

令和元年(2019年)

夏号

シニアクラブ静岡県(静岡県老人クラブ連合会)広報紙

# シニアクラブ通信

発行所 シニアクラブ静岡県  
 [一般財団法人静岡県老人クラブ連合会]  
 〒420-0856 静岡市葵区駿府町1番70号  
 県総合社会福祉会館内  
 TEL 054-254-5225  
 発行人 寺田 佳弘  
 編集人 シニアクラブ通信編集委員会  
 印刷 株式会社ニチコミ  
 TEL 054-283-5424



元号が変わるのに合わせ地域の自治会、老人クラブを中心に旧沼津御用邸前の島郷海岸を清掃。続けて『令和』の人文字をつくり、ドローンで撮影しました。

写真提供/沼津市役所 産業振興部水産海浜課



長田健男会長を中心に、役員・会員が一致団結。絆を深める多彩な活動で、クラブ活性化を図っています。

参加してみたら楽しかった。継続的な勧誘と地域との繋がりを深める活動。小山町老人クラブ連合会

小山町シニアクラブ連合会は静岡県東北端にあり、会員数1700名、21単位クラブが活動しています。

今年度も既に、連合会主催のパークゴルフ大会やゲートボール大会が開催され、多くの会員が参加しました。これからは輪投げ大会やペタンク大会等のスポーツ行事と共に、町長と語る会(懇談会)や中学生・婦人会と共に開催する三世代の主張大会、高齢者芸能発表会、英会話研修会等が計画されています。

連合会としての活動も活発ですが、21単位クラブの活動も熱心に行われています。

それぞれが、歩け歩け大会や奉仕活動、ふれあい茶論、親睦旅行

等を実施していますが、いくつかの単位クラブでは、小山町役場の健康増進課や介護長寿課と連携して「夢咲処(居場所)」としての活動も行っています。芋煮会や出張販売、指導員を招いての「出張けんこう講座」や「クアオルト健康ウォーキング」などを取り入れ、「まずは家から一歩外へ」を呼び掛けています。

参加者を募るために、チラシを作成したり町の広報などで呼びかけたりします。若手委員や友愛活動員等が「一回参加してみても呼び掛けることで、はじめはあまり乗り気でなかった人たちも、その楽しさに気付き、そのまま入会する人も多いそうです。「参加してみたら楽しかった」と入会された方から言われると勧誘活動にも力が入ります。

会長にお聞きした現在の悩みは、役員のなり手不足と、それに伴う単位クラブの消滅だそうです。単位クラブが消えてしまうと、それを復活するには、大きな労力がかかります。継続的な会員勧誘と若手・女性委員会の活動を通して更に地域との繋がりを深め、シニアクラブの活動を活性化させていきたいと、力強くお話をされていました。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています(中部版)





令和元年度 シニアクラブ静岡県役員名簿

※敬称略

役職名	氏名	所属団体
会長	寺田 佳弘	磐田市
副会長	鈴木 実	伊豆市
	片岡 宏之	藤枝市
	藤田かつ太郎	浜松市
	幸田 享子	女性委員会
常務理事	岩田 光一	県老連事務局
	山崎 春俊	御殿場市
理事	三須 一	沼津市
	加賀 良雄	賀茂郡(松崎町)
	滝澤 義雄	焼津市
	山本 義雄	島田市
	山西 立	掛川市
	杉浦 徹衛	湖西市
	大津きせ子	女性委員会
	大井みつ子	
	渥美 みつ	若手委員会
	戸塚 順一	
	笠原 仁	
監事	飯塚 進	(福) 静岡県身体障害者福祉会
	勝山 明彦	静岡県介護支援専門員協会

役職名	氏名	所属団体
評議員	増田 政男	下田市
	竹岡 正一	伊東市
	森 朝子	熱海市
	海瀬 常明	伊豆の国市
	鎌野 公種	裾野市
	近藤 敏雄	三島市
	山崎 好信	富士宮市
	石川 一彦	賀茂郡(西伊豆町)
	長田 健男	駿東郡・田方郡(小山町)
	八田 稔	駿東郡・田方郡(長泉町)
	鈴木 勇次	牧之原市
	松本 進	吉田町
	丸尾 尚良	御前崎市
	寺本 達良	菊川市
	永田 新作	袋井市・森町
	高林 寛治	浜松市
	本堂 博子	女性委員会
	大石 清子	
	榊原 卓子	学職経験者
	佐藤美千代	
	藤野 勇人	
	瀧 義弘	
	松浦 康夫	
大石 玲子		

新役員決定、新体制スタート  
仲間が集う、魅力あるクラブ目指そう

令和元年5月30日(木)に開催された評議員会において、理事及び監事の任期満了に伴う新理事、監事の選任、それから今期で退任される評議員の補充選任が行われました。

また同日午後に臨時理事会が開かれ、会長、副会長並びに常務理事が選出され、令和元年度の役員が左表の通り決定しました。

新しい役員を中心に県連合会・市町連合会・単位クラブ、会員が一体となって健康で、楽しいクラブ活動を実践することにより、自然と仲間が集まる魅力あるシニアクラブにしていきましょう。

2個人・2団体が  
全老連会長表彰



全国老人クラブ大会参加

12月4日(火)〜5日(水)に沖縄県宜野湾市において第47回全国老人クラブ大会が開催され、本県からは寺田会長以下18名が参加しました。

大会1日目の活動交流会では活動成果や活動事例の発表、意見交換が行われました。2日目は式典で全老連会長表彰が行われました。

《全国老人クラブ会長表彰》

◎老人クラブ育成功労者表彰

梅田 弥祐

(下田市老人クラブ連合会 元会長)

渡辺 權

(南伊豆町老人クラブ連合会 会長)

◎優良老人クラブ表彰

磐田市「城之崎城和会」

(代表 中澤 勝 会長)

◎優良市町村老人クラブ連合会

浜松市老人クラブ連合会

(代表 藤田かつ太郎 会長)

シニアクラブ静岡県事務局からお知らせ

なつかしの愛唱歌集

が新しく生まれ変わりました!!

～懐かしのあの歌この歌、シニアクラブが編さんした歌集です～

『50音順索引』と『唄い出し索引』が新たに追加され、

これまでよりも見やすくなりました。

収録は189曲!!

なつかしの愛唱歌集

700円(税込み)

※請求書につきましては、物品と一緒に同封させていただきますので届き次第お支払ください。

※送料と振り込み手数料はお客様負担にてお願いします。お問い合わせは事務局 ☎ 054-254-5225 まで

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています (中部版)

### あなたの文芸作品を発表してみませんか ふじのくに芸術祭2019 (第59回静岡県芸術祭) 文芸コンクール

募集：短歌、俳句、川柳、詩、小説、  
戯曲・シナリオ、児童文学、評論、随筆  
締切：9月5日(木) 出品料あり、  
「県民文芸」贈呈

詳細は募集要項をご覧ください  
(各市町公民館、図書館などで配布)

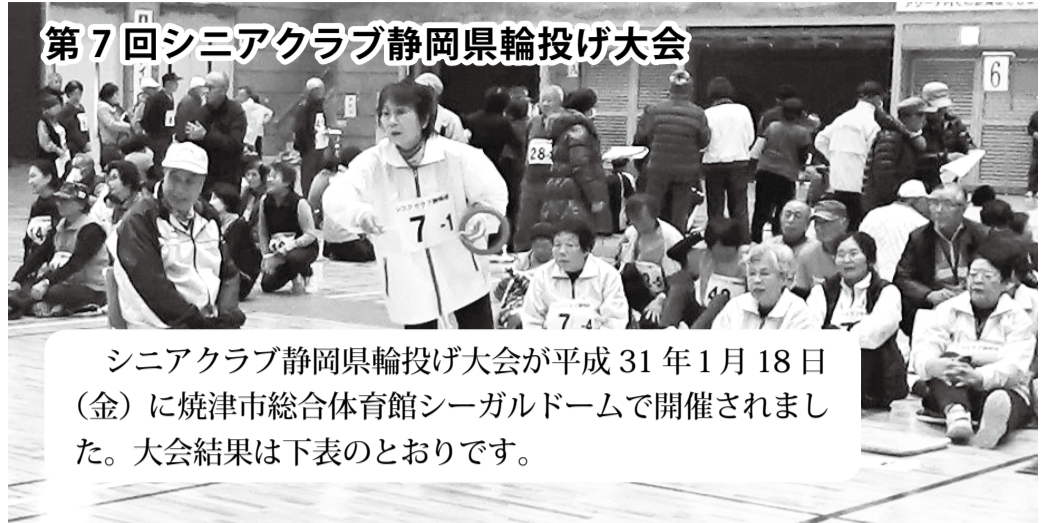


### 第23回伊豆文学賞(賞金あり!) 伊豆をはじめとする県内の魅力を発信する オリジナル作品を募集します

募集：①小説(原稿用紙30~80枚程度)、  
随筆・紀行文(原稿用紙20~40枚程度)  
②メッセージ(原稿用紙3~5枚以内)  
締切：10月1日(火)、メッセージのみ9月17日(火)

問合せ先 静岡県文化政策課  
電話 054-221-2254・3109

### 第7回シニアクラブ静岡県輪投げ大会



シニアクラブ静岡県輪投げ大会が平成31年1月18日(金)に焼津市総合体育館シーガルドームで開催されました。大会結果は下表のとおりです。

#### 大会結果

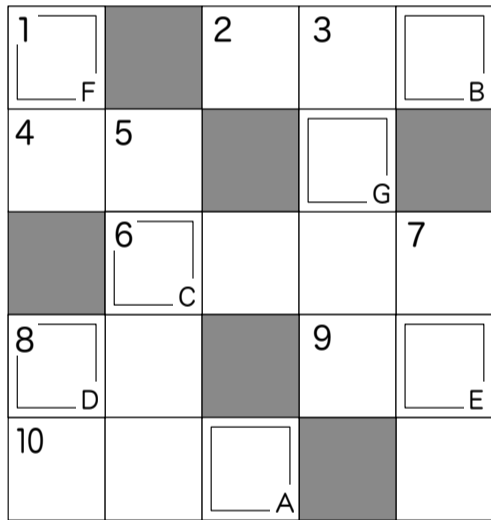
##### 【個人戦】

順位	市町名	氏名	スコア
優勝	浜松市	斉藤 進	161
準優勝	藤枝市	尾村 孝作	158
第3位	御殿場市	田畑 元典	155
第4位	牧之原市	増田 英治	149
第5位	藤枝市	市川 成男	147



##### 【団体戦】

順位	市町名	チーム名	スコア
優勝	浜松市	ねんりんクラブ雄踏	714
準優勝	磐田市	長江みさきクラブ	604
第3位	島田市	元宮の会	579
第4位	御前崎市	御前崎市老人クラブ連合会B	577
第5位	浜松市	シニアクラブ入野地区連合会	567



## 頭の体操 クロスワードパズル

タテのかぎ

- 1、二つの物をくっつけて固定するために使う、先がせん状になっているくぎ。
- 3、土地や図形などの平面の広さ。
- 5、川の上流。
- 7、アジア南部のインダス川とガンジス川が流れる国。
- 8、英語で気体のこと。

ヨコのかぎ

- 2、残りの寿命。余生。
- 4、その時々につけられた物の値段。
- 6、恒星の周囲を公転する比較的大きな天体の総称。
- 8、絵をかくことを職業とする人。絵かき。
- 9、値打ちのある金属で、非常に重く、黄色いつやを持つもの。
- 10、多数の葉が根元から生え、春、濃い紫色の花を開く多年生植物。



前回(160号)の答え

チヤノミヤコ



【応募の方法】 はがき(62円)に答え(ABCの順に並べてできる言葉)、住所・氏名、電話番号をお書き頂き、ご応募ください。正解者の中から抽選で30名の方に賞品を差し上げます。また、ご意見・要望もお書き添えください。なお、ご応募は1人1通でお願いします。  
【応募先】 〒420-0856 静岡市葵区駿府町1-70 県総合社会福祉会館内 シニアクラブ静岡県「シニアクラブ通信」係  
【締切】 令和元年9月30日(月) (消印有効) 当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています(中部版)



# 地域支え合い ～ 私たちの地域の活動 ～

## 私たちの会員加入促進の取り組み

さわやかクラブふじえだ連合会 高柳第2長寿会 岡村秀夫

ここ数年会員数の減少が続く私たちの長寿会では、100名近くいた会員も50数名までになってし



まいました。「このままでは」という危機感と現状を打開するために、二年前からこの課題を事業計画の正面に据えて、緊密に話し合いと検討をして問題点を抽出し、その解決策を考えてきました。

その結果、問題点として、①会員の高齢化。②役員の担い手が無いこと。③市老連や支部の各種事業について、足となる車の運転手が少ないこと。④自分たち長寿会の事業でも準備・お膳立てするスタッフが限られていること。⑤新規会員の加入についても、繋がり

のある人にしか声掛けができないことなどが挙げられました。

これらの課題は、いずれも60歳代後半から70歳代前半の方が入会すれば、ほぼクリア出来るとの結論となり、早々、総会でこの年齢層で10名以上の増加を事業計画の中心にして始動しました。取り組みは、3〜4名でチームを編成し、連合会のパンフレットや自分たち長寿会のニュースを持って、戸別訪問を実施しました。

入会するかしないかは相手が決めることなので、私たちは、長寿会の目的や楽しい事業を丁寧に説明するというPRを兼ねた取り組みを行い、75歳以下9名、75歳以

上2名の新規加入者を迎えられ、二年続けて目標である10名加入を達成し、課題であった活動できるスタッフも充実しました。

今年度は町内会館内にある老人憩いの家を毎週木曜日に開放し、「暇つぶし処」とすることで、ここに来れば輪投げ、将棋、囲碁麻雀、おしゃべりなど、自由に過ごせる場所を提供し、長寿会が主体となって会員以外の人も受け入れていきます。

これからますます進む高齢化社会の中で、健康で楽しく暮らすためには、高齢者同士が助け合い励まし合うことが一番大切です。今後も目標である三桁会員確保を目指して頑張っていきます。

## 「元気で楽しく」仲間づくりに邁進

ふじさんシニアクラブ富士宮 前芝川支部長 佐藤捷世

ふじさんシニアクラブ(FSC)富士宮芝川支部は、人口一万人の芝川町と人口13万人の富士宮市との合併に伴い誕生しました。

芝川町時代は、芝川町老人クラブ連合会と、四地区(内房・芝富・稲子・柚野)合わせ14の単位クラブが組織されていました。

市・町の合併後、FSC富士宮芝川支部として活動を始め、ちょうど10年になりますが、単位クラブ数は激減し、現在は5単位クラ

ブの小支部になってしまいました。

要因は、いろいろと考えられますが、何といたってもその第一は、組織構成員の高齢化です。合併に伴い活動エリアの拡大で移動手段の確保が困難になり、また事務手続きの煩雑さも高齢化した会員には試練の連続でした。

第二の問題として、単位クラブの会長職不在の問題が浮上してきました。会長職を受ける人が見つからず、組織を解散させるケース



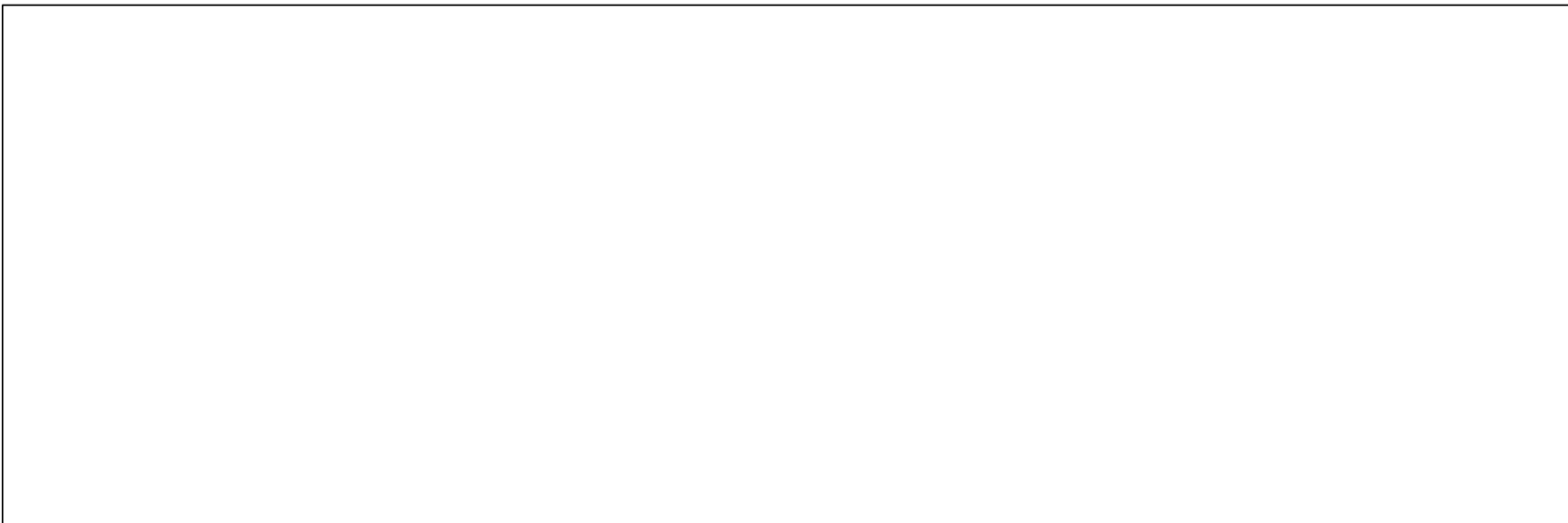
が続出してしまいました。

第三の問題は、福祉活動の一端を担ってきた単位クラブの活動が、地区社協等の他のボランティア活動とうまく並行することができず解散になったケースも多々ありました。

こうした苦しい状況はありましたが、この10年、歴代の支部役員の頑張りで、何とか支部活動を継続してきました。

芝川支部の活動の中心は、グラウンド・ゴルフ、ゲートボールによる健康づくりです。支部主催の大会も今年で9回目を迎え、参加者も年々増えています。各地区にあるグラウンド・ゴルフのサークルと連携し健康増進を目指し楽しく活動しています。第二に、旧芝川町の仲間の親睦を深めるために支部の取り組みとして「大衆

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています (中部版)



地域支え合い  
私たちの地域の活動



昨年、やはりグリーンバンクからいただいた桜の苗木を、道路沿いに植え付け、同時に鹿などによる被害を防ぐ作業を行いました。

年間何回か行う食事会では、お米をはじめ全ての食材を、

そんな一画に、私たちのクラブ

で賑わいます。

私達の住む春野町は、浜松の中心から北へ40キロメートルの、四方を山に囲まれた人口4500人にも満たない長閑な田舎町です。西には秋葉の山を望み、その山頂には火防神(ひぶせのかみ)で知られる秋葉神社が祀られ、年間を通して多くの参拝客が訪れます。また、町の中心を流れる気田川は『日本一きれいな川』を謳い、6月から解禁される鮎釣りシーズンには、県内外から多くの太公望で賑わいます。

親和会はあります。しかし今では、会員僅か30名足らずの小さなクラブとなっています。そのような状態でも、あらゆる活動への積極的な取り組みは、私たちの自慢としていえるところです。

主な活動としては、近辺への日帰りバス旅行から、毎月末に行う自治会館の清掃や、その周りを囲む植木の手入れ、花壇の整備などです。また、休耕田を利用した活動では、県グリーンバンクからいただく種や球根を植え、コスモスやグラジオラス、向日葵、チュウリップ等、多くの花を楽しむことができます。

遊びを伝承させる」取り組みを行っています。地域に住む竹細工の名人の協力を得て、竹とんぼ・竹馬・けん玉・メンコ等の遊びに活躍の輪を広げています。

今後、芝川支部を構成している単位クラブが元気に活動できるように頑張ります。

みんなで持ち寄り、全員で調理します。食事をいただくその時の笑顔を見ると、「先輩たちが築き、今日まで育て上げられたこのクラブこそ、私たちが守っていかねければならない」という思いです。

先達の想いを引き継ぎ、繋ぐ

春野シニアクラブ親和会 鈴木登喜夫

7月豪雨災害救援拠金へのご協力ありがとうございました。

皆様に御協力いただきました7月豪雨災害救援拠金の最終結果を報告します。皆様の御協力に心から感謝いたします。

- 1 シニアクラブ静岡県に送金いただいた救援拠金の合計額/金5,219,574円
- 2 送金いただいた連合会/下田市、伊東市、裾野市、三島市、沼津市、富士市、松崎町、函南町、小山町、清水町、長泉町、焼津市、藤枝市、島田市、牧之原市、川根本町、御前崎市、菊川市、掛川市、袋井市、磐田市、浜松市、湖西市
- 3 寄託先/公益財団法人岡山県老人クラブ連合会、公益財団法人広島県老人クラブ連合会
- 4 シニアクラブ静岡県以外の機関に救援拠金を送金した旨の報告をいただいた市町連合会と送金額の合計額(報告をいただいたのみ)
  - (1) 合計送金額/金618,919円
  - (2) 送金の報告をいただいた連合会/御殿場市、河津町、吉田町
- 5 合計救援拠金額/金5,838,493円



『とっておきの宿』  
特選旅館予約センター  
ゆったり  
のんびり  
びっくり価格!おすすめの旅♪

(例)「若駒と湯豆腐・お蕎麦の京御膳プラン 1泊2日梅ヶ島温泉」  
西部地区(大井川以西) 中部地区(大井川~富士川) 東部地区(富士川以东)

1名様 (16名様以上) 10,800円(税込) 9,800円(税込) 10,800円(税込)

期間:令和元年7月~10月(送迎代・宿泊代(1泊2食)・昼食代(1回)・酒1本付・カラオケサービス・旅行保険代)  
【16名様以上でお申し込みいただいた場合はお客様ご希望日でOKです】

その他、格安をモットーにやっている旅行会社です  
静岡県老人クラブ連合会指定業者

スカイ旅行センター ☎054(237)7988  
静岡県静岡市駿河区敷地1-15-25 (静岡県知事登録第2-519号 旅行業務取扱管理者・興津 純)

2019豪華客船ダイヤモンドプリンセス/横浜発着  
沖縄・石垣・台湾9日間  
大幅値下げこのチャンスに!「人生一度はクルーズ旅」

■ 出発日: 2019年11月4日(月)~12日(火)  
■ クルーズ代金: ¥47,000 → 98,000円より  
船中泊8泊(朝8回・昼7回・夕8回・イベントショー含む)  
(内側2名様1室 お一人様料金/租税・港湾費別)

※お部屋は各種あります。お問い合わせください■パンフレット冊子差し上げます。  
他の出発日・行程もごさいます。お部屋数に制限がありますので、お早めに!!

観光庁登録旅行業304号 日本旅行業協会正会員 (株) **ハマカンパニ** TEL 053-478-2000

..... 私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています (中部版) .....





# シニアクラブ 文壇

短歌 柴田 典昭 選

菊づくりは土作りなりと励みいし  
兄の棺に白菊入れる

浜松市北区 藤生 好則

(評) 菊づくりに一生涯を捧げた兄  
が菊とともにあの世に旅立つとい  
う究極のドラマ。それを一首の中  
に収めた手際が見事です。「白菊」  
の美しさが心に沁みます。

ときめきも傷つきもする黙深き

八十二歳化石にあらず

掛川市 笠原 八代恵

(評) 年寄りには「化石」ではない、  
という心からの訴えをユーモラス  
にまとめました。優しさの薄れゆ  
く時代への警鐘でもあるでしょう。

平仮名で二文字名前希になり

大正も亦遠くなりけり

富士市 渡井 公平

(評) 私の母の姉は上から、みつ、  
いそ、やえ、かな、でした。大正  
から昭和一桁の世代です。キラキ  
ラネームの平成も終わりました。

建築も昭和の形なくなりぬ

九十二年生き変る家並

御殿場市 勝亦はる江

(評) ポツンと一軒家という番組  
が流行る時代です。郷愁は感じて

俳句 甲斐 遊糸 選

若かりし父との別れ水仙花

袋井市 安西ときわ

(評) 「若かりし父との別れ」とは、  
私はずばり戦死と受け止めた。作  
者は、どのような「別れ」とも  
語ってはいない。手掛かりは季語

の「水仙花」。水仙の群生地を知

られる下田市の爪木崎海岸をはじ  
め、海辺に咲く姿が印象的。とす  
ると、海の彼方での戦死。私の思  
いはどんどん広がる。間違ってい  
たらごめんなさい。しかし、発表  
後の作品は一人歩きすることも多  
い。淡々と表現しているが、深い  
悲しみの籠った一句である。

悲しみの籠った一句である。

悲しみの籠った一句である。

牙え返る晩学の夜の机かな

富士市 渡辺 悦夫

(評) 「牙え返る」は「立春を過ぎ  
てようやく春めいた頃、再びぶり  
返した寒気のこと」(角川俳句大

も古民家では生活し切れない時

代。衣食住はまさに人生そのもの  
ですね。

十二代続いた我が家の農業も

あと継ぐ者は一人もおらず

藤枝市 大石 容一

成人の孫娘笑みキラキラと  
心静かに青き空を見る

富士宮市 佐野 崎子

今生の別れを惜しみ語り合い  
瞼に刻む君の眼差し

歳時記・春)。そんな夜、作者は

「晩学」の机に向かっている。さて、  
何の勉強をしているのだろうか。

きつと、この句が誕生した時の自  
画像なのだろうと想像している。

山笑ふ二つに分けるメロンパン

磐田市 牧野 圭子

(評) 「二つに分けるメロンパン」つ  
て、手で割るとしたらぼろぼろと  
零れてしまい上手いかなそう。  
かと言って、包丁で切り分けるの  
も大袈裟な気がするし。そんなこ  
とを考えていたら、「山笑ふ」と  
いう季語がぴたりなのに気付い  
た。急にメロンパンが食べたくな  
った。

急になつた。

急になつた。

金秋や雲頂に夜明け富士

浜松市北区 小鹿 朝子

(評) 「金秋」は「秋。五行の一つ  
である金が四季では秋にあたるの  
でいう」(広辞苑)。別に「錦秋」

富士市 勝又 信也

ありし日よりむしろ身近かな姉と思ふ

ゆずられしブラウス繕ひをれば

榛原郡吉田町 谷内 幸子

たふれるかくずればしなやか注連縄の

でかさにとまげ二礼二拍手一拝

浜松市北区 村松 誠二

ブルーベリー摘み放題の農園で

酷暑忘れて嬉々とし人ら

島田市 有賀 美代

という言い方もあるが、こちらは  
「紅葉が錦のように美しくなる秋」  
(広辞苑)のこと。季語の世界は  
深い。この句「金秋」が良い。頂  
きに懸った雲が、金色に輝いてい  
るのである。

冬天の青をつきぬけ富士白き

駿東郡小山町 米重 初枝

初音聞き誰彼となく笑み交す

浜松市北区 山口 英男

館山の観音像と観潮す

浜松市西区 田中ハツエ

菜の花にしらす添へある朝餉かな

富士宮市 今村 益子

釣り船の沖に出て行く桃の花

浜松市浜北区 山下 勝康

春愁や友の見舞の帰り道

袋井市 鈴木 紀子

## ◆選者の先生のご紹介

短歌 柴田典昭先生

静岡県歌人協会・会長

今回より短歌の選句を担当して

いただくことになりました。

俳句 甲斐遊糸先生

静岡県俳句協会・会長

川柳 佐野由利子先生

静岡市川柳協会・会長

短歌・俳句・川柳

投稿規定

はがき一枚三句(首)以内

(どの部門かを明記してください)

◆原稿の締切り

令和元年9月30日(月)

◆送付先

シニアクラブ静岡県

静岡市葵区駿府町1-70

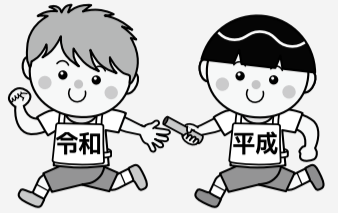
県総合社会福祉会館4F

TEL 054-254-5225

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています <中部版>

平成の思い出

Windows95、たまごっち、Jリーグ開幕、長野オリンピック、きんさんぎんさん、タマちゃん、郵政民営化、iPS細胞、ポケモンGO...



平成は、「災害が多かった。」「日本の景気が停滞していた。」などと、暗いことが多かったと報道されています。

それも事実でしょうが、私個人にとっては40代を迎え、60歳・還暦で退職をし、古希を経て、老境を迎えた30年でした。また、父を昭和の最後、母を送ったのは平成でした。

老後の楽しみにと退職後始めた趣味の俳句もいい師・句友に恵まれ、今では生きがいの一つになっています。

そして、天皇・皇后両陛下が私的旅行で平成30年に静岡県にいらっしやった折、袋井市浅羽の常林寺でご尊顔を拝すことができたことは一生の思い出です。

(天野 薫)

娘の結婚と孫の誕生です。「子は鎧」と言われますが、何回かの危機を救って来てくれました。平成20年7月待望の孫誕生に恵まれました。

以降「お宮参り」「七五三」等々ささやかながら節目節目の行事を越し現在は小学4年生、我が家の絆をがっちり結んでくれます。しかしぼつぼつ反抗期の

入口になったような言葉を感じるようになりました。私たち夫婦も鎧になってもらうことを願いながらも自立した生活を送るため、全てに腹八分目の気持ち、行動を忘れることのないよう心掛けて行きたいと思えます。

(増田和男)

私にとって「平成」は、激動と安泰が同居した時代と思っております。主人の転勤で札幌、仙台、福岡、そして浜松へと、その間、長男の結婚、孫の誕生、次男の結婚、孫の誕生。平成の最後の年に孫の結婚。孫の結婚式に夫婦で参加できたのも、何よりの思い出です。

また、母は95歳で亡くなりましたが、母のために何かできることはと介護を学び、平成6年にホームヘルパー2級をとりました。その後病院に勤めたり、ボケ防止にと色々取り組みました。そのほとんどが、母のために役立ちました。認知症サポートをして、今では、いきいき体操を通して、母にできなかった分を、近くの高齢者の方々と楽しんでおります。

(石田 桜子)

この平成を健康に過ごせたのも、丈夫に産んでくれた両親に感謝して、その分を近くの高齢の方々に楽しんで頂くように日々生活しています。

川柳 佐野由利子 選

あの世まで探し続ける青い鳥

静岡県葵区 望月 弘

(評) 辛い時も悲しい時も、きつと倅せが来ると信じて生きる。最後は「ありがとう」で終わりたいですね。

土に帰り未来を拓く枯落葉

浜松市西区 今田 久帆

(評) 落葉も土に帰り樹木の肥料と成り、また新しい芽を育む。人間も同じように、輪廻転生です。

まず今日を生きて明日を考える

静岡県駿河区 石上 俊枝

(評) 一日いちにちを大切に生きる。況して、お年寄には今日一日を無事終え夕餉につくことが有難く、感謝です。

春がすみいやいやこれは白内障

静岡県駿河区 長谷川百合子

(評) 最近いやにボーっと見えると思ったら：思わずクスッと笑ってしまった句！下6ですが余りの可笑しさに秀句へ。

生きるものに潤いのある雨あがり

袋井市 小林 ふく子

チョコちゃんに叱られぬよう生きていく

榛原郡吉田町 横田 博

もしかしてなどと夢みて歳忘れ

静岡県駿河区 宮崎 三千代

胃袋が揺れた魚の踊り食い

静岡県駿河区 勝田 晶子

安楽死話し合えども座礁する  
静岡県葵区 山本 勝治  
孫居ても俺いつまでも母の子だ  
静岡県葵区 大石 泰章

第23回すこやか長寿祭美術展作品募集のお知らせ

高齢者の文化活動の促進とふれあいと生きがいづくりを目的に、高齢者の創作する作品を募集します。「ねんりんピック岐阜2020」の選考会も兼ねます。

- 応募資格 県内在住で昭和36年4月1日以前に生まれたアマチュアの方
- 募集部門 日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の6部門
- 応募方法 出品申込書を提出
- 応募期限 令和元年10月31日(木) 当日消印有効
- 出品料 1作品2,000円

第20回熟年メッセージ大会作品募集のお知らせ

人生を彩ってきた様々な感動や喜び、これからの人生を輝かせる目標や生きがいなど、言葉やパフォーマンスで発表しませんか。

- 応募資格 県内在住で、ご自身を熟年と思う方(グループも可)
- 募集テーマ 特に定めなし
- 応募形式 文章(2,000文字以内、原稿用紙20×20) 映像(DVDで10分以内) 音声(CDで10分以内)
- 応募期限 令和元年10月31日(木) 当日消印有効

問い合わせ先 公益財団法人しずおか健康長寿財団 電話:054-253-4221

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています(中部版)



今 行ってみたい

新しい静岡を発見!!

歴史ロマンと金運祈願の旅  
初山宝林寺

初山宝林寺は浜松市北区・奥浜名湖と呼ばれる地域にある歴史ある名刹です。江戸時代初期(1664年)に中国の名僧、独湛禪師によって開創された黄檗宗の寺院で、遠州地方における黄檗文化の中心地として栄えました。

黄檗宗は中国の高僧、隠元禪師



二十四善神立像と金鳴石

が江戸時代に来日し広めた禪宗の一派です。黄檗宗の大本山・萬福寺の国内最初の末寺が宝林寺だったことが「初山」という山号の由来になっています。

境内は中国明朝風の伽藍が特徴で、異国情緒あふれる空間となっています。佛殿・方丈はその建築

様式を現代に伝える貴重な建築物として、国の重要文化財に指定されています。

初山宝林寺に訪れたら必ず参拝したいのが、パワースポットである「金鳴石」。独湛禪師が中国から持参された不思議な石です。金運上昇・商売繁盛にご利益があるとされ、叩くとキンキンと澄んだ音がします。隣の龍文堂で願掛けをしてから金鳴石を叩くと願いが叶うと言われています。

奥浜名湖には国指定重要文化財を有するお寺が五つあり、これを「浜名湖湖北五山」と称します。初山宝林寺はその一つです。五つ



初山宝林寺 方丈

のお寺の御朱印を一つの色紙に集める「五利益めぐり」も宝林寺の売店で販売しています。

毎年4月には龍文坊大祭が行われ、鎮守龍文坊大権現の祈禱と琉球エイサーなどの披露が行われます。秋にはお茶会が行われ、様々な流派の茶席を楽しむことができます。ぜひ異国情緒あふれる初山宝林寺にお出かけください。

※湖北五山：他に方広寺(引佐)、摩訶耶寺(三ヶ日)、龍潭寺(引佐)、大福寺(三ヶ日)

【拝観料】

大人/400円 小人/200円

拝観時間: 10時~16時

【お問い合わせ】

初山宝林寺

電話/053-542-1473

F431-1304

浜松市北区細江町中川65-2

【アクセス】

◎公共交通機関/JR浜松駅から

奥山・伊平・渋川行き乗車、石

岡バス停下車、徒歩15分

◎お車/浜松西インターから県道

65号線・国道257号線経由、

約25分

人生百年時代が問うもの

しずおか健康長寿財団理事長 佐古伊康



最近、人生百年時代という言葉をよく耳にする。平成や令和

生まれの若者には、向後の人生設計に創意工夫を求める含意がある。しかし、すでに定年退職した人は、長い余生を年金と貯蓄で生き延びることになる。

そんななか、ささやかな年金と貯蓄を狙って、振り込め詐欺やアポ電強盗が流行っている。静岡駅からバスに乗って暫くすると、「突然電話が掛かってきたらそれは詐欺です」と定番の車内放送が流れる。嘗て、「人

を見たら泥棒と思え」と聞かされ、大学の講義で、「患者はヒト、病気に人格も名誉も付度不要」と教わった。「常日頃、あらゆる

る可能性を失念するな」との戒めである。

古来、我が国には他人を気にする国民性があり、異端者は除け者にされた。狭い国土で農作物を長期大事に育てて生活の糧を得られる農耕民族には、助け合いが必要であったからであろう。片や狩

猟民族は、山野に住む鳥獣は天からの授かり物として、自由に我が物にできた。それが、利己主義的な金融を差配する才能に繋がっているのかも知れない。しかし、金融業務は額に汗する農耕や狩猟とは違う。情報がITを駆使して世界中を駆け巡る時代を迎えて、金融が社会の分断・格差の拡大と無

関係ではない。

幸せは心の持ち方次第とはいえ、健康と経済力も重要な要素である。民主主義では、権利には義務、自由には責任が伴う。従って、高齢者は「貯蓄から投資へ」の甘言に簡単には乗らない。幸せはカネだけでは買えないが、老後の生活不安がなければ、天下の回り物を必要以上には貯め込むまい。社会保障制度の要諦は、カネを生む人、配る人

使う人それぞれに、自立自助の精神、共助と公助に利他と感謝の気持を忘れないことである。

利益は独占せずに社会に還元すべき、と説いた渋沢栄一氏が新一万円札に登場する。人生百年時代は、国民に意識覚醒を迫り、定年制・社会保障制度の抜本改革に、新元号の令和に相応しい異次元の発想を求めている。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています <中部版>