

ゆたかクラブ豊橋だより

第69号

# 吉田春秋



発行/ ゆたかクラブ豊橋(豊橋市老人クラブ連合会) ■編集協力(株)博報社/ 名古屋市北区田幡2-13-23 2F-B ☎0120-0212-09

## ～令和4年度 新役員の紹介です～



会長  
兼石巻ブロック代表  
今川 智嗣



副会長  
朝倉 規幸



副会長  
小嶋 義雄



副会長  
丸地 洸



会計  
二橋 明子



監事  
白井 正



監事  
神田 昭造



総務部長  
兼下地ブロック代表  
中村 牧雄



広報文化部長  
鈴木 輝男



社会部長  
兼八町ブロック代表  
堀内 三朗



保健体育部長  
森 義和



レクリエーション部長  
高井 宏昌



生きがい事業推進部長  
松井悦次郎



交通安全対策推進部長  
兼つつじが丘ブロック代表  
山本 昌良



女性部長  
柵木 早苗



女性部副部長  
杉浦美智子



仁連木ブロック代表  
吉水 靖昭



大岩ブロック代表  
波多野嘉明



牟呂ブロック代表  
鈴木喜久男



高師ブロック代表  
久保田 正



大清水ブロック代表  
石川 博美

よろしく  
お願い  
いたします

ゆたかクラブ豊橋を  
盛り立てて  
まいります

## 「ゆたかクラブ豊橋」の愛称とともに

ゆたかクラブ豊橋(豊橋市老人クラブ連合会)  
会長 今川 智嗣

会員の皆さまにおかれましては、日頃よりゆたかクラブ豊橋の活動にご尽力いただきまして、誠にありがとうございます。引き続き会長を務めさせていただきます。引き続きまいります。今川でございます。

さて、令和4年度は、ゆたかクラブ豊橋総会を、3年ぶりに開催することができました。足元の悪い中でしたが、単位老人クラブ会長をはじめ、感謝状の被贈者の方々が、合わせて100名以上の方にご出席いただきました。また、6月には、第90回囲碁・将棋大会を高師老人福祉センターで開催するなど、新型コロナウイルスの感染防止対策を十分にしつつ、着実に

来年度はゆたかクラブ豊橋創立60周年の年となります。「ゆたかクラブ豊橋」という愛称は、10年前の50周年記念事業の際に、多数の応募の中から選ばれました。「ゆたか(豊)」には「いつも自分を高めようとする気持ち」を失わない心を持つ

最後に改めて、会員の皆さまの引き続きのご理解・ご協力をお願いするとともに、皆さまのご無事息災を祈念しまして、ご挨拶させていただきます。

に事業を実施しております。これもひとえに、皆さまの日頃の「感染防止対策」へのご理解とご協力のおかげだと考えます。協力のお願いです。

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

# 地域住民を支える担い手として 活躍する老人クラブ

豊橋市福祉部長 川島 加恵

ゆたかクラブ豊橋(豊橋市老人クラブ連合会)の会員の皆様には、日頃より本市の高齢者福祉施策に深いご理解とご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

ゆたかクラブの活動は、4月中、様々な行事を着実に実施され、会員の皆様の幅広い活躍により、豊橋市を元気にしてくださっています。これもひとえに会員皆様のご尽力の賜物と深く感謝しております。

来々、ゆたかクラブは創立60周年を迎えられます。この間に、少子高齢化は急速に進行し、今後、団塊の世代のすべての方が75歳に到達する2025年に向け、ますます加速してまいります。人生

## 令和4年度 重点目標

### 1. 健康長寿を目指す生きがいくくり・フレイル予防活動の充実

いつまでも健康で生きがいを持って暮らし続けられるよう、楽しい趣味の活動やスポーツ活動を可能な範囲で行おう。バランスの良い食事を心がけ、健康で充実した生活を目指そう。

### 2. 支え合い活動の推進

ときに外出自粛が求められるなか、孤立しがちな地域住民に目を向け、支え合いの精神で声をかけあおう。地域の困りごとを「自分ごと」ととらえ、一人一人が地域の支え手として「お互いさまのまち」づくりをすすめてよう。

### 3. 活動の周知と安全性の確保

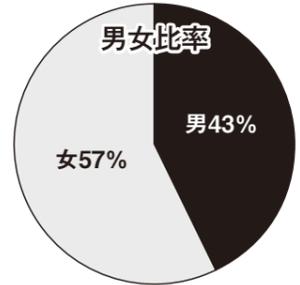
集まる場合も少人数・短時間等の工夫を凝らし、積極的に感染症対策を行うことで、全員が安心して活動できる環境づくりに取り組もう。また、会報誌の配布など情報発信を積極的に行い、地域の方々にクラブ活動の楽しさや必要性を知ってもらおう。

### 4. 持続可能なクラブづくりの推進

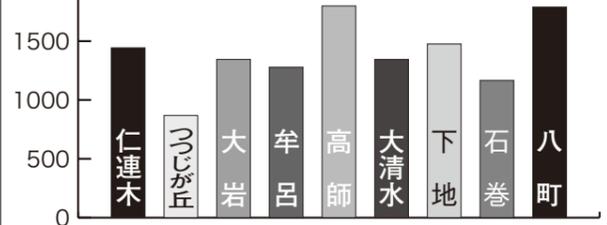
楽しみも役割もクラブ会員みんなで分けあい、会員一人ひとりがクラブのために何ができるか考え、行動するようにしよう。会員の役割や活動内容をわかりやすく伝え、新たな会員が安心して入会できる環境づくりを進めよう。

## 令和4年度 ゆたかクラブ豊橋 会員構成

◎ゆたかクラブ豊橋  
総会員数 12,510人  
(男:5,434人、女:7,076人)  
◎ゆたかクラブ豊橋理事  
平均年齢 76.6歳



ブロック別会員数



ブロック	男	女	人数
仁連木	569	874	1,443
つつじが丘	377	491	868
大岩	570	775	1,345
牟呂	568	710	1,278
高師	804	995	1,799
大清水	624	721	1,345
下地	655	821	1,476
石巻	569	597	1,166
八町	698	1,092	1,790
市老連合計	5,434	7,076	12,510



### 令和4年度 豊橋市老人クラブ連合会総会

4月21日(木)、豊橋市老人クラブ連合会総会が新型コロナウイルス感染症予防対策を講じて豊橋市公会堂で3年ぶりに開催されました。

はじめに今川会長と浅井市長からあいさつがありました。今川会長は「100年時代と呼ばれる現在、生きがいを持って地域社会に参加できる生涯現役社会の実現が求められています。皆さんが生き生きと活動している様子が地域に

広く周知されることが大事であり、それが会員数増加につながっていくものと信じています」と述べました。続いて顕彰に移り、それぞれの代表者が舞台の上で感謝状(市長感謝状14名、市老連会長感謝状63名)を手にされました。

次に今川会長が議長に就き、議事へと入りました。議案第1号「令和3年度事業報告及び決算」、議案第2号「役員一部交代による後任役員を選任について」、議案第3号「令和4年度事業実施方針」、議案第4号「令和4年度事業計画及び予算」、議案第5号「豊橋市老人クラブ連合会会則の改正及び施行について」の全ての議案が拍手とともに承認され、閉会のことばで滞りなく終了しました。



期待しています。皆様活躍することで、介護予防や健康づくりへ寄与するだけでなく、地域住民を支える担い手として、「お互いさまのまちづくり」を進めていただきたいと思います。

結びにあたり、ゆたかクラブ豊橋の今後のますますのご発展と会員の皆様の一層のご活躍を心より祈念申し上げます。

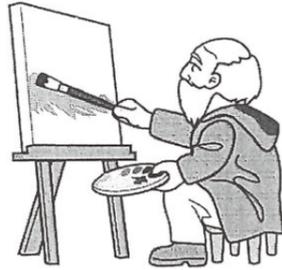
私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### 第17回 とよはしシニアフェスティバル

#### 第54回 趣味の作品展

普段から熱心に作品づくりに取り組んでおられる皆さまの、素敵な作品を会場に展示いたします。

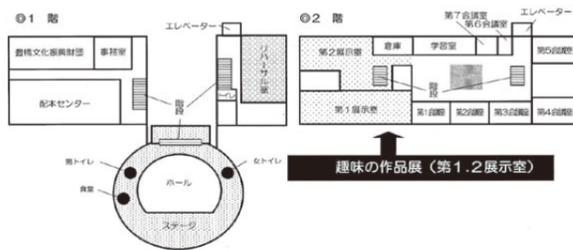
絵画・絵手紙・写真・書道・俳句・川柳・生け花・水墨画・手工芸品など、数多くの力作が会場に並びます。



◆開催日時／10月19日(水)～21日(金)  
午前9時～午後4時  
※最終日は正午まで

◆開催会場／豊橋市民文化会館 2階展示室

豊橋市民文化会館 会場図



※第45回 趣味の演芸大会は中止になりました。

#### 第59回 豊橋市高齢者福祉大会



ダイヤモンド婚(結婚60周年)・金婚(結婚50周年)を迎えるご夫婦をお祝いいたします。

◆開催日時／11月30日(水)  
午前9時30分～

◆開催会場／豊橋市公会堂

◆開催内容／ダイヤモンド婚・金婚を迎えられたご夫婦への祝詞贈呈、アトラクションなど



### 令和4年度 ゆたかクラブ豊橋 事業計画

月日	行事名	場所	備考
4.21(木)	令和4年度総会	豊橋市公会堂	前日準備
5月～12月	シルバースポーツブロック大会	市内一円	
6.3(金)	第90回豊橋市囲碁・将棋大会	高師老人福祉センター	前日準備
6.23(木)	女性部研修会	豊橋市役所 講堂	
7.22(金)	理事研修会	豊橋市役所東85会議室	中止
8月上旬	広報紙「吉田春秋」8月号発行		各クラブへ配送
8.21(日)	いきいきフェスタ出展	ライフポートとよはし	中止
9.15(木)～21(水)	第1回友愛訪問 一声運動強化週間(前期)	各校区指定場所 市内一円	
9.19(月)	老人クラブ社会奉仕の日	市内一円	
9月～11月	市老連ブロック別演芸大会	各センター	
9.29(木)	第46回ゲートボール大会・ 第24回ベタンク大会	豊橋球場	・前日準備 ・雨天予備日:翌日
10.19(水)～21(金)	第17回とよはしシニアフェスティバル (第54回趣味の作品展)	豊橋市民文化会館	前日準備
10.20(木)	(第45回趣味の演芸大会)		中止
11.10(木)	第24回グラウンド・ゴルフ大会	豊橋球場	・雨天予備日:翌日
11.18(金)	第10回ゴルフ大会	新城カントリー倶楽部	
11.30(水)	第59回豊橋市高齢者福祉大会	豊橋市公会堂	前日準備
12.13(火)	交通安全街頭啓発	市内一円	
12.15(木)	第10回ボウリング大会	岩屋キャノンボウル	
1.13(金)	第10回吹き矢大会	豊橋市民文化会館	前日準備
2月上旬	広報紙「吉田春秋」2月号発行		各クラブへ配送
2.5(日)～11(土)	第2回友愛訪問 一声運動強化週間(後期)	各校区指定場所 市内一円	
2月下旬	単体老人クラブ会長・女性部長 研修旅行	未定	
2月～3月	趣味の教室作品展・発表会	各センター	
通年	自転車教室	各ブロック	

※新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては場所の変更や、中止または延期となる可能性があります。

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### 第90回豊橋市囲碁・将棋大会開催

令和4年6月3日(金)、新型コロナウイルス感染症防止対策を徹底しての第90回囲碁・将棋大会が3年ぶりに開催されました。



囲碁の部 上位入賞の皆さん

高師老人福祉センターは、新緑漂う高師緑地公園の緑に包まれた一角にあります。晴天に恵まれ大会会場の2階の窓を開け、フロアいっぱいさわやかな風が流れ込み、囲碁・将棋を指すには、もってこいの会場となりました。対戦相手と戦つのに心ざわしく、気持ちも昂り真剣勝負の大会が行われたように思いました。

開催にあたり、市老連今川会長あいさつ、対戦開始前ルール説明を事務局から受け、各センター職員の方たちによる試合の審判で対戦が始まりました。

将棋は持ち時間40分で1人3試合、囲碁は持ち時間50分で1人3試合のルールです。素人の私ですら見ていて力が入り、指す人、対局を見つめる人の真剣な眼差し、その中にも楽しさを忘れない大会を実感しました。大会は予定時間に終わり、午前の将棋の部、午後の囲碁の部において表彰式が行われました。今川会長より、優勝、準優勝の方々に賞状とトロフィー、記念品が渡され、関係者の皆さまの拍手を受けた後、自信あふれる面持ちで

#### 大会結果(敬称略)

囲碁の部 実戦クラス (参加者…20名)			
優勝	上村 正雄	栄	
準優勝	光嶋 一郎	福岡	
囲碁の部 親睦クラス (参加者…8名)			
優勝	磯部 淳	二川	
準優勝	藤幡 敏夫	高師	
将棋の部 (参加者…8名)			
優勝	前田 廣	高根	
準優勝	荻野 吉央	大岩	



将棋の部 上位入賞のお二人

写真撮影を行いました。終わりにあたり、大会の参加者の皆さまをはじめ、各センター職員、関係者の皆さまのご協力により、無事大会が終了できましたことに感謝を申し上げます。  
(レクリエーション部長 高井寛)

### 校区・単位クラブ活動

#### 大清水校区

##### ミニ講演会で「フレイル予防」を実践

今年度初の定例会は、会員75名が参加して、ミニ講演会を実施しました。「フレイルに気を付けよう、特に「口の健康」をテーマに、南部地域包括支援センターの浅倉さんを講師にお迎えしました。



みんなでフレイル予防体操を体験しました

大清水の定例会は、「コロナ対策のため、この2年屋外で会員への声掛けを中心に行ってきた。しかし、今年の4月から屋

内での会合に切り替えました。その切り替え後の第1回が、ミニ講演会でスタートしました。もちろん、マスク着用で、飲食無しの前提です。さて、講師の浅倉さんから、私たちが

えでした。また、参加者みんな「お口のトレーニング」体操を実践しました。

さて、コロナ前の大清水の定例会は、酒も少し入った飲食を含めた会話が中心でした。しかし、コロナ対応で屋外での実施は、会員相互の声掛けも満足にできません。コロナ対応も新しい段階に入ったとの判断で、今回のミニ講演会となり、好評をいただきました。次月の定例会は「ハーモニカの集い」を行い、みんなで楽しく過ごしたいと考えています。

とにかく「フレイル予防」にも楽しい会話が一番大切です。また会員相互の声掛け運動にも貢献できる、楽しい定例会にしていきたいと考えています。

#### 芦原校区

##### 渥美線「芦原駅前」の桜を愛する会

新芦原しらかば会 伊藤 公満

この桜は昭和59年(1984)にその当時の芦原小学校の卒業記念に植樹し、近隣の老人クラブの有志が手入れしておりました。数年前、「芦原駅前の桜を愛する会」と命名し、資金・人的画面から校区自治会の力をい



作業中の様子

たつき、毎秋には校区回覧をして、総出で手入れ作業をしています。道員は各自持ち寄り小学校保管の物、片付けは後日、学校の協力で行っています。「日本花の会さくらアドバ

イザー」の松井さんのご協力もいただきました。私も豊橋市役所公園緑地課が進めている向山緑地の桜再生「市民ボランティア桜守」としても参加

する会)と命名し、資金・人的画面から校区自治会の力をい

するようになりまし

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### 校区・単位クラブ活動

#### 富士見校区

##### 大会開催に対する期待が 予報を覆す

富士見校区老人クラブ連合会 上妻 貢



クラウド3周1,500mをウォーキング

雲行きの怪しい中、6月11日(土)9時~11時まで、坪の谷公園グラウンドにて、「ウォーキングとスポーツ交流大会」を開催しました。参加者50名の皆さんが、天候を心配しながらも楽しく元気に交流し、大会を無事終了することができました。開催内容としては、全員でラジオ体操、その後グラウンド外周を3周回(約1,500m)ウォーキングをした後に、いったん休憩し、輪投げ、

大会当日の天候は、予報では「曇りのち雨」ところによって「雷と豪雨」と予報され、大会が無事に開催できるか、大変心配でした。会場作りも早く出向き、雨の心配をしながら行い、早々に準備ができ、開始時間が待ち遠しい状況でした。その後、参加者の皆さんが元気よく「おはようございます。なんとか開催できそうです。よかったですね」と声を掛けていただき嬉しかったような、でもご心配な気持ちでした。この大会参加者や準備する担当者の皆さんの開催に対する期待が、予報を覆し、無事に開催することができたことと思います。午後は予報通り、激しい雨になり、本日に運の良い日となりました。

#### 玉川校区

##### 令和3年度 「後期・一声運動の実施」

和楽会 高木 基生

令和3年度後期「一声運動」の実施日を2月5日(土)~2月11日(金)の間で行なうとほしと校区会長会議から私の所属するクラブに連絡が入りました。

私たちのクラブ(対象者14名中、会員13名、非会員1名)は年度末を控え残っている諸行事と重なることから(総会、物故者慰霊祭、ボランティア活動、清掃活動、友愛運動など)、1月15日(土)の定例会議終了後に組長さんと四役が分担して該当者宅を訪問して近況をお聞きして回ることにになりました。

雲ひとつない好天にも関わらず冷たい北風が頬をなでる中、割り当ての該当者宅に慰問品の「マスク」を持って訪れました。タイミング良くお昼直後のため、皆さん在宅でした。玄関先で世間話をしたり、寒い中の買い物にはお互い申し合わせたようにコンビニ駐車場で鉢合わせになることから、まったく知らない仲でもないため、お元気の姿を見て安心しました。2年ほど前にさかのぼりますが、後期高齢者の1人が日常生活で



小さなトラブルをあちこちで抱え込み、近隣住民から小さな苦情として発生したことがありました。当然、民生委員、老人クラブ(一声運動の対象者)、地域包括支援センター、駐在さんも入り、市役所の助言をいただきながら疎遠になっている身内の方に入っていたとき、大事にならず解決した案件もあります。つい最近では、誰にも気が付かずに旅立った方もおり、とても他人ごとではないと思いませんか。「一声運動」は少々おせっかいかも? けれども、がチヨットした気遣い、思いやりでいち早く気付くこともあるため、日頃からお互い気を付けていたいと思います。これが私の身近で起きたごく最近の事例です。

#### 玉川校区

##### 物故者慰霊祭と友愛訪問の実施

和楽会 杉浦みちよ

令和4年2月19日(土)、毎年恒例の「慰霊祭」を、まだ冷気の漂う石畳を歩いて、17名の参列者が8時15分ピッタリに曹洞宗「春興院」に集合しました。

気持ちが引き締まるほど奇麗に配置された椅子に着座して待つこと10分余り、奥深い長い渡り廊下のきしむ音とともに僧侶の入場。8時30分きっかりに式典が開始しました。優に2箇半ほどの高い天上に上品な香りを漂わせ、真っ直ぐに立ち昇るふた筋の線香。力強い梵鐘の響きが煙の帯を一気に打ちけしました。衣に身をまとい、ピシッと背筋の伸びた60代の僧侶、コロナ禍を吹き飛ばすほどのありがたい般若心経、一人ひとりが故人を偲び深々と焼香を済ませました。

本堂の尺はあろう敷居から眺める石畳。釣鐘堂の大きさにも負けない菩薩観音像、梅の香りが鼻をくすぐるのかニッコリと微笑みながら参列者を山門までお見送りをしていただきました。



歩いて15分の町内の中心にある「和田公会堂」に四役と組長の11名が再集合しました。今日はかなりの荷物があることから、土間でストープを囲みながらの会合です。残り少ない予定表の中から、1

つ1つ丁寧に確認して、正月明けから何回も打ち合わせを行った、「友愛訪問」の実行です。「慰問品(液体洗剤1.5kg)」と「総会資料(中止のため)」「吉田春秋68号」の3点をレジ袋に入れて会員宅一軒一軒訪問します。すでに小組ごとに段ボールの小箱に名前入りで準備をしており、2人1組で回ります。マスク着用、簡素なあいさつ、長居無用、近況をお聞きして、特に1年間お顔を合わせていない会員は、しっかりお話を聞いて問題把握に努めることにしました。年間を通していろいろな行事を立てますが、常に会員全員が参加するわけではありません。まず自分で歩いて来れる人が対象です。体に歩行障害があったりけがなどをすると、参加はまず無理です。またまた受け入れ態勢が整っていないのが現状です。全国にあればと点在するコンビニに障害者用駐車場の設置がありますか? ますありません。公共の建物の一部のみです。またまたほど遠い福祉国家なんです。私たちの力はごく小さなことですが、声を上げることで少しずつ前進すると思

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### 校区・単位クラブ活動

#### 玉川校区

##### 東西・南北に走る町道・校区と校区を結ぶ通学路の清掃活動

和楽会 鈴木 温子

令和4年2月27日(日)曇り、午前9時きっかりに和楽会会員の元気な精鋭部隊23名が和田公会堂広場に集合しました。(70歳〜90歳、女10名、男13名)

早速到着順に受付(体調確認)を済ませ、全員揃ったところで支給品のマスク、軍手、ゴミ袋を受け取り、担当者の注意事項を聞いて、3グループに分かれて担当区域に向かいました。

町内を縫うような一昔前の道、すれ違いがやつの場所、いつしか無断で踏み固められた畑の一角、簡易舗装とU字抗の蓋、家々の垣根を縫って結ぶ生活道路も慣れればお年寄りが安心してお墓参り、お寺参り、お宮参りができる町内のゴミを拾い集めました。

他グループの市道「勝ち山線」は、賀茂校区と玉川校区を結ぶ通学路です。川幅3メートルの一級河川「馬越川」は、水道管を西側に抱えわず4メートルにも満たない道幅のため、大型車で通るには思わす足のすくむ市道です。

朝夕の混雑は、幹線道路の



「和田辻交差点」「小倉橋交差点」「当古橋交差点」の3カ所が慢性的に渋滞するため、この3カ所を避ける一部の車両が和田町内を抜け道として通過します。心無い一部のドライバーのポイ捨てもあり、今回清掃活動の場所として取り上げました。

特に「勝ち山線」は近年、近代的な工場が稼働して以来、周辺が大変奇麗になりました。また反対側も太陽光発電が事業化され一気に周辺環境が良好になった反面、少し離れた所での「のり面」「くぼみ」に予想以上の「生活ごみ」が捨てられているのも事実です。

今日はこの部分を丁寧に10人の人数で清掃をしました。工事の廃材が束にして隠すように捨ててあり、あせんとしました。大きなバッテリー、トラック用ミラー、長くつ、ヘルメット、エアコン配管、一輪車、つり具ケース、アルミ缶、ペットボトル、瀬戸物、発砲スチロール、4リットル塗料の入ったペンキ缶など30リットルごみ袋30枚がすぐ終わるほどの

量を収集しました。急ぎよ20枚追加した次第です。当然軽トラ1杯分あり、今回は時間の関係上一部を残し切り上げて、全員で選別(分別)し、燃えるごみ17袋、埋めるごみ5袋、アルミ缶6袋、プラごみ12袋、不明ごみ多数を、会長さんが「市当局」と交渉して片付けることにしました。参加者が全員揃ったところで集合写真を撮り、多忙な会長さんのねぎらいの言葉をいただいている最中、雲の間からみぞれが舞いだすお昼少し前、女性部長が準備したお弁当を頂いて解散となりました。皆さんお疲れさまでした。

#### 玉川校区

##### 超!!若返りの老人クラブ 役員引き継ぎ会

和楽会 杉浦 伸治

昨夜(令和4年3月18日)の大荒れの風雨にビックリした人も多いのではないが、雨が壁をたたきつけるように降り、荒れ狂う風は容赦なく戸板からガラス戸を鳴らし、時折カタカタと音を立てて周囲に当たり散らしている様子が分かるほど、暗闇の中が想像できる。

そんな真夜中の出来事がウソのような令和4年3月19日(9時、好天の晴れ。遠い山並みがクッキリ見える朝を迎え、慌ただしく準備に忙しい。愛車を取りに水溜りを避けながら車庫に走った。運転席に座りキーを回す。660CC、4気筒DOHCの快調なエンジンを

#### 岩田校区

##### サロン「わかたけ」で消しゴムハンコ作り

平岡区老人クラブ若竹会 伊達 朝美

サロン「わかたけ」は6年前に発足して、今年で7年目になります。町内には集会所が無いので、個人宅のプレハブで行っています。

会員がお互いに先生になり、教え合い、まず手芸でわたりを作りました。手編みはたわしと首巻きを編みまじらせた。かわいいうろこ作り、折り紙で傘と八角型の箱も折り、そして絵手紙、ちぎり絵、塗り絵をやりました。シニア

フェスティバルの趣味の作品展にも出品しました。発足当時はおしゃべりしながら、お菓子を食べ、楽しくやっております。写真は発足当初に写したものです。次の年は



今年は消しゴムハンコを始めました。テレビのプレゼント番組では皆さんとても上手ですが、なかなか難しいです。まず、ハガキに押しつけてみます。色紙に押しつけて2023年度の会員の誕生日に贈ります。「若竹会」の落款も消しゴムで作らなくては…と張り切っています。



西年なので玄関に飾りたいと思いついた。にわたりを作りました。上手にできたので、年が変わってもずっと玄関に飾っている人もいます。

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています



タオルを重ねて荷物を積み込んだ。今日は令和3年度最後の仕事、引き継ぎ会が無事終わればホッとする瞬間だ。会場はいつもより大勢の人が集まっております。テーブルも座椅子もすでにセットされていて配布資料とお茶が着座を待っている。私も昨夜の失敗が無ければ早めに参加できたのに残念だ。大量の段ボール箱(ミカン箱)8個を玄関先に積み上げ席に着いた。

旧役員は西側、新役員は東側に着座して、にぎやかな会話の隙間に割って入った。旧会長の開催あいさつ。18名の新旧役員の名の新旧役員が顔触れが少し緊張した時でした。ご苦労をたたえた。



# 会員随想

## 古のロマンに 史たる・ 古墳めぐり①

玉川校区  
和楽会

杉浦 敬一

昨年暮れだと記憶していた広報「とよはし」(1月号)。「確か「イチオシ情報」のページだと思い、暮れの大掃除で片付けた新聞紙の束を思い出し、車庫の片隅に積み上げてある資源ごみの束を掻きさばいてみた。手当たり次第にまぎらわしいチラシを除き中ほどの束の中に発見した。

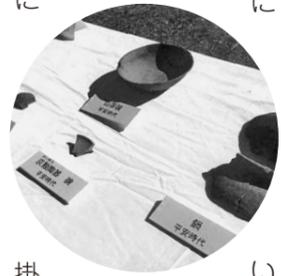
パラパラとページをめくると、記憶にある活字が目に入ってきた。『史跡ウォーキング』「石巻古墳」とあるではないか。



見学実施日は、1月22日9時30分からと書いてある。なんと明日ではないか。予定表を見ると、明日は午前中老人クラブの予定で埋まっているため、妻の予定を聞いてみた。特に予定はないが買い物ぐらいたと軽い返事。お天気も良さそうなので老人クラブの予定を少し早めに切り上げ、午後

一番の見学会に参加することにした。

この時期にしては上天気。まさにウォーキングには絶好の好天。私の町内からは目と鼻の先、勝手知った集合場所の公会堂は、徒歩で30分ほどの距離ですが、最近歩行に難を抱える妻を思い、目立たない車で出掛けた。



県道沿いの広い駐車場はすでに満車。100メートルも下れば、道の駅ならぬ「特産品、次郎柿の売店」がある、チョットした穴場。係員の指示で待つこと数分で空スペースに誘導された。よく見れば県外ナンバーがチラホラ。浜松、名古屋、遠い所で大阪、堺などにわたるの車

が地元ナンバーに挟まれていた。全国津々浦々に「歴史マニア」はいるんだと思った。私も「コロナ前は」、よく奈良県の明日香村古墳に時間を作っては何度となく出掛けたことがあった。目の前の、人の背丈の優に2倍はある、あの巨大な「石の建造物」を見

るだけで途方も無い「ロマン」に痺れる。想像するだけで遠い昔の偉人たち(頭)が下がる。今まで

いとも簡単に軽く見てきたことが大変恥ずかしい。道具の無い時代に気の遠くなるほどの時間を掛けて築いたと思うと言葉で表現できないほど年を忘れ興奮する。

今日はその現場を学芸員の方から説明をいただいた。最高の見学会である。受付で「検温」「消毒」「連絡先」の手続きを済ませ、案内された道順を行く。奇麗に下草の手入れが行き届いた小高い山に、妻と2人で静かに足を踏み入れた。(次号に続く)

## 定年後20年を 振り返る

福岡校区  
橋良老人クラブ西みどり会  
鈴木 祥允

60歳で定年を迎えたが、1年嘱託契約で無我夢中で働き、無理して病んだ場合、大変なことになると思い家族と相談して61歳で定年退職した。

その後ボケずに体も健康で長く続く良いことがないかと思ひひらめいたのが、われわれは子供のころ学校から帰宅後親の言うことを聞かないと後で叱られる時代なので、畑に行き手伝いをしたこ

とを思い出し、自家用野菜栽培をすることに決めた。なかなか何年たってもうまくいかず小型耕運機を購入して畑を耕したり、肥料を増やしたり、今現在でも素人の私です。季節の種を蒔いても、苗を購入し植え替えし、何を作っても収穫が実にならず買った方が安くつくと思うが、健康第一を考えると土踏み、土いじくり、自力仕事などを継続していく決心をした。

また、先輩から勧められ64歳で老人クラブに入会し、いろいろな役員を12年間務めさせていただいた。年間行事にも参加し大変な時期もあり、楽しかったこと、苦しかったこと、自分が役員をやってみて言い損ね、恥をかき、その節は役員、会員の皆さまには大変ご迷惑をお掛けしたことを反省、反省、また反省をしている。

また、そのころ、老人クラブの仲間(左記①②③)項目を立ち上げた。①飲み会と旅行(生きがいの娯楽を愉快地にひとときを過ごす)。

平成23年に設立(飲み会月2回実施し、貯金通帳も作り、金が貯まったら旅行する)。

亡くなった人、持病のある人が多くなり令和元年1月に解散。残念だ。②ラジオ体操(高齢者は、体も固くなり、体をほぐし健康保持)。

平成27年に設立、(場所)橋良神社境内。現在も継続。③ペタンク(高齢者に適した生きがいを高めるスポーツ)。

平成22年に設立。年間10回くらい試合あり。ここ2年はコロナ禍のためほとんどが中止。

練習日 週2回(水、土曜日) 現在も継続。

まだまだ、82歳。若い者には負けない気持ちで、右記の②と③を継続していきたい。食事何を食べても非常においしくいただき、息子夫婦にもよくしてもらい一番幸せなおじいちゃんです。

## 初めての田貫湖

花田校区  
西羽田町ゆたかクラブ  
羽田 光江

2月23日(水)は、富士山の日ということでバスツアーに出掛けた。上天気で絶好の行楽日和である。コロナの影響で観光は控えめですが、バスは出るとのことが出掛けたが、今日の乗客は9人と聞いて驚いた。大型バスで普通なら定員不足で運休だ。昼食は富士山丼をいただき、次に「田子の浦港公園」に。新しい海岸寄りの公園で展望台もあり富士山を見上げるのに絶景である。次に「富士山本宮浅間神社」にてお参り



をし、次に大淵笹場。ここは富士山と茶畑が一望できて絶景のすがすがしい。雲がかかると写真が撮れない。雲の移動を待っていたが時間が掛かるので次へ移動。到着した所が田貫湖だ。先ほどの雲も無く富士山を眺められて満足。きれいに整備されキャンプの人たちのテントがいくつもあり湖にデッキもあつて釣りもできる。逆さ富士が湖面に映る。サイクリングロードやボートも乗れる。広々としていて静かで鴨など、鳥もたくさんやってきて最高だ。古くは『狸沼』と呼ばれた葦の生い茂る沼地でしたが、せき止められ農業用水に利用され標高680メートルの湖面ができたこと。管理棟もありキャンプ用品も皆揃うよう自然塾の体験やクラブト教室、ホテルも見られて夏冬ともに楽しめて夜空の観察もOK。若い人たちはいいなとつくづく思う。今まで富士五湖はいろいろ観光したが、田貫湖は初めて来てとても気に入った。温泉風呂の案内もあり、近くに宿泊施設もあり、食事もできるので長期滞在も可能で、子供連れなら一層楽しめる良い行楽地であると感心した。

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### その話、前にも聞いたよ

富士見校区  
富士見ニューレイク  
鈴木 清香

「同じこと何度も言っただけで、同じ話を言ったとしても、それは1年に1度か、昨日か、それとも1時間前か、によるのではと思う。」

1度言ったことは、2度、3度も言っただけで怒鳴る若い子たち。いいじゃないの、たまには同じ話をしても、昔話をしても。

せめて親孝行と思って聞いてあげてください。「フン、フン、そつだね」と言っただけ、どれだけ相手は喜ぶか。せめて1日に5分間くらい話相手になってあげてほしい。

母の日のカーネーションよりも親は喜ぶと思うよ。

### 昭和は遠くにか

天伯校区  
天伯シニアクラブ和みの会  
西川 誠

町内の老人クラブに入っただ。いろんな行事もあって楽しい。例会に出席し、自己紹介から始まる。なんとなく戦前、戦後に大別される。土地柄天伯には入植者も多く、「開拓」し今日を築いたのはと、苦労話が続く。されど、おれなない信念のある人も多く人情も厚い、まれには野菜など旬の

ものが届く。昭和も戦前、戦中、戦後とは全く別の時代だ。私も14年に生まれ、おぼろげながら、かの戦争を覚えている。

「敗れしは彼の日にあらずわが命ち生き終るまで敗れゆくなり」(岡野弘彦作)戦後生まれは77歳だ。確かに昭和は遠くに感じられる。

ここで歌の世界から昭和をひもといてみよう。

古賀政男、古関裕而、藤山一郎(男の純情)、東海林太郎(国境の町)、霧島昇(目無し千鳥)、ディック・ミネ(人生の並木路)、フランク永井、裕次郎、小林旭、遠藤実、美空ひばり等々、多士済々だ。そつだ、田端義夫(別れ船)は私の十八番だ。昭和を彩った輝く名曲が並ぶ、人生の応援歌だ。「何度救われたか。」歌はわが時代の代弁者でもある。

昭和は遠くなつたが私の中では脈々と息つき輝き続けている。「昭和は遠くにか」。

かの大戦、東京オリンピック、ダイナミックな高度経済成長、さらに社会のデジタル化へと大きな波動、もろもろが昭和と青年期が交錯して去らない。懐かしくも、単なるノスタルジーか。



### ギブイコール

松山校区  
中松山町睦クラブ  
堀内 三朗

覇道とは、武力・権謀で国を治めることであり、ウクライナ危機を招いたロシアの政道である。プーチンは主権国家であるウクライナを攻撃、子供・女性・高齢者など弱者の被害は、目に余るものがあり悲惨を極めていいる。

人は、幸福と平和を望み、相対する他人も同じである。そして自国・他国の人々もさまざまな違いがあっても皆同じである。他者の犠牲による自分の自己優位、他国の滅亡による自国の繁栄。この方式は維持できない。将来必ず行き詰まりを生じる。

ギブアンドテイクは、現状維持。ギブイコールテイクは、必ず現状変革につながる。「誰かに何かを与えているとき、自分も同時に受け取っている。」ギブイコールテイクは、問題を抱えて困っている人に一緒に頑張って同苦し、解決の方法を考え励ましていくこととなる。幸福の方程式は自他ともに原則である。

隣国同士の戦争の前に、ギブイコールテイクの話し合いができていれば、相互の発展の基盤となっていたかもしれない。

### 交通立ち番とあいさつ運動

天伯校区  
天伯シニアクラブ和みの会  
鈴木 訓司

覇道国家ロシアの影響が隣国の日本に及ばないことを祈りつつ、松山校区老人クラブ連合会は、全員賛同でウクライナ人道支援を行った。

令和3年度豊橋市高齢者交通安全指導委員委嘱式および研修会開催は、新型コロナウイルス感染拡大のため中止となり、委嘱状と資料などは郵送にて送付されました。私は初めての役割で不明な点が多くありましたが、送付された資料を参考に、また校区交通安全委員会、小学校PTA、小学校健全育成会(小学校区自治委員会)など各団体よりアドバイスをいただき、また資料により年4回(春、夏、秋、年末)交通安全運動が実施することを知らしめ、自分も同時に受け取っていました。春の交通安全運動が4月6日より15日まで実施され小学校正門前で7時30分より8時まで、交通立ち番、あいさつ運動に参加協力しました。その後、夏の交通安全運動が7月11日から、また秋の交通安全運動が9月21日から、そして年末は12月1日より各10日間実施されました。私は子供たちの出校日に合わせ、朝早い箇所は7

時10分ごろからでした。他の箇所は7時30分より8時まで、立ち番、あいさつ運動に参加協力しました。校区内10の当番箇所1日1力所または2力所巡回しました。小学生たちは班長を中心に交通安全を確認しながら元気に登校する姿を見ることができました。交通安全運動に参加協力できたことをうれしく思います。これを機に高齢者の交通安全活動を促進し、交通事故の防止を図りたいと思います。特に高齢の運転者は加齢に伴う身体機能低下が「運転操作の誤り」を及ぼすことが多くあります。体に不調を感じたら自動車運転は控えましょう。

### プラスチックごみ

福岡校区  
小池元町百寿会  
中野美美子

スーパーで右を見て左を見て、前を向いても後ろを見てプラスチック。佃煮類や総菜類、プラの皿に乗せプラのラップに包んで売っている。人参、きゅうり、葉物類までプラの袋やラップに包んである。お持ち帰りの弁当容器、ペットボトル、付属のスプーンやストロー、それをまた、レジ袋に入れて持ち帰る。食へ物ばかりではない。日用品、雑貨や衣類、商品の包み紙すべてプラスチックである。レジ袋は1年前から有料になったが、売り物

すべてが石油からできたプラ袋で包装されているのだからたまらない。プラスチックの生産量は世界的に見ると、昭和40年ごろから50年間で20倍になったと聞く。石油から作られたプラスチックは、腐って土に返ることは無く、自然界では分解されないという。国内で年間排出されるプラスチックごみは、850万トン。プラごみの5割以上を回収などして焼却しているが、工程で二酸化炭素を放出することになり、これもまた、地球温暖化を含めた観点で問題視されている。屋外で使われるプラ製品が、雨や風で飛ばされたりして、紫外線により劣化、細片化して5ミリ以下の粒子となり、最終的には海に流失し、回収不能になってしまう。考えられないような話だが、海にはマイクロプラスチックとなったプラごみが、年間2万6万トンも流出されているという。紫外線はプラ製品全般を劣化・細片化させて、回収不能なマイクロプラスチックにしてしまう。1度海に入ってしまったら波や海流によって海洋全般に運ばれていく。それをプランクトンが食べて、また海の生物が食べ、捕獲した人間が食へることになる。マイクロプラスチック自体は、人体で消化されず影響は無いそうだが、有害物質が食物連鎖によって高濃度に濃縮

される恐れがあるかもしれない。マイクロプラスチックは有害な化学物質を添加剤として含んでいたり、海水中から吸着したりもしやすい。魚や海鳥にとつて有害で、生態系にもさまざまな影響を及ぼして懸念されている。

プラごみの削減が繰り返され続けているのに、生産量は爆発的に増加している。プラスチックの多くが有限な資源である石油から作られており、またポイ捨てや不法投棄などもいつまでたっても無くならない。やがては雨や風に運ばれて海に行き着くことになる。いけないこと、駄目なことを誰しもが認識、理解していきながら即やるべきことか。やる気があればプラスチックの製造、使用禁止が即できるはず。これ以上分解されず自然界に残り続けるプラスチックごみで、地球を汚してはならない。できないのは行政の怠慢ややる気の無さ、われわれ国民のモラルの低下に他ならない。地球は自然や800万種の生物がいると推定される皆の生存する権利がある惑星である。人間の独断と偏見で好き勝手な行為を決して許してはならない。肝に銘じておくべきである。



**フィギュア  
団体、銅  
「素晴らしい演  
技、ありがとう」**

津田校区  
西日進会  
笹野 壽

今年2月に行われた、北  
京冬季オリンピックでのこ  
とです。

フィギュアスケート団体  
競技は、8年前のソチ大会  
から始まった種目です。過  
去2大会は、いずれも日本  
は5位の成績でした。個人  
男女2人ずつ、ペア、フリー  
とアイスダンスフリーの演  
技の合計点で順位が争われ  
ます。

私が、今回の北京オリン  
ピックで最も感動したのが、  
フィギュア団体のペア  
フリーに出場した、木原龍  
一・三浦璃来組の演技でし  
た。この2人の名前を私  
は、テレビを見るまで知り  
ませんでした。2人は3年  
前にペアを組んだばかりで  
すが、2人の演技がとても  
素晴らしく、強く心を打た  
れたのです。

団体戦なので、一人ひと  
りの点数の積み重ねで勝敗  
が決まります。2人が演技  
する前まで、宇野昌磨選手、  
鍵山優真選手などの活躍  
で、日本は全体の3位の位  
置にいました。2人の演技  
次第では、4位か5位に落  
ちる可能性もありました。

自分たちのミスで順位が下  
がってしまったメダルが取  
れない。チームの皆に申し  
訳ない。初めてオリンピッ  
クと一緒に演技する2人に  
かかる重圧は、そうとうな  
ものだったと思います。



演技中の2人は、息を合  
わせ、お互いを思いやり、  
ミスをしないように、しな  
いように丁寧に滑っている  
のが、画面を通してひひ  
しと感じられました。特に  
女性の三浦選手は、抱え上  
げられたり、放り投げたり  
されるのですが、それを見  
事に着氷し、最後は渾身の  
力でスピンを回しきり、2  
人は見事にノーミスで演技  
を終えました。会場は2人  
の演技の素晴らしさに、惜  
しみない拍手が鳴り止みま  
せんでした。私も「よう、  
やった。」と、つかやいて  
しまいました。2人の頑張  
りで、日本はフィギュアス  
ケート団体で、見事3位と  
なりました。

今回のオリンピックで、  
私は金メダルを取った小林  
陵侑選手、平野歩夢選手、  
スピードスケートの高木美  
帆選手などの活躍にも感動  
しましたが、フィギュア団  
体、ペアフリーに出場した木  
原・三浦ペアの演技が忘れ  
られません。素晴らしい演

技、ありがとう。

**グラウンド・ゴ  
ルフ長寿会1周  
年記念競技大会**

松山校区  
大國町寿会  
澤山 卓

昨年6月に趣味の教室を  
立ち上げ、1周年を記念し  
て、競技大会を5月17日(火  
)午前9時より実施しまし  
た。小雨降る中、景品など  
が濡れないように松山公園  
南の「パーコラ」に移動し  
て開始されました。1ラウ  
ンド8ホールを3チームで  
2ラウンドの競技で1位か  
ら3位までは特別賞、その  
他は参加賞で開催されまし  
た。男女構成は、男7名、  
女9名で毎回女性の元気良  
さには圧倒されるばかりで  
す。和気あいあい平均年  
齢80歳の高齢者集団は外見  
を気にすることもなく元気  
いっぱい、競技は雨もや  
み終了しました。グラウン  
ド・ゴルフをするためには、  
小石や雑草は邪魔となるの



で徹底した掃除を行い、地  
元の自治会よりお褒めの言  
葉をいただいております。  
10時半、1位から3位まで  
の表彰を行い、その他の  
参加者にも参加賞を配り終  
了。全員の集合写真を撮影  
して解散しました。

**家庭菜園は  
心の菜園**

福岡校区  
橋良老人クラブ東みどり会  
藤井 昌昭

コロナ禍での制限された  
日常生活の中、みどり会会  
員アンケートを実施し、実  
現くださいました「家庭菜  
園」は誠に張り合いがあり  
ます。私も1区画申し込  
み、日々エンジョイしてい  
ます。草が茂って大変だよ、  
腰が痛くなるよ、買った方  
が安いよ、などいろいろな  
情報を耳にしましたが、実  
際に活動を始めてみます  
と、人の温もりをこれほど  
に感じたことはありません  
。まさに「向こう三軒両  
隣」の心です。「苗がたく  
さんあります」「よろしかっ  
たらお持ちください」「採  
れたてですどうぞ」などな  
ど、初めてお会いしたとは  
思えない会話の数々。何物  
にも代え難い。ストレス社  
会を忘れさせてくれる「心  
の菜園」です。垣間見る、  
親子の共同作業も心が和ま  
されます。地主さまの「家  
庭菜園」テクニク講座、

水の無償提供、前会長さ  
まによる連作障害資料の作  
成・提供、元副会長さまに  
よる500個近いプロック  
リー苗の提供などなど、多  
くの皆さまの心遣いに感謝  
の「家庭菜園」の始まりで  
す。ありがとうございました。  
私の体験メモ、初収穫のフ  
ロツコリーは「ど」が付く  
ほどうまかったです。初め  
ての味、採れたての味でし  
た。草取り知らずくらいに  
拍子抜けの陰の立て役者は  
100円ショップの除草シ  
ート。1区画5メートル×  
4メートルの面積です。こ  
れから何が起きるか楽しみ  
いっぱい家庭菜園です。  
情報によれば、スタート時  
12区画、3月末現在16区画、  
整地待ちが4区画だとが。  
まだまだこの輪は広がりそ  
うに思います。併せて、橋  
良老人クラブみどり会の輪  
も広がることを祈ってやみ  
ません。



**コロナ禍の活動  
を振り返って**

牟呂・汐田校区  
外神豊寿会  
鈴木喜久男

2020年はオリンピッ  
クで日本中盛り上がるはず  
が、コロナのせいで全ての  
活動が休止を余儀なくされ

た年であった。老人クラブ  
の活動も全くできず、本来  
なら前年通りにやればいい  
のが、やってはいかん、何  
もするなという状態であっ  
た。その中で、外での活動  
は、ソーシャルディスタ  
ンスを保てばできるので、公  
園清掃と花植えは行った。  
でも、お年寄りの最大の楽  
しみであるおしゃべりと食  
事の間を提供する「お日待  
ち」という公民館での集ま  
りは、禁止された。  
毎月の組長会で何とか何  
かできないかと話し合っ  
て実現できたのが、公園での  
「ためになる話を聞く会」  
であった。真裏公園にフ  
ルーシートを敷いて、間隔  
を空けて椅子を並べて会場  
を作った。役員の労力は大  
変なものであった。本当の  
ところは、なかなか会えな  
いでいる会員の顔合わせの  
場を提供するのが目的で  
あった。その日は秋晴れの  
気持ちのいい日で、集まっ  
た人たちも、「元気？」と  
声を交わすことができた。  
「何もせんでいいから楽  
やね。」と言われたのにムッ  
として、肩肘張って頑張っ  
てきた感があるので、最近  
はもっと力を抜いてやれば  
いいのかなと思う。  
「コロナとの闘いは、まだ  
まだ続きそうです。今年こ  
そはプロックでの演芸大会  
ができればいいと思ってい  
ます。」

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています

### 私の「第三の人生」の目標

嵩山校区  
東ふれあいクラブ  
藤原 喜六

8年前の平成26年6月16日、自宅前の畑でトラクターに乗って耕起している時でした。二日酔いとき起る吐き気とよく似た症状が発生しました。しばらく屈んでいたが治らない。家に帰って玄関で横になり休んで脈拍を計ったところ49と少ないことにびっくり。直ちにかかりつけの開業医に行きました。先生からすぐ市民病院に行くよう指示されました。

市民病院では診察するや否や「心筋梗塞」で手術が必要と言われました。カテーテルによる手術は局部麻酔のため、手術中の先生や看護師の話し声を聞くことができませんでした。しかし、手術の途中で会話の記憶が飛んでいたため、居眠りをしたと思い、手術終了後先生に「手術中に居眠りをして、申し訳ありませんでした」とお詫言したところ、看護師たちから「藤原さんどんな夢を見ましたか」など笑いながら質問されました。「爆睡で夢は見ませんでした」と返答。

ていまして、実は『心臓が止まっていた』のです。AEDですぐに蘇生したので後遺症などの心配はありません。」と言われまして。三途の川を渡りきる寸前で現世に戻ってきたのです。第二の人生は大変ラッキー!!で終わりました。そこで、私の、「第三の人生」の目標は当面あと6年、90歳まで農業と農業ボランティアを続けていくことです。



### 人生大学

富士見校区  
富士見ニューレイク  
石塚 秀文

83歳になり、私の人生栄光への悟りです。人間も宇宙の中の一生物、つまり宇宙のリズムに乗ることで。つまり自転と公転です。人間は1人では生まれません、1人では生きられない。人間の道の第一は、恩であり、その第一は、父母先祖次が人、社会、地域である。つまり、人のため、社会のため、地域のために徹して

生きれば、自然と良い人生になっていきます。

また、良き師に学び、良き友達をつくり、恩を忘れずに生きるならば。遊楽の人生、所願満足の人生コースへと入っていくと確信します。

今、私は老人クラブの副会長と交通安全の見守り隊をやらせていただいております。毎日の人生が楽しみです。また近くで家庭菜園もやっております、まさに楽しい人生です。また良き家族にも恵まれ、素晴らしい孫に囲まれて実に素晴らしい人生となっています。これからも人のため、社会のために頑張っていきたいと思います。



### 水呑百姓奮戦記

玉川校区  
森遊会  
鈴木 福夫

戦争が終わって僕らは生まれた、戦争を知らずに僕らは育った。と歌ったのはつい最近のように思い出されます。以来、戦争の悲

惨さは繰り返して報道されてきたけど、戦争はいっこうに無くなりません。日本は直接戦わなかったけれど、ずいぶん稼がせてもらったのではないのでしょうか。

中学生の時、先生が「戦争が始まると1円の物が1000円で売れる」と言われまして。太平洋戦争終了後も戦争は無くなりません。朝鮮・ベトナム・湾岸・アフガンとずっと戦争は続いてきました。日本はずいぶん潤ったと思います。

また、高校の日本史の先生は歴史の流れをお金の流れで解説してくれました。分かりやすかったです。関ヶ原の戦いのころ、百姓は戦いを見に行くと聞いています。そして戦が終わると槍、刀、衣類さらには鉄砲の玉を掘り出し換金したと聞いています。その頃の百姓はどちらが勝っても命までは取られません。時代が下がると徴兵制が敷かれ、百姓も戦場に駆り出されます。命のやり取りの現場に行き、武器を持たない人も殺し、殺される時代となりました。

南シナ海の石油は日本で掘っても中国で掘っても価値が少し変わるだけです。百姓にはあまり関係ありません。命のやり取りをするのは中国と日本(米國)の資本家たちです。私、水呑百姓は白けた目で戦争を見

ています。今日も水田に立って青空を眺めています。

新川校区  
第二向山町楽寿会  
野口八重子

老人クラブの知人からグラウンド・ゴルフに参加しませんかと誘いを受けたことが始まりでした。初めはクラブを思うように振ることができず、ホールインが難しく練習も大変でした。半年も過ぎた頃から、ゲームが楽しくなり、チームの仲間と語り合う時間も私の生活の一部となりました。愛用のゴルフクラブは夫からの誕生日のプレゼントでした。夫には練習日や試合で忙しいときは家事を協力してもらい感謝しています。コロナ禍でこの2年間は思うように外出もできず、クラブの仲間とも会えない寂しい日々を送ってき

ました。3月に愛知県の制限解除が報じられてからは再開され、月に8日間の練習と合同試合は制限がありますが、これもまた楽しい試合です。4月に協会より表彰され、身に余る光栄とうれしさで胸がいっぱいになりました。今まで私には支えとなる言葉がありました。「年だから」でなく「まだ

まだこれから」と前向きに生きることです。継続は力なりと言いますが、グラウンド・ゴルフも年を重ねていくうちに失うこともありすが、諦めない思いがスコアにつながり結果となるのです。これからも老いと向き合いながら活動していきたいと思

会員の皆さまが健康で、楽しく、笑顔で、日頃の生活を送られることを願っています。



### 戦争にまつわる私の体験(抄)16

二川南校区  
二川南町寿会  
山本 民男

山遊びの思い出もありません。多くは一学年一緒だったと思いますが、学校の裏山でキノコ狩りをしたこともありました。ドンドと呼ばれる土の崖にはしばしば訪れました。

浅間山(137・2メートル)まで足を延ばすこともありました。山頂には古墳の石室が露出しております。

清水に飛行機が飛来するとのことで岩屋山まで、見に行きました。遠くの方で飛行機が発着していました。上級生は清水まで歩いて行ったのですが、われわれ下級生は岩屋山からでした。(3年か4年の時)

### 兵隊ごっこ

低学年の頃はチャンバラごっこが多く、玩具の刀を持っていて人が主導権を持ちました。随分メチャクチャに刀を振り回したようですが、体に触れる前に止めてけがをした覚えはありません。

高学年になると遊びは兵隊ごっこに変わりました。大岩と二川の2組に分かれ、攻防するのが本目ですが、お互いに敵の本陣を探すために歩き回るのが主体で、実際に敵軍と遭遇したのは1回だけでした。でも、高山(三張山脈の南端)のあけび、栗、すずば、くみ、山桃などの食物の木と山道には詳しくなりました。野山を駆け巡ったおかげで足が丈夫になったと70年前を回想した友がいました。



# 会員文芸

## 俳句

■福岡校区 橋良老人クラブ西みどり会  
新コロナまだまだ増える感染者  
鈴木 祥允

■福岡校区 橋良老人クラブ東みどり会  
通学路おはようの声旗をふる  
高井 宏昌

ウクライナの戦地に子供散る  
田中 幸三

■小沢校区 第二寿会  
桜散る古寺の庭に鳩一羽  
本馬 孝子

■小沢校区 第三寿会  
初鳴きやゆるりと開ける扇窓  
外山 孝子

■吉田方校区 若波会  
行く末を語り歩く夏の月  
河合 昭子

■杉山校区 高明日望会  
積都と梅花白々夜半の庭  
井土 幸子

春愁や取り損ねたる廻り寿司  
竹内 澄子

釣り堀の大漁ガッツ子等の春  
中神佐和子

■岩田校区 東岩田長寿会  
こいのぼりこの頃泳ぐ姿なし  
加藤カツエ

夢だった現世にもどる春炬燵  
千賀 芳彦

■大清水校区 第一豊松会  
霜枯の花が目につく庭先に  
坂神 克子

桜散る夕暮れ散歩人恋し  
鈴木 正子



■大清水校区 第二豊松会  
目で笑うウイズコロナの春の朝  
藤村 元司

■大清水校区 柳風会  
垂れ梅一・二・三輪空映える  
平山 勝

■大清水校区 第二きさらぎ会  
庭の隅水仙二輪夫婦咲き  
花井 博行

■飯村校区 第二飯寿会  
野辺真中声のみ速し初雲雀  
佐野 栄子

卯の花や濃きコーヒーの角砂糖  
広中 雅子

■八町校区 中八老人クラブ  
秋近し菊の花びら顔を出し  
白谷 秀夫

■老津校区 老津俳句会  
雑木山色かへ芽吹く枝明り  
石田 初江

葱坊主お伽話の鼓笛隊  
三浦 松代

つちふるや戦禍の中の民いかに  
彦坂 博子

しんがりに出て来ていひはる葱坊主  
鈴木 純夫

門出や枝垂れ桜の咲き誇る  
別所 善子

外は雨庭の牡丹をじっくりと  
平川 竹節

花や花輝く時は短くて  
鈴木 陽子

一年生桜落るランドセル  
明星 節子

知り人か振り向けばもう花の中  
澤山十糸子

たんばばに一輛電車の軋む音  
高橋いすゞ

## 短歌

■豊校区 西岩田親睦クラブ  
泣き虫の八十八歳の朝は  
雨に飛びあがる燕に泣きぬ  
金田 英子

■吉田方校区 若波会  
母植えし幾年過ぎて立寄れば  
桜見事に我を呼びけり  
河合 昭子

ストレスを減らす術などテレビにて  
多く知りたりせつせつと励む  
大木 篤子

往診の医師も使ひあし分度器に  
学舎の窓まがまがと頭つ  
丸山三三四

友の庭口ウバイの花満開に  
入院してある友に見せし  
横山 宜世

■吉田方校区 菰口町寿会  
母の習いし大正琴を「どうしよう」と  
我に問う長兄八十六歳  
杉浦尊香子

■小沢校区 第二寿会  
河川敷白熱灯でボンボリも  
空に浮かび夜桜に酔う  
本馬 孝子

■幸校区 牧野町長寿会  
寅年を八度迎えた正月に  
ひ孫のかかるたはローマ言葉  
山本 久子

義姉見舞う妻のみかない一人待つ  
渋谷のハチか時の長さよ  
宮田 建夫

■幸校区 南松原寿会  
愛らしき振り袖姿笑し孫  
親の頬には涙のあとが  
伊藤富士子

藤袴ほどよく咲いて遠来の  
アサギマダラの止まり木つとむ  
金子 浩吉

婿さんに手解きうけて初スマホ  
なんども聞きし我八十路なり  
大橋 睦子

■天伯校区 天伯シテクラブ和みの会  
植えし人忘れじとかやチューリップ  
高師台ヶ丘薫り残し  
西川 誠

■岩田校区 北岩田三区福寿会  
堤では辺り一面菜の花や  
大根の花で春真つ盛り  
藤田ひな子

黒壁に沿って桜が舞い散りぬ  
風のそよぎに任されるまま  
神藤ふさ代

春風に押されて歩くウオーキング  
多米の山々新緑に萌え  
伊藤みつよ

桜の花見蕩れていたが今は無し  
若葉もふえて今花替わり  
城 憲男

紅梅の色鮮やかな桃色の花  
明るき初春美しき庭  
大野 興子

■大清水校区 第一豊松会  
病室の窓一杯に雪の舞い  
明日は手術か奮い立ちおり  
鈴木 正子

■大清水校区 第二豊松会  
男でも少し泣きたい夕まぐれ  
庭の木連はらりと散る日  
藤村 元司

■津田校区 燦栄会  
友くれしタラの新芽の天婦羅は  
自然の恵み春を味はふ  
中島タエ子

■津田校区 西日進会  
呑むほどに語り明けゆき酔どれし  
おぼろ月とも千鳥足とは  
笹野 君夫

■津田校区 進誠会  
畦にまく大豆の実秋の色となり  
さふれば馳せる吾の手のひら  
田中 英代



## 川柳

■中野校区 おあしす会  
舌だけは老人会の病み知らず  
彦坂 吉尚

数独に励まされてるボケ防止  
彦坂くみ子

■植田校区 植田白寿会  
ボケ防止散歩に出かけ家はどこ  
松井 徳之

■吉田方校区 若波会  
ほめられてぬり絵に夜長九十路  
河合 昭子

■幸校区 南松原寿会  
愛猫は我家のスターで甘え上手  
伊藤富士子

■天伯校区 天伯シテクラブ和みの会  
OBす絵になる君がそこに居る  
西川 誠

■大清水校区 第二きさらぎ会  
老いの腰鎌を頼りに一休み  
花井 博行

■大清水校区 第一豊松会  
八十路過ぎもう駄目だとは言わせない  
石川 重幸

華はない鼻はあります老いの我  
彦坂 昌代

望み一つ元気に百の峠越え  
鈴木 正子

■大清水校区 第二豊松会  
翁はね虫齧はないよ総入れ歯  
藤村 元司

幸運はこの地で生きた九十年  
彦坂 登

■大清水校区 柳風会  
名を忘れ声かけられて苦笑い  
平山 憲子

歳とって楽しみもあり憂いあり  
仲井 文二

知らぬ間にテレビ相手に独り言  
近藤 庸子

■大清水校区 第一きさらぎ会  
迷い道十八歳の大人入り  
森 進吾

■福岡校区 小池元町百寿会  
老いても夢を持つのが生きる糧  
中野芙美子

■野依校区 野依ふれあいクラブ  
冷や酒と注射は後で効いてくる  
村田勇一郎

■東田校区 仁連木・東郷寿会  
自粛明けストレス解消今チャンス  
板橋 章一

おしどりを見習い妻と六十年  
島 正行

不具合も心ひとつで楽になり  
大林恵以子

いい夫婦この時ばかり機嫌取り  
小椋かつ子

この世では損得忘れ感謝だよ  
河合 正年

子育てに追われた頃が花だった  
瀧本里恵子

ストレスで心の鍵が錆びて行く  
藤井 克代

野良猫もお客様です声をかけ  
後藤マサ子

震える手行書ぐらいが丁度良い  
榎島 謙一

八十路すぎ重ねた年に感謝する  
佐原 久代

災害がますます深刻温暖化  
柴田 静子

免許返納やめときやよかつた不快適  
谷中ヒロ子

■岩田校区 東岩田長寿会  
以下同文修了証書を拝受する  
千賀 芳彦

■八町校区 中八老人クラブ  
八十路なりまだこれからと撒どばし  
白谷 秀夫

■津田校区 西日進会  
蟬しぐれ去りて頃よし虫しぐれ  
笹野 君夫

■栄校区 小松町長寿会  
北の国隠しきれずに出した数  
伊藤 信平

五百万どんな味するずわい蟹  
松岡 洋子





今川 智嗣 会長



市老連今川会長が校区会長を務める西郷校区老人クラブ連合会は、現在、「平野町長寿会」「西川東部長寿会」「西川西部長寿会」「中山町老人クラブ若葉会」の4つの単位クラブから構成されており、会員数は男性158名、女性167名の合計325名です。豊橋市の最北端に位置する緑豊かな自然に囲まれた校区であり、柿や梨、ぶどうなどの果樹栽培が盛んです。会員の多くは現役の農家で初夏から秋は大わらわ。そのため、行事の多くは農閑期に集約しています。

◆地域包括支援センターによる

体力測定を実施

行事の中でも、これから力を入れたいと思案しているのが、さわらび地域包括支援センター職員の協力を得て行う「体力測定」。令和2年度から、コロナ禍のため人数を制限し、役員を中心に実施しています。6月に

5メートル歩行、握力、片足立ち、5回立ち上がりの4種目を測定し、12月に結果の説明と講義があり好評を得ています。今年の体力測定後の理学療法士への質疑応答では、農家ならではの悩みに答え、農作業後の疲労回復に効果があるストレッチ体操を教わりました。

西郷校区の方々は、隣近所仲の良い土地柄であるため、今回の参加者の方の評価が良ければ、すぐに一般の会員さんたちにも広まると思いい、期待しています。

◆若い会員さんに

注目してもらうために

グラウンド・ゴルフやゲートボールなどのスポーツ大会や出前講座などにも力を入れていますが、これからは体育館でもできるボッチャなどのニュースポーツも取り入れるべく、声掛けをしています。「ルールを確認し、手探りながらも、やってみるとこれが面白い」と笑みをこぼす今川会長。新しいことに挑戦する姿勢は若い会員さんからの支持も得ており、新規会員の獲得につなげたいと考えています。

◆保育園交流事業と

三世代交流事業

園児たちと収穫を楽しむために、春にはサツマイモやスイカを植え、その後、収穫まで交代で管理していきます。収穫後はスイカ割りをしたり、焼き芋をしたりして、一緒に食べます。また、三世代交流事業では、

お正月に家庭科室を借りて、子どもたちと一緒に五平餅を作ります。子どもたちは、そのおいしさと楽しさをいつまでも忘れないので、この取り組みを大切にしています。



平野町長寿会 加藤 康 会長

◆西郷校区の

平野町長寿会会長の声

会長就任4年目で、コロナ禍にも負けず、公民館や公園の清掃ボランティアのほか、ごみゼロ活動などの運営を地道に尽力する加藤会長。「事業を企画検討し、通知するのは大変ですが、皆さんが楽しみ、喜んでくださることがモチベーションに繋がります」と語ってくださいました。



体力測定の様子

片足立ち

5回立ち上がり

5メートル歩行

編集後記

吉田春秋をお届けします。今号もたくさんのご投稿をいただき、ありがとうございました。広報文化部では、皆さま方のご意見・投稿などをお待ちしております。

今後も読みやすく楽しい紙面づくりに努力してまいりますので、よろしくご支援をお願い申し上げます。 ゆたかクラブ豊橋 広報文化部

原稿募集

◎校区活動、単位クラブ活動、俳句、短歌、川柳、随想などの投稿を募集します(写真を添付いただく場合はきれいなものをお願いします)。

◎原稿用紙600字。俳句・短歌・川柳については各1点ずつお願いします。

◎原稿は、市内在住の市老連に加入している方に募集しています。必ず、校区名・単位クラブ名・氏名を明記してください。

◎紙面の都合上、やむなくカット・見送る場合があります。

◎締め切り/11月15日(火)

◎投稿先/ゆたかクラブ豊橋事務局

(豊橋市今橋町1番地・豊橋市役所長寿介護課内)

☎51-2337

ご協賛各位へのお礼

この度「吉田春秋」の発刊にあたりまして、広告掲載のご協力を賜り誠にありがとうございました。本紙は、会員が生きがい・健康・教養を高めながら交流の輪が広がるよう願って刊行いたしております。今後とも何とぞ末長きご厚誼、ご支援をお願いいたします。 ゆたかクラブ豊橋

私たちは、ゆたかクラブ豊橋の活動を応援しています