

シニアクラブ静岡県（静岡県老人クラブ連合会）広報誌

シニアクラブ通信

輝いています、今！

いきいきクラブ伊東

地域の活動

シニアクラブ裾野

さわやかクラブふじえだ連合会

シニアクラブ磐田市

今、行ってみたい
磐田市「香りの博物館」

令和4年7月発行

VOL. 167

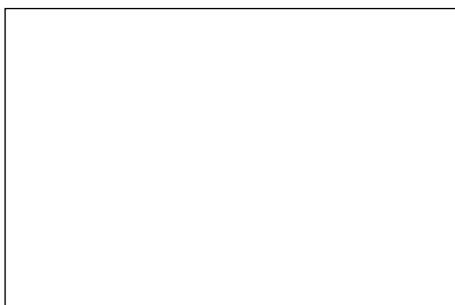
「沼津市内浦江梨から大瀬崎と駿河湾越しの富士山を望む」

写真提供：渡邊 稔（沼津市老人クラブ連合会）

令和4年使用
全国交通安全年間スローガン

手を上げる 子どもはあなたを 信じてる

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています





さまざまな活動を通して

いきいきクラブ伊東 若手代表 豊田 龍介

いきいきクラブ伊東は、4月1日現在、単位クラブが36クラブ、会員数は1289人です。

毎年、連合会行事としてゲートボール大会（春・秋）、ゴルフ大会（春・秋）、はつらつ交流教室（ウォーキング）、スポーツ大会、表彰式・演芸大会、会員研修旅行などを実施しております。一昨年来のコロナ禍で中止を余儀なくされた行事も少なくありませんが、感染防止の対策を講じながら、可能な取り組みを進めてきました。バス旅行を主体とした「はつらつ交流教室」も密を避けるため各单位クラブで自由に実施することとし、その費用の一部を連合会で助成するという方式にいたしました。

単位クラブも例会がなかなか開催できなかったこともあり、苦労が続いておりますが、ゴルフ・健康体操踊り、その他、それぞれのクラブと地域の特徴を生かしたサークル活動はなかなか活発です。

いきいきクラブ伊東では、毎年1回カラー刷りの会誌「いきいきだより」を発行しており、会員の相互交流とクラブのPRに力を発揮しております。

年間を通して会員加入促進運動をしておりますが、特に地域行事の多い9月と10月を強化月間とし、「1クラブ1名から2名の新規会員の登録」を目標に取り組んでおります。令和2年度県下で会員増を果たした数少ないクラブとして表彰もされました。

新型コロナウイルス感染症の一刻も早い収束を願いつつ、会員一同力を合わせ、他クラブあるいは他地域の優れた経験にも学びながら前進して参りたいと思います。

結びに、3月末に急逝されました小嶋連合会会長の長年の御功勞に感謝しご冥福をお祈り申し上げるとともに、役員一同、今後も連合会並びに単位クラブの発展に尽力して参ります。



「はつらつ交流教室」の様子

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

地域の活動

シニアクラブ裾野のあれこれ

シニアクラブ裾野 副会長 根上 博

裾野市は静岡県東部地区で沼津市と御殿場市のほぼ中間に位置しております。また愛鷹山及び箱根山の裾野で三島市、長泉町と接しております。このため女性部のレクダンス講習会は近隣の市町合同で広い体育館で交流をはかり実施しておりますが、現在はコロナウイルス感染防止のため中止しております。

シニアクラブ裾野の構成は5地区シニアクラブ連合会でしたが、平成31年3月で会員数も多く歴史のある富岡地区シニアクラブ連合会が脱会して、現在は4地区連合会(東地区、西地区、深良地区、須山地区)での活動になります。会員数も平成10年度の2818人から令和3年度の

1185人と激減しました。母体である単位シニアクラブも本年は2クラブが休会となり会員数の減少が続いている状態です。原因の主なもの、役員のなり手がいない、コロナの影響で活動が出来ない、新会員の加入が少ない等々です。

シニアクラブ連合会では5つの専門部があります。総務部・教育部・文化交通安全部・体育部・女性部です。単位シニアクラブはいずれかの専門部に入り活動出来るようになっております。また令和3年度はシニアクラブ連合会が50周年と記念の年となり、記念行事、記念誌の発行のため積み立てをしてきましたが、新型コロナウイルス感染防止のため記念誌の発刊のみになり



レクダンス講習会の様子 (コロナ前)

ました。編集委員会はコロナのため緊急事態宣言が発令され、不要不急の外出の自粛や三密(密室、密閉、密集)の回避など平常の生活が出来ない時であり大変な編集活動でしたが、連合会のあゆみや地区の特徴、現状や会員数の推移、専門部の活動報告等々内容の濃い立派な記念誌が発刊されました。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

健康づくりと人との交流

さわやかクラブふじえだ連合会 会長 片岡 宏之

令和4年度、当連合会は

6地区支部、59単位クラブ、2452人の会員でのスタート

となりました。ここ数年、

会員の高齢化と会員数の減少は当会においても切実な問題

です。さらに、ここ2年はコ

ロナ禍においての活動中止や自粛なども相まって、活動意

識すら薄れてしまいがちでした。

それでも、今年度はフィン

ランド由来の健康スポーツ

「モルック」を連合会全体で取り入れ、「輪投げ」と「グラウ

ンド・ゴルフ」と併せて大会

も開催するなどして、活発な活動を目指していきます。

この新たな活動とは別に、

ここで30年以上継続している活動を紹介したいと思います。

それは、青島地区支部の13

クラブ・99名の女性会員有志が研修会などを開催する「す

こやか学級」です。

昨年度の実績は、緊急事態宣言とまん延防止期間の自粛

中止が4回ありましたが、7回の研修会で毎回多くの会員が

元気に受講しました。

今年度の活動は毎月1回の研修会を予定しております。

5月17日の開講式後の北村藤

枝市長の講演会に始まり健康

講座や演劇鑑賞、体操教室などの健康増進と通いの場として実施を予定しています。

こうして地区内クラブの女性会員での活動が長く継続で

きているのは、有意義でとにかく楽しいからとほとんどの

「すこやか学級」の皆さんが

話されています。

さわやかクラブふじえだは、新型コロナウイルス感染

拡大の影響を受ける中、日常生活と感染防止対策を両立し

ながら高齢者の心と体の健康維持、人との交流やコミュニ

ケーションの増進のほか、創意工夫を凝らしたフレイル予

防や、通いの場づくりにも取り組んでいきます。



北村市長の講演風景

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

65周年を目指して

シニアクラブ磐田市西新町親和会 会長 染葉 隆夫

町内の老人憩の家には、親和会結成大会の写真が飾られています。昭和35年のもので、磐田市の老人会が結成される1年前です。100人近い大勢の会員が写っていて、私どもの祖父母にあたる世代であり、「これがうちの爺さん」と指さす会員もいます。以来10周年以降5年ごとに記念総会を開催し、その写真を飾っております。

60周年記念総会は令和2年となったため、コロナ禍のもと何かと制約の多い中での開催でしたが、シニアクラブ静岡県会長・寺田佳弘様にもご出席いただき、無事終えることが出来ました。その写真は12枚目として憩の家に飾られました。



60周年記念総会の様子

西新町公民館と憩の家は由緒ある神社の境内にあって、月例会、歌唱、輪投げなどクラブ活動、境内の清掃奉仕活動の他、毎月お地藏様に和讃を唱え、その後お茶を楽しむ会を続けていけるのも親和会の特長です。また、お楽しみの春秋のバス旅行は座席を半減させるなどコロナ感染対策をして欠



令和3年9月 藤枝市博物館前

かさず催行してきました。

磐田市の推奨する「いきいき百歳体操（筋トレ）」、「かみ百歳体操（舌口）」、「シャキシャキ百歳体操（認知症予防）」合わせて1時間の体操は週1回3コース開催しております。

この伝統ある親和会を引き継いでいかなければならない私たちとしては、新しい会員を迎えるために何よりも自由で楽しい会でなければならぬと心掛けています。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

シニアクラブ静岡県通信

全国老人クラブ大会

令和3年11月17日(水)に
香川県高松市において第50回
全国老人クラブ大会が開催さ
れました。新型コロナウイルス
感染症の感染拡大防止のため、
WEBで参加しました。

◎優良老人クラブ表彰
浜松市「楽油会」
◎優良市町村老人クラブ
シニアクラブ南伊豆
シニアクラブ南伊豆

後日、全国老人クラブ連合
会長表彰者には表彰状が届け
られました。表彰された皆様、
おめでとございます。

【全国老人クラブ会長表彰】

◎老人クラブ育成功労者表彰
片岡 宏之

(県老連副会長/さわやかク
ラブふじえだ連合会会長)
寺本 達良
(県老連評議員/)
シニアクラブ菊川会長)

はじめよう!いきいきクラブ体操

- リニューアル DVD 1枚 2,500円
- CD 1枚 1,050円
- NEW! 小冊子「運動の効果とポイント」・1枚 420円



これまで販売してきた
DVD (1枚 2,280円)
も引き続き販売しています。
※送料と振り込み手数料はお客様負担

お申込・お問合せ ☎ 054-254-5225

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 大好評です!!

～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。

※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



収録は189曲!!

なつかしの愛唱歌集
700円(税込み)

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

令和3年度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を令和3年12月17日(金)に焼津市総合体育館シーガルドームで開催しました。競技の結果は次のとおりです。



▼輪投げ大会結果

団体戦	順位	市町名	チーム名	スコア
	優勝	藤枝市	栄長生会	610
	準優勝	島田市	元宮の会	574
	第3位	御殿場市	御殿場市栢ノ木B	544
	第4位	藤枝市	大新島白寿会	542
	第5位	御殿場市	御殿場市栢ノ木A	534

個人戦	順位	市町名	氏名	スコア
	優勝	函南町	芹澤 正友	147
	準優勝	島田市	鈴木みる子	138
	第3位	御殿場市	林 ヨリ子	136
	第4位	御殿場市	曾我 和彦	130
	第5位	藤枝市	山本喜代子	128

高齢者いきいき創造広場

リフォームファッションショー&芸能交流ひろば開催

11月30日(火)に静岡市清水文化会館マリナートで、高齢者いきいき創造広場を開催しました。

第1部の式典では、令和3年度会員加入促進運動において大きな成果を挙げた、さんさん松崎、シニアクラブ浜松市浜北支部の2団体が表彰されました。

第2部のリフォームファッションショーでは、31組32名がアイデア溢れる素敵なデザイン、華やかな作品を披露し、パフォーマンスを見せるなど会場を沸かせました。

続いて芸能交流ひろばには、10市町から213名が参加されました。集まっての練習はコロナ禍で難しかったと思いますが、ダンスや踊りを披露して、会場を盛り上げてくれました。

次回は9月22日に御殿場市民会館での開催となります。皆様の参加をお待ちしております。

▼リフォームファッションショーの結果

最優秀賞	岩崎 春美さん	(三島市)
優秀賞	柴田 洋子さん	(焼津市)
	佐藤 文女さん	(藤枝市)
	沼上美津江さん	(三島市)
審査員特別賞	佐藤ミツ子さん	(吉田町)
	杉本あけみさん	(函南町)

おめでとうございます!



ドコモスマホ教室



参加無料
※一部有料の講座あり

初心者大歓迎

他社のケータイでも参加可能

**初心者でもよくわかる
専用テキストをプレゼントします!**



☑ 要点がまとまっていて見やすい構成です



☑ 操作手順を詳しく掲載しています

**ステップアップで
着実に上達できます!**



☑ スマホ初心者でも大丈夫です



☑ 基本の操作を自分のペースで学べます

**スマホに関するトラブルから
身を守る方法を学べます!**



- ☑ 具体的なトラブルの事例を事前に知ることができます
- ☑ 「個人情報漏洩」「ネット詐欺」などの不安に対処する方法を伝えます

**お客様の気持ちに
寄り添った講師が教えます!**



- ☑ スマホの画面を見せながら、操作手順をお伝えします
- ☑ 難しい用語も例えを交えて、わかりやすく説明します

**ドコモスマホ教室の参加には、事前にご予約が必要です。
ドコモショップ店頭または電話・Webにてお申込みください。**

※受講にはdポイントクラブ入会、dポイントカード利用登録、dアカウント発行が必要です。
※コロナウイルス感染拡大防止のため、マスクを着用いただき、間隔を空けて実施いたします。
※受講人数には限りがございます。

Web予約はこちら



※サイトへのアクセスにはパケット通信料がかかります。
※iモードからはご利用になれません。

4名様以上のグループなら出張スマホ教室を開催いたします。
ご希望の方は、シニアクラブ静岡県(静岡県老人クラブ連合会)へお問い合わせください。
電話:054-254-5225 FAX:054-254-6510
Eメール:kenrou@ruby.ocn.ne.jp

meiji 食事の質を高めるヨーグルト、誕生。

たんぱく質 脂質 糖質
6大栄養素
食物繊維 11種のビタミン 7種のミネラル

フラクトオリゴ糖
●乳酸菌
●中鎖脂肪酸

明治
メイバランス
のむヨーグルト
宅配専用

新発売

宅配専用

おいしくて毎日続けやすいのむヨーグルト。

配達料無料で自宅にお届けします。

店頭売上No.1*の栄養食ブランド「明治メイバランス」初の発酵乳！

まずはお試し
4本無料でください

●栄養成分表示 1本(100ml)当たり

エネルギー	100kcal	カルシウム	130mg	ビタミンB ₂	0.40~1.40mg
たんぱく質	4.3g	鉄	1.5mg	ビタミンB ₆	0.60mg
脂質	2.9g	銅	0.10mg	ビタミンB ₁₂	1.2μg
炭水化物	19.1g	マグネシウム	40mg	ビタミンD	32ng
糖質	15.8g	リン	130mg	ビタミンD	2.0~4.0μg
食物繊維	1.5~3.0g	ナイアシン	5.9mg	ビタミンE	6.0mg
食塩相当量	0.15g	パントテン酸	1.2mg	葉酸	60~150μg
亜鉛	2.0mg	ビタミンA	120~240μg	フラクトオリゴ糖	3000mg
カルウム	135mg	ビタミンB ₁	0.30~0.80mg	中鎖脂肪酸	1000mg

スーパーには売っていない明治の宅配専用の商品です。
キャンペーン期間:2022年9月30日(金)まで

アレルギー物質(特定原材料等) 乳成分

【個人情報の取扱いについて】
お客様の個人情報は、(株)明治は、(株)明治特約店選定するために使用し、(株)明治特約店に個人情報を提供したうえで、(株)明治特約店から無料サンプルをお届けさせていただきます。
(株)明治特約店は、過去一年以内でのキャンペーンの応募の確認のほか、後日、DM送付や商品紹介の為に、本キャンペーン以外でお客様の個人情報を使用させていただく場合がございます。

株式会社 明治

明治の宅配 キャンペーン ☎ 054-205-5733

※受付時間:月~金9:00~17:00 ※一部お届けができないエリアもございます。

かんたん
おいしい 健康レシピ



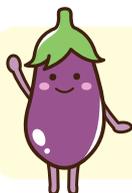
材料 (4人分)	きゅうり	1本	
調味料	なす	1/2本	
水	800cc	トマト	小1コ
鶏ガラスープ	大さじ 1/2	鯖の水煮缶	1缶
の素		青じそ	4枚
味噌	小さじ 1	みょうが	2本
白すりごま	大さじ 2	しょうが	1片

【作り方】

- 鍋に水・鶏ガラスープの素を入れ火にかける。沸騰したら火を止めて味噌を溶き入れる。白すりごまを加え冷蔵庫で冷やす。
- きゅうりは薄い輪切り、なすは薄いいちょう切りにし、合わせてボウルに入れる。塩少々(分量外)を振り、10分程置き水気を絞る。トマトは1cm角に切る。
- 青じそは千切り、みょうがは薄い輪切りにする。しょうがはすりおろす。
- ①に②・鯖の水煮缶を汁ごと加え、食べる直前まで冷やしておく。
- ④を器に盛り、お好みで③をのせる。

〈管理栄養士からのポイント〉

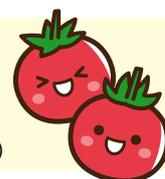
- ◎冷やし汁はたんぱく質・ビタミン・ミネラルが補給でき、暑さで食欲がない日でもサラッと食べられるので、夏バテ防止メニューとしておすすめです。
- ◎豆腐を加えたり、鯖の水煮缶を鰹の干物のほぐし身やツナ缶で代用したり、様々なアレンジが可能です。
- ◎ご飯にかけても美味しく召し上がれます。



静岡ガス 料理教室・各種セミナー 受講生募集中!

エネリアショールーム静岡では、家庭料理からパン・お菓子作り、シニア向けのスマホ教室や脳のトレーニング講座など、多彩な講座を開講しています。詳細はお気軽にお問合せください。

静岡ガス エネリアショールーム静岡 TEL: 054-285-0267 (9:30~17:00 水曜定休)



特集

教えて！

子供の頃の夢

●あなたの夢、教えてください

子供の頃の憧れや夢を覚えて
いますか。格好よかった芸能人
や大人、漫画や小説のヒーロー！
ヒロイン……きつと思いいに残
っていることでしょうか。

シニアクラブ静岡県事務局
では、前号・166号のクロ
スワードコーナーで「子供の
頃の夢」を募集しました。そ
の結果をご紹介します。

●夢よ、いつまでも……

戦時中、終戦直後で物のな
い子供時代。豊かな暮らしを
夢見ていたり、親の苦労も見て、
親孝行や食べ物をお腹一杯食
べることに、という人も多くい
ました。農学博士になって、
美味しい作物をつくり農家を
豊かにしたかった、という夢も。
宇宙旅行、宇宙飛行士、世界
一周旅行など、夢を膨らませ
ていた方もいました。

そして「雲の上に乗ってみ
たかった」、「いつでもケーキが
食べられると思ってケーキ屋
さんになりたいと思っていた」
という可愛らしい夢もありま
した。

夢は昔も今も生きるエネル
ギーですね。

●結果発表

1位 先生

2位 プロ野球選手

3位 看護師

100冊限定！好評発売中

伝承あそびハンドブック
セレクト 100



草遊び、あやとり、パチンコ、コマ回し……
懐かしい昭和の遊びが、この一冊でわかる！
ご家庭のお子様や、地域の子供達と一緒に
遊んでみませんか？

※送料と振り込み手数料はお客様負担

800円(税込)

お問い合わせ ☎ 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

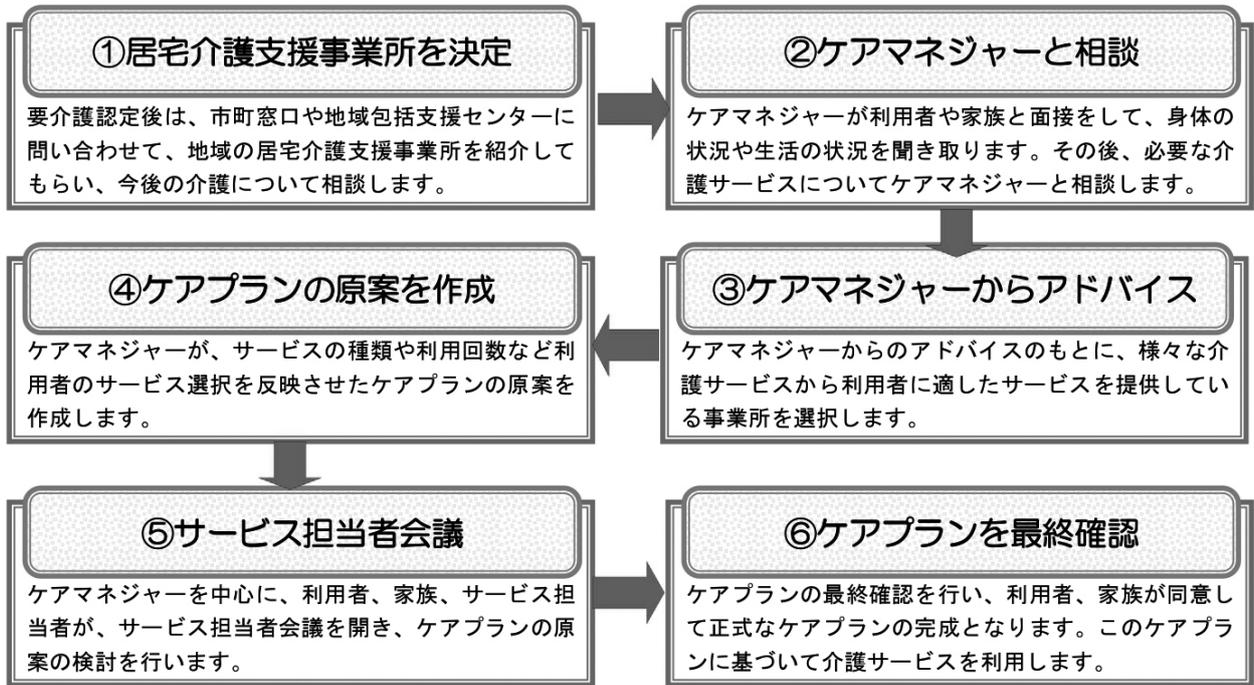
介護保険特集

介護保険サービスを受けるためには、ケアプランが必要不可欠です。
今回は、ケアプランの作成についての特集です。



生きがいと健康づくり
イメージキャラクター
「ちゃっぴー」

ケアプランとは、「今後どのような生活を送りたいか」という目標を設定し、その目標達成に向けてケアマネジャーと相談しながら「どのような介護保険サービスを、いつ、どれだけ利用するか」を計画するものです。ここでは、在宅サービスを利用する場合のケアプランの作成の流れを説明します。



介護保険課のホームページアドレス

<http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-220/kaigo/index.html>

いのち輝き、笑顔あふれる社会を。

静岡県健康福祉部



私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

シニアクラブ 文壇

短歌

・雪の無き幸せなどを思ふなく鳥の群れは枯野を
飛び交ふ

掛川市 遠藤 操

【評】 松尾芭蕉に「枯枝に鳥のとまりけり秋の暮れ」の一句がありますが、これは「雪」を加えて冬の景としています。景色に寄せて人生の窮極の姿、何の拘りもない生き方を思うのでしょうか。

・ずんずんと角の取れゆく角砂糖かくもあたりし
老いの頑な

掛川市 笠原八代恵

【評】 角砂糖はあまり見なくなりました。曾我綾子に『砂糖菓子が壊れるとき』という小説がありますが、ここでは角砂糖の脆さ、儂さを肯定的に生かしています。よき人生とは常に自分との闘いなのでしょう。

・着陸の窓から見ゆる茶畑に安堵するなり此処が
ふるさと

藤枝市 梅本 光子

【評】 富士山静岡空港へ着陸する瞬間の光景でしょう。無事着陸することが出来た「安堵」と、そこが「ふるさと」であることの「安堵」とが重ねられています。静岡ならではの風景が生かされています。

・天浜線菜の花の中を馳り来るカナリアのごと青
き一輛

浜松市浜北区 長原 潤一

【評】 菜の花越しに見る天浜線の車両というのも、静岡ならではの光景でしょう。眩しいほどの菜の花畑の黄に、天浜線の車両が薄青い、カナリアの色に見えるというところに〈詩〉を感じます。

・眼に見えぬコロナと戦う空の下柿の若葉が木漏
れ陽揺らす

浜松市西区 河合 和子

・来し方をいまわの父に詫^{よる}びる夜遠くにひびく寒
行の声

富士市 勝又 信也

・また来るよと見舞いの度の一言をふるさと遠く
別れの辛さ

三島市 樋口 久雄

・ばあちゃんの作った柿は旨かった別れのことは
読む孫やさし

藤枝市 大石 容一

・リード解き仔犬と散歩する堤青草の芽も日脚も
伸びぬ

掛川市 赤堀 ふみ

・新年の喜び響く初吟の声を揃えて腹の底から

御殿場市 勝又 正弘

俳句

・一歩づつ杖の手応へ花の山

駿東郡清水町 伊藤 孝一

【評】 桜の花を見るために、山道を「一歩づつ」登って行く。その際の「杖の手応へ」。若い頃は土の踏み応えだったはずだが、年齢を重ねた今は杖が足代わりなのだ。揚句、老いを言わず、「杖の手応へ」と具体的に表現して老いを示したところが見事。俳句の骨法を会得している方の秀句である。

・竹馬を乗り熟しゐる八十路かな

静岡市駿河区 池谷 陽子

【評】 「竹馬」を上手に乗りこなしている「八十路」の方。老人などとは誰にも言われないう。羨ましいかぎりである。しかし、決して真似しようなどとは思わない方がよい。怪我でもしたら、それこそ大変なことになる。

・聞き返すこと多くなり春障子

掛川市 太田 憲蔵

【評】 「聞き返すこと多くなり」に、同感の方も多からう。かく言う私もその一人。是非、何度でも丁寧^{ていねい}にゆつくりと、繰り返して教えてやって頂きたい。「春障子」が明るく、お相手の親切なことがわかる。

・老いたれど三年日記つけ初む

藤枝市 大石 容一

【評】 この心構え、大切なことだ。「三年日記」と具体的に書いたところが良い。兎に角、三年はがんばる。そしてまた三年。この「三年日記」、やがて何冊も積み上がるに違いない。

・おてんばの孫も正月巫女となり

御殿場市 勝又 よし

・母の愚痴引き受けてゐる子猫かな

駿東郡長泉町 半戸 慶三

・草青む政子ゆかりの井戸深き

駿東郡函南町 土屋 弘光

・寒卵こつんと割つて朝餉かな

富士宮市 今村 益子

・春隣鬼に馬となる子守

掛川市 山下 良子

・落日の僅かに残る白障子

浜松市西区 木島ちよ子

川柳

・九十年想定外のお正月

浜松市 高部 昌子

【評】 人生九十年生きて来て、こんな寂しい正月は初めてだった。子供たちは勿論、親戚も誰一人の来客もない！これもコロナのせい？ その寂しさを上手く詠んでいます。

・予定表通院だけが残ってる

藤枝市 田村 慎司

【評】 スケジュール帳真っ白！ 然し病院に行く日だけは〇印が付いている。何処にも出掛けられない無念さが句に表れています。

・古希なんてまだひよつ子とおだてられ

駿東郡清水町 芹澤 一男

【評】 さてさて煽てられて重い役を引き受けてしまったのでしょうか？ 確かに現在の世の中、70代があちこちで活躍していますね。斯くいう私も70代です。

・じいじより孫はばあばの手の方へ

静岡市葵区 前田 哲志

【評】 あらら：婆ばの方へ行つてしまいましたか。残念でした。何かお孫さんの興味のある物を用意しておかなくてはね。爺じの悲哀が見て取れます。

・ストレスは腹いっぱい無駄遣い

静岡市駿河区 柴本ミチコ

・コロナ禍や近くて遠い県境

藤枝市 小泉 裕

・八十路まで妻に感謝の無入院

浜松市西区 伊藤 芳造

・マスクして天浜線で花見する

細江町 豊田由美子

・咳すれば寝たふりの人席を立つ

三島市 樋口 久雄

・病氣した頼りはやはり妻だった

静岡市葵区 大石 泰章

【選后感】

回を重ねる毎にたくさんの投句があり嬉しい限りです。今回は、時代を象徴した「コロナ」の句が一番多かったです。川柳は、原則として五・七・五と言うことになっております。指を折って数えてみて下さい。

◆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)

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

令和4年9月30日(金)

◆送付先

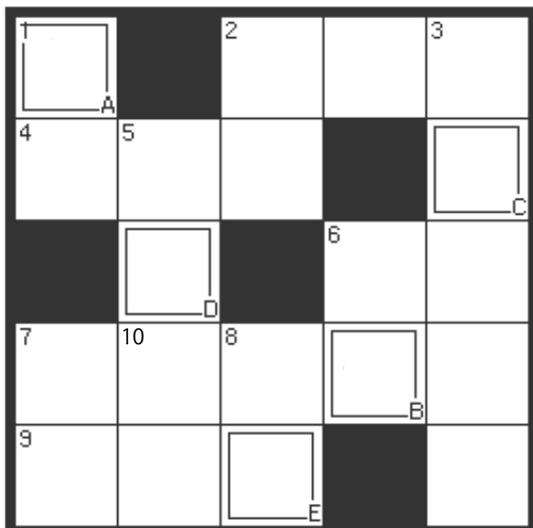
〒420-0856

静岡市葵区駿府町1-70

シニアクラブ静岡県

☎054-254-5225

頭の体操 クロスワードパズル



タテのかぎ

- 【タテ 1】 ひふ・布などの表面がゆるんだり、ちぢんだりしてできる細かい筋。
- 【タテ 2】 盛り上がっていて区切りになっているところ。
- 【タテ 3】 商店の初売りなどで売られる、いろいろな品物を入れた袋。
- 【タテ 5】 植物が発芽するもとになるもの。
- 【タテ 6】 小さくてそまつな家。
- 【タテ 7】 場所が決まっていないとき、場所がわからないときに使う言葉。
- 【タテ 8】 植物が出す、あまいしる。
- 【タテ 10】 家畜の一種。ツノが2本ある。

ヨコのかぎ

- 【ヨコ 2】 結婚した男女の一组。夫と妻。
- 【ヨコ 4】 話し手が自分を指す言葉。
- 【ヨコ 6】 肉がもり上がったところ。
- 【ヨコ 7】 血液を心臓から体の各部分に運ぶ血管。
- 【ヨコ 9】 一人だけで使う部屋。

解答

A	B	C	D	E

【応募の方法】 はがきに答え（A B Cの順に並べてできる言葉）、子供の頃好きだった漫画や本（主人公の名前も可）・住所・氏名、電話番号をご記入の上ご応募ください。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 静岡県葵区駿府町1-70 シニアクラブ静岡県「シニアクラブ通信」係

【締切】 令和4年9月30日（金）（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。

前回の答え：タカラブネ

《期間》 令和4年5月～10月

西伊豆堂ヶ島のんびり旅行
～自然美と温泉で日常を忘れる旅を～

西伊豆堂ヶ島温泉 **清流** 海辺のかくれ湯

	西部地区 (大井川以西)	中部地区 (大井川～富士川)	東部地区 (富士川以西)
15～16名様	20,300円	20,000円	18,500円
17～19名様	19,300円	18,500円	18,000円
20名様以上	18,500円	18,000円	17,500円

①日付 各地→(バス/バス)→沼津→伊豆フルーツパーク(昼食)→修善寺→西伊豆→堂ヶ島温泉(泊)
9:00～10:00 12:00 15:30

②日付 堂ヶ島温泉→遊楽館センター(買物)→翠山(昼食)→沼津→(バス)→各地
10:00 12:00 15:00～16:00

(イメージ)

【交通費 宿泊代(1泊2食) 昼食代(2回) 酒またはジュース1本付 カラオケサービス 旅行保険代】

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 総合旅行業務取扱管理者: 遠藤 純)

『創業70周年』ありがとうございます。

信頼と実績 株式会社 **ハマカン** **トラベル**

今後もよろしく
お願いします。

私たちに
お任せください。

TEL 053-478-2000

はまたび

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています





人に迷惑を掛けずに終わりたい

しずおか健康長寿財団理事長 佐古伊康

古都キエフは京都の姉妹都市である。嘗て、左京区の熊野神社近くに歌手・加藤登紀子の父親が経営するロシア料理店「キエフ」があった。当時、キエフはソ連の都市である程度の知識しかなかったが、後年、ウクライナの首都であると知り、この国とロシアは仲よし兄弟と信じていた。しかし、プーチンのウクライナ侵攻をみると複雑な気持ちになる。

ポツダム宣言受諾のわずか一週間前に中立条約を一方的に破棄したソ連に、終戦後に奪われた日本固有の領土と主張した。

ニューヨークでは、私のパスポートを見た空港勤務の日系女性と、原爆の悲惨さが話題になった。彼女は原爆が戦争の終結を早め、米国の若者の血を余分に流さずに済んだと主張した。米国大統領ルーズベルトはヤルタ会談でソ連の参戦に賛同し、その急死後の後継者が原爆を投下したトルーマンである。しかし、彼がソ連の北海道侵攻に反対しなければ、我が国はスターリンによりさらに略奪・分断されたであろう。

偏執症独裁者が長期間采配を振るうと、国民も周辺国も迷惑至極である。平和を享受しながら戦争を知らずに育った世代と違い、戦争の怖さを肌で知る者は平和を希求する。私は、原爆投下直後の爆心地に、我が身の危険を顧みずに子供を捜しに出かけた親達を目にしている。命が危険に晒された時、家族の有り難さを現在のウクライナでも知る。立派な業績や遺産を残さなくても、他者に迷惑を掛けずに終える人生は至難の業である。それぞれに人類愛や家族愛をもって、他者に共感することが望まれる。社会保障制度の理念に感謝し、自助努力の成果は天に任せて、長生きは程々でもよからう。多様化する超高齢社会で、貴方はこの人生美学の修了証書を貰えますか。

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています

今行ってみたい

新しい静岡を発見!!

ぶらり散歩と
長い歴史に
ふれる旅



磐田市香りの博物館

「香り」をテーマとする全国的にも珍しい博物館です。

現在は磐田市立ですが、1997年の開館当初は豊田町という町の博物館でした。当時の町の樹木は「金木犀」、町の花は「藤」で、ともに芳香を放つ香り豊かな植物です。特に藤については、遠州池田の宿に生まれ平宗盛に見初め

られた熊野御前が植えたといわれる国指定の天然記念物「熊野の長藤」が行興寺（磐田市池田）にあります。また、同市内（旧町内）には世界的な香料メーカーの工場もあり、昔から香りに関連の深い土地であったことが開館の由来になっています。

当館では、古代エジプトや古代ローマの香油瓶、18世紀以降の西洋の香水瓶、徳川家と毛利家の婚礼に際して誂えたとされる香箱などの日本の香道具類、徳田八十吉ら人間国宝をはじめとする現代作家の香りの器など、香りに関する美術工芸品を収蔵し、一部を常設展示しています。

また、年に4回様々なテーマと香りを絡めた企画展も開催しており、7月16日(土)からは「海洋堂の小さなフィギュア展」を開催いたします。

【お問合せ】

磐田市香りの博物館
〒438-0821
磐田市立野 2019-15
☎ 0538-36-8891
HP: <https://www.iwata-kaori.jp>
休館日:月曜日
(祝日の場合は翌日)

【アクセス】

- ・JR 豊田町駅北口から徒歩約5分
- ・東名高速道路「浜松 I.C.」・「磐田 I.C.」より約20分
- ・磐田バイパス「森岡 I.C.」より約5分

1階には、オリジナルのマイフレグランス(オードトワレ)を創ることができる体験コーナーや、お香やハープ等の香り商品に加えて当館オリジナルオードトワレ「藤かほり」も取り扱うミュージアムショップがあります。最寄り駅からは徒歩約5分、無料駐車場もありますので、ぜひお気軽に、香りを楽しみにお越しくください。



左:エナメル金彩シノワズリ文ガラス香水瓶/18世紀
右:梨地藁吾山吹十種香箱/江戸時代

私たちはシニアクラブ静岡県の活動を応援しています
