

ご自由にお持ちください

かがやきだより 都筑 第53号

都筑区の花「さくら草」



区のシンボルマーク
TSUZUKIの[T]をモチーフに、
緑と整備された街並、豊かな水を
表現しています。

発行 / 令和4年1月1日
都筑区老人クラブ連合会
横浜市都筑区荏田東
4-10-3
(都筑区社会福祉協議会内)
TEL 045-944-1826
発行人 / 桑原 正盈
制作・印刷 / 株式会社ニチコミ
TEL 03-5718-3900
<http://www.nichicomi.com>



「川和駅周辺」 あじさい会 鮫島 洋 撮影

も く じ

新年のごあいさつ

都筑区長 佐藤 友也 P2
都筑区老人クラブ連合会 会長 桑原 正盈 · P2

特集：友愛活動 P3～P9

永田 麗子・岩瀬満里子・安岡 重喜
河合 哲・堀 和子・大澤美恵子
中山 洋子・溝口 丈夫・今西 逸生
中野 忠勝

事業報告 P10

川和地区グラウンド・ゴルフ大会／ペタンク大会
総務部「横浜シニア大学／都筑」全8回
女性部「手芸講座」

新任会長あいさつ P11～14

文芸／写真募集／原稿募集 P15

つづき写真集 P16

編集後記 P16

区長あいさつ

「ふるさと都筑」を目指して

都筑区長 佐藤 友也



かがやきクラブ都筑の皆様、新年明けましておめでとうございます。

います。

旧年中は、市政及び区政の推進に様々な御支援、御協力をいただき、誠にありがとうございました。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

一昨年からの新型コロナウイルス感染拡大について、基本的な感染症対策の徹底、ワクチン接種な

会長あいさつ

コロナ禍から新たな飛躍を！

都筑区老人クラブ連合会

会長 桑原 正盈



会員の皆様新年明けましておめでとうございます。平素から

区老連の各種活動にご協力いただきありがとうございます。

どに多大なる御協力をいただいたことを心より感謝申し上げます。横浜市は、市民の皆様への命と暮らしを守るため、3回目のワクチン接種や更なる医療提供体制の拡充など、新型コロナウイルス感染症対策に取り組んでまいります。引き続き、感染拡大防止に御協力を願います。

コロナ禍で活動が制限される中ではありますが、皆様が工夫しながら続けている活動の一つひとつが、高齢者が住み慣れたまちで暮らしていくための地域づくりに、非常に重要な役割を果たしていると感じています。都筑区では、「つながり」「活力

一昨年来のコロナ禍で、恒例の活動やイベントを計画通り行うことができず大変残念です。

東京オリンピックを終え、10月下旬やく正常化へ動き出しました。コロナへの油断は禁物です。ふれあい芸能福祉大会など新年にずれ込むイベントもありますが、皆様のご協力をお願いします。

◆新部長会で各種課題を推進

市老連の七つの行動計画推進に

と魅力「安心」を実感できるまち、ふるさと都筑を目指しています。区民の皆さまや地域、団体・企業の皆さまとともに歩み、さまざまな課題に向き合い、区役所が一丸となって取り組んでいますので、変わらぬ御支援と御協力を賜りますよう、お願い申し上げます。

結びになりますが、本年が皆様にとって心身ともに健やかで充実した年となり、かがやきクラブ都筑がますます発展されますことを心より御祈念申し上げます。新年の御挨拶とさせていただきます。

あため、三カ月に一度の部長会を開催し、老人クラブの活動PR状況や「開かれた区老連」の状況追及を行います。

皆様のご協力をお願いします。



私たちは都筑区老連の活動を応援しています

医療法人社団 すみれ会
KOBAYASHI CLINIC 小林クリニック
内科・皮フ科・消化器科・肛門科・神経内科・外科

診療時間		午前	午後
	平日	9:00~12:00	3:00~6:00
	土曜	9:00~12:00	2:00~4:00

休診日：木曜日午後・日曜・祝日 ※受付は終了15分前まで
都筑区すみれが丘38-31
☎045-592-0041

★ ヒューマントラストクリニックすずき
内科/消化器科/外科/整形外科/リハビリ科/肛門科/人間ドック/癌検診/特殊外来(巻爪・漢方外来・美容皮膚科)

診察時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	○	○	○	休	○	○	○	休
14:30~18:30	○	○	○	休	○	○	○	16:00まで

土・日曜も診療を行っております
受付は終了30分前まで(日曜初診の方は1時間前まで)
都筑区荏田東4-8-5(都筑区役所駐車場入口前)
TEL 948-3306 http://htcs.jp

積水ハウス指定工事店
大五建設株式会社
横浜市都筑区南山田 2-6-15
☎045-593-1695

すみれ中央薬局 都筑店
● 処方せん調剤 ●
● 在宅介護相談 ●
都筑区すみれが丘37-1-103
☎045-590-0551
FAX045-590-0552

薬局ゆりかご
横浜市都筑区勝田町 316-2
TEL 045-590-6923 FAX 045-590-6922
E-mail kachida@kusuriyurikago.co.jp

佐々木内科医院
診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祭
午前9:00~12:00	○	○	○	/	○	/	/
午後4:00~7:00	○	○	○	/	○	*	/

※第2・4土曜 午後2~5時 【休診日】木曜・日曜・祭日・第1・3・5土曜
都筑区茅ヶ崎南3-15-7
☎045-941-1300

特集 友愛活動

老人クラブの本質は 友愛活動



部長 永田 麗子

Q: 友愛活動は老人クラブ活動の本質だと思うのですが。

A: (永田) まず都筑区の特徴は、各チームできめ細かく居場所・たまり場を立ち上げてくださっているところ。他区のように連合会単位とかケアプラザ単位ではないのです。この長所はこれからも保持していきたいものです。住まいの近くに「行く場所」があることが身体的にも心理的にも大切です。結果として介護保険の軽減にもつながっています。

都筑区の「チームごとの友愛活動」は横浜市の中では珍しい存在です。それぞれがサロン活動などを展開していて、ほとんどのクラブにサロンができています。そのためクラブによって特色

があります。料理教室だ某々サークルだというクラブあるいは本場に静かに見守り中心のクラブもあります。友愛活動の原則は居場所づくりと見守りです。どのようクラブごとに運営していくか、友愛の知識を生かすか、加齢とともに見守っていくかが大切です。クラブによっては、ケアプラザと相談しながら介護認定についても情報提供をしています。老人クラブの仲間同士、遠慮なく言える雰囲気づくりが大切だと思います。活動員自身も高齢になって活動が不自由になる方も増えていきます。これからは友愛活動員同士で見守り合うことが必要な機会も増えるのではないのでしょうか。

Q: 理想の形は?

A: (永田) 皆から頼られる存在ですね。友愛活動員の委嘱を受けているかぎりには皆のことを意識していきたいものです。コロナの時代はお互いの接触が厳しいもので、電話をするとか、訪問の際にはポストを観察するとか夜は明かりが漏

友愛活動部会実績

地区友愛活動部会名 (チーム数)	活動員数	対象者数	各地区友愛活動部会のまとめ			
			訪問	見守り	居場所・たまり場	外出援助・日常支援など
中川 (13)	66	494	12	13	13	6
勝田 (4)	19	139	3	4	4	4
都田 (11)	43	251	5	7	7	3
池辺 (7)	29	110	7	7	7	7
佐江戸 (5)	18	45	0	5	5	0
荏田 (3)	11	165	3	3	3	1
川和 (10)	50	353	10	10	9	10

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

医療法人 匠光会
深澤りつクリニック
泌尿器科・内科・呼吸器内科・消化器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
15:00~18:30	●	●	-	▲	●	-

▲16:00~19:00 (休診) 日曜・祝日、水曜午後、土曜午後
横浜市都筑区中川中央1-28-20 CKビル3階
☎045-914-6330

日曜 祝日 診療 (午前中)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~8:00	○	○	○	○	○	○	×

初診受付は午前は11:50まで。午後は7:50までです。
リハビリテーション科の午後は2:00より

港北整形外科
●各種保険取扱 ●骨粗鬆症検診 ●
●入院・手術設備有 ●駐車場有 ●
都筑区中川1-8-28
TEL(045)913-2665代

小川メディカルクリニック
診療科目: 消化器科・内科・外科・肛門科

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
15:00~18:30	○	○	○	○	○	13:30まで

休診日/木曜・日曜・祝日
都筑区荏田南3-37-15
横浜青葉クリニックセンター2F
TEL 045-943-6566

なかがわ
めまい外来 補聴器外来
耳鼻咽喉科

《診療時間》 平日9:00~12:30/15:00~18:30
土曜9:00~13:30
《休診日》 日曜・祝日・木曜午後

都筑区中川1-19-23 大久保第5ビル1F
TEL 045-914-3800

アキコルミエール眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:45~12:30	○	○	○	○	○	※	○
15:00~18:30	○	○	○	○	○	○	○

休診日: 木曜・日曜・祝日 ※土曜は13:00まで

都筑区茅ヶ崎中央51-1 ベルヴィル茅ヶ崎3F
☎045-945-1113

ハートフル薬局荏田南店

月・火・木・金曜日 9:00~19:00
水曜日 9:00~13:00, 15:00~19:00
土曜日 9:00~14:00
日曜日・祝祭日 休業

〒224-0007 都筑区荏田南3-37-20
TEL 045-949-2525
FAX 045-949-2526

◀
 れているかとか、そつと見守ることも大切です。

外出支援も、言つてこられたら気持ちよく対応します。また、してほしいかなという素振りがあれば対応します。あれどうしたこれどうしたは、こちらから言わないようにしています。

居場所・たまり場 サロン「弥生会」

すみれ会 永田 麗子



サロン立ち上げのきっかけは2010年1月の全老連セミナーでサロン活動の紹介があり、関西では積極的に展開されていました。

クラブに帰り、定例会の他にも気楽に集う場が大切だと思い、最初は一人暮らしの会員さんが自宅を提供してくださることになりました。その方の3月20日米寿のお誕生日をきっかけに「弥生会」と名付けてスタートしました。

個人宅で15名以上集まるのは無理となり、会場を町内会館に移して、毎月第4日曜日、午後1時から

心理学でも「人は人とのふれあいなくしては生きられない」と言っています。ふれあい（ストローク）の交換が必須なのです。誰かがそばに居てくれるという思い。そして時間をどう活用するかという「時間の構造化」の問題。一人ひとりが晩

年を迎えた時に、この町内に住んでよかったなと思えるような「明るく楽しいクラブ」にしたいものです。穏やかな老後は、誰もが望むものではないでしょうか。



手芸講習会

ら、会員100円と決めました。ささやかな茶菓子でおしゃべりをしたり、百人一首やトランプ等のゲームやお花見にウォーキングと友愛活動員5名が毎回お世話係で楽しい一時を過ごしています。10年間、コロナの影響で5回ほど

休みましたが、この8月で115回続いております。

弥生会の運営は会計を使わず、100円会費と友愛活動補助金で現在までまかっています。

すみれ会の集まりはどうしても女性ばかりの集まりとなつていますが、男性版として3年前から週3回、木曜日午後1時から囲碁の集まりが町内会館でスタートしています。地元で気楽に出かけられる場は高齢者にとって閉じこもりを予防し、1回でも多く外出できるのは健康にも役立ちます。コロナの影響でせつかくの写真もマスク姿ばかりで美美女のお披露目ができず残念です。参加者の人数が減っていますが、ワクチン接種の効果でまたにぎやかな日が戻るように祈っています。

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

たちはら眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日/水曜・日曜・祝日・土曜午後

都筑区北山田1-9-3
EKINIWA KITAYAMATA1階
北山田クリニックセンター内

TEL.045-595-2110
http://www.tachihara-eye-clinic.com

医療法人社団 若葉会 つづき病院

院長 松原 貴規

●診療科目：内科・リハビリテーション科 ●入院設備：ベッド 123床

外来診療時間	月	火	水	木	金	土	休診日
9:00~12:00 (受付時間 11:30まで)	○	○	○	○	○	○	土曜午後・日曜・祝祭日
14:00~17:00 (受付時間 16:30まで)	○	○	○	○	○	○	年末年始(12/30~1/4)

横浜市都筑区川和町2674-83 TEL 045-941-3380 FAX 045-941-3381

つづき訪問看護ステーション TEL 045-944-1681 FAX 045-944-1681

指定居宅介護支援事業所わかば TEL 045-941-3301 FAX 045-941-3655

介護老人保健施設若葉が丘 TEL 045-948-1281 FAX 045-948-1282
(通所リハビリ30名・入所定員100名)

かずき内科 中川駅前

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45~11:30	●	●	●	●	●	▲
14:45~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日/木曜・日曜・祝日・土曜午後 ▲土曜は8:45~12:30

都筑区中川1-19-23
TEL.045-914-4159

整形外科・リハビリテーション科 徳永整形外科

Tokunaga Orthopaedic Clinic

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

休診日/木・日・祝日 ※土曜は午後3:00~5:00

都筑区北山田1-9-3 EKINIWA KITAYAMATA 1階
TEL 045-590-2525

一 糖尿病内科・内科一 グッドライフクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	○
15:00~21:00	※	○	△	○	○	○	○

※17:00まで〔休診〕土日、その他不定期休あり 祝日午前診療
△19:00まで/昭和大学 北部病院 循環器 医師の診察

完全予約制 ご予約はお電話にて承ります

横浜市都筑区 中川中央1-39-44 2F TEL 045-913-1333

健康の秘訣は 笑顔にあり!

MGCRSシニアクラブ
岩瀬満里子



コロナ禍の中、
思うような活動
もできない昨今

ですが、社協の協力のもと毎週火曜日「憩の場」に多くの会員が集い諸々の情報交換をしております。お得意の料理、手芸、折り紙、編み物など10人集まれば10人の知恵をいただいで楽しんでおります。時には成功例だけではなく年々忘れっぽくなってしまった失敗談を話すと、私も私もと自分だけで

自治会と協力して 友愛活動

さわやかクラブ
安岡 重喜



私は勝田地区
友愛部長、自治
会役員、老人会

会長などの役を引き受けて活動しています。私の地域は団地で4老人会友愛部があります。ひと頃団地では孤独死の方が多

ないことに少しホッとして大笑いになります。笑いは最高の健康法で、科学的な根拠として自律神経系の働きを整えるそうです。少し悩みがあったら、鏡の前で家族との楽しかったことを思い描いてい

れば幸せな気分になって自然に笑みがこぼれてきます。自分の笑顔を見ていけば、そのうち脳内の回路がプラス方向にまわり出し、それがいつのまにか習慣になって心身ともに健康になるそうです。

そして老人クラブの三大運動といわれる「健康・友愛・奉仕」をしてあげる、してもらうのではなく、みんなで励むことができれば、友愛活動の基本である同じ世代の

く出て、孤独死を防ぐため自治会連合で思いやりネットワーク連絡会を区役所、ケアプラザの協力を取り組みを始めました。友愛部も年2回の連絡会議に参加して活動報告をしております。活動の一部はライト運動の見守りで、街灯、階段の球切れ、ポストの詰まり、対象者の居室の消灯など異常を感じた時は民生委員、自治会長に通報して確認してもらいます。残念なこともありましたが、救助で

仲間として支え合うということが自然に成り立っていくのでしょうか。



手芸の集い

きた時もありました。また入院や旅行に行っていたという返事もありません。

他にも友愛活動としてカラオケ会は現在中止です。続けている行事は毎月第4土曜日に美化活動サロンの名で朝9時に集合し、住居周りの道路を清掃します。新型コロナウイルスの流行前はその後集会所で茶菓子を用意して会員の近況の確認できましたが、今は清掃後寸話で茶菓子を配り解散。常時20名く

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

グランドール歯科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:30~12:30	●	●	●	／	●	●	▲
PM 2:30~ 6:00	●	●	●	／	●	●	▲

▲日曜：AM10:00~PM1:30 専用駐車場
休診日：木曜日・祝日・隔週日曜日 **あります**

都筑区見花山1-20 グランドール見花山103
☎045-942-2332

竹村歯科医院

http://takemura-sika.com

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:30~13:00	○	休	休	○	○	○	※	休
14:30~19:00	○	○	○	○	○	○	○	○

※日曜は10:00~13:00/14:30~18:00

都筑区茅ヶ崎中央26-1 エクレール横浜2F **日曜診療有**
☎045-948-4177

えんどう整形外科

センター南駅前
整形外科・形成外科・リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後3:00~ 7:00	○	○	○	○	○	2:00~5:00

休診日：日曜日・祝日 各種保険取扱
P有り(キーサウス駐車場)
都筑区茅ヶ崎中央19-1 タウンスクエア2階
港北東急SC前メガネスーパー2階
TEL045-944-1155

堀元歯科医院

医療法人健成会
HORIMOTO DENTAL OFFICE

診療時間
月~金 9:30~12:50/14:20~18:30
土曜日 9:00~13:00/14:00~17:30
休診日：日曜・祝日

横浜市都筑区中川中央 1-29-2
グランドメゾンセンター北 101 TEL.910-1881

北山田 グリーンデンタルクリニック

KITAYAMATA GREEN DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:30	●	●	／	●	●	●	14:30
15:00~19:30	●	●	／	●	●	★	／

休診日：水曜・祝日 ★14:30~17:00

歯科・口腔外科 北山田駅前
都筑区北山田2-2-1 フォーレスト北山田1F
☎045-534-7574

おやま内科クリニック

内科・循環器科・呼吸器科・アレルギー科
Oyama Naika Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	／	○	○
15:00~18:30	○	○	○	／	○	△

休診日：木曜・日曜・祝日 △土曜午後14:00~17:00
茅ヶ崎中央19-1 タウンスクエア2F
【センター南駅より徒歩2分】
☎045-944-1313



らしい集まりです。
今、会員が求めているのは年2回の懇親会です。今は密になる会食ができないため役員で検討の結果、時

間差で抽選会に招待して景品と弁当、飲み物を渡して軽いあいさつで帰宅してもらおう案に切り替えました。全会員54名に出欠確認の通知を

出したところ、返事は全員出席でした。会場は集会所で老人会役員と友愛部共同で準備して待ちました。当日は時間差で密集もなく、会員は抽

選会の景品、弁当など受け取り喜んで帰りました。後日にも好評の声をいただきました。

新しい友愛活動の模索

東方第一和楽会

河合 哲



コロナ禍での活動が2年目に突入、新年度の活動について考えた時、関わり方の難しさが一番の課題となると思いました。これはコロナ禍に限らず、現代の家族、個人の考え方に大きく依存するものでもあるかと思えます。で

きる限り静かに暮らしたい、余計な世話を焼かないでほしいというケースが少なくありません。それともう一つは活動員自身の年齢の問題です。活動員が高齢化し、人の世話どころではないという時代になってきたことです。

昨年12月にお喋り会と称して、

スマホ、パソコンなどについてフリーディスカッションを行いました。予想どおり、難しい、わからない、使っていない等の意見が多かったのですが、同時に行ったアン

ケートではLINEを使っているという方が多く見られたのには少し驚きを感じました。必要に迫られてかどうかは判りませんが、ご家族に怒られながらも教えてもらって利用されているようで、こういったケースが家族との会話に繋がっているようです。

私どものクラブでは、今年大型スクリーンとプロジェクターを購入し、映画鑑賞などを行う環境、さらに「うたごえ喫茶」のDVDを購入し、皆で歌える環境を整え

ました。さらに、専用のホームページを作成し、先日のシニアの祭典で披露したハーモニカ演奏の動画を掲載したところ、若干ですが反応がありました。

従来の友愛活動と異なるかもしませんが、こういったITを使った方法で多くの皆さんとの交流を深めていくこと、合わせて安否確認やご家族の中での会話促進等にも繋げていければと思います。

繋げよう陽光シニア

陽光シニアクラブ

堀 和子



私たち陽光シニアクラブはグラウンド・ゴルフの同好会として発足し、本年度20周年を迎えます。現在、メンバーの大半が70代後半から80代で週2回の練習も

徐々に参加者が減ってきています

(特に男性)。今、練習に参加されている皆さんはオールシーズンを通して暑さ、寒さにもめげず「疲れたね」と言いながらもプレー前にはラジオ体操を全員で行い、休憩時にはしっかりと水分補給をして元気に頑張っています。週2回の練習日には必ず公園内のゴミ収集と、半年に数回有志による公園整備、草刈りを行っている

ます。

公園内がきれいになつてきているため、最近ではゴミを捨てて行く人たちの中に、汚くしては申し訳ないという思いが芽生えてきたのか、お弁当の空殻やペットボトル、お菓子の袋等を植込みに隠すように捨てて行くようになりました。「そんな心があるなら捨てるな」と言いたいところですが、忍・忍・忍耐とつばやき

ながら頑張つて収集しています。

また、メンバーの親睦を深めるとともに家に引きこもりがちな方たちもお誘いし、月1回の映写会を開催していましたが、昨今のコロナ禍のため、中断しています。マンションの集會室を借りての映写会なのでコロナ感染の状況を見ながら再開を検討したいと考えています。また、体調不良で練習になかなか出て来られ

ない人、外に全く出たがらない人、ご近所の年配の方たちへの声かけ、

訪問も有志の皆さんと少しずつではありますが進めています。

今後とも地域の皆さんとともにより繋がりを持てるよう常に問いかけな

がら歩んでいきたいと願っております。

コロナ禍のサロン

白寿会 大澤美恵子



平成24年4月、会員の親睦をはかる場として500円の会費の昼食会「友愛サロン」をスタートしました。以来、毎月の行事として、会場は八所谷戸自治会館をお借りして実行してきました。会員は20名前後が参加し、準備を行う5名の友愛活動員も、当番になった白寿会の役員も大変楽しみだったようです。特に毎回食材、

酒、スイーツなどの寄付が多く、豪華な昼食となりました。食後はトランプ、ゲーム、映画観賞などで楽しい時間を過ごしました。

しかし、2019年(令和元年)12月、中国武漢で発生した新型コロナウイルスは、2020年(令和2年)1月、日本で感染が確認されました。以来、感染が広がって世の中の状況は大きく変わり、ステイホーム、3密の回避、緊急事態宣言などで、6年あまり続いたサロンも、3密に関わる室内での開催ということが残念ながら開催できなくなつてしまいました。



「公園サロン」でのびのびと

日本で感染が確認されて1年あまり経つた今年2021年(令和3年)

5月、ワクチンの予防接種も始まりましたが、まん延はなかなか収まりそうになく、会員より「毎日、家に籠りテレビを見て過ごす生活にストレスを感じる」「のびのび体を動かしたい」という意見もあり、飲食もなく残念ですが3密を避け、ラジオ体操、ペタンクの練習、試合などを行う「公園でのサロン」を開催しました。会員の好評をいただき次回6月も小高い丘の上の公園での開催を計画しました。このコロナ禍が一日でも早く収まることを願わずにはられません。

グラウンド・ゴルフと友愛活動

悠友会 中山 洋子



新会長佐々木氏のもと、悠友会はスポーツ部があります。グラウンド・ゴルフは代表の松本氏、副代表の久慈氏が練習日には早く出て、公園整地、コース作りをしてくれます。毎

月偶数日の日曜日、午後1時より2回が練習日です。

その他に同好会、元気会と3つ会があり、自由に参加できます。15名から20名くらいの参加者です。年1回の大会も行い、和気あいあいと楽しく練習しております。

私ごとですが、踊りのボランテアを15年しており、加賀原地域ケアプラザ、すいせん、福寿園に毎月1回ずつ参加しておりますがコロナ

禍のため今はお休みです。4月からは都田小コミュニティハウスでの踊りの練習も始まり、コロナが終息する日を祈っております。

一人暮らしでグラウンド・ゴルフの練習日などいろいろとすぐ忘れてしまう方に電話をしたり、家まで行ってひと声かけたり、散歩やららぼーとまで買い物に行つたりと感謝され、とても喜ばれています。いつも声をかけてもらいありがとうございます。



月に2回練習しています





ど言われますと私自身幸せを感じます。今はサロンで歌を歌ったり、お話ししたり、ラダーゲッター遊びも

できず、グラウンド・ゴルフだけが楽しみのようです。自分自身健康で友愛活動員として少しでも皆さんの

お手伝いができることを嬉しく思います。これからも皆さんと楽しく元気に過ごせますよう念じております。

団地を生かした友愛活動

川和団地シニアクラブ

溝口 丈夫



川和団地は4階建の建物が13棟あり、全部で280

所帯が住めるマンションです。昭和45年に活動をスタートし、今年で55年になります。御多分に漏れず子ども数が減る一方、一人暮らしの方も含め高齢化が進んでまいりました。ちなみに小中学生の人数は、昭和60年が160名に対し、令和3年は37名と4分の1以下に減少しています。さて、平成20年からスタートした

友愛活動は「訪問・見守り」を中心に友愛活動員5名に対し、一人暮らしの高齢者15名を対象として活動を開始しました。団地の特性としてお互いの住居が近いいため、郵便ポストのチェックや夜間の点灯の状況など比較の見守りやすい利点があります。これらの団地内友愛活動のまとめとして、年4回（3月、6月、9月、12月）友愛会議を開いて、活動員それぞれ担当高齢者の状況報告を行い、内容把握と意見交換を行います。

次に、平成23年から「サロン・たまり場作り」が加わりました。これに対しては当団地では既に30年ほど前から「木曜会」という名前で高齢者間の交流と親睦を広げることを目的に毎月第一木曜日の午後1時から3時頃まで団地内集会所でいろいろなおしゃべりを楽しむ会があり、この集まりはまさに「サロン・たまり場作り」にぴったりだったので、早速平成24年7月から参加しました。

以来、木曜会のすべての催しに積極的に参加しています。内容は、会場の飾りつけから始まり、季節にちがってクリスマスや節分などの仮装大会や日本舞踊などの演芸大会など毎回工夫を凝らした企画が催されています。軽食付きのお喋り会も含めたサロン活動を通して、お互いの親交が深まり、生きがいを感じたり、前向きに生きようとの姿勢が感じられ

きたのが荏田南地域です。ここは戸建ての整地が点在し、働き盛りの人がどっと押し寄せてきました。緑多い住宅地で、まちづくりの生活基盤は自分たちで築きあげていこう、という自治意識の高い人たちが大勢いました。中心地にはどんぐり公園が

あり、ほどなく住民の強い要望で自治会館が建設され、多くの人たちの憩いの場となっています。

「荏田南どんぐり会」は発足して6年目を迎えました。114名の会員数は都筑区内でも最大級の組織となっています。11名の役員は、自治

高齢者パワーを大切に

荏田南どんぐり会

今西 逸生



港北NTが造成されていく中、ひと足早く移住して

「荏田南どんぐり会」は発足して6年目を迎えました。114名の会員数は都筑区内でも最大級の組織となっています。11名の役員は、自治

会経験者や民生委員、認知症キャラバンメイトなど、ノウハウや旺盛な好奇心を持った人たちの集まりです。会の目的は、①ともに生きる仲間づくり、②心と体の健康づくり、③地域貢献へのボランティア活動、④自治会との連携などです。活動内容

るようになっていきます。残念ながら、昨年初めからコロナのため木曜会は中止しています。なんとか早くワクチン接種を終えてコロナを追い出しましょう。



仲良く活動するメンバー

