



発行 大田原市いきいきクラブ 大田原市本町1-3-1 大田原市役所A別館1階(大田原市社会福祉協議会内) ☎0287-23-1855
発行人 植木 重治 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

第33回

ペタング大会



開催日 令和7年9月17日(水) 会場 美原公園野球場 第2球場 参加 18チーム

優勝



中薄葉いきいきクラブ

準優勝



南金丸東部百寿会

第3位



北金丸古町いきいき会



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

--	--	--	--



ご挨拶

会長 植木 重治

皆様、日ごろから当会の活動推進に格別のご理解とご協力を賜り、心より厚く御礼申し上げます。このたび「大田原市いきいきクラブだより」を発行しました。本号では、主な活動を写真とともに振り返り、今年度の歩みをまとめました。

昨年も、ここ数年つづく高温の日を避け、各クラブでも工夫を凝らした活動が実施され、多くの笑顔と交流が育まれたかと

思います。市いきいきクラブも体育4大会と文化3事業を、計画のとおり無事に開催することができました。

さて、2025年も、少子高齢化はこれまで以上のスピードで進み、社会の担い手不足や孤独・孤立の深刻化が懸念されています。このような状況の中で、いきいきクラブは「支えられる側」だけでなく、「地域を支える側」として重要な役割を果たす存在と

なっています。高齢者が持つ経験・知恵・人脈は、地域の安心と活力を生み出す貴重な存在であり、その力を社会に生かしていくことが求められています。

今後いきいきクラブは、地域の皆さんとの交流促進、生活支援の見守り活動、若い世代と協働の事業などを積極的に展開し、世代を超えて支え合う共生社会の実現に貢献していかねければなりません。それには、「健康づくり」や「生きがい活動」を通じて、会員自身がいつまでも心身ともに元気で暮らし続けられる生活環境づくりをすること

も大事であります。

そして、私たち「いきいきクラブ」は行政と自治会を巻き込んで、組織率を上げ、さらに強化し、誰もが安心して暮らせる社会を支える実践者となることを目指し活動していきたいと思えます。

結びに、日頃より活動を支えてくださっている関係団体の皆様へ深く感謝申し上げますとともに、引き続きご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。また、単位クラブのますますの発展、並びに、皆様方のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げます。挨拶とさせていただきます。



ご挨拶

大田原市長 相馬 憲一

いきいきクラブの皆様におかれましては、日頃より地域社会の発展と本市行政に多大なるご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、近年では、食生活の変化や医療技術の発達などにより、健康寿命が延伸しており、高齢者のライフスタイルや意識なども多様化しております。その一方で、少子高齢化や核家族化の進展、地域行事の簡略化などにより、地域における住民同士の

繋がりも希薄化が加速しており、高齢者の社会参加の機会をどのように維持していくかなども課題となっております。

こうした中で、いきいきクラブの皆様が日々続けている活動は、人と人とが関わり合う機会を作り出すとともに、地域に安心と活力をもたらす非常に貴重なものであります。スポーツや趣味の活動、健康づくり、文化の継承、世代間交流、地域の支え合いなど、いきいきクラブの活動

には多様な可能性があり、参加される皆様の生きがいや健康づくりにつながるだけでなく、地域の絆を深め、次の世代に大切な精神を伝える力になっていくと感じております。まさに、地域の未来を支える大きな柱であります。

人生100年時代と言われる今日、年齢を重ねるほどに、経験、知恵、そして意欲が価値を持つ時代となりました。「いつまでも健やかで、充実した毎日を過ごす」と意欲をもつことが重要であり、地域社会を支え、築いてこられた皆様が、これからも輝き続けられることこそ、大田原市全体の活力や豊かさにつなが

るものであると確信しております。

会員の皆様におかれましては、これからも生きがいづくりや仲間づくりの輪を広げ、互いに支え合い、いきいきと自分らしく暮らせる「地域共生社会」の定着に向けて、皆様の活動につきましても「誰もが参加しやすい」という環境づくりに取り組まれますよう、お願い申し上げます。

結びに、いきいきクラブの活動がより一層活性化し、これからも多くの笑顔と交流の機会が生まれますよう祈念申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

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

--	--	--	--

大田原市いきいきクラブ 第62回定期総会開催

開催日 令和7年4月18日(金)

会場 ピアートホール

功労者表彰

市老連
役員5年
藤田 三夫氏
鈴木シノイ氏



藤田 三夫氏



鈴木シノイ氏



クラブ表彰

60周年
(S39年設立)

加治屋長寿会
宇田川長寿会
大豆田いきいきクラブ
須賀川上いきいきクラブ



加治屋長寿会



宇田川長寿会



大豆田いきいきクラブ



須賀川上いきいきクラブ



令和7年度の役員は次の方々でした。



会長理事	植木 重治	親 園
副会長理事	郡司 道雄	金 田
副会長理事	新江 侃	川 西
副会長理事	弓座 一夫	両 郷
副会長理事	木村 貢三	須賀川
副会長理事	稲村 隆夫	湯津上
副会長理事 (総務理事)	荒井誠一郎	野 崎
副会長理事 (会計理事)	藤田 三夫	大田原
副会長理事 (女性部長)	菊池 智子	川 西

理 事	千本 武雄	大田原
	道上 浩	大田原
	木下 正治	大田原
	國井千恵子	金 田
	高林 岩子	親 園
	栗城 努	野 崎
	反保多美子	野 崎
	高崎 京子	両 郷
代表監事	鈴木シノイ	須賀川
	鈴木 義一	湯津上
監 事	菊池 敏征	両 郷

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

--	--	--	--



開催日 令和7年5月28日(水) 会場 黒羽運動公園

参加 29チーム

第33回

グラウンド・ゴルフ大会

優勝



宇田川長寿会(472打)

準優勝



薄葉第二いきいきクラブ(473打)

第3位



南金丸東部百寿会(476打)

個人男子

優勝 君島 正誼 (71打) 下石上 84歳
 準優勝 大塚 公男 (71打) 両郷 86歳
 第3位 秋澤 薫 (71打) 上薄葉 81歳

個人女子

優勝 菅谷 京子 (67打) 宇田川 69歳
 準優勝 樋口 光子 (70打) 福原 76歳
 第3位 伊藤 幸江 (73打) 宇田川 72歳



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



第54回 ゲートボール大会

開催日 令和7年9月27日(土) 会場 薄葉ほほえみセンターグラウンド 参加 7チーム



須賀川下いきいきクラブ



野崎東町自治会長寿会A



野崎東町自治会長寿会B



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

第41回

輪投げ大会

開催日 令和7年6月25日(水)

会場 県北体育館メインアリーナ

参加 24チーム



優勝



あさひクラブ(576点)

準優勝



加治屋長寿会(533点)

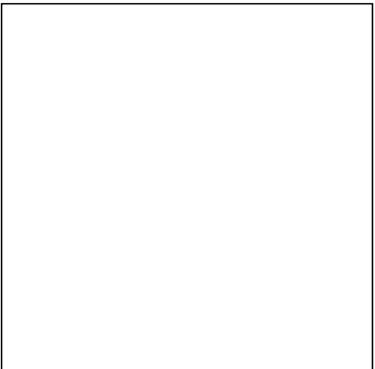
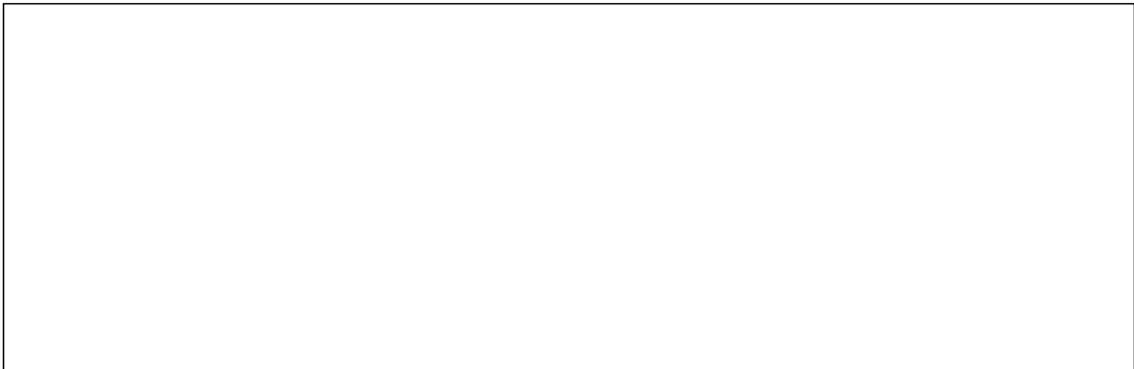
第3位



薄葉第二いきいきクラブ(500点)



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





☆☆☆☆ 県老連スポーツ大会 ☆☆☆☆

開催日 令和7年10月23日(木)
会場 栃木県総合運動公園

秋晴れで、気持ちの良い一日でした。加治屋長寿会は惜しくも4位でした。参加チームの皆様お疲れ様でした。

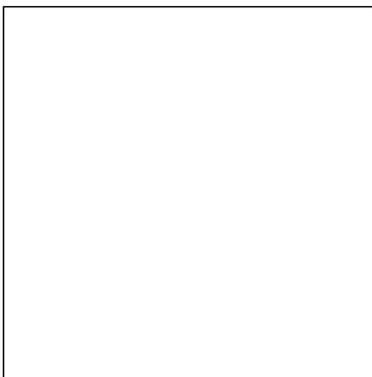
グラウンド・ゴルフ
 南金丸東部百寿会

輪投げ
 加治屋長寿会
 薄葉第二いきいきクラブ

ペタンク
 北金丸古町いきいき会



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



県老連 ブロック別研修会（県北地区）

開催日 令和7年7月17日(木)・18日(金)

会場 シルバー大学校 北校

参加 12名

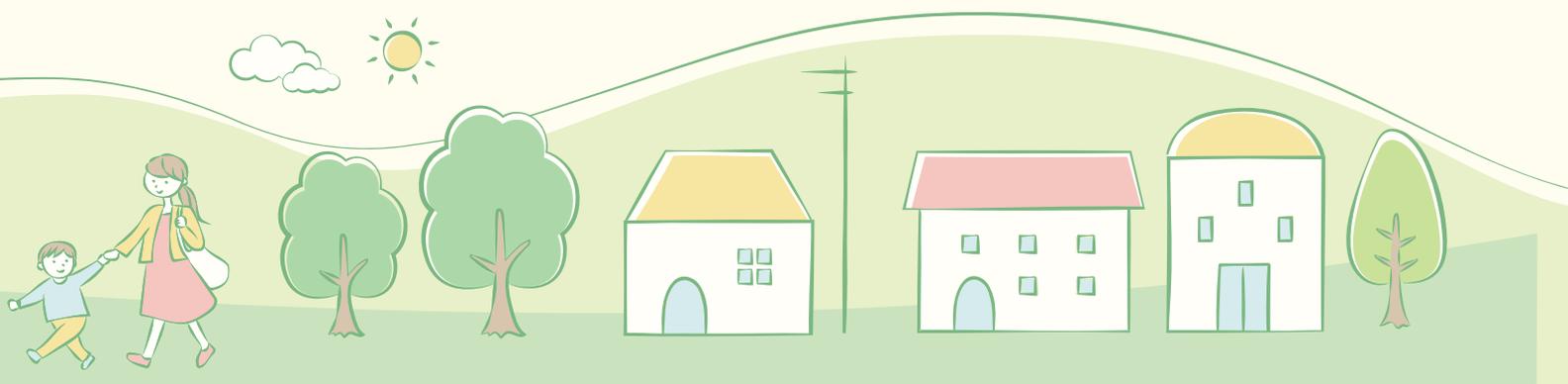


第28回県老連サークル活動発表大会

開催日 令和7年8月26日(火)

会場 宇都宮市文化会館 小ホール

出演 両郷地区



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

第39回県老連作品展示会

開催日 令和7年8月26日(火)～8月28日(木)

会場 宇都宮市文化会館 展示室

出展 11点



第39回栃木県老人クラブ大会

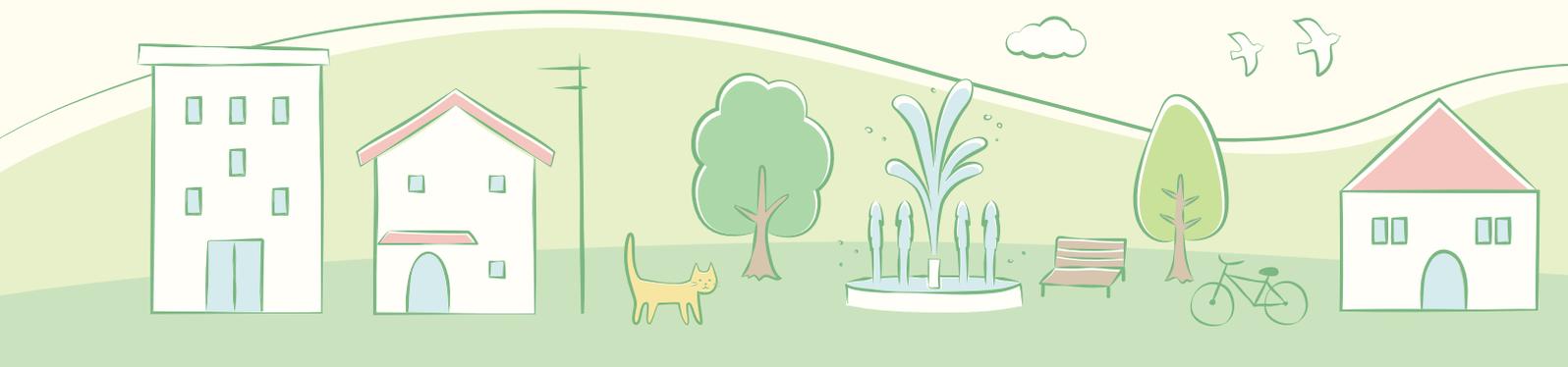
開催日 令和7年9月11日(木) 会場 宇都宮市文化会館



優良老人クラブ表彰
沼の袋長寿会



功労者表彰
国井千恵子氏



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。各クラブさまざまな奉仕活動で、地域へ積極的に貢献しています。6月は下町第二いきいきクラブ、9月は大豆田いきいきクラブの写真を県へ提出しました。(提出は作業中の写真のみ可)



宇田川長寿会



加治屋長寿会



須賀川上いきいきクラブ



わらぼっち・多賀



福原いきいきクラブ



蛭畑福寿会



須賀川下いきいきクラブ



川田長生会



佐良土西喜楽会



中薄葉いきいきクラブ



大輪福寿会



中野内松寿会



親園クラブ



滝岡あじさいクラブ



北区寿会



三寿クラブ



富士見ハイツいきいきクラブ



下町第二いきいきクラブ



片府田老人クラブ



大豆田いきいきクラブ



薄葉第二いきいきクラブ



上薄葉わかさ会



大久保いきいきクラブ



野崎東町自治会長寿会



上町ほほえみ会

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

文化交流の会 演奏会（エレクトーンの調べ）

エレクトーン奏者 倉沢 大樹氏の演奏会

開催日 令和7年11月28日(金)

会場 ピアートホール

参加 130人

倉沢さんが得意とするジャズの定番曲「シング シング シング」で始まりました。続いて、ザ・ベストテン形式で、懐かしい昭和の名曲メドレーを。

聴きなれたラジオ体操第1と第2は、アメリカやインドなど、さまざまな国の曲調にアレンジされていて、みんな世界旅行をした気分になりました。

倉沢さんの提案で、演奏に合わせて「川の流れるように」と「ふるさと」をみんなで唄い、鍵盤ハーモニカの演奏では、「神様の住む島」という心地よい曲を聴かせていただきました。

アンコールで、客席に降りての演奏に、皆さんの笑顔は若返っていました。

リズムに合わせて手拍子、拍手、歌う、体も心も温くなる素敵な演奏会でした。



昭和の曲は

- ♪ 柔
- ♪ ブルー・シャドウ
- ♪ 北の国から
- ♪ UFO
- ♪ 勝手にしやがれ
- ♪ 魅せられて
- ♪ ルビーの指輪
- ♪ 北酒場
- ♪ DESIRE -情熱-
- など



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

開催日 令和7年10月17日(金)

会場 ピアートホール

参加 6チーム

＼ 皆さんとても素晴らしかったです！

川西



須賀川



両郷



弓座フクさん
昭和7年10月生まれ 93歳
県(8ページ最前列左端)と市の両方の発表会に参加していただきました。

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

金田



親園



両郷



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

大田原市 産業文化祭

開催日 令和7年11月1日(土)、2日(日)

会場 県北体育館

参加 8地区



親園地区



須賀川地区

須賀川地区



金田地区



野崎地区



川西地区



両郷地区



大田原地区



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



「健康の秘訣は、キョーイクとキョーヨー！」

社会福祉法人 大田原市社会福祉協議会 事務局長 櫻岡 賢治

日本は、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進行しています。総人口に占める高齢者の割合の推移をみますと、1950年以降年々上昇が続いており、2025年9月15日現在で29.4%となり、過去最高となりました。

一方、大田原市においては、2025年10月1日現在で32.5%と、3人のうち1人が高齢者という時代がすぐそこに来ています。

高齢化社会にあって、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを、人生の最期まで送るにはどうすることが良いのでしょうか。

私が自身の趣味のラグビーを通じて知り合った方で、古希を超えても元気に活動している先輩がいます。その方は、ひとり暮らしですが、現在も毎週のように練習に参加し、自分の孫と同じ年代と交流し、とてもいきいきとした生活を送っています。

「どうしてそんなに元気なの?」と思い、その秘訣を尋ねたところ、『歳を取ったら、キョーイクとキョー

ヨーが大事!』と教えてくれました。私は、「歳をとっても、いつまでも自ら学ぶことが大切なのか?」と思ったのですが、その先輩曰く、『歳をとると、だんだんと行動範囲が狭くなり動かなくなってしまい、末は孤立やフレイルにつながってしまう。今日、行くところがある。今日、用事がある。キョーイクとキョーヨーこれが健康の秘訣』と教えてくれました。

いきいきクラブ会員の皆様も日々、この「キョーイクとキョーヨー」を実践されている方は多いと思います。クラブでの活動をはじめ、地区の役員や趣味の活動、市社会福祉協議会からは赤い羽根共同募金をはじめ、種々のボランティア活動などにもご支援・ご協力をいただいているところです。大変ありがとうございます。

皆様にはこれからも、この「今日、行くところがある。今日、用事がある。」ことを旨とし活動され、気の合う仲間と共にいつまでも健康で、充実した生活が送れますようご期待申し上げます。

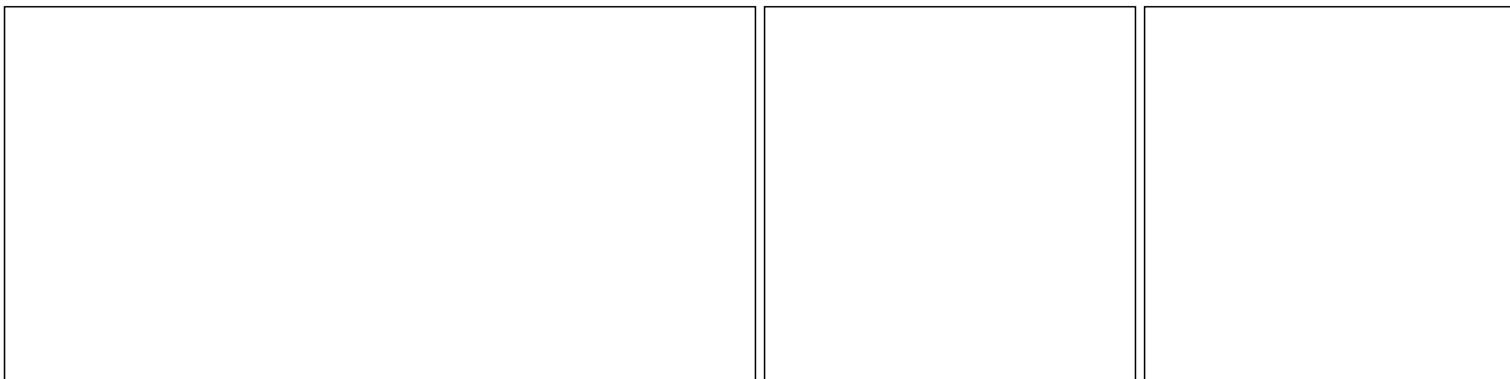
令和7年度 赤い羽根共同募金協力の報告

期間：10月1日(水)～12月26日(金)まで

大田原市社会福祉協議会に
お渡ししました。
ご協力ありがとうございました。

サークル活動発表大会	10月17日	18,968円
文化交流の会	11月28日	3,453円
合計		22,421円

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





人生に停年なし

下石上地区 伊東マキ子

小中学校の事務職員として、36年間、那須地区の小中学校に勤務しました。栃木県教育委員会による選考試験は、多分私たちが第1回目だったように思われます。それ以前は、那須地区のいわゆる大規模校に、当時、栃木県中級試験を受けられた8名の先輩事務職員が配置されているだけでした。それ以来、少しずつ学校規模に応じて、年々配置されるようになり、現在は、どこの学校にもおひとり勤務されておりません。

- ・ 公文書の処理
 - ・ 学校備品の管理など
 - ・ その他、学校の職員構成により、上記以外の負担も充てられる場合もある
- そんな日々が、60歳定年退職まで続くつもりでいたのですが、56歳の時、夫が脳梗塞を発症してしまいました。3人の子どもたちも無事社会人として自立した時期と合俟った頃でしたので、「仕事は代わりの人がいくらでもいる。しかし、夫を看るのは私しかいない」と肝に銘じていました。定年退職はこの時と決めました。以後、夫の介護生活20年。7年前に看取りました。そんな時期、60年来の友人から写経に誘われ、教えられたことばに感銘しました。



「生きていくって」
 生きていくことは誰かに借りをつくること
 生きていくことはその借りを返していくこと
 誰かに借りたら、誰かに返そう
 誰かにそうしてもらったように誰かにそうしてあげよう
 生きてゆくということは誰かと手をつなぐこと
 つないだ手のぬくもりを忘れないでいること
 めぐりあい 愛し合い やがて 別れの日
 その時 くやまないように 今日を 明日を生きよう
 人は一人では生きてゆけない
 人は一人では歩いてゆけない
 (身延山久遠寺奥之院思親閣)

心の糧として生きています。81歳の今、幸いに地域の皆さん、気さくな方ばかりなので、グラウンドゴルフ、旅の友、俳句と楽しい人生を生きています。

まだまだ人生の停年は決めていません。

- ・ 大雑把に学校事務はどんな職務を行っているのか、この機会に記したいと思います。
- ・ 公費、学校規模に応じた予算での経理
- ・ 教職員の給与、福利厚生

ずっと いきいき

いきいきクラブ

会員募集中

大田原市いきいきクラブ事務局(お問い合わせ先)

〒324-0041 大田原市本町1-3-1 大田原市役所A別館1階
大田原市社会福祉協議会内

☎(0287) 23-1855 FAX 23-1138

【事務局】橋本

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、地域の皆様へ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

--	--	--	--