



さわやかクラブ やいづ

【発行】さわやかクラブやいづ連合会 焼津市宗高572-1 大井川福祉センター「ほほえみ」内 TEL:054-622-3543

メールアドレス: sawayakclubyaizurengoukai@yahoo.co.jp

公式ホームページ: <https://www.sawayakclubyaizu.com/>



会長からのご挨拶

60周年を迎えて

会長 滝澤 義雄

健康・友愛・奉仕の三目標を掲げて活動をしてまいりました当連合会は、本年60周年を迎えることになりました。少子高齢化が進む中で、高齢者の環境が大きく変化してまいり、さわやかクラブの活動にもその兆候は漂ってきています。

人生100年時代という超高齢化時代を生きる会員の皆さまは、今まではなかった社会の変化に直面しています。

コロナウイルスによる疾病、認知症、デジタル化といった問題が次々と迫ってきています。

こうした状況を踏まえて、わたしたちの活動もこの変化に対応した目標や方針を掲げて進まざるを得ません。

コロナ対策では、全てのイベントでマスクを着用し、検温をし、ソーシャルディスタンスを計り、消毒に努めてまいりました。

認知症対策としては、健康教室や

寿大学等講師を招聘し学習してまいりました。デジタル化についても、スマホ教室、プロシエクター講習等を通して実習してまいりました。

こうした活動が役員のご糧となり、会員にどう伝わっていくかは、各単位クラブの在り方に繋がっています。さわやかクラブの活動内容が全ての会員に共有されていくことがとても大事なことで、60周年を迎えるに当たってぜひ実現したいものです。

今年60周年ですが特に記念行事は致しません。全てのイベントの頭に60周年というタイトルを付けて実施してまいります。

さわやかクラブやいづ連合会がここに至るまでに支えてこられた先輩のご苦労は並大抵のことではなかったと思う時、今、わたしたち会員がこれをしっかりと維持し、更に発展させるために何をなすべきかを熟考し、60年という節目を豊かなものにしたものです。



ノルディックウォーキングに参加した皆さんと参加者の近藤さん(91歳)。頑張りました!

連合会からのご報告

5月19日(金) 寿大学入学式と第1回開講の開催



会長によるあいさつ

5月19日(金) 寿大学入学式と第1回講演が開催されました。今年度の受講者は130名と昨年より少なくなりました。入学式では福與直己副市長と社会福祉協議会の岩崎四郎会長、自治会連合会 岡本康夫会長よりご祝辞を頂きました。今年度も5回の開催を目指して実施していく方針と

計画、途中入学もできる旨を報告しました。入学式に次いで、第1回の講演を常葉大学の白石葉子先生にしていた

「コグニサイズで楽しく認知症予防」という講演をプロジェクターで分かりやすくして頂きました。109名の受講生は熱心に聞き入っていました。



受講する皆さん

会長報告 創立60周年記念 輪投げ大会

6月9日(金)、焼津市総合体育館メインアリーナで、輪投げ大会を開催しました。当日朝は大雨が降っていて足元の悪い中、午前10チーム午後10チームに分かれて実施しました。ご来賓として、地域包括課の課長さんに来会を要請しましたが公務のため来られず、係長の成岡さんの代読で始めました。

その後、くれぐれも怪我のないように、競い合いますが不和のないように楽しんで競技をしてほしいこと、団体賞・1位〜5位の個人賞、60周年記念の特別賞がある旨を伝達しました。和やかに大会は進み、会員の皆さんは元氣一杯投げていました。

コロナの関係もあって午前と午後に分かれて実施したので、競技時間も短くゆったりとして開催できました。(滝澤 義雄)



団体の部 優勝・浜友会 A



個人の部 優勝・河合さん

●順位表

順位	団体戦・チーム名	スコア			
		1回目	2回目	3回目	合計
1位	浜友会 A	106	148	153	407
2位	盛朗会 A	112	105	110	327
3位	西焼津クラブ	141	89	93	323

順位	個人戦・氏名	スコア			
		1回目	2回目	3回目	合計
1位	河合久和子 (浜友会 A)	16	32	41	89
2位	石田 善秋 (西焼津クラブ)	34	31	23	88
3位	藪内 正枝 (浜友会 A)	44	34	9	87

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

なお歯科クリニック
www.nao-yaizu.jp/
〔診療時間〕
平日 8:30~13:00 / 14:30~18:00
土曜 8:30~14:00 木・日・祝 休診
焼津市本町2丁目14-1 共栄ビル1F(焼津市役所前)
にっこりな子
TEL.054-620-2575

小石川内科クリニック
内科・呼吸器内科・アレルギー科
焼津市栄町1-2-3 ☎(054)621-1111
診療時間 月火水木金土
午前 8:30~12:00 ●●●●●●
午後 2:30~6:00 ●●●-●-
休診日/日曜、祝日、木・土曜午後

KAWAMURA DENTAL CLINIC
河村歯科診療室
診療時間/9:00~14:30~
〔診療日・診療時間〕 昼 休み/13:00~14:30
月 火 水 木 金 土 日
○ ○ ○ ○ ○ ○ ×
※19時まで ※18時まで ※9:00-15:00 ※18時まで ※19時まで ※17時まで
焼津市本町2-12-8 ☎054-631-4618

焼津駅前整形外科
リウマチ・リハビリクリニック
診療時間 月火水木金土日
8:30~12:30 ○○●○○○
15:00~18:00 ○○/○○/○
予約なしの場合は最終17:30の受付 ◎土曜 8:30~13:00
【休診日】水曜・土曜午後、日曜、祝日
焼津市中港1-2-28 電話 054-621-5511

Kamo Dental Clinic
加茂歯科医院
診療時間 月火水木金土
AM 9:30~PM 1:00 / ○○○○○○
PM 3:00~PM 7:00 ○○○○○○
●休診日 日曜・祭日
焼津市五ヶ堀之内1259-1
☎054-631-9388

大久保医院
診療時間 月火水木金土
8:30~12:00 ○○○○○○
2:30~6:00 ○○○休
●休診日 日・祝祭日・水曜日午後・土曜日午後
焼津市上小杉853-1
TEL 054-622-2500

連合会からのご報告

さわやかクラブやいづ連合会 役員研修会の開催

6月16日(金)午後1時30分から大井川ほほえみ研修室で役員研修会を開催した。講師には会報紙とホームページの制作を行った株式会社ニチコミの佐山さんに来てもらった。焼津市民に当連合会の地域単位クラブの活動を発信するべく、ホームページのブログ掲載が会員にもできるようにすることを目標とした。

難しい内容ではなく、プロジェクターを使っている講義であったが、役員の中にもスマホを持ってない人もいるし、ましてコンピューターもない人もいるので、「いきなりブログと

関東甲信越静ブロック 老人クラブリーダー研修会

昨年引き続き、本年もこの研修会は新潟県で開催された。「のぼせうー健康寿命、抱あつー地域づくりをー」というメインテーマで、6月20日～21日に新潟市「新潟東映ホテル」を会場にして154名の各地のリーダーが集った。

開催要綱により、基調報告「老人クラブの現状と課題」についてとパネルディスカッション「明るい豊かな地域づくり」として、新潟市老人クラブ連合会の2つのクラブの発表と千葉県老人クラブ連合会



今年の関ブロは新潟市で開催。関東甲信越静から154人が集まりました。

言われても……」という意見もあり、十分な研修内容と言えないように感じた。

しかし、開会の時、手書きでもできるといふ会長からのアドバイスが充分周知できなかったようで、少し残念な研修会になった。

(滝澤 義雄)



東京都老人クラブ連合会の事例発表がなされた。第1日目は研修が中心で、2日目は、郷土芸能として、銭太鼓・レクダンス・民謡・民舞が披露された。新潟は佐渡おけさで知れ渡っている県だから、民謡とくれば先一番に披露される。豊かさを味わう研修会となった。

(滝澤 義雄)

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

フィッシュをフィッシュまで
焼津ミール
Kaizu Meal
焼津市田尻1855番地の26
TEL 054-656-1001

特別養護老人ホーム
あおい荘
シニアの皆様大歓迎
私たちと一緒に働きませんか
焼津市一色435
Tel.623-9002
HPはこちらから→

一般社団法人 **焼津市医師会**
〒425-0036 焼津市西小川5丁目6番地の3
TEL <054> 628-5202
FAX <054> 629-1153
 臨床検査センター 居宅介護支援事業所
 健診センター 訪問看護ステーション
 焼津市中部地域 ヘルパーステーション
包括支援センター 通いの場(10月から開業予定)

マルボシ水産
株式会社
焼津市石津1018-1
TEL: 054-623-7969

学校法人 常盤学園
新屋幼稚園
焼津市本町1丁目1番10号
☎ 054-628-3895
西町幼稚園
焼津市大村1丁目12番地
☎ 054-629-3277

酒井歯科医院
管理者 院長 酒井徹也
歯科医師 酒井和正 酒井徹也 酒井敦子
焼津市石津向町21-18 ☎ 054-624-7722
診療時間
午前 8:30~12:30 ●●●●●●●●
午後 2:00~ 6:00 ●●●●●●●●
◎土曜 午後 2:00~5:00
休診日 日曜 祝祭 木曜 ※但し急患は常時受付可

連合会からのご報告

令和5年度 五三〇歴史探訪中里石脇巡り



参加した役員の皆さん

6月4日(日)に、焼津市環境課・歴史民俗資料館・道路課の共催事業で開催されました。さわやかクラブやいづ連合会より5人の参加です。25人の定員のところ13人しか参加しませんでした。

自主運行バスで移動した後、ゴミ拾いしながら史跡を巡り井伊直孝ゆかりの若宮八幡宮や、直孝産湯の井戸の説明後、国道150号線のゴミ拾い、北条早雲ゆかりの石脇城跡、大日堂、ゴミ拾いして、旗掛石、浅間神社、勢石寺を巡り石脇ちびっこ広場にてゴミを市の車に仕分けして解散となり、日本坂PAバス停より自主運



行バスで焼津駅に戻り12時30分でした。

今回は焼津駅集合で自分の車を有料駐車場に入れ、バス代往復400円駐車代も400円自分で払っての参加。25人募集のところ13人でしたが、さわやかクラブはいつも参加していますが、こんなに少ないのは自分でお金を出してするのが初めてなので参加が少ないのではないのでしょうか。

ゴミ拾いがたいたい4km、ウォーキングしながら天気が台風が去ったのち4日で大変暑くなり汗もかき、休憩しながら歴史民俗資料館の説明を聞きながら皆さん元気ペットボトル、空き缶、マスク、タバコの吸殻、おかし袋等々でしたが今回は大きなゴミはなかったようです。タバコの吸殻のポイステをしないようにお願いしたいです。

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

工事のことなら **何でも解決!**
 土木・建築・エクステリア・外構工事
 株式会社 **原川土木**
 焼津市五ヶ堀之内974-1
TEL 054-629-4380

Okamura
岡村建設工業株式会社
 地域密着型企业
 焼津市栄町6丁目3番15号
TEL 054-627-5711
<http://www.okamura-cicl.com/>

一般貨物自動車運送事業
HASSU TRANSPORT CO., LTD.
 株式会社 **ハッスイトランスポート**
 焼津市利右衛門1088-1
TEL 054-664-1300

加藤造園 **加藤造園(株)**
 焼津市焼津5丁目11番22号
 電話 054-628-3235
 公園整備工事・住宅庭園工事・造園土木工事
 樹木維持管理・芝地維持管理・病害虫防除工
 防除工・土壌改良工

興栄建設
 アスファルト舗装工事・土木工事一式
株式会社 興栄建設
 焼津市吉永1853番地の2
TEL 054-622-3505

パイルの販売及び各種工法の打設工事
大井川重機 株式会社
 〒421-0213 焼津市飯淵842
TEL 054-622-6155
FAX 054-622-0804

各地域からの「い」報告

港支部 北寿会



会場に到着！

さくらんぼ狩りと
もろこし狩り旅行

スカイ旅行センターのこの旅行は、当初、北寿会で計画しましたが、人数が集まらず、直結支部の会員、他単位クラブに呼び掛けて行くことになったものです。会費の2割引きと2000円のクーポン付きというキャッチフレーズが功を奏してか、47人の参加者、バス1台で山梨県に行ってきました。

たわなに実った熟したサクランボが、目の前にあり手に取って口に運んで食べ放題というの

職された仲間は今老人会に入会された経緯があります。今日の社会情勢は変化しつつも、一層の加入促進等町内会回覧等で、お誘いチラシをPRし最善を尽くしています。

今年3月コロナが減少傾向時、地域の保育所年長さんたち30人ほど、久しぶりのクラブ会員との懐かしい交流がありました。園児たちも今まで遊びの制限が限界。一時とはいえ、園児たちの解放された賑わいと、笑みを見ると、これから先も多種にわたり交流を深めていきたい。

（紅林 文試）

だから、参加者皆大喜びでした。狩り場では、新鮮な実が一杯売っていて、それぞれが箱ごと買い込んでいました。

もろこし畑では、生で食べて甘いもろこしを、自分で取って2本だけ持ち帰りできるので畑の奥の方へ入ってなるべく太いのを取ろうと夢中でした。

その他の信玄餅やワイン工場などもクーポン券が使えるので、土産の袋がいっぱいになって重そうに帰ってきました。誰一人転んだりする人がいなかったのもよい旅になったと思います。（滝澤 義雄）



地域の子供達（年長さん）との交流会

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

屋根のことなら何でもお任せください！

まる とし かわら
丸寿瓦工業株式会社

瓦販売請負工事店 各種資格あり

焼津市越後島203

☎ 054-629-1155

一般土木工事・造園工事
浄化槽工事・産業廃棄物収集運搬

 **株式会社双葉園**

焼津市吉永38

TEL 054-668-9138

造園土木エクステリア工事設計施工

 **有限会社 富士昌造園**

焼津市三和1725

TEL(054)624-4007

駿遠開発事業株式会社

焼津市西島345番地の118

TEL 054-622-6642

フロンガス回収と再生 破壊処理業務

 **株式会社アトム**

“地球の明るい未来のために”

本社 焼津市八楠3-6-22
TEL.054-629-0470/FAX.627-1281
E-mail.atom3622@za3.so-net.ne.jp

大井川工場 焼津市中島18-8
TEL.054-664-0522/FAX.664-0523
E-mail.qq824339n@ion.ocn.ne.jp

 **株式会社フジイ**

焼津市小川3539

TEL 054-623-0861

豊田支部 五豊クラブ

五豊クラブの活動報告

日時：令和5年6月5日(月)

集合：午前10時00分

参加者：15名(男・5名 女・10名)

活動報告

約2000㎡の広場、これはクラブ唯一の五ヶ堀之内チビツ子広場です。地域のコミュニティ広場として、町内会地域の皆さんが楽しんでいきます。広場の

豊田支部 本郷クラブ

新任会長に就いて

三ヶ名地区(第8自治会)南部の本郷クラブです。歴史は古く、昭和48年設立のごことで50年(半世紀)続いているようです。ようですというのは、私は鱸ヶ島育ちです。本郷クラブに入れていただいたのが3年前、そう、コロナの影響でほとんど活動休止状態となり実情がよく分かりません。また長い歴史があることでレ-

周辺は、お花畑や市の花・サツキがいっぱい花を咲かせます。何時も心を楽しませてくれます。会員の皆様の奉仕で周辺の草取りを実施し、またきれいになった憩いの広場で皆で楽しみます。

実施内容

「五ヶ堀之内チビツ子広場の奉仕作業」

近くの保育園のお散歩で、保育士さんに引率されきれいになった広場で仲よく楽しんでいる姿を、微笑みながら眺めます。小さなお子さんに、私どもクラブ会員は時間を忘れ微笑み、楽しめます。

ルは敷かれています。旧二役さんが同時に退任されてしまいました。そんな状況のまま会長職を引き受けることとなり不安いっぱい船出となりました。

何はともあれ今年度の総会を無事開催でき、暫定とはいえ今年度の行事予定と予算を承認していただきました。

5月には健康教室と称し、今までに無い誕生会をほほえみで開催できました。右往左往でしたが事務局の皆さん、先輩諸氏、市役所・社会福祉協議会の皆さんのご協力ありがとうございました。



お腹を空かせ、さあご飯に。

これからもたくさんの方々のご指導、ご提案で本郷クラブを運営していきたいと思えます。
(沼野 謙二)



私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

健康 コラム

とってもべんり お薬手帳を持ちましょう!

お薬手帳を持っていると...

- 複数の病院にかかっている、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- 過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- 災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことでより適切な処方に役立ちますよ。



焼津本町支部

日帰り旅行実行

日時：令和5年6月15日(木)
天候：曇のち雨

本部よりバス代金の助成あり
がとつございました。

行程は役員での話し合いで一人でも多くの方が参加できるような条件の所を選び、あまり長歩きはしない所、階段のない所、食事は安くておいしい食事どころ、見学所は屋内でゆっくりく

つろぎができる所との話し合いで決定しました。

コース順は、集合・焼津神社↓清見寺↓清水魚河岸食堂↓静岡歴史博物館↓焼津神社の行程です。

お寺の専属のガイドさんによると、最初の興津清見寺は天武天皇が設置した1300年前の建造物で、古き時代でお金を掛けた立派な建物でした。

お昼の食事は清水魚河岸食堂でアナゴ入りチラシ丼で大変おいしいでした。

清水魚河岸食堂を出る頃より小粒の雨がぱらぱら、そして静岡歴史博物館、幸いにも歴史館

の見学は雨降りでも関係なしラッキー、そして焼津へ。

予定よりも多くの参加者、参加の皆様がありがとつの一言。

本部の滝澤さん、遠藤さん、ありがとうございました。

(焼津本町支部 成島)



興津清見寺

大井川支部 上泉会



上泉会会長
藁科 寧之

大井川支部に新しい単老誕生

住み慣れた上泉で気軽な知れたシニア世代の仲間たちが集い、様々な地域活動の機会に多くの皆さんに参加をしていただき、豊かな第2のシニア人生を一人でも多くの方が

健康で楽しく日々を過ごすことができるようにとの思いから、さわやかクラブ「上泉会」を発足しました。

「上泉会」は連合会の皆さまと共に、さわやかクラブの活動のモチーフでもあります。健康、友愛、奉仕の活動が定着できるように、

会員の一人ひとりが今日までの地域内の活動から『さわやかクラブやいづ連合会』への加入を通じて、より交流、活動の範囲を広めることができよう努めてまいります。

私たちの活動は、これからの日常生活が健全で豊かなものになっていくよう、会員の皆が長年培った知識や経験を地域や仲間と共有し、やりがいや生きがいに繋げていき、歳を重ねるほどにシニア世代の人生の豊かさを享受できるようにと考えております。

本会「上泉会」は現在、女性4名、男性14名の会員構成であります。今後におきましては女性の会員数が男性と同等数になっていくよう、特に女性の皆さんには本会活動に興味を持っていただき、入会員が増えていくような事業内容に重点をおいて、初年度への歩みを進めていきます。

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

おいしく食べよう！お口の体操

顔全体を動かすつもりで、唇を思いっきり動かして、声を出しましょう。



ありさんあつまれアエイウエオア
かにさんかさこそカケキクケコカ
さかだちさかさまサセシスセソサ
たのしいたこあげタテチツテトタ
ならんでなわとびナネニヌネノナ
はなたばはなびらハヘヒフヘホハ
まえよりまじめにマメミムメモマ
やっぱりやさしいヤエイユエヨヤ

らくだいらイオンラレリルレロラ
わんぱくわいわいワエイウエヲワ
がまんだがんばれガゲギグゲゴガ
ざわざわざぶざぶザゼジズゼゾザ
だんだんだぶだぶダデチツデドダ
ばんごうばらばらバベビブベボバ
パラソルぱらぱらパペピプペポパ

東益津支部 第3浜友会

カルタ会

日時：令和5年5月14日(日)

午前10時～

雨上りで予定していたウォーキングができませんので、公民館でカルタ会を11名で行いました。

(数内 藤吉)

東益津支部 第4浜友会

浜当日海岸清掃

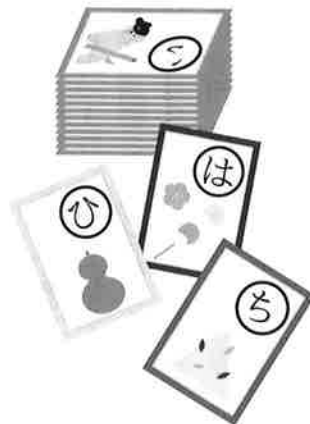
- ・ゴミを捨てないで
- ・たったひとつの海だから
- ・やさしさがきれいな

「浜」を作る街

(中学生が書いた標語)

毎日事情の許す限り自分のペースで体を動かしております。早朝のせいか四季の変化を敏感に感じます。

私共はいつでもどこでも誰でも気軽にできる「ラジオ体操」を毎朝海岸で行っております。会員20名前後です。この中には



手に汗握る展開!

さわやかクラブ会員も14～15名参加しています。クラブの会員は無理のない体勢で体を動かしております。

毎年7月20日頃には焼津市役所の人達が浜当日海岸に来て「海水浴場開き」を開催します。その時、私共も体操関係者と一緒に参加いたします。

(河合 敏雄)



東側虚空蔵山海拔 162 m
(平均海面からの高さ)
大祭 2月 23日

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

熱中症にご用心!

こまめに水分補給を!



熱中症の症状

- 痛みを伴う筋肉のけいれん(こむら返りなど)
- 全身のけいれん、ノドの乾き
- 尿量の減少、発汗多量
- 一過性のめまいや意識消失
- 意識障害、体温上昇
- 吐き気、嘔吐
- 全身の倦怠感、脱力感



症状が出てからの対処法

- ① 衣服をゆるめる。
- ② 風通しのよい日陰や冷房の効いた場所に移動する。
- ③ 冷たい水で冷やしたタオル(冷たいペットボトル等)をわきの下や足の付け根に置き、身体を冷やす。
- ④ 自分で飲めるようなら水分補給を。意識障害などがあり、自力で飲めそうにない場合は無理に補給をする必要はない。
- ⑤ とにかく異変を感じたら、早めに医療機関で受診する。

大村支部 八幡新成クラブ

ウィズコロナの中の仲間づくり

令和4年7月7日(木)さわやかクラブやいづのノルディックウォーキングに八幡新成クラブも鈴木五男会長他2名参加。その結果、当クラブもこれからのクラブ活動の一環として推進することが定例会で可決されました。

10月5日(水)朝は雨模様だった空も徐々に回復し、八幡一丁目公園で18名が参加して、ノルディックウォーキング講習会の運びとなりました。県老人クラブ事務局の金丸様のお力添えでポールを用意していただき、全日本ノルディック連盟の大橋様・村田様のご指導のもと、ウォーミングアップ・基本の歩き方の講義を終えて、朝比奈川沿いの遊歩道を、高草山や道端の草花・川面を眺めながら一周2km弱のコースを心地良く歩きました。公園に戻り、休憩してからクールダウン運動の後、終了。充実した講習会となりました。



ノルディックウォーキングに参加した皆さん

その後、当クラブではさわやかクラブからポールを借りて、会員でノルディック歴6年程になる宮内貴美子さんをリーダーに、昨年12月から今年3月まで毎週木曜日の朝9時半から楽しくウォーキングを実施してきました。そして4月から月1回木曜日に歩いています。今では参加者の中には、マイポールでラジオ体操に来たり、散歩した

りと、日々、健康づくりに励んでいる人もいます。

今回の企画は、ここ3年コロナ禍で冷え込んだクラブ活動に明るい兆しを与えてくれました。

まだ……この先もマスク生活が続くようなウィズコロナの中で、ノルディックウォーキングが健康増進に役立つと共に、閉じこもりがちな生活から、ポールを握って一歩踏み出すきっかけになってほしいと願います。

(浅井 立子)



私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

お気に入りの写真を ポスターに!



ポスター1枚だけ刷りたいんだけど?

A1サイズ1枚からOK!

あなたのお孫さんの写真を大きく飾りませんか?
お誕生日や入学のお祝いとしてプレゼントにもご利用下さい。

A1通常サイズ
594×841mm

展示会・イベント・講演・セミナー・会員募集・サークル活動など、ひと味違うポスターを作成します。また、写真展・コンテスト作品やお気に入りの1枚を大判写真プリントに。

データ入稿

A1サイズ1部 **4,800円**が

(枚数が多くなれば、特別価格とさせていただきます。ご相談下さい。)

家に飾りたい
お孫さんへのプレゼントなど

株式会社 ニチコミまでお気軽にお問合せ下さい ☎054-283-5424

- ・この暖簾信用出来て客惚れる
- ・今は言いそれ怒りだすお天気屋
- ・あの人が啖呵きつてるかくし芸
- ・閉鎖して構え変えつつ復興へ
- ・長い雨頭を隠すこしひかり
- ・良い事を待つ時間程長いねー
- ・奮発の松茸ごはんおごる夜
- ・調味料ませる都合がむづかしい
- ・軽い足金木犀に誘われて
- ・風力で変る速度の観覧車

川柳



- ・急いでる気持程には足行かず
- ・会食の珍品料理目が楽し
- ・穏やかなあの人の顔笑み貰う
- ・年金の知らせ見つめてこの額か
- ・早四年除菌スプレー治まらず
- ・小学生濃淡見事きめた絵が

悠友会 山下 四郎



私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています



とっておきの作品を 句集 にしませんか？

あなたが見た景色や感じた季節の情景…
 それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか？
 初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

- 自分史 写真集 イラスト集 など

印刷物のことならなんでもおまかせください。
 ご希望に添った一冊をお作りいたします！ **見積無料**



安心してお任せ下さい！
 ご相談
 制作の流れです。
 3つのステップで終始
 弊社が担当します！

ご相談
 ご希望の装丁や
 部数をお伺いし
 見積ります

制作・校正
 制作はお任せ下さい
 途中の校正で内容を
 ご確認頂けます

印刷・お届け
 ご指定の納品先へ
 お送りさせて頂
 きます

私たち編集のプロが一貫してサポートいたします！

お気軽に
 お問合せ下さい



TEL 054-283-5424

FAX 054-283-5626



株式会社 二チコミ
<http://www.nitchicomi.com>

短歌



- ・ 還暦と娘達の供に空海の
在れし瀬戸内ひかり豊かに
- ・ 島めぐり静かな水面小舟出し
痛みの身体いつ失せたのか
- ・ 夏こそは昔家族と静波へ
駿遠線はいま夢のなか
- ・ 毎朝の体操仲間ひと時は
家事の流れに道草をして
- ・ 今はもう高草山よ登れなく
足ふらついて眺める山に

大村支部 八楠新成クラブ 柴田 洋子



- ・ 支払いにもたつく我の助け舟
魔法の一手キャッシュユレスとは
- ・ 明日からは社会人なる女孫との厨
賑やかよもぎ餅つく
- ・ 中庭に数多咲き出す花菖蒲
友の来訪少し待ってる

東益津支部 第3浜友会 原田 宣枝

私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

曹洞宗
弘徳院
焼津市浜当目3丁目14の7番地
☎ 054-628-3561

浄土宗
常照山 **光心寺**
明るく 正しく 仲よく
焼津市東小川1-6-1
電話 054-628-3220

遺言から遺産相続、各種法要まで
お気軽にご相談ください
神龍山行政書士事務所
長福寺
焼津市関方412番地
☎ 054-628-2819

曹洞宗
福昌院
焼津市三ヶ名538
電話 054-628-6480

曹洞宗
林泉寺
焼津市八楠4丁目32-8
TEL.054-628-2719

ご協賛

さわやかクラブやいづに加入して、 活動をはじめよう！

お近くのクラブにお問い合わせください

焼津本町地区	満月会 桜寿会
大村地区	八幡新成クラブ
東益津地区	第2浜友会 第3浜友会 第4浜友会 第5浜友会
豊田地区	本郷クラブ 五豊クラブ 第3喜楽会 西焼津クラブ
港地区	長寿会 北寿会
大富地区	三寿会
大井川地区	飯淵親和会 宗高第一常盤会 宗高第三常盤会 上小杉盛朗会 上泉会

Q: 住んでいる地区に
クラブがない……



A: 事務局直轄のクラブに
加入できます！



地域に老人クラブがなくても活動することが出来ます。

諦めずにお問い合わせください！

不明点や相談事がある方はお気軽に事務局にお問い合わせください！

あなたの加入を
心からお待ちしております。

さわやかクラブやいづ連合会

焼津市宗高 572-1

電話 054-622-3543 Fax 054-622-3542

メールアドレス: sawayakclubyaizurengoukai@yahoo.co.jp

公式ホームページ: <https://www.sawayakclubyaizu.com/>

公式 HP で
ブログも更新中！



私たちはさわやかクラブやいづの活動を応援しています

無料事前相談・ホール見学受付中！

セレモニーホール

しおさい

24時間
電話対応

焼津市中港1丁目8番18号

☎0120-37-4031



合併浄化槽への設置替えをしませんか？
私達に、お手伝いさせて下さい！

☎0120-233-225

[本社] 焼津市八幡3-2-6 ☎054-628-3600

matsuno
PAINTING INDUSTRIAL Co.,LTD.

信頼と実績で
70年!!

お見積
無料

塗装の事ならお任せください。

松野塗装工業株式会社

焼津市吉永683 TEL 054-622-0278



株式会社 ニチコミ

ニチコミでは元気に活動する
全国の老人クラブの活動を
写真入りで紹介しています



全国の元気な
老人クラブを
紹介中

いきいきシニア
活動紹介をみる

こちらから

ニチコミ

検索

<http://www.nichicomi.com/>

