広報

ちば市老連

VOL.19
2003.10

市老連の民踊講習会―受講者は地区老連の女性リーダー
地元に持ち帰って今度は教え役、こうして活動の輪はひろがる。

はつらつ健康運動　支えあう仲間づくり

―手をつなぎ地域と結ぶ広報を広げよう―

ちば市老連

2003－10

100才、敬老会に出席

ことし１月、100才を迎えた神津久吉さん。娘さんに手を引かれながら敬老会に出席された。明るい元気な姿に満席の拍手はしばし鳴りやまなかった。

寄添うのは神津きみ子さん。きみ子さんは轟さんさん会の会員、長い間お父さんと二人暮らしのなかで面倒を見つづけている。

■ 特別寄稿　千葉市保健福祉局次長 古川光一
■ はつらつ健康運動 支えあう仲間づくり　千葉市老連副会長 深山太一
■ 潮風胸いっぱいに　美浜区老連さつき会 須永君代
■ 心のよりどころ　稲毛区老連文葉地区老連 石原康子
■ クラブ活動と地域への協力　中央区老連生浜地区老連会長 天羽喜公
■ 未加盟クラブについて思うこと　若葉区老連会長 岸岡泰則
■ 市老連会員研修旅行　教養部 高橋平一
■ マレットゴルフ大会　保健体育部長 古市満雄
■ 事務局だより
■ 自由席・文芸
■ 編集後記

生涯健やかにいきいきと暮らすことができるまちの実現

千葉市保健福祉局次長　古川光一

この度、社団法人千葉市老人クラブ連合会の皆様方によります機関紙「ちば市老連第十九号」が発行されましたこと、心からお喜び申しあげます。

また、皆様方には、日頃より本市の高齢者保健福祉の向上、さらには市政全般にわたり、多大なるご尽力を賜りまして、心より感謝申しあげます。

さて、わが国の高齢化は、かつて例を見ないほど急速であり、今世紀半ばには、国民の三人に一人が六十五歳以上という超高齢社会を迎えるとされています。

本市におきましても高齢化率は、現在十四％を超え、「高齢社会」に入ったことから、今後は、さらに介護保険制度の充実に努めるとともに、市民ニーズを反映した質の高いサービスを提供していくことが求められています。

このような状況の中で、本市は、介護保険事業計画を含む「千葉市高齢者保健福祉推進計画」（平成十五年度～平成十九年度）を策定し、本年四月よりスタートしたところです。

この計画では、高齢者の方々が、生涯健やかにいきいきと充実した生活を送り、たとえ介護が必要な状態になっても、社会全体で支えあい、心豊かに安心して暮らせるまちづくりを目指し、介護保険制度の円滑な推進、生きがいと社会参加の促進、生涯にわたる健康づくりの推進などを主要な柱として、高齢者保健福祉施策を体系的・総合的に推進していくこととしています。

さらに、すべての市民の皆様が健康で心豊かに暮らせる「健康なまちの実現」を目指し、「新世紀ちば健康プラン」を策定しました。

今後は、これらの計画に基づき行政と民間が役割を分担し、連携・協働して、高齢者の保健・医療・福祉サービスの充実を図るとともに、介護予防にとどまらず、積極的な健康づくりや社会参加を高めるための生きがい施策等を推進してまいります。

生きがいや健康づくりは市民お一人おひとりが自覚を持ち、様々な情報や手段を活用して、自ら努力をしていくことが大切です。

どうか皆様方におかれましては、今後とも健康に十分ご留意され、積極的に社会活動にご参加いただき、「生涯健やかにいきいきと暮らすことができるまちの実現」に、一層ご尽力を賜りますよう、心からお願い申しあげます。

結びに、社団法人千葉市老人クラブ連合会のますますのご発展と、会員皆様方のご健勝・ご多幸をお祈り申しあげます。

はつらつ健康運動 支えあう仲間づくり

千葉市老連副会長　深　山　太　一

楽しみと生きがい

昔から「健康第一」「健康に勝る宝なし」などと言われてきました。高齢者にとっては、「健康で、生き甲斐を持って過ごしたい」ということが何よりもの願いです。そのためには、日頃から健康管理に留意することは勿論、適当な運動を積極的、継続的に行い、健康の保持・増進に取り組むことも大切なことです。

また、仲間と一緒にスポーツをし、楽しい一時を過ごすことも大事なことであり、共にプレーすることにより、互いに心を開き合うことができ、さらに新しい友達ができるという効果があります。

私達の「悠々クラブ」では、健康活動の一層の充実を図るために新たな事業をしようということになり、いつでも、どこでも、誰とでも、気軽にでき、しかも車椅子に乗ったままでも出来る「ボッチャ」を取り入れることにし、早速、用具の一切を購入しました。

「ボッチャ」は白いジャックボール（目標球）に自分（チーム）のボールを近づけるように投げたり転がしたり、他のボールに当てたりして行われる競技であり、ペタンクに似た競技です。毎月三回の競技の日には、待ちかねたように多くの会員が会場に姿を見せ、投げたボールが目標球に近づくたびに大歓声が挙がります。

競技のあとは茶話会

参加した会員からは、「何もかも忘れてゲームに熱中できる」「参加することでストレス解消になる」「足が不自由で、遠くに行けないので会場が近くの自治会館なので助かる」「ルールが簡単で、楽しめる」「自分持ちの用具はいらないし、補助具を使用して競技に参加でき、楽しい」「室内で出来る競技なので、天候に左右されないのがいい」などの声があり、「ボッチャが私の生きがい」という会員もいます。

また、競技が終わった後、「茶話会」を行い、参加した会員からの近況報告や人生談義、長寿の秘訣、新会員の紹介などがあり、和気藹々とした楽しく、有意義なふれあいの場となっています。

ボッチャを楽しむ会員たち

潮風胸いっぱいに

千葉市花の美術館

美浜区老連　さつき会　須永君代

いつまでも健康でいたい。余生を楽しく送りたい。出来れば地域社会のために役立ちたい。熟年の人達誰もが思っていることです。

しかし、これらは与えられるものではありません。努力して初めて得られるものです。

ジョギングや体操でさわやかな汗

私の住んでいる磯辺は、ジョギングには非常に良い環境です。緑に恵まれ潮風を胸いっぱい吸って会う人達に挨拶をし一時間ほどさわやかな汗をかいています。また、公園も多く、私達の会では毎週グラウンドゴルフを楽しんでいます。「いきいき体操」をして男女別または地区別の対抗戦にしたり、組合せを変えて会員相互の連帯感と和をかもし出すように努めています。

個人的には、踊りの会に入って芸能大会出場を目指して仲間達と頑張っています。また、家庭ではパソコン、ミニ盆栽を楽しみ、ストレス解消、脳の活性化を図っています。

地域の人達と交流

地域のためには、ボランティア団体の責任者として年間計画を立て、会員達と駅前広場の清掃、高齢者とのバス旅行、夏祭りの催しに協力し、地域の人達と交流を図り親睦を深めています。

健康生活には、栄養、運動、休養のバランスが必要なことは言うまでもありませんが、人は一人では生きられません。一緒に運動したり、楽しんだり、ボランティア活動をしたりする仲間がいれば、これからの人生は一層楽しくなるでしょう。

緑と潮風の道－美浜区磯辺附近

心のよりどころ

稲毛区文葉地区老連　石原　康子

おのずと培われた親睦の和。その和に依る「お互いを知り、思いやる気持」が自然に育まれていたからだと感激した。

来るのが楽しい話をするのがうれしい

そんな言葉を聞くと会員増強とか健康づくりがどうのこうのとかいう思いが消える。唯、ただ暑い中、寒い所、心置きなく足を運べる場があり集う友がいれば日々の生活の中で健康に留意することも多くなってくるように思える。

確かに、いかに過ごすか、生き方自体が問われ、自立を自覚し、健康づくり、生きがいづくりをと呼びかけられる。そうはいっても個々の心は、やさしい言葉や行為が元気を掴むきっかけになっていることに気づかされる。

「笑顔でいられて毎日が楽しい」そんな言葉がけが出来るよう努めたいと思っている。

「シュッ！」「シュッ！」「シュッ！」九十一才の山本さんは、輪投げの輪を投げる時にそう声を発する。精神を統一させる為という程ではないと思われるが、小さな声でしっかりと、みじかく言い放つ。その声で輪が空を切り的に入る。一回目、二回目、回毎に確実な得点が得られ、合計点はいつも上位だ。

五木田さんは八十九才、この方もお上手。たまにしか参加しない私が、掛け声をかけても的を遠くはなれて落ちる。どこかが違っているのだ。

気軽に誰でも参加　区老連で優勝しちゃった

応援と笑声が交錯する文葉地区の毎月一回のお楽しみ風景だが、平成十三年から始まった。おたのしみ風景といったが、日時と場所がきめられているだけで、メンバーは毎回きまっているようで異なり、やりたい方が参加する。体育部の行事で、年二回位賞品の出る大会を受持つが、指導者もいない。世話役もなんとなくきまっていて、ティータイムもあり集いの場にしている。どう見ても私には、懸命の練習を重ねて大会にのぞむとか、健康のために……ではない。そんな事としか見えなかった集まりが、昨年開催された稲毛区老連第一回輪投げ大会で「優勝」に輝いた。

月日を重ねた地区交流で

稲毛区老連の輪投げ大会―投げているのは91才の山本さん

クラブ活動と地域への協力

中央区生浜地区老連会長　天羽　喜公

村田老人クラブは、昭和三十七年創設された。平成十四年には四十周年の式典を開催し、記念誌を発行した。地域の恩恵を存分に受けながら、地域と密接な協調を図り、会は益々活発化して会員も一〇〇名を数えるようになった。

クラブが活発な活動をするための公会堂の利用は頻繁になり、光熱費も莫大なものである。少額ながらできる負担をして、町内会首脳部に対する心ない町民の圧力の緩和も欠かせないが、もっと大切なことは、地域の行事に積極的に参加することだと思う。

防災訓練や盆踊り　資源ゴミ回収は交流の場

二月に開催された防災演習で起振車による地震体験と消火器による消火訓練を行った。参加者約半数は老人クラブ会員であった。

盆踊りには、老人クラブの活躍が欠かせない。櫓建て、会場作りの手伝い、当日は櫓に登って模範演技、花つけの書役、ゴミの処理も大切な仕事だ。

「資源ゴミの集団回収」は実益を兼ねた地域との接触の場である。財政的には不時の備えが出来、回収のＰＲ（回覧と掲示）は広報の一つ、回収日の町民との応対は貴重なものと言える。

また、祭礼の際にも盆踊りと同じく花つけの書き役、仮設舞台での演芸の企画進行などで役は多い。

未加入クラブについて思うこと

若葉区老連会長　岸岡　泰則

未加入組織と法助成

「未加入クラブ」という表現が適切かどうか多少の戸惑いも感じますが、それはもともと「不加入クラブ」であるかも知れませんし、また「独立クラブ」ではないかとも思われるからです。

しかしここでは私なりに、「未加入クラブ」とは、千葉市内にある老人クラブ（高齢者の団体）であって、千葉市から老人クラブ振興事業補助金の交付を受けているが、「社団法人　千葉市老人クラブ連合会に加入していない老人クラブ」と定義づけて書きすすめます。

ところで老人福祉法（第十三条第二項）には「地方公共団体は、老人の福祉を増進することを目的とする事業の振興を図るとともに、老人クラブその他当該事業を行う者に対して、適当な援助をするように努めなければならない」という趣旨規定があります。

法令上「老人クラブ」という用語がでてくるのはここだけでしょうか。

連合活動と単独活動

連合会に所属している私達は、急速に進む高齢社会に対応して、老人クラブの最大の事業ともいうべき「高齢者自らの生きがいを高め、健康づくりをすすめる活動」に多くの仲間と共に取り組んでおります。そのことの社会的意義についてはここで言うまでもありません。

勿論未加入の方も、法の趣旨に副ってご活躍されておられると思いますし、特に個々の会員の福祉の向上を目指す活動については、何れのクラブでも変りは無いと考えております。

ただ、連合組織に組み込まれている私達の場合は、単一クラブだけでは困難と思われる分野についても参加しているという事実と意識を持っております。例えば

（一）連合組織を通じ広域的に多くの会友と連帯を深め情報を共有している。

（二）事業活動において、より公共的、公益的な分野に参画している。

（三）国際的にも連帯している。

など有形、無形の活動を連合組織のなかで具現し、それなりの価値を感じているものです。

組織活動の焦点

千葉市の老人クラブ加入率は全国最低と聞いております。これは「未加入者」が多いということで、また「未組織地域」も同様ということになります。連合会として組織課題の焦点はこの辺にあると思います。

未加入クラブの皆さんが連合会に加入するか否かは自由な立場でお決めになることですが、連合組織の目指していることについて、ご検討頂けましたら有難いことと思う次第です。

千葉市老連会員研修旅行

平家落人の里 ～湯西川

教養部　高橋　平一

七月二日、梅雨の最中ながら、快晴の朝をバスは南埼玉郡の菖蒲町へとひた走りながら、鄙にありがちな立派な町役場の前で菖蒲とラベンダーの花を鑑賞。宇都宮で中華料理を食べ、龍王峡・五十里湖を経由し、湯西川温泉の宿「花と華」に到着したのは午後三時半。

平家の里館長の伴隆大氏の「平家伝説」の講話を拝聴する。曰く、壇ノ浦で敗れた平家は離散し、平忠房の率いる六十余名は、遂に宇都宮まで落ちのびるが、表沙汰に出来ない宇都宮判官は隠れ里として、湯西川一帯を与えたと云う。鶏は法度、鯉幟も揚げられず、米の研ぎ汁を川に流す事を禁じられた生活に耐え忍んだ落人を偲んだ一刻であった。

夜の部は、狩人（またぎ）焼きの炉の火照る中、ハーモニカ・カラオケ・踊りなどで賑やかなこと。最後は大勢が輪になって、やさもさの千葉踊りで幕を引いた。

明けて三日、霧降高原は全くの霧。ニッコウキスゲをリフトの足元に見て大満足したが、霧降りの滝は音のみの風情となる。日光で湯葉づくしの料理に舌鼓を打つ。霧の散るのを祈りながら、薬師岳の二キロ余りのトンネルを抜けたら霧は嘘のよう。銅錆の足尾から貸切のトロッコ列車で渡良瀬の渓谷美を眺めながら、大間々まで一時間二十分の賑わいを楽しむ。

会員一四一名、事務局四名を乗せたバス四台は無事千葉に六時半に到着。大慶至極。

マレットゴルフ大会

暑さに負けず 珍プレー 好プレー続出

第１回社団法人千葉市老人クラブ連合会主催、千葉市共催のマレットゴルフ大会が７月９日㈬に中央区末広マレットゴルフ場で、役員選手 120 名参加して、盛大に開催された。この大会に千葉市長より優勝杯（カップ）が寄贈され、また会長賞のトロフィー及び表彰状、長野県のスワンマレット社より賞品が寄贈され、参加賞、ホールインワン賞等盛りたくさんの賞品で時の経つのも忘れて楽しんだ。

この末広マレットゴルフ場は平成 14 年度の高齢者健康づくり事業の市の助成によって造成し、本年１月から使用するようになっていたが、芝の植付け等で本格的には７月頃となり、本大会のため数日前から関係役員の方々が暑い中をコートの設営及び準備を行った。大会当日はコースが細長く又傾斜等で１打でグリーンに上がる人やコースはずれて OB になり「クソッ」と悔しがる声など珍プレーも続出となった。

参加者の多くは「9 ホールでは狭い、せめて 18 ホールに広げて欲しい」と言う声「とても面白いコースだ」と言ふ声などさまざまだったが、なかでも優勝した方からは「ボールの中心をクラブの芯に合せ打つボールの転がり方や力加減そして集中力が一番肝心だとの話は良い勉強になった。素晴らしいゲームさせて戴きました」との言葉を戴きやはり優勝者であるとうなずいた次第です。最後になりましたが、本大会に参加して下さった会員各位及び役員のご協力により大会が無事に終了出来た事を感謝すると共にコースの関係で参加出来なかった会員の皆様にお詫び申し上げます。

（保健体育部部長　古市　満雄）

団体の部

優　勝	白　旗　チ　ー　ム	286 打
準優勝	野村園生シニアクラブ	299 打
第３位	誉　田　チ　ー　ム	301 打

個人の部

優　勝	増田　定義（中 央 区）	66 打
準優勝	渡部　公友（花見川区）	68 打
第３位	鈴木　達雄（中 央 区）	69 打

自由席

喜寿を迎えて思うこと

歩んできた道程も少しづつ終着駅に近づいてきた様な気がする今日此の頃、如何に人生を豊かに、それなりに納得のいく様に生きて行くかを考えさせられる。若い時は毎日が多忙で、ゆっくりする時間を持てなかった。今はそれなりに役割りも果し、じっくり考えたり、何かをする自由な時間もたっぷりある。けれど皮肉なことに自分の体がそれなりに対応できない事に気がついた。それで自分の身体に対応できる範囲での有意義なこと、例えばおなかから思いっきり声を出して唄う事、又無理の無い旅行をする事、今迄に書き放してある詩とかエッセーのまとめ等々。この頃の私にとっては知らない所の美しい風景を観光できる時が至福の喜びとなっている。

長い長い人生という旅のひとこまに、少しの陰りや悩みなどはいらないとつくづく思うし、人と人との精神的なぶつかり合いに、毎日思い悩むことほど時間的にもったいない事はないと思う。病は気からといわれる様に、精神的安楽は病魔にも打ち勝つ。そして存分に幸福に浸ること。時刻は決して立ち止まったりしてはくれないのだから、一日一日が大切なのだ。乗り遅れない様に、せいぜい精神生活を充実させる事が大切なのではないだろうか。

これからは惜しみなく、時と共に老いに追いかけられ生きてゆく。何時かは広い世界へ去ってゆく時であっても、全ては儚い夢だったとしても。

百年後か、千年後にまたこの地球上で自分の存在があって変わった世の中を覗いて見たいと言う気も大いにあるのですが―。

（緑区鎌取平成クラブ　三宅芳江）

募金に想う

募金といえば十月の赤い羽根、最近では阪神大震災、今年は昭和天皇記念会館建設などの募金があった。当然のことだが、趣旨や使途を理解すれば暖かい支援となる。

ところで私達にとって忘れることが出来ない募金といえば、一円玉募金だろう。聞くところによれば二十数年も前から長い間続けてきたとか。私の知っているのは老人福祉会館建設のためという趣旨と、会館は市が建設するから資金援助はいらないと辞退したこと、長い間の募金で積もり積った募金は七千万円をオーバーする巨額であること、この募金を活用するために一円玉活用委員会がつくられたことぐらいである。

はじめに書いたように、一円玉募金の趣旨や使途が理解され、それならと沢山の会員が何年もの長い間受け継いで積立てた財産だが、運用資金という名で金庫に入ったまま陽の目を見ない。

会議などで一円玉活用委員会の話は何度か聞いたことはあるが、県や市の指導やなんかで活用方法がまとまらない話が多かった。市老連は総会のたびに、運用資金の収支報告をしているが、こうした状態がこれからも続くと問題が残るだろう。

運用資金が七千二百万余りという巨額からということもあるだろうが、自分達が自分達で積立てた募金である。「もとにもどす」ことを基に考えれば道はひらけるだろう。

今はどこの区老連だって台所は苦しい。十分な活動も出来ない。こんな時こそ遊んでいる資金を活用すべきだろう。

会員の皆さんの考えを伺いたい。また募金側の意見も伺いたいと思う。

（I地区I生）

一円玉募金は、昭和五十年六月から当時の婦人部（現女性委員会）総会で決定し、昭和五十三年五月には募金金額六百三十万余円に達し、第一次贈呈先として、千葉市及び特別養護老人ホーム等に四百六十万円を贈呈した。

続いて、第二次、五百万円を目標に募金活動をし、念願であった老人福祉会館建設の資金の一部に当てるべく続けたが、老人福祉会館は総合福祉会館として、千葉市当局が建設することになった。しかし当連合会の基本財産としてその後も募金を続けたが、社団法人になったので運用資金に変更し、保管している。

（記念誌「光」より引用）

今後、使途については関係機関と協議のうえ決定し、お知らせします。

なお、現在の運用資金額は約七千二百八十三万円です。

事務局

お元気ですか 事務局だより

女性委員会研修旅行

▼四月十四日～十六日（一泊二日）

バス三台で熱塩温泉・秋保温泉へ。例年十一月実施していたが、満開の桜の美しさを堪能したい希望があり四月実施となった。残念なことに今年は春の訪れが遅く、伊佐須美神社の薄墨桜も、鶴ヶ城公園の千本桜の美しさも味わうことができなかった。研修は社会福祉事業の先駆者「瓜生岩子」について孫にあたる山形屋の大女将のお話を聴いた。

第十六回通常総会

▼五月二十一日

文化センターで開催。出席者二百七十八名。初めに市長表彰及び市老連会長表彰があり、その後総会に入り次の議案を審議し、承認された。

一、平成十四年度事業報告及び収支決算報告
二、監査報告
三、理事（補欠）の選任

歓送迎会

▼六月十日

グリーンタワーパレス千葉において役員の歓送迎会が開催された。このたび退任の荒木七三造さんと高橋文子さんに花束贈呈、荒木七三造さんが代表であいさつされた。出席者百余名なごやかに歓談しカラオケや踊りを楽しんだ。

特選演芸会

▼六月十三日

市民会館において開催。

民謡の鈴木正夫、浪曲の玉川福太郎や舞踊ショー、演歌など約二時間半熱演だった。毎年この日を楽しみにしている会員も多いが、来年は県老連傘下時から数え第四十回になるため特別の企画が考えられている。

会員研修旅行

▼七月二日～三日（一泊二日）に実施。

今年は会員誰でも参加できるよう「役員研修旅行」を改め「会員研修旅行」とした。

平家落人の里、湯西川へ。途中埼玉菖蒲町のラベンダーと菖蒲を鑑賞。湯西川温泉到着後「平家伝説」と題し、伴隆大氏（平家の里館長）の講演を聴いた。

マレットゴルフ大会

▼七月九日　末広マレットゴルフ場で開催。

昨年健康づくり事業として、初めてマレットゴルフの講習会を行い、その後各区でこのスポーツを取り入れ、今後も継続されるよう市老連で大会を開催して普及を図る。

二十八チーム約百五十名が競技した。

成績は九ページ参照。

民踊講習会

▼七月十六日及び九月十七日

ポートアリーナで石川美豊香先生に「東京音頭」「炭坑節」「花の日本総踊り」等五曲の指導を受けた。

受講者は各地区の会員に指導し、お楽しみ会など機会あるごとに発表している。

平成十五年度第一回女性リーダー研修会

▼七月二十五日

千葉市ハーモニープラザ一階多目的ホールで開催した。第一部は女性委員会の活動事例報告、第二部は体操や踊りの講習。

第三十八回千葉市老人クラブ会員作品展

▼八月二十二日～二十五日

文化センター五階市民サロンで開催。会場も定着し、搬入搬出の作業も順調に行われ、来場者も年々増えている。審査の結果入賞者は次のとおり。

市長賞（写真）
座古　益次

会長賞（書）
堀口　専哉

（手工芸）
鈴木きん子

金賞（手工芸）
浦野　六郎

（手工芸）
松林喜代子

（絵　画）
谷沢　義朗

（書）
渡部　文子

（写真）
三橋　静枝

（彫刻）
日暮　輝一

（陶芸）
永多　甚伍

下半期行事予定（10月～3月）

★ふれあいの店
十一月十四日～十六日、ラパーク千城台ショッピングセンターで、手作り作品の展示即売を行う。

★第二回女性リーダー研修会
十二月五日、市役所八階正庁において。

★平成十五年度指導者研修会
十二月十日、文化センターアートホールにおいて開催。

★新年会
一月十六日開催。会場は未定。

★第三回女性リーダー研修会
三月十八日、文化センターアートホールにおいて開催。

★第十七回通常総会
三月二十三日、文化センターアートホールにおいて開催。

★第二十四回芸能大会
十月八日、市民会館において開催。

★第十六回全国健康福祉祭徳島大会
十月十八日～二十一日、徳島県で開催。千葉市選手団百五十二名参加。

★第九回グラウンドゴルフ大会
十月二十八日（雨天の場合翌日）、青葉の森スポーツプラザにおいて。

★第二回スカイクロス大会
十一月六日、川鉄体育館において開催。

文芸

短歌

園生台寿クラブ　中川　敏子

黙々と只だ黙々と我が君は
　年輪積みて賞は語りぬ

同郷の友ら集いし箱根宿
　健康ほしいと握る手寒し

ひらひらと乙女の舞の花菖蒲
　シルバー好む色彩も絶倫

第二君待会　田村冨美子

紅扇かれんな花は実を結ぶ
　またくる春をたのしみてまつ

吾を背負い祖母が雪道にころびたる
　七十年前憶ひでて泣く

孫あての手紙も入れし宅急便
　あすの下校時までに届けよ

俳句

小中台紅葉会　水田　勝二

春一番少年サッカーボール蹴る

鉄枠の錆びし反射炉木々芽吹く

でで虫も札所巡りか地蔵の頭(ず)

小中台紅葉会　法花堂外治

人見送る橋の袂の花菖蒲

奥入瀬の用水速し田植水

アイヌ村囲みて青田風わたる

小中台紅葉会　若曽根節子

頬かむり向ひて歩く春一番

故郷(くに)の棚田たんぼの青田かな

今年又喪き姉しのぶ紺浴衣

小中台紅葉会　鈴木イツ子

梅雨空に雀が一羽屋根の樋

青田風乳母車押す若き母

盆踊り少し派手めの帯しめて

小中台紅葉会　佐々木ミツ子

柏餅幟ゆれてる峠茶屋

でで虫の唄口ずさみ庭探す

下校の児笛吹き帰る梅雨晴間

虎の尾のむらさき雨にぬれて咲く
鮮かなりしと窓よりの声

玄関に大きな靴のあふれたり
次第にせまくなりゆく我が家

第二君待会　山田　登代

二人して星を眺めしことありや
送りの盆の空暗くして

再びはおとづれることなき南(みんなみ)の
島に二夜(ふたよ)を娘と眠る

去年(こぞ)よりもなお読づらし友よりの
賀状を終日ポケットに持つ

都賀の台シルヴァークラブ
平野　寿男

老木は逞しき根を張りて立ち
瑞々しき葉を年々に噴く

小中台紅葉会　亀井　君子

老眼鏡　入歯補聴器　春隣

ぱかり音たて焼蛤の口を開け
着廻しの浴衣忙し孫ひまご

小中台紅葉会　森谷　嶌子

陽炎に消え行く農夫篭を背に
梅雨寒を言葉に出して灯をつける

歌謡ショー浴衣に着替え二部に入る

小中台紅葉会　植草　ミヨ

海の色ふくみて伊豆の落椿
紫陽花に雨重たしや露地止り

文鎮の鬼女のお面や梅雨荒し

高根みどり会　伊藤　辰雄

はずかしくウグイス鳴(な)いて春を告(つ)げ
さわやかなグリーンタウンみどり会

それぞれに心に咲く花美しい

むつみ鶴の会　高橋　平一

提灯の点されやさもさ踊り唄
太鼓連朱金の鉢巻き跳ね踊り

年波を寄せてはならじ千葉踊り

都賀の台シルヴァークラブ
大澤　良之

パソコンは孫が教師の生身玉
お仲間も殿様ゴルフ古日傘

永き日や碁会所帰りのはしご酒

編集後記

■「はつらつ健康運動、支え合う仲間づくり」が本号のメインテーマだが、九十才を超える会員が元気いっぱいに輪投げやグラウンドゴルフ、舞踊りやダンスに取り組んでいる。百才の父の手を引きながら一緒に会員が敬老会に出かける■たった五年の間に百才以上の人口が倍増して二万人の大台を超えたという。千葉県も同じ倍増―まさに人生八十年が九十年へ移行する舞台の幕明けだが、舞台ウラでは真剣な目つきで見守り支える仲間がいる■千葉市の保健福祉局の古川次長さんから「生涯健やかにいきいきと暮らすことができるまちの実現」をすすめる市政についてご寄稿をいただいたが、私達はクラブ活動を通じて、また市民の一人として共働し、いきいきとした人生九十年を創出したいと思う。(広)

社団法人千葉市老人クラブ連合会
〒260-0844 千葉市中央区千葉寺町1208-2 ハーモニープラザ3階
TEL 043(262)1236　FAX 043(262)1237