



のぼそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを

# しあわせクラブだより



第95号  
令和3年1月発行

発行 厚木市しあわせクラブ連合会(厚木市老人クラブ連合会)  
厚木市中町1-1-3 ☎046-225-2250  
E-mail: a2250@iaa.itkeeper.ne.jp

編集 広報委員会  
制作・印刷 株式会社ニチコミ ☎03-5718-3900  
http://www.nichicomi.com/

明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、新年を健やかに迎えのこととお喜び申し上げます。  
貴クラブの皆様には、自らの生きがいを高めるとともに、健康づくりやボランティア活動にも熱心に取り組んでいただいたいております。皆様のこうした活動が地域の豊かさに繋がっているものと改め



皆さんが自分らしく  
生きられるまちへ

厚木市長 小林 常良

て感謝申し上げます。  
新型コロナウイルスが世界中で猛威を振るい、私たちの生活は変化を余儀なくされました。感染を恐れて自宅に閉じこもりがちになることで、心身への影響も懸念されています。本市では、新たな生活様式に合わせた健康づくりに取り組みなど、皆様が元気で過ごせる環境を整えてまいります。

今年4月、第10次厚木市総合計画がスタートします。本計画では、「自分らしき輝く 希望と幸せあふれる 元気なまち あつぎ」を将来都市像として掲げました。この将来都市像を達成するためには、地域で活躍する皆様のお力が必要不可欠ですので、本市のまちづくりに引き続き御協力をお願い申し上げます。  
結びに、この一年が皆様にとって良き年でありますことを祈念いたしまして、新年のごあいさつといたします。

新年おめでとうございます。このしあわせクラブだよりが皆さまのお手元に届く時は、今までの中で最も大きなコロナウイルスの第3波が襲来し、私たちの生活は新年の喜びに浸る余裕もなく、これからの方向を見定めて行かなければなりません。  
老人クラブの活動は、集団レベルで密接な行動を自粛するという手段も効果が少なく、かえって老人クラブ本来の活動目標さえ逸脱

してしまいます。  
私たちが望むべきは、少しでも早く、副作用がなく正しい臨床に基づいたワクチンの開発と市場への公平な導入です。  
そのような状況の中で、老人クラブの立場と行動は周囲に惑わされることもなく、しっかりと地に足の着いたものでなければなりません。まず考慮しなければならぬのは情報伝達を大切にすることです。大きな集会はできません

が、小さな会合で回数を重ね、それぞれの立場でコミュニケーションをとることで。  
このことは、好ましい人間関係が築かれる要因でもあり、今後の生活の中で健康寿命の糧にもなると思われまます。



コロナ禍の中でも  
コミュニケーションを

厚木市しあわせクラブ連合会  
会長 小松紀久男



「伊豆御浜岬越しにみる初春の富士山」  
撮影：七沢第2しあわせクラブ  
小瀬村幸男さん

## 謹賀新年

本年もよろしく  
お願いいたします

- |     |       |        |
|-----|-------|--------|
| 会長  | 小松紀久男 | (睦合南)  |
| 副会長 | 大塚 清一 | (依知北)  |
| 副会長 | 荻山 清治 | (玉川)   |
| 理事  | 鈴木 暁司 | (厚木北)  |
| 理事  | 浅岡 隆雄 | (厚木南)  |
| 理事  | 座間 清二 | (依知南)  |
| 理事  | 小栗 悠嗣 | (睦合北)  |
| 理事  | 本間 満志 | (睦合西)  |
| 理事  | 花上 貞夫 | (荻野)   |
| 理事  | 伊藤 桂  | (小鮎)   |
| 理事  | 柏岡 明  | (南毛利)  |
| 理事  | 飯島 重昭 | (南毛利南) |
| 理事  | 西岡 隆寛 | (森の里)  |
| 理事  | 大貫 隆広 | (相川)   |
| 理事  | 大塚 文雄 | (緑ヶ丘)  |
| 理事  | 山崎喜代子 | (女性部会) |
| 理事  | 石本 重敏 | (趣味)   |
| 理事  | 遠藤 美行 | (小鮎)   |
| 理事  | 川崎 昭男 | (南毛利)  |

※敬称略



## 令和2年度厚木市老人クラブ連合会会長表彰 受賞者一覧

【表彰式：10月21日(水)】(敬称略・順不同)

### 1 単位老人クラブ

設立後5年以上経過しその運営が良く、活動が活発で他の模範と認められるもの。

| No | 区分 | クラブ名     | 代表者名 |
|----|----|----------|------|
| 1  | 荻野 | 鳶尾三丁目三友会 | 平戸 卓 |

### 2 単位老人クラブ(会員増加)

年間を通じて会員増強活動に努め、会員数の増加が顕著である単位老人クラブ。

| No | 区分   | クラブ名         | 代表者名  |
|----|------|--------------|-------|
| 1  | 厚木北  | 天寿会          | 高瀬 正夫 |
| 2  | 厚木北  | 西仲福寿会        | 末武 昭行 |
| 3  | 厚木南  | あさひ会         | 平井 章夫 |
| 4  | 依知北  | 上依知若葉会       | 梅津 達幸 |
| 5  | 依知北  | 山際白寿会        | 梅澤 一民 |
| 6  | 依知北  | 下川入寿会        | 宮田 侑次 |
| 7  | 依知南  | 金田万年青会       | 座間 清二 |
| 8  | 睦合北  | 三田楽友会        | 森住 勝夫 |
| 9  | 睦合北  | 根岸シルバークラブ    | 小栗 悠嗣 |
| 10 | 睦合南  | ゆめクラブ妻田東     | 小松紀久男 |
| 11 | 荻野   | 互朗会          | 花上 貞夫 |
| 12 | 小鮎   | 夢クラブ宮の里      | 福岡 忍  |
| 13 | 小鮎   | 南部幸寿会        | 伊藤 桂  |
| 14 | 小鮎   | 古松台ひまわり会     | 中村 守克 |
| 15 | 南毛利  | 恩名しあわせクラブ福寿会 | 横谷 正春 |
| 16 | 南毛利  | 毛利台親和会       | 齊藤 正昭 |
| 17 | 南毛利南 | 片平睦会         | 大貫 亨  |
| 18 | 玉川   | 七沢第3しあわせクラブ  | 荻山 清治 |

### 3 市老人クラブ連合会役員

市老人クラブ連合会役員として4年以上在職し、老人クラブの育成指導に努力し、その功績が顕著である者。

| No | 区分  | 氏名    | クラブ名        |
|----|-----|-------|-------------|
| 1  | 依知北 | 大塚 清一 | 新開寿会        |
| 2  | 依知南 | 座間 清二 | 金田万年青会      |
| 3  | 玉川  | 荻山 清治 | 七沢第3しあわせクラブ |
| 4  | 森の里 | 西岡 隆寛 | 森の里長寿会      |
| 5  | 相川  | 大貫 隆広 | 上戸田老友会      |

### 4 単位老人クラブ会長・市老連趣味グループ会長

単位老人クラブ会長・市老連趣味グループ会長として6年以上在職し、その功績が顕著である者。

| No | 区分  | 氏名    | クラブ名等       | No | 区分  | 氏名    | クラブ名等          |
|----|-----|-------|-------------|----|-----|-------|----------------|
| 1  | 厚木北 | 神崎 義治 | 弁天末広会       | 8  | 荻野  | 平戸 卓  | 鳶尾三丁目三友会       |
| 2  | 厚木北 | 落合 久治 | 大手南親和会      | 9  | 小鮎  | 伊藤 桂  | 南部幸寿会          |
| 3  | 厚木南 | 山崎イヨ子 | 旭町第3老人クラブ   | 10 | 南毛利 | 松田 憲明 | 愛名九十九会         |
| 4  | 睦合南 | 大久保寿男 | 妻田中央長寿会     | 11 | 相川  | 高橋 京一 | 岡田喜楽会          |
| 5  | 睦合南 | 長尾 登  | 瀬戸ひまわりクラブ   | 12 | 相川  | 小代 基秀 | 相生老友会          |
| 6  | 睦合南 | 森田 正治 | 田園ひなし会      | 13 | 趣味  | 前木セツ子 | アカシヤコース(西仲福寿会) |
| 7  | 荻野  | 繁田 効  | まつかげしあわせクラブ | 14 | 趣味  | 石本 重敏 | 厚木市シニア将棋倶楽部    |

### 5 単位老人クラブ役員、市老連趣味グループ役員

単位老人クラブ役員、市老連趣味グループ役員として8年以上在職し、その功績が顕著である者。

| No | 区分  | 氏名     | クラブ名等       | No | 区分  | 氏名    | クラブ名等           |
|----|-----|--------|-------------|----|-----|-------|-----------------|
| 1  | 厚木北 | 川崎 幸代  | 松枝松寿会       | 18 | 小鮎  | 栗原ハマ子 | 夢クラブ宮の里         |
| 2  | 厚木南 | 波多野美恵子 | あさひ会        | 19 | 小鮎  | 鈴木 博徳 | 日枝老人クラブ         |
| 3  | 厚木南 | 小宮嘉一郎  | 旭町一丁目老人会    | 20 | 南毛利 | 佐々木 勝 | 恩名しあわせクラブ福寿会    |
| 4  | 依知北 | 平林 勝   | 新開寿会        | 21 | 南毛利 | 井萱 三郎 | 温水白寿会           |
| 5  | 睦合北 | 小野寺郁雄  | 三田楽友会       | 22 | 南毛利 | 安田 寿和 | 温水白寿会           |
| 6  | 睦合北 | 森住 速男  | 三田楽友会       | 23 | 南毛利 | 本多カヨ子 | 毛利台親和会          |
| 7  | 睦合北 | 阿部 春男  | 三田楽友会       | 24 | 玉川  | 黄金井秀夫 | 七沢第3しあわせクラブ     |
| 8  | 睦合北 | 井上 芳雄  | 根岸シルバークラブ   | 25 | 玉川  | 青木 安子 | 七沢第2しあわせクラブ     |
| 9  | 睦合北 | 東 睦利   | 根岸シルバークラブ   | 26 | 玉川  | 久崎 良夫 | 七沢第3しあわせクラブ     |
| 10 | 睦合北 | 土肥原 亨  | 根岸シルバークラブ   | 27 | 緑ヶ丘 | 渡辺 トシ | 緑ヶ丘老友会          |
| 11 | 睦合北 | 佐藤 嘉孝  | 根岸シルバークラブ   | 28 | 緑ヶ丘 | 座間 章内 | 緑ヶ丘老友会          |
| 12 | 睦合南 | 中野 和男  | ゆめクラブ妻田東    | 29 | 緑ヶ丘 | 和田貞太郎 | 緑ヶ丘老友会          |
| 13 | 睦合西 | 金井 昭子  | 及川老成会       | 30 | 緑ヶ丘 | 斎藤 清  | 緑ヶ丘老友会          |
| 14 | 荻野  | 高野左世子  | まつかげしあわせクラブ | 31 | 趣味  | 鈴木富士江 | 陶芸愛好会(ゆめクラブ妻田東) |
| 15 | 荻野  | 柳田 和子  | 中荻野第二寿会     |    |     |       |                 |
| 16 | 荻野  | 長島 茂夫  | 互朗会         |    |     |       |                 |
| 17 | 小鮎  | 岡田美彌子  | 夢クラブ宮の里     |    |     |       |                 |



表彰おめでとうございます！



令和2年度表彰式小松会長あいさつ

## 令和2年度 高齢者福祉関係功労者等表彰受賞者一覧 (敬称略)

### 公益財団法人神奈川県老人クラブ連合会理事長表彰

#### ◆単位老人クラブ会長表彰

単位クラブ会長として7年以上在職し、老人クラブの育成、指導に努力した者

| 区分   | 氏名    | クラブ名   |
|------|-------|--------|
| 厚木北  | 高橋 清健 | 元町福寿会  |
| 依知北  | 大塚 清一 | 新開寿会   |
| 依知北  | 梅津 達幸 | 上依知若葉会 |
| 南毛利南 | 飯島 重昭 | 上愛甲愛寿会 |

### 厚木市長表彰

#### ◆単位老人クラブ表彰

| 区分  | クラブ名    | 代表者名  |
|-----|---------|-------|
| 厚木北 | 吾妻あおぞら会 | 青柳 弘子 |
| 緑ヶ丘 | 緑ヶ丘老友会  | 大塚 文雄 |
| 依知北 | 上依知若葉会  | 梅津 達幸 |

#### ◆厚木市老人クラブ連合会役員表彰

| 区分  | 氏名    | クラブ名        |
|-----|-------|-------------|
| 厚木北 | 鈴木 暁司 | 大手北寿和会      |
| 厚木南 | 浅岡 隆雄 | 旭町一丁目老人会    |
| 趣味  | 石本 重敏 | 厚木市シニア将棋倶楽部 |

### 社会福祉法人厚木市社会福祉協議会会長表彰

#### ◆単位老人クラブ会長表彰

| 区分  | 氏名    | クラブ名     |
|-----|-------|----------|
| 厚木南 | 浅岡 隆雄 | 旭町一丁目老人会 |
| 厚木南 | 高木 妙子 | 泉なごみクラブ  |







第94号を拝読し、令和2年の基本方針とメインテーマを改めて熟読させていただきました。百歳人生を目指す現代、高齢者の健康寿命を伸ばし、英知を持って地域に貢献されることが求められています。昨今、しあわせクラブの活動方針、メインテーマは多くの高齢者に幸せな心を与えてくださっているように思います。

私も身体が自由にならない中で日々老いを意識し、時には「もういやだ」「もういい」というネガティブになることが多々あります。しあわせクラブだよりを拝読しておりますと、不思議と目の前に希望の光が差し込んでくるように思われるのでございます。それは毎回のたよりの中で、前向きに輝いていらつしやる皆様の姿勢に感動し、ネガティブな自分の心に鞭を打つような心境になるのでございます。そして今まであまり意識していなかったある言葉を思い出したのでございます。それは金閣寺住職、有馬頼府老大師からいただいた「健康長寿祈念」「天翔来福寿」というお言葉でございます。老いは人間にとって避けることはできないが、天寿を全うして幸せに生

きる…。老いの中でも健康管理に専念し、自立、自律できるように頑張るといふ前向きの姿勢を呼び起こしてくださいました。「しあわせクラブだより」に心から感謝申し上げます。ありがとうございます。



ウイルス感染症は超微細な病原体（ウイルス）が人体に侵入・増殖して起こす病気である。インフルエンザが既に有名である。

このたびの「新型コロナウイルス」の正体の説明はまだであり、その防疫策である予防薬（ワクチン）や治療薬はできていない。現在分かっているのは、このウイルスが人の口や鼻から侵入して肺細胞に吸着・侵入し、肺炎を引き起こすことである。ワクチンや治療薬ができていない現状では、口と鼻からの侵入を阻止する必要がある。その具体策として、現行のマスク着用、うがいと手指の消毒、3密の回避などが有効とされてきた。その経過が毎日のように報道されているが、感染者の劇的抑制は期待薄のようである。このような感染防止方法は、必然的に人間の健全な社会活動の自粛を強いることになり、感染

症（肉体的病気）の予防が他人のうつ病（精神的病気）の誘発となれば、重大な矛盾である。さらに社会活動の自粛が経済活動の停滞を呼び、企業の倒産・失業者の続出・学校教育劣化など国家的被害を招くことになる。

今、私たちは大変な危機に直面している。私のような老人も平穩時のように隠居気分であるわけにもいかず、せめて老人なりに健全社会に向けて貢献したいのだが、十分に果たせていないのが無念である。

まだまだ続くであろうウイルス感染対策に、生命を賭して日夜奮闘しておられる医療従事者はじめ関係各位に深甚なる敬意を表す。



年を重ねると、人と話をする機会がだんだんと少なくなってきました。会社も定年退職し友人とも疎遠になり、同級生からの年賀状も年々数が減ってきました。地域の団体などの役員も次世代に譲る環境になり、自然に人付き合いの道幅は狭くなってきます。自分の健康にも不安を感じる環境の変化は誰にでも大なり小なり訪れてくると思います。だからといって簡単に新しい友人をつくったり、仲間に

入ったりするのは至難の業で、やはり、身近な老人会や自治会事業などに参加することや顔を覚え、道で会ったときにはあいさつを交わすことにより、人柄もわかるし自然と友達の会話に発展します。人は、話すこと、聞くことにより生きがいを感じ、明るい人生が開かれると思われました。



また、現在の社会では、根拠のない嘘の「フェイクニュース」という横文字言葉が国際社会でも正當化されつつあり、「勝てば官軍」のグローバル社会に変わってきました。生活の身近なところには年寄りや騙す「オレオレ詐欺」が依然として横行しており、歪んだ世の中です。われわれは嘘つきの社会に対し、取捨選択の知恵をはたらかせ、自覚が求められます。

昔の格言に「甘い話に乗るな」というものがあります。うまい話や金儲けには必ず裏があり、騙されないように、という昔からの戒めです。また、「人を見たら泥棒と思え」というきつい言葉もありますが、世間には善人ばかりが存在しているわけではない…。人を軽々しく信用しない教えます。

しかし今年、天気の良い土日や祭日には広場にたくさんのお祭りがあつちや、大変賑わいです。テントの中にはテーブルなどが置かれ、家庭の居間のようにです。お父さんは家の中で昼寝に読書！お母さんと子どもはバドミントンや犬の散歩、遊具…。自粛の中で、それぞれの家でウィズコロナの生活を考えられているような気がしました。



コロナ禍の中で、家族の生活がこの所大分変わってきたように感じています。

荻野運動公園が近いので毎日利用し、ジョギングコース、多目的広場の周囲のウォーキングを楽しんでいます。

ところが、今年の夏から多目的広場の風景が大変変わってきていることに気づきました。昨年までは母と子が公園を訪れ、遊具や散歩。桜の木陰にシートを敷いて、おやつやお弁当などを食べておられた風景が多かったです。

今年、天気の良い土日や祭日には広場にたくさんのお祭りがあつちや、大変賑わいです。テントの中にはテーブルなどが置かれ、家庭の居間のようにです。お父さんは家の中で昼寝に読書！お母さんと子どもはバドミントンや犬の散歩、遊具…。自粛の中で、それぞれの家でウィズコロナの生活を考えられているような気がしました。





# 三二通信

鳶尾西公園の富士山

私たち「互朗会」では10年ほど前、鳶尾西公園に6つの花壇をつくり、一年中花を絶やすことなく、地域の方々の目を楽しませていきます。

富士山が世界遺産に登録されたことを記念して、花壇の1つを「西公園の富士山」と命名し、特に冬季には雪を頂いた富士山を彷彿させるよう、白いパンジーを植栽し雪をイメージしています。

これからも会員が一丸となって花いっぱい運動を展開していきたいと思っています。

(互朗会 花上 貞夫)



雪のように白いパンジー

# しあわせひろば

## 俳句

山合で友誼真冬の蜘蛛の糸  
松枝松寿会 綿貫 良男

健やかに重ねし齢屠蘇を酌む  
ひばり賢人会 大和 昭一

神社では少し早目の七五三  
上依知若葉会 山田 弘子

三密を避けつ眺める紅葉かな  
山際白寿会 白井 信子

去年今年自問自答の夕餉かな  
田園ひなし会 長友 利雄

人日や光広がる波の皺  
田園ひなし会 長友 千代子

ざる菊の観光農園村起こし  
宮本第一寿会 長谷川美雪

なお生きる力もいらしつわの花  
下萩野寿会 難波美枝子

いわし雲粒の大きな葉呑む  
下萩野寿会 大西 福子

小春日に皮脱ぎ捨てし沙羅の幹  
下萩野寿会 高足 貞治

キッチンに映す深紅のひめつばき  
互朗会 土屋 和子

去年今年京都の街の静かさや  
互朗会 伊藤 民子

屠蘇酌みて八十路の空へたゆたふと  
互朗会 守屋 絹子

落ちてまだ息のあるごと寒椿  
互朗会 鈴木美恵子

見やげる紅葉黄金の波か頭べたげ  
戸室長楽会 小林 政子

むかご拾ふ子の掌に乗るや数へ歌  
恩名しあわせクラブ福寿会 原 スミ子

先き見えぬコロナにおびえ暮す人  
長谷長寿会 大山 瑞枝

晩秋の空を広げに庭師くる  
愛名九十九会 佐藤 三郎

松一葉令和の御年かがやけり  
愛名九十九会 青木みよ子

箱根路やゆく秋惜しむ人数多  
愛名九十九会 山崎永峰子

盆栽のレモン愛おしうろこ雲  
愛名九十九会 一條 勝頭

初酒にはじける笑顔いつまでも  
愛名九十九会 林 さち子

いま目だつ青葉の木々にゆず光る  
七沢第一しあわせクラブ 前場 一夫

朝早く風と寒さに耐え歩く  
相生老友会 朝倉 勝久

## 川柳

ホールインワンたままたま不正打ち直し  
元町福寿会 高橋 清健

耳もとでご飯ですよと孫の声  
大手西ふれあい会 中丸 武夫

不精髭コロナマスクに助けられ  
妻田中央長寿会 北村 久良

マスクとは白だけでなしコロナ知る  
森の里長寿会 和田野哲也

## 短歌

コロナ禍に見舞の出来ず叔母の逝く  
大往生よ九十五歳は  
上依知若葉会 永瀬 マサ

懐かしき「ああ、あの顔であの声で」  
軍歌流れる朝のドラマよ  
上依知敬友会 矢後喜久代

水面をぬって泳ぐはバタフライ  
海豚のような気持ちになつて  
妻田中央長寿会 神吉 善茂

かいつぶりの孵化の知らせに駆け付ける  
親の背にのる雛三羽見ゆ  
互朗会 花上 尚江

墓苑まで夫と来たりて決めにけり  
残す言葉「絆」とせむか  
長谷長寿会 松下 絹枝

両膝をかばいかばいて下る坂  
十年前には駆足したのに  
七沢第三しあわせクラブ 萩山 清治

収穫を終えし畑に白色の  
冬に咲く花ブドウ袋  
森の里長寿会 津田 史子

コロナ禍のさなかにありて二度咲きの  
金木屋の放つ香りよ  
相生老友会 小代 基秀

## 編集後記

ウイルス感染者はますます増えているというのに、恐怖感や春頃よりむしろ和らいでいる感がある。それは外出の際などに感じる。マスク着用の徹底度合いなど、予防意識の高さがもたらすものではないだろうか。自粛ムードの中での大相撲の開催、しかも歓声を自粛し、拍手のみで応援。それで50%の観客で二場所見事に乗り切った。これならオリンピック・パラリンピックも無事に乗り切れるのではなからうか。医療従事者の方々のご苦労に感謝しつつ、一日も早い治療の確立を願う。昨今である。(広報委員会)



## 皆さんの原稿を募集します！

- 【特集】「コロナ禍の私」400字以内
- 【一般投稿文】600字以内
- 【俳句・川柳や短歌】1人1句・1首で
- 【三二通信】身近な話など150字程度

原稿には「住所、氏名、クラブ名、電話番号、年齢」を明記し、難読語句にはフリガナをつけてください。紙面の都合により一部削除、加筆、あるいは保留する場合があります。採用の可否は広報委員会に一任ください。なお、原稿の返却は行いませんので、ご了承願います。(締切 2 / 1) ★次回発行は4月です

## あて先 問合せ

〒243-0018 厚木市中町 1-1-3 厚木シティプラザ 5F 老人福祉センター寿荘内  
厚木市老人クラブ連合会まで  
TEL.225-2250 FAX. 223-9950