054-366-0148

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

臨濟禪宗 満徳山
円成寺
静岡市葵区籠上18-10
電話 054-271-3361

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

市老連事務局では

スポーツ用具の貸し出しを行っております

スポーツのすすめ

体を動かしてみませんか？クローケー体験してみませんか？



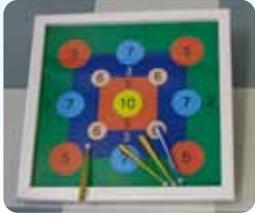
クローケー



輪投げ



ペタンク



吹き矢



グラウンド・ゴルフ

連絡先

■市老連事務局 (葵・駿河区支部事務局)

■清水区支部事務局

☎ 054-254-5236

☎ 054-371-0293

※貸し出しを希望する場合は、事前に事務局に確認し、スポーツ用具借用申請書を提出して下さい。

編集後記

組体操

6月初旬、町内会長の立場で小学校の運動会を見に行つた。最後の種目は5年生による組体操である。指導の先生が壇上で笛を吹く、それによって児童が前後左右に素早く移動し、何人かのグループによる演技をし、次の笛で違った人のグループで演技をするといった動きが、小気味よい笛と児童のきびきびとした動きが素晴らしい。そして、終了の時を迎えた。

グラウンドを立ち見で観戦の父兄、そして学童皆大きな拍手が沸き上がる。それまでの競技終了時は「一生懸命に競技した皆さんに大きな拍手をお願いします」とアナウンスがあるが、この時ばかりはその必要はない。笛を吹いた先生と数人の仲間の先生は、やったという表情で手を取り合つて満足そうだったのが印象に残つた。

世の中にはいろいろな組織があり、それぞれ指導者が存在するが、今回の組体操を指導した先生のような満足感がある指導ができればよい世の中になるとふと思つた。(水上博)



- ◎水上 博 (葵 区 横 内)
- ◎鈴木 泰造 (清水区 有 度)
- ◎石川 享一 (葵 区 千代田)
- ◎野田 睦彦 (駿河区 中 田)
- ◎大石眞由美 (駿河区 久 能)
- ◎清水 恵代 (清水区 両河内)
- ◎は委員長
- ◎は副委員長

◇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たくお願い申し上げます。

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

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

社会福祉法人 珙寿会
特別養護老人ホーム **羽鳥の森**

デザイナーズ・ショートステイ・居宅介護支援実施中!
介護・看護スタッフ募集中!
静岡市葵区羽鳥7丁目6番38号
TEL.054-277-3750 FAX.054-277-3751

損保ジャパン日本興亜
株式会社シダールは全国91ヶ所で「介護サービス」を展開しています。
損保ジャパン日本興亜の関連会社として皆様には「安心と安全」を提供します。

自然豊かな
三保の松原の近く

介護付有料老人ホーム [特定施設入居者生活介護]
ラ・ナシカ三保の松原
お問い合わせ、お申し込みは無料電話で ☎ 0120-002-555
午前10時～午後5時
ラ・ナシカ三保の松原 〒424-0901 静岡市清水区三保61-1
2泊3日(5食付)の体験入居ができます。
実際に施設のサービスや雰囲気を体感して下さい。ご家族の方の同伴も可能です。
シダール 検索、運営会社 株式会社シダール

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

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
●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