

鹿老連

発行者
鹿沼市老人クラブ連合会
〒322-0043 鹿沼市万町931-1
TEL 0289-65-5191(呼)
鹿沼市総合福祉センター内

編集者
広報部編集委員会

気づき・発想・行動



健康・友愛・奉仕

会報誌「鹿老連」は、創刊以来50有余年の歳月を経て第100号に辿り着きました。遠く、思いを巡らせば、幾多の困難を乗り越えた先人のご努力に、ただただ頭が下がります。

しかし、これは未来に続く通過点に過ぎません。私たちは、新型コロナウイルス感染症やウクライナ戦争、そして少子高齢化など社会の激変を確かに受け止めて、より良い地域社会を作るため、地に足を付けた活動をします。

受けたタスキは、しっかりと次の世代に渡します。



市長表敬訪問 優勝・受賞報告



これからの老人クラブを展望して

鹿沼市老人クラブ連合会 会長 鈴木康子



厚生労働大臣賞受賞

会報誌「鹿老連」は、発行を重ねて100号となりました。

いま立ち止まって鹿老連50余年の長い歴史に思いを馳せると、いろいろな思いが脳裏をよぎり感慨深いものがあります。

昨年度は、会報誌に加えて「出会の扉」を新たに刊行しました。これからはHPやYouTubeなどソーシャルメディアの活用を視野に、視点を変えた取り組みをし

てまいります。

本会は、会報誌100号を区切りとして人生100年時代、「伸ばそう！健康寿命、担おう地域づくり」、この全老連のメインテーマに沿って行政が掲げる「地域共生社会の実現や地域包括ケアシステムの充実」などの施策と整合性をとりながらこれらの課題を具体化する活動に着手します。

老人クラブは、地域に根差した高齢者の自主組織です。これまでに培った知識と経験を活かし、地域の諸団体と手を携えて「生きがいと健康づくり」という老人クラブの事業を通して「地域を豊かにする社会活動」に取り組みます。

本会は、昨年度から「10%会員増強運動」、「生涯会員制度」、「傾

聴」と矢継ぎ早に施策を講じています。

とりわけ、生涯会員制度は鹿老連独自の制度で、県老連でも注目を集める取り組みとなりました。

いまだ成果を得るには至りませんが、少しでも目に見える成果が上がるようにこれらの取り組みを充実していきます。

健康長寿は、高齢者の願いです。鹿老連は、高齢者が地域の掛け替えのない人材として、主導的な役割を担えるよう事業の提案をしてまいります。

最後に、私は、令和3年度から2年に亘り会長を務めてまいりましたが、任期満了に伴い、本年度を限りとして退任することになりました。

後任の役員人選も概ね内定し、理事会に諮る運びとなりました。

喜びは、誰も与えてくれませんが、自ら創り出すものです。自分のために、さあ、一歩前へ…。

微力ではありますが、私なりに全身全霊、全力を尽くして任務にあたりました。

過ぎるところ、至らぬところ、不手際はご容赦ください。

退任するにあたり、お支えいただきました役員はじめ、会員皆様に衷心より感謝申し上げます。健やかな日々をお過ごしください。



演壇に立つ鈴木会長

鹿老連100号発行に寄って
鹿老連 顧問 小島正男



昭和40年(1965)に
本会が創立
され、58年を
迎えました。

歴代会長をはじめ、関係役員のご努力により会報誌「鹿老連」が連綿と今日までつづき、100号の記念すべき発行となったことは、誠に喜ばしく思います。
鹿老連が歩んできた苦楽の足跡が本誌に刻まれていると思うと感無量です。
鹿老連は、先人の残した意義ある事業を礎に、新しい時代に相応しい事業を次々に展開し、コロナ禍でも弛むことなく活動を続けてきました。

不断の努力に衷心より称賛を贈る次第です。

昨今、日本では少子化に伴う人口減少と高齢化が問題となっております

特に、高齢者を取り巻く環境は厳しく、高齢者だけの世帯、単身高齢者世帯が急増しています。地域社会の繋がりも希薄となり、孤立が目立つようになりました。

だからこそ、官民一体の対策が不可欠となります。

老人クラブは、これまで培った運動の成果を承継し、「全国三大運動」に取り組むことで、「つながり」を生かした「互いに支え合い、安心して住めるまち」づくりに貢献できるのではないのでしょうか。
これからも活動の軌跡を刻みつつ、「鹿老連」が益々発展していくことを心より祈念いたします。

鹿老連100号発行に寄って
鹿老連 元会長 高山輝雄



この度は、会報誌『鹿老連』100号の発行、誠にめでとうございませす。

私は、平成22年度から5年間鹿老連の会長を務めさせていただきました。100号という長い歴史の中ではほんの数回ですが、会報誌『鹿老連』の発行に携われたことを嬉しく、また誇りに感じております。
当時は、超高齢社会の到来と言

われながら会員数の減少に歯止めがかからず、いかに魅力的な組織にするかが課題でした。役員をはじめ、単体クラブの皆さんにご協力をいただき、年に1度開催される鹿沼市の高齢者フェスティバルを盛り上げるために、また各種スポーツ競技の振興に努めました。

現在、私は齢を重ねて91歳になりました。高齢者が健康寿命を延ばすためには……と、日々考えて物作りやウォーキングなど自分の得意なことに取り組んでいます。意欲を充実させることの大切さを痛感し、実践に努めています。

最後に、鹿老連の益々のご発展をお祈り申し上げ、お祝いとさせていただきます。



明日へ

「かたい一念」と「たゆまぬ努力」が、豊かな明日を拓きます。
自分のために、明日へ……

総務部

部長 武藤 義夫



この一年を顧みて

新型コロナウイルス感染症は時化^{しげ}した海の寄せては返す荒波のように、5波、6波、7波と変異を繰り返^{おそ}し襲^{おそ}つて来ます。

しかし、「禍福は糾^{あざな}える縄の如し」と言います。コロナ禍という寒い冬を耐え忍べば、必ず暖かな春が訪れることでしょう。きつと今は耐える時かも知れません。

この困難な環境の下、苦言もなぐ一丸となつて運営に携わる各部会関係者にただただ敬服しています。

10月21日、事務員の訃報に接し、哀惜の念と共に事務処理の遅滞を懸念しましたが、事務経験を持つ

鈴木会長が滞ることなく急場を凌^{しの}ぎ、平常に戻しました。

11月2日、コロナ禍により中断していた「鹿沼市高齢者フェスティバルと作品展示会」を3年ぶりに執り行うことができました。感染予防のため来場者や演目などの削減策を講じましたが、来賓や県老連会長などからは「見事な出来栄え」と称賛を得ました。これも偏に会場設営など特段のご尽力をされた総務部員のご努力のお蔭と感謝しています。

11月4日、天皇皇后両陛下のご臨席を仰ぎ、両国国技館において全国老人クラブ大会が開催されました。席上、長年の功績により鈴木康子鹿老連会長に厚生労働大臣賞が授与されました。本会の誇りであり、慶賀に堪えません。

最後に、総務部は、毎年10月を「10%会員増強運動」の強化月間と定め、会員と生涯会員の増強に取り組んでいます。会員皆様一人ひとりの取り組みが成果に結びつきます。ご理解とご協力をお願いいたします。

健康増進部

部長 原野 勇



この一年を振り返って

いまだコロナ感染症は終息に至っていません。しかし、健康増進部の事業は、屋外での競技が主です。ので感染症の懸念もやや緩和され、昨年同様全競技を実施することができました。

年度初めは、5月の交通安全グランドゴルフ大会でした。当日は五月晴れに恵まれ、穏やかな環境の下で多数の来賓を迎え、運営に携わった部員各位のご努力により滞ることなく盛会裏に終了しました。

7月、今年度は県大会が実施されることになり、予選会を兼ねて新スポーツ大会を開催しました。

ペタンク、グラウンドゴルフ、輪投げの3種目が実施され、競技の結果、ペタンクが栗野地区、グラウンドゴルフは北押原地区、輪投げは、北大飼地区を含む3チームが出場権を獲得しました。

県大会に出場した輪投げの北大飼地区「つた未来塾Aチーム」は、ダントツのハイスコアで優勝しました。同時に来年度の県大会シード権(出場権)を獲得しました。

秋のスポーツ大会は、10月25日、黒川河川敷運動公園でグラウンドゴルフ大会を、11月2日、出会の森で輪投げ大会を開催しました。今年度は、競技終了後、お楽しみ抽選会を取り入れた結果、盛会裏に閉会することができました。

11月30日、まだ紅葉の残る鹿沼72カントリークラブで第1回ゴルフ大会を開催しました。次の世代を見据えた取り組みですが、70名余の方が参加し、盛大に開催できました。

北押原地区の皆様には、一方ならぬお力添えをいただき誠に有り

難うございました。あらためて感謝申し上げます。

最後に、健康増進部員の真摯なご努力にお礼と感謝を申し上げます。ありがとうございます。

創作部

部長 渡邊 雅紀



加入拡大に向けた一考察

(減少する老人クラブの加入会員)

近年の老人クラブ活動における最大の課題は、クラブ数と加入人員数の減少にあります。会員減少

の最も大きな理由は、新規会員加入率の低さです。その結果、クラブ会員組織自体が高齢化し、若手への事業運営の移行がスムーズに進まず、クラブ自体の継続が困難となるといった悪循環を生みだしています。

新規会員獲得がうまくいかない理由の一つに考えられるのが、新しい高齢者ニーズとのミスマッチです。現在の活動の多くは、ゲートボール、グラウンドゴルフ、囲碁将棋や健康体操といった現在の中心メンバー70代後半世代のニーズにマッチした活動が中心です。

また、団塊の世代に象徴される戦後生まれの世代にとっては、「老人クラブ」という名称自体からして、自分自身が参加すべきサークルとして共感されていない可能性が高いといえます。老人クラブという名称の持つネガティブなイメージは早々に払拭していく必要があるのではないのでしょうか。

(地域コミュニティにおける老人クラブの重要性)

言われて久しい2025年問題

もあと2年と迫り、高齢化がますます進む中で、老人クラブの活動は、地域コミュニティを維持するうえで極めて重要な存在になります。しかし今後、持続可能に活動を継続していくためには、今までのやり方に一定の見直しが必要であることも事実です。今、老人クラブが地域コミュニティにおいて果たすべき役割は、昭和38年制定の「老人福祉法」的根拠に頼らず、社会的な合意形成を図っていくタイミングにあるのではないのでしょうか。

体力的にも元気で働いている団塊の世代に、彼らが地域コミュニティ活動に参加してもらえらるために、どのようなアプローチが必要か考えていくことが大切でしょう。現役時代に得たノウハウや知識を地域コミュニティに還元するといったアプローチもその一つかもしれません。

今後、自治会やNPO、さらにボランティアなどに代表される地域での市民セクター(第3セクター)が果たす役割は、益々大きく

なってくるはずですが。老人クラブも超高齢化社会における地域課題を解決する第3セクターとして、果たす役割はさらに重要になってくるに違いありません。

女性部

部長 福田 チア子



日帰り旅行などの企画を

行動制限も徐々に緩和され、平穏な日々を取り戻しつつあります。とはいえ、コロナ感染症による高齢者の重症化率は高く、命に関わることでですから注意を怠ってはいけません。

7月19日、出合いの森運動公園でレディースグラウンドゴルフ大会を開催しました。72名の会員が参加して和気あいあいと、賑やか

に実施することができました。試合後のお楽しみ抽選会も盛り上がりを見せ、生気を養う一日となりました。

10月13日、恒例の鹿老連レディース輪投げ大会を出会いの森ゲートボール場で実施しました。90名の会員が参加し、試合後の抽選会では、何が当たるか、読み上げられる抽選番号に耳を傾けながら楽しいひと時を過ごしました。

11月2日、中断していた「鹿沼市高齢者フェスティバルと作品展示会」が3年ぶりに開催され、少しずつ平常に戻りつつあることを実感しています。女性部は、佐藤市長が歌う「ぶつつけ秋まつり」に合わせた舞踊とパドル体操「東京スカイツリー」を披露しました。

これからは、感染対策を講じて日帰り旅行などを企画できればと思っています。女性部会の活動を少しずつ活発化してまいります。



広報部

部長 寺崎 尚美



行動、そして自分を磨く

かつて、陽明学者であり、思想家であった安岡正篤は、「知識・見識・胆識」という言葉を残しています。知識は理解と記憶力、見識は知識に基づく判断力、胆識は肝っ玉を据えた実行力、胆識がなければ知識も見識もなんの役にも立たないと説いています。

感化触発されたわけではありませんが、私も「気づき、発想(具体化)、行動は三位一体」と考えています。行動しなければ、どんなに素晴らしい知恵や知識も役に立ちません。失敗を恐れず行動することが大切だと考えます。実際に、良かれと思って行動し

ても躓き、転び、失敗します。その結果お叱りをいただきます。お叱りを受ければ一刻は気落ちしますが、このお叱りこそが「成功の元」、飛躍の礎になります。

【あなたへ】

一歩前へ踏み出すことは、あなたを変えるチャンスです。小さな子供のように興味津々、何にでもチャレンジしてください。躓いて

地区だより

絆を深めた輪投げ大会

北部地区

北部地区 二気会 寺内 光子

11月8日(火)、澄み渡った青空の下で北老連4クラブ合同の輪投げ大会を行いました。

会場では、参加者全員が名札のバッチを胸に付けました。お蔭で交流がとてもしやすかったです。同じ世代に生きて来たという仲間意識もあり、順番待ちの間、昔話に花が咲き、とても懐かしく

転んだら、そこで考えればいいんです。必ず、新たな知恵が浮かびます。常識だの、礼儀だの、失礼だのと他人の眼に囚われてはいけません。自分の進む道は、自分で切り拓かなければならないのです。

立派なことを言っていますが、実は自分に言い聞かせているのです。

楽しい時間を過ごすことができました。

輪投げ会場の十二社神社境内には、ご神木の大銀杏が生い茂っています。その大木の周りに椅子を並べて輪投げを応援したり、おしゃべりをしたりする参加者皆様の明るく元気な姿に感動しました。参加賞のティッシュペーパーや



賞品のトイレットペーパーを両手にぶら下げて帰路につく皆さんの後ろ姿には、臍^{おぼり}気ながら満足に満ちたものが感じられ、"ほっと"胸を撫で下ろしてました。

この大会の企画と進行にお骨折りをくださった浅見会長には、紙面を借りてお礼と感謝を申し上げます。

ありがとうございました。

東部地区連絡協議会は、上野町、府中町、貝島町の3地区で構成されています。会員数は、合わせて52名です。

コロナ禍によって様々な団体の行事や催し物が開催されず、残念です。やっと鹿沼市高齢者フェスティバルが開催されましたことに感謝しております。短い期間で一



東部地区

触れ合う喜びに感謝して

東部地区 広報部 青木幸子

生懸命汗を流し、声を出し、笑い、一つの行事を成し遂げた喜びは格別でした。皆さん生き生きとした笑顔で美しく見えました。

お蔭さまで反省会、そして忘年会へと続き、久しぶりに楽しい一日を過ごしました。喜びは格別ですね!!

人と触れ合うこと、人と喜びを分かち合うこと、人と接すること

北犬飼地区

「絆を養う」奉仕活動

北犬飼地区 つだ未来塾 寺崎 尚美

つだ未来塾は、昨年から津田地区3自治会(深津・白桑田・松原)の協力を得て、松原シニア会、半田良平(歌人)顕彰会と協力して地域の中核施設「津田小学校」の奉仕作業を実施しています。

当初は、コロナ禍の中で制約を受け、コロナフレイルに陥りやすい高齢者をいかに救うか、交流の

は心が高揚して命の洗濯になりませう。寿命がちよつと延びたような気がします。

鹿老連の基本姿勢である三位一体の精神を念頭において頑張っていると思えます。

- ・人は魅力のあるところに集まる。
- ・人は自分のためになるところに集まる。

鹿老連の皆様が元気で長生きできますことを念じつつ、これからも頑張っていきたいと思えます。

場をいかに作るか、何かいい方法はないかと苦慮していました。

そんなとき、ふと目に留まったのが小学校の生き垣でした。つる草が生い茂り、荒れた状態になっていました。すぐにこれだと気づき、小学校の環境整備を校長に申し出たところ、学校側も「渡りに船」と快く承知、実施の運びとな



りました。

熟議を経て次のような方針を立て、奉仕作業を実施しました。

1. 自治会の協力の下、3自治会

全域に回覧で協力をお願いする。

2. 奉仕活動を通して「地域の絆づくり」を老人クラブが主導する。

3. PTAや育成会には、参加を求めない。

4. 地元の植木職人に別途協力を依頼する。

結果、57名の参加申し込みがあり、当日は、校長や交通整理の警察官を含めて総勢63名に達しました。これを機に老人クラブ「つだ未来塾と松原シニア会」は、地域を主導して「地域の絆づくり」に取り組んでいきます。

北押原地区

ゴルフ大会を開催して

北押原地区老人クラブ連絡協議会 副会長 斎藤 幸作

北押原地区老人クラブは、つじの花が咲き、藤の花が咲き、躍動する春爛漫の昨年4月28日、穏やかな日差しを受けて、新緑に包まれた鹿沼72カントリークラブで「第1回ゴルフ大会」を開催しました。

これまでグラウンドゴルフや輪投げなど様々な事業や催しを行いました。ゴルフは初めての試みでした。17名もの会員に参加をいただき、賑やかに実施することができました。久しぶりにゴルフをする方もい



ましたが、優勝した芝崎實さんはイン49、アウト45、計94のハイスコアを記録しました。ケガ人もな

西大芦地区

入会をお願いして気付いたこと

西大芦老人クラブ 会長 福田 勝枝

西大芦老人クラブは、鹿沼市内から古峯神社に向かって西に9kmほど進んだ地域です。コミセンに事務局を置き、現在3単位クラブ42名で構成されています。会員の年齢は、74歳を年少に、90歳が最高齢です。老人クラブに

く和気あいあい、大盛況のうちに終わることができました。今回のゴルフ大会を契機として新しく会員になられた方もいます。これからは高齢者が地域を担う時代です。次の時代を担う若い人たちが楽しめるスポーツとしてゴルフを取り入れました。ゴルフ大会を通して少しでも会員増強に繋がることを願っています。コロナ禍ではありませんが、これからも様々な事業や催しを行い、老人クラブを楽しみにしていただけるよう盛り上げていければと思います。



を巡らしています。ある未加入の方に聞いてみると、「近所に入っている人が誰もいないから」、「組織に縛られたくないから」などが理由のようです。多様な理由はありますが、一人でも加入していただけるようこれを乗り越える工夫づくりをしていきたいと思えます。

当地域にいち早く「ほっとホー

本会は設立56年目を迎えました。会員は年々減り続け現在25名です。平均年齢も80歳となりました。総会で承認された諸々の事業計画も参加者が少なく、楽しさ半減で盛り上がりません。何か良い方法がありましたら、是非とも、教えます。それでは、恥の上塗りを覚悟して本会の現状の一端をご紹介します。ちよつぱり誇れる強い点は、安定した財源の捻出ができています。以前から市の「資源ごみ回収団体」として月2回の回収

ム」が開設されたのは、「鹿沼市で一番高齢化が進んでいる地域」だからだそうです。2025年には全国で70万人土30万人の方が認知症を患うと言われています。これに認知症予備軍を加えると膨大

粟野地区

コロナ禍・活動低迷
打開策暗中模索の日々

粟野地区 なか町八千代会 小曾戸 廣

な数となります。皆さんと集まり、おしゃべりをするのが認知症予防に繋がると言います。こんな事を思いながら皆さんに入会をお勧めしています。

作業を実施しています。町内の皆さんのご協力とご支援により一定の活動資金(雑収入)が確保できていることです。弱点は、高齢者共有の現象で致し方ありませんが、体を動かさないことです。特に屋外での運動嫌いは顕著です。各種競技会への参加は皆無です。それを補うべく、ダーツ、剣玉、輪投げ、体操等軽い運動を始めているところです。剣玉やダーツに取り組む会員の姿は、真剣そのものです。適度な緊張と練習後の笑顔は、心を刺激し、リフレッシュ(気分一新)できます。



健康剣玉の練習に励む会員 (於なか町公民館)



町内のお稲荷様境内の除草作業 (毎年定期的実施)



秋のスポーツ大会／グラウンドゴルフ入賞者



秋のスポーツ大会／グラウンドゴルフ入賞者



傾聴講演会／黒川 貢先生



第1回ゴルフ大会／入賞者



秋のスポーツ大会／グラウンドゴルフ



作品展示会／工芸(竹籠)

1年度 鹿沼市高齢者フェスティバル
4回 鹿沼市老人クラブ



鹿沼市高齢者フェスティバル／表彰式



レディース輪投げ大会／出合いの森



レディース輪投げ大会／出合いの森



広報部は、熟慮を重ねて会報誌100号を記念号として刊行しました。事務局不在のため十分な資料を収集することができず、当初予定していた年譜、「鹿老連58年の歩み」などを挿入することが叶いませんでした。それでも記念号としての体裁をそれなりに整えることができましたと、部員一同、「ほっと」しています。

素人集団ですが、なお一層研鑽を重ね、より良い会報誌をお届けできるよう努めます。

記念号刊行 広報部員一同

この本は、鹿沼市の図書館にあります。もう一度、少年少女に戻り、心の洗濯をしてはいかがでしょうか。ぜひお読みください。

その晩、帰宅してデラの短くなった髪の毛を見たジムは呆然とする。一方、ジムは自慢の金時計を売って、デラのために櫛のセットをプレゼントに買っていた。互いに大切なものを捧げあったという結末が、読む人の心に感動を与えます。



「賢者の贈りもの」
オー・ヘンリー 著

書籍紹介 ● 広報部



俳句

歩数計明細だこれ遠回り
換えてみる好喜考励映えるかな

東部台 東町あづま会

松永 教江

すすき供え夫の笑顔の遺影かな

北部地区 元気会

寺内 光子

短歌

ありのまま素直な心で歌を詠む

師の教えなり死を懐かしむ

北部地区 元気会

寺内 光子

フエステイバル踊る姿と作品展

老人クラブの楽しき集い

栗野福徳会

鈴木 清樹

川柳

我も古希杜甫が向こうで苦笑い

物価高止められるのはプーチンか

生きる欲先ずは鍛える足と腰

百歳で歛を片手に己れの夢

北押原地区 下奈良部スポーツクラブ

小野口 博

詩

寒い朝

寒い朝です

東部台 東町あづま会

神山 トヨ

布団の中にいます

起きても仕方ないんです

この年では働くところもないんです

昨日より寒い朝です

布団の中にいます

浮世の馬鹿は起きて働けなんて

自分を笑った昔もあったのに

今朝は飛び起きました

明け方夢を見ました

弱りながら百歳まで生きてる夢です

ラジオ体操をしようと思っただけです

鹿沼の歴史ごぼれ話 第4回

鹿沼史談会 福田 純一

御所の森と日光

日光には、今年のNHK大河ドラマの主役徳川家康が「東照大権現」としてまつられています。もともと日光は、奈良時代に勝道上人が開山して以降、山岳信仰の聖地として発展してきました。

日光の祭神は男体山・太郎山・女峰山の三山で、それぞれ大己貴命・千手観音、味相高彦根命・馬頭観音、田心姫命・阿弥陀如来の神仏が対応しています。

さて、北小学校の裏庭に「御所の森」という史跡があるのをご存じでしょうか？一段高くなった壇の上に、三つの石祠が鎮座している場所で、まつられている神は日光と同じです。鎌倉時代には日光の高僧弁覺がここで亡くなったとの伝承もあり、古くから日光に関係する聖地であったと思われる。

戦国時代の鹿沼城主壬生綱房は、天文三年（一五三四）に御所の森から祭神を移し、

今宮権現を

創建したと

伝えられて

います。日

光の祭神は、

御所の森を

經由して今

宮神社に受

け継がれて

いることにな

ります。



編集後記

見る力「視点・視野・視座」

私たちは、物を見るとき、自分の知識や経験に基づいて判断しています。ですから十人十色といわれるように多様な物の見方が生まれます。一つの新聞記事を見てもその人によって捉え方が異なります。

どこにフォーカス、視点を置くか、どのような視野で物を見ているか、どのような視座で物を見るか、私たちは、無意識に自分の偏った知識や経験に基づいて判断しています。

視野は、左右の幅だけでなく前後、すなわち時間軸、過去・現在・未来があり、視座には高低、カエルの眼「蛙瞰」や鳥の眼「鳥瞰」、また人の眼「水平」など角度があります。

いろいろな「視点・視野・視座」を駆使して考えると新しい発見があります。

特に視野は、年齢と共に狭くなります。

機能的にもそうですが、何よりも考え方に柔軟性がなくなることです。意識して学び、注意しなければなりません。

とにかく令和5年の新年を境に、躰き覚悟で一歩前へ。何はともあれ幅広い知識を得るために、文字活字に触れること、新聞を読もう、読書しよう、そして活力を得るために他人と交わることにしよう。

皆さん、一歩前へ踏み出す決意をしてください。

(広報部 寺崎尚美)