



大田原市

平成31年3月発行

第33号

いきいきクラブだより

発行 大田原市いきいきクラブ 大田原市浅香3-3578-17(大田原市福祉センター内) ☎0287-23-1855
発行人 木村 章穂 編集協力・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

一斉社会奉仕の日

6月15日と9月20日は県下一斉に社会奉仕活動に取り組んでいます。

各クラブは、公共施設の清掃・美化・緑化、生活道路・空地を利用しての花壇作り、道路の除草・ゴミ拾い等、様々な奉仕活動で地域に積極的に貢献しています。6月は河原長寿会、9月は富士見ハイツいきいきクラブの写真を県老連へ提出しました。

(県への提出は作業中の写真が必要です。)



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

Quality of Sound, Quality of Service
リオネット補聴器
リオネットセンター大田原店
補聴器のご相談はぜひ当店へ!
【営業時間】9:00~17:00
【定休日】日、祝、第1・3・5土
大田原市住吉町2-19-13 野州ビル1F
☎(0287) **22-4141**
東日本リオン株式会社

交流の「場」をご提供
いつでも自由にご利用ください。無料
5種類の『だいな交流サロン』部屋
多目的ホール・ゲームコーナー・談話室
調理室・カラオケルーム
参加者追加募集中!
◆無料パソコン・スマホ教室 月2回
◆無料「お花を楽しむレッスン」月1回
＜お申込み・お問い合わせ＞
医療法人 大那 (担当:西)
大田原市紫塚3-2633-12
☎(0287) **23-8282**

栃木 那須 馬頭温泉郷「おかえりの宿」
南平台温泉ホテル
送迎付 日帰りプラン 3,780円(税別)
ご予約・お問合せは
那須郡那珂川町小口1342
☎(0287) **92-3211** (代)

医療法人社団 亮仁会
那須中央病院
大田原市下石上 1453 (0287)29-2121
那須中央病院付属総合健診センター
(0287)29-2525
介護老人保健施設 **仁苑**
(0287)26-2323
訪問看護ステーション **さくら訪問看護ステーション**
(0287)29-3252
居宅介護支援事業所 **ケアプラン那須中央病院**
(0287)26-2325



ごあいさつ

会長

木村 章穂

会員の皆様方には大田原市いきいきクラブの諸事業に対し、多大なご支援ご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

平成の時代もあとわずかで終わり、五月には皇太子殿下が即位され、新元号による時代が始まります。

平成を振り返ってみますと災害が数多く発生し、被害も甚大でした。いまだに想像もつかない状況におかれている方々が沢山おられることを思うと胸が痛みます。一日も早く皆様の生活が安定され、新しい時代と共に希望を持って歩まれますことを心



チャレンジ精神を忘れずに

大田原市長

津久井 富雄

いきいきクラブの皆様におかれましては、激変する社会情勢の中にあられながら、高齢者の仲間づくりや健康づくりなど、社会に貢献されとともに、市の発展に寄与されてこられました。歴代の会長様、会員の皆様の熱意とご努力に、改めて敬意を表しますとともに、感謝申し上げます。

さて、わが国の高齢化は急速に進み、高齢化率は27%を超え、世界でも例をみない超高齢社会に突入しています。本市におき

ましても、平成30年10月時点で高齢化率は28%を超え、全国的に比べても高齢化が進んでいます。また、その高齢化の勢いは今後も続くことが予想されます。

本格的な超高齢社会を迎えるにあたり

では、高齢者の多様な社会参加を推進するとともに、互いに支え合い、励まし合いながら、楽しみを共有し、長寿の喜びを実感できる社会や人間関係を築き上げていくことが大切です。健康、友愛、奉仕という考えのもとに様々な活動を展開し、明るく豊かな地域社会づくりに積極的にチャレンジされているいきいきクラブの果たす役割は、ますます重要なものとなってくるでしょう。

大田原市としても、高齢化が年々進む中、「高齢者・障害者が生きがいを持ち安心して暮らせる街づくり」を重点項目にさせていたであり、長年社会に貢献されてきた皆様やご家族の方が安心して暮らせるように、市政を行っていく所存です。

からお祈り申し上げます。

年々、少子高齢化が進み労働者不足も切実な問題となっております。

大田原市いきいきクラブとしても、各自健康に十分留意し、関係する自治会や社会福祉協議会などと連携し、高齢者だからこそできることを、会として貢献したいと考えております。

結びに、会員の皆様のご健勝とご活躍を御祈念申し上げ、ご挨拶いたします。

その観点からも、いきいきクラブの皆様のように、生きがい、楽しみ、やりがいをもって日々を過ごすことは、健康寿命を延ばす意味でも大変重要になってきます。高齢になった今こそ様々なことにチャレンジをしていただいて、それを刺激にして日々を元気に過ごしていただければと思います。そしてそれを実行するにあたり、一人ではなく、いきいきクラブの仲間と一緒に挑戦できることは皆様の大きな強みだと思います。一人より二人、二人より大勢の仲間との活動のほうに充実感も大きいのです。ぜひいきいきクラブの仲間と様々なことを挑戦してください。

結びにあたり、「いきいきクラブ地域の力」「高齢社会の担い手」として大きく飛躍されることをご期待申し上げますとともに、会員の皆様、また会員のご家族の皆様のご健勝を心からお祈り申し上げ、お祝いのことばといたします。

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

とちぎ和牛「匠」
わきせいにくてん
和気精肉店
WAKISEINIKU
■営業時間 10:00~18:30
■定休日 火曜日
大田原市佐久山2220-3
☎(0287) 28-0155

とちのき ツアー
Kanto Tour Service
関東ツアーサービス株式会社
大田原旅行センター
大田原市浅香2-3552-5
☎(0287) 23-5914
■営業時間/平日・土曜 9:30~17:30 ■休業日/土曜・日曜・祝日

譲宅・分住・分建・分森
土地・建物・農地
東北の土地建物・不動産情報ならお任せ下さい！
株式会社
アイアールエステート
☎(0287) 22-5255
FAX(0287) 22-5446
大田原市南金丸438
アイアールエステート 検索
営業時間 9:00~19:00

総合食肉卸・惣菜
有限会社 ミヤ商事
栃木県食品自主衛生管理認証 認証番号第4号
栃木県商工会経営品質認証 第07-37-01号
栃木県経済同友会
大田原市加治屋95
☎(0287) 22-4450
FAX(0287) 22-4451

大田原市いきいきクラブ 第55回 定期総会開催

開催日 平成30年4月20日
会場 ピアートホール

大田原市いきいきクラブ第55回定期総会が、200名の会員の皆様とご来賓の皆様を迎え盛大に開催されました。総会では次の方々が表彰されました。

(功労者表彰)

5年 古谷 善一
10年 土谷 幸子
木村 章穂

(クラブ表彰) 本年度なし



(敬称略)

総会で決定された行事は、いきいきクラブ役員の方々を中心に各地区のご協力をいただき、円滑に推進されました。

今年度の役員は次の方々でした。

会長理事 木村 章穂
会計理事 田中 栄啓
副会長理事 若林 明
理事 大川 廣
五月女 広三
鈴木 征一
鳥羽 健児
千代田 トミ
殿生 征志
平野 秀雄
國井 千恵子
伊藤 康子
高崎 清一
菊池 智子
渡辺 エツ子
鈴木 作三
土谷 幸子
鈴木 義一
増渕 芳子
井上 正男
植木 重治
磯 真一

(女性部長兼任)
代表監事
総務理事
監事

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

介護支援タクシー
ドライブセンター
たいよう
家族の隣に車椅子のまま乗れる大きな車。我慢が多い日常、遠慮など無用ですからゆったり、のんびり、でかけませんか。太陽があるかぎり何処へでもお供します。
予約・問合せ直通電話
受付時間: 7時~18時
090-4555-6652
支援中の場合は折り返しお電話致します。

魚 漢字 クイズ

鰯 ○○○ 旬は6月から初冬にかけて ビタミンB2、B6、B12、D、E、鉄、カルシウムも豊富です。	鰯 ○○ 1m前後のサイズのものは冬から春が旬。 良質のタンパク質を豊富に含む。 ビタミンB1とB2も豊富。	鱈 ○○ 旬は春から夏。脂肪分が少なく、良質なたんぱく質を多く含む。 またアミノ酸も豊富。	鱈 ○○ 旬は冬。タンパク質とビタミンB12が豊富です。 またビタミンの働きを助けるミネラルも豊富に含まれています。
--	--	---	--



第26回 大田原市いきいきクラブ グラウンド・ゴルフ大会

開催日 H30年5月23日(水)

会場 黒羽運動公園

参加 36チーム

優勝



赤堀東ひまわり会 (390)

準優勝



赤堀西幸の会 (393)

第3位



南金丸東部 (394)

男子優勝

木村徳三 (54)

女子優勝

岡野照江 (54)



男子

準優勝 高根沢久夫 (56)

第3位 若林 明 (58)

女子

準優勝 関谷美恵子 (57)

第3位 渡辺 節子 (58)



第34回 大田原市いきいきクラブ 輪投げ大会

開催日 H30年6月20日(水)

会場 県北体育館

参加 35チーム



優勝



寺町寿楽会 (669)

準優勝



あさひクラブ (546)

第3位



野崎東町自治会長寿会 (516)

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

磯 医 院

内科・消化器科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日 日曜、祝日、土曜午後、第2・4水曜
第1・3・5水曜午後

大田原市黒羽向町8

☎ (0287) 54-0020

FAX (0287) 54-2450

大田原市 磯医院

検索

小林内科外科医院

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

■ 休 診 日 水曜午後・日曜・祝日
■ 窓口受付 8:30~11:45/14:15~17:45
■ 電話・WEB受付予約 午前 7:15~11:15
午後 7:15~17:15

大田原市富士見1丁目1606-265

☎ (0287) 23-8870

小林内科外科医院 大田原

検索

ほっとするひととき...
たのしいひととき...



デイサービス・居宅介護支援事業所

★ ほっと乃木ケアセンター

認知症対応型デイサービス

★ ほっと乃木ケアセンターさくら

短期入所生活介護事業所

★ ほっと乃木ショートステイ

株式会社 むつみコーポレーション

☎ (0287) 36-6905

那須塩原市新南163番地280

社会福祉法人 安寧

特別養護老人ホーム

山百合荘

おもいやりの心が宿る、
山百合荘。

大田原市久野又804

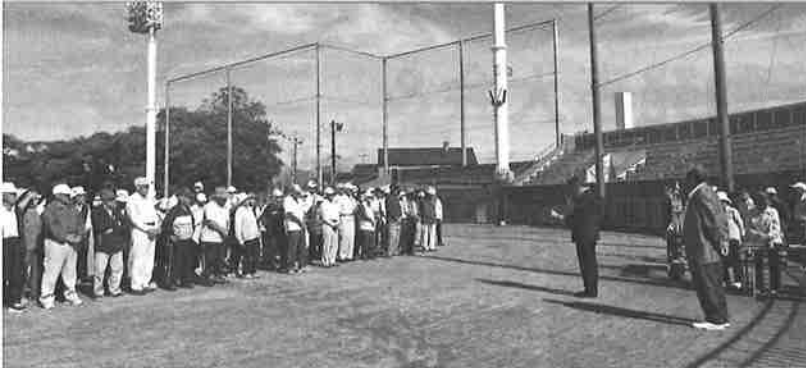
☎ (0287) 59-0139 FAX 59-0197

◆ ショートステイ事業所 山百合荘

◆ 特別養護老人ホーム 山百合荘 うぐいすの郷

◆ 老人デイサービスセンター 山百合荘

◆ 在宅介護支援センター 山百合荘



第26回 大田原市いきいきクラブ ペタンク大会

開催日 H30年9月11日(火)

会場 第二球場

参加 25チーム



優勝 野崎東町自治会長寿会



準優勝 薄葉第二いきいきクラブ



第3位 三寿クラブ



県大会出場 大田原代表チーム

グラウンド・ゴルフ 赤堀東ひまわり会

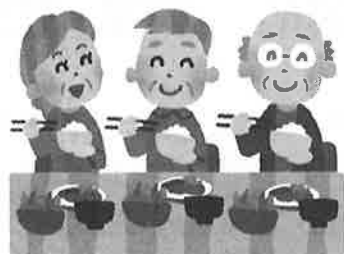
輪投げ 寺町寿楽会、あさひクラブ

ペタンク 野崎東町自治会長寿会

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

食コラム

栄養バランスの良い食事のキーワード



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
こんにゃく など

美容効果
ビタミンC

第22回

県老連サークル活動発表大会 &

第33回

県老連作品展開催

開催日 H30年8月7日(火)

会場 宇都宮市文化会館

参加

大田原代表
親園地区



第24回

栃木県民福祉のつどい

開催日 H30年8月29日(水)

県知事表彰 おめでとうございます



両郷老人クラブ

昭和37年設立。

仲間、健康、いきがづくりを積極的に継続しています。



第47回

大田原市いきいきクラブ ゲートボール大会

開催日 H30年9月19日(水)

会場 蛇尾川緑地公園

参加 10チーム

優勝



野崎東町Aチーム

準優勝



露久保Aチーム

第3位



三寿クラブ

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

健康
コラム

知らず知らずに塩分過多に!? 塩分量を知って日頃から減塩を心掛けましょう

高血圧になる仕組み

塩分の摂り過ぎは、高血圧の大きな原因の一つです。血液にはナトリウム分が一定程度の量で含まれています。私たちが塩分(ナトリウム)の多い食事をすると、体は血液の塩分濃度を下げようと指示を出し、喉が渇きます。辛い食事をして後で喉が渇く経験はありますよね。水分を摂る事で、血液中の塩分濃度は正常に薄まります。一方で血液の量が増える為、血管に強い圧力がかかり心臓の負担も大きくなります。これが高血圧です。

【厚生労働省の1日あたりの塩分摂取量の目標値】

男性 8g 女性 7g

【日本人の1日あたりの平均塩分摂取量】

男性 11.1g 女性 9.4g

※厚生労働省『平成25年国民健康・栄養調査結果の概要』



きつねうどん 一人前 5.3g

天丼 一人前 4.1g

たくあん2切れ(20g) 1.5g

味噌汁 1杯 1.5g

※品物、製品、調理法によって塩分量にはある程度の濃度差があります。

意外に塩分が多い調味料 /

●薄口しょうゆ(食塩相当量)
(大さじ1) 2.9g

●ポン酢しょうゆ(食塩相当量)
(大さじ1) 1.5g

※品物、製品、調理法によって塩分量にはある程度の濃度差があります。

●ウスターソース(食塩相当量)
(大さじ1) 1.5g

●赤みそ(食塩相当量)
(大さじ1) 2.3g

栃木県 老人クラブ大会

開催日 H30年9月6日(木)

会場 宇都宮市文化会館



鈴木 征一氏



中野内松寿会

鈴木征一氏は、自治会副会長時のH15年に赤堀東ひまわり会を設立し会長になり、H22年に市老連の理事となり今日も貢献されています。

中野内松寿会は、昭和38年設立以来スポーツ、奉仕、会員の交流や親睦を密にし理想的な活動を継続しています。

加入促進運動表彰は、会員がプラス10人増または20%以上増加したクラブです。

加入促進運動表彰



七軒町長寿会



金丸南部寿会

女性部一日研修会

開催日 H30年10月3日(水)

会場 大田原市福祉センター研修室

参加 41名

講師 川西地区 菊池智子さん



クリスマスリースを作ります



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

食
コ
ラ
ム

納豆

※大豆イソフラボンの安全な一日の
摂取目安量の上限値70~75mg/日

5大栄養素は、私たちが健康を維持するために必要不可欠な栄養素です。納豆には、5大栄養素がすべて含まれています。また、第6の栄養素と言われる食物繊維も豊富に含まれているので、バランスのとれた食生活の助けになります。

納豆1パックに、大豆イソフラボンは約37mgです
※品物、製品、調理法によって量には多少の誤差があります



納豆の栄養素を上げる食べ方（一例）

納豆は2~3日ほど冷蔵庫で寝かすと発酵がすすんで、納豆菌やナットウキナーゼ、ビタミンK2などの有効成分の数が増えます。また、キムチ・玉ねぎ・卵と混ぜてその状態で一晩寝かせることでキムチに含まれる乳酸菌が納豆菌を食べることで増殖するのです。唐辛子のカプサイシンにより、髪の毛の毛乳頭に作用して、抜け毛を防止する効果もあるようです。（※諸説あります）

さらに、玉ねぎにはオリゴ糖が含まれ、腸内環境に良く、卵のたんぱく質が納豆菌の増殖を、促進させます。実は、卵のたんぱく質は納豆菌の好物なのです。



県老連スポーツ大会

開催日 H30年10月10日(水) **会場** 真岡市井頭公園軟式野球場

参加 県内から グラウンド・ゴルフ28チーム
輪投げ57チーム ペタンク26チーム
大田原代表4チームも健闘しました。



第17回 サークル活動発表大会

開催日 H30年10月19日(金) **会場** ピアートホール **参加** 300名

300名の参加者で賑やかに開催されました。例年以上の熱演と盛り上がり、会場は大きな拍手に包まれました。

裏面にも写真を掲載しています。



活動報告大田原地区

単位クラブ 13クラブ **会員数** 499人



西原高齢部
矢祭山にて



大運動会



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

防犯コラム 振り込み詐欺の被害に遭わないための注意点

焦らずに！
その振り込みちょっと待って！



犯人グループは、住所等が記載された電話帳や学校の卒業生名簿など、事前に多くの個人情報を入力してから、だましの電話をかけています。「息子の名前」「同級生の名前」「息子が卒業した高校や大学名」などは、犯人は当然に知っているものと用心する必要があります。

1 「携帯電話の番号が変わった」と電話がかかってきた場合、振り込み詐欺の可能性があることを考えながら、慎重に会話することが大切です。そして必ず元の番号に電話をしてください。

2 ご家族と普段から連絡を取り合い、特殊詐欺の対策について話し合いをしたり、合い言葉を決めたりしていると、電話がかかってきたときに落ち着いて電話を受けることができます。

3 警察や銀行協会等の官公庁や団体から電話があった場合、言われた電話番号を信じることなく、電話帳や電話番号案内(104)等で調べる習慣をつけましょう。

4 警察官・銀行協会職員だけではなく、他人には絶対にキャッシュカードなどの暗証番号を教えてはいけません。また警察官等が暗証番号を聞くことはありません。



上奥沢長寿会



倉骨高砂会



奥沢敬寿会



金田いきいきクラブ連合会



鹿畑寿会



南金丸西部寿クラブ



北金丸古町いきいきクラブ



南金丸南部寿会



南金丸東部百寿会

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

防犯コラム 「電子マネーカードを買ってきて、その番号を教えろ」と言ったら、それは「詐欺」です

最近のコンビニには、「電子マネーカード」の売り場が必ずあります。これらのカードは、「プリペイドカード」や「ギフトカード」などと呼ばれています。カード裏側のシルバーラベルをコインなどで削り、そこに記載されている10～15桁の番号を登録することにより、額面価格の範囲内で商品の購入やサービスの提供を受けることができます。番号を教えることは金銭価値を譲渡することと同じことです。



手口の一例

還付金振り込み担当を名乗る人物から「毎年インターネット回線をご利用者様の中から厳正なる審査で還元金を配当するサービスに貴方様が選ばれました。還付金は8,750万円。貴方の口座番号を教えてください。」とのメールが女性のスマートフォンに届きました。女性が相手に口座番号を教えると、「1,000万円以上振り込めるようにするためには保証金が必要」などとメールで返信を受けたため、指示されるままコンビニで5日間かけて電子マネー合計約300枚(約770万円分)を購入し、この電子マネーを使うために必要な番号をメールで相手に送信してしまいました。

活動報告親園地区

単位クラブ 4クラブ

会員数 96人



10月12日
高齢者
スポーツ大会



活動報告野崎地区

単位クラブ 5クラブ

会員数 548人

6月20日第34回輪投げ大会



at薄葉小体育館

大会成績

優勝 薄葉第三団地
準優勝 野崎東町
第3位 上薄葉

6月30日下石上いきいきクラブ設立



at下石上公民館
総会(会員51名)



8月30日お楽しみカラオケ大会



at青木温泉

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています



日本のことわざと同じ意味を持つ海外のことわざ

ドイツ

“禿げ頭から髪の毛は抜けない” ▶ 無い袖は振れぬ
“ベーコンを求めてソーセージを投げる” ▶ 海老で鯛を釣る

フランス

“鍋を見下すのはフライパン” ▶ 五十歩百歩
“ライオンの皮を着たヤギ” ▶ 虎の威を借る狐

中国

“曹操の話をするれば曹操が来る” ▶ 噂をするれば影

イギリス

“多くの君主に多くの法律” ▶ 十人十色
“死んだ後に来る医者” ▶ 後の祭り

ロシア

“私の舌は私の敵” ▶ 口は災いの元

10月6日第30回運動会

at 薄葉ほほえみセンター

大会成績

優勝 野崎東町
準優勝 薄葉第三団地
第3位 薄葉第二団地



11月22日秋季グラウンドゴルフ大会

at 東町交流公園



一斉清掃



活動報告大田原シルバーコーラス

会員数 20人



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

雑学コラム

こんなに違う!! 動物の睡眠時間 種類や環境、季節、個体差、その他もろもろにより時間は多少異なります。



コアラ 20~22時間



ライオン 15時間



パンダ 10時間



象 3時間



キリン 1~2時間
(完全睡眠は20分)



イルカ 0時間??

イルカは泳ぎながら眠ることが出来ます。片目だけを閉じて脳の半分だけ眠る「半球睡眠」という方法で眠ります。片方の脳は起こして、開いている片目で周囲を警戒し、緊急時にすぐに行動できるようにしています。



下町第二いきいきクラブ様 平成30年11月9日 於 阿字ヶ浦 丸徳旅館

下町第二いきいきクラブ
11月9日
at阿字ヶ浦 丸徳旅館



わらぼっち作り
わらぼっち多賀
「光のカフェの
要望により」



上町ほほえみ



活動報告両郷地区



中野内松寿会
秋の研修旅行at奥日光方面

大輪福寿会
新年会



両郷地区女性部
高館まつりへ参加



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

健康コラム

骨粗しょう症の予防 ～食事編～

カルシウム、ビタミンD、ビタミンKなどは、骨の形成に役立つ栄養素です。カルシウムとビタミンDを同時に摂ることで、腸管でのカルシウム吸収率がよくなります。タンパク質の摂取量が少ないと骨密度低下を助長しますので、意識して摂取しましょう。



※骨粗鬆症ホームページより

カルシウム

牛乳・乳製品、小魚、干しエビ、小松菜、チンゲン菜、大豆製品など

ビタミンD

鮭、うなぎ、秋刀魚、メカジキ、カレイ、椎茸、キクラゲ、卵など

ビタミンK

納豆、ホウレン草、小松菜、ニラ、ブロッコリー、サニーレタス、キャベツなど

活動報告須賀川地区

単位クラブ 6クラブ

会員数 165人



表彰式(男)

10月18日
須老
Gゴルフ大会



11月7日
輪投げ大会



表彰式(女)



at川上健康増進センター
参加者49名

活動報告湯津上地区

単位クラブ 3クラブ

会員数 66人



佐良土西喜楽会
社会奉仕活動



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

健康コラム

骨粗しょう症の予防 ～運動編～

骨は、負荷がかかるほど骨をつくる細胞が活発になり、強くなる性質があります。散歩を日課にしたり、階段の上り下りを取り入れるなど、日常生活のなかでできるだけ運動量を増やしましょう。

骨折予防に有効な運動は、ウォーキング、ジョギング、エアロビクスなどがありますが、ご自身の体の状態にあわせて無理なく続けることが大切です。



開眼片脚立ち(ダイナミック・フラミンゴ体操)

フラミンゴのように片脚で立ちます。体重を片脚に乗せることで、両脚立ちの倍の負荷を与えることができます。バランス感覚が鍛えられるので転倒予防にもなります。



ふくらはぎとアキレス腱のストレッチ

壁に手をつけて、ふくらはぎとアキレス腱を伸ばします。前に出した方の脚の膝を曲げて後ろの方の脚のふくらはぎを伸ばします。後ろの方の脚の膝を曲げ、アキレス腱を伸ばします。

※骨粗鬆症ホームページより

産業文化祭

開催日 H30年11月3日～4日 会場 県北体育館



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

広告に関する お問い合わせは

全国各地の老人クラブ広報誌を発行して32年

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)



人生に停年なし

会長 木村 章穂

私は昭和8年10月26日、那須郡須賀川村須賀川にて生を受けました。昭和14年須賀川尋常小学校に入學いたしました。その頃の自然は故郷の歌詞の三番文句の様な山は青く、川の水は清く澄み、山には広葉樹が多く、広葉樹は保水力がございまして、川にはたくさんのお水が流れ、たくさんのお魚が泳いでおりました。

昭和16年私が小学2年の頃でした。日本国海軍が早朝にハワイ真珠湾の米海軍に奇襲攻撃をし、大東亜戦争に突入しました。開戦当時は南洋六面に進撃し、シンガポール陥落の時などは国中で提灯行列をし盛り上がりしましたが、勝ち戦は長くは続き、あとは負け戦が続きました。サイパン島玉砕、そして沖繩決戦、女学生まで戦い後にひめゆりの塔などと悲しい言い伝えがございまして。

19年11月の東京第一回空襲を始め、20年8月に広島に大型爆弾1つで全滅になり、3日後に長崎に同じ爆弾が投下され長崎も大変な損害を受けました。これ以上戦ってはと無条件降伏をし戦いは終わりました。

終戦後に大型爆弾は原子爆弾と知

りました。戦争の惨禍を二度と繰り返してはならない強い強固な意思を持って平和を守り続けたいと願います。

私は終戦を12歳で体験しましたので戦争の恐ろしさは身に沁みて忘れることはないでしょう。戦後の日本では衣服も食べる物もなく地獄の様な状態と申ししても過言ではないと思います。今日の日本の発展は復員軍人の努力の賜であると確信いたしております。

戦後私は24年に馬頭高校に進学し、27年に卒業しました。宇都宮で30年運送業を行い、退職後平成13年露久保地区公民館長を務め、平成16年須賀川地区区長会長を2期務め、平成20年須賀川地区老人クラブ連合会会長に就任し、現在も歴任しております。大田原市いきいきクラブ会員の皆様方には日頃よりご支援ご協力を賜り感謝申し上げます。結びに今日の平和が続くことと会員皆様のご健康ご多幸をご祈念申し上げます。

赤い羽根共同募金 報告



第47回ゲートボール大会 6,890円
第17回サークル活動発表大会 22,095円

市社会福祉協議会に合計28,985円をお渡ししました。ご協力ありがとうございました。

7月豪雨災害募金 報告

第26回ペタンク大会 2,877円
第47回ゲートボール大会 836円
単位クラブ2,000×54=108,000円

合計111,713円を県老連から岡山県と広島県へお渡ししました。ご協力ありがとうございました。

広報部より



第34号「市いきいきクラブだより」は、2020年3月15日発行予定です。各地区の行事等の写真を募集しております。

いきいきクラブ事務局

ご利用の方はお気軽にご連絡ください

大田原市浅香3-3578-17 福祉センター内

☎ 23-1855 FAX 23-1138

事務局 橋本まで(月・水・金の午前中)



私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

セレモニーホール
あぶらや

有限会社 油屋商店

大田原市美原1-3,523-5

☎(0287) 24-2411

FAX(0287) 24-2412

直接ご遺体を安置できる
「邸宅型安置ハウス」開設
やすだ邸 にしなすの邸

株式会社 安田

大田原斎場

加治屋本部手配センター

☎ 22-2069

富士見ホール 烏ヶ森ホール

～皆様のご先祖供養をお手伝いします～

有限会社

精工石材店

一級石材施工技能士の店

大田原市山の手2-13-14
(光真寺門前)

☎(0287) 23-1483

FAX(0287) 23-5483



精工石材店

後援

御 協 賛

第17回サークル活動発表大会



ご協賛いただいた皆様への御礼

このたびは、広報誌に広告でご協賛をいただき、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、地域の皆様にいきいき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。

【大田原市いきいきクラブ】

私たちは大田原市いきいきクラブの活動を応援しています

社会福祉法人 章佑会
特別養護老人ホーム
やすらぎの里・大田原
あらゆる人に
生きる夢と勇気と
希望を提供…
大田原市北大和久1-3
☎(0287) 24-0600

いつでも自分の足で歩き自立した毎日を!
フィットネスジムみたいなデイサービス
早稲田イーライフ大田原
大田原市中央1-3-15 トコトコ大田原1F
<お問合せ> 月~金 8:30~17:30
☎(0287) 53-7390

その整理に「心」はありますか?
**生前整理
遺品整理
空家整理
特殊清掃**
EZURIN
GLOBAL RECYCLE & TRANSPORT
エヅリン 検索
☎0120-961-781