



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83号

平成29年10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/



紅葉 大山阿夫利神社下社
(上愛甲愛寿会 小泉政夫さん撮影)

第1部式典では、長年の活動に対する団体・個人の功労表彰を行い、その功績を讃えました。また、近年の会員数減少に対して、会員数の増加が顕著である単位クラブを表彰いたしました。小松紀久男会長から力強いあいさつ、多数のご来賓の方々を代表し、小林厚木市長、遠藤市議会副議長、神保自治会連絡協議会会長からご祝辞を頂戴し、結びに鈴木

第2部第41回演芸大会は、各地区しあわせクラブ等の演芸代表24組から日頃の練習の成果が披露され、様々な演目に終始賞賛、拍手に包まれていました。舞台花道には、各地区代表クラブから歴史あるクラブの会旗を掲出し、大会に花を添えました。

9月27日、厚木市文化会館大ホールにおいて、平成29年度厚木市しあわせクラブ連合会大会が「のぼそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを」のメインテーマのもと、盛大に開催されました。

のぼそう! 健康寿命、担おう! 地域づくりを

厚木市しあわせクラブ連合会大会を開催

平成29年度



平成29年度厚木市老人クラブ連合会会長表彰一覧 (敬称略・順不同)

単位老人クラブ〔再表彰〕

単位老人クラブ設立後5年以上経過し、表彰を受けた単位老人クラブで引き続き8年以上の長期にわたりその運営が良く、活動が活発で他の模範と認められるもの。

区分	クラブ名	代表者名
睦合南	木売場かがやきクラブ	福丸 孝司

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、近年の会員数減少に対して会員数の増加が顕著である単位老人クラブ。

区分	クラブ名	代表者名
厚木北	弁天末広会	神崎 義治
睦合北	根岸シルバークラブ	増田 次夫
睦合南	そりだハイツシニアクラブ	橋本 勝彦
荻野	上荻野むつみ会	松本 一郎
小鮎	台やよい会	遠藤 喜良
南毛利	上温水楽友会	柏岡 明
緑ヶ丘	緑ヶ丘老友会	渡辺 哲

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、そのクラブ等の育成に努力し、その功績が顕著である者。

区分	氏名	クラブ名
睦合南	福丸 孝司	木売場かがやきクラブ
睦合西	竹原 政夫	林第二長寿会
荻野	長谷川美雪	宮本第一寿会
南毛利南	佐藤 之則	宿愛甲寿会
趣味	堀 敏昭	民謡好友会(緑ヶ丘双葉会)

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、そのクラブ等の育成に努力し、その功績が顕著である者。

区分	氏名	クラブ名等	区分	氏名	クラブ名等
厚木北	関野 陽子	仲北銀友会	小鮎	谷口 義人	古松台ひまわり会
厚木北	曾田 慶子	仲北銀友会	小鮎	福住 八郎	白山白友会
厚木北	吉村 光代	仲北銀友会	小鮎	鈴木 京子	白山白友会
厚木北	関野みね子	松枝松寿会	南毛利	穴戸 弘道	戸室長楽会
厚木北	青木 正義	松枝松寿会	南毛利	内田 廣文	戸室長楽会
厚木南	高村登美子	旭町一丁目老人会	南毛利	岩崎 健治	戸室長楽会
厚木南	山崎 君子	旭町第三老人クラブ	南毛利	関口 正昭	上温水楽友会
厚木南	酒谷 貴美	旭町第三老人クラブ	南毛利	門間 信	上温水楽友会
厚木南	高梨 富子	あさひ会	南毛利	遠藤 克巳	毛利台親和会
依知北	小林 年光	上依知敬友会	南毛利	金澤 一男	毛利台親和会
依知北	川田 重直	上依知敬友会	南毛利	川本 正和	毛利台親和会
依知北	大塚 國利	山際白寿会	南毛利	佐藤 徳恵	毛利台親和会
依知北	山下 孝道	山際白寿会	南毛利南	山崎 久光	上愛甲愛寿会
睦合南	神吉 善茂	妻田中央長寿会	相川	小塩 コマ	上戸田老友会
睦合南	本田恵美子	妻田中央長寿会	相川	大貫 幸江	上戸田老友会
睦合南	藤井みき子	木売場かがやきクラブ	相川	小菅テツ子	上戸田老友会
睦合西	渡辺 英子	林第二長寿会	趣味	柳田 シマ	社交ダンスグループ(妻田長寿会)
荻野	丸一 正子	まつかげしあわせクラブ	趣味	梅本 豊子	社交ダンスグループ(妻田中央長寿会)
荻野	栗原 幸男	宮本第二寿会	趣味	森川 豊	社交ダンスグループ(温水白寿会)
荻野	白土 聖浩	鳶尾一丁目一友会	趣味	杉野 敏子	社交ダンスグループ(天寿会)
小鮎	高橋 米雄	日枝老人クラブ	趣味	大谷登紀子	陶芸愛好会(まつかげしあわせクラブ)
小鮎	内村 保二	日枝老人クラブ	趣味	前木セツ子	アカシヤコーラス(西仲福寿会)
小鮎	守屋 初枝	千歳会			

第44回厚木市しあわせクラブ連合会 シルバー作品展

色とりどりの作品並ぶ

9月7日〜12日までの6日間、ア
ミューあつぎ5階のアートギャラリー
リー1において、第44回シルバー作
品展が開催されました。
この作品展はクラブ会員が趣味
や文化活動で培った成
果(作品)を発表する場
として伝統のある行事と
なっています。

出品数は164点あ
り、前回の出品数を20点
上回りました。
会場内の左壁面には、
絵画、写真、ちぎり絵
きり絵を展示。
正面の壁面には、絵画、
写真、手芸のパッチワ
ーク、刺繍織り絵画、彫刻
の般若面等が並びまし
た。

右側の壁面とパネルに
は、書道の条幅の書、短
冊にしたためられた短
歌、俳句が数十点。絵手
紙や墨絵風の童画、手芸
のつるし雛も飾られまし
た。



来場者でにぎわう会場

中央のテーブルには、花瓶などの
陶芸作品、彫刻などの工芸作品、編
み物などの手芸作品を展示。
6日間の開催中にご観賞いただい
た方は、728人でした。

笑顔が一番 元気で 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、まちの美化活動など

生きがい・健康づくり 介護予防・仲間づくりに



スポーツ用具貸し出します

- ◆ターゲット・バードゴルフ用具
- ◆グラウンド・ゴルフ用具
- ◆室内用・屋外用ペタンク用具
- ◆スカットボール(室内用)用具

詳細については単位クラブ会長、または厚木市しあわせクラブ連合会事務局(☎225-2250)までお問い合わせください。

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

小児科・内科 **馬嶋医院**

曜日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休
16:00~18:00	●	乳	●	休	●	休	休

予防接種:月・水・金曜日/乳児健診:火曜午後
子育てを応援する機関を目指しています。
厚木市下荻野1120
予約制(予約専用電話:046-242-5811)
☎046-241-1350

往診随時受付(TELで可)
内田歯科医院

[診療時間] 月~金曜日 朝9:00~夜8:00
土・日曜日 朝9:00~夜6:00
[休診日] 祝祭日のみ

厚木市中町2-2-8 厚木センタービル4F
(小田急本厚木駅前) 各種保険対応
往診受付 ☎225-1390

青木医院

診療科目/内科・消化器科・外科・皮膚科・形成外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
PM3:30~6:30	○	○	○	○	○	※

休診日/木曜午後・日曜・祝日 ※土曜午後3時~5時
厚木市東町3-19 Tel 046-221-0031

中村整形外科

診療時間
*月・火・水・金曜日
午前9時~12時30分 午後2時30分~6時30分
*土曜日
午前9時~12時30分
*休診日 木・土曜午後・日・祝祭日
愛甲郡愛川町角田157-1 ☎286-7400

内科・アレルギー科・整形外科(第1、第3金曜午後のみ)
せいきょうあつぎ診療所

月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○
14:00~17:00	○	○	○	○	○
17:30~19:00	○	○	○	○	○

☎046-223-3325
☎046-223-3349
http://www.seikyo-atsugi-clinic.com/

NANMOURI MEDICAL CLINIC
南毛利内科

抗加齢/人間ドックセンター

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝日
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●	●	休
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●	休
18:00~19:30	●	●	●	●	●	●	●	休

☎046-270-6661
http://nanmouri-naika.com/

精神科・心療内科
かねこクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:30~12:00	●	●	●	●	●	●	休
午後 3:00~7:00	●	●	●	●	●	●	休

☎046(259)5432
http://kaneko-clinic.com/

小児科 内科 **落合医院**

☎(046)247-1577
http://fukurokai-clinic.com/



卓球仲間と練習中

私の今の楽しみは卓球です。卓球との出会いは、今から12年ほど前になります。息子家族との同居を機に、大和市より厚木市に転居して来ました。

知らぬ土地で不安だらけの私に近所のSさんが「気の合った仲間卓球をやっているの出来ない？」と声をかけてくださいました。

それまでは卓球とは無縁で、ルールも何もわからず、二の足を踏んでいたのですが、地域に早く溶け込むためにも良い機会だと思いい、勇気を出して行ってみました。最初は圧倒されて、「私には無理かも」と思いましたが、週3回、

最近、世間では高齢者ドライバーの免許証を自主返納することが取りざたされている。その中、私に二度目となる高齢者運転講習のお知らせが県の公安委員会から届いた。これは、免許更新月の3カ月前から、認知機能検査を含め3回の手続きを経ないと免許の更新ができない仕組みとなっている。この厳しい審査を突破しないと運転免許証がもらえないのである。

私は車の運転が好きでほとんど毎日運転をしている。

最近、世間では高齢者ドライバーの免許証を自主返納することが取りざたされている。その中、私に二度目となる高齢者運転講習のお知らせが県の公安委員会から届いた。これは、免許更新月の3カ月前から、認知機能検査を含め3回の手続きを経ないと免許の更新ができない仕組みとなっている。この厳しい審査を突破しないと運転免許証がもらえないのである。

車の運転

相生老友会 高松 正行

特集 私の楽しみ

卓球と仲間たち

林第一長寿会 三堀 千代野

「楽しみ」は生きがいの大きな糧の一つではないでしょうか。楽しみは毎日の生活にうるおいをもたらすものです。そんな思いの楽しみ方を特集しました。

午前中の練習日にはなるべく休まないように通い続け、今では楽しいと思えるようになりました。

これもひとえにSさん、また、卓球の仲間のお陰だと感謝しています。

この出会いがなかったら、今頃はきつと淋しく時間も持て余していたことでしょう。これからも自分の健康のため、また仲間との親睦を深めるためにも続けていきたいと思っています。

これは当然のことで高齢者ドライバーの事故防止のためなのである。私としては何としても更新したい一心で臨み、今回もなんとかクリアでき、免許証交付に漕ぎ着けた。

実は車がないと困るのである。妻の足が不自由なもので、病院や買い物等々に行かなくてはならず生活に欠かせないのである。そこで欲を言わせてもらえば、年に2〜3度は車で小旅行に行ければいいのだが、地図を見ながらわくわくしているところである。これが今の私の楽しみの一つである。

ゴルフは無縁の私でしたが、今ではターゲット・バードゴルフをするようになり、以前はあまり見なかったテレビの番組もクラブスイングの参考によく見るようになりました。

ターゲット・バードゴルフ

坊中老寿会 前田 輝正

そんな時、ゴルフの上手な方から別のターゲット・バードゴルフに誘われてそこでクラブの握り方から始まり、基本的なボールの打ち方を教わりました。その時「練習は嘘をつかない」と言われて、その言葉を信じて毎日練習用スポンジボールで練習に励んだ結果、今は一緒にプレーしても迷惑がかからない程度になり、暑さにもめげず、運動不足の解消も兼ねて週2〜3回プレーを楽しんでいます。

ターゲット・バードゴルフのルールはプレーが楽しくなるようにできています。最後のホール（傘）入れ以外はすべてゴルフを模してできています。クラブでボールを打ち、イメージどおりにボールが飛んでくれた時、バディーやイーグル時の達成感がいいですね。若い人から後期高齢者男女を問わず楽しめるスポーツです。この日本発祥のスポーツを考案された方に感謝です。



楽しいターゲット・バードゴルフ

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

不動産 買取・販売
地元密着・安心・確実
不動産のことなら何でもご相談下さい！

不動産トータルプランナー 神奈川県知事免許(2)第26682号

with you 株式会社 ウィズユウ

土地・建物・売買 賃貸・仲介・管理

厚木市旭町3-2-1 DIAビル 1F
HP: http://withyou.co.jp/ ☎046-230-2301

地域の皆さまの健康を思いやりの絆で結ぶ...

外科・胃腸内科・肛門外科・整形外科・乳腺外科・内科

医療法人社団 育映会 **田島外科**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休診
午後3:00~7:00	●	●	●	●	●	●	休診

整形外科専門外来(第1、3、5水曜日午後) / 乳腺外科専門外来(第1火曜日17時まで)

厚木市及川1-12-15 ☎046-241-8715
http://www.tajima-geka.com/

イオン厚木オアシス診療所
内科・外科/訪問診療 所長:石川 恵司

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	休
14:00~16:00	●	●	●	●	●	●	●	休
16:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●	休

●...外来診療 ▲...第1土曜のみ診療(但し祝日の場合は次週繰越)

TEL.046-297-4123 休診日 土・日・祝日
厚木市中町1-5-10 イオン厚木1F 土・日・祝日
URL www.aeon-oasis.com

厚木いいだ眼科

診療内容 ●眼科一般診療 ●レーザー治療 ●眼鏡処方 ●コンタクトレンズ処方

診療	日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○	○

■休診日/水曜午後・土曜午後・日曜・祝日
受付時間:診療開始15分前から診療終了15分前まで
厚木市中町3-12-16 厚木中町イオンビル1F
TEL/FAX 046-206-5355

婦人科・内科・皮膚科・泌尿器科

愛甲クリニック

厚木市愛甲1-8-8 ☎046-250-9162

診療時間 ※平成29年4月17日より

月・火・水・金 8:30~12:30/15:30~19:30
土 曜 日 8:30~13:00 休診日
祝 日 8:30~11:30 木・日/祝・土の午後

医療法人社団 箕浦会 地元で80年

箕浦メディカルクリニック
内科・小児科・外科・消化器内科
リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	●

厚木市関口823-1 ☎15台(休診日)木曜日および日曜日
TEL.046-245-0146 FAX.046-245-6721
箕浦メディカルクリニック 検索

医療法人社団 観成会 内科 **光ヶ丘医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 3:30~6:30	○	○	○	○	○	○

休診日/日・祝祭日・木曜午後・土曜午後

厚木市恩名2-23-26
☎221-1811

一般社団法人 日本消化器内視鏡学会認定
消化器内視鏡専門医による胃・大腸カメラ・日帰り大腸ポリプ切除

厚木胃腸科医院

医科	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	×
15:00~17:00	○	○	○	○	○	○	○	×
17:00~19:00	○	×	○	×	×	×	×	×

※ 第二・第四土曜日のみ診療
厚木市妻田南 1-16-36 医科 TEL.046-223-1155
(妻田小学校そば) www.atsugi-ichouka-dc.com

読書

岡津古しあわせクラブ

山室 正

読書の原点は小学校4年、A・デユマ作「三銃士」に始まる。年代別ジャンルは中高校は日本文学、大学時代は世界文学、社会人はビジネス書と変遷した。

定年後はジャンルにこだわらず中高校に読んだ本を今一度熟読。素直に感情移入できた当時とは別に、本来著者の求める真意が理解できて大変興味深い。



玉川公民館図書室

最近「若者の活字離れ」が話題になっている。全国大学生協連の調査で1カ月に何冊の本(電子書籍を含む)を読むか?に0冊が40%もある。このままでは人間の言語能力・知性・感性・創造力の衰退が懸念され憂うべきことである。

私は司馬遼太郎氏の作品が大好きでほぼ全書完読している。特に「坂の上の雲」は秋山好古・実之兄弟・正岡子規を中心に維新を経て近代日本を目指し、国家存亡危

機の日露戦争を艱難辛苦の末、撃破にいたる勃興期の明治日本をえがく雄大なストーリーである。これは現在の日本に通じるものがあり、これからの日本を担う若者にぜひ読んでほしい作品である。

スポーツとキス釣り

上依知敬友会 齋藤 高四

私の楽しみは余暇に大好きなスポーツをすること。フルマラソン等活動的に動けた現職時代に比べ体力の衰えを感じ、特にランニングが思いどおりにできなくなり、口惜しく感じている中、地域の老人クラブに誘われて入会。グラウンド・ゴルフやターゲット・バードゴルフとスポーツ好きな私には心身ともにリフレッシュする場所となつていきます。

唯一現職時代より続けているのはキス釣りです。この釣りクラブは歴史があり、入会してから45年になります。砂浜でキャストイング、遠投し竿先から感じる当たりは興奮します。この会の活動は主に湘南、伊豆方面の海岸となります。平均年齢は80歳近くになりますが会員は東京、茅ヶ崎、小田原などから集まります。月に一度の例会や一泊の釣り会と夜の飲み会はこの上ない楽しみです。認知症にならないためにもこれからも体力が続く限り年金生活ですが、続けたいと思っています。

切り絵に魅せられて

相生老友会 小代 基秀

職場を退いた2003年の暑い夏、小平から遊びに来た同郷の彼は1本の扇子を広げて見せてくれた。そこには、乱舞する揚羽蝶の切り絵が貼られてあった。興味を持った私は、いただいた案内状を頼りに展示会場の東京都美術館へ幾度と足を運んだ。

翌年、全国切り絵同好会厚木教室が開設、すぐに入会した。ここでの教え方には手法に制約はあるものの、むしろこのやり方を好んだ。

基礎を学んだあと、格好の題材が見つかり、1作目を完成させた。「あゆみ橋」である。講師の勧めでコンクールに応募したら見事佳作入選を果たした。

以来、当時の仲間とは月例会を開き、「私の楽しみ」は続いている。



1作目の切り絵「あゆみ橋」

旅の風景

相生老友会 朝倉 勝久

私の楽しみの一つは旅の中で風景を撮ることです。

テレビの、西村京太郎のトラベルミステリーで、女性と刑事が橋上の屋根のついた下で話していた映像がありました。

記憶の中でここはどこにあるのか、気にしていました。

昨年春頃、JR東日本が吉永小百合をモデルにして、新聞に載ったのをご存じでしょうか。

津軽富士見湖にかかる三連太鼓橋で、日本一長いヒバの木の橋で「つるのまいはし」と呼ばれ、後で知ったが、この映像は同シリーズの「五能線の女」にありました。昨年10月に東北の旅があり、往復600メートルの「鶴の舞橋」を渡ることができました。



「つるのまいはし」にて

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

社会福祉法人 敬和会 えまーぶる 通所介護事業所 えまーぶる 厚木市中町3-3-9アーバンプラザ6F ☎(046)221-9152 居宅介護支援事業所 えまーぶる 厚木市中町3-3-9アーバンプラザ1F ☎(046)221-3025

社会福祉法人 敬和会 けいわ荘 高齢者のための総合福祉施設 ケアハウス えがりて 厚木市下荻野2117-2 ☎(046)241-7771(代) 厚木市荻野地域包括支援センター 厚木市荻尾2-25-6-101 ☎(046)241-5780

地域密着型通所介護 居宅介護支援 コミュニティーハウス あゆらす ケアプラン作成します。家庭的なサービスで、手作りの食事、入浴、レクリエーションをお楽しみ下さい。 厚木市 ☎046-222-3273 妻田東 1-12-7 FAX 046-222-3287

今岡医院 診療時間 月 火 水 木 金 土 日 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ × 14:00~18:00 ○ ○ ○ × ○ △ × △ 土曜午後は17:00まで 厚木市愛甲西3-2-6 TEL: 046(248)1046 休診日: 日曜日・祝日・木曜日午後

社会福祉法人 藤雪会 藤雪会は安心を支えます。 サービスハウス「ポポロ」☎046-294-5454 ケアセンターあさひ ☎046-229-9110 ポポロ本厚木 ☎046-297-7330 介護保険各種サービス、有料老人ホーム他 なんでもお問い合わせください

社会福祉法人 光温会 温水ケアセンター デイサービス 入浴・リハビリ・おいしいお昼 訪問介護 家での入浴・食事の介助 ☎248-1121 までお電話下さい

人生の花はいつでも咲ける。まだまだ咲ける。 ブルーミングケア 厚木中依知 平成29年10月1日 オープン! 全施設新築 & バリアフリー プライバシー重視の完全個室 24時間365日夜間対応サービス 看護職員の配置で中重度者対応も可能 厚木市中依知 224-5 ☎046-258-6376 担当: 宗行

サービス付き高齢者向け住宅(特定施設入居者生活介護) 小町山グリーンホーム 厚木市小野 2240-1 ☎046(281)7466 社会福祉法人 清琉会 玉川グリーンホーム 厚木市小野 734-2 ☎046(248)7778



お父さんとカラオケ

私とは言うところやスーパーパーティーさんの応援隊長として通年保護者、ケアマネージャーとしてがん

大戦中の昭和19年、私2歳。お父さんは19歳、特攻基地知覧で出撃に備えていた。

私が23歳の時、バツ2の40歳のお父さんと結婚。前世からの決まりごとなのか、赤い糸だったのか今もって摩訶不思議。きま

「あ、まるさんのネタではないが、」あれから52年。楽しめることはなんでもやってハッピーだったお父さん

度も、生死をさまよったことも二度三度。そのたびに死神も逃げ出す強運のスーパーじいさん御年92歳。長寿会や趣味のサークル活動、地域福祉推進委員会主催の各種活動等余念のない毎日を過ごしている。

私とお父さん (主人)

森の里長寿会
三ツ橋 久子

ばっているが、私だつて後期高齢者、気分がブルーになったり疲れたりもする。それでも明るい朝の陽を浴びると今日も元気にスーパ

パーじいさんとスクラムを組んで森の里銀座に出かけようと思う。

傘寿を超え体の自由が徐々にきかなくなってきたり、そうした中で少しでも世の役に立ちながら自分の健康寿命を延ばすことを考えています。そのためには脳の活性化と体力維持が必要です。

まず脳の活性化は、昨年8月元町福寿会に「健康麻雀クラブ」が発足し入会しました。健康麻雀は「賭ける、飲食する、喫煙する」という従来の悪いイメージとなることを禁止し、文字どおり健康そのものです。そして、ゲームとしての推理、決断、計算など大いに頭の体操になっています。

一方、体力維持の方は「ターゲット・バードゴルフ」です。ゴルフと比べると体力的負担はそんなに高く高齢者でも容易にできます。1本のクラブで長・短の距離を飛ばし、最後にホール(傘)に入れるのですが、これがなかなかうまくいかず、奥深いスポーツです。

私はこの二つを楽しみに、脳をさびつかせず体力維持に努めます。

今年4月は横須賀三笠公園へ。途中名物の海軍カレーで昼食。どぶ板通りをぶらぶらし三笠記念館(司馬遼太郎の坂の上の雲を思い浮かべながら)見学。

5月は横浜の山下公園へ。開催中のバラ博で美しいバラを満喫。その後大栈橋に移動。客船飛鳥IIが入港中で近づいて見るとその大

健康麻雀とターゲット・バードゴルフ

元町福寿会 武藤 昌二

私はクラブの皆さんたちとどこかに出掛けお昼にお弁当を食べながら談笑するのが一番楽しいです。年に6回(春3回、秋3回)、ウォーキングコースを計画しています。メンバーは43名います。毎回25名前後が参加しています。7

8年前は10km前後のコースを歩いていたのですが、平均年齢が77歳となり最近は県内の公園巡りが多くなりました。

観光地巡りのウォーキング

根岸シルバークラブ
増田 次夫



山下公園で

きさに圧倒されました。大栈橋でお弁当。レンガ倉庫から汽車道をとおり帆船日本丸を見て帰路。

6月は開成町へ。遠くに箱根の山並みを見ながら田んぼの畔に咲く紫陽花を愛で旧名主の瀬戸屋敷へ。折よく風鈴祭りがあり各地の風鈴の音を楽しみました。

これから仲間同士でいろいろなところへ出掛けたいと思っています。

私の楽しみとは

広報委員会

満足で愉快で明るい気分になさせてくれるのが私たちが求める楽しみではないでしょうか。こんな楽しみがすぎると楽が苦に。

中国故事に「楽しみは極まれば必ず悲しみが生ず」と。日本語の解説では「楽しみも極度に達すれば悲しみを生ずる。人間は楽しみが長く続く方が幸せであるが、満ちたりると必ず悲哀がそれに続いて起こるもの」と。

今回の特集内容は明るい楽しいものでした。楽から苦への道あることも要注意とのこと。



★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

レオスイミングスクール
Leo Swimming School

泳ぐ(指導付き) 水中歩行 アクアピクス
ご見学・無料体験を随時受付中です! その他各クラス
お気軽にお問い合わせ下さい!

厚木校 厚木市田村町9-28 ☎224-3726
荻野校 厚木市下荻1427 ☎241-6688
愛川校 愛甲郡愛川町中津327-1 ☎286-0450

保険調剤 なかよし薬局

「親切・丁寧・信頼」
かかりつけ薬局を目指して

東名厚木病院となり
☎046-220-6868

無限の愛、甦る心の灯

社会福祉法人 くすのき **メイサムホール**

●特別養護老人ホーム ●ショートステイ
●デイサービス ●居宅介護支援センター ●相川地域包括支援センター

厚木市愛甲2208-1 ☎046(220)1165

平成30年冬頃 地域密着型特別養護老人ホーム 開設予定
メイサムフレール

建築・設計・施工 リフォーム
コンサルタント 不動産売買・管理

総合建設業
株式会社 アイホーム

住まいに関する事ならなんでもご相談下さい。
厚木市戸室 5-1-38 ☎046-222-0606

備えて安しん

いつ起きるか分からない地震。災害に備えて非常用持ち出し袋をあらかじめ用意しておきましょう。また、定期的に袋の中を確認し、非常時に焦ることのないよう、備えておくことが大切です。

- 飲料水(目安は1人1日3リットル)
- 非常食(※そのまま食べられるもの)
- 医薬品(常備薬を含む)
- 懐中電灯と予備電池
- ロウソク・マッチまたはライター
- ヘルメット
- 軍手または革製手袋
- 衣類
- 靴・厚手の靴下
- 雨具(合羽など)
- タオル・ウェットティッシュ
- アルミ製保温シート
- ビニールシート
- 多機能ナイフ
- ロープ

鳶尾の山河は美しい

鳶尾いきいき会 会長 並木 孝信

鳶尾に移るまで住居を転々とした。生まれは波荒き北海道厚岸。馴れない原野開拓に失敗した父母が、入植2年目に失意のうちに東京に舞い戻った。私0歳。従って北海道の冬の荒涼も夏の広大な新緑も知らない。身一つで帰京した父母は向島の貧乏長屋に腰を落着けた。そこに戦争で焼失するまで一家10人が起居する。

小作農家の次男坊の父は分けてもらえる土地もなく、小学校卒業だけの無学(それでも独学で「古事記」などを読んでいた)で、職業をいくつも変えた。賤業といわれた革のなめし工場の職工、家具屋のわか職人、東京拘置所の官吏見習い、造船所の守衛などなど。若い時は貧乏人相手の米屋を商い、たちまち貸し倒れたという。

そんな父母に従って下町の向島へ。小学校3年生で集団学童疎開により茨城・笠間。さらに空襲を逃れるため秋田・金浦のお寺に移住。そこは浄蓮寺といつて、日本で最初に南極探検を敢行した白瀬中尉の生家。晩年の中尉を一度だけかいま見たことがある。小さなおじいさんだった。

敗戦の昭和20年暮れ。父の実家の北多摩・清瀬に帰り、家族とともに過ごす。父が焼け野原の東京・砂町に家を建て移り住む。夜間高校に入るや家を飛び出し、世田谷の梅ヶ丘、文京の氷川下、相模原の上鶴間、そして昭和53年に鳶尾へ。春の野の花々、夏の夜の花火、秋の空を染める夕焼け、冬の大山の冠雪。鳶尾の山河は美しい。おそらく終の栖となるだろう。



役員のスキルアップと

鋭気を蓄える

七沢第二しあわせクラブ 田澤 和夫

玉川地区しあわせクラブでは、去る7月14日、七沢温泉において役員研修会・懇親会を、27人が出席し実施しました。

研修会では、①単位しあわせクラブ・地区しあわせクラブの機能および今後の方向性、②厚木市しあわせクラブ連合会の収支概要と課題、といういささか硬いテーマでしたが、講師役の玉川地区会長が、グラフ等を取り入れたわかりやすい資料を作成し、ポイント的に解説しました。

①のテーマでは、単位しあわせクラブ・地区しあわせクラブが、どのような役割が求められ、その機能をどのように発揮していけばいいかを考えました。

②のテーマでは、平成29年度の収支の概要とその特色、福寿基金特別会計の概要を理解しました。さらに各テーマに関する今後の課題を考えました。

研修会の質疑は懇親会の場に移すこととし、五つの単位しあわせクラブ会長の役割分担で、主目的(?)の懇親会が始まりました。

冒頭、厚木市しあわせクラブ連合会等の会長を退任された三橋道明様、岡津古久しあわせクラブ会



お楽しみの懇親会

長を退任された山室正様からごあいさつをいただき、お二人の労を称え、役員お互いの健康を祈念しながら、堰を切ったような高々とした声で乾杯を行いました。飲み、歌い、語り、即興の踊り等で、はじめは少し涼しかった部屋も、老人パワーの熱気でエアコンの設定温度を下げるほどでした。
合言葉の「元気で、仲良く、楽しく」を実感した有意義な懇親会が終了しました。
会場の外にはすっかり夜の帳がおりていました。

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

団体旅行・グループ旅行に
関する事ならお任せください!!
楽しい旅のお手伝い

株式会社 新中央ツーリスト
本社営業所
〒245-0014 横浜市泉区中田南2-1-30
☎045(805)1173
◆厚木市担当: 田中(厚木市在住)◆

厚木の個人・法人の法律問題は当事務所にご相談ください。

弁護士法人 **前島綜合法律事務所**
相続・遺産分割協議 交通事故 債務整理 夫婦問題 等々
笑顔・親切・軽いフットワークをモットーに
弁護士9名体制で対応させていただきます。
■本厚木駅前事務所 神奈川県弁護士会所属
神奈川県厚木市旭町1丁目27-1 後藤ビル2階
☎0120-747-783
http://www.law-maeken.jp/

遺言は安全確実な公正証書で
相談は無料でお受けします

厚木市中町 3-13-8
(オリジン弁当さんの2階です)

厚木公証役場
電話 046-221-1813
FAX 046-221-1819

相続 贈与 事業承継
なんでもお気軽にご相談ください

渡辺敬三 税理士事務所
厚木市旭町 5-37-18
電話 046-228-2951
http://wit.gonna.jp

各種ゴム部品設計製造

株式会社 大和ケミカル
厚木市上依知 1405-3
TEL 046-245-3871
FAX 046-245-7109
http://www.yama-chemi.com

株式会社 開発工業

土木工事業 / 機械土木工事業
骨材各種(砂利・砂)販売
一般貨物自動車運送事業

厚木市下荻野 863-2
TEL.046-241-3364(代)

神奈川県司法書士会会員

菊池利男司法書士事務所
司法書士 菊池利男

厚木市寿町3丁目4番9号(厚木消防署南隣り)
TEL.046-223-6877 FAX.046-223-6903

税についてなんでもご相談ください
相続対策・税務対策・事業継承・税務申告

税理士法人 西総合会計

公認会計士 西 厚夫
税理士 行政書士

厚木市水引 1-14-24
☎046-223-2893(代) 厚木税務署 入口近く

三二通信

*厚木町の終戦直後の思い出

私が初めて見た米兵は、大きくて軍服のままの姿で、10人くらいのグループで目はキョロキョロ、ガムをカミカミ、元町を歩く姿は不気味で家の障子からのぞいていました。

それからしばらくして町も落ち着き、旧小学校(現イオンのあたり)の校庭で町内対抗の運動会の話がはじまり、元町でも多数の青年が復員して来ていて、「元町は運動会で優勝するんだ」と、町内にある相模ゴム会社の庭を借り、每晚練習をしました。



撮影 相原 武さん

そのかいもあって「優勝」することができ、厚木町の優勝盾(特大)をもらうことができました。町内会長さんも喜んで元町公民館へ飾りました。役員会などで公民館へ行ったときは、何度も誇らしく見上げていました。

しかし、年月が経ち盾ははずされその場所が今はエアコンに

変わり、盾があちこちにおかれ、先輩たちが気にして妻や知人に話していたとのこと。

私も参加した一人として気になつていたので、元町自治会長の榎さんにお話したところ、気持ちよく市へ話していただき、小林市長さんも受けてくださり、本当にうれしく、先輩たちも喜んでくれると思います。

小林市長さん、市と自治会の役員さんに大変感謝しています。

私も87歳という高齢になり、皆様にお伝えしておかなくてはと思い、この「終戦直後の思い出」を書くことにいたしました。

(元町福寿会 大木 幸子)

*地区老連の活動の一端を

紹介します

他の地区老連と多少異なると思いますので、紹介をかね記すると、森の里は1〜5丁目の5自治会で老人クラブは2団体です。

住区により所属するクラブは異なりますが、各クラブの行事・活動には自由参加を原則に、お互いの会員交流を促進し、さらには地域の各種活動の高揚に寄与していると思います。

毎年、春・秋の日帰りバスツアーを企画、実施。会員が主体ですが、参加希望の方がいれば、乗車定員までは同行。

今年の秋ツアーは、川越の城下蔵町と喜多院そして草加煎餅焼き体験コースを堪能する1日

ツアーでありました。

(森の里地区老連会長 松井 洋一)



草加煎餅焼きを体験

*端唄を楽しむ

毎月2回の仲間の集い親睦会でふだん接することの少ない「端唄」を聞く会を開いた。師匠は森の里在住の芸名「藤京」さん。NHK「昼のプレゼント」「芸能百選」「邦楽のひととき」などに出演。

「端唄」とは藤京さんによると江戸中期頃、音楽文化の一つとして親しまれた小曲の歌いもの。

お弟子さんと二人で三味線の音に合わせて「お伊勢参り」



三味線に合わせてみんなで合唱

「梅は咲いたか」「お江戸日本橋」など6曲を披露。お江戸日本橋では師匠の歌にあわせて合唱。森の里森友会の仲間も加わり暑い夏のひとときを楽しんだ。

(森の里長寿会 和田野 哲也)

*広報委員会の悩み

市老連の会員には大変お世話になっております。「しあわせクラブだより」の制作に携わる委員長といたしましては俳句、短歌、三二通信などの応募数が少ない場合は大変苦労いたします。今回は4月号と同様8ページです。7月1日号は4ページ、その場合は委員が不足分をカバーしなければなりません。



広報委員がんばっています!

また、地区により応募数の多いところもありますが、どうか会員の情報交換の場として地区の新しい活動や珍しいこと。また皆様の身の回りの話など積極的な投稿をお待ちしております。なお参考までに広報委員は18名です。

(金田万年青会 座間 清一)

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

星梅山
妙傳寺

ひとりひとりが主役です
みき い て て
や っ て み る

学校法人 白山学園 小鮎幼稚園
厚木市飯山2377番地
TEL:046-241-1423

学校法人 厚木和田学園
光ヶ丘幼稚園
厚木市恩名3-11-55
TEL.046-222-2561

有限会社 頼住建設
営業種目 土木工事・舗装工事・外構工事
エクステリア工事
厚木市飯山3194-2
TEL.046-247-5575
FAX.046-248-3614

S a n d a HOIKUEN
社会福祉法人 三田福祉園
三田保育園
三田保育園では地域の子ども、お母さんのための
子育て支援センターを開設しております。
厚木市三田350-3 TEL.046-241-9127

社会福祉法人みどり会
TEL.046-223-7555

- ★みどり保育園 厚木市戸室
- ★もみじ保育園 厚木市松枝町
- ★きらら保育園 横浜市金沢区
- ★かのかん保育園 横浜市金沢区
- ★きららこどもの家 横浜市金沢区
- ★地域密着型特別養護老人ホーム きみどり 厚木市戸室 TEL.046-204-6961

限りある資源...身近なことからはじめよう

非鉄金属の再資源化を通し、資源の枯渇や地球環境への負荷の低減をはかり社会に貢献します

非鉄金属・貴金属原料専門
株式会社 メイシン マテリアル
厚木市山際 527
TEL.046-204-1515

総合防水工事 / 防水 / 塗装 / 営繕補修施工
防水工事のことなら、
私たちプロフェッショナルにおまかせ下さい

有限会社 難波工業
防水工事請負は専門家におまかせ下さい。
特にビルの防水工事相談承ります。
厚木市下荻野 1177-6
TEL.046-241-2555 見積無料



俳句

柿簾日は燦々と鄙の里

ひばり賢人会 大和 昭一

夏祭り稽古太鼓の高鳴りぬ

妻田長寿会 鈴木 嘉明

初鳴きの蟋蟀雨のあとの闇

田園ひなし会 長友 利雄

アルプスの切り立つ尾根の霧襖

田園ひなし会 長友千代子

露の玉里芋の葉をころげ落ち

宮本第一寿会 長谷川美雪

盆迎え思は亡き友の笑顔かな

戸室長寿会 小林 政子

竹林に紅さすごとくあかね雲

愛名九十九会 山崎ナミ子

ひっそりと咲いた小花を雨あらふ

愛名九十九会 工藤智恵子

炎天や大なみ小なみさざめいて

愛名九十九会 青木みよ子

梅干しになくはならぬ赤きしそ

愛名九十九会 佐藤 三郎

終活をせかさるおもひ明易し

愛名九十九会 林 きる子

人生は人と仲間の物語

長谷長寿会 大山 瑞枝

金魚草花引っぱって蜘蛛の糸

七沢第一しあわせクラブ 藤田すみ子

田園のコスモスの花旅誘う

相生老友会 朝倉 勝久

短歌

幼き日母の袂を握りメめ

懐かしきかな縁日の夜

旭町一丁目老人会 三平 豊子

母の着し袖を解いてリメイクす

姉と三人の揃いの帽子

上依知若葉会 永瀬 マサ

石路の根元になくせしボール出でて

よし頑張ろうグラウンドゴルフ

上依知敬友会 矢後喜久代

青田かぶ四季の速さに夏が去り

実る稲穂の生る基なり

下川入寿会 飯田 タケ

最近のお笑い芸人智にすぐれ

文才笑才の底力を見ゆ

大磯に大洋をみて復興の

想いを練りしか吉田茂は

林第二長寿会 花上 百代

稲穂つづく向うの土手に彼岸花

ゆるるが見ゆる平和が見ゆる

林第二長寿会 平林 慶子

猛暑去り秋の巡りて阿夫利嶺の

空にゆつたり鱗雲満つ

七沢第三しあわせクラブ 荻山 清治

肩凝ると言いながらも好きだから

ナツメロ歌いっレース糸編む

森の里長寿会 津田 史子

お知らせ

来春4月号の特集は広報委員の総意で「私のふるさと」と題して募集します。

歴史のある厚木市も県央都市として発展、同市への移入が増えてきました。それぞれのふるさとの思いを原稿に託し投稿をしてくださいます。400字以内、写真歓迎。(広報委員会)

スポンサーへの御礼

本紙の発行に際しまして御協賛いただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。今後とも倍旧の御厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

編集後記

実りの秋は楽しい収穫期。色づく木々の葉、実が熟れ落ちる。スポーツの秋、読書の秋と人々の心を和ませてくれる季節でもあります。今年の四季は南北日本列島大荒れでした。その負を乗り越え、秋を楽しみましょう。そんな生活感を紙面に反映させてください。(広報委員会)



皆さんの原稿を募集します!



【一般投稿】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100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 11/25) ★次回発行は1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

★★★★ 私たちは厚木市しあわせクラブ連合会の活動を応援しています。★★★★

安い価格で きれいな仕上がり 住み良い住宅 明るい住まい 総合インテリア おかげさまで47周年 株式会社 三光工芸社 新設 飯山工場営業所 厚木市妻田東 3-11-23 厚木市 046-223-3962

家族葬から大型葬まで選べる3式場に対応 「フロア貸切型」葬祭施設 湘和会堂本厚木 本厚木駅前より徒歩3分 ミロード2 本厚木駅 湘和会堂 厚木市旭町 2-8-17 ☎046-220-1220

宇宙と地中から元気をもらう宿 七沢荘 厚木市のシルバーチケット使えます 厚木市七沢1826番地 Tel.046-248-0236 iyashi@nanasawasou.jp

あつぎ美容クリニック 美容外科 形成外科 皮膚科 (自由診療) 【診療時間】8:00~17:00 土日祝日も診療 予約制 厚木市中町4-16-18 ヤギビル6F 「本厚木駅」北口より徒歩4分 TEL.046-210-3222

企業・学校関係・各種団体・各イベント 個人宅などへお弁当を配達します どやちゃん弁当 DOYACHAN BENTO 配達範囲・配達時間・ご予算などお気軽にお電話下さい TEL 046-244-0556 注文受付/9:00~14:00 厚木市中町1-7-13

わたしたちは厚木しあわせクラブを応援しています!!

公的年金の受け取りは 便利で安心なJAあつぎで! うれしい特典が盛りだくさん! くわしくは、お近くの窓口までお問合せ下さい。 JAあつぎ

豊・襖・クロス 見積無料 60歳以上の方限定シルバーサービス実施中! お気軽にお問合せ下さい ☎0120-78-0541 株式会社 マルコ住総 厚木市寿町3-12-17 (厚木小学校隣り)