

のばそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを



# しあわせクラブだより



厚木市マスコットキャラクター  
あゆのり

## 第86号

平成30年7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/

戦争や殺傷事件、喧嘩、軋轢等マスコミによって連日報道があります。大きな事件はともかく、私たちの身近でも家庭内でも事件に至らないも

いくのみです。さて、人間性善説で考えてみれば

一つだと思えます。しかしそれでよしというわけでは

全国レベルで老人クラブの会員数の減少が続く現在、「全国100万人会員増強運動」の最終年度に向かう中、残念ながら実現可能な状況ではありません。



会長 あいむし

## 高齢化社会にどう向き合うか

### 「独りよがりの考察」

厚木市しあわせクラブ連合会 会長 小松 紀久男

のがあります。それはただ単にボタンのかけ違いが原因のものが多くよ

で行動をとる時、価値観の違いからその人間関係に齟齬をきたす

前期高齢者と後期高齢者は、平均10年くらいのジェネレーションギャップがあります。グループの中

セルはできません。生活の内容が変わっても、それは自分が今立っている場面や



鮎釣り 相模川にて (撮影: 相生老友会 朝倉勝久さん)

と、人間関係に苦慮しないこと、それがストレスの解消にもっとも効果があるとも思います。残された命を四分の三世クリアした実績の続きとしたいものです。

### 新年度役員紹介(敬称略)

暑中お見舞い申し上げます。よろしくお願ひします。

顧問	三橋 道明	(玉川)
会長	小松紀久男	(睦合南)
副会長	三堀 友康	(睦合西)
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	大塚 清一	(依知北)
理事	座間 清二	(依知南)
理事	井上 和夫	(睦合北)
理事	長谷川美雪	(荻野)
理事	新井 隆	(小鮎)
理事	大谷 起一	(南毛利)
理事	飯島 重昭	(南毛利南)
理事	松井 洋一	(森の里)
理事	大貫 隆広	(相川)
理事	渡辺 哲	(緑ヶ丘)
理事	山崎喜代子	(女性部会)
理事	石本 重敏	(趣味)
監事	柳田 博司	(睦合南)
監事	小林 忠雄	(荻野)



# 総力を結集 会員増強、組織拡充を！

## —平成30年度基本方針—

### 「会員増強運動、地域活性化事業」を推進！

#### メインテーマ 「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」

全国老人クラブ連合会の「全国100万人会員増強運動」5カ年計画（平成26年度から平成30年度）および神奈川県老人クラブ連合会の「神奈川県老人クラブ会員2万人増強運動」が最終年度を迎えました。

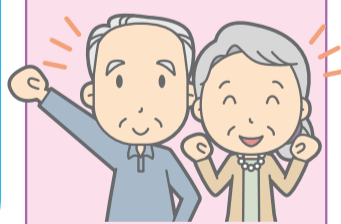
本会としては、「健康で元氣な高齢者」を希求し、会員増強・組織の拡充を図り、また、歴史ある公共的福祉団体、地域の担い手として応えるため、親しみやすい愛称である「厚木市しあわせクラブ連合会」を全面的に出して「元氣で、仲良く、楽しく」を合言葉にメインテーマおよび重点項目を積極的に推進するとともに「笑顔と温もりのある地域社会づくり」を目指してまいります。

また、地区老連、単位クラブに対して、地域活性化推進事業助成金を増額し、事業効果を図ろうとするものです。

### 重点項目

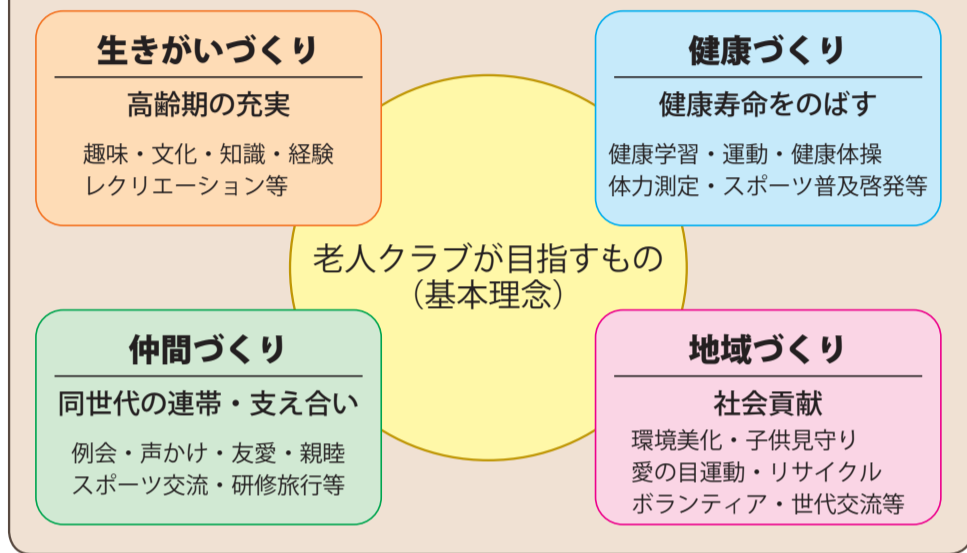
- 一、健康長寿を目指す「健康づくり・介護予防活動」の推進
- 二、関係者と連携「地域活性化・会員増強運動5カ年計画」
- 三、地域支え合い、子供の見守り、環境美化運動の推進

仲間ふやそう



### 老人クラブ「100万人会員増強運動」要綱

(参考：全老連広報紙)



笑顔が一番

# 元氣で仲良く楽しく

## 会員募集中

### 会員一人ひとりが仲間を増やす広告塔に

#### みんな笑顔で活動中！

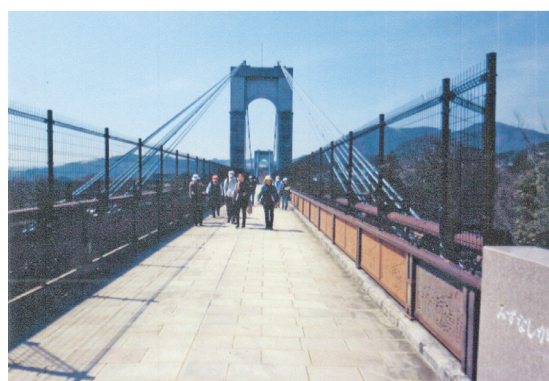
- ◆仲間づくり  
研修親睦旅行、誕生会、親睦会など
- ◆健康づくり  
介護予防教室、各種スポーツ行事など
- ◆生涯学習  
カラオケ、囲碁、俳句、その他趣味
- ◆地域社会に貢献  
子どもの見守り活動、まちの美化運動など

3月27日、第43回ウォーキング大会に参加しました。県立秦野戸川公園は、水無川をまたぐ高さ35m、長さ267mの「風の吊り橋」がある。丹沢の山々を背景に広々とした景色を間近に眺めながらのウォークに良いところだ。

橋の川辺には、兩岸の歩道に沿って、水遊び場、子どもの広場、スポーツ広場、バーベキュー場等があり、家族連れにも楽しめそうだ。

橋を渡ると、傍に箱植えの翁草が並べてあり見頃であった。休憩場所を探しながら、斜面を登っていくと、桜の広場があった。陽光の下で、早咲きの桜を見ながらの食事はおいしかった。

帰りの集合時間前にビジターセンターを見学した。丹沢山系の模様は地形、地理の把握に役立った。



風の吊り橋（県立秦野戸川公園）にて

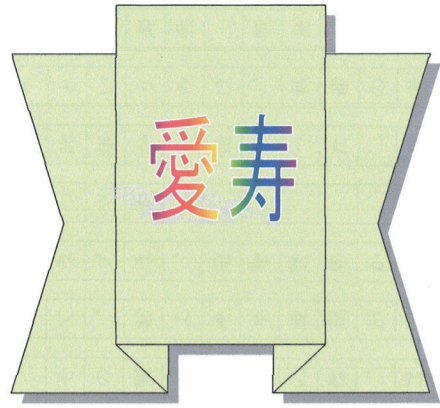
山々を背景にウォーキング

相生老友会 朝倉 勝久



新しい長寿祝い

上愛甲愛寿会 飯島 重昭



クラブ名由来の新しい長寿祝い「愛寿」

「愛寿」というのは、私たちの老人クラブで昨年から始まった「長寿祝い」の一つです。

私たちのクラブは、昭和37年からスタートして、およそ半世紀が過ぎました。その間、会則には、77歳の「喜寿」、88歳の「米寿」、99歳の「白寿」になられた会員には、長寿祝いを贈ると決められていました。私の亡き母親も「寿」の文字の入った座布団をいただきました。その座布団は今も残っています。

ところが、一昨年のクラブの総会で、77歳の「喜寿」から88歳の「米寿」まで、10年近く間があり、できたらその間に新しく長寿祝いを設定してもらいたいと意見が出たのです。早速、役員会で研究を始めて、1年間かけて、会則の改正を検討しました。その時にアイデアとし

て出たのが、「愛寿」という呼び名の長寿祝いでした。これは、私たちのクラブ名「上愛甲愛寿会」から発想したものです。

「喜寿」と「米寿」の間に、82歳の「愛寿」の新設が決定しました。施行して2年目になります。これからも「みんな元気で楽しく活動」をモットーに長寿クラブの道を歩んでいけたらと思っています。

おしゃべりに花も咲く

お花見ツアー

宮本第二寿会 櫻井 妙子

先日、しあわせクラブの「三浦河津さくらまつり」のツアーに参加させていただきました。初めてのことであり、座席はどうなっているのか、昼食はどうするのか、歩けるのか、不安ばかりでしたが、「案ずるより産むが易し」の言葉どおり、何の不安もなく楽しい旅となりました。

バスも同じ高齢者ということの親しみで、カラオケの話、グラウンド・ゴルフの話で、彼女は何とドロボーと言われているそうなので私も昨年10月から始めましたので得意顔で「私も賞、いただいたのよ」、私の賞はブービーですけどね。大笑い、おやつを回していただいたり、回したり、バス酔いを心配

していましたが、忘れていました。1時間ほどのゆったりした満開の桜見物、お買い物、年寄りには無理のないスケジュールでした。企画された方々のご苦勞を思い、感謝しつつ、たくさんのお土産を手にも、また参加させていただきたいと思いました。

今年も笑顔で

元気に頑張ろう!

小野しあわせクラブ 米山 一好



無事に終了した総会

4月15日、小野しあわせクラブの総会を開催しました。朝は、風雨が強く、「本日は大変な総会日」と思っていたが、開催前には祝ってくれるかのように雲の合間から太陽が顔を出してくれました。来賓の方を迎えて開会です。副会長の開会の言葉、会長あいさつ、

議長選出、事業報告、決算報告等が満場一致で可決しました。次年度事業計画では、会員みんな笑顔で仲良く、楽しく元気で快適生活ができるように、手を取り合って健康増進、声かけ活動、奉仕活動、見守り活動など、主たる柱として、地域の行事に積極的に参加する案も可決され、無事終了しました。引き続き、懇親会で乾杯、おいしい昼食、アルコール少々? カラオケ大会は、すぐに予約でいっぱいになり、和やかなうちに楽しい時間が過ぎ、最後は一本締めで「ヨー……」で終了しました。

楽しく育てられる翁草

相生老友会 高松 正行

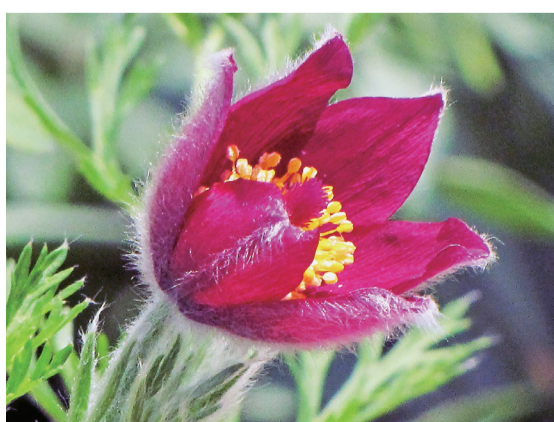
秦野戸川公園にチューリップを見に行ってきた。数日前の読売新聞の地方版に載っていたこともあり、気持ちが動かされた。折しも日曜日で、家族連れや外国人等がたくさん来ており、賑わっていた。

公園には、チューリップのコーナーがあり、桜とのコラボが誠にきれいだ。そしてチューリップは色とりどりに咲き誇り、その造形美は見事である。来た甲斐があった。秦野といえば昔から葉タバコの集散地としても有名。また落花生の産地としても知られている。園芸が盛んというのは後で分かった。

公園の敷地内では園芸品の即売もしており、私もそれとなく見て回って歩いた。その中に翁草のコーナーがあり、少し興味があったので足を止めて見ると係の人がいろいろと説明をしてくれて、この翁草は手がかからないので楽しく育てられるという。値段も手頃で1株300円だ。2株買った。日当たりの良いところに植え、水もやらないでもいいらしい。

私のように園芸に疎い者にとってはうってつけだ。濃い紫色をした花でその回りには白いひげのよなものがたくさん生えている。多年草で春の草である。翁とはその白いひげをもじって付けられたらしい。

早速、家に帰り、庭に植え替えた。長いしっかりした根が張っていて丈夫そうだ。少し水をやり、10センチあけて2株植えた。さあ、この後、どういうことになっていくのか。楽しみにしよう。



翁草



# ミニ通信

\*絵手紙人気じわり

郵便局から

しばらく中断していた絵手紙教室(森の里地区老連主催)が、昨年9月に再スタート。みんなが習い覚えた絵手紙を、地元公民館や住民の出入りの多い森の里郵便局の待合室に飾ったのが住民の目にとまり、習う人もいて人気だ。

同教室に通う仲間は現在15人、地元公民館で月1回開催している。先生は厚木北郵便局絵手紙の会を開いている萩原トミエさん。

絵は、その月の花やひな祭り、鯉のぼりなど季節のものを描く。大胆なタッチの指導に感心。手紙や年賀状にして送る人も。会費は500円。絵具は100円ショップで整えられる。(森の里長寿会 和田野哲也)



森の里郵便局に飾られた戌年の絵手紙

## 俳句



鯉のぼり仲良く生きよと輪になって

旭町一丁目老人会 三平 豊子

故郷の闇深くして銀河濃し

ひばり賢人会 大和 昭一

晩鐘の音色も包む遠霞

田園ひなし会 長友 利雄

三川の縄れ合ふ音西行忌

田園ひなし会 長友千代子

朝日受け濃淡みどりの山映へる

宮本第一寿会 長谷川美雪

桜咲き入社入学春うらら

戸室長楽会 小林 政子

伝説に涙腺緩む梅雨の島

恩名しあわせクラブ福寿会 原 スミ子

サクラ散り今度は藤の花を見る

長谷長寿会 大山 瑞枝

ひとり居て君がさくらの美しさ

愛名九十九会 青木みよ子

雲流る阿父利の峰や春かすみ

愛名九十九会 山崎ナミ子

## しあわせひろば

思ひ出は父母とお花見したことを

愛名九十九会 佐藤 三郎

チューリップ色とりどりにきそひあひ

愛名九十九会 菅沼 和代

葉桜の青あざやかに宴あと

愛名九十九会 工藤智恵子

親と子のホットなおしゃべり雀の子

愛名九十九会 林 きさ子

七夕や皆んなの願い幸せに

森の里長寿会 武藤フサ子

帆船行く絵のように見る夏の海

相生老友会 朝倉 勝久

ウオーキング行き交う人と談笑し

夕陽をあびて今日の幸福よ

山際白寿会 白井 信子

阿父利嶺の南に向かいて柵引ける

飛行機雲や三機の競演

七沢第三しあわせクラブ 荻山 清治

一瞬に命落せし人たちの

白き骨の手夢つかめぬまま

森の里長寿会 津田 史子

ひたひたと散りゆく花をふみしめて

再び春の訪山楽し

森の里森友会 渡部 満

砂嵐景色を消して吹き荒れる

ハウスの中もマスクつけつゝ

相生老友会 杉山 進

散歩道ツツジシヤガ咲きほこり

若葉が映えて心やすらぐ

緑ヶ丘老友会 小瀬村和子

## 短歌



摘み来たる菜花タケノコ旬の味

今夜のパススタはほのかな苦み

上依知若葉会 永瀬 マサ

セクハラとふ言葉がテレビを賑わせて

地位ある男性を形無しにする

上依知敬友会 矢後喜久代

## 編集後記

長生きした環境の中、カタカナ語に戸惑うことが多いです。

若い頃利用した喫茶店、最近その名を見かけないと思ったら「カフェ」という名で親子連れで賑わっていました。

以前、カフェとはしゃれた飲み屋の印象でしたが、喫茶店のことだったんですね。

「セクハラ」とか「パワハラ」のカタカナ語が政界を揺るがしています。気分が悪くなる言葉です。

四季の夏、このところ気候に變動の兆し。体調に気を付けて過ごしましょう。(広報委員会)

## 皆さんの原稿を募集します!

特集

【私の習い事】  
400字以内

【一般投稿文】  
600字以内

【俳句や短歌】  
1人1句・1首で

【ミニ通信】  
身近な話など  
150字以内

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、ご了承ください。(締切 8/1) ★次回発行は 10月です

あて先  
問合せ

〒 243-0018 厚木市中町 1-1-3  
厚木市老人福祉センター寿荘内  
厚木市老人クラブ連合会まで  
☎ 225-2250 FAX 223-9950