

# いきいきだより 第19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

## 思桜会の活動



輪投げ大会



ペタンク・グラウンドゴルフ大会



思桜会大会



スポーツ大会

私たちは思桜会の活動を応援しています

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|



# 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、令和5年5月8日から新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが、季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行いたしました。このことに伴い、今年度思桜会では従来通りの活動を展開してまいりました。具体的には輪投げ大会やペタンク・グラウンドゴルフ大会など、4年ぶりの大会を開催することができ、参加された方々からは大変楽しかったとの感想をいただき、会員相互の交流を図ることができた実感しております。下半期の思桜会事業についても、新型コロナや季節性インフルエンザ等の感染対策に十分配慮したうえで、コロナ禍で培った経験をもとに、皆様よりご意見をいただきながら、さまざまな事業を実施していきたいと考えております。

現在小山市のみならず、全国の老人クラブでは「会員の減少」、「役員のなり手不足」、「若手会員の加入促進」、「魅力あるクラブづくり」など大きな課題を抱えております。思桜会では8月を会員加入増加月間と定め、市内自治会に対し、「老人クラブ結成」、「未結成自治会の支援」依頼通知とともに、老人クラブ関係資料を送付し、老人クラブの周知を図りました。今後も行政や自治会、育成会など関係団体等との連携を深め、課題の解決に向けて邁進してまいりますので、会員の皆様には、引き続きご支援・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して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

思桜会会員広報誌「いきいきだより」第19号の発行、誠におめでとうございます。

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。また、日頃より小山市政に温かいご支援とご協力をいただいていることに対し深く感謝申し上げます。

さて、思桜会の活動につきましては、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、5類感染症に移行になったことなどに伴い、輪投げ大会やペタンク・グラウンドゴルフ大会が4年ぶりに開催になったと伺っております。会員の皆様におかれましては、日頃の練習の成果を存分に発揮し、会員相互の親睦を図ることができ、大変お喜びのことと存じます。小山市におきましても、4年ぶりに「おやまサマーフェスティバル」を開催し、市内外から沢山のお客様に会場いただきました。翌日に実施した、清掃活動「クリーン作戦」では思桜会の皆様にもご協力いただき、市内の環境美化にお力添えいただきましたこと、心より感謝申し上げます。

思桜会は、誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現に向けて重要な役割を担っていると実感しております。会員の皆様にはクラブ活動や奉仕活動などを通して、心身ともに健康な毎日をお過ごしいただき、地域共生社会の担い手として小山市の発展にご尽力くださいますようお願い申し上げます。

結びに、思桜会会員の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36回輪投げ大会

開催日：6月13日(火) 会場：小山市立体育館



女性も男性も楽しくプレーできました

## 結果

### 団体

|     |          |        |      |
|-----|----------|--------|------|
| 優勝  | 横倉長寿会    | (大谷地区) | 876点 |
| 準優勝 | 花垣町ひまわり会 | (小山地区) | 859点 |
| 第3位 | 横倉新田長寿会  | (大谷地区) | 795点 |

### 個人

敬称略

|     |                  |      |
|-----|------------------|------|
| 優勝  | 酒巻 朗(長者町みどり会)    | 226点 |
| 準優勝 | 塩田 忠男(大川島うずまクラブ) | 205点 |
| 第3位 | 伊藤フヂヨ(横倉新田長寿会)   | 203点 |



皆さん投げ方もそれぞれ!



遠くの輪投げ台目がけて、好投!



入賞おめでとうございます!

私たちは思桜会の活動を応援しています

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

# 第25回ペタンク・グラウンドゴルフ大会



好天の下、ナイスショット!

開催日：7月6日(木) 会場：小山総合公園

## ペタンク結果

### 団体

- 優勝 扶桑市営桑の実クラブ
- 準優勝 向野フェニックスクラブ
- 第3位 迫田まだまだ会



ピュット(的)を  
よく狙って...



巧妙な戦略・戦術も重要なスポーツ!!

## グラウンドゴルフ結果

### 団体

- 優勝 横倉新田長寿会 390打
- 準優勝 犬塚長寿会 393打
- 第3位 間中さくらクラブ 397打

### 個人

- 敬称略
- 優勝 小口 キミ(絹地区老人クラブ) 54打
- 準優勝 大門 靖子(横倉新田長寿会) 54打
- 第3位 高岩 清(間中さくらクラブ) 56打



目指せ、ホールインワン!!



私たちは思桜会の活動を応援しています

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

# 第44回 思桜会スポーツ大会



開催日：9月19日(火) 午前の部：10:00～12:00 午後の部：13:00～15:00

会場：小山ゴールドレーン



怪我のないよう、準備運動もしっかり！



腰と膝を使う運動は健康維持につながります！



ナイスSPARE&STRIKE!!



お互いを称え合って、  
他クラブの方々とも楽しく交流しました！

| 午前の部 (10:00～12:00) |       |     |           |
|--------------------|-------|-----|-----------|
| 順位                 | 氏名    | スコア | クラブ名      |
| 1                  | 松沼 呈一 | 300 | 小薬いきいきクラブ |
| 2                  | 藤見 芳久 | 291 | 上町喜楽会     |
| 3                  | 中島 金二 | 281 | 小薬いきいきクラブ |
| 4                  | 小野寺三男 | 267 | 外城鷺寿会     |
| 5                  | 水越 敏志 | 265 | 末広クラブ     |
| 6                  | 郡司 実  | 265 | 通宿東悠寿会    |
| 7                  | 羽石 英雄 | 254 | 元気アップクラブ  |
| 8                  | 谷仲 敏秀 | 254 | 上町喜楽会     |
| 9                  | 大橋 文男 | 249 | 鹿向楽遊会     |
| 10                 | 角田 智子 | 247 | 小薬いきいきクラブ |

| 午後の部 (13:00～15:00) |       |     |         |
|--------------------|-------|-----|---------|
| 順位                 | 氏名    | スコア | クラブ名    |
| 1                  | 鈴木 正明 | 313 | 乙女下町長寿会 |
| 2                  | 成田 壽  | 309 | 下中寿クラブ  |
| 3                  | 滝沢 寿平 | 299 | 横倉長寿会   |
| 4                  | 須賀 敏夫 | 287 | ほっとクラブ  |
| 5                  | 倉持 守利 | 282 | 南和泉楽笑会  |
| 6                  | 稲垣アキ子 | 272 | 寒川悠遊会   |
| 7                  | 工藤 光義 | 268 | 横倉長寿会   |
| 8                  | 山中 静江 | 257 | 東黒田松寿会  |
| 9                  | 石川 啓之 | 254 | 中里友愛会   |
| 10                 | 永井 清  | 254 | 一丁目鶴寿会  |

※同スコアは1・2ゲームの差が少ない方が上の順位です。※スコアは2ゲームの合計です。

私たちは思桜会の活動を応援しています

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

# 第13回 思桜会大会

開催日：10月5日(木)

会場：小山市立文化センター

参加者：約550名



## 第1部 式典



中河原老人クラブ  
落合 フミ様



乙女下町長寿会  
大内 光子様



大本南老人クラブ  
和賀井 光子様



元気アップクラブ  
岡田 覚子様

## 第2部 サークル活動発表



横倉新田長寿会  
(認知症介護予防あじさい会)



横倉長寿会  
(横倉長寿会女子会)



中河原老人クラブ  
(音つむぎ合唱団『つむぎ娘』)

## 第3部 講演

【テーマ】「民謡の心をたずねて 美しき故郷を思う(民謡)」

【講師】原田 直之氏(民謡歌手「民謡名人位」)



私たちは思桜会の活動を応援しています

# 令和5年度関東甲信越静ブロック 老人クラブリーダー研修会に参加して

## サブテーマ

～のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを！～

西黒田下百生会 会長 福地 富雄

上記の研修会が令和5年6月20日(火)～21日(水)にかけて新潟市「新潟東映ホテル」を会場として開かれました。地元の新潟県を含め17の市・県の団体、クラブの役員192名が参加し盛大に開催されました。

開会式の後、「老人クラブの現状と課題」という基調報告があり、コロナウイルスの感染による各団体の事業計画の自粛や中止を余儀なくされ、その間に高齢者の退会、若手の新規加入者がなく、令和3年から4年にかけて全国的に見てクラブ数では3,700クラブ、会員数では325,000人の減となり、これを防止するために今後の取り組みとして

○役割分担による組織運営(会長、役員負担軽減)

○不測の事態への備え

(会長代行、筆頭副会長の取り決め、他)

○町内会、他世代との交流、協調

○新たな活動メニューの取り組み

に力を入れていくことが大切と結ばれました。

基調報告のあと、各地区のリーダーが事業報告としてパネルディスカッションを行い、新潟市南区の代表が自身の農村地域のクラブの現状を話し、いきいきサロンを「お茶の間」と名を変え健康指導、園児・児童・保護者との交流、笑いヨガ、ゲーム、民謡、日帰り旅行等の計画をカレンダー式にし地域内の全世帯に配布して三世代間の交流を積極的に行い、老人会の存在、意義を高めているそうです。

また、千葉県浦安市の連合会ではスマホを取り入れ「会員間の連絡・見守り隊活動・ヘルスケア」に重点を置き、初心者でも使えるように「はい」と「いいえ」で返信できるようにしている。一人暮らしの人からの返信がない時は自宅訪問して安否確認の見守り隊活動にも役立っている。

またゲーム機を使った、eスポーツの中から「太鼓の達人」や「スポーツカーレース」を取り入れ反射、瞬発力、指先を使った運動思考力の養成と何よりも小・中学生と保護者を指導者として迎え、世代間の交流ができたことが大きな前進だったと、発表がありました。

それぞれのクラブが知恵を出し合い努力していることを知り、見習う点が数多くあることを知らされました。

2日目には、地元会員たちによる手作りの道具を使ってリズム、テンポ、運動力を養う「銭太鼓」の見事な演奏やレクダンス、民謡、民舞と地元の芸能が数多く発表され楽しいひと時でした。

最後に次回の開催県、山梨県への引継ぎがあり「おいしい食べ物とうまい酒をたっぷり用意して待ってます」と元氣な山梨県老連会長の宣言に会場は大いに沸きました。

2日間にわたり有意義な時間を過ごさせていただき大変ありがとうございました。



私たちは思桜会の活動を応援しています

# 第26回栃木県老人クラブ サークル活動発表大会

開催日：8月8日(火)

会場：宇都宮市文化会館小ホール

12市町225名が出演し、合唱やダンスなどを披露しました。

小山市からは「横倉新田長寿会認知症介護予防あじさい(横倉新田長寿会)」と「横倉長寿会女子会(横倉長寿会)」の2組が出演し華麗な舞や元気や小山音頭で会場を沸かせました。



横倉新田長寿会「新舞踊」



横倉長寿会「小山音頭」

## 第37回県老連作品展示会

開催日：8月8日(火)～10日(木)

会場：宇都宮市文化会館

22市町から力作揃いの198作品が展示されました。小山市からは昨年12月に実施された思桜会会員作品展示会において金賞を受賞した15作品が展示され、10日までの3日間来場された方を楽しませました。



同日開催された「会員作品展示会」

## 第29回栃木県民福祉のつどい

開催日：8月29日(火)

会場：とちぎ福祉プラザ

8月29日(火)、県の社会福祉の発展に功績のあった福祉関係者を表彰し、参加者自らが活動への意欲をより高める機会とするため、第29回栃木県民福祉のつどいがとちぎ福祉プラザ多目的ホールで開催されました。小山市からは穂積地区の下国府塚老人クラブが表彰され、茂呂会長が出席されました。

当日は県内の福祉関係者の表彰の他、県民福祉宣言の採択が行われました。また、会場ロビーではナイスハートバザールが開催され、多彩な商品やマッサージ店などが出店されていました。



私たちは思桜会の活動を応援しています

## 単位 クラブ 活動紹介

# 『紅葉狩りとグラウンドゴルフと温泉旅行』

只今 青春 真っ只中

通宿東悠寿会 会長 大橋 文男

当悠寿会の年間事業の中でも一大イベントである、この一泊旅行についてご紹介します。

ここ数年来、源平和合の里 上塩原のグラウンドゴルフが楽しめる温泉旅館を利用してあります。

11月5日(土)朝の午前9時に参加者16名で小山を出発し、途中に休憩・昼食を



とり、午後1時過ぎに旅館に到着。早速、荷を解きグラウンドゴルフ会場へ。4ラウンドを足早にこなし、源泉山の湯で疲れを癒し、早速お待ちかねの大宴会に。午後5時に始まり、3時間余の大盛り上がり。カラオケあり、アカペラあり、ダンスあり、最後のフィナーレは「幸せなら手を叩こう」の大合唱(写真)。この時ばかりは生きていて良かった、友・仲間がいて良かった、こんなに楽しいひと時は今までになかったと。

そして次の日、朝食を済ませると、またまたグラウンドゴルフを2ラウンド楽しむ。ホールインワンを3つもとり、グラウンドゴルフ場からホールインワン賞をいただく人も。

帰り支度を済ませて、今度は観光に突入。箒川に架かる「紅の吊橋」周辺では、紅葉が見頃を迎え、秋晴れにも恵まれて、モミジなどが鮮やかに色づき、また、陽光で赤や黄色に染まった葉がきらめき、透けて見え、とてもきれいでした。

那須塩原市内で食事をとり、千本松牧場や道の駅「しもつけ」で買物や休憩を済ませて帰宅し、楽しく充実した2日間となりました。



当悠寿会では、他に、「社会奉仕の日」活動としての花壇の除草作業、公園愛護里親会の草取り清掃、友愛サロン活動(グラウンドゴルフ・卓球・そば会)、シルバー交通安全講習会への参加など、「健康・友愛・奉仕」に関わる活動を、会員同士、皆で協力し合いながら進めます。

私たちは思桜会の活動を応援しています



## 友愛サロン活動について

下国府塚老人クラブ 古川ツネ子

はじめに、サロンをはじめて10年になります。身近な人たちが人と人との交流をとおして仲間づくりの輪を広げ、生き甲斐を見い出してひきこもりや寝たきりを予防して健康づくりをしていくことが目的であります。

場所は下国府塚公民館で第2、第4土曜日の午前10時より12時まで。

参加者は老人クラブ員が主体であります。自治会員ならば歓迎します。

活動について、健康づくりとして輪投げ、百歳体操ではダンベルを使い筋力が衰えないよう励んでおります。軽食は季節により異なります、食材は各自の畑で収穫した品を持ち寄り足りない品を道の駅で買ってあります。人気の軽食を挙げれば餃子、お好み焼き、焼きそば、うどん、冷やし中華、サンドイッチ、ホットケーキ、おでん、おしろこ、しもつかれ等であります。手間がかからず栄養を考え工夫して作っています。これらのなかで一番の楽しみはしもつかれを作ることです。鮭の頭、油揚げ、豆等を用意して大根、人参を下ろし大鍋2つも作ります。食べ切れない分は自宅へ持ち帰ることが出来る楽しみであります。

終わりに、これからのサロン活動について気楽に参加していただき、適度な運動、軽食作り、雑談などにより明るく楽しいサロンに参加して下さい。



私たちは思桜会の活動を応援しています

## 単位 クラブ 活動紹介

# 乙女下町長寿会

## 活動紹介

乙女下町長寿会

会長 小宮 孜

副会長 岩崎 春二・大内 光子

光子 孜

令和4年12月よりコロナ終息

を願いながら長寿会の全体活動を再開しました。再開を待っていた皆様の笑顔を見ることが出来たのが、忘年会、そして年が明けてからの令和5年の新年会でした。

現在の会員数は42名、平均年齢は84・1歳、まさしく私達長寿会も高齢化社会の真只中にあります。今年度の最大の目標は「新規会員数の増加」です。

その為に私達長寿会が特に力を注いでいるのが、乙女下町にお住いの高齢者の方々が、住み慣れたこの地域で安心して生活を続けられるように、皆さんと楽しく語らう場所『友愛サロン』として提供をしていくことを考えます。



毎週火曜日・木曜日 10時から11時半まで開催

毎週火曜日と木曜日の2回、

8時から乙女下町公園にグラウンド・ゴルフのコースを設け活動をし、終わって10時からは場所を公民館に移し、「輪投げ」「カラオケ」「折り紙」等を行っており、地域の方の楽しみの場となっています。

楽しむだけではなく、奉仕作業として毎月月末に、乙女下町公民館を中心に、周辺の遊歩道の清掃活動を行っていることも、自慢できる一つです。

地域の憩の場『友愛サロン』が定着していけるよう頑張ります。

## 生井住宅のんびりクラブ活動紹介

# 「隗かいより始めよう※〜〜」

生井住宅のんびりクラブ 生井 紀光

以前よりあちら、こちらでは井戸端会議、散歩、呑み会、小山花火を遠くから見る会等々を2〜3人位で行っていましたが「会」や「クラブ」という組織だった行動は、ありませんでした。

この度、「思桜会」という組織は仲間意識の高まりやコミュニケーション作りに大変良いですよ、という案内を近隣の思桜会役員様から声をかけられ、「まず、やってみよう」と、皆の意見が一致して今年度からの会の組織化となりました。

私たち自治会内では他の地域以上に高齢者が多く且つ一人暮らしも多くなってきていることから「皆が

100歳自治会」作りにはベストな組織と思っています。思桜会様からのご案内のゴミ拾いから「まず始めよう」でした。現在での一人暮らしの大変さや将来への不安等ゴミ拾いだけの一日でしたが、1人1人の思いが聞け、今後の行事ごとに「心の思い」も聞いていけたらいいなあと思った次第です。今後、先輩思桜会の参考意見を聞きながら、より良い会になれるよう、のんびり進んでいきたいと思ひます。

※中国の故事に由来する言葉で、「物事を行うときは、まず身近なことから始めるべき」という教え。



私たちは思桜会の活動を応援しています

## 単位 クラブ 活動紹介

# 「お知らせ300号」活動及び今後の課題

羽川南ふれあいクラブ 会長 田波 三郎

表題「お知らせ300号」は羽川南ふれあいクラブが25年以上にわたり配布している会報誌の発行回数です。先輩方より継続的に発行されていますが、残念ながら保存されていません。後世のために今後は保管したいと思います。

当クラブの活動状況を紹介いたします。私が会長に就任し、4年目となりますが、新型コロナウイルスの影響により2年間はほとんど活動ができませんでした。

昨年の総会にてクラブ名を「羽川南長寿会」から現在のクラブ名に変更しました。理由としては、会員募集時の違和感、抵抗感によるためです。

改名によりクラブのイメージアップにつながり、対象者に積極的に声掛けしたこともあり、会員数が50名超となりました。

5 大部活動として、グラウンドゴルフ、健康麻雀、シニアゴルフ、シニアオーキングそして輪投げ競技を行っています。春と秋に大会も開催しています。羽川ふれあい公園およびふれあい館にて毎週月水金に自由参加(サロン会)にて実施しています。さらに月刊誌をもとに毎月第1火曜日に定例会および会員誕生会、出前講座の受講、レクリエーションを開催し、会員の方から喜ばれています。

誕生日会員には菓子をプレゼントしていま

す。当クラブは女性会員が少ないですが、お茶会も開催し好評です。

また、昨年より桑地区思桜会主催の健康麻雀教室においては、依頼を受けて毎月2〜3名講師として参加し、初心者の指導をしています。

思桜会主催事業(グラウンドゴルフ、輪投げ等)では当クラブのユニフォームを着用して参加し、優勝を目指しましたが惜しくも中位の成績でした。その他の行事として一泊の秋季旅行を企画中です。

クラブごとの活動は異なりますが、個々のクラブの特色を活かして活動し、継続を維持することが重要だと考えます。事務局より思桜会全体のクラブ・会員数が減少傾向にあると伺いました。高齢者人口は増えているのになぜクラブ・会員数は減少するのでしょうか。高齢になっても就労している方が増えていることが要因でしょうか。様々考えられます。

会社を退職された方、時間に余裕のある方、朝起床したら何をしようかと考える方は沢山います。会員増加のためには、全会員が地域の知人友人に声掛けすること、その際にクラブの特色や内容を説明・PRすることが重要だと考えます。



私たちは思桜会の活動を応援しています

随想

## マラソン大会の思い

大聖寺城南クラブ 江原 輝雄

私がマラソンを始めた切っ掛けは、二宮町(現真岡市)であった3kmジョギング大会です。この大会はゴールタイムを事前申告し、申告時間に一番近い者が優勝という競技でした。勿論時計の所持禁止、応援者との会話も禁止です。この大会に参加するには自分のタイムを把握することが大事で毎日1km当たり5分を目指して練習を重ねた結果、準優勝を勝ち取りました。これを期に様々なマラソン大会に参加の中で思い出の深い大会を紹介いたします。

その大会は、ひたちなか市勝田全国マラソン大会で毎年2月11日建国記念日に行われフルマラソンの部で5千人が参加する大きな大会です。私が参加したのは平成5年～11年の6回で特に平成11年はスタート時は曇りで走るには絶好の天気気分よくスタート。体調もいつも

の通りで15km付近に来ると

カミナリが鳴り出し天気が一変し雨が降り出し気温も低下しました。25km付近で曇と段々と気温も下がり小雪となる中で、沿道の地元人がビニールの雨合羽を差し入れしてくれて有難く感謝し身につけゴールしました。帰路は雪景色で今までにない経験をし心に残る大会でした。

ちなみに直近大会は令和3年とちぎハートランドマラソンを走りました。今後マラソン大会に出場できるように生活を続けたいと思っています。



随想

## 交流会10年に向けて

荒井団地交流会 北 憲夫

私事ですが10年前介護鬱になり困っていたところ公園でラジオ体操があったので家内を連れて車椅子で参加しました。皆に歓迎されお陰様で元気を取り戻し現在まで続いています。

その後、公民館で一人カフエを始めました。初めは中々メンバーが集まらず自治会に相談しやっと数人が参加してくれました。カラオケやマジジャンの機材を持ち込み、仲間を増やしていたところ、市役所の高齢生きがい課の梅山課長に相談すると、活動の資金援助が老人会活動で出来る旨アドバイスを受けました。早速仲間と協力しメンバー集めと設立の準備をし、申請しました。自治会の協力も得て出来るだけ少ない会費で運営をしてきました。年会費500円で色々な行事を計画し会合を開催しました。夏のビアガーデンや年末の忘年会のビール代は1000円を徴収して運営して

交流をしています。紅葉狩りの車は乗り合わせで会員の自家用車を使って県内を巡ってききました。(車代は距離に合わせ徴収)ウォーキングは近くの公園や神社巡りを合わせて実施中です。健康マジジャンは毎週土曜日実施しています。

会員の要望で出前講習はほぼ毎年実施し、近くの他人の協力が地域の活性化に繋がっていると思われます。

交流会活動に対し3年目は会員の勧誘活動でメンバーの増加があった事と6年目は広報誌のコンクール入賞、昨年は9年目で会とメンバーの協力者の表彰に繋がっています。しかし昨今の物価高騰の影響で会合の経費削減と参加費の徴収が必要になり苦勞の毎日ですが今後も活動をする事で皆の元気に繋がると信じ頑張っています。

私たちは思桜会の活動を応援しています

文芸

俳句

下国府塚老人クラブ 岸 和雄

病む母へ卵でとじし蕪の粥

春一番畝の崩れし葱畑

ゆらゆらり手の平で知る初夏の風

梅雨寒や駅に迎えの車列伸び

雷鳴は駄々子のごことひと暴れ

下国府塚老人クラブ 小林 申忠

―秋刀魚―

麦刈の機械一晩冷ましけり

羽根畳む終いきつちり川とんぼ

長袖のシャツ着てブルーベリー摘む

猛暑日や時計の針の空回り

一匹の秋刀魚のパック手にしたり

土塔二友遊会 佐藤 和江

八月の空に礼りて広島へ

嵐去り晴れ行く空に虹の橋

蛍とぶ今は昔と夕闇に

川柳

土塔二友遊会 佐藤 和江

子すずめが朝の挨拶窓越しに

孫の夢今は叶えてJ-1選手

大本南老人クラブ 板橋 誠

何故ここに居るかとしばし立ち疎む

眼鏡どこ胸でブランコ遊んでる

脳トして免許更新成果でる

健康を万歩完歩で検証す

歩数計つけずにウォーク涙する

短歌

間中第二さくらクラブ 生井美代子

焦げそうな暑さの中を耐え見上ぐ

白さるすべりのみ涼しげに咲く

寝つけぬ夜ねがえりを打ちぶつぷつと

百人一首をそらんじてみる

若きらの「キラキラネーム」に戸惑いぬ

男女の区別も解らぬような

にこにこ今言いし事又言いぬ

吾も行く道と何度もうなづく

寝て起きて只そのみの暮らしにも

施設に通い友達出来たり

私たちは思桜会の活動を応援しています

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

「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。

## ご近所さんやお友達をお誘いください!

「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。

こんな活動を  
しています



グラウンドゴルフ



ベタンク

### 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。

クラブ事業など  
取材いたします。  
お問い合わせ  
ください。



原稿  
募集

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。

### 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