

# いきいきだより

第18号

発行:思桜会(小山市老人クラブ連合会) 〒323-8686 栃木県小山市中央町1-1-1

小山市保健福祉部高齢生きがい課生きがい推進係内 ☎0285-22-9617

●編集協力・印刷:(株)博報社関東本社 神奈川県厚木市愛甲1-8-39 ☎046-280-6001



## 会長挨拶

思桜会 会長 坂本 一郎

思桜会会員の皆様には、日頃より思桜会事業にご支援とご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症の流行は、今年で4年目を迎え、いまだ終わりが見えない状況です。しかしながら、行動制限で感染拡大抑止を目指した最初の2年間とは異なり、国も「ウィズコロナ」へと大きくかじを切ったことから、あらゆる活動について再開の兆しが見え始めております。

思桜会事業も令和4年度については、規模の縮小等の措置を講じながらいくつかの事業を実施することができました。しかしまだ予断を許さない状況であります。会員の皆様には、引き続き感染防止対策を徹底しながら、気を緩めることなくクラブ活動を実施していただきますようお願いいたします。

また、昨年思桜会は、「全老連創立60周年記念全国老人クラブ大会」において、長年の功績と顕著な活動が認められ、「厚生労働大臣表彰」を受章いたしました。この

記念すべき年に思桜会活動を皆様とともに実施できることに喜びを感じるとともに、思桜会活動を支えてくださった会員の皆様、活動に携わった関係者の方々には心より御礼を申し上げます。

現在老人クラブには会員の減少や役員となり手がいない等、問題が山積しておりますが、老人クラブの会員の皆様には今まで培った経験や知識を若い世代に伝えていく使命があると思えます。また、高齢者の社会参加や明るい地域づくりのために、老人クラブの活動は重要な役割を担っていると確信しております。思桜会といたしましても、自治会や関係機関と連携を図りながら、魅力ある老人クラブ活動を広く市民の皆様へ周知していきたいと考えておりますので、会員の皆様方には、引き続きご理解・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

結びに、皆様の益々のご健康とご多幸を祈念申し上げます。挨拶とさせていただきます。

私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--	--



# 「いきいきだより」発行によせて

小山市長 浅野 正富

思桜会会員広報紙「いきいきだより」第18号の発行、誠にありがとうございます。

思桜会会員の皆様方におかれましては、坂本思桜会会長のもと、お元気でご活躍のこととお喜び申し上げます。日頃より小山市政に對しましては温かいご支援とご協力を賜り深く感謝申し上げます。また、昨年開催された「いちご一会とちぎ国体・とちぎ大会」につきましては、老人クラブやシニア世代の皆様のご協力もあり、大きな成果を収めて、盛大に開催できたことにつきましても厚く御礼申し上げます。

2019年12月に端を発した新型コロナウイルス感染症の流行は、ついに4年目を迎えました。その間には感染防止対策の徹底、会食やイベントの中止、外出の自粛などにより、我々の生活は大きく変化いたしました。市民の皆様のご協力により、感染拡大防止が図られました。シニア世代の方々にとっては、フレイル（虚弱）や認知機能の衰えなどの思いがけぬ副作用をもたらしたことが、新聞などのメディアで報道さ

れました。今春以降、国の方針転換に伴う緩和などにより、各老人クラブの活動や思桜会事業も盛んになることで、会員の皆様の心身の健康増進につながることをご期待申し上げます。

さて、小山市では、自然の恵みに包まれたまちの中で、私たちが生き生きと暮らし、しっかりと自分たちの大切なものを守り将来につないでいくという、「田園環境都市」のまちづくりを目指しており、小山市の特性を深く調査することを目的として、地区ごとの風土調査を実施しています。その調査結果をもとに市民の皆様と共有し、意見交換を行ってまいりますので、将来世代により良い小山市を残すために、思桜会会員の皆様にもクラブ活動や奉仕活動を通して、引き続き小山市の発展にご協力くださいますようお願い申し上げます。

結びに、思桜会会員皆様の益々のご発展とご活躍を祈念いたしましてご挨拶とさせていただきます。



私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--	--





## 第45回

# 思桜会会員作品展

思桜会に対する理解と関心を高めるとともに、会員自らの余暇の充実・豊かなシニアライフを送ることを目的として、12月13日から16日までの4日間、小山市文化センター小ホールにて第45回思桜会会員作品展が開催されました。

今回の展示会には出展作品70点、招待作品4点が展示されました。どの作品も力作揃いですが、その中でもより優れた作品15点を金賞作品として、12月19日～23日まで市役所1階多目的スペースに展示しました。同金賞受賞作品は令和5年8月8日(火)～10日(木)の栃木県老人クラブ会員作品展に出展されます。



賞	種別	氏名	作品名	単位老人クラブ	地区
市長賞	書	渡邊 ハル	誌吟	下の町稲穂会	小山
	絵画	磯田 セツ	雪晴れ	鉢形本田いきいきクラブ	桑
	写真	小杉 秀夫	激戦！最後のコーナーリング	花垣町ひまわり会	小山
	手芸	若月 幸江	八の字地模様バッグ	若木町寿会	小山
	陶工芸	三上八重子	マリと遊ぶネコ	間々田5丁目長生会	間々田
議長賞	書	清水 利男	般若心経	中坪老人クラブ	生井
	絵画	本橋としえ	あじさい	鉢形本田いきいきクラブ	桑
	写真	舟橋 和男	水鏡・或る日の光景	花垣町ひまわり会	小山
	手芸	阿部 悦子	アメリカンフラワー	小薬いきいきクラブ	豊田
	陶工芸	石山 勝男	無題(巻簾)	間中第二さくらクラブ	穂積
会長賞	書	石塚 剛	あ、ん	南和泉楽笑会	大谷
	絵画	山下 保美	風景	雨ヶ谷(二)思桜会	大谷
	写真	須賀 敏夫	晩秋	ほっとクラブ	中
	手芸	桑原 広子	竹はり(ユリ)	下国府塚老人クラブ	穂積
	陶工芸	重田 チヨ	花台	下出井長寿会	桑

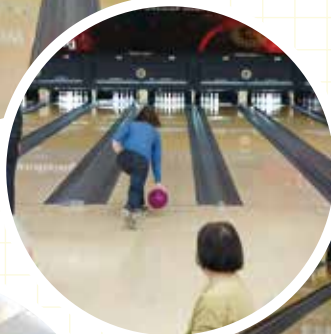
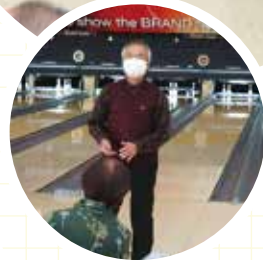
私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--

# 思桜会若手部 ボウリング大会

日時 令和5年1月27日(金)

会場 小山ゴールドレーン



## 優勝者インタビュー

STRIKE



- Q 優勝した今のお気持ちをお聞かせください  
A 今回で3回目の参加になり、これまで団体で優勝したことはありましたが個人での優勝は初なので嬉しいです。
- Q ボウリング歴はどれくらいですか？  
A 55年やっています。
- Q 今日のプレーを振り返ってみていかがですか？  
A どこがよかったのかわかりませんが優勝できたので良かったです。

スコア 1ゲーム目184 2ゲーム目205  
AVG194



小薬いきいきクラブ  
松沼呈一様

私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--	--



## 六丁目水月会 - 諏訪カネ様

- Q1. 思い出の場所は  
Q2. お互いの好きなお店  
Q3. お互いに向けてのメッセージ
- Q4. 元気の秘訣は  
Q5. 今の楽しみは
- 時間の都合上、インタビュー・写真撮影ができなかった方もおられます。

- A4. お嫁さんや周りの方が良い方ばかりで楽しく過ごせているからだと思います。  
A5. 93、4歳になる友達とテレビを見ながらお菓子を食することが楽しみとなっております。



## 旭野町親和会 - 高橋啓介様

## 美しが丘友の会 - 堀越哲也・カツ子様ご夫婦

- A1. 男体山、白根山など8時間かけて登ったことが思い出です。(哲也さん)  
春日部から22年前に引っ越してきた時、小山市の空気が綺麗だったことが印象に残ってます。(カツ子さん)  
A2. ケンカを聞き流すところ。(哲也さん)  
良くも悪くも几帳面なところ。(カツ子さん)



- A4. 自然体でいることです。  
A5. 週2回で行くゴルフです。ゴルフ歴は40年になります。趣味のゴルフがあって良かったなと思います。

## 楓山もみじ会 - 舘野隆様

## 美しが丘友の会 - 島田進・洋子様ご夫婦

- A1. 結婚式を挙げた帝国ホテルです。(進さん)  
結婚前に一緒にドライブへ行った筑波山です。(洋子さん)  
A2. ママなところ。(進さん)  
まじめで、家族思いなところ。(洋子さん)  
A3. 丈夫で、これからも頑張ってもらいたい。(進さん)  
元気でいつまでも長生きしてほしいです。(洋子さん)



- A4. 晩酌することが生き甲斐です。  
A5. もみじ会でする週2回のグラウンドゴルフを楽しみにしております。



## 乙女下町長寿会 - 築瀬百合子様

- A4. 何でも食べることです。  
A5. 輪投げをしたり、今はコロナで出来ないがカラオケをすることです。



## 楓山もみじ会 - 瀧沢サク様

- A4. 何でも食べることです。庭にある柿がおいしいです。  
A5. 家から見える電車を眺めていることです。

## 地区事業(絹)

## 秋季グラウンドゴルフ大会

11月18日(金)に絹地区思桜会主催秋季グラウンドゴルフ大会が、晴天の下「やすらぎの森運動場」で行われました。

坂本一郎会長のホイッスルで開始され、ホールインワンも続出、総勢44名の会員が汗を流しました。

70歳から最高齢は91歳と幅広い年齢層で、会長の会員皆さんに楽しんでもらいたいとの思いから、5位ごとのとび賞や最打多賞やブービー賞など多数賞を設けているのも特徴です。



私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--	--

## 地区事業(桑)

## スマホ使い方教室

11月22日(火)に桑地区思桜会(塚原通康会長)は桑市民交流センター(マルベリー館)にてスマホ使い方教室を開催しました。

ソフトバンク株式会社の協力の下、当日は約20名の桑地区思桜会会員が参加し、貸与されたスマートフォンでLINEやグーグルマップといったアプリの使い方などを学びました。



## 地区事業(桑)

## 小山市役所新庁舎の視察

12月2日(金)に桑地区思桜会事務局と喜沢瑞喜会(三國佳子会長)が小山市役所新庁舎の視察を行いました。

災害対策本部や市長公室、免振設備室など普段は入室することができない場所を見学することができました。この日は議会開会日でもあり、見学後は議事を傍聴しました。



## 地区事業(桑)

## 桑の葉料理教室

1月19日(木)に喜沢中部喜楽会(伊澤喜世子会長)を中心とした桑地区思桜会会員は伊澤会長宅にて桑の葉料理教室を開催しました。

この料理教室は栃木県老人クラブ連合会に認定されたモデル事業で、桑の葉料理の普及と継承を目的に実施しています。

この日は16名の会員が参加し、桑の葉たこ焼きやコロツケ、桑茶に舌鼓を打ちました。

当日の様子は小山市コミュニティFMラジオ「オーラジ」で生中継され、伊澤会長のインタビューの他、参加した会員もラジオ出演し、とても楽しい時間を過ごすことができました。



P16にも地区事業を掲載しています

私たちは思桜会の活動を応援しています



# 地区老人クラブ 紹介コーナー

## 晩秋の一日を楽しむ旅 令和4年11月17日 元気アップクラブ 会長 塚原 通康

コロナ禍の影響で中断していた当クラブ恒例の日帰りバス旅行を3年ぶりに実施しました。

当日は晴天の下、21名の参加で元気よく出発しました。日光に向かう途中の見事な紅葉に感嘆しつつ、最初の訪問先の「日光東照宮」に到着しました。400年以上の歴史と日本史上最大の英雄である徳川家康を祀る神社を見学し、改めて歴史の重みを感じながら次の見学先である「東武ワールドスクウェア」に入館しました。25分の1の縮尺で再現された102点もの世界の歴史的建造物を目のあたりにして短時間で世界一周の旅を満喫することができました。

見学した2か所の名場面を当クラブの名カメラマンがご撮影しましたので是非ご覧ください。



### 日光東照宮

40年ぶりに化粧直した陽明門を改めて見直したが、約400年も前にこの様に大きく、しかも素晴らしい姿と彫刻と魔よけの柱、煌びやかさの裏に秘めている平穩の世を願う家光がデザイナーか、今の時代で言うなら世界一の設計者と言えるでしょう。



私たちは思桜会の活動を応援しています



# 秋晴れの下、穂積地区思桜会 第7回グラウンドゴルフ大会を実施する

穂積地区思桜会 会長 茂呂 静

10月28日抜けるような青空の下、総勢25名が男性3名女性2名の5名で5組にわかれ午前9時にプレーを開始し、2ラウンドをして休みをとり計4ラウンドを競う個人戦である。初心者は右に左にボールが飛び、悪戦苦闘しポストへ1mとなりホッと一息しゴールへの一打を打つがオーバーしてしまう、ベテラン者はナイスショットでポストへ一直線、ホールインワンとなり歓声と拍手がわく。

ホールインワンは5名の方が出し多い人では3回も出しました。賞品は1位から3位はシクラメンの花を、4位から10位は粗品を、他参加賞を出す。

スポーツが出来ることは健康の証しであり元気の基であります。青空の下すがすがしい汗をかき楽しくやりました。



競技スタート



表彰式



男性ホールインワン



女性ホールインワン

## ゆめまち尺八クラブ

大聖寺城南クラブ 菅原 俊生

まず尺八について、どんな楽器か?を簡単に紹介する。尺八は日本古来の楽器で江戸時代中期に開発されている。尺八の音量は決して大きくない。むしろ小さいのですが、一つの音に幅があり、神秘的に鳴り響く。たくさんの音が重なり合って構築されている現代においても存在感がある。尺八は音程自体



ゆめまち尺八クラブ会員

からして非常に不安定な楽器だから自分の耳で確かめながら吹かなくてはいけない。音の響を手孔の指の肌で感じとりながら吹いていく。やはり尺八は生々しい『人間の声』の一種である。尺八の音は人間的な音である。だからこそ、明るさ、暗さ、楽しさ、悲しさがいろんな形で表現出来るのだと思う。

次に練習仲間の「ゆめまち尺八クラブ」について紹介する。クラブ会員は現在10名、その内2名は新人で先輩の指導を受けて練習している。

練習のスタイルは、まず練習曲をカラオケで流しそれに合わせて尺八を吹く等である。練習曲は初級、中級程度で50～100曲を準備している。例えば1 船頭小唄、2 名月赤城山、3 南部蝉しぐれ…等である。

毎年1～2名の新人を迎えている。

今年も興味のある方には門戸を開放しているのでお立ち寄り下さい。

私たちは思桜会の活動を応援しています



## 犬塚長寿会活動紹介

会長 椎名 浩一

犬塚長寿会は、会員43名平均年齢82歳です。本会では、会員相互の親交を深め、これからの超高齢社会を、健康で楽しい人生を送れるように、次のような活動を実施してきました。

- 1.懇親会事業(お花見会、誕生会年4回、研修旅行およびお楽しみ食事会年1回、暑気払い会、新年祝賀会)
- 2.社会奉仕事業(金山神社境内の除草清掃年2回)
- 3.健康維持活動(グラウンドゴルフ毎週3回、輪投げ週1回)
- 4.友愛サロン活動(カラオケ・卓球・健康マージャン・百歳体操等)

しかしながら、コロナ禍になってからは、ほとんどの活動が中止となりました。

今年度からはワクチン接種等医療体制の充実により、行動制限が徐々に緩和されたため、マスク着用、手指消毒、換気、密接防止等の感染対策を十分とった上で、社会奉仕作業及びグラウンドゴルフ等のサロン活動や誕生会、食事会等の懇親会事業を、少しずつ実施することができました。

来年度からは明るく楽しい活動ができるようにコロナの収束を願っております。



## 老人クラブの会員加入 促進功労者表彰を受賞して

横倉新田長寿会 倉持 忠一

この度は、表彰いただきありがとうございました。皆様のご協力のおかげです。

私たち横倉新田長寿会は、会長はじめ皆様仲良く活動しています。毎週火曜日は、輪投げで楽しく活動しています。

昨年は、新しい仲間が3人も増えて楽しくやっています。公園掃除も大勢の方が参加してくださいます。これからも地域に貢献したいと思います。



私たちは思桜会の活動を応援しています

## デイサービス[あむーる]への訪問ボランティアに参加して

横倉新田長寿会 認知症介護予防あじさい会 高橋 かほる

11月の中旬、あじさい会員全員で介護施設への訪問ボランティアに行きました。目的は施設の皆さまに新舞踊を楽しんでいただく為です。

衣装が8割で踊りはあまり上手ではありませんが全員ピンクの着物で踊りました。利用者の方々の手拍子で一曲踊る毎に温かい拍手が鳴り響き、入所者と職員の方々の大きな心配りが感じられ、私達は一層踊る事に充実感がありました。踊りのラストは施設の皆さまも一緒に全員で炭坑節を踊り、会場いっぱい笑顔の花が咲き、私達も元気を戴き貴重な一日となりました…

機会があればまた他の介護施設も訪問したいと考えています。



## いちご一会とちぎ国体・大会の期間中フラワーズ展示に協力

下国府塚老人クラブ 会長 茂呂 静

10月1日～11日にいちご一会とちぎ国体(第77回国民体育大会)、10月29日～31日にいちご一会とちぎ大会(第22回全国障害者スポーツ大会)が県内で開催されました。

私達の役目は全国から選手が各競技会場へ来県される際に通る道路にマリーゴールドの花を飾ることであります。

自治会役員さんは草刈りやプランター120個を1.5kmの道路に設置し、老人クラブはプランターへ花を3株ずつ植える



ことと株元が乾いたら水やりを9月20日より10月31日まで実施いたしました。

郷土の期待と責任を背負う選手のみなさんが鮮やかな黄色やオレンジの花を見て一時でも心に安らぎと目を楽しませていただければ幸いです。

勇気と感動をあたえる選手のみなさん全力を尽くし頑張ってください。

私たちは思桜会の活動を応援しています



## 小さな旅「紅葉狩り」

荒井団地交流会 会長 北 憲夫

11月11日会員が楽しみにしている紅葉狩りを実施しました。今回も15人の参加で車3台に分乗して出かけます。コロナ禍で遠くに出かけられませんので近くの井頭公園のウォーキング会と付近の見学になりました。朝一で弁当を取りに行き、車3台に分乗して9時出発する。参加費は車代の500円で弁当付きになります。

井頭公園は丁度紅葉真っ盛りで、一周3キロを皆で歩きバラ園で写真をと考えましたが、売店付近の紅葉が美しく全員で写真撮影です。公園の池の見学場所で調達の弁当で昼食し、真岡の白鳥飛来地に向かいます。大沼の様な池を予想したが、何と川辺に38羽が集まっていて壮観でした。

その後、日本一の恵比寿さんがある大前恵比寿神社に向かいます。皆の御利益があるようにと記念撮影です。途中野菜屋に立ち寄り買い物をする。その後、皆無事に帰宅する事になった。

この紅葉狩りは交流会設立年から毎年欠かさず実施している。川治の奥の黒部ダムから川俣湖・前日光から古峯神社・日塩もみじラインから塩原・いろは坂から半月山や中禅寺湖・筑波山登りから神社参り・雲巖寺からなかがわ水遊園や広重美術館・井頭公園ウォーキングから道の駅「いちごの里」・井頭公園ウォーキングから円通寺へ等、色々出かけてきました。今後は一泊の旅行もしてみたいと考えています。



## 輪投げ交流会

中地区思桜会 ほっとクラブ 会長 須賀 敏夫

新型コロナウイルス感染症の収束が見えないなか、各老人クラブの活動も感染防止対策をとりながらの活動を余儀なくされている状況がまだまだ続きそうです。

昔の話になりますが中地区では自治会対抗の家族総出の運動会やソフトボール、バレーボール、そしてお祭り等の行事を通じ地域の人達との交流が盛んに行われていました。そんな行事も時代の流れとともになくなり交流の場が少なくなり、さらに追い打ちをかけた“新型コロナウイルス感染症”拡大による事業の中止、縮小が相次いでいます。

そんな中、中地区思桜会では単位クラブとの交流を通じて会員相互の健康と友愛を深めるため輪投げ交流会を開催しました。交流を目的とした特別ルールのもと各クラブ2チームの他、連合チームが参加し、普段の生活では会うことがない仲間と「お久しぶり！元気？」などと声を掛け合い再会の喜びを分かち合っていました。

健康づくりと介護予防に必要な「適度な運動と社会参加による人との交流」を通して楽しい一日を過ごし、「また次の機会に元気にお会いしましょう」との言葉で交流会を閉会しました。

私たちは思桜会の活動を応援しています

## 随想

## ふるさとを訪ねて

折本福寿会 稲葉清志

## 奉呈

やっと秋の匂いがしてきました。本当に、暑かった。今年の夏もやっと終わりのそと。夏の名残りの蝉の声も季節の移るいを教えてくれております。夕ぐれ風の風。空を流れる雲、あちこちに小さな秋の気配を感じます。涼風一過野も山もめつきり秋らしくなってきました。

季節のかわりめ、くれぐれも御身おいとくくださいますようお祈りいたします。

## 謹呈

秋晴れのこちよい陽気となります。た。コスモスが咲きみだれております。思桜会会員広報誌いきいきだより。企画演出スバラシイ広報誌を楽しみに愛読いたしております一人です。これから元気で頑張ってくださいね。いつもお世話になっております。

小生も農作業ガンバっております。米寿お祝いに今日は娘と鬼怒川温泉に行きます。

西に富士の霊峰を押し東に夫婦姿の筑波の峰よ。北に男体女体を迎ぎ赤城連峰を望み日本全国名所や古跡海登山

だともようは人情まよう気持ちはよくわかるけど。ここに私の栃木は海こそなく陽明門が昔たとえずばりと言った日光見なけりやけつこうと言つな。滝に湖水とあの杉並木、いつか日暮れて灯ともすころは那須の高原うすもやはえて鬼怒のせせらぎ、そのおくふかく数えきれないでゆのけむり。

いらつしやいませいらつしやいませ。

ようこそいらつしやいませ。

どうぞごゆつくりおくつるぎくださいませ。

様々なシーンを演出する空間旅の思い出を心にきざみ。ひととき紅葉を見はる。

## 恭呈

稲穂が重たげに頭をたれる季節となりました。澄みわたる秋空のもと赤蜻鈴が舞う季節となりました。

おいしい握りめしなせおにぎりはおいしいのだらう。呼称は違っても共通するのは握った人の温かな心が詰まっている。ことその愛情が人生の支えをとなつてだらう。おむすびは漢字で書くと「御



結」結びにはつないでと一つにする意味もある。目立たなくても地道で温かな振舞こそが「人と人と」心と心を結ぶ確かな力となつて実り豊かな秋食欲の秋おにぎり大好きな私です。

時節柄御身大切に祈りあげます。

## 拝呈

残暑もようやくうすらいで夕ぐれの涼風はさすがに秋を思わせませ。新米が出来ました。ほる甘い香りが立ちかむほどにうまみが増します。箸がとまらない。笑みがこぼれる。お世話になった方々に、おすそわけをする。笑顔が連鎖する。だから「米」と呼びすてには出来ない。お米と「お」を付ける「ごく自然に」そう呼んできた。これからも感謝の思いをこめて。お米と呼び続けたい。

ごちそうさまの思いを添えて。

私たちは思桜会の活動を応援しています



随想

## 八十歳の挑戦(続編)

上出井さわやか会 安良岡澄子

令和3年6月よりコロナ禍の中、自分への褒美として始めた漢字検定試験も4級から始まり、3級、準2級、2級と順調に合格し4枚の合格証書が部屋の鴨居に飾られております。現在準1級に向けて磨穿鉄硯です。そんな矢先初曾孫の誕生の知らせがあり、その成長ぶりが動画で送信される毎に感動を覚えつつ常日頃は勉強に疲れた眼を西のガラス戸から見入ると、この木、あの木に四季折々の眺望を和ませて貰っていました。突如伐採され膨大な空地となってしまうました。嫌悪なカラスあり、又又一日中得意気に自慢の喉を披露してくれた鶯、偶に姿を現してくれた狸等々との永別となってしまいました。これも時代の趨勢には逆らえません。これからの短い人生悔いのない生活を送ろうと思います。



随想

## 老人会での思い出

東出井いきいき会 諏訪さく子

私は第25回小山市老人福祉大会でサークル発表に出場した事が、一番の思い出です。桑地区東部にある萱橋小学区内老人会の女性会員13名でよさこいを踊りました。

「萱橋いきいきふれあい」でよさこいを習い始めていたので、これに決めました。しかし今日覚えた事を次の回にはすっかり忘れているの繰返しでした。これでは無理かと思いましたが、親身になって指導してくださったボランティアさんのおかげで間違えながらも何とか踊れるようになりました。当日は、よさこいマーク入りの赤いTシャツで、文化センターの大舞台上に上りましました。体中がガクガク、ドキドキでしたが「間違えてもいいから笑顔で踊ろう」を合言葉に、「人生いつで

も花ざかり」など3曲を踊り切った瞬間に、会場から大きな、大きな拍手を頂いた時全員が「ヤッタ!!」と胸がいっぱいになり夢を見ているようでした。

舞台上上った時の緊張はどこへやらで全員が喜色満面で舞台を下りる事が出来て本当良かったと思いました。私達13名の大切な思い出です。その後も、食事会、旅行、もちろん「よさこい」も踊ったりと楽しんでおりましたが、今、コロナ感染予防と高齢(気持ちは若人)になり会う事が出来ないのが残念です。一日も早くコロナが終息して、健康で明るく皆さんに会える事と思桜会の益々の発展を願っております。

## 栃木県議会議員選挙

令和5年

投票日

4月9日

## 小山市議会議員選挙

令和5年

投票日

4月23日

投票に行きましょう



随想

## 足利ウォーキング

大聖寺城南クラブ 岡田裕子

大聖寺自治会の老人会(私はこの呼び名がきらいですが)は城南クラブという名称でいろいろな活動をしています。会長の江原さんがお骨折りくださり、月に1回ウォーキングも実施しています。

夏場の暑いときはお休みですが、城南地区の近辺だったり、島田橋まで歩いて、天翁院から思川沿いを歩いたりしています。年に何回かは電車で遠出もします。小金井駅で下車、尼寺や大沼へも行きました。私が参加するようになってからはまだ数年です。皆さんペースはゆっくりですが感心する程よく歩きます。

12月は足利まで行きました。ゆめまちから「おーバス」で駅まで、両毛線で足利へ。普段は県内はだいたい車を使ってしまいますが車窓もなかなか良いものです。

まずは日本最古の学校「史跡足利学校」へ約5,000坪の敷地に江戸時代からの建築物が残されています。「学校門」をくぐると左手に「足利学校遺蹟図書館」があり地方の名所などが細部にわたる絵でしるされています。正面には立派な茅葺き屋根の校舎、煮炊きのできる建物など、印象としてお金持ちの子弟でないといれない学校かと思いま

たら学費を払ったという記録はなく逆に学校側が食事と宿舎を提供していたようです。自学自習が基本で長い人で10年、短い人では1日の在学だったと、なんと自由だったのでしよう。

ウォーキングクラブの一団がいたのでお話ししてみたら、小山からの団体でした。少し話はずみませんでした。風情豊かな石畳を歩き、鯉が泳ぐお堀をのぞきながら次は「鏗阿寺」へ。本堂前の大いちょうは残念ながら葉は全部落ちていましたが黄色く色づいた時期は、さぞや見事だったでしょう。石畳の路地ではアツアツの玉こんにやくを分けっこしたり足利しゅうまいとかを立ち喰いしたりしました。

さて、お昼の時間です。私は「相田みつ」が通ったというお蕎麦屋さんを提案、ソースカツ丼の提案もあり多数決でソースカツ丼になりました。お目当てのお店は行ってみたらお休みで、別のお店を探すのに時間がかかりお腹はペコペコに、ありつけたソースカツ丼は美味しかったです。

「大平記館」では見るところは無く、足利のお土産がズラリと並んでいます。でも私達にとって足利といえば「古印最中」が浮かびます。香雲堂本店まで



もうひと歩き。万歩計はすでに一万歩を超えていました。お土産も決まり荷物は重みを増し、順調に駅に戻りましたが、なんと両毛線は1時間に1本です。ちょうど発車する電車を「ああ行っちゃった。」と見送り駅で1時間待ちになりました。駅舎の中には待ち合い所のような所があり暖房もきいています。テレビではドローンで撮影した足利の名所が紹介されています。椅子とテーブルも備えてあり、さっき買ったばかりの古印最中でおやつの時間となりました。

朝8時40分に集合して戻ったのは午後4時過ぎ、私は自宅から駅までの往復も歩いたので歩数は二万歩になりました。

最高気温は10度に届かない寒い一日でしたが皆とおしゃべりしながら歩けば寒さも忘れて、楽しい一日でした。

私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--



# 会員文芸

## 俳句

下国府塚老人クラブ 小林 申忠  
——春浅し——

軒先へ来て覗きゐる寒雀  
ストープにかざす手の皸山のごと  
飲み込むに大きなちから草の餅  
竹の子の山ひとくくり竹の柵  
踏青やシユシユポボと行く老夫婦

楓山もみじ会 幸田慶三郎

病院を出て春光の土柔し  
ちぎり絵に花火打上げ思川  
半身ずつ秋刀魚一尾の昼餉かな  
百歳を迎える母へ菊枕  
公園の落葉とダンス竹箒

## 川柳

東出井いきいき会 諏訪さく子

見つけたよガラクタ市でこの人を  
無様でもうまい新鮮泥野菜  
ピン札に折り目つけたらとびだした  
いい湯だな入浴剤で旅気分  
この人と合縁奇縁腐れ縁

## 短歌

若木町寿会 田村竹次郎  
庭先の椿のつぼみ色づきて  
寒さ増す日々紅色増しゆく  
長生きをせよと励ます友のいる  
そう言う友も一つ上なり  
寒さにも耐えて育つや植樹の桜  
春にかれんな花を見せると  
一人減り二人減りたる老人会  
コロナの猛威終りを知らず  
よし行くぞ力を入れて打つボール  
狙はずれてあれO・Bだ

大聖寺城南クラブ 河西 栄治

正月の神田囃子の獅子舞を  
中学生が見事に踊る  
コウノトリ舞う遊水地小山市の  
明るい未来のシンボルとなれ  
我が立つ横断歩道で停車せる  
車中の笑顔心安らぐ  
冬日射す居間より眺める庭先に  
菊と山茶花彩り添える  
ゆめまちのラジオ体操教室で  
友とふれあい爽やかな汗

中里友愛会 松本喜久枝

日没の赤い夕日を見つめつつ  
老い行く身には何故か空なし  
どんよりと重たい心見抜かれて  
追いうちかけて小雨降りくる  
日が暮れて誰も帰らず一人居て  
逝きし夫が無性に恋しい  
パートより帰宅せし嫁に家事渡し  
日没間近の野道をあらく  
可も無くても無き日を送りつつ  
去り行く時に悔いのみ残る

土塔二友遊会 高山 菊江

屋根川面ビニールハウスの乱反射  
春の光はルンルン踊る  
照り映えてイチヨウ散り敷き我身にも  
黄金の衣纏えることし  
目路の果て雪の野面にポンプ小屋  
夏の陽照りの守役たらんと  
看取り終え疲労残れる澱のごと  
菊花彩なす初霜の朝  
大寒の月影踏みて家路なる  
鬢をも頬も西風が刺す

## 詩

栗宮第一和楽会 鈴木 昌三

芝生の公園 旗立てて  
仲間と共に  
グラウンドゴルフ  
入った 出た の  
楽しい会話  
家に帰れば 唯一人  
テレビ相手の 泣き笑い  
木枯らし狂う 公園で  
今日も朝から  
グラウンドゴルフ  
健康第一 手足を伸し  
フレイル対策  
これ一番

雨ヶ谷ことぶき会 灰野 智子

(コロナ禍)  
人の世を逃れるように別部屋で  
一人の時を過ごせり  
(我が家の水槽より)  
戸開くる音に集まるグッピーの群れ  
閉めたる音にもまた寄りて来る  
額そろうなかに逆らう一尾のグッピー  
いとしむ心を我がグッピーもつ

(秋)  
なごむ陽に大きく咲ける山茶花を  
語らんとしてはや散りけじむ  
大晦日をとぎれとぎれに聞くテレビ  
はや永平寺の鐘時を告げおり



令和5年2月20日(月)に豊田地区思桜会(板橋誠会長)は豊田公民館にて血流改善教室を開催しました。

花王グループカスタマーマーケティング株式会社の協力の下、当日は30名の定員に対し満員の豊田地区思桜会会員が参加し、血流をよくするための生活習慣や効果的な入浴方法、家庭でもできる蒸気温熱などを学びました。

「あなたの豊かな知恵と経験・元気と若さ」を必要としています。

## あなたも思桜会へ 入会してみませんか?

こんな活動を  
しています



「のぼそう! 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。

### 思桜会会員広報誌「いきいきだより」

年2回発行予定となっております。ぜひ、原稿をお寄せください。

- 単位クラブ活動記、旅の思い出、日々の雑感(随想)、健康に関すること、地域の風物など。※活動記・旅の思い出などは写真があれば一緒にお送りください。  
原稿は、題名・氏名・単位クラブ名・住所・電話番号を明記の上、500字程度でお願いいたします。(住所・電話番号は誌面に載せません)
- 短歌・俳句・川柳も募集しています。お一人様5首または5句まで。どの部門か明記してください。氏

名・単位クラブ名・住所・電話番号も明記してください。(住所・電話番号は誌面に載せません)

- 表紙写真を募集しています。小山市の風景、名所、旧跡、祭り、自然など、なんでも結構です。昔のお写真でも構いません。

宛先  
思桜会  
事務局

〒323-8686

小山市中央町1丁目1番1号

小山市役所 高齢生きがい課

生きがい推進係 までお送りください。

原稿  
募集

### スポンサー各位への御礼

この度は思桜会広報誌『いきいきだより』に広告のご掲載を賜わり、誠にありがとうございました。本誌は来たる超高齢社会に向かって会員の生きがい、健康、教養を高めるとともに会員相互の親睦交流を願って発行しております。以上の趣旨をご理解頂き、何卒末永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

思桜会(小山市老人クラブ連合会)

私たちは思桜会の活動を応援しています

--	--	--