

長生クラブだより

発行：所沢市長生クラブ連合会 所沢市宮本町 1-1-2 旧庁舎 5 階 ☎ (04) 2926-8202 発行責任者：会長 坂下幸雄

編集・印刷：(株)博報社 関東支社 神奈川県厚木市愛甲 1-8-39 ☎ (046) 280-6001

平成 28 年 7 月 発行



写真提供：大館 晃

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

わかさクリニック

365日診療・在宅医療

診療時間	月	火	水	木	金	土・日・祝
9:00~12:30	☺	☺	☺	☺	☺	☺ 13:00~
15:00~18:30	☺	☺	☺	☺	☺	☺
18:30~21:00			☺			

無料送迎もあります

所沢市若狭 4 - 2468 - 31
TEL 04-2949-2426

手造り弁当の ヤオゲン

おふくろの味

いつもありがとうございます
各種御注文承ります

定休日 月曜日・火曜日

(株)シライ 所沢市緑町4-6-3

☎ 04-2922-6737



独立行政法人 国立病院機構

西埼玉中央病院

外来受付 8:30~11:00
(除く土・日・祝・年末年始)

・急患随時・分娩全般 応需します
・脳ドック予約受付中

所沢市若狭 2-1671

☎ (04) 2948-1111

西埼玉 検索

社会医療法人至仁会

よしかわクリニック

内科・眼科・耳鼻咽喉科・整形外科
皮膚科・リハビリ・物理療法
所沢市若狭3-2570-2 (旧吉川病院跡地)



☎ (04) 2938-1122

受付時間/午前8:20~12:00、午後13:30~18:00

平成28年 所沢市長生クラブ連合会定期総会盛大裡に終了

平成28年5月17日午後1時より旧庁舎4階ホールにて、所沢市長生クラブ連合会(市長連)の定期総会が開催されました。

総会は、所沢市長生クラブ理事及び各地区単位クラブ選任の代議員166名、所沢市長、藤本正人市長、桑島健也市議会議長ほか来賓12名の178名が一堂に会し開催されました。

開会の言葉、国歌斉唱の後、坂下幸雄市長連合会長の挨拶の後、議案審議に先立ち、今期で市長連各地区連役員、単位クラブ会長を退任される功労者に、所沢市長より感謝状、市長連会長より感謝状が贈呈され、続いて藤本所沢市長、桑島市議会議長、本橋所沢市社会福祉協議会会長、高橋埼玉県連合会長および新井市長連後援会副会長、所沢市自治連安田会長の御祝辞、御来賓の方々の御紹介があり、10分間の休憩の後議事に移り、議長に吾妻地区長生クラブ連合会、松が丘クラブ副会長の品川祥氏が指名され議長席に着き議事に入りました。

第1号議案の市長連平成27年度事業報告を坂下会長、第2号議案の平成27年度決算報告を原信二會計担当理事が報告しました。

続いて平成27年度の会計監査報告を監査役の市川弘吉、小暮茲朗両氏がを行いました。

監査報告の後、質疑応答では県老連への分担金など会費に対する支払率の高い項目に関する質疑応答や会員や事業に対する質疑応答が行われ、続いて第1号、第2号議案の採決に入り賛成多数で採決されました。

第3号議案の平成28年度事業計画案を坂下会長が述べ、第4号議案の平成28年度事業予算計画案を

案の平成28年度事業予算計画案を原會計担当理事が説明、続いて活発な質疑応答の後、採決が行われ賛成多数で第3号、第4号議案が採決されました。

第5号議案の市長連の規約並びに細則の改定に関しては坂下会長が改定の主旨を説明、改定部分の説明を行いました。

説明終了後、質疑応答を行い、多くの有意義な意見や指摘があり、議長が議場に賛否を諮ったところ賛成多数で承認され、案件は原案の条文及び一部加筆修正して第5号議案は採決されました。

次いで報告事項に移り、坂下会長は市長連理事交替の件の報告を行いました。

交替は松井地区の理事に上安松下長生クラブの荒川哲夫会長、小手指地区の理事に小手指第二長生クラブの小暮弘会長が選任された旨報告を行いました。

また今年度は役員改選がなく、現役員及び理事で平成27年度に引き続き市長連の運営を担当させていたたく旨を報告いたしました。

(役員は松井地区連の坂下幸雄会長、吾妻地区連の佐藤裕能会長、柳瀬地区連の金子勇会長、所沢地区連の佐々木洋子副会長、会計は新所沢地区連の原信二云会長。尚、市長連役員及び理事名は3ページに記載)

平成28年総会における表彰者氏名
新所沢地区
緑町3丁目長生クラブ会長
白井 郁(故)

長期会長を務め運営に尽くした。
並木地区
中新井長生クラブ会員
小嶋 一郎

長年地区の環境整備に尽くした。



《質疑応答》

★質問

所沢市長生クラブ連合会のホームページを拝見しましたが、所沢市ホームページとリンクされた方が最良ではないか

回答

所沢市高齢者支援課発行の福祉ガイドに所沢市長生クラブ連合会の活動を掲載される。5月下旬に高齢者支援課と今後の課題に向けて協議します。

★質問

長生クラブの助成金が会員数に比して額が少ない、お達者倶楽部は15万円と長生会より3倍強の助成金を所沢市より得ている、どうしてこうも違いがあるのか

回答

お達者倶楽部が61クラブで年間予算800万円程度と聞いています。5月下旬に高齢者支援課と今後の課題に向けて協議します。

参考

☆お達者倶楽部助成金額 登録者5人以上10人未満
年 60,000円
(6,000円/人)

☆長生クラブ助成金額 会員数49人以下
年 41,900円
(855円/人)

★質問

県老連への分担金が予算支出で41万相当となっています、長生会の会員がどう思っているか、活動資金として助成される様期待したい。

回答

埼玉県老人クラブ連合会が、平成27年度第2回理事会の決定事項として、県に要望することで承認されていますので推移を見る。

★質問

平成27年度収支決算報告書の比較増減で収支の部と支出の部の増減の捉え方に違いがある、次年度に検討してほしい。

回答

検討します。

★質問

部の中で女性部と特出しています、どう考えていますか女性の力が強くなるのでは。

回答

長生会においては、女性の比率が6割に達している状況で、専任・友愛部の部長には女性に就いてもらい活躍を期待しています。

★質問

所沢市長生クラブ連合会会則について提示された議案書には、当日に修正部分があり、議案書を再提出して承認を取るべき。

回答

会則を修正した議案書を再提出します、但し提示した会則は賛成多数で承認される。

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

ふりかえりたくなるみちでした。

michiru

Michiru Kindergarten
est.1974

<http://www.michiru.ed.jp>



学校法人

所沢文化幼稚園

所沢市星の宮1-2-25

☎(04)2922-7321

やすらぎの空間づくりのお手伝い

**草花 植木 庭園
設計施工**

(有) 杉山園



所沢市北野南1-4-7
☎(04)2948-2635(代)

MKS
MADE IN JAPAN

自転車用ベタル/自動車部品製造及び冷間鍛造



株式会社 三ヶ島製作所

〒359-1166 埼玉県所沢市稲谷 1738

TEL: 04-2948-1261

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

(3)

役 員	氏 名	役 員	氏 名
会 長	坂下 幸雄	会 計	原 信二
副会長	佐藤 裕能	監 事	市川 弘吉
副会長	金子 勇	監 事	小暮 茲朗
副会長	佐々木洋子		

平成 28 年度

所沢市長生クラブ連合会役員・理事名簿
年間事業計画

役 員	氏 名	地区連名	備 考
理 事	市川 弘吉	所沢地区	地区連会長
同	浅井 敏男	所沢地区	
同	佐々木洋子	所沢地区	
同	坂下 幸雄	松井地区	地区連会長
同	水戸 守	松井地区	
同	荒川 哲夫	松井地区	
同	大塚 勝	松井地区	
同	佐藤 裕能	吾妻地区	地区連会長
同	堀 葛郎	吾妻地区	
同	富岡 裕子	吾妻地区	
同	小暮 茲朗	山口地区	地区連会長
同	四戸 登	山口地区	
同	柳下キヨ子	山口地区	
同	大庭三智子	小手指地区	地区連会長
同	星 孝郎	小手指地区	
同	小暮 弘	小手指地区	

役 員	氏 名	地区連名	備 考
理 事	中井 明良	富岡地区	地区連会長
同	薫田 健一	富岡地区	
同	駒形 俊明	富岡地区	
同	金子 勇	柳瀬地区	地区連会長
同	松本 節子	柳瀬地区	
同	橋詰 孟夫	三ヶ島地区	地区連会長
同	中村 廣司	三ヶ島地区	
同	中村喜代美	三ヶ島地区	
同	山上 三一	新所沢地区	地区連会長
同	土屋 明	新所沢地区	
同	飯山 芳枝	新所沢地区	
同	原 信二	新所沢東地区	地区連会長
同	黒田 恭子	新所沢東地区	
同	柴田 光雄	並木地区	地区連会長
同	若山 孝	並木地区	
同	若山 静江	並木地区	
同	古田 正男	(特任)	

年	月 日	主管部	主要事業	会場等
28	4 月 28 日(木)		高齢者大学入学式	中央公民館
	5 月 17 日(火)	総務企画部	所沢市長生クラブ連合会定期総会	旧庁舎 4F ホール
	5 月 23 日(月)～24 日(火)	旅行部	春季旅行(静岡・西伊豆・駿河湾クルーズ方面)	
	6 月 24 日(金)	保健・体育部	健康ウォーキング	航空公園
	6 月 29 日(水)	文化部	第 40 回高齢者囲碁・将棋大会	ミューズ展示場
	7 月	広報部	広報誌【長生クラブだより】第 139 号発行	
	7 月 28 日(木)	文化部	第 40 回高齢者演芸大会	ミューズ中ホール
	9 月 14 日(水)	保健・体育部	第 17 回所沢市高齢者ゲートボール大会	生涯学習推進センター
	9 月 28 日(水)	保健・体育部	第 41 回高齢者スポーツ大会	所沢市民体育館
	10 月	旅行部	秋季旅行(長野方面大河ドラマの舞台をたずねる旅)予定	
	10 月 14 日(金)	保健・体育部	健康ウォーキング予定	航空公園
	10 月 19 日(水)	保健・体育部	第 16 回グラウンドゴルフ大会	北中運動場
	10 月 26 日(金)	保健・体育部	28 年度シルバースポーツ大会	熊谷スポーツ文化公園
	11 月	広報部	広報誌【長生クラブだより】特別号または第 140 号として発行予定	
	11 月 22 日(火)	保健・体育部	第 11 回県西部地区グラウンドゴルフ大会	北中運動場
	12 月 13 日(火)～15 日(木)	娯楽部	第 42 回所沢市高齢者創作展示会	中央公民館
29	2 月	広報部	広報誌【長生クラブだより】第 140 号または第 141 号として発行予定	
	2 月 24 日(金)	保健・体育部	健康ウォーキング予定	航空公園
	3 月 23 日(金)	保健・体育部	第 17 回グラウンドゴルフ大会	北中運動場

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

地域に密着した療養支援をご提供
機能強化型在宅支援診療所
みずの内科クリニック
内科・消化器内科 往診・訪問診療も行っております
お気軽にご相談下さい
すずらん
●訪問看護ステーション ●居宅介護支援事業所
TEL 04-2943-2253 TEL 04-2990-5615
☎(04)2942-4100
中新井4-27-4 みずの内科クリニック 後援

一般社団法人 巨樹の会
認知症対応型デイサービス
りらいふ
ゆっくり・一緒に・楽しく
●専門の講師による芸術活動
●理学療法士による運動療法
所沢市大字山口5257-3
☎(04)2928-7677

社会福祉法人
どんぐりの園
◆デイサービスセンター
◆ケアプランセンター
アグリ
所沢市荒幡106-6
☎(04)2929-1213

医療法人社団 医風会
ケアハウス狭山ヶ丘
特定施設入居者生活介護事業所
所沢市東狭山ヶ丘5-2753
☎(04)2928-6611

平成 28 年度・所沢市長生クラブ連合会、専門部委員と各部活動計画

◎印・部長 ○印・副部長

地区名	総務企画部	組織強化対策部	広報部	文化部	保健・体育部	旅行部	奉仕・友愛部	交通・防犯部	女性部
所 沢	本橋 勇	市川 弘吉	長岡 甚	浅井 敏男	辻村 士郎	小山 恵二	大館 哲男	市川 弘吉	佐々木洋子
松 井	水戸 守	◎大塚 勝	○荒川 哲夫	武藤 昌雄	○下村 武	佐藤 知徳	田中 文雄	古川 一	
吾 妻	古田 正男	古田 正男	◎佐藤 裕能	針ヶ谷 明	山口 博司	小野 英一	○古田 正男	堀 葛郎	富岡 裕子
山 口	小暮 茲朗	小暮 茲朗	小暮 茲朗	城戸 耕造	山田 吉和	小暮 茲朗	萩野 隆一	○柳下キヨ子	柳下キヨ子
小手指	大庭三智子	大庭三智子	大館 晃	小暮 弘	北田 富美	小暮 弘	星 孝郎	◎星 孝郎	大庭三智子
富 岡	中井 明良	堀野 恵作	小野 徹	佐久間武久	藤田 健一	古原 武司	安藤 富子	駒形 敏明	
柳 瀬	金子 勇	金子 勇	金子 勇		金子 勇	金子 勇			松本 節子
三ヶ島	中村 廣司	橋詰 孟夫	栗原 勉	町田 寛康	仲 長吉	水村 幸一	豊田 稔	松本 直高	◎中村喜代美
新所沢	土屋 明	土屋 明	○大山美智子	土屋 明	高柳 達夫	飯山 芳枝	飯山 芳枝	加藤 学	飯山 芳枝
新所沢東	○原 信二	黒田 恭子	深尾 徹	原 信二	坪川 和夫	大島 利男	黒田 恭子	原 信二	○黒田 恭子
並 木	大野 勉	柴田 光雄	大野 勉	○水川 忠夫	若山 孝	柴田 光雄	柴田 光雄	西根 実	中村 節子
			大庭三智子		○橋詰 孟夫		○若山 静江	○若山 静江	
	◎佐藤 裕能		中村喜代美	◎柴田 光雄	◎古田 正男	◎水戸 守	◎大庭三智子		

専 門 部	活 動 内 容
1 総務企画部	※ 全老連取り扱い物件の斡旋、各部に属さない事業の企画立案、各地区連役員・単位クラブ役員名簿の作成等庶務的業務の遂行。
2 組織強化対策部	※ 会員増強5カ年運動の3年目、所沢市長生連はこの運動期間で純増710名を目標とする、具体的な成功事例を参考にしつつ会員の意見を集約し進める。
3 広報部	※ 市長連の活動についてより広報・普及活動の推進と関連とされる情報収集に取り組む(広報誌の発行、ホームページの活用を図る)。
4 文化部	※ 会員相互の親睦を深める事業の推進と所沢市役所との連携を図る(高齢者囲碁・将棋大会、高齢者創作作品展示会)。
5 保健・体育部	※ 健康、体力の強化推進、各種スポーツ大会を通じての親睦と連携。
6 旅行部	※ 会員の親睦を図るため、研修と観光旅行の企画。
7 奉仕・友愛部	※ 各地区での社会奉仕活動の実践、赤い羽根共同募金活動への協力、県老連主催の友愛活動実践研修会の参加、介護保険制度と介護予防の学習。
8 交通・防犯部	※ 関係団体(市役所、警察)と連携して運動推進を図る(市内各地区で開催される、交通安全・防犯排除キャンペーン等に参加。)



* 広報部 *



* 旅行部 *



* 奉仕・友愛部 *

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

い ま き
内分泌代謝専門医
(糖尿病・甲状腺)
今城内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△	△
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	△	△
18:00~19:00	△	△	△	△	△	△	△	△

休診日 日曜・祝日
所沢市緑町2-3-21
☎(04)2939-2006
<http://www.imaki-clinic.com>

内科・放射線科 訪問診療
さいとう内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	△	△	△
13:00~15:00	※	※	※	※	※	△	△	△
15:30~18:30	●	●	●	●	●	△	△	△

休診日 木曜・日曜・祝日 △...14:00まで
※往診・訪問診療/水曜午後は検査(予約制)となります。
☎(04)2936-8700 各種保険取扱
小手指町4-17-3

内科・血液透析
航空公園西内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
PM 3:00~7:00	○	○	○	○	○	○

休診日: 日曜・祝日・木曜午後
西武新宿線 航空公園駅西口徒歩1分
埼玉県所沢市喜多町4-8 駐車場有り
☎(04)2925-8000

医療法人 宏裕会 **青木クリニック**
AOKI CLINIC

◆診療科目 内科・消化器科・循環器科
◆診療時間 午前 9:00~12:00
午後 3:00~6:30
◆休 診 日 土曜日午後 日曜・祝日
◎全身ヘリカルCT
新所沢駅東口よりバスにて花園四丁目
または仲栄小学校前下車1分
〒359-0041 所沢市中新井2-65-1
☎04-2943-1036

(5) 所沢市長生クラブ連合会は、奉仕・友愛・健康を主要な目的に高齢者の生きがいと親睦を高める活動をしています。

組 織

所沢市長生クラブ連合会に所属している長生クラブは、その大部分が町内会、自治会のある地域の高齢者の団体として組織されています。現在市内11地区に地区連合会、各地域に70単位長生クラブがあり、会員約5千名で構成されています。

活 動

- 長生クラブの奉仕活動としては地域の高齢者が集い、それぞれの地域の自治会活動に参加、小学校の通学路の見守りや年間を通しての交通安全運動、共同募金、地域の道路や公園の清掃等の奉仕活動に積極的に参加しています。
- 友愛活動は、高齢者同士、健康で元気な方が、病弱な方、体調の悪い方、身体に支障のある方の手助けや、心身に不調のある方の見守り、お手伝いなどできる範囲で、お困りの方の手助けなど、友愛実践活動の一環として実施しています。また会員や会員のご紹介の方のお宅に訪問して話し相手になったり困ったことの相談に乗ったり、一緒にお食事をしたりする活動もしています。
- 健康に関する活動は、食生活講習会、歩こう会、健康体操、介護保険講習会、グラウンドゴルフ、社交ダンス、ゲートボール、等の大会を実施しています。

事 業

長生クラブの事業は大きく分けて、①所沢市長生クラブ連合会、②地区連合会、③各单位クラブ各々が主体となって実施する事業に分類されます。

- ① 所沢市長生クラブ連合会の事業は、所沢市や他の公共団体との共催または長生クラブ連合会が主催する事業として定期的に予定されています。

- 3月 春季高齢者グラウンドゴルフ大会(北中運動場で開催)
- 7月 高齢者演芸大会(ミューズで開催)、高齢者囲碁将棋大会(同)
- 9月 高齢者スポーツ大会(市総合体育館で開催)
- 10月 秋季高齢者グラウンドゴルフ大会(北中運動場で開催)
- 12月 高齢者創作展示会(中央公民館で開催)

その他の事業として、広報誌(長生クラブだより)の発行、春・秋に実施する1～2泊の親睦旅行、歯科医師会主催8020よい歯の運動に参加、新春懇親会、健康ウォーキング、県老連スポーツ大会、ダンス大会等関連事業に参加しています。

- ② 地区長生クラブ連合会の事業は、各地区の連合体に適合した奉仕・友愛・健康に関する活動、地域包括支援センターと連携した奉仕活動、地域会員の親睦を図る日帰りバス旅行、カラオケ大会、お花見の会、演芸大会、グラウンドゴルフ大会、レクリエーション・スポーツ大会、健康増進活動等、場所・人数的に地域の連合組織として成果を上げています。

- ③ 各地域の長生クラブでは、より地域に密接した、声かけ、訪問見守り、話し相手、お手伝い、町内の清掃、健康体操等奉仕・友愛・健康に関する活動に参加しています。また会員相互の親睦を図るため、春は花見、夏は七夕、秋はお月見、冬は忘年会・新年会、お誕生会、市補助日帰りバス親睦研修旅行、カラオケ大会、グラウンドゴルフ大会、等を実施しています。



皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

A:各地区の長生クラブの会員や役員にお声がけください。

B:ホームページ(所沢市長生クラブ連合会)もご覧下さい。

メールでもご入会いただけます。

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

おやけ皮膚科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前10:00～1:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後3:30～6:30	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日 水曜・日曜・祝日・土曜午後

所沢市上安松5-16 石田ビル1F

☎(04)2945-3000

おおはし整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	手術	●	●	●	※
15:00～18:30	●	△	△	●	●	△

△…水曜午後15:00～19:30

※…土曜9:00～13:30

休診日:火曜・土曜午後・日曜・祝日

小手指駅北口徒歩3分

所沢市小手指町1-11-4-2F

☎(04)2929-6622

新所沢ひろ内科

内科・循環器内科・小児科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～13:00	●	△	●	●	●	●	△
15:00～19:00	●	△	●	●	●	●	△

休診日 火曜、日曜、祝日 ◎…15:00～18:00

所沢市松葉町24-3 O.T.Aビル1F

新所沢駅東口徒歩2分武蔵野銀行むかい

☎(04)2991-6767

新所沢ひろ内科 検索 あり

内科・小児科
訪問診療・在宅支援診療所
YANAI CLINIC

医療法人 柳内医院

診療時間 午前 9:00～12:00
午後 3:00～6:00
休診日 水・土曜の午後、日曜・祝日

所沢市元町21-7

☎04-2922-2005

奉仕友愛部

奉仕友愛部長 大庭三智子

友愛活動の基本は「話し相手」ですが、本人や家族の要望と日常生活、外出などの援助の希望を把握し、部員ができること、他の協力を得て行うことをよく検討することが大切で本人が望んでいるかどうかをみきわめたいとできめる。そして友人として信頼関係を築くことも大切です。

批判したり、評価をしないように心がけ「してあげる」ではなく「共に生きる仲間として支え合う」ことが最も重要です。活動になれてくると、形式的になったり、おさなりのなつたりして、相手の状態や変化

を見逃してしまいがちですが、何かの兆候があった時は、すばやく対応するようにしましょう。

孤独と、孤立は違います。孤独は心がひとりぼっちの状態ですが、心の中で痛みを伴う感情ですが、孤立は会話がなくなり、日中声を出さない日が続きたり、社会やまわりの状況に興味を示さなくなったり、耳が遠くなつて周囲の会話が聞き取れず、取り残されていると感じた時、また「未来孤立」のよう将来どうなるかの不安をかかえこむ状態になったとき、高齢者はひとりぼっちになってしまいます。

人は、自分のことを一生懸命聴いてもらうことで気持ちが悪くなり、生きる力が湧いてくるといいます。相手のこと

を思いやり、気遣ってあげながら聴いてあげる。それが友愛の基本です。

奉仕友愛部の部員さん達とよく話しあいながら、楽しく部活動ができればと思っています。

部長としておぼつかないとおもいますが、一生懸命やらせていただきます。



老人クラブ地域支援
女性部リーダー研修会

活動高齢者

介護生活支援問題

柳瀬一丁目 松本節子

28年2月12日

浦和すこやかプラザ

文教大学中島修准教授によりスライド1時間30分説明がありました。介護高齢者、単身世帯、介護制度、医療問題、日常生活地域包括ケアシステムまたはバリアフリー、心身機能改善環境へのアプローチ等とても重要である事を話され、簡単な事ではないと感じました。だがやりがいのある仕事だと思います。今この講義を聞き、自分に何が出来るだろうか、目の前で悩んでいる人、困っている人、毎日がどう過ごされているか頭で考えてしまいました。

自分の力だけでは、どうにもなりません。地域活動、サークル、グループ活動、での声掛け、話し合いまたは、市民連帯を広げ地域、社会に貢献し一人ひとりの力を合せ高齢者の一人ひとりが明るい生活が出来るよう、試行錯誤し、自分を磨き絆を広げ皆様のからのパワーと力を借りて頑張つてまいります。

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

歯科・小児歯科

下山歯科医院

診療時間
月・火・金 午前9:30～午後7:30
木・土 午前9:30～午後6:00
日 午後1:00～午後2:30
休診日：水曜・日曜・祝日

急患随時受付 駐車場有

所沢市小手指南1-13-1

☎(04)2921-3939

保険診療でできる訪問歯科治療

医療法人社団 光志会

奥原歯科医院

月～土曜日

AM9:30～PM6:00(要予約)

所沢市小手指町1-30-10

訪問歯科専用フリーダイヤル

0120-54-7477

内科・呼吸器科・心療内科

吉岡クリニック

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
午後4:00～7:30	●	●	●	●	●	●	●

休診日 木曜・祝日 ●印は診療

所沢市花園2-2351-18

☎(04)2942-3116

産婦人科

医療法人一正会 <母体保護法指定医>

峰の坂産婦人科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	○	休
午後3:00～5:00	○	○	○	○	○	○	○	休

入院設備有 各種保険取扱

駐車場有

所沢市宮本町2-16-10

☎(04)2923-4313

所沢市長生クラブ春季旅行 楽しかった西伊豆の旅

市長連旅行部

所沢市長生クラブでは、5月23日・24日泊2日のバスの旅で、西伊豆方面へいきました。

土肥港から松崎町にある「漆喰芸術の殿堂・長八美術館」へ行きました。壁に塗る漆喰で図絵を制作するという、左官技能の粋をつくした数々の作品に感動しました。

※楽しい夜の宴会と交流
宿泊ホテルは堂ヶ島温泉郷にある「クリスタルビューホテル」でここは元「ニュー岡部」だったという由緒あるホテルだそうです。

総檜造りの大浴場で疲れを癒したあとは、宴会場でそれぞれ得意のカラオケや踊りなどが披露・展開されて、みんなが楽しいひとときを過ごしました。

夕食の料理もおいしく盛りだくさんで満足でした。ただ、この地域の「夕陽日本一宣言」は時間と天候の関係で十分に見れなかったのは少々残念でした。

※西伊豆の海を堪能して
海なし県の私たちにとって、昨日から何回となく海を見学・遊覧できたことは良い思い出でした。2日目は、夕陽

に照らされる黄金色輝くと言われる黄金崎公園での散策です。小高い「富士山の丘」から見える風景は格別でした。次いで堂ヶ島へ向かいました。洞窟めぐりの遊覧船で、数々の洞窟や天窓洞を見学しましたが、海食による自然の神秘さに驚嘆しました。

下船してから加山雄三ミュージアムの中を見て回りました。その後は昼食処での昼食、沼海産物店での買物などをして、一路所沢へと帰路を急ぎました。

こうして二日間の春季旅行を無事に、そして楽しく終えることができました。参加者のみなさんから、アンケートの回答でも「今度の旅行は楽しかった」「秋の旅行も期待している」などのお褒めや励ましの意見を頂いております。ありがとうございました。



私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

雑学コラム

「笑う門には福きたる」は本当？

フランスのルーヴィンスタイン博士は自著「笑いの心身医学」にこう記しています。「笑いは鎮静作用を持つエンドルフィンの分泌を促進し、呼吸による酸素と二酸化炭素の交換を4倍にする。また消化管を攪拌して便秘に効果があると同時に、肝機能不全を補う作用も果たしている。」病気をすると、ただでさえ気持ちが落ち込みがちですが、明るく笑ってみることが福を呼ぶ秘訣なのかもしれません。



全国の処方せんを受け付けます

田辺薬局プロペ店

平日・土曜 9:30~20:00
祝 日 10:00~19:00
定 休 日 日曜日

健康相談 おくすり相談
自家製剤 漢方薬

◆所沢駅西口より 徒歩1分◆

所沢市日吉町11-17
☎(04)2925-0321

あなたの健康に
奉仕する...

灰屋薬局

所沢市元町22-11

☎(04)2922-2033

女性部日帰りバスツアー 新東京巡り

市長連女性部 中村喜代美



川越しにスカイツリーを眼前に見ました。浅草での昼食は「ちゃんこ鍋」で男性の方には量的に足りなかったのではと思つた。食後は雷門、仲見世、浅草寺等は自由散策で大変混雑して

たので一塊になって行動した。それぞれの買い物が終わると早々に集合場所に行つて待った。浅草でのハブニングはあつたが、予定どおり最後の砂町銀座にも駆け足で行く事が出来た。夜のお惣菜を買つて、食べ歩きを楽しみ下町情報を味わう事が出来て良かった。帰りの車中は「きみまろ」のビデオを観て楽しんだ。

45名の方ご協力有難う御座いました。
コース……良かった 22名
食事……普通 31名
まずかった 8名
クルーズ……良かった 40名
ガイド……良かった 3名
普通 18名
バス……普通 18名
浅草……良かった 14名
皇居……良かった 7名
その他の感想

浅草……時間が長すぎた
皇居……時間が少なかつた
その他の感想
短い時間で見学し、色々見聞を広げた。日帰りツアーだったけど色々体験し考えさせられる事の多い一日となった。全体的には良かったです。迷子は大変でしたが、お疲れ様でした。

28年2月18日(木)バス2台
(1号車は三ヶ島地区45名・2号車は中新井、宮本町、並木、柳瀬、東所沢、松井、下安松、地区の45名総勢90名)それぞれの集合場所を経て合流した。天気にも恵まれた。皇居東御苑では時間が少なかつたが満開の梅花と早咲きの大島さくらを鑑賞出来て嬉しかった。

車窓より改装された東京駅を眺めながら日の出浅橋から浅草浅橋へとクルーズ、船内は強い日差しが差し込んで眠気がしてきた。隅田

たった一日で色々な沢山の事を見聞したバスツアーだった。

『アンケート結果報告』



新所沢地区春季演芸大会

新所沢地区 大山美智子

6月18日(土)9時30分開演で恒例の演芸大会が開催された。来賓にうしぬま荘岡谷園長、北小古宮校長、近藤市議会議員をお迎えし、祝辞を頂き演技に入つた。宝泉会の詩吟から始まり、カラオケサークルで日頃きかえている自慢の、のどを披露するカラオケタイムが続きます。「南部せみしぐれ」「紅の傘」「霧笛の宿」など素敵な衣装を着て一曲フンスティッシュのワンマンショーです。近藤議員も飛び入りで一曲披露してくださいました。

リズム体操・伝統のある琉球舞踊・優雅なフラダンスをはさみカラオケが続きます。午前の部の締めは舞踊タイム。日舞、民謡舞踊サークルの発表です。しつとりとおどる日舞、粋にまた元気に踊る民謡舞踊に観客の皆さんをくぎづけにしていました。13名で花笠を持って踊る「花笠音頭」は圧巻でした。

1時15分より午後の部が始まり、カラオケが38曲続きます。「氷雨」「銀座のトンビ」「女のあかり」「港しぐれ」など熱唱が続きます。山上会長の「花と龍」でカラオケタイムが終わり。舞踊タイム、日舞、民謡舞踊、フラダンス、中村好雄さんの江戸芸かつぱれが披露され、おおとりは大西久江先生の「串木野さのさ」で締められました。緑寿荘で活動しているカラオケ8サークル、5クラブ、フリーの方8名、踊り5サークルの参加で86組の演目、184名の来場者があり、途中で帰られる方も少なく盛況に終わりました。

受け付けの所に熊本地震支援のための募金箱を置き、こころよく募金をして頂きました。



山口中町長生会 勉強会

第山口地区長生クラブ連合会

柳下キヨ子

28年3月13日(日)中町長生会事業として講演会を実施しました。テーマは「知っておきたい相続とその対策」、多くの会員からの要望に応えて実施する事が出来ました。幸いに町内会員の中に専門の方がおられたこともあり、会員はもとより地域の多数の参加者と共に真剣な勉強会となりました。専門家によるパンフレットの一文を記します。【間もなく3人に1人が65歳以上となり、年齢と共に健康上深刻な問題でもあり、超高齢社会における最重要課題は相続問題といっても過言ではありません】と専門的な問題を歴史上の人物を通して、正しい相続として理解しやすくまた楽しく説明をしていただきました。①相続全般について②遺言について③相続を行う流れ④相続にかかわる税について⑤生命保険と相続⑥贈与について⑦その他難しいテーマではありましたが貴重な勉強会となりました。今後機会をとらえて知識を深め、みんなのしあわせと安心のために自分の考えを持つ必要性を痛感しました。



「新東京めぐり日帰りバスツアー」に参加して

(2号車)中新井 小端鐵彰

所沢市長生クラブ女性部が企画の「新東京をめぐる日帰り親睦旅行」が、平成28年2月18日(木)に実施され、多くの仲間と共に、仲良く・楽しく・元気に参加させていただきました。

2号車は、市内の中新井・旧庁舎・松井・下安松・柳瀬・東所沢地域の各集合場所を経由、逐次参加者が乗車して46名に。途中で狭山ヶ丘・三ヶ島方面からの1号車47名と合流して一路皇居東御苑へ。

東御苑では北桔梗門から入出し、短い時間の散策でしたが、皇居の梅花を楽しみました。その後は改装された新東京駅の近くを通過して日の出桟橋に到着。

日の出桟橋から浅草桟橋へと水上バス(遊覧船)で隅田川を上る。その間、著名な勝鬃橋を含め15カ所程の橋下を通過しながら、隅田公園近くのスカイツリーを望み、絵葉書の風景を生で見られた事に感激でした。その後、浅草はなの舞で軽い昼食を頂いた後、有名な雷門・仲見世を通過して浅草寺の参拝となりました。

雷門・仲見世周辺は中国系の観光客が多くて、グループでの歩行も難しい様子でした。次に砂町銀座といわれる地域の商店街通りでは、狭い通りの割には店の数・商品種の多さが認められました。しかし、店先で認められる価格は、スーパーでの生活に慣れている方々には少し高値と映ったかもしれません。

その後は本場インターから帰路に就く流れでしたが、当日の天候は、初春の寒さ・冷たさも和らぎ、晴れ間も多く、恵まれた旅行日和で、仲良く、楽しく、元気な、勉強になった旅でした。

2号車内の雰囲気は良くまとまっております。初対面の方でも旧知のように賑やかで楽しかったのは、長生クラブ

の間の日頃の気心が働いていたからでしょうか。行動もスムーズでした。1号車の方々にあっても、同様の体験と感動を多く得られた事と思われま

す。今回の旅行でも楽しく過ごせましたが、明るく・楽しく・元気な・健康的な活動を目指す長生クラブの意義に合致したものであり、新しい発見と喜びに加えて知識・経験も増し、今後の豊かな人生を過ごす糧になると思われました。

なお、混雑に紛れての所在不明者のハプニングもありましたが、全員が揃って無事に帰宅できた事に感謝したいと思います。次回の旅行でも、皆さん方にお会いして楽しく参加できる事を待望して終わりとします。



第16回所沢市高齢者ゲートボール大会

保健体育部長 古田正男

所沢市長生クラブの主事業である【高齢者ゲートボール大会】が1年ぶりに盛大に開催されました。前日の雨模様で一部グラウンドの状態が心配されましたが、皆さんの気持ちを通じ好天に恵まれました。

坂下会長による主催者挨拶に始まり、来賓として先に所沢市社会福祉協議会常務理事・平川聖一様と所沢市長生クラブ連合会後援会長・日高幸二様より開催に当たってお言葉を頂きました。

【ゲートボール】はすべての世代が一緒に楽しめるコミュニケーションスポーツとして日本生まれのいつでもどこでも誰とでもできる、5人対5人のチーム対抗によるゲーム

で、1試合は30分間でチーム5人の合計得点で競われます。

大会の進行は金子副会長のもとで、選手宣誓、諸星審判長による競技上の注意、始球式は坂下会長・平川常務理事両氏により、また「北国の春」の曲に乗って全員が体を動かし準備体操、競技が開始されました。

参加10チーム・参加者70数名により、練習の成果を競い、優勝は小手指・上新井に準優勝は三ヶ島・三ヶ島若狭となりました。

表彰式の後またの再会を目指し練習に励もうと声が出ていました。



所属参加チーム名	順位
1 吾妻・北秋津	7位
2 所沢・所沢旭	7位
3 三ヶ島・三ヶ島6	6位
4 小手指・上新井	優勝
5 三ヶ島・三ヶ島11	5位

所属参加チーム名	順位
6 小手指・小手指8	10位
7 新所沢・新所沢	3位
8 三ヶ島・三ヶ島若狭	準優勝
9 松井・松井	4位
10 所沢・所沢星野の宮	9位

福祉バス旅行 長瀬 5月19日(木)

こてさし荘を8時15分に出発(参加者25名)。

入間ICから高速に乗り、旅のはじまりです。晴天に恵まれ、5月の爽やかな空気に包まれて気分も上々。シートベルト、会長の挨拶で、改めて旅を実感。隣どうしの会話もはずみ、賑やかさを増したバスは、渋滞もなくスムーズに目的地へとむかう。1回のトイレ休憩で花園ICをおり、以前来た時よりずっと道も良くなり、連休あけの平日とあって車も詰まることなく船着場までアットいままに到着。連絡よろしく2艘は出るばかりになっていました。すぐに乗船、穏やかな川面をすべり出しました。木々は新緑で美しく岩肌をつつみ、絵のような景色の中を船頭さんの「カジ」と「長い竿」で順調に進む。間をおかない説明に耳を傾け、岩間を通る時は、ピニールで覆って水飛沫をよけ、入梅前で水嵩の少ないわりには、楽しさ100倍の船旅でした。

渋滞にあわないう時間の良さに、商店街で長瀬でしかない「花豆」よりおいしい、そら豆の「煮豆」に出会いました。お茶もご馳走になり、至福の時間でした。

お昼は「有隣クラブ」です。「沢蟹」のおつまみ、温かい天ぷら、五目煮、等々舌つづみをうちました。

第8長生クラブ 大庭三智子



宝登神社参拝、19世紀の建設とあって、彫刻がすばらしくおもみのあるお寺でした。見上げる階段、踏み外すことなく登らなくてはと自分にいいかけ、1段1段、丁寧に登りました。稲荷神社で一休み。健康であることの恵に感謝し、「モミジ」の青葉に見惚れて集合場所へ向かう。車中で、ハーモニカ演奏が始まり、唱歌を皆で合唱です。「春が来た」「故郷」「知床旅情」等々次々に歌い、一休息の温かいお茶のおいしいこと。

入間ICをおりて、また明るい内にお別れの時間、また次の機会を楽しみに……。

春のグラウンドゴルフ大会

4月11日(月)

北野総合グラウンド

曇り空で風が強く、でも前日の雨のおかげで土ボコリはありませんでした。

昨年までは、2試合の合計点で賞位を決めていましたが、今年から3試合行う案になりましたので、午前中で終わらせる為に遅刻しないことを呼びかけました。

市長連、3月24日のグラウンドゴルフ大会の時も風が強く、寒さが加わり震えが止まりませんでした。今日は4月に入っていますので寒さがなく、ふんちよと楽でした。

Aコース、Bコースのコースづくりが終わり、予定通り9時20分には集合してもらい簡単に開会式を済ませ、注意事項も告げることが出来、いよいよ本番。

100名を超える会員でしたが、皆きちっと合図を待ち、ピーと笛の合図で一斉スタートをしました。

小手指地区長生クラブ

コーンという音があちこちで鳴り元気にそして楽しく始まりました。

残念がる人もいれば、「ワースト1」の声も軽やかに棒を挟んでの会話も笑顔がたえず、強風も何のそのでした。

試合が終わる毎に10分間の休憩を取り、3試合が終わったのは、11時を回っていました。

採点に入り、上位10人を決め、ホールインワン賞も決め終わった頃、ダイヤモンド賞が…の声、私は何のことか分からず(勉強不足)聞くと、1試合中に止り3個を出すこと、驚きました。それも2試合が終わり、3試合目の5打まで打ち終わり、6打、7打、8打で止りを出したそうです。

(山崎光平氏)

すごい、すごい、の拍手でした。お祝いの賞品がなく買うことに決定。皆、少し興奮ぎみに幕を閉じました。

きつと、身も心も弾んで今夜眠れないかも……。



総会と懇親会について

星の宮第二長生クラブ 長岡 基

4月26日星の宮第二長生クラブの総会を星の宮会館で開催しました。

幸い当日は素晴らしい天候に恵まれて若葉が光り輝く日和となりました。役員は11時に集まり12時開催に向けて準備を進めました。集合時間の12時には全員が揃いましたので、出席者30名・委任状24名で総会成立となりました。村上副会長の司会で開会致し会長と小林町会長の挨拶を頂いた。議長選出で川俣寿男氏に決まり議事に入る。

会長より27年度事業報告、田口会計より収支決算報告、花岡氏より監査報告が行われ、役員改選・記念品贈呈のあと28年度事業計画・収支予算案について議論して頂き満場一致で採択され議事終了となりました。10分程の休憩の後、皆さんお楽しみの懇親会に入り、会長挨拶の後川俣寿男氏の乾杯の発声で宴会が始まり、一寸喉を潤してから暫くして和やかな雰囲気となり、色々な会話の中から話が盛り上

がり長生会員の親睦がより深められたのではないかと感じました。また会話の大切さを改めて痛感しました。今回何時もと違いビンゴゲーム・カラオケ等は無く寂しいかなと思いましたが、良い意味で結果的には良かったかと感じております。今後益々対話の尊さを深めて長生クラブをより良い形で進めて努力して心新たに頑張ります。

平成28年度 松井地区連・通常総会と懇親会

松井長生クラブ連合会 武藤昌雄

松井地区連の28年度通常総会が4月22日、福祉センタ

ーうしぬま荘で開催されました。

いつもこの様に開館9時に女性職員に笑顔で迎えられ、気持ちよく挨拶を交わし集会場へ。今回も水戸副会長作成の会場配置図により、テーブル区割り資料配布などを行い、準備が整ったところで、10時近くに送迎用のバスが到着し、総員71名と単ク会長全員が会場に集まりました。水戸副会長による単ク会長との事前打ち合わせに始まり、10時より司会者の開会宣言により通常総会が開会されました。市長連・坂下会長による挨拶の中で、昨年は会員を増やす為市長連に「組織強化対策部」を新設し、賞金付の会員増強運動を実施した結果、松井地区は

とても良い結果が得られました。今後ともこう5年で、10名以上の増員を目指してほしい旨の話があり、会場では話の内容が伝わったのか、参加者同士がお互いになつており

移り、続けて15曲と会員の内にはカラオケ教室で教えている人が数人おりまた1週間に5日以上、あちらこちらへ歌

に行く人など、聞く度に「びっくりぼん」「好きこそもの上手」と言われるが、松井の人は歌の上手い人がとても大勢いる様です。14時に水戸副会長の閉会挨拶により、松井長生クラブ連合会の発展と会員みなさんの健康を祈念して大きく一本で締め、全員の拍手で終わりました。



第3回誕生会にて

星の宮第二長生クラブ 長岡 甚

星の宮第二長生クラブ誕生会を4月1日に星の宮会館で開催しました。当日は天候に恵まれまして桜も満開となり絶好の行楽日和となりました。

楽しみに閉会となりました。残念ながら誕生会の写真撮影をしたカメラを紛失してしまい写真を掲載することが出来ませんでした。

誕生月の方17名、それを祝う方18名総勢35名の方にお集まりいただき、12時30分に全員が揃いましたので、先ず誕生月の方の写真撮影を行い、次に村上副会長の司会で始まり、会長挨拶と次に川俣寿男氏の乾杯の発声で宴会に入ります。一寸喉を潤してから暫くして栗野キク子さんの素敵な舞踊を2曲披露して頂き会員皆さんの大きな拍手喝采を受けました。続いて何時もと同じビンゴゲームを始め輪投げ・ダーツ・カラオケ等で賑やかに盛り上がり、会員皆さんの親睦をより深めて頂き笑い顔の絶えない楽しい有意義な誕生会になりました。最後は全員輪になって童謡「タヤケ小やけ」等3曲を唄って次回を



平成28年吾妻長生クラブ連合会総会開催

28年度方針 更なる事業拡大による吾妻長生クラブの活性化

去る4月30日(木)午前10時30分よりあづま荘にて平成28年吾妻長生クラブ連合会(以下吾妻連)総会が開催されました。27年度の活動報告、会計報告、監査報告がありその後新年度の活動方針が示され全会一致で承認されました。

今年度の事業としては昨年度までに実施してきた研修親睦バス旅行、レクリエーション大会に加え、グラウンドゴルフ大会を新たに新事業として実施することになりました。

その後の懇親会に藤本所沢市長、桑島市議会議長がお見えになり、懇談され行政トップとのコミュニケーションを深める事が出来ました。

吾妻地区 肥沼 孝明



議案書を説明する
吾妻長生クラブ連合会の佐藤会長



懇親会で挨拶する藤本所沢市長



議案書を審議する総会



総会終了後の懇親会

松井地区連27年度の新年会

28年2月22日会場は「うしぬま荘」で午前10時より開催されました。例年通り単クの会長は9時に会場へ、いつもの様に笑顔の女性職員に迎えられ、地元の牛沼単クの方々の応援も頂き、水戸副会長の作成した会場内の配置、配膳などの予定表に合わせて設定開始。慣れもあり短時間で完了。その後、各単ク会長が集合、プリントにより、今日の進行内容、時間割など最終打ち合せを行う。10時前に送迎バスで会員の参加者が到着し総勢82名、準備は万端整う。

10時開会、坂下市長連会長の挨拶で始まり、水戸副会長の乾杯があり、ひととき後、演芸の部、カラオケからスタート。プロより上手いと思う歌が各所から出てきて、最近のカラオケブームが感じられました。踊りに入ると、おしとやかな美人が続々と登場、着物もい

最後の、松井地区連の発展と会員皆さんの健康を祈念して「本締めで楽しい新年会の1日が終了しました。帰り際、「今日はとても楽しかったよ」と、何人もの方に声をかけて頂き次の催事をより楽しく喜んで頂く為に、何をしたら良いのか、考える今日この頃です。

松井地区 武藤昌雄

10時開会、坂下市長連会長の挨拶で始まり、水戸副会長の乾杯があり、ひととき後、演芸の部、カラオケからスタート。プロより上手いと思う歌が各所から出てきて、最近のカラオケブームが感じられました。踊りに入ると、おしとやかな美人が続々と登場、着物もい

閉会となり水戸副会長の挨拶の中で、市長連で昨年、会員の増強運動を行ったが松井地区は特に頑張った、引き続いて本当に良かった、引き続き入会の勧誘を続けていきたいので皆さん協力して頂きたい、と要望などありました。

市長連俳壇

小手指景俳句会

六地藏編んであげたき冬帽子
春炬燵ひとり占めしてなほひとり
友情の厚き友の手冬ぬくし
巡る季に学びの心日脚伸ぶ
雑木林芽吹くきざしに烟りをり
うつ伏すも仰向くもあり落椿
雪景色晒す和紙にも光さす
大寒に暖かな日あり心寧す
去年今年変らぬものを追ひ求む
春場所の綱取り目指すがぶり寄り
開け閉めのたびに震へる紙雛
獨り膳朝は一個の寒卵
消閑の余技とし俳画もの芽出づ
小手指はなみずき句会
寒卵黄味満々と盛り上る
餌台に小鳥膨れてひなたぼこ
ペビーカーに黄蝶となりて銀杏舞ふ
天城越え七福神に寒詣
落語寄席佳き年願ひ初笑
極太の編目交わる毛糸帽
大根の真白き肌になりたしや
春立つ日鬼門除け札掛け替へる
初壳に大正華やぐ端切買ふ
翼抱く少年飛行士の像春近し

岩田 菊江
山田テル子
伊藤 百代
澤田 靜子
鈴木 かつ
田中 朝枝
外村 道子
大館 久三
志村たかし
松村 哲夫
前田淳一郎
大木不二郎
小暮 信泉
寺島 秀子
木村 啓子
松尾タカコ
黒田 三井
高橋 佳子
菅原 澄子
木下真理子
斉藤 和子
大館 知子
山田 文子

晩秋やこの寂しさは何故ゆえに
初場所の力士まなこのゆるぎなし
思い出すことが供養と除夜の鐘
兵馬備秦の栄華や冬の蜂
こどもの日母の日もあり聖五月
趣味として俳句三昧菊咲かせ
とみおか俳句会
落ちつばきマグニチュードは七・三
佐久の春びんころ地蔵くび仰ぐ
夏近し薄皮饅頭てみやげに
単線の三分停車さくら舞ふ
春の地震神の御手てふ大破壊
夏近し机上に開く山の地図
つかの間の蜥蜴の腹の白きこと
筍の白き腰巻き目に刻む
夏の雨緊急停止と大音声
有閑の一人住まひや古茶いるる
豆の飯ほつほつ囁んで母思ふ
廃屋の門よりたわわ夏蜜柑
八重桜その一枝に頬をよせ
朝日浴びよせる白波夏近し
母と子の老いし心や春愁ひ
木目込の五月人形見得を切る
空高く一つ増えたるこいのぼり
厚揚げと筍煮物夕御膳
盆栽の乾き早まり夏近し
逃げ水や富の地割の道ま
柄組の富の穀倉揚げ雲雀

山本 清子
佐々木節子
佐藤 節子
鈴木富士夫
鳥海 勝正
小暮 信泉
中井 明良
高羅 慶子
吉川きよみ
平田 千洸
奥沢 仲枝
伊谷 正子
相馬 靖秧

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

さがみ典礼

所沢葬斎センター

葬儀のお申込み・費用の
お見積りはお気軽に
お問い合わせください

24時間対応
0120-81-3310

なんでも相談会

家族葬 一般葬
団体葬 ご法要
もしもの時は 資料請求
生前相談 事前相談



所沢市北原町1348-1

安心の無料「事前相談」「事前見積」

セレモニー
狭山ヶ丘ホール

西武池袋線 駅前 24時間対応
365日

0120-63-5000
所沢市東狭山ヶ丘1-2-1 (駐車場完備)

武田信玄公守本尊

毘沙門天
多聞院

所沢市中富1501
☎ (04) 2942-0814

走り茶の終はりの滴ぼとぼと

匙みがき水にきらりと夏近し

夏めくや楓の太枝見え隠れ

ところバス若葉の下の停留所

俳句大会済みで一息夏近し

背を反らし漕ぐふらここや子のごとく

帽脱げば坊主頭や夏近し

若鮎の遡上や塩のしぶく巾

堰落つる水の白さや夏隣

松が丘クラブ俳句会

若いのねの言葉に迷ふ四月馬鹿

峯白き南アルプス春光り

春風に歌合唱のバスの旅

子供の日子供笑顔消えぬやう

若葉燃ゆ負けないやうに画きけり

若者のテンポよき声柿若葉

手土産は筍飯と所望され

喧騒のひと日静めて夕桜

青風去りしむさし野富士の立つ

菖蒲園江戸伊勢そして肥後の銘

薫風や路地裏をゆく車椅子

小江戸てふ薨の波と五月鯉

散る牡丹いま物言へばことさらに

峯雲やひと日かならず曲る路地

岐れ路の瀬音遠のく青葉闇

暮の家二度と使ふな防空壕

八国山を怒濤に変へて青嵐

今年また愚直に生きて聖五月

小田原やちよ

早起きの楽しき五月風美味し
卒寿には緑の大地まぶしけり

ちよつぱりと地球に生きて苔の花

長生きはしたきものよと新茶汲む

石楠花や寺領は雨と経の声

心地よき風に微笑む柿若葉

生きてゐる手で五月てふ晴れつかむ

菖蒲浮くデイサーピスの美し風呂

ひと時はあの世の妻が青葉中

久米下組俳句愛好会

高速の窓に流れて夾竹桃

万緑へボート滑らす二人連れ

バス停や凌霄の花風まかせ

加賀一向一揆太鼓や梅雨晴るる

老鶯や色濃き森にこだまして

奥只見尺の岩魚を仕留めたり

早苗田の水面戯むる鯉のほり

居住まいを正す宿坊夏の膳

朝顔を遠去かりつつ急段々

滴りのまだ降る山路下り急ぐ

先刻の雨集めて激し巖飛瀑

日盛りもここは見逃せ葉の簾

茅葺の伽藍鐘楼さみだるる

遠山はスチールブルー麦の秋

草刈って罪あるやうに草匂ふ

家中に飾る洋蘭多佳子の忌

山門の内なあかるき青きなん

新緑や雀が家の中覗く

鈴木 征子

鈴木 すぐる

武末 和子

剣持 春子

御田 典代

川名はるゑ

布田 尚子

江村 悠朗

笹川 秋穂

佐藤 裕能

島村 甫好

田淵 光子

肥沼 孝明

宰 蓉子

高田梵蔵子

中里 芳夫

岸田ふみ子

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

所沢市長生クラブ連合会 提携

大切な人へ…ありがとう

ISO9001 認証取得

— セレモアの —

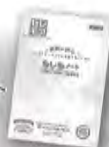
家族葬

セレモア®

セレモアホールディングス

資料請求

●セレモアのエンディングノート
「もしもノート」
無料送付致します



日本テレビ番組提供
途中下車
毎週土曜日
午前 9:30 ~ 10:30

ご安心ください。24時間 365日

☎ 0120-72-1121

— 人の心 日本文化を守る —

株式会社 セレモア

所沢本社 / 埼玉県所沢市寿町29-7

担当：篠江電一 (090-3310-1754)

活動 アルバム



編集後記

「長生クラブだより」第139号をお届けいたします。
高齢化社会は、長生クラブ会員の平均年齢も確実に押し上げています。
広報部委員も70～80歳代で、若手?の70歳代の方が中心になり市長連
の事業や現状、地区連の活動などをお伝えする誌面の作成、楽しく読み
易い斬新な誌面作成に活躍されています。また誌面その他の活動などホ
ームページにも掲載していますのでご覧ください。 佐藤 裕能

ご協賛いただいた皆様への御礼

このたびは、広報誌に広告のご協賛をいた
だき、誠にありがとうございます。
本誌は誌面を通じて会員の交流・情報交換
はもとより、地域の皆様に老人クラブの活
動をご理解いただき、一層の交流の輪を広
げるため発行するものでございます。
以上の趣旨をご理解いただき、引き続き広
告掲載のご協力を賜りますようお願い申し
上げます。【所沢市長生クラブ連合会】

私たちは所沢市長生クラブ連合会の活動を応援しています

急な修繕から、リフォーム・新築まで

所沢市住宅増改築等
相談窓口担当団体

埼玉土建所沢支部

トコロ住まい工房



住まいの
なんでも相談

所沢市上新井1-45-11

TEL (04) 2935-6311



医療法人 やすまつ 白内障日帰り手術

佐藤眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
PM 3:00~6:30	○	※	○	○	○	○

※…手術 ○…8:30~13:30
休診日 日曜・祝日・土曜午後

下安松603-8 P 10台

☎ (04) 2968-6111



内科・脳神経外科・整形外科・皮膚科
リハビリテーション科・泌尿器科

陽だまりの丘クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	◆
15:30~19:00	○	○	○	○	○	○	○

◆奇数週のみ診療 休診日:木曜・祝日

所沢市東狭山ヶ丘1-39-5

☎ 04-2935-7335

http://www.hidamari-cl.com



それ、
野村にきいてみよう。

野村證券

所沢支店

所沢市日吉町10-21

リ・クリエ所沢A館

☎ (04) 2923-3811 (代)

(平日 8:40~17:10)

はじめての方も、お気軽にお電話下さい。