

とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会

なすま

Vol. 03

30年3月発行

藤岡渡良瀬遊水地 『ヨシ焼き』

ラムサール条約登録湿地の「渡良瀬遊水地」の春の風物詩として知られる「ヨシ焼き」、栃木県内外4市2町にまたがる約3千ヘクタールの原野が真っ赤な炎に包まれます。

午前8時30分頃からヨシ原の各所に火が放たれます。炎が勢いを増すと、土手沿いにずらりと並んだカメフラシの方々が盛んにシャッターを切ります。近年は、首都圏より観光や写真撮影を目的にお越しになる方が多くなっています。

この壮大な行事は、遊水地の貴重な湿地環境の保全や病害虫駆除が目的です。

発行：とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会

事務局：栃木市今泉町1-2-7 栃木市老人福祉センター泉寿園内

☎/FAX (0282) 27-5707

●編集協力・印刷 株式会社 博報社関東支社

神奈川県厚木市愛甲1-8-39

☎046-280-6001(代)

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

高齢者講習実施中!!

栃木県公安委員会指定
栃木自動車教習所
 学生の方特別価格実施中です。
 栃木市片柳町2-2-1
 お問い合わせは
0120-58-3232

**ご宴会・会議等のご用命は
 サンプラザまで**

サンプラザ
 地域の皆様と共に
食の安全・安心を
 栃木市片柳町2-2-2
サンプラザ ☎0120-20-5711

まろにえ
四季の里

社会福祉法人
 信和会 まろにえ四季の里
 栃木市大宮町2023-3
 お問い合わせ先
 TEL 0282-27-8501 FAX 0282-27-8823

地域に貢献し、信頼される
 施設を目指します

社会福祉法人
星風会

栃木市田村町928
☎(0282)27-3969



ご挨拶

とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会

会長 齋藤 秀夫

5月の総会において、会長を仰せつかりました齋藤です。会員の皆様には、平成26年から旧1市5町による、とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会として再出発されました。連合会創設以来、岩舟支部会長としてやってまいりました。更にこれからもご支援ご鞭撻をお願いいたします。

さて、今日「超高齢社会」人生90年代を迎え、老後を一人一人が「心豊かにどう生きるか」が問われる時代です。この社会状況の中で、誰も老いてくると節々の関節が痛み、動作や反応が鈍くなるか、病気や医者通いが多くなるのが現実です。今、日本の現状を展望した時、高齢者にとって心を和ませ未来を明るくする環境は整っているとは言えない現状にあります。

【長寿】とは、人が長く生きるといことですが、本来からすれば、喜ばしく、嬉しくいことです。

しかし、家族や地域から孤立して「孤独の中で」歳をとる人が多いとしたら、それは「長寿社会」ではなく、「老化社会」と呼ぶべきではないでしょうか。

日本は加速化する高齢社会のまっただ中にあります。これまでどの国も経験したことのない未知の領域へ、行く手は

二つに分かれています。「老化社会」への道と「長寿社会」に続く道であります。

団塊世代全ての者が2025年には75歳以上になります。

人と人との絆や支え合う気持ちを大切に、高齢者が住み慣れた地域で長く生活を続けるために地域の担い手としての自覚をもち、自らが、研修に積極的に参加し、自己研鑽に励み《人生経験豊富》なことを最大限に活かし、次世代のために安心安全な地域づくりを目指そうではありませんか。

また、連合会各支部各単位クラブが一体感を醸成するため、それぞれの特性を生かしながら会の発展に繋がる努力をお願いしたいと思います。

特に、会員減少が続く中で、シニア会員の加入を促進していただき、更に活動が活性化し、行政を始め各関係機関や市民の皆様にご協力いただくために努力して参りたいと思っております。

広報第3号「きずな」発行にあたり、一体感を図るため、皆様の手で広報「きずな」を大きく育てていただければ幸いです。

最後に会員の皆様にご多幸をご祈念し挨拶いたします。

栃木県老人クラブ連合会事業

第31回栃木県老人クラブ大会 表彰式

9月7日、宇都宮市文化会館にて、県老人クラブ大会が開催されました。日頃よりクラブ活動に貢献された個人及びクラブに表彰状が授与され、とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会からは、次の方々が表彰されました。



表彰受賞者(敬称略)

- (一) 優良老人クラブ(3クラブ)
 - 西野田ハーモニークラブ(大平)
 - 上町ゆうゆうクラブ(藤岡)
 - 城寿会(西方)
- (二) 老人クラブ育成成功労者(2名)
 - 杉山 榮(栃木)
 - 高橋雅充(大平)
- (三) 加入促進運動優良老人クラブ(5クラブ)
 - はつらつ大町(栃木)
 - 平井大平クラブ(栃木)
 - 皆川第五福寿会(栃木)
 - 円光寺まどかクラブ(栃木)
 - ミタニクラブ(岩舟)
- (四) 広報紙コンクール優良老人クラブ
 - 【優秀賞】柳寿会(栃木)

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

ケーブルテレビなら、サポート当日訪問します！
※当日17時までにお電話いただいた場合です。

ケーブルテレビなら安心ね。

栃木ケーブルテレビ
0120-25-1819

栃木市コミュニティバス「ふれあいバス」

部屋線 元気に毎日運行中！

蔵の街観光バス(株)
〒328-0011 栃木市大宮町2745-2
☎(0282) 29-1221
FAX(0282) 29-1198

心をこめて作る店
寿司・弁当・給食弁当

染谷食品

ご宴会のご用命は…

染谷会館
栃木市箱森町47-1
TEL 23-8581(代)
FAX 23-8785

太平山神社

【お祝い受付時間(無休)】
午前9:00～午後4:30

栃木市平井町659
☎(0282) 22-0227
FAX(0282) 22-8877

栃木県老連スポーツ大会

県グラウンドゴルフ大会に 出場して

(栃木)錦着山長寿クラブ
副会長 増山 寛

近年盛んなシニアのスポーツ、その中の一つ。8月31日団体戦で、栃木支部主催のグラウンドゴルフ大会に団体優勝。

私達は、10月11日栃木県老人クラブ連合会第23回グラウンドゴルフ大会にとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会代表チームとして参加いたしました。

会場は、真岡市井頭公園グラウンドで実施され、輪投げ、ペタンクの優勝者たちとバスをチャーターして、健闘を誓いながら早足でグラウンドへ。さすが、県大会闘志に漲った選手達が、すでに練習を開始していました。シニア達のバイタリティーは、捨てたものではないと思いました。

ではここで、私達錦着山長寿クラブ事業を紹介してみましよう。会員40数名、奉仕活動、学習会、誕生会、サロン活動、カラオケ教室、研修旅行その他、スポーツは、グラウンドゴルフ、輪投げ、ペタンク等数多くの活動を行っています。その中で、グラウンドゴルフは県大会へ参加し、結果は9位に終わったが、その喜びは反省会において多いに語りあいました。



これからも、スポーツを通して交流が出来る社会、長寿を維持する活動と喜びを目標にしたいと思えます。

老連サークル活動発表大会

平成29年8月8日、宇都宮市文化会館にてとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会から、3団体が代表出演しました。



藤岡支部 女性部 「これから音頭」



西方支部にしかた八千代会 女性部 「新西方音頭」

県老連サークル活動 発表大会に参加して

(栃木)寺尾尻内西寿クラブ
会長 石井 照子

私達の地区は栃木市内ですが、北へ北へと向い三峯山(通俗:鍋山象さん山)の麓に位地する山に囲まれた閑静な農村集落です。中心に永野川が流れ、その源流となる地域です。

この度、県のサークル活動発表大会にオファーを受け、寺尾地区の全単位クラブにて話し合い、男女を問わず声をかけましたが、結局女性のみ12名が指名となりました。(曲:きよしのズンドコ節レクタンス寺尾音頭)

早速、衣装を考え、安く負担のかからない、そして華やかに見栄えのよいもの。試行錯誤して手作りで仕上げることになり、出来上がりしました。

次は、練習! 8月8日の本番までに全員の手が揃わなくてはと心配しました。暑い日も汗を流して練習開始。徐々に踊りが揃い、自信がつき、本番では堂々と舞台上で踊り、大喝采で会場一体となり盛り上がりしました。

その後、次々と異なる所にて、4回も披露する事となりました。メンバーが感動と感激に喜びを隠せぬ程の思い出の一年でした。



栃木支部寺尾地区西寿クラブ 「きよしのズンドコ節」

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

桜の名所として有名な「太平山県立公園」の麓に、各々趣の異なった、3コースが広がっています。また、各ホール毎も変化に富んでおり、ゴルフをお楽しみいただけます。

栃木カントリークラブ
栃木市岩出町616
☎(0282) 22-3121
検索

ISO14001 栃木県業界初取得

限りなく環境にやさしい企業をめざします

(有) 栃木地区浄化槽公社
栃木市泉川町455-1
☎(0282) 24-2859
FAX(0282) 25-2545

大切な場所だからこそ
キレイに今日も頑張ります。

(有) 栃木衛生実行社
栃木市今泉町2-14-5
☎(0282) 22-0661

都賀総合開発株式会社
都賀カンツリー倶楽部

栃木市尻内町1757-1
☎(0282) 31-1135 (代)
都賀カンツリー 検索

とちぎ蔵の街シニアクラブ 連合会だより

① 総会の開催

平成29年度総会が5月15日(月)に栃木保健福祉センターにて開催され、28年度決算報告・29年度事業計画・収支予算及び役員改選などが上掲されていづれも承認されました。

特に、「仲間づくり」の見守りや支え合い活動を通じ、「あいさつ」運動により地域社会において高齢者の直面する様々な課題に対応し、組織強化と多彩な運営に努力することを誓い合いました。

事業計画に基づき次の事業を実施し各支部間の一体化に努めました。



② 単位クラブ会長及び 女性部役員研修会

7月11日(火)に栃木文化会館で、157単位クラブ会長と各支部女性部役員を対象に「蔵の街シニアクラブ連合会」の現状や課題をはじめ、ケーブルテレビBFMくらび857の事業内容、がん検診講座が、早期発見「超音波検診」等、説明がありました。川口健先生の超音波の映像により、知って、学んで、健康づくり等一体感の醸成が促進されました。



③ 第6回栃木市長杯 ゴルフコンペ大会



9月26日(火)、都賀カントリー倶楽部において180名の参加で開催され、若手会員の加入促進や会員の交流や親睦など大会の目的が図られました。

【競技ベリア】

優勝

山岸久雄(岩舟支部)
〈スコア66.6〉

ベストスコア

- 東西コース 岸 章司(栃木支部)
〈スコア76〉
- 西北コース 宇賀和利(栃木支部)
〈スコア80〉
- 北東コース 長山光雄(大平支部)
〈スコア76〉

特別生涯現役賞(90歳以上)
猪瀬 昇(栃木支部)

④ 第3回栃木市長杯 グラウンドゴルフ レディース大会

栃木支部体育部役員協力により、市運動公園多目的広場で開催(206名参加)。

和気あいあいの内に、ホールインワンがでるたび歓声が上がリ、会員の健康寿命と仲間づくりの推進に努め意義あるものとした。

優勝 浅川和子

(大平支部)

総合70点(1打3回)



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

御 協 賛

うどんと定食の店 なすび食堂



モロのフライや田舎うどんなど栃木の食にこだわったメニューを提供します。

栃木市万町7番3号 栃木市役所前
☎(0282)23-1010

ASA 朝日新聞・下野新聞 産経新聞・東京新聞 新聞の と寿命は 日刊スポーツ他

ASA 栃木中部 伊沢新聞店

栃木市川原田町138-4
☎(0282)22-2456

株式会社 寺内花店

あなたの気持ちを花に

- ★生花
- ★観葉植物
- ★草花
- ★種苗

栃木市片柳町1-6-32
☎(0282)22-2518

⑤ 第5回蔵の街
シニアクラブ大会の開催



12月14日(木)、第5回蔵の街シニアクラブ大会が、栃木文化会館にて開催。第1部で感謝状(栃木市長より特別育成成功者3名)、優良クラブ(12クラブ)、育成功労者(会長退任者46名)、シニアクラブ育成功労

者(永年会員117名)、加入促進活動成果クラブ(14クラブ)に表彰状が授与された。第2部で優良クラブ発表。第3部では、各支部から交流発表会と題して社交ダンス・相撲甚句・歌・ふるさと民話・創作踊り等で組織力を充実させ、親睦が伝わり感無量でした。

⑥ 第5回蔵の街
シニアクラブ作品展



12月12日(火)〜15日(金)、栃木文化会館展示室にて開催。会員の趣味活動による作品(204点)を展示した。作品を通して会員相互の交流を深め、新たな創作意欲を掻き立てる場ともなった。また、市民の皆様にも活動の一端をご理解いただき、シニアクラブの活性化に繋げることが出来た。

⑦ 健康体操教室の開催

大野先生の指導により各支部を巡回し、健康体操教室を開催しました。「健康で長生き」、誰も願っています。楽しいお話とやさしい体操指導で、各支部の連合会女性部を中心に、多い会場では80人を超える参加があり、4月〜12月までで、延べ395名が参加(10月、都賀支部は台風21号の影響で中止)。

継続は力なり、健康は誰もの宝です。毎日少しの時間でも体を動かし、現役で健康寿命を延すことを誓い合いました。



⑧ 栃木市長と懇談

11月13日(月)、栃木市長と懇談。シニアクラブから正副会長が出席。シニアクラブの課題について話し合いました。その後、栃木市議会議長と懇談。



⑨ 加入促進運動講習会

9月20日(水)、加入促進運動講習会に連合会役員が出席。齋藤会長新加入強化行動講話。「支え合い社会」白根沢常務理事長の講話。最大限活かして地域づくりを目指すことを誓い合いました。



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています



燕の言い伝え

幸運の兆し? ツバメが「巣」を作ると縁起がいい理由とは? ツバメは渡り鳥なので、色々な環境変化を察知する能力が高いと言われています。その鳥が居心地の良い環境を選んで巣を作るため、温度湿度的に考えてもいい家と言えるかもしれません。

ツバメは昔より水田の稲の害虫を食べてくれる益鳥としてとても大事にされてきました。お米がたくさん取れることが裕福に暮らせることにつながることからツバメは縁起の良い鳥として言い伝えられてきたのかも知れません。地域によりますが3月終わりから始まるツバメの巣作り。春が来ると同時にツバメが巣を作ってくれたら嬉しいですね。



※諸説あります

藤岡支部だより

健康体操



6月21日

(水)、藤岡公民館にて健康教室を開催しました。講師に

健康運動指導士の原先生を迎えて、「お手軽！いつでも簡単にできる体操」を指導して頂きました。音楽に合わせて体を動かしたり、ボールを使って

握力を向上させる体操など、日常のふとした時にできる体操を皆さん楽しく行っていました。「これなら家でも簡単にできる！今日から毎日続けたい！」と明るい声も多く飛び交いました。



女性部事業

エコクラフト作り



9月8日(金)、藤岡公民館にてエコクラフト作りを体験しました。女性部代表を含む19名が参加しました。エコクラフトとは、梱包用の紙バンドを使った手



芸のことです。新波寿会の吉澤愛子さんを講師として、皆さん和気藹々とかご作りに励んでいました。とても楽しく、有意義な時間を過ごしました。

第40回

高齢者スポーツ大会



11月2日

(木)、藤岡総合体育館にて第40回高齢者スポーツ大会を開催しました。

この大会は、スポーツを通して楽しい一日を過ごし、体力の維持と身体機能の向上を図ること、そして地域社会との交流を深め、老後の生きがい高めることを目的としています。

保育園児ダンス、パン食い競争など5種目を午前の部、O×ゲーム、紅白玉入れなど5種目を午後の部で行いました。最後は全員で日光和楽踊り、365歩のマーチを輪になつて踊りました。大変な盛り上がりで体育館も笑顔で溢れていました。



女性部

小学校へそぎさんの寄付



12月13日(水)、女性部の皆さんが、余ったタオルを縫って作ったぞうきんを、藤岡小学校へ寄付しました。環境委員会の6年生4人が代表して受け取り、「このぞうきんを使って、学校中をきれいに

にします」との言葉に、作った女性部の皆さんも嬉しそうに「是非、使ってください」と言っていました。



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

三浦整形外科

*受付時間 AM 8:45~12:00 PM 2:45~6:30

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

▶休診日 日曜、祝日、木曜・土曜午後

栃木市野中町1381-10

☎(0282) 20-1158

内科・小児科・消化器内科

たまのクリニック

院長 医学博士 玉野稔博

診療受付時間 午前 8:30~12:00

午後 3:00~6:00

休診日 水曜日・日曜日・祝日

栃木市片柳町1-6-3

【栃木商工会議所そば】

☎(0282) 22-3777

内科・循環器内科・呼吸器内科

関口医院

日本循環器学会認定 循環器専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後2:30~6:30	○	○	○	○	○	○	○

休診日 日曜日・祝日・水曜日土曜日午後
※水曜日・土曜日は午後1:30まで

栃木市泉町21-3

☎25-2223



医療法人社団

金田医院

内科・消化器内科・放射線診断科

各種検診・往診応需

★栃木東中学校正門隣り★

栃木市日ノ出町1番6号

☎(0282) 22-0415

都賀支部だより

ふれあいの集い

都賀ハートホールで毎年恒例各団体が参加する社協主催の歌・踊り・抽選会ありでの多くの会員が参加している。新春早々の行事です。

当会会員も多く歌等でステージに上がります。その中で多くの笑いあり、掛け声ありの人気がある演技があります。

当クラブ南嶺寿会の3人組が演技する『金色夜叉』の現代版で、日常生活の会話を面白く取り込み、毎回笑いを生んでくれます。今後も元気に活動してクラブ各会員の元気の源とし続けて下さい。



女性部会・活動賞

都賀支部女性部会は、栃木県老人クラブ大会において当会伏木知枝代表が県老連活動賞(健康づくり活動)を受賞した。

当会員数平成29年度569人内女性322人中、部会活動数は多々事多く少数部員で「一致和協」踏ん張りど気力等で活動し、練習回数も部員の協力等もより良くなり、町のイベント等に多く参加し会場の雰囲気盛り上げ明るくしている事等が受賞とされる。今後も当支部盛会の源となり元気に明るく若々しく頑張っていきたい。



世代間交流

中野田長栄会
会長 渡辺 紹男

夏が残る9月9日(土)、都賀の里体験交流館をベースに当自治会・育成会・当会員合同で開催いたしました。

午前9時集合、開会後関東平野を一望出来る展望台のあるふれあいの森を、個々仲間親子で和気あいあいマイペース散策、それぞれ体調の差が見えますが、参加者全員元気に課題終了。

次に館内にてハーモニカ演奏・歌・お話し等で楽しく時間が過ぎ、最後に用意された弁当を会食し、元気に解散しました。

…近年の少子高齢化社会で児童の声も遠くなる今日この頃、この事業に参加交流により、元気な心身に会い、これからの源になりました。



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

さくら眼科クリニック

（財）日本眼科学会 眼科専門医 院長 大塚 信行

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	☆
午後3:00~6:00	●	●	●	●	●	●	☆

☆/9:00~午後1:00 手術日/木曜
休診日/日曜・祝日・土曜午後

白内障日帰り手術

栃木市片柳町4-15-27

☎(0282) 20-5225

山門クリニック

内科・小児科

院長 山門 悦子

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	休
午後2:00~6:00	○	○	休	○	○	休	休	休

受付時間は午前11:30、午後5:30迄

栃木市日ノ出町6-35

☎(0282) 22-0765

新村ファミリークリニック

小児科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:00	○	○	/	○	○	○	○
PM 2:30~6:00	○	○	/	○	○	○	/

休診日 水曜、日曜午後、祝日

栃木市大宮町2120-11

☎(0282) 28-0115

岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック

皮膚科 岡田 嘉右衛門
耳鼻咽喉科 岡田 真由美

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:00~12:15	○	○	○	休	○	○	○	休
PM 3:00~6:00	○	○	○	休	○	○	※	休

※2:30~4:30

栃木駅前

駐車場完備

栃木市境町21-7

☎(0282) 25-2525

西方支部だより

新西方音頭

歳勝の会 穂本 マス

栃木県老人クラブサークル発表会が8月8日に宇都宮市文化会館で開かれました。とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会から栃木支部レクリエーションダンス、藤岡支部舞踊西方支部は踊りを披露してまいりました。

にしかた八千代会女性部として、踊り「新西方音頭」を発表しました。西方村と真名子村の合併20周年を記念して昭和52年に作られたものです。作詞は矢野亮、作曲は林伊佐緒、そして三橋美智也の歌に合わせて踊ります。当時振付の三喜八千代先生によると、「とても踊りやすい曲です。ぜひ大勢の方で楽しく踊ってください。」とお話でした。「新西方音頭」が誕生した当時は体育祭でも小・中学生からPTA、婦人会、一般の方々を村をあげて踊り輪を広げました。

今回も出場するために、会員から希望者を募りました。昨年度の蔵の街シニアクラブ大会の出場から2回目ということもあり、すぐに協力が得られました。

そして練習に入ると、一つ一つの動きをみんなで思い出しながら、練習を重ねました。練習を重ねるたびにどうしても揃わないところや勘違いをして覚えていたと

ころなど、試行錯誤しながら披露するまでに多少時間はかかりました。それもまた楽しい時間だったと思います。また、当時の衣装の浴衣と帯も箆笥の奥から引っ張り出し、見事に全員が揃いました。

いよいよ当日を迎えました。当時の「新西方音頭」の素晴らしさをみなさんに伝えられるよう、練習した成果を思う存分に発揮できたと思います。舞台いっぱいには広がり楽しく踊ることが出来ました。同じ踊りを踊るにも、気持ち次第でいくらでも変化する発表会。みんなの気持ちが一つになってすがすがしい気持ちになりました。



ペタンク大会

ペタンク大会は、今まではグラウンドゴルフ大会と同時に開催していたのですが、今年度初めて単独での開催となりました。競技人口が少ないスポーツですので、まずはルールやゲームの楽しさを知ってもらいたく、数回の勉強会を開いてからの大会となりました。

6月2日の大会の優勝チーム「真名子長生クラブ」が10月の県大会へ出場しました。結果は決勝リーグへ進出でき、精一杯戦ったものの上には上がりました。大きい大会に出場するということは、とてもよい経験となります。今後競技人口が増えることに期待し、大勢の方々と戦えたらうれしいと思います。

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

春の花コラマ

花にはそれぞれに「花言葉」があるのをご存知でしょうか。今回は春に咲く花を1つご紹介いたします。

チューリップ



花言葉 博愛・思いやり

～オランダの伝説より～

1人の乙女が3人の騎士から同時に求婚され騎士達は家宝の王冠・剣・宝石・黄金を乙女にプレゼントしました。しかし、乙女1人を選ぶことができず、花の神に頼み自分の姿を花に変えてもらったのだそう。それがチューリップとされています。花は王冠、葉は剣、球根は宝石・黄金を表しているそうです。

※諸説あります

予防歯科・小児歯科・矯正歯科
インプラント・訪問診療

早乙女歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:30~1:00	●	●	●	●	●	●	○	○
午後2:30~6:00	●	●	●	●	●	●	○	○

休診日 日曜・祝日

栃木市都賀町家中2408

☎(0282) 27-3737

子どもたちにキラキラの未来を！
おじいちゃん、おばあちゃんに感謝のこころを伝えます。

坂くら館 0282-43-7400
 認定こども園さくら 0282-24-3900
 さくら3Jホール 0282-22-7100

幼保連携型認定こども園「認定こども園さくら」
 乳児専門保育園「さくら2保育園」
 児童館「さくら3Jホール」

エニット型特別養護老人ホーム「坂くら館」
 社会福祉法人 蔵の街シニアの会
 栃木市都賀町下里川910
 TEL: 0282-43-7400
 Fax: 0282-43-7511

岩舟支部だより

岩舟健康福祉まつり

岩舟支部 副会長 松井 久

恒例の健康福祉まつりが10月第2週の日曜日に開催され、今年度で30回を迎えました。岩舟支部では焼きそばの模擬店を出店し毎年大盛況です。

寺内副会長が焼く焼きそばは、味も道具もプロ並み、一度に10人前の全ての材料を正確に計量して焼く味はプロ以上。岩舟シニアクラブの面目躍如です。



しかし当日は終日雨。祭りの雨は天敵です。いつもなら子どもの声が聞こえ、毎年楽しみにしているお年寄りの姿も見ることができませんでした。ただただ残念です。

悪いことばかりではありません。20人のスタッフは、いつもの忙しさでは味わえない楽しい会話が弾み、それぞれのクラブの事や、特に女性部の会話は時間の経つのを忘れるくらいです。しかし女性達はてきぱきと手も動かしパツクに詰めてハイ！一丁あがり。次回こそは天気になるよう祈るばかりです。

子ども達と楽しい夏休み

親和会会長 尾林 正

今年度の世代間交流は、自治会の皆さんに声をかけ、流しそうめんを実施しました。

竹で箸と器もナイフで削り、子ども達のもともを気にしながらも

ようやく完成。

次は外に出て、流しそうめんを全員で堪能しました。楽しい夏の一、最後の後片付けも子ども達は手伝ってくれました。



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています



不動産相続の相談窓口

家や土地を持つ方全員に知っていただきたい内容です

相続なんて...お金持ちの家だけの話かと思っていました

無料 2回 入門編に限る

相続勉強会



「相続勉強会」とは?...相続が争続にならないよう、相続についての基礎知識から、私たちが学んでいきましょう。

全5項目(各110分×5回=550分)※すべて受講していただくことと相続のことが良く理解できます。

まずは必ず入門編①から受講してください	入門編①	入門編②	応用編①	応用編②	応用編③
・相続とは? ・相続トラブル事例など	・贈与について ・遺言書の書き方	・不動産の相続評価 ・ROA診断	・納税資金準備 ・節税対策 ・土地活用事例	・成年後見制度 ・民事信託の活用	

マルワホールディングス [「新木黒毛産協会」加盟店] [「不動産相続の相談窓口」加盟店] [「日本空き家サポート」加盟店]
とちぎ未来開発(株) 営業時間/9:15~18:00 定休日/火曜、水曜

土地 建物 お売り下さい

お申込みはお電話で ☎(0282)24-5687

栃木市箱崎町36-17 (がつてん寿司さん隣り) 電話予約受付 栃木県知事登録(11)第4567号 (社)栃木県宅地建物取引業協会 栃木市箱崎町36-17 (がつてん寿司さん隣り) 電話予約受付 栃木県知事登録(11)第4567号 (社)栃木県宅地建物取引業協会 栃木市箱崎町36-17 (がつてん寿司さん隣り) 電話予約受付 栃木県知事登録(11)第4567号 (社)栃木県宅地建物取引業協会

栃木支部だより

②県老連スポーツ大会に向けて

白熱した予選会でした!

ペタンク大会

6月7日 19チーム参加
優勝 はつらつ大町



輪投げ大会

7月6日 380名参加
優勝 大宿八千代会



グラウンド・ゴルフ大会

8月31日 250名参加
優勝 錦着山長寿クラブ



①ペタンク講習会

4月26日 50名参加
ルールを覚えてペタンクの面白さを実体験しました。



③折り紙教室

9月5日 20名参加
平成30年、干支成年の飾りを作りました。
かわいい完成品に大満足でした。



④初心者パソコン講習会

全4回 18名参加
講習時間1時間半、休憩もなく集中して学び、お便りが作れるようになりました。



⑤吹き矢教室

11月7日 60名参加
肺機能を高める効果がある吹き矢。新スポーツとして普及を目指し開催しました。



私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

食コラム

ま

豆
豆類
大豆・おから
えんどう豆 など
生活習慣病予防
タンパク質

ご

ごま
種子類
ごま・ナッツ
アーモンド など
コレステロール低下
ミネラル

わ

わかめ
海藻類
ひじき・海苔
昆布 など
老化防止
カルシウム

や

野菜
色の濃い野菜
根菜類
抵抗力強化
ビタミンE

さ

魚
魚介類
魚・エビ・イカ
貝類 など
疲労回復
タウリン

し

椎茸
菌類
エノキ・しめじ
しいたけ など
骨を丈夫にする
ビタミンD

い

芋
芋類
里芋・山芋
こんにやく など
美容効果
ビタミンC

整形外科・内科・リハビリテーション科
神経内科・リウマチ科

医療法人 藤沼医院

診療時間 午前 8:30~12:00
午後 3:30~ 7:00
日曜・祝日も診療しております
救急指定・労災指定

栃木市大平町富田592-1
☎(0282) 43-2233

- 居宅介護支援事業所
- 訪問看護
- 通所リハビリテーション
- 介護療養型医療施設
- グループホームふじぬま

社会奉仕活動の紹介

平井町 大平クラブ

会長 鈴木 親雄

平成23年末に建設された平井町公民館の前に地続きの空家及び空き地が存在していましたが、平成28年末にその敷地を所有者より破格の価格で譲り受け、町民の憩いの場、子どもたちの遊び場、そして町内の各種イベント会場等として活用することが決定しました。現在、空家は撤去され空き地の整地作業が進め

られているところですが、費用との絡みもあり順調とは言い難い進捗状況でした。

この状況を見かねて腰を上げたのが平井町シニアクラブ「大平クラブ」です。お金は無くとも時間とやる気を持ち合せた老人パワーを社会奉仕活動として提供し、一刻も早くこの広場を安全且つ有効に活用できるように、広場の周囲に植栽をすることにしました。植栽用プランターの一部は廃品を利用した手作り品で、土の一部は畑から採取して培養土を混ぜ込み、花の苗は購

入したものの以外に各家庭から持ち寄ったものを含め一鉢当たり5本程度の花を植込みました。当日の作業参加者は30名でプランター27鉢を約1時間で設置しました。まだまだ完了したわけではなく、今後引き続き整地作業の手伝い、プランターの追加設置及び植栽を随時行っていく予定です。



街なか情報

今泉第二シルバー会

会長 大川 洋右

私が行きつけの理髪店で見かけたシーンを皆様にお知らせします。

掛かりつけ床屋さんの待合室の一角にあった掲示物に、私のような年輩者(80歳代)は、読んだあと、「ニヤニヤしている」。

「笑いにユーモア」と「自身に頷ける」部分が、交差して大変朗らかな気持ちになり「心にゆとり感」を得ているようである。

店主さん(モリト理容所)に、掲示したその経緯(いきさつ)を聞いてみました。

先日、お客さんから「面白いから、店に飾ったらどうか」と、持ち込まれたものだそうです。早速、掲示したところ、「ご来店のお客さんから「クスクス笑い」の声も聞こえ、「なかなかの好評ですよ」と、その反応に、店主さんも喜んでおりました。

私もその一人で、その店の了解を得て写真を撮り、この記事を書きました。



18歳と81歳の違い

- ①道路を暴走するのが18歳
逆走するのが81歳
- ②心がもろいのが18歳
骨がもろいのが81歳
- ③偏差値が気になるのが18歳
血糖値が気になるのが81歳
- ④受験戦争を戦っているのが18歳
アメリカと戦ったのが81歳
- ⑤恋に溺れるのが18歳
風呂で溺れるのが81歳
- ⑥まだ何も知らないのが18歳
もう何も覚えていないのが81歳
- ⑦東京オリンピックに出たいと思うのが18歳
東京オリンピックまで生きて思うのが81歳
- ⑧自分探しの旅をしているのが18歳
出掛けたまま分からなくなって皆が探しているのが81歳
- ⑨【嵐】と言うと松本潤を思い出すのが18歳
鞍馬天狗の嵐寛寿郎を思い出すのが81歳

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

◆一般歯科・小児歯科・矯正歯科◆

臼井歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	△
午後 2:30~7:00	○	○	○	○	○	△	△

休診日 日曜・祝日 ▲…5:00まで
水曜(祝日のある週は5:00まで診療)

栃木市沼和田町12-14
☎(0282)22-7770

ALVENDO

みねのデンタルクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:30~1:00	○	○	○	○	○	○	○
PM 3:00~7:00	○	○	○	○	○	△	△

休診日 水曜・日曜午後・祝日
△PM 2:30~5:00まで

日曜午前診療あり

栃木市大宮町527-1
☎(0282)27-6485

ISOHATA DENTAL CLINIC

いそはた歯科クリニック

院長 磯畑 祐司

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~AM 1:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 2:30~PM 7:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日 水曜・日曜・祝日
※○土曜6:00まで

栃木市野中町1379-1
☎(0282)20-0557

大島歯科医院

院長 大島 安晴 副院長 大島 貴子

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	△
PM 2:00~7:00	○	○	○	▲	○	☆	△

▲…木曜午後不定休 ☆…6:00まで

歯科技工士が2名おりますので、入れ歯がこわれてしまっても、その場でほとんど修理できます。

<急患・新患随時受付>
栃木市大町1-10
☎(0282)22-4182

大平支部だより

太平山系の自然環境に恵まれた、ぶどうやイチゴの里。

日立・いすゞやその関連産業の立地大型商業施設の相次ぐ出店など、農商工バランスのとれた大平地域の主な支部活動について紹介します。

◎花いっぱい運動

23地区の単位クラブ参加
ふれあい館、ゆづりプラザに展示



◎輪投げ大会

6月22日(木) 参加者345人

団体

優勝 中央町1よつば会

準優勝 真弓磯山クラブ

第3位 富田四なるみ会

個人

優勝 坂本 登(中央町1よつば会)

準優勝 福富 進(中央町2中央会)

第3位 小林 秋子(中央町1よつば会)



◎グラウンドゴルフ大会

9月4日(月) 参加者180人

団体

優勝 中央町2中央会

準優勝 真弓磯山クラブ

第3位 富田2永友会

個人

【男性の部】

優勝 倉島 豊(西水代上1寿会)

準優勝 宮城 政弘(西水代上2ゆう会)

第3位 布施木朝治(新絆クラブ新生会)

【女性の部】

優勝 加藤 ヨツ(西水代瓜畑長生会)

準優勝 寺内 トミ(富田2永友会)

第3位 中野佐喜子(新絆クラブ新生会)



◎軽スポーツ大会

10月25日(水) 参加者548人

「種目」

輪投げ・ホールインワン・玉入れ



その他ウォーキング大会も実施しました。

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

御 協 賛

社会福祉法人 **東風会**
特別養護老人ホーム
幸寿苑
大平町上高島774
☎ (0282) 43-1400
地域密着型 特別養護老人ホーム
幸寿苑 たかしまの郷
大平町上高島777-2
☎ (0282) 45-2002

社会福祉法人 **幸生会**
特別養護老人ホーム **うづま荘**
うづまデイサービスセンター
居宅介護支援事業所うづま
栃木市川原田町1612
☎ (0282) 24-9760

特別養護老人ホーム
レューナ
★特別養護老人ホーム
★地域密着型特別養護老人ホーム
★通所介護事業所
★短期入所生活介護事業所
★居宅介護支援事業所
栃木市箱森町1-14
☎ (0282) 22-6033
社会福祉法人 昭仁会

俳句部門

錦着山長寿クラブ (栃木) 出井 マキ
 葉桜や紙風船のような恋
 秋灯下積み置く本のページ操る

錦着山長寿クラブ (栃木) 森戸后世子
 道端に木の葉まばらに石のうえ
 白い息真向い進む通学児

柳寿会 (栃木) 川俣ミチ子
 古寺巡る吾も過客よ秋の風
 間引き菜や人に運否の有りといふ

下原長寿会 (栃木) 小瀧 友吉
 朝早く寒さに迷うウォーキング
 芽吹く木に野鳥足とめ春近し

下原長寿会 (栃木) 島田 千代
 山もみじ野辺に賑わう虫の声
 城の内明朗会 (栃木) 村山ハツノ

城の内明朗会 (栃木) 村山ハツノ
 子や孫に囲まれ祝う喜寿の宴
 城の内明朗会 (栃木) 神山 静子

土与いずみ会 (大平) 山根 利司
 このごろの記録破りの秋の雨
 大根蒔米寿の坂を一つ越ゆ

真名子長生クラブ (西方) 石川 朝子
 一坪の畑に種蒔く老いの幸
 音の無い静寂な朝外は雪

金崎上組さくら会 (西方) 佐藤美恵子
 父は笛息子は太鼓里神楽
 冬初め遠き風景絵のごとし

下原長寿会 (栃木) 小瀧 友吉
 自転車は健康器具の宝もの
 法規を守り楽しく走る

下原長寿会 (栃木) 日向野 武
 下野の緑豊かな蔵の街
 川面に憩ううづまのひごい

下原長寿会 (栃木) 日向野久代
 木漏れ日が風と踊ってひかり花
 古希の夫と揃いのリュック

下原長寿会 (栃木) 島田 千代
 飛行雲風に誘われ天に舞う
 若き親子の語らい楽し

下原長寿会 (栃木) 村山ハツノ
 冷むい空庭の草花咲き乱れ
 朝な夕なに冬の足音

城の内明朗会 (栃木) 神山 静子
 カーテンを引きつつ夜空見上げれば
 一人じめする十五夜の月

錦着山長寿クラブ (栃木) 秋山 清子
 秋晴れの体育祭に参加して
 見ていた我もグラウンドに立つ
 ボール渡し上手く渡すも次々と
 落ちては笑い楽しき一日

短歌部門

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

介護付有料老人ホーム

ここここ川原田倶楽部
 医療介護対応型の
 介護付有料老人ホームです。
 見学・体験入居 随時受付中
 ☎0120-883-285
 栃木市川原田町338-1

医療法人 聖生会
 社会福祉法人 裕母和会
 内科・外科・小児科・皮膚科
 泌尿器科・アレルギー科
松永医院
 岩舟町古江98 ☎(0282)55-8869
介護老人保健施設 安純の里
 岩舟町古江405 ☎(0282)55-2000
特別養護老人ホーム 清松園
 岩舟町和泉816 ☎(0282)55-6677
特別養護老人ホーム かがやき
 岩舟町静戸970-1 ☎(0282)54-3366

社会福祉法人 慈誠会
 りよく ふう えん
緑風苑
 ◆特別養護老人ホーム
 ◆藤岡町在宅介護支援センター
 ◆みどり保育園
 栃木市藤岡町中根355-2
 ☎(0282)67-3921
 緑風苑 栃木 検査

社会福祉法人 ユートピアにしかた
 特別養護老人ホーム

雅の風
 「慈愛」の心で
 寄り添います
 栃木市西方町金崎403-1
 ◆厚生会西方病院に隣接◆
 ☎(0282)92-0533

錦着山長寿クラブ（栃木） 森戸 稔
 霜踏みて季節を急ぐ朝の峰
 冬支度かな三疊山
 太平に枯葉ふみしめ登る道
 謙信平錦絵となり

下梅沢寿クラブ（栃木） 畦川 信子
 喜寿祝う三十本の薔薇の束
 ピンクと赤の大輪届く
 義弟より宮崎甘諸届きたり
 掘り立てすぐの淡き紅色

南嶺寿会（都賀） 玉田ヨシ子
 曾孫が三塁打やったと朗報に
 走るバイパス球場めざして

南嶺寿会（都賀） 毛塚 雪
 猪が奥津城迄も掘り荒す
 部落総出で柵を巡す
 どの枝を伐るか迷いて初めての
 剪定倅まあ々の出来

中央町1よつば会（大平） 長谷川ひろ子
 旅人のふりして降りる山裾の
 駅は私の住んでいる町
 ふるさとのふれあい館でふれ合えば
 老いも若きもイキイキとなり

歳勝の会（西方） 酒巻 稔
 気が付けば同じ話を繰り返す
 かくして老は始まるものか
 終活のつもりの整理始めれば
 妻まだまだと一笑に付す

歳勝の会（西方） 渡辺 勝子
 切り株の残る稲田も白鷺も
 同じく染める大夕焼けは
 忘れ物多きを互いに笑いつつ
 夫との時間ゆつくり過ぎる

古宿長寿会（西方） 狐塚 トミ
 突然に逝きし従妹のその日まで
 使いし鎌が畑に残りぬ
 わが身には恙なく過ぎし年なれど
 身近な人の逝くは悲しも

底谷幸栄会（藤岡） 伊藤登志雄
 久々に古きアルバム開きたり
 若かりし妻にしぼし見とれる

底谷幸栄会（藤岡） 伊藤 道子
 迎えには来なくていいと言ったのに
 改札口に笑顔の夫居り
 底谷幸栄会（藤岡） 上岡 久子
 春うらら東の空の明るみて
 今日私が一番若い日

底谷幸栄会（藤岡） 藤沼 靖治
 踏まれても踏まれてもなほ立ち上がる
 麦の緑は濃さ増してゆく

底谷幸栄会（藤岡） 藤沼 好子
 わが手にて生まれし紙の人形は
 友人知人の家で暮しぬ

底谷幸栄会（藤岡） 村上久美子
 去年逝きし友もおそらく仲間入り
 面影探す冬銀河かな

川柳部門

真弓磯山クラブ（大平） 大田和 功
 年金の支給日次を指を折り
 夢ばかり追いつつ今は遅すぎる

真弓磯山クラブ（大平） 菊池 進
 久しぶり孫の笑顔に気もらう
 夕焼けに寂しさ募る木の葉虫

下原長寿会（栃木） 青木 良雄
 孫二人年金一部菓子に化け
 太極拳足元見てて手が止まる

柳寿会（栃木） 吉本 精子
 雑踏の駅がふるさと燕の巣
 哲学も少しかじって古木屋

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

浄土宗
 光永寺

〒328-0011
 栃木市大宮町1523-1
 ☎(0282) 27-4617

開運 養股の大黒天
 日蓮宗 妙唱寺
 永代供養墓有り

栃木市嘉右衛門町11-21
 ☎(0282) 22-3720
 [大黒天 妙唱寺 検索]

下野観音霊場24番札所
 子育て安産・学童安全 呑龍様
 火防・市内安全の秋葉大権現

浄土宗
 近龍寺

栃木市万町22-4
 ☎(0282) 22-0802

☐☒ 形態が変わると数え方が変わる!?
 ☒☒ 一部をご紹介します。 ※諸説あります

<p>🐟 烏賊いか</p> <p>泳いでいるイカは「一匹」 水揚げされたら「一杯」</p>	<p>🍵 お茶</p> <p>湯呑みに入っているお茶は「一杯」 飲む回数は「一服」</p>
<p>📄 葉書</p> <p>文字を書く前は「一枚」 書いた後は「一通」 特別な思い入れの文章が書かれたものは「一葉」</p>	

事務局 ミニだより



【平成29年2月1日】

連合役員及び女性部役員が参加し、宇都宮市みどり野長寿会を視察。自治会との関係やサロン事業など活発な自主的活動の体制について研修しました。

また、女性部の方から手作りの作品を記念いただきました。

今後、シニアクラブの活動に活かしていきたいと思えます。



広報委員

栃木支部	小倉理一 森戸 稔
大平支部	山田勝三 富田岩男
藤岡支部	菅沼貞夫 尾崎弘子
都賀支部	大塚成作 熊倉喜義
西方支部	大森 明 穂本マス
岩舟支部	福田ミサ 渡辺敏枝

※各支部事務局を含めて編集委員会を構成

編集後記

会員機関誌「きずな」を本日皆様にお届けいたします。
年初めの広報部会では、第3号の誌面全体を皆様が少しでも楽しく、明るく、読みやすい誌面づくりを目指し、広報委員さんと話し合い、編集決定しました。

さて、出来上がりは如何でしょうか。今回も多くの原稿を皆様から頂き、本当にありがとうございました。

これからも皆様のご協力で益々立派な誌面づくりに、より一層精進したいと思っております。

今度ともご協力のほどよろしくお願い致します。

(委員長 小倉理一)

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

いのち
ひとつの生命
ひとつの儀式を大切にします

セレモニー
フラワーホールつかさ

栃木市箱森町26-28(司商事株式会社内)

☎0282-20-8811
☎0120-79-4187

<http://flowerhall.jp>
e-mail:info@flowerhall.jp

葬 祭 会 館



セレモールとちぎ

栃木駅南口 徒歩1分
24-5847

〒328-0042 栃木市沼和田町5-27
TEL. 0282-24-5847 FAX. 0282-24-8372
<http://www.ceremole.co.jp/>
年中無休 24時間受付 駐車場完備

広告に関する お問い合わせは

老人クラブ広報紙・記念誌・自治会名簿

株式会社 博報社 関東支社

神奈川県厚木市愛甲1-8-39

☎(046)280-6001(代)

とちぎ蔵の街シニアクラブ

入会のご案内

3づくり運動

①健康・生きがいづくり

- ★グラウンド・ゴルフ、ペタンク、輪投げなどのスポーツ大会
- ★いきいき健康体操、介護予防

②仲間づくり

- ★趣味や文化などのサークル活動
- ★旅行やカラオケ、誕生会、サロン活動
- ★ひとり暮らしの高齢者の話し相手

③地域づくり

- ★相互の見守り活動
- ★公園や道路の清掃や美化活動
- ★学童の通学を見守るスクールガード活動

こんな活動をしています

「伸ばそう! 健康寿命」・「広げよう活動の輪」をメインテーマとして人と人の絆や支え合い、助け合いの精神を大切にし明るい長寿社会の実現を目指して活動している団体です。



いつまでも元気で暮らすために

- クラブに加入して活動するだけで、健康づくりになります。
- 各種事業での地域の仲間との交流、社会奉仕などあなたの生きがいづくりを支援します。

入会希望の方はまずは、地域のシニアクラブ事務局へお問い合わせください。
お住まいの地区のシニアクラブをご紹介します。

栃木支部	0282-27-5707	(栃木市老人福祉センター泉寿園内)
大平支部	0282-43-0294	(栃木市社会福祉協議会大平支所内)
藤岡支部	0282-62-5861	(栃木市社会福祉協議会藤岡支所内)
都賀支部	0282-28-0254	(栃木市社会福祉協議会都賀支所内)
西方支部	0282-92-8080	(栃木市社会福祉協議会西方支所内)
岩舟支部	0282-55-2438	(栃木市社会福祉協議会岩舟支所内)

ご協賛いただいた皆様への御礼 この度は、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。【とちぎ蔵の街シニアクラブ連合会】

私たちはとちぎ蔵の街シニアクラブ連合会の活動を応援しています

内科・人工透析

橋本医院

院長 橋本安紀子

●診療時間 平日 AM 9:00~12:00
PM 2:00~5:00
火・木・土曜日 AM 9:00~12:00

●休診日 日曜日、祝日、火・木・土曜日午後

栃木市樋ノ口町396-39

☎(0282)22-5875
☎(0282)23-1356

あおき耳鼻咽喉科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	／
14:30~18:30	●	●	／	●	●	●	※

※...17:00まで 休診日 水曜・日曜・祝日
診療時間の変更となる可能性がありますことご了承願います

駐車場 20台分有

大平町新1474-1
☎43-3387

大平医療福祉モール
介護付き高齢者向け賃貸住宅

ハートネットハウス大平

栃木市大平町富田 5-230
☎0120-333-675

医療法人 青木眼科医院

白内障手術、その他手術
日帰りにて対応します

受付時間 月 火 水 木 金 土 日
AM 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ 休
PM 2:30~6:00 ○ ○ 休 ○ ○ 休 休
休診日 日曜・祝日・水曜午後・土曜午後

栃木市茜町2-1-4(栃木女子高通り)
☎(0282)22-4641