

広報部

① 機関紙「かがやきだより都筑」 年2回発刊



第54号 6月1日発刊
第55号 1月1日発刊
発刊部数：カラー3,900部

② 機関紙「フォトニュース」 年2回発刊



第9号 11月1日発刊
第10号 3月20日発刊
発刊部数：4,000部

③ 機関紙「かがやきだより都筑53号、54号」 投稿者の集い

実施日：3月24日(金) 場 所：まちづくり館
参加者：19名

女性部

① 手芸講座

実施日：6月29日(水)、30日(木)
場 所：まちづくり館
参加者：延べ44名
内容：アクリルたわし「エプロンドレス」



② 上を向いて歩こうウォーキング

実施日：11月14日(月)
会 場：川和富士までの往復
参加者：36名



③ 施設見学会

実施日：10月3日(月)
場 所：鎌倉鶴岡八幡宮参拝と鎌倉殿の
参加者：13人
13人大河ドラマ館見学
参加者：39名

④ 認知症講座

実施日：11月29日(火)
場 所：まちづくり館多目的研修室
参加者：40名
内容：ふまねつと運動体験

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

不動産投資コンサルタント
Century 21
(株)横浜タウンサービス
本社 都筑区東山田町871 TEL 593-3555
仲町台店 都筑区仲町台1-6-1 TEL 949-3555

TJC 不動産よろず相談所
高橋住宅センター 株式会社
横浜市都筑区牛久保東1-32-40
TEL 045-591-3535
FAX 045-591-3529

学校法人 渡辺学園
港北幼稚園
都筑区早淵3-35-25 ☎593-3142
FAX 593-4481
学校法人 渡辺学園
ゆうゆうのもり幼保園
都筑区早淵2-3-77 ☎590-0765
FAX 590-0772

・一般防水
・リノベーションリフォーム
・外壁塗装
株式会社 高橋防水
横浜市都筑区川和町916-6
☎045-532-9570

リフォーム・ビル管理・清掃修理一式
塗装一般・ハウスクリーニング
MK 有限会社 松本興業
都筑区川和町852番地の7
☎045-932-1354

株式会社 COM
Custom Order Made
横浜市都筑区川向町1331
☎045-475-9144

文化教養部

③ 歴史講座

実施日：1月25日(水)
場所：横浜市歴史博物館
館2階講堂
参加者：84名
内容：講演「横浜の天然製氷」
講師：横浜市歴史博物館
刈田 均 副館長



② ことぶき趣味の作品展



実施日：10月7日(金)～11日(火)
場所：都筑区民ホール(全面)
展示品：絵画、写真、手芸、工芸、俳句、短歌、川柳、書
出展数：174点(会員162点、非会員12点)
来場者数：約500名(作品目録の配布数) 祝長寿(90歳以上)の方、6名

① 俳句の集い



実施日：8月31日(水)
投句者：49名
参加者：34名
(投句者20名、役員他14名)
講師：野木 桃花
(俳誌あすか主宰)
内容：特選5句、入選25句の選出、全投稿句についての寸評

② スポーツ吹矢体験会

実施日：7月20日(水)
場所：まちづくり館多目的研修室
参加者：18名

③ ペタンク大会

実施日：10月24日(月)
場所：東方公園多目的広場
参加者：39チーム、117名

④ グラウンド・ゴルフ大会

実施日：11月16日(水)
場所：東方公園多目的広場
参加者：192名

① ボッチャ体験会



実施日：6月13日(月)、15日(水)
場所：まちづくり館多目的研修室
参加者：42名、28名、計70名

健康・スポーツ部

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

 **協栄電機** 株式会社

横浜市都筑区茅ヶ崎東3-10-12

☎045-942-5114

重機械土木工事一式請負
宅地造成工事/外構工事一式

株式会社 大久保建業

横浜市都筑区荏田南3丁目11-16

☎045-941-6423

横浜市・県企業庁 水道局指定 外構工事

有限会社 神原興業

横浜市都筑区荏田東 3-2-3

TEL:045-943-1536

お庭のことなら

株式会社 高山造園

045-592-2939

横浜市都筑区東山田町1505

地下鉄グリーンライン「東山田駅」より徒歩7分

 **株式会社 貝塚造園**

横浜市都筑区茅ヶ崎東2-12-8

☎045-941-2318

— 家具の塗装はおまかせ下さい —

有限会社 腰原塗装

横浜市都筑区荏田東町4408

☎045-911-1525

友愛活動部

① 友愛活動員全体研修会

実施日…1月31日(火)

参加者…219名

場所…都筑公会堂

研修内容…地域ケアプラザって何？

・地域ケアプラザの紹介

講師…福祉保健課 林 昂輝 係長

・横浜型地域包括ケアシステムについて

講師…高齢・障害支援課 有岡 侑希 係長

・地域ケアプラザの役割と活用術

講師…加賀原地域ケアプラザ 五十嵐 徳 所長



② 友愛活動

7地区48の友愛チーム233名が年間通じて訪問、見守り、サロン、生活支援などの友愛活動を実施しました。

③ 友愛活動員委嘱状交付式

実施日：4月7日(木)

場所：まちづくり館多目的研修室

各役員・単位クラブ

① 総会



実施日：5月23日(月)

参加者：老人クラブ代表者他 87名

内容：議案書どおり可決。

② 全国一斉「社会奉仕の日」



参加：52クラブ

内容：公共施設の美化・清掃活動



③ シニアの祭典へ参画

実施日…3月15日(水)

場所…横浜武道館

内容…

・ステージコーナーの出演 中川地区老人クラブ

連合会(踊り…都筑音頭)

・区老連活動紹介コーナーへの出展

④ 体操ひろば(ラジオ体操)

参加…12クラブ

私たちは都筑区老連の活動を応援しています

生コン/建材一式

原木建材株式会社

横浜市都筑区東山田町1245番地

TEL 045-591-5047

FAX 045-591-5043

有限会社 荘田建材工業

横浜市都筑区東山田2-7-16-308

TEL 045-593-4755

株式会社 つくば

横浜市都筑区茅ヶ崎東5-12-1

TEL 045-941-4100

車検・钣金・塗装・ちょいキズ修理

お客様のご要望に合わせてお見積り

車買取 下取りに出す前にぜひご相談下さい

0120-809-339

(有)サンケイ自動車

都筑区池辺町3424 ☎045-932-9339

サンケイ都筑 検索

電気設備設計・施工管理

有限会社 濱電気設備事務所

横浜市都筑区南山田町4502

TEL 045-548-3175

im・prove

— 建物・不動産の価値を高める —

株式会社 佐々木工務店

横浜市都筑区南山田町3821番地の3

☎ 045-591-6636

FAX.045-591-2234

URL <http://www.im-prove1.com>

自由投稿

一人でも多くの会員を！

すみれ会 永田 麗子

中川地区は明治時代に国の制度により五つの村（山田、牛久保、大棚、勝田、茅ヶ崎）が合併し、都筑郡中川村が誕生、中央に川が流れていたことから中川の地名になったそうです。都筑区老人クラブ連合会の地区割も中川地区18クラブとして結束は強く、グラウンド・ゴルフ大会やバス旅行等を実施し、現在にいたっております。

私の住むすみれが丘は北山田土地区画整理組合と東急によつて開発され、昭和48年から入居が始まり、昭和50年の町内会発足時は594世帯2194人で、65歳以上の高齢化率は2・9%。昨年は4416人に対し65歳以上1087人、高齢化率24・6%という現状です。入居から約50年近い年月で高齢化も進みますが、最近では建て替えにより若い家族層が引越してこられなんとか町のバランスが保たれつつあります。



ベルリンの壁前で記念撮影

すみれ会は昭和50年12月7日に発足しました。3代目会長の尾田栄様が昭和56年から33年間すみれ会の他、区老連会長・副会長を歴任された偉大な会長の後を継ぎ平成27年からクラブ会長となりました。20年前に老人会入会後すぐに友愛活動推進員を命じられそのまま友愛活動員をしています。サロン活動の「弥生会」は13年目となるもコロナ禍の影響で参加者が減っており、お花見ウォーキングや室内遊び等を工夫しつつ一人でも多くの方に来ていただけるよう努力中です。しかし、町内会館は外階段が上がった2階の会場で、友愛対象の方には無理にお願いできないのが今後の課題です。

「ふれあい」を大切にし、参加し

て楽しかったと思っていたら、健康寿命を少しでも延ばせるよう願っています。

四季折々の思い出

平台葉月会 渡辺 英夫

昨年4月より平台葉月会会長を務め始めました、渡辺英夫です。よろしくお願いたします。平台のすぐ近くには東方公園があり、3月から4月にかけてお花見で賑やかです。毎月、第1日曜日の午前中に町内清掃と定例会があり、葉月会は第2日曜日の午後1時30分からあります。2月は餅つきです。葉月会は餅米を蒸し、臼に移すと町内会の若手がつき始めます。これを8回繰り返します。

7月は夏まつりです。日陰・夕立ちに備えて町内会、葉月会が共同でテント張りをします。それが終わると、葉月会はかき氷と射的の準備をします。たくさん子どもたちがお客さんです。友愛会はできるだけ毎月の第4日曜日午後1時から2時間くらい行います。誰でも参加できます。ギター、ウクレレの伴奏で子ども

に歌った「ウサギ追いかの山く」の『ふるさと』を歌ったり「あーたろうか、あたらうよ♪」の『たき火』。他にも数曲歌い童心に帰るひとときです。

グラウンド・ゴルフはすぐ近くの東方公園で行います。毎月予定日を申請し、許可を得た日数で予定表を作り会員に配布します。毎週火・木が練習を行う日です。月に1度の月例会があります。当然予備日も設けます。月例会の成績で順位が入れ替わります。この予定表はいつも担当の方が作ってくれます。本当にありがたく思い感謝しています。

次はスポーツ吹き矢です。いつも15人前後の部員が点数を競い楽しんでいきます。

その他、卓球は部員10名前後で汗を流し、麻雀はできる人が少ないとのことでした。

秋は一番紅葉の見頃の11月30日、参加者40名で鴨池公園へ。紅葉を見たりおしゃべりしながら秋の散歩を満喫していました。

そんなわけで令和4年の思い出もたくさんできました。

防犯パトロールは1年を通して日の入りを見ながら時間を決め、年間の時間割を作りました。

「折り紙を楽しむ会」発足

茅ヶ崎長寿会 田中 敏雄

以前、会長になった時に感じたことは高齢の方が気軽に参加できる行事がほしいなということです。1年目は引き継いだ行事を確実に消化。2年目に何かの行動を起こしたいと考えていました。

そして脳裏にひらめいたのが地元にある観音堂のことでした。この観音様では毎年祭礼に長寿会へ案内状を届けてくださっていたことを思い出し、早速寿福寺の住職に相談に行きました。「無病息災」の千羽鶴を祭礼の日に奉納させていただけることになりました。そして会員に呼び



作り上げた作品と撮影

かけて皆で千羽鶴を折りました。折り紙の裏面に願いを書いていたいて、会員全員の協力で祭礼の間に合わせ

ことができました。当日は多数の会員が参拝し、後日改めて住職よりお礼の電話をいただきました。このことがきっかけになり、次は地元の正覚寺の薬師如来様にも延命祈願の千羽鶴を奉納させていただこうと住職にお願いにきましたところ、快く受け入れてくださいました。

後日改めて役員と有志で奉納、参拝に行き薬師如来様に直接お参りさせていただきました、お経を上げていただきました。

この活動と並行して、会員には折り紙を楽しむ催しを毎月定例で開催していたのですが、令和2年度より正式に友愛の中で「折り紙を楽しむ会」として活動を開始しました。この年からコロナで中止のときも多くなり、登録会員にはやむなく折り方図を届けました。図面が理解できない人にはぬり絵の資料を届けたときもありました。令和3年の春ごろにはコロナ感染者が少なくなってきたので、久しぶりに全会員に呼びかけ万華鏡を折りました。このときは多数の参加をいただきました。

役員4名の努力と会員皆さまの協力により、おかげ様で「折り紙を楽しむ会」を3年も続けることができ

ました。折り紙を始めて4年目に入り、充実した会にしていきたいと役員も頑張っております。今日まで関わっていただいた皆さまに厚く御礼申し上げますとともに、これからも折り紙を楽しむ会発展にご協力いただきますようお願い申し上げます。

コロナ禍前の沖縄旅行

GOGOクラブ 矢代 敏幸

2019年7月にコロナ禍前にギリギリ間に合った沖縄旅行記を記載します。

羽田空港からANA航空で沖縄空港まで行き、そこからレンタカーを借り、約2時間かけて沖縄本島北部国頭郡のオクマプライベートビーチ&リゾートへ直行しました。

ホテルの前はプライベートビーチになっていて環境は抜群です。夜にはプライベートイベント&花火大会があり、ムードは最高です。

日中は美ら海水族館へ行き、大きな水槽の前で大きなジンベイザメの泳ぎを見て水槽が小さいのではないかと、ジンベイザメが可哀想に思えてきました。その後、ダイナミック

なジャンプのイルカショーを見に「オキちゃん劇場」の水槽へ移動しました。水槽の前列はイルカの水しぶきを浴びてびしょ濡れになるため、少し奥に席を取りました。豪快なジャンプや泳ぎも最高で見逃せません。

次の日は沖縄本島最北端の地、海と記念碑が見どころの絶景スポット「辺戸岬」で景色を堪能。観光客が少なかったのがよかったとがっかりしましたが、景色は良かったです。沖縄本島も北部の方に来ると人混みはなく、本来の綺麗な沖縄が見られて良かったです。

一つ心残りは帰りに那覇市内にある超有名な観光地「首里城」を見ることができなかったことです。まさか、火災で焼失する

とは思っていません。再建されたときはまた見に行きたいと思っています。



天気にも恵まれました

特集

第9回 シニアの祭典

令和5年3月15日(水) 10時～15時30分に横浜武道館(横浜中区)で健康づくり・介護予防を目的にいつでも、どこでも、誰にでも気軽に楽しめるシニアスポーツの紹介・体験および老人クラブの文化活動などを紹介しました。

仲間づくり、地域づくりゾーンのステージコーナーでは、中川地区老人クラブ連合会が都筑音頭を披露して大勢の方々から拍手喝采を浴びました。

老人クラブ文化活動コーナーでは、多彩な写真を使用したパネルで活動を紹介しました。



練習の成果を発揮



会場の大喝采をうけた
都筑音頭

関係者の皆さん



体験コーナーは大盛況



各クラブの活動に興味深々



短歌

在りし日の夫と旅した青春の
芦の湖湖畔が臉に浮かぶ

東光会 深瀬ノブ子

俳句

残月にせかれて桜満開に

勝田永寿会 佐藤 晃

探梅で一輪見つけほほゆるみ

勝田永寿会 佐藤ユキ枝

百合匂ふグラスにそそぐ白ワイン

すみれ会 男全 コウ

吾子いだく狛犬の宮梅祭り

MGRSシニアクラブ 鈴木 誠

徴の夜や心に謳ふ反戦歌

MGRSシニアクラブ 白杵 実代

満開の桜散りて我が年令惚う!

MGRSシニアクラブ 松下昭四郎

孫の服占める物干し夏陽ざし

東光会 久保 睦夫

ザクザクと霜が降りてる散歩道

東光会 小島 伸義

みそ汁でホツと一息寒い朝

東光会 星 ながこ

入梅季稲の根がはりかえる声

東光会 酒井 耕作

もみじ狩り水鏡に空青きかな

牛久保東年輪会 長澤 節子

春風に散り急ぎしや雪柳

牛久保東年輪会 安藤 博

早春や餌まく背なに鳩の群

つづきが丘クラブ 市川喜美代

冬空に点描のごと群雀

つづきが丘クラブ 服部 倫子

春めくや鯉の蠢き川の連

つづきが丘クラブ 桑原 正盈

野良仕事夫婦の笑顔に風光る

つづきが丘クラブ 桑原みさ子

何もかもただただ忘れ夏座敷

見睦会 小島 克行

ぐずる子をスマホであやすママの汗

見睦会 長田 佳子

音読の子の口元や星涼し

見睦会 市川 進一

侵攻に民は結束不死男の忌

見睦会 小田倉五男

万緑の暁の丘富士光る

見睦会 林 友治郎

初蛙尾つぽ田んぼに忘れけり

見睦会 前田 敏光

川柳

マスクなしどこか似ている誰だっけ

GOGOクラブ 矢代 敏幸

侍も時代も変わってバット持つ

南山田末広会 高橋 幸治

草のなか隠れんぼする露のとう

勝田永寿会 佐藤 晃



私たちは都筑区老連の活動を応援しています

天台宗
観音寺
横浜市都筑区東山田4-32-30
TEL 045-591-4306
FAX 045-591-4314

今、いのちがあなたを生きている
真宗大谷派
真照寺
都筑区折本町1604
☎045-941-9736

永代供養墓
メモリアルガーデン茅ヶ崎
横浜市都筑区茅ヶ崎東3-4
☎045-942-4243

ニュータウン **川和ゴルフ**
【営業時間】
日の出～22:00(受付終了21:20)
ブリヂストンゴルフアカデミー(健康寿命を延ばそう!)
お試しレッスン開催中!
お問い合わせ 都筑区川和町1776番地
☎045-941-8688

イーグルスゴルフ
営業時間 / 朝5時～夜10時半
◆150ヤードの打ち放し(75打席) スクール生募集中!
◆アプローチグリーン練習場あり 打ち放題60分 1,200円
◆本格的グリーン使用 105分 1,700円
◆入場券無料のクラブ会員制あり 年中無休
都筑区東山田町1514-1
☎045-592-6226

セブン-イレブン
横浜池辺町藪根店 横浜市都筑区 池辺町4239-2
横浜佐江戸町店 横浜市都筑区 佐江戸町1727-1
横浜川和台店 横浜市都筑区 川和台12-4

つづき写真集 ～地区・単位クラブの活動～



紅葉ウォーキング
(11月30日)

シニアクラブ和の皆さん



初詣旅行
(2月20日)

中川地区の皆さん



お花見・いちご狩り
(3月28日)

都田荏田地区の皆さん

会員募集中

都筑区老連HP
から!!



写真募集

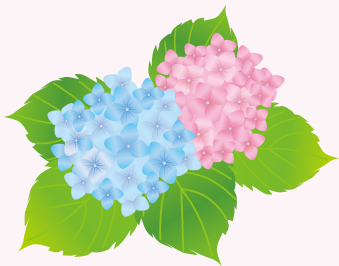
52号から16頁がすべてカラーページになりました。会員の皆様の写真も、カラーで載せることができます。文芸欄同様、皆様の自慢の写真を募集します。毎号について一人1点。所属クラブ、氏名、電話を明記の上、事務局宛にお送りください。



原稿募集

会員の皆さまの投稿を歓迎します

- ◎発行は年2回(1月、6月)です。
- ◎投稿は自作で未発表の文芸作品(短歌、川柳、俳句)、写真、課題投稿、エッセイなど。課題投稿やエッセイには顔写真を添えてください。
- ◎締切りは毎年2月末、9月末。都筑区老連の事務局必着です。
- ◎投稿に際しては所属クラブ名、氏名、電話番号を明記してください。また手書きの際は鮮明な楷書をお願いします。
- ◎内容が社会の公序良俗に反すると思われるときは掲載しないことがあります。また字数圧縮をお願いすることがあります。



- 編集委員
- 部長 小島 克行(見睦会)
 - 副部長 矢代 敏幸(GOGOクラブ)
 - 部員 田中 敏雄(茅ヶ崎長寿会)
 - 鈴木 誠(MGRSシニアクラブ)
 - 堀 博通(陽光シニアクラブ)
 - 大河内武久(東方和楽会)
 - 森 悦子(中里福寿会)
 - 桑原 正盈(つづきが丘クラブ)

編集後記

令和5年5月8日から新型コロナウイルスの感染症法の位置付けが「5類」へ移行され、マスク着用も「個人の判断」に委ねられました。室内・屋内に限らず、汗を流すスポーツは解禁になり、元に戻りつつあります。

●単位クラブの会員の方々の活動も徐々に活発になってきていると思います。老人クラブや単位クラブ主催のイベントに参加して元気に健康寿命を延ばしましょう。

広告を掲載いただきました皆さまへ

本紙発行に際しまして広告を掲載いただきました皆さまに厚くお礼を申し上げます。今後ともどうぞよろしくお願いたします。

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 虹の会
センター北

ひまわり耳鼻咽喉科

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

▲13:00まで 休診日:水曜・日曜・祝日
受付は診療終了30分前までです

横浜市都筑区中川中央 1-37-14 フォンテヌセンター北 2階
☎045-911-8718 ☎050-5533-3876(予約専用)

補聴器相談

片耳(充電器付) 161,000円~

人工知能AI 充電式補聴器

人工知能自動調整 電池交換毎日不要 取り扱い簡単 マスク併用OK

デジタルAI補聴器専門店

ストリートポイントジャパン 出張訪問 承ります

都筑区南山田2丁目-36-11-2
予約制 ☎090-2825-6869

医療法人 諒生会

つちや眼科クリニック

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	※	●	/	●	/

《休診日》日曜・祝日・木曜午後・土曜午後 ※火曜午後は手術日

都筑ふれあいの丘駅前
都筑区葛が谷15-30 フォーレストプラザ2F
☎045-943-1108

株式会社 ニチコミ

弊社ホームページで全国の元気な老人クラブの活動を紹介しています。

ニチコミ 検索

http://www.nichicomi.com/

お葬式の相談窓口

相談・見積り無料
式場見学受付中
出張相談も承ります

大野屋 お葬式

365日年中無休・9時~17時 電話 ☎0120-02-8888

緑のメモリアルアートの大野屋 横浜市都筑区仲町台1-17-3

みなぎデンタルクリニック

MINAKITA DENTAL CLINIC

日本歯周病学会 歯周病専門医

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
09:30~13:00	/	●	●	●	●	●	/
14:30~19:00	/	●	●	●	●	○	/

○14:00~18:00 休診日:月曜・日曜・祝日

☎045-479-4005

横浜市都筑区中川中央1-6-8 ヘルフルール1F