

豊橋市老連だより

第47号

吉田春秋



市花：つツジ

■発行／豊橋市老人クラブ連合会 ■編集・印刷 (株)博報社／名古屋市北区稚児宮通1-56 ☎0120-0212-09



平成23年度豊橋市老人クラブ連合会総会

4月21日、豊橋市公会堂で平成23年度豊橋市老人クラブ連合会総会が開催されました。

はじめに3月11日に発生した東日本大震災の犠牲者と物故会員に対し黙祷を捧げた後、平成22年度をもって会長職を勇退される柵木会長があいさつ。「人を氣遣う温かい気持ちを持った暮らしが大切であり、その気持ちを広めていきたい」

就任のご挨拶

豊橋市老人クラブ連合会
会長 富安 貞夫

残暑の候、市老連会員の皆様にはますますご健勝で活躍のこととお慶び申し上げます。このたび、市老連会長の大役を務めさせていただきますことになりました。役員経験の少ない私が任期を無事に務めることができるか不安ではありますが、会員各位のご支援と

と述べ、最後にこれまでの協力に感謝の意を表しました。佐原市長からあいさつをいただいた後、5名に市長感謝状が、148名に市老連会長感謝状が贈られました。



続いて柵木会長を議長に議事に移りました。議案第1号「平成22年度事業報告及び決算」の後、議案第2号「平成23年度豊橋市老人クラブ連合会役員選任について」では役員の内入れ替えが行われ、新しくバトンを引き継いだ富安新会長が新役員を紹介。「第一に新規会員加入促進に力を入れ

協力を頂きながら精一杯取り組んで参りたいと存じますのでよろしくお願い申し上げます。さて、去る3月11日に東日本大震災が発生しました。日本国としても未曾有の大災害でありまして、大変多くの方々が被害を受けられました。市老連としても義援金のご協力をお願いしましたところ多大なるご支援を頂きました。有り難く厚くお礼を申し上げます。

シニアリーダー育成事業講演会

「生涯、挑戦 ～スポーツの取材現場から～」



NHK アナウンサー
大蔵 哲士氏

活躍している選手に共通しているのは「限界をつくらない」「あきらめない」精神です。`老人、`というには皆さんまだまだ若い。40歳を目前にして大リーグに挑戦した元プロ野球選手・桑田真澄さんは「ベテランにはベテランの役割がある」と語っています。皆さんにはこれからも積極的に地域の若者と関わっていただきたい。皆さんがイキイキすると組織も町も活性化します。
〈スポーツアナウンサーとして心がけていること〉
◎球場に足を運んで実況の練習をする。(常に現場の空気を感じ、感覚をさびつかせないように)
◎他人の放送を批評しながら聞く。(他人の批評ができないと自身の成長につながらない)

ていきたい」と就任の抱負を述べました。なお、柵木前会長は顧問としてこれからもご尽力いただきます。その後、議案第3号「平成23年度事業実施方針」、議案第4号「平成23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則の改正及び施行について」と審議が進みました。議案全てが活発な質疑応答を経て承認され、閉会。休憩をはさんでシニアリーダー育成事業講演会が行われました。

さて、23年度市老連の最重要目標は「組織の点検・強化・拡大を進めよう」で進んでおります。その中で私として第一に取り組みたいのが会員増強であります。ここ数年の会員数の状況を見てみると、年々減少傾向が見受けられます。これでは諸行事計画を立てても内容の充実した行事ができなくなると思いま

現在、高齢者が少ないという状況ではありません。超高齢社会といわれている今、なぜ会員数・クラブ数が減少するのが、役員の手が足りない、魅力がない等の理由のことです。老人クラブは加入して諸行事に参加してその良さが分かると思えます。

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成 23 年度 最重点目標
老人クラブ組織の点検・強化・拡大を進めよう
平成 23 年度 重点目標

- 1. 健康維持活動の推進**
 身体機能を維持するために、「ウォーキング」の啓発と普及に努め、健康で自立した生活を目指そう。
- 2. 高齢者福祉に対する意識向上と支援活動の拡大化**
 支援を必要としている仲間がいることに意識を向け、助け合いの精神を大切にしよう。また、「友愛訪問」を通して友愛の心を深め、「一声運動」を広めて高齢者の孤立化を防ごう。
- 3. 安心安全な地域づくりと地域を豊かにする活動の推進**
 地域の高齢者の交通事故防止に努めよう。また、地域社会とのつながりを大切に、地域への奉仕活動を活発にしよう。
- 4. 組織強化と加入促進運動の推進**
 事務作業の効率化と組織強化を図るためパソコンを活用するとともに、活動を共にする仲間の輪を広げ、明るく楽しいクラブ活動を推進しよう。

老人クラブへの期待を胸に

豊橋市福祉部長 立岩 政幸

豊橋市老人クラブ連合会 会員の皆様方には、日頃より本市の福祉行政にご理解とご協力をいただいておりますことに、厚くお礼申し上げます。

さる3月11日に発生した未曾有の東日本大震災による被害は、広範囲かつ甚大であり、4カ月経過した今なお深い傷跡を残したままとなっております。豊橋市では、消防や医療、介護チーム等の派遣による人的支援、そして、食糧、生

日用品をはじめ被災地で不足している医薬品などの救済物資による物的支援のほか、公共施設での募金による支援など、これまで様々な支援に取り組んできております。豊橋市老人クラブ連合会におかれましても、義援金という形で60万円を超える多額のご支援をいただきました。誠にありがとうございました。紙面をお借りしましてお礼を申し上げます。さて、昨夏以降、全国各

地で明らかになった高齢者の所在不明事件は、大きな衝撃とともに、長寿国・日本における高齢者の社会的孤立という重大な課題が浮き彫りになりました。このことは、地域社会が大きく変容し、従来の地域の持つコミュニティ機能が低下し、人と人との絆や結びつきが弱まってきたことに起因するものと考えます。幸いにして、豊橋市で、このような問題が起きなかったのは、老人クラブをはじめとして、地域が一体となり、また、高齢者同士が支え合っていたに尽きると思っております。

今後、一人暮らし高齢者や高齢者のみ世帯の増加が予測されるなか、老人クラブへの期待はますます高まってまいります。老人クラブ活動を通して高齢者同士の支え合いを深め、若い世代とも手を携え、温もりのある地域づくりをめざしていただきたいと思います。

また、本市の昨年の交通事故死者は、11人で、1965(昭和40)年以来の最小でありました。しかし、そのうち高齢者同士の交通事故による死者が7人となっております。今年も、行政と市民が一体とな

て交通事故の撲滅を目指してまいりたいと思っております。それには、老人クラブ会員皆様方のより一層のご協力が必要でございます。豊橋市老人クラブ連合会の総会において掲げられた平成23年度の重点目標には「地域の高齢者の交通事故防止に努めよう」とあります。皆様力が合わせて交通事故防止に努めていきましよう。

最後になりますが、豊橋市老人クラブ連合会のますますの発展と会員の皆様のご健勝、ご多幸を心よりご祈念申し上げます。

役員紹介

よろしくお願ひします

 会長 富安 貞夫	 顧問 柵木 良行		
 副会長 藤城 敏	 副会長 金田 好正	 副会長 村田 義孝	 会計 松井 久
 総務部長 野田 光司	 広報文化部長 日野 義久	 社会部長 森下 佐六	 保健体育部長 戸鹿島はつ子
 レクリエーション部長 美甘 万治	 生きがい事業推進部長 藤村 増男	 交通安全対策推進部長 林 喜久治	 女性部長 藤村 和子

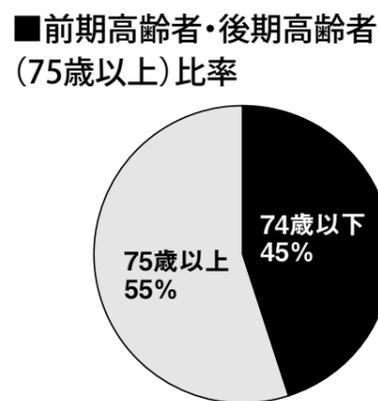
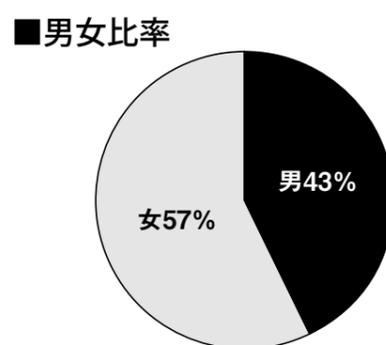
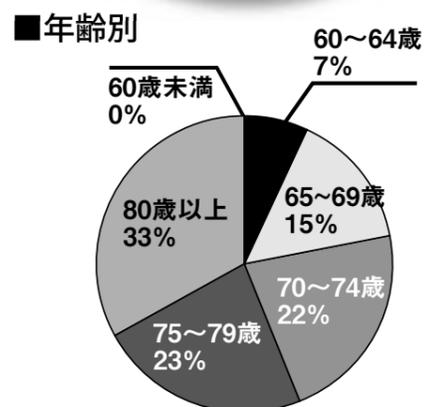
私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成23年度 豊橋市老人クラブ連合会 事業計画

月日	行事名	場所
4.13(水)~15(金)	ブロック別会長研修会	各センター
4.21(木)	平成23年度総会	豊橋市公会堂
	平成23年度リーダー育成事業講演会	
5月~8月	シルバースポーツブロック大会	市内一円
6.1(水)	第79回高齢者囲碁・将棋大会	高師老人福祉センター
6.13(月)~14(火)	理事研修視察	豊田市足助地区
7.25(月)~31(日)	第1回友愛訪問	各校区指定場所
	一声運動強化週間(前期)	市内一円
8.7(日)	機関紙「吉田春秋」8月号発行	
8.21(日)	いきいきフェスタ出展	ライフポートとよはし
8.31(水)~9.2(金)	第6回とよはしシニアフェスティバル (第43回高齢者趣味の作品展)	豊橋市民文化会館
	(第20回女性部チャリティーバザー)	
	(第48回豊橋市高齢者福祉大会)	
8.31(水)	(第34回高齢者趣味の演芸大会)	豊橋市公会堂
9.1(木)	(第34回高齢者趣味の演芸大会)	豊橋市民文化会館
9.20(火)	老人クラブ社会奉仕の日	市内一円
9月下旬~10月	素人高齢者演芸大会	各センター
9.29(木)	第13回高齢者ペタンク大会	陸上競技場
10.20(木)	第13回高齢者グラウンド・ゴルフ大会	豊橋球場
11.1(火)	第35回高齢者ゲートボール大会	陸上競技場
11.30(水)	第21回シルバースポーツ中央大会	高師緑地
12.6(火)	交通安全街頭啓発	市内一円
12.7(水)	第2回友愛訪問	各校区指定場所
2.7(火)	機関紙「吉田春秋」2月号発行	
2.13(月)~19(日)	第3回友愛訪問	各校区指定場所
	一声運動強化週間(後期)	市内一円
2.21(火)~22(水)	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
未定(通年)	高齢者自転車教室	各ブロック

平成23年度 市老連年齢調査

◎市老連会員数/
17,879人
(男:7,774人、女:10,105人)
※74歳以下/8,044人
75歳以上/9,835人
◎市老連理事平均年齢
(平成23年度) **75.4歳**



私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

結果表（敬称略）

囲碁の部 A（参加者…24 名）		
優勝	尾崎 貢	細 谷
準優勝	小野田益良	芦 原
囲碁の部 B（参加者…28 名）		
優勝	鈴木 三郎	栄
準優勝	山本 泰司	花 田
囲碁の部 C（参加者…14 名）		
優勝	田村 義昭	二 川
準優勝	田中 鶴敏	大清水
将棋の部 A（参加者…24 名）		
優勝	森 晃一	東 田
準優勝	河合 孝一	石 巻
将棋の部 B（参加者…9 名）		
優勝	竹内 重則	栄
準優勝	美甘 万治	富士見

囲碁の部は、参加者 66 名、将棋の部の参加者は 33 名、総勢 99 名の多勢で、真剣に考える人、一手を悔やむ人、相手の反則で楽をして勝ちを手にする人とさまざまでしたが、運営されたセンター職員の方は汗だく

で苦労様でした。対戦相手を決めたり、勝負の決着がつくと走り回って、テキパキと処理されて本場にお疲れ様でした。

将棋の部の勝負の一端を述べてみますと、やはり本番はあせり、緊張、気の緩みなどが左右して、Bクラス決勝戦で二歩を打ちあつ

第 79 回 高齢者囲碁・将棋大会について

平成 23 年 6 月 1 日に「第 79 回高齢者囲碁・将棋大会」が高師老人福祉センターで盛大に開催されました。



一手にみなぎる集中力！ 盤上で数々のドラマが繰り広げられる



熱戦を勝ち抜いた入賞者の皆さん

さり負けました…。これは私のことですよハッハハ。将棋 A クラス決勝戦では、これもまた筋違いの駒取りで反則負けでした。どちらも負けて悔しい思いをしましたが、楽しく 1 日が過ごせて有意義なひとときでした。表彰式ではクラス毎に表彰があり、受賞されました方々には大変めでたく名誉なことだと多くの参加者からの拍手で祝福されました。

参加されました多くの方々に厚くお礼申し上げますとともに、大会役員の方々にもお礼を申し上げます。また来年も腕を磨いて多くの方々の参加を心待ちにしております。

美甘 万治
(レクリエーション部長)

東日本大震災で被災された皆様へ

このたびの東日本大震災により被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。一日も早い復旧と皆様のご健康をお祈り申し上げます。

豊橋市老人クラブ連合会

東日本大震災に対する義援金のご協力をありがとうございました

3 月 11 日に発生した東日本大震災に対する義援金の取り組みを、昨年度豊橋市老人クラブ連合会で実施させていただきました。全単位クラブにご協力いただき、その結果、615,489 円という多額の義援金を集めることができました。この義援金は、愛知県老人クラブ連合会を通して全国老人クラブ連合会へ寄託されました。みなさまのご協力に深く感謝いたします。

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

お知らせ

第6回 とよはしシニアフェスティバル

第48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)を迎えるご夫婦等をお祝いします。

開催日時/8月31日(水)

式典 午前9時30分~

開催会場/豊橋市公会堂



第34回 高齢者趣味の演芸大会

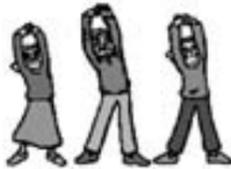
「趣味の教室」の演芸部門の皆さんが一堂に会して、日頃の練習の成果を発揮します。ジャンルは、民謡・舞踊・詩吟・歌謡曲・大正琴・健康体操・ダンスなど、さまざまです。皆さんの熱い舞台をぜひご覧ください。

開催日時/9月1日(木)

開場 午前9時15分

開演 午前9時30分

開催会場/豊橋市民文化会館 ホール



第43回 高齢者趣味の作品展

市内の高齢者の皆さんが日頃趣味などで製作に取り組んでいる作品を出品し、展示します。日本画・洋画・ちぎり絵・絵手紙・俳句・写真・書道・水墨画・手工芸品など、毎年多くの方の素敵な作品をご覧いただけます。また、都市山村交流として、設楽町の高齢者の方々の作品も展示します。

開催日時/8月31日(水)~9月2日(金)

午前9時00分~午後4時00分

※最終日は午後3時に終了

開催会場/豊橋市民文化会館 2階展示室



第20回 女性部チャリティーバザー

8月31日(水)~9月2日(金)開催

出品募集

開催時間/午前9時15分~午後4時00分

ただし、最終日は正午まで

開催場所/豊橋市民文化会館 1階リハーサル室

市老連のチャリティーバザーは、社会福祉事業に寄与することを目的として開催しております。昨年度はバザー売上金で、各老人福祉センターおよび大清水地域福祉センター計6カ所へカラオケ機材一式を寄付しました。

さて、本年度も社会福祉の向上に貢献することを目的とし、女性部を中心に、チャリティーバザーを開催することになりました。皆さま方には事業の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

《理事研修視察》 自然豊かな豊田市足助地区へ



地区支所の会議室に案内され交流会となりました。豊田市老連・加藤会長の説明によると、当地区は紅葉の名所として全国で3本の指に入る所であり、ご存知の「香風溪」「三州足助屋敷」お目当ての「百年草」と四季の自然を感じる大変良い所です。

平成19年に一度交流した豊田市老連のうち、今回は足助地区を訪問いたしました。ここは「生涯現役」を合言葉に、自ら積極的に社会参加をしているといわれている所であり、豊田市足助

そこで「百年草」ですが、町おこしのため市が建設し、運営は三州足助公社によりホテル部門から福祉施設の「デイサービス」を始め、高齢者から子どもまで、みんなが健康で快適な

人生を楽しむことを目的に総合的な活動を行えるよう配慮しています。中でも「Zi-Zi工房」

(ハム・ソーセージの製造販売)・「バーバラはうす」(菓子パンの製造販売)等、大量にはできませんが、手間暇かけて本物の味にこだわっていると言われまして、その各分野の名称も、高齢者が携わっていることが一目瞭然、大変響きの良い名称だと感じました。

さて、本題の老人クラブ新規加入促進対策の件ですが、前年度34、243人であった会員数が本年度は31、209人と落ち込み、加入率は30.4%と減

少ししました。ちなみに本市の16.9%には、ほぼ倍近い状況で啞然とさせられました。



そして「魅力ある事業については何か」を協議した結果、老人には「旅行」し

かないということになり、加藤会長の藤岡地区では、バス5台に及ぶ旅行を実施、大変喜ばれたとのこと。

また、足助地区の植田監事によれば、当地区では「市長と語る会」という「懇親会」を開催、自由気ままに市長と会話のできる場を設けたところ、大勢の会員の参加があり、好評を博した等々、大いに参考になるお話を聞き、正午過ぎまで視察研修を行い、当地を後にしました。

いずれにしても今回の研修視察は、自然を肌で感ずる大変良い行程であったと思っております。(総務部長 野田 光司)

校区・単位クラブ活動

花田校区

日帰りバス旅行

花二会 河口 忠男

花田校区老人クラブ連合会が企画した「日帰りのバス旅行」。會長の戸鹿島さんに誘われて参加することにした。

赤福本舗の前で腰をかけ、赤飯を食べながら時間を過ごした。

昨年7月8日「伊勢神宮参拝と海女さん料理」の旅である。快晴に恵まれ早朝7時30分の出発。伊良湖から伊勢湾フェリーで鳥羽に行き、伊勢神宮には10時頃到着。式年遷宮で完成した新宇治橋を渡り、真新しい玉砂利を一步一歩踏みしめて尊厳の内宮を参拝した。おかげ横丁での散策は、



昼食は旅の目玉で期待の大きい「新鮮な海の幸、海女さん料理」である。海岸に建つ海女小屋でかまどを囲み、手焼きの魚介類の味は格別で、期待を満喫させてくれた素晴らしい旅であ

った。今年4月16日「昼神温泉とハイキング、お花見ツアー」の見出しに誘われ参加した。53名を乗せた大型観光バスは豊田インターから中央自動車道に入り、快適な走行。やがて最初の目的地「妻籠宿」へ到着。江戸時代の町並み、歴史の面影を残す宿場町、中山道を1時間散策。甘味処「鈴屋」で一服！ 昼食は昼神温泉「湯多利の里伊那華」。入浴や足湯で疲れを落とす会場へ。

和洋中など60種類もの食材が並ぶハイキングの香り、食欲を駆り立て胃袋満たし、満足度もかなりの上昇。帰路の漬け物店のサーブ、車中のカラオケ、全てに感謝！

花田校区

子どもたちのふれ合い

花二会 三井百合子

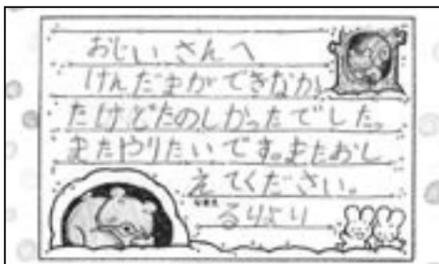


室に入る。15人ほどが座れる2つの輪、お年寄りの間に子どもたちが座る。

会が始まり、ピアノの曲に合わせてぬいぐるみのうさを素早く隣の人の移動し、音楽が止まった時、うさを手元に残した人が質問を受ける。「好きな食べ物は何ですか」「はい、今一番ほしい物は髪の毛です」。見れば頭がツルツルのおじいちゃん。これにはみんなが大笑い！

◎おひな祭りの会へ (2月24日) 羽田保育園からの招待状が届いた。門前で年長組の子どもに手を引かれ、遊戯

次は舞台上ソーラン節のよらかな調子のよい曲に手や足、体全体を使って元気に踊る子どもたちの演技に一同拍手喝采！



子どもたちからお礼の手紙

続いてはテーブルに座ってお茶とお菓子を頂き、折り紙などで楽しんだ。終わりに、おひな様の折り紙とグループの記念写真を頂いて解散。約2時間、子どもたちのふれ合いは確かに深まったと実感した。

◎生活科「昔遊びの会」への協力を

松山校区

花見の会を自粛し 会費々用を義援金!!

大國町寿会 金田 好正

4月の第1日曜日を、老人クラブ・大國町寿会の総会と花見の会を年間事業の一部として計画をしておりましたが、史上まれにみる東日本大震災が3月11日に発生し、多数の犠牲者と罹災者が出て、今なお苦しま

時、我々も少しでも何かお役に立つことは…と会員から声が上がりました。今、町内の氏神様境内の集会所を覆い被さるようになり、2本の桜の木が見事に満開になり、今年はこの桜の下での宴は中止して出席者には軽い弁当を持ち帰っていただ

き、お酒やジュース・花見の歌の披露も中止しました。結果的には総会のみとして、会員の皆さん全員が温かいご理解を示していただき、自粛した費用の2万円を会計係と女性部長の2人が中日新聞社会事業団に義援金として届けて、その記事が4月7日付の中日新聞に掲載されました。写真はその記事の一部です。

市老連を通じて会として、また個人としてもいろいろな会の呼びかけに応じて皆さんが温かなご支援をされ、少しでも災害に遭われた方々のお役に立てばと



団子等は手配せず、会員による大正琴・篠笛の伴奏で

改めて犠牲者にお悔やみ申し上げ、罹災者の皆様にお見舞い申し上げる次第です。



花田小学校からの案内で1月19日、校区老人クラブで40人ほどが参加した。小学1年生の子どもたちと昔の遊びを通してふれ合う絶好の機会である。体育館では「お手玉」「おはじき」「あやとり」運動場では「竹馬」「たがまわし」「竹とんぼ」など。いくつかのグループが巡回して遊びを覚え、子どもとお年寄りの交流、ふれ合いが深まったひとときであった。

校区・単位クラブ活動



豊橋みどりの協会から花の苗を頂き、花壇作りをする女性会員たち



週2回のミニグラウンド・ゴルフを楽しむ会員たち

岩田校区

老人クラブ活動で町公園がスポーツと憩いの場に

北岩田一区老人クラブふたば会

阿部 純一

ふたば会は3年前、公園協力会に加入し、グラウンド・ゴルフ部の週2回火曜と木曜の例会前に20分程、東光公園の吸い殻・紙・プラスチックくず等の清掃や季節に合わせての草取り、落葉収集等を行ってきた。

みどりの協会から年3回の花苗支給を受け、公園内花壇の管理も行ってきた。狭い公園で遊具コーナーがあるため、4ホールのミニコースで楽しんでいる。老人たちが楽しんでいると、子や孫を連れて遊びに来る人もあり、また公園横を通りながら声を掛ける人もいて笑い声に引き込まれている。町内の連帯が深まるに

つれ、いつの間にか公園に屯して喫煙していた若者たちは来なくなった。大きな声でガッツポーズをとったり、入らなくて天を仰いだり、よく笑っている。グラウンド・ゴルフの他プレーヤーへの気配りなどを身につけ、日常生活にも影響してきているようだ。「老化防止5か条」を見ると、

- (一)仲間がいて気持ちの若い人
- (二)人の世話をよく行い、また感謝のできる人
- (三)ものをよく読み、よく書く人
- (四)よく笑い、感動を忘れない人
- (五)趣味の楽しみを持ち、旅

の好きな人とある。旅はともかく、東光公園で老人クラブの人たちはミニグラウンド・ゴルフを楽しみ、花を植え、水をやり、草や落葉を集める等、いつまでも心が若く、笑顔の絶えない仲間たちである。

ふたば会会長、グラウンド・ゴルフ部部長小林典夫、会員22名。最高齢84歳、平均年齢70歳



公園内の植物が絵手紙の題材になることも…

福岡校区

橋良東西みどり会合同花見会を実施して感じたこと

橋良東みどり会 伊東 甫

3月23日、22年度の最終役員会で当日の議題を終えて、23年度の最初の行事になる「お花見会」を東北地方の大震災の状況下の中で実施するが、取りやめるかの話し合いの結果、それは「やるさ」の多くの発言で

本年も(実際には次年度)実施することになり、日および実施方法は等々検討の結果、4月10日に例年通りのやり方で決まりましたが、3月27日の総会を間近に控えており、総会と花見会の出席調べ等、また、春は家業も特に忙しく体と頭がついていきません。

でも多くの役員さんがそれぞれの仕事を受け持ち、多少の準備不足はありましたが、当日を迎え朝から役員で準備です。ブルーシート・テーブル・音響等の準備

《当日の出席者》

- 会員 92名
 - 自治会役員 8名
 - 市議会議員 1名
 - 合計 101名
- 晴天・無風状態・桜満開
全てで満点。会場は柱第二公園(通称・なます池)

四文字熟語クイズ

普段目にする四文字熟語。書くとすると難しい? 空白の1マスをうめて四文字熟語を完成させましょう!

① 合 縁 縁

あいえんきえん

人と人の気が合うのも、合わないのも全て不思議な縁によるものだという事。

② 色 即 是

しきそくせくう

現世に存在するあらゆる事物や現象はすべて実体ではなく、空であるということ。

色② 是① …科樹工

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

校区・単位クラブ活動

花田校区

親睦を深めた誕生日会

花二会 戸鹿島はつ子

会員の生年月日を調べ、4月から9月までを前期、10月から3月までを後期として年2回の誕生日会を開くことにしました。

誕生日の祝品として、参加者には「赤飯」「紅白餅」「竹輪」を贈り、欠席者には担当の者が日頃の安否確認と併せて祝品を配り、皆さんから喜んでいただきました。



後期は11月11日、羽田上神社の社務所で開催しました(該当者45名・出席者27名)。始めに、豊橋警察署安全生活課の方から「振り込め詐欺の予防」の話を聞き注意を確認し合いました。自治会長さんからは「花田交番の撤収と羽根井交番への統括」「大塚公園地下の飲料水の貯蔵について」身近で役立つお話を聞くことができました。

前期の該当者は38名。5月28日、校区市民館を会場にして、出欠の有無を確認して準備を整えました。当日の出席者は26名、全員の自己紹介から始まり、近況を一言ずつお話いただきました。案外知らなかった地域の実情を教えてください、話し合いも深まり、意義のある会になりました。

続いて全員で「四季の歌」「故郷」「赤とんぼ」など、ハーモニカの伴奏で合唱して、楽しいふれ合いと親睦の会でした。



高齢運転者マークが変わりました

70歳以上の高齢者ドライバーが車に表示する「高齢運転者マーク」が道路交通法の改正により2011年2月1日から施行されました。

◎マークを表示すると?

危険防止のため、やむを得ない場合を除き、周囲の自動車がマークのある自動車に「幅寄せ」や「割り込み」をした場合、5万円以下の罰金や反則金、基礎点数1点等を規定されています(道路交通法第71条第5の4号等)。

◎購入方法は?

運転免許試験場の売店等で販売されています(店舗によっては取り扱いがないところがあります)。また、従来のもみじマークも当分の間使用できます。

↓新しいマーク



私は小学校の総合学習の一環で、高学年児童に囲碁・将棋を学校近くの市民館で隔週教えている。それは礼儀から始まる。自分の履物の整理や正座、挨拶などである。それから囲碁・将棋が始まる。1時限の中ではその内容は知れているが、興味を持ち将来の動機づけとなればと思ってい

三世代交流に思う

西郷校区 平野町長寿会 中西 靖夫

三世代同居が少なくなり我が家も然りで、たまに来ればご機嫌取りと、甘えさせ過ぎてしまう。長く生きてきた者には知恵がある。子どもたちには役立つものがきつとあるはずと思う。缶蹴り、馬乗りなど懐かしく思い出ます。遊びを通して絆が生まれてくるのではないだろうか。核家族が進み、接触の機会が少なくなる

会員随想

のお互いに不幸だ。少子高齢化が進み、現在ほぼ4人に1人が高齢者で約40年後にはこれが40%にもなるという。生産人口が減少することは日本の存亡に係る重大事である。将来を支える貴重な子どもたちを、しっかりと育てたいものだ。その一翼を我々高齢者が担い、幅広い人間形成に役立てばと願っている。三世代交流と大上段に構えるのでなく、いろんな場面で、できることを気軽にやるのが長続きすることと思っている。

自分を振り返る

富士見校区 ニューレイク連合会 下山 和子

さあ定年、明日から何を考えるが何も思いつかぬ。でも働いていた時のように時間にメリハリをというのが頭をよぎる。今日からは体力づくりのため散歩、人を頼らず自然と向き合える散歩。春は花、秋は紅葉、見知らぬ人との出会い、朝の挨拶がその日の活力となる。今では老人クラブニューレイクに入り、何に

感謝の日々

飯村校区 第二飯寿会 西川 文子

も顔を出すようになり、グラウンド・ゴルフにカラオケと自分なりの力を出しながら楽しんでい

ビリの開始。看護師さんは交替で見守ってください、男性の方も手慣れた手際良さで介護をされ、よく勉強されていることに感心しました。また、同室の人が孫の手でカーテンを引いたり、スイッチを押したり、遠くの物を引き寄せたりする生活の知恵に何事も工夫だと感心させられました。

平素気をつけていたはずが、ふと油断して転倒し、起き上がれずに救急車で近くの病院へ運ばれそのまま入院する羽目に。90年来初めての入院と手術。不安な私を気遣って、家人の「30分程の簡単な手術だから、頑張る」との言葉に励まされ手術台に乗ったものの、腰椎に打たれた麻酔注射のあの痛さには辟易しました。後で左大腿骨髄内に固定の釘が写った写真を見て「傷口は点々と小さいのに、こんな物が?」と外科技術の進歩に驚きました。

3日後には早くもリハビリの壁のり越えて 掴みは 生きる勇気と 感謝のこころ

ちょっといい話

多米校区 第一和来会
柴田七海子

買い物物の帰り「スギヤマ」に寄りました。入り口で男の子が3人アイスを食べていました。1人はワイシャツを出して、1人は前のボタンをはずして前が丸見えでした。

買った物が済んで自転車で戻ろうとしたら自転車が倒れていました。前に荷物が入っていたので重かったのですが、起こしかけたら急に後ろが軽くなり、見たら

男の子が2人で起こしてくれていました。「おばさん、大丈夫ですか」「家まで送りますよ」と声をかけてくれ、リンゴや野菜をかごに入れてくれました。私は思わず「ありがとう、ありがとう」といいかげんな返事でその場を離れてしまいました。入る時の様子で思いもかけない展開になったのでびっくりしました。



帰りが「見かけで区別してはいけない」と思い、もっと一人一人の顔を見てお礼をすれば良かったと反省しました。人は見かけではない。中身ですよ。

健康と笑い

会望日明園御 和山勝
杉山校区

もっと健康になりたいというのは誰もが願うことです。でも健康づくりを始めようと思っても、なかなか実行できないという方が多いのではないのでしょうか。

現代の生活では、食生活習慣の変化などによって、死亡原因の多くを占める高血圧、糖尿病をはじめ、心筋

梗塞、脳卒中等の生活習慣病が年齢に関わらず身近なものになっていきます。

健康づくりに大切なのは日々の積み重ね、生活の見直しです。自分に適した健康的で無理のない運動を行うことが始めの一歩なれば幸いです。それに対して大切なことは「休養・運動・睡眠」です。

心身の老化のスピードは本人の心掛けと周囲の環境により、早くも遅くもなります。元気に生活するためには、笑つことを心掛けましょう。笑顔の豊かな人は、自分だけでなく周りの方を

カメラ片手に

飯村校区 第二飯寿会
木村 勉

カメラは私の生涯の友である。大型の二眼フレックのカメラから始まって、最近のコンパクトなデジタルカメラの時代となったが、私のそばには1台はカメラがあった。フィルム頃は現像、焼付しないと見られなかった写真が、今ではその場で画像確認ができる機能を備えたものになった。

校区の老人クラブ飯寿会に誘われ、入会したのが3

も明るくし、病氣も寄りつきません。「笑い」は副交感神経を刺激するので血液の循環を良くし、免疫を高めます。がんなどの治療に「笑い療法」というのがあるくらいです。笑顔は心と体の栄養剤なのです。年なんだからなんて、周囲の圧力に負けていませんか？

年をとっても衰えない、経験によって積み重ねられた記憶や技法は生かせるものです。人々から必要とされることによって、心身共にリフレッシュするに違いありません。

2010年2月17日
「伊良湖水道の夕景」



2010年2月/豊橋向山梅園にて
「梅の開花」

年ちよつと前。この時点から、企画される行事の都度、カメラ持参で参加する機会が増えた。以前は会社、家庭における記念写真的なものが大半で、近年になって写真家の先生から作品づくりを勉強している。入会することで作品づくりの機会に出会う期待感があった。

入会の時点では何が企画され、どのように活動されているかは知る由もない。近所で垣間見た貸切バスで出掛ける会員の方々の姿から、年数回のバス旅行があることは予測できた。これ以外にも校区内3公園のボランティアによる清掃作業、心身の健康増進のための軽い体操講座、日頃の練習の成果を披露する芸能大

会等々、盛り沢山の行事があることを知った。いずれの諸行事の際、社会の高齢化の進む中での閉じこもりの環境から抜け出し、積極的に参加されている大勢の会員の姿を見た。その顔は若々しく、そして明るい笑顔だった。「よいし、この姿を撮ってみよう」と一念発起。カメラを片手に参加しているこの頃である。

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

こないで3兄弟

二川南校区 久保田寿会
新林 弘之

3月11日、東北・関東地方を襲った地震と津波の恐ろしさは、連日新聞やテレビで報道されました。特に津波の猛威には目を奪われ、同時に水の力ものすごさを思い知らされました。この地震や津波と同じ被害が予想されるのが東海、東南海、南海地震(いわゆる東海3兄弟)です。この地方では昭和20年に三河大地震がありました。当時は太平洋戦争の最中で、軍部の司令で詳しい報道はされませんでした。実際は甚大な被害が出たと聞き及んでいます。この豊橋地方でも少なからず被害のあったことを記憶しています。何年後か何十年後か分かりませんが、東海3兄弟が同時発生した場合は、今回の東北地方を襲った地震を上回る被害が予想されます。

いざという時に備えて準備しましょう



食糧は、調理不要で高カロリーのお菓子やシリアル、缶詰など。水は個人用としてはペットボトルが便利です。量は多いほど良いですが、必要量全てを持出しするのは不可能。支援物資が来るまでのつなぎと考えましょう。

非常食品

中、米軍による空襲で焼け野原となった時とは比べものになりません。万一東海3地震が同時発生し、津波が襲った場合、太平洋沿岸は想像を絶する高さの波が押し寄せ、また三河湾内部でもかなり高い波が押し寄せると考えられます。いつ来るか分からない地震だからこそ、日頃から防災に対する心構えが必要です。年1回校区合同で行う防災訓練をしっかり身につけ、また隣近所との連絡を密にして、もしもの時に備えることが大切だと思います。

最近聞く言葉で「減災」があります。

- ①自助(自らの身を助け)
- ②共助(隣近所で助け合い)
- ③地域の危険を知る

このことも災害を防ぐには大切なことと思います。

私の出遭った怪異現象

多米校区 第三和来会
岩瀬 勇司

十数年前の初秋、中国奥地山間部のホテルに3泊した時のことです。中国の古い歴史や文物が好きな仲間11名で豊橋を出發、名古屋空港から三度も飛行機を乗り継いで2日目の夕刻近く、やっと目的地に到着することができました。

その木造2階建のホテルは、庭を囲んで建つ中国伝統の四合院造りで、廊下が軋むほど。そうした古い建物には、何か怪奇的現象がつきまとうようで、私が見たままその犠牲者だったのかも。

私の部屋は東棟の2階北端で、ドアを開けてあせんとしました。室内は山が迫って窓を塞ぎ湿気と異臭にただ佇立しているだけ。

勇を鼓して足を踏み入れた直後に異変が。天井から白い霧のような固まりが私に襲いかかり全身を包み込んですごい力で締め付けるのです。とっさに前の椅子にしがみついたのですが、そのまま金縛り状態に。全身を走る鳥肌と震えに必死に耐えるしかなかったのです。

息もつけない状態がどれくらい続いたのか、気づいたら向こうの力が少し弱りかけていて、やっと解放されたと思いました。しかし震えは止まらず、体を温めようと茶を淹れ、こんな所に3日も泊まるなんて、と考えているところへ添乗員が来てくれ、西の棟へ部屋替えしてくれることになり、やれやれ地獄に仏と感謝しました。しかしその安心も束の間で、その夜から2晩続いて姿の見えない何者かが私の寝ている部屋を訪れて来るようになったのです。

(紙面の制限でここまで)

牟呂婆ちゃんの白髪

牟呂・汐田校区
坂津松寿会
横田 久枝

「おばあちゃん、今度豊橋祭り見に来てよ。僕、造形パラダイスに作品出したよ。必ず見に来てよ」と孫からの電話。「うん、見に行くよ。やっちゃんの出てくるならきつと見に行くからね」と私。すると孫は「ところで、おばあちゃんにお願いがあんだけれど、その白髪を染めてきて

くれなにか。恥ずかしくて友達に紹介できない」と言う。そう言えば以前「何で頭を染めないの。僕が大きくなって働くようになったら、おばあちゃんに毛染めを買ってあげる」と言われたことがあった。別に気にもしなくて、毎日農作業に励んでいた。

百姓は朝星、夜星、身を構うことなく真っ黒になつて働く。育ちが百姓なら、いつの間にか親の来た道を私も歩いているのだなと思った。孫には毛染めを買った金もないほど貧乏に見えるているらしい。さて、困ったことだ。長い間、私の白



何はともあれ、染めなければならぬのだが。うーん何色に染めようかしら。おとなしく栗毛色、それとも茶髪、パープル、イエロー：想像しただけで自分自身がおかしくなって笑えてくる。ワッハッハッハ……。(小学校5年生のワンパク坊主の批判より)

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています

会員文芸

俳句



俳句: 岩田校区 若竹会 蒼穹へ白線二本冴返る 白井 善晴; 岩田校区 東岩田長寿会 春の雨聞きつつ作る一句かな 加藤かつえ; 岩田校区 東岩田長寿会 水温む通学生と渡し舟 片桐 幸枝; 八町校区 旭第一寿会 川下を魚がスイスイお泳でる 中村 恒道; 谷川校区 中原町立岩会 長閑さや座り心地の草の上 朝倉 政敏; 農業を継ぐよと息子山笑ふ 池田すみ江; 震災の痛み癒せり鯉のぼり 石田 たか; 生垣の刈り込む音や黄沙舞ふ 石田 輝伸; 匙投げし被災の庭や水仙花 石田 保雄; 場慣れして初心忘るな新社員 稲葉 春夫; 長風呂をせかせせられたり春の雷 川合 幸子; 一もとの侘助生くる違ひ棚 堤 昭雄; 池の面に水輪広がり初蛙 寺村たづ子

俳句: 杉山校区 みその俳句会 就活の通知待ちある花曇り 花井 稔; 物干の乾きもどかし花曇り 市川 淑洋; 只一本残りし松や津波跡 田中 秀幸; 花菜浴ひ菜の花電車通り抜け 彦田 純子; 蒲公英の絮も崩れぬ風なき日 竹内 澄子; 足腰の衰へひと花の冷 井土 幸子; 松山校区 東松山町睦クラブ 土筆煮る母が手書きの閻魔帳 荒井須磨子; 多米校区 第三和来会 五月晴れこもれ陽光る散歩道 丸山 博子



俳句: 向山校区 紅葉会 花しようぶ咲いて水辺に色こぼす 牧野 桂子; 水芭蕉水に艶めく水の彩 鈴木 都; 清水校区 虹の会 放射能大気に混じる花の冷え 水野 せつ; 玉川校区 高井福寿会 軽トラへ今朝の積荷は茄子の苗 斎藤喜代子; 老津校区 老津俳句会 「春」 明日あると見えぬこの音の春愁ふ 彦坂 博子; 瑠璃色の石を拾ひし春の海 中村きよ子; 月冴へて夜桜映す水鏡 西崎 紘子; ちゃん付けて呼び合ふ仲や入学子 彦坂 和子; 被災地のしじまを照す春の月 三浦 松代; 三月の海裂け迫る大津波 別所 善子; 吹く程の風にあらねど花吹雪 彦坂 たか; 入学児声はきはきと空に抜け 石田 初江

短歌

短歌: 松山校区 東松山町睦クラブ 旋回し低く飛び回る白鷺は 羽影を写し川面に躍る 河合 實; 牟呂・汐田校区 坂津松寿会 今一度耳傾けぬ山路きて 沢の中より鳴く鶯に 横田 久枝; 多米校区 第三和来会 るり色のつゆ草茂る鞍掛の 宮社の裏堂舞い交う 高宮 久子; 小沢校区 第二寿会 さわやかな睦の夕風こちよく 水田一面緑となりて 本馬 孝子; 大崎校区 大崎第一クラブ 四色の色鮮やかなるシネラリヤ 玄閑に置き孫と眺めぬ 山本 絹代; 大崎校区 大崎第二クラブ 弾くことも知らぬ三線届きたり 誕生祝いと孫夫婦より 田中さな江; 大崎校区 大崎第三クラブ 嫁ぎきて六十年を終し今も 電車の音に故里を恋う 近藤美代子; 老津校区 老津喜楽会短歌教室 木々は揺れ葉の輝きて夏来たる 雲流れ行き大き息吸ふ 石田 初江



短歌: 道すがらさりげなく咲く草花に 心癒され思わず笑顔 鈴木きみゑ; 久しぶり同級生と待ち合わせ 時たつ忘れ話花咲く 鈴木 元恵; ストレッチ健康美人夢描き 笑顔と共に楽しむ日々 中村 弘子; 毎年よメロン作りに励むのは 去年より今年と願う毎日 彦坂 貞子; 年重ね菜園ライフ楽しいよ トンネルかけたり水をやったり 伴 幸子; 辛くても出荷の時期は待ちません 合羽着て採るブロッコリー畑 伴 夏枝; 口笛の届かぬところあの虹は はるかに兆すなつの始まり 伴 匡晃; プランターで育てた苗を運ぶ子ら エコを実行緑のカーテン 柵木 早苗; 梅雨の間に台風二号で大嵐 芽吹き始めた青菜心配 柵木 良行; 西川発表会の晴舞台 舞に衣裳にしばし見とれむ 三浦 松代; 玉川校区 高井福寿会 久々に門球の競技に参加する 我は五千歩を歩かむと思ひて 佐々木利幸



川柳

川柳: 八町校区 旭第一寿会 昨年よりわたしや百まで生きたいよ!! 中村 恒道; 豊校区 西岩田親睦クラブ 雪だるま患方へ向けて門前に 金田 英子; 杉山校区 明日望会川柳会 韓ドラにはまる遅咲き燃える胸 竹内 澄子; サービスもエステの付けにしっかりと 彦田 純子; 新聞に夢中うっかり鍋こがす 井土 幸子; 食べ放題後悔してのダイエツト 市川 淑洋; 家計簿に我が家の歴史かき見える 田中 秀幸; お茶だけの仲を噂がかきたてる 花井 稔; 多米校区 第三和来会 震災見高い歌声胸いたむ 小村とみ子; 多米校区 第一和来会 わがまを心をわびつつ看病す 岡崎 敏枝; 夫婦でも勝負はライバル目のかたき 加藤 元美; 勝負事夫にあって腹笑う 加藤むつみ; ふきむいて白い指先き黒くなる 尾崎きく代; 梅の実を取るたびつまを思い出す 尾崎 進; きつ茶店おこって笑ってリラックス 徳倉 澄枝; 再会に喜びよりもまず涙 山岸 幸子; 原発も専門用語でわかりません 柴田七海子



定例会のようす

自治会長の職を経て今年の 4 月に楽友会会長に就任した 星川会長。「近所に住んでいる人の顔や名前を知らない」「交流が少ない」など、「近所同士のつながりが希薄化している現状を改善すべく、まず始めたのが活動の P R です。未加入の方はもちろん、在籍しているものの活動にあ

全国的に会員数が減少傾向にある中、1 年間で 40 人もの新規会員獲得に成功した楽友会。仲間づくりの鍵を握るものは一体何か？その背景に迫ります。

《インタビュー》
単位クラブ紹介
 今回は野依校区・楽友会に
 お邪魔しました！
 インタビュアー／(株)博報社

毎月第 3 土曜日に定例会を開催。7 月・12 月・3 月は定例会の後に食事会を行い会員同士の親睦を深めています。また、花の植え替えや集会場の草取り、公園の清掃といった地域の奉仕活動や、校区全体で行っている健康教室や親睦旅行など活発に活動しています。これらに加え、今年から始まった行事が「ここにクラブ」（料理教室／2 カ月に 1 回開催）、「カラオケクラブ」（第 2・4 火曜日開催）、

気軽に集える場づくりとして多彩な事業を推進



花の植え替え

「健康ウォーキング」（月 1 回程度開催）です。あまり参加されない会員に向けて、事業や会の活動状況を説明。前会長で現在顧問を務める黒田氏とともに 1 軒 1 軒歩き回った結果、会員数は 97 名になりました。「ただ会員を増やせば良いというのではなく、活動に参加してもらったことが大切。道で会った時に気軽におしゃべりできるような環境を整えたい」と話す星川会長を中心に、さまざまな行事が行われています。

これら多彩な行事を実行するにあたって、それぞれ担当責任者が存在します。例えば「ここにクラブ」では料理上手な会員が先導し、みんなで調理を終えた後は試食しながらおしゃべりを楽しみます。また、定例会後の健康体操では「健康ウォーキング」の担当者が手軽にできるストレッチ法を指導します。星川会長は「皆さんそれぞれに得意なことがあるので、その辺りを生かしていけばいろいろな行事ができると思う」と語り、先頭に立つ人材を発掘・育成することの重要性を強調しました。

知識と経験生かし、会員一人一人が主役に

健康体操（定例会後）



「健康ウォーキング」（月 1 回程度開催）です。

会員一人一人が主役のクラブ運営。そこに吹く自由な「風」に共感し、仲間づくりの輪が広がっています。

豊橋市役所長寿介護課内
 ☎51・2337

◎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。

◎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 月末日

◎投稿先／豊橋市老人クラブ連合会事務局
 （豊橋市今橋町 1 番地）

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す。ごさいました。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。

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。
 豊橋市老人クラブ連合会

私たちは、豊橋市老人クラブ連合会の活動を応援しています