



きらめきクラブらば

広報
VOL.31
2009.8



花見川区「大賀ハス」 写真提供：花見川区役所

もくじ

- | | | |
|--------------------------|---------------|-------------------|
| ■あいさつ | 千葉市老連会長 岸岡 泰則 | ■達人紹介 |
| ■特集 『区老連の方向・抱負と活動紹介』 | | ■事務局だより |
| ■人生一世紀をめざして | | ■平成21年度 女性委員会研修旅行 |
| ■介護予防に関するこ 新型インフルエンザについて | | ■文芸 |



会勢拡大は新しいクラブづくりで

市老連会長 岸岡泰則

広報紙「きらめきクラブちば」第31号をお届けします。

時候も夏となりますが、会員皆様方は健康管理に一層留意され、暑さを乗り切つてゆかれますようお願い致します。

さて、平成21年度の市老連の重点活動方針につきましては、去る3月総会において掲げましたところであります。要約しますと

「自助と連帯の気持ちを持つて、明るく、楽しく、うるおいのあるクラブ活動を開き、会員増強と会勢の拡大に向け、すべての事業活動の焦点をここに合わせて推進する。」
ということになります。

昨年度末には1地区約500名以上の退会があり、私達の目指す「健康」「友愛」「奉仕」の連帶の輪から離脱されたことは誠に残念でした。
しかし最近諸地区において、新しいクラブづくりが芽ばえております。

私は老人クラブの育成とは、まさに新しいクラブを創り育てることにあると思います。そんな思いであらためて私達の周囲を見てみたいと思います。

団塊の世代をはじめ多くの心ある高齢者が、長寿社会をいきいきと生きるべく活躍しております。

私達はここに視点を向け、このような方々とも連帯の糸口を求める新しいクラブづくりへの方向づけに役立てたいと考えます。

また関係方面の有識者のご指導も請い、あるいは重点的な広報活動にも取り組み、相談の窓口を広げ、多面的、継続的にこのことを推進してゆきたいと思います。

一方、会員皆様方が今取り組んでいる健康づくり、介護予防、友愛活動、生きがいづくり、安全見守り活動などには、自信を持って着実にすすめて頂きたいとお願いします。これらのこととは私達が誇る素晴らしい公益活動でもありますから。

平成24年には、市老連創立50周年を迎えます。

会勢発展機運のなかで記念の年を迎えたいと思います。



老連活動の一端

中央区老連 副会長 永野芳俊

区老連の活動方針とか将来の抱負とか難しい話はさておき、ありのままを一つ二つ紹介したいと思い、筆をとりました。

先ず、第一に中央区老連の予算を覗くと「地区助成」という科目が目にきます。これは平成6・7年頃まで、市老連が当時の各地区老連（29地区老連）へ出していた助成金をそのまま引き継ぐ形で、現在も中央区老連は出しているわけです。その細目は、グラウンドゴルフ・囲碁将棋・芸能大会・ワナゲの活動に対し、その地区老連のクラブ数や会員数に応じて、或る基準を定めて支給しております。

因みに、今年は中央地区9万8000円、弁天7万円、亥鼻14万7000円などとなっており、8月頃には支給を予定しています。この地区助成金支給の基本理念は、区老連の活動の原点はあくまで地区老連にあるということです。

第二に中央区老連の年間事業の一つとして囲碁将棋大会が7月に実施されますが、恐らく特徴ある活動ではないかと思っています。これも言うなれば、かつて市老連が実施していた大会を引き継いでいるわけです。

常日頃、公民館やいきいきセンター等で腕を磨いている囲碁将棋好きの方々、約30名を一堂に集まっていたり、一日楽しんでもらう企画です。先ほど述べた地区助成の中

に囲碁将棋という項目もありますので、地区老連によっては独自に予選会を行い、選抜された方が出場する所もあると聞いています。

当日の組み合わせは参加者の抽選で決めて、勝ち抜き表に名札が張られ、一回戦の勝者は名札が二回戦に進みます。待ち時間を刻む時計の進みが速く感じられるような顔があちこちに見られます。この大会は結構豪華で、賞品もさることながら、各地区の女性委員長が総出でお昼や茶菓の接待を行い、選手からとても喜ばれています。

ただ、残念なことは、この大会の優勝者や上位入賞者がねんりんピックに参加していない事です。毎年、対象者には呼びかけを行っていますが、未だに実現していません。今後どなたかが、ねんりんピックへ参加して、新しい道を開いてくれる事を期待しております。



囲碁・将棋大会

花見川区

老連の方向と抱負

花見川区老連 会長 花 島 一一三

さつき晴れの中、平成21年度の総会も大勢の会員の出席をいただいて無事終了することが出来ました。さて、今年度は昨年度に引き続き、更に諸活動を推進し、健康と生きがいを高めていきたいと考えています。

その一 全国老人クラブ連合会が目指している「健康ウォーキング」モデル地区を設立の為、リーダーの選出、年間計画の作成、コースの設定、参加者の拡大を図る。

その二 運用資金の最終年度にあたり、次年度からの活動の再検討：花島公園施設の有効利用を図り、経費の節減と充実に努める。

その三 会員増強 1地区10人を目標に未加入者の諸活動の参加を推進する。

その四 保険の加入促進に努める

本年7月から傷害保険が新たになるに当たり加入の促進に当たる。



稻毛区

老連の方向と抱負について

稻毛区老連 会長 工 藤 嘉 生

稻毛区老連は、私達が今までに得た豊かな経験を生かし、老人クラブの基本方針である健康、友愛、奉仕の三大運動を基に仲良く楽しく生涯健康で介護を予防し認知症にならぬよう安心して暮らせる」ことを目標に活動しています。

稻毛区老連は4地区23クラブで構成されており、区老連では毎月一回理事会を開催し、上部団体（市老連・全老連）の活動についてその対応を検討、また区老連独自の活動について企画運営をしています。

区老連ではこれらの活動を円滑に進めるため、理事会に、保健体育部と文化部を設け各種区老連行事を運営しています。保健体育部は主として各種スポーツ大会の企画運営、文化部は芸能大会・研修旅行・コンサートなどの企画運営を担っています。

ワナゲ大会は市役所が設けた園生高齢者広場で開催し参加者の人数制限をしないで希望者全員で行っています。またグラウンドゴルフ大会は、年々参加希望者が増え、会場確保に頭を痛めています。芸能大会は、各クラブで研鑽している踊り、コーラス、演劇などを披露し和やかな発表会になっています。昨年度は新春コンサートを小中台公民館で開催し、プロの歌手を招き昔の懐かしい歌や外国の歌曲を聴き楽しいひとときを過ごしました。

今年度の区老連の主な年間行事予定は
6月 ワナゲ大会（参加者の人数割り当てをせず、希望者は全員参加）

7月	グラウンドゴルフ大会（望洋荘）	80名
10月	日帰り研修旅行	
11月	芸能大会	
12月	ダンスパーティー	
1月	新春コンサート	
2月	ボーリング大会	
3月	ワナゲ大会 グラウンドゴルフ大会	

区老連女性委員会は、踊り、コーラス、手芸の3部で月一回の例会を行っており大勢の会員が参加し、にぎやかに和気あいあいの研鑽を行っています。更に、介護施設「ソレイユ北千葉」のボランティア活動、友愛活動の実践等多彩な活動を行っています。

園生台寿クラブでは、市公園課の許可をいただき地元の公園に花壇を設け、月一回の公園清掃にあわせ花壇の整備をおこなつてお

春と秋には花苗を購入植栽し、公園に来る方々に楽しんでいただいています。

これからも健康第一を合い言葉に、地域で元気で活動する区老連として運営強化と会員増加活動をはかっていきたいと考えています。



若葉区

パークゴルフの普及で会勢拡大を

若葉区老連 小川 義寛

パークゴルフってなーに?と問われることもまだ多いと思いますが、今三世代スポーツとして人気上昇中のニュースポーツです。

中高年はもとより、レディースにも、ジュニアにも世代を超えて楽しくプレーできる、若さを感じさせるスマートさ、気軽に遊べてしかも奥深いテクニックも求められるので競技としても興味しんしん。

パークゴルフは北海道でうまれたスポーツ、今年の「ねんりんピック北海道・札幌大会」に正式種目として取り入れられています。また来年千葉県・市で開催される「ゆめ半島千葉国体」でも、デモンストレーション競技として酒々井町・御宿町などで大会が行われます。

若葉区老連では、会員の健康づくり、特に若手会員・団塊の世代好みのスポーツとしてその普及を図ることにしました。

4月21日には、同好会員36名が酒々井の森パークゴルフ場で体験研修会を行いました。そして、さらに普及するためにはスポーツ団体としての「千葉市若葉区パークゴルフ協会」を立ち上げることになり、同好会員が発起人となり呼びかけた結果、61名の賛同を受けて、6月9日創設の運びとなりました。

協会は北海道に本部のある「国際パークゴルフ協会」に加盟し、また「千葉県パークゴルフ協会連合会」にも加入してその指導も受け、また大会などにも参加してゆく予定です。区老連は今後「協会」を育成し、協調して会員の拡大に取り組んでゆきます。

また60代の若手会員のなかから普及指導員を養成するための講習会も計画しております。

会員の減少・クラブの解散に苦悩するなかにあって、会勢の拡大には創意・創造によって新しい方途を求めてゆきたいものと思っています。

きらめきクラブに爽やかなパークの風を吹き入れましょう。なお、若葉区パークゴルフ協会では、同好者の入会を歓迎しております。

また区外の方でもあなたの住所地に「パークゴルフ協会」がないときは、入会することができます。
詳しいことは左記にお問い合わせ下さい。

千葉市若葉区パークゴルフ協会

代 表 岸岡 泰則

電話 232-5275

同事務局 小川 義寛

電話 233-5669

同事務局 佐藤 淑子

電話 231-8803



安心・安全にむけて

緑区老連副会長 村松 武

私は、緑区土氣地域に所在する会員41名のクラブです。

年間の重要課題として

- 一、安心・安全の街づくり
- 二、積極的な社会・公共への貢献
- 三、心・身の健康づくりと友愛活動

の三本柱を主軸に取り組んできています。

ここで当クラブが10年間に亘り実践した「社会奉仕兼ウォーキング」（別名悠久散歩）について、その一端を紹介します。十数年前、当時74歳の会員が半年掛かりで東海道五十三次を踏破する快挙を為し遂げました。これが動機となつてウォーキング部を創立し、平成11年5月29日に第一歩を踏み出しました。

弁当等を持参した15名（女性3名）の仲間が約6時間かけて楽しいウォーキングを体験したのです。以後新規の行程・経路を事前調査し、毎月一回平均で本活動を推進してきました。気持ちと行動にゆとりが出来ると各地に所在する名所旧跡や素朴な神社・仏閣を観察し地域の文化を識り、歴史勉強の好機として本行動に採り入れました。

次いては当初から気になっていた道端に放置、散乱していた空き缶、空壟やビニール袋の取扱措置です。衆議一致同13年3月24日拾集管理（環境浄化活動）に着手しました。

その結果は30ℓ入りゴミ袋8袋も拾集したのです。以後現在も続行中です。

平成16年4月連携

のある「社協土氣部会」から高齢者の健

康促進行動について

協力要請があり、同

年7月12日、15名（女

性5名）の参加者を

得て力強い門出とな

りました。これ以降

現在も「老人クラブ

社会奉仕」旗（黄色）

と「防犯パトロール」

（緑小旗）を掲げゴミ

袋を所持し、毎月第

二月曜日を指定日と

し活動を開催中です。

本活動は防犯パト

ロール、学童見守り

等はもとより全てが

安心・安全が根拠で

あります。



区老連の方向・抱負

美浜区老連 会長 吉川清也

美浜区老連では、市老連方針にある「明るく、楽しく、
うるおい」を受け、「ゆめ、げんきいっぱい」を合言葉に
「人になれ、奉仕せよ」をモットーに更なる飛躍を目指し、
活動することを心がけています。

今回は「花のあふれるまちづくり」活動を紹介します。

現在、美浜区老連は、美浜区役所地域振興課と共同で
「花のあふれるまちづくり」活動を行っています。

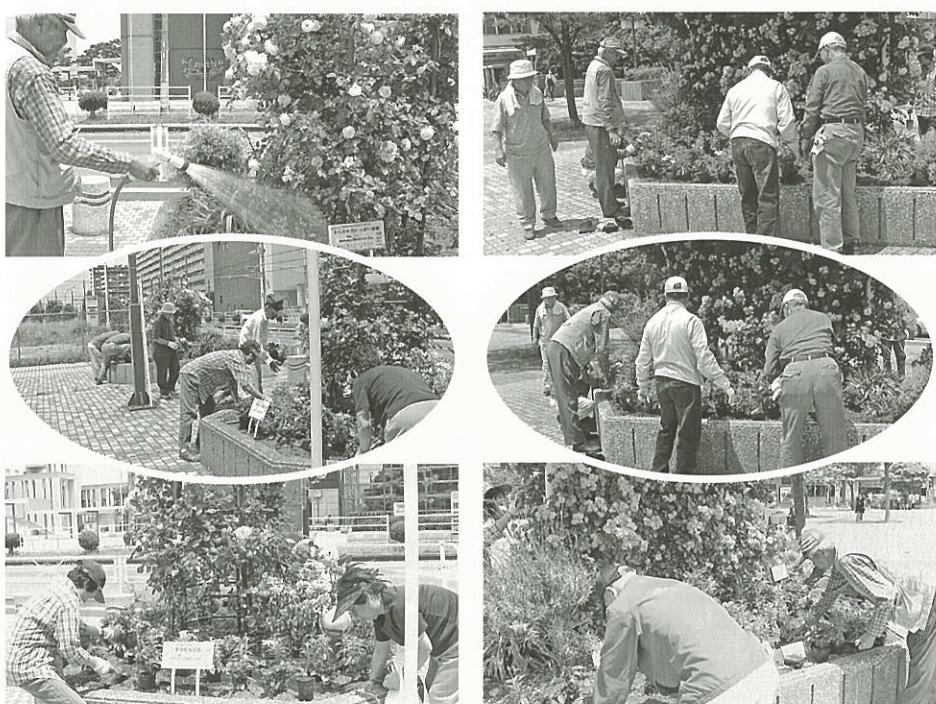
スタートは検見川浜駅北口広場のバラアーチ2基が完成
した平成14年10月です。その後、美浜郵便局西側いこいの
広場のローズタワーより2基（平成17年10月完成）、区役所
前プランターを含め、毎週木曜日、朝8時より、植栽ます
内の草取り、水やりと年一回の花苗の植替え及び施肥、消
毒を行っています。

参加人数は毎週木曜日は6～8名、花苗の植替えには
20～30人の会員が自発的に参加しております。

最後に水は検見川浜駅及び美浜郵便局の散水栓を借用さ
せていただき、ゴムホース等の諸道具は駅前駐輪場の物置
きに無償で保管していただく等、周囲のご好意に感謝して
いる次第である。

—生きがいづくり サークル活動—

～花のあふれるまちづくり～（真砂地区老連の手入れによる自信作）



美浜郵便局西側いこいの広場のローズタワーと地区老連みなさんの作業広場

JR検見川浜駅北口広場のバラアーチと花壇

◆「区老連の方針・抱負」

美浜区老連では、重複しますが、「ゆめ、げんきいっぱい」
を合言葉に「人になれ、奉仕せよ」をモットーに更なる飛
躍を目指し、活動に寄与することとしています。

中央区	花見川区	稻毛区
 <p>東本町東寿会 松井 一郎 99歳 千葉市寒川町出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 110才までがんばりたい 魚、野菜、海藻、なんでも好む 自転車で走ること 友人と一緒にお話をすること 	 <p>武石二丁目松寿会 飯高 フジエ 92歳 横浜市出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 全ての方々に感謝しております クリーム類が大好き 毎日歩く事を心がけています（ゆっくり30分位） 家族で沖縄旅行に行きたい 	 <p>福寿会 佐藤 きよ子 91歳 山形県酒田市出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 人の世の幸不幸は人と人が逢ふことからはじまる「よき出逢いを」（相田みつを おかげさんより） 好き嫌いなし テレビ体操、散歩 家族旅行
 <p>東本町東寿会 鈴木 節子 98歳 千葉県市原市出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 100才までがんばりたい 魚、野菜、何でも食べる ラジオ体操、庭の掃除 元気に生きること、人に迷惑をかけぬ様 	 <p>米之内老人クラブ 花島 ゆき 91歳 千葉市花見川区横橋町出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 長男に感謝している 魚、サンマ 畠仕事 野菜作り 	 <p>稻毛台睦会 植草 重二 90歳 千葉県出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 生きものを大切にしたい 甘いものやさっぱりしたもの ウォーキング 庭いじりをしたい

人生一世紀をめざして

90歳以上の会員の方に、お元気の秘訣を伺いました！

1. 座右の銘
2. 好きな食べ物
3. 私の健康法
4. 今一番やりたいこと

若葉区	緑区	美浜区
 <p>貝塚松風会 長谷川 喜八郎 94歳 千葉県一ノ宮出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 腹八分目医者いらず 2. 魚類、とくにいわし 3. 読書・古典 4. 有機栽培 	 <p>誉田町2丁目第2長寿会 高梨 しげ 94歳 市原市東国吉出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 人と争うようなことはしない 2. 卷きすし 3. 畠仕事が大好き、老人クラブの行事（わ 投げ大会）に参加して会話を楽しむ 4. 家族に出来るだけ心配をかけないようおだやかに暮らしたい 	 <p>真砂白寿会 菅原 かつよ 99歳 岩手県花泉市出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 一期一会（よいお友達に会えた） 2. お酒・生胡瓜の塩もみ 3. 絵手紙 4. いまのままで長生きすること。お風呂。
 <p>都賀高砂会 深見 渉 90歳 愛媛県越智郡出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 何事にも後悔しない。嫌なことは出来るだけ早く忘れるようにする 2. スキヤキ、塩鮭 3. 自然な気持ちで生きる事 4. 平常心で毎日を過ごしたい 	 <p>誉田1丁目第2長寿会 池田 ちよ 91歳 千葉市出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 日々是好日なり（毎日感謝して生きています） 2. 野菜 3. 体を動かすこと（草むしり等）毎日欠かさず入浴する 4. ゲートボール（今はやれなくなりましたが…夢です）野菜や花植えをすること 	 <p>2丁目真砂会 国府 常蔵 94歳 京都府出身</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 自転車で散歩 2. 甘い物（おまんじゅう） 3. ゲートボール、カラオケ 4. 旅行

インフルエンザはこうやって感染します

【飛沫感染】

感染した人の咳、くしゃみ、つばなどとともに放出されたウイルスを健康な人が吸い込むと感染することがあります。

【接触感染】

感染した人がくしゃみや咳を手で押された後や鼻水を手でぬぐった後に他のもの（机、ドアノブ、つり革、スイッチなど）に触ると、ウイルスが付着することがあります。

その付着したウイルスに健康な人が触れた後に目、鼻、口に再び触れると、粘膜・結膜などを通じて感染することがあります。

インフルエンザの症状は

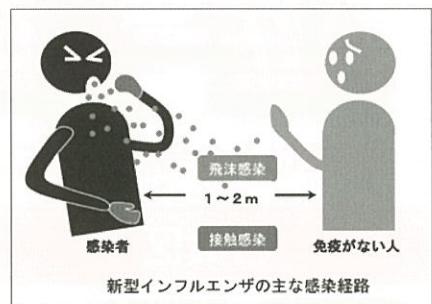
- 咳や鼻水が出る
- 突然の高熱、全身のだるさ、頭痛、筋肉痛等がある
- インフルエンザの症状は、新しいウイルスによって変わる可能性があるため、そのつど変更される可能性があります。

インフルエンザにかかるないために

- 必要のない外出は控えてください（特に人が集まる場所）。
- 外出したらうがい、手洗いを行って下さい。

【咳エチケット】

- 周囲の人から1m以上離れてください。
- 咳やくしゃみのしぶき（飛沫）は約2m飛びます。
- ティッシュで口を覆い、顔をそらせて下さい。
- マスクがない場合は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、他の人から顔をそらして、1m以上離れます。
- 外出したらうがい、手洗いを行って下さい。
- 手洗いは石鹼を使って最低15秒以上行い、洗った後は清潔なタオルやペーパータオル等で水を十分に拭き取りましょう。
- 口を覆ったティッシュはゴミ箱へ。
- 咳やくしゃみを抑えた手はただちに洗ってください。
- 咳やくしゃみを手で覆ったら、手を石鹼で丁寧に洗いましょう。
- マスクを着用してください。
- 咳、くしゃみが出たらマスクを着用しましょう。また、家庭や職場でマスクをせずに咳をしている人がいたら、マスクの着用をすすめましょう。



新型インフルエンザとは

【通常のインフルエンザとの違い】

- 新型のインフルエンザは誰も免疫をもっていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染が拡大しやすく、多くの人がインフルエンザになることが考えられます。そのため、感染の拡大を防ぐために十分な施策が必要となります。

【治療方法は？】

- 主な治療法は抗インフルエンザウイルス薬（タミフル・リレンザ）の投与です。
- 現在、我が国の抗インフルエンザウイルス薬の備蓄は約3,800万人分程度です。

【情報収集が大切です】

- 新型インフルエンザの情報は国や地方自治体から発生状況を随時公表しています。それらの情報収集に努めることが必要です。
- 信ぴょう性が低い情報や噂に惑わされることなく、正確な情報を収集し、パニックに陥らないよう、冷静に対応しましょう。
- 新型インフルエンザは誰でもかかる可能性がありますので、患者さんに対して偏見や差別を持たないようにしましょう。

インフルエンザにかかったかな、と思ったら

- まず保健所等に設置された発熱相談窓口に連絡してください。
医療機関に直接行くことは絶対しないで下さい。

問合せ先：**千葉市保健所（発熱相談センター）**

対応期間：平日、休日、祝日すべての日に対応

電話番号：043-238-1792又は043-238-1793

夜間のご連絡は、上記の番号に電話をいただき、録音案内に従ってご連絡ください。

感染を拡大させないために

- 必要のない外出は控えてください（特に人が集まる場所）。
- 外出したらうがい、手洗いを行って下さい。
- 発症したら、マスクをして感染が広がらないようにしましょう。
- マスクだけでは感染を完全に防ぐことはできませんので、お互いに距離をとるなど、他の感染防止の方法も行いましょう。

本人・家族が新型インフルエンザにかかったら

- (1) 感染した可能性がある場合は、医療機関ではなく保健所等に設置される発熱相談センターに電話で問い合わせし、指定された医療機関で受診してください。
- (2) 医療機関を受診するときは、必ず電話で事前に連絡し、受診する時間や入口などについて問い合わせてください。
- (3) 受診する時はマスクを着用します。マスクがない場合は「咳エチケット」を心がけ、周囲に感染させないよう注意してください。
- (4) 公共の交通機関（電車、バスなど）の利用は避け、できる限り自家用車などを利用してください。適切な交通手段がない場合は発熱相談センターに問い合わせてください。
- (5) 感染が確認されたら入院して治療を受けることになります。
- (6) 感染している可能性が高い同居者などは外出を自粛し、保健所へ健康状態を報告することが法律で定められています。また、状況に応じて抗インフルエンザ薬（タミフルなど）が配布されることがあるので、保健所からよく説明を聞きましょう。

【患者を看護・介護するときの注意点】

- 患者はなるべく家族とは別の個室で静養し、マスクを着用し、咳エチケットを心がけます。
- 家族は手洗い、うがいを徹底し、マスクを着用します。
- 患者の看護や介護をした後は必ず水と石鹼による手洗い、またはアルコール製剤による消毒をします。
- 患者が使った食器や衣類は、通常の洗剤によって消毒することができます。

協力：厚生労働省

厚生労働省ホームページより引用

◆私の生い立ちと趣味

花見川区 花園第一友和会 荒井清一郎

私は昭和9年7月7日神奈川県川崎市の向町で生まれました。子供の頃より歌が大好きで、小学4年生の時、吉田先生に教えられ、学校帰りに近道を通って来ると「何処からかほんのり香る梅の花」という歌をオルガンに合わせて歌いました。その時、先生はこのクラスで荒井さんが一番上手と褒めてくれました。クラスでは人気者でした。

その後、市原市に疎開しました。そこでは、警戒警報が鳴ると、山の中に避難し、そんな時にいつも先生から歌を歌ってくれと言われ、私は大きな声で歌いました。アツツ島が玉砕した時の「山崎大佐指揮を執る」を歌った時もとても褒められ、今は当時のことが懐かしく思い出されます。

当時、私の父は42歳の若さで、破傷風になり、亡くなりました。母は六人の子供を育て、長男の私は豆腐屋へ5年間修行に出され、20歳で花園にお店を開き、妹三人と弟に家庭を持たせ、弟には一軒の家を建て、父親代わりを果たしました。現在では、カラオケ、ゴルフを楽しんでいます。

カラオケでは千葉テレビの三段を修得しました。今の私は歌ならば何曲でも頭に入っています。あの有名な遠藤実先生、伊東かおる先生からの賞もいただいております。

シルバー人材センターの旅行などでも歌わせてもらひ、身も心も楽しく、昔のつらい日々を忘れ、年配者を楽しませています。子供の頃の歌やカラオケなどで歌うことが私の自慢のひとつです。

達人紹介

◆剣道と合氣道

中央区 神明町長寿会 古川昌男

叙勲 瑞宝雙光章受賞、警察功績賞受賞
古流一刀流兵法範士（剣号 梅香）
全日本剣道連盟 剣道五段 練士
全日本剣道連盟 居合道四段（東京都）
所属 古流兵法松風館千葉支部 修練場
（千葉市立新宿小学校 体育館）
毎週土曜日 （午後5時～7時）
（7時～9時）



剣道が終戦により一次禁止されて、昭和27年に復活し、居合道も再び蘇り、少年剣道ブームと言われる様に発達してきました。

剣道と居合道は、車の両輪の如く一体のもので、剣道経験者には居合道も勧められています。全剣連制定居合に加えて、先人が伝えた古武道の奥深い技を学び後世に伝えることも義務の一つです。又、初心者の指導も率先垂範を心掛け、道の基本となる礼を重んじ日々の自重と精進を未熟ながらも続ける思いです。



◆趣味ゆくゆくのこー（陶芸）



緑区 サニークラブ 牧野 来世志

貴方の趣味は…と聞かれたとき、昔は、囲碁、将棋、麻雀、美術鑑賞、釣り、登山などと浅く、広くの趣味を答えていたが、現役を引退して以降は、自分の体力と周囲環境もあって、囲碁、陶芸、釣りに変わっている。

陶芸には5年ほど前に県の生涯大学（老人大学）の陶芸科に入学し、専攻科までの4年間粘土細工に親しんだのがきっかけ。

それまでは陶芸品を鑑賞するだけだったのが、今は少しだけ鑑賞できるようになった。

陶芸を趣味にしている方の多いのは、気軽に取り組める事と、何よりも「自分の好みで作った作品でお茶やビールを飲んだり、花を活けたり出来たら良いな」の思いを実現し、自分にしか出来ない作品を作る喜びを覚え趣味にと発展したのだと思うし自分もしかし。

陶芸は工程が長く、途中でそれなりに時間をかけて、気も遣つて、釉薬かけして、本焼きして出てきた作品に一喜一憂し、これが刺激と励みになつて又、次の作品造りに向かつている日々でした。

この度図らずも第43回千葉市老人クラブ会員作品展示会の陶芸の部に初めての出品で金賞を受賞、恐縮し口惑つております。ありがとうございました。

と二重の栄誉を得た事は、珍事と言えるが、そもそも「絵」に対する知識も趣味も無かつた者が、ここまで出来たのは長年にわたる努力と忍耐の賜ものと考えられます。

回想するに15年前の現役引退に当たり、引退後の余生を如何にして過ごすかの疑問から始まって、即ち何等得意も趣味も無い、老夫婦が毎日顔を合わせていると、多分そのうちに紛争が起る予想から、いずれは粗大ゴミとして処分されそうな危険を避けるには、時々外に出で間を空けることが最善と考えられ、経済的にも余り掛からないだろうと思われる「水墨画」を応募したところ、これまたラッキーで合格通知が来て、「稻毛いきいき」に於いて墨の濃淡並びに筆の使い方を学び、筆を握って15年。今では同志と「稻水会」なる同好会に所属、毎月第2、4木曜日に集会、スケッチ等のあと同志による呑み会、雑談が又一夕の楽しみとなっています。

本来掛軸等に見られる水墨画は墨の濃淡を使って書かれていますが、最近は顔彩による色付けが多く色彩豊かな絵が多く見られる事が、『墨彩画』と表現されています。

従つて、吾々の年間恒例の展示会は毎年2月の「稻毛いきいきフェスティバル」。7月に催される「千葉市墨彩画連合会展(県立美術館)」。10月の同好会展(稻毛市民ギャラリー)等で、新作に悩みながら、健闘中です。

何れにしても墨と筆と紙があれば、誰方でも簡単に入門出来る水墨の世界、悩む事もあるが、又出来上がる喜びも格別で、面白満足しながら続けています。皆様も始めて見ては如何ですか。



◆私の趣味

美浜区 サンコーヒー検見川ふれあい会 倉本 稔

第43回千葉市老人クラブ会員作品展示会に出席したくなり、幸運にも『千葉市長賞』に当選、又同僚の田辺潔氏も「老人クラブ会長賞」



事務局だより

平成21年度一般会計予算（単位：千円）

収入の部

科目	予算額	備考
会費	2,614	区老連 50円×10702人 老人クラブ10,000円×231クラブ
補助金	17,848	千葉市・全老連補助金
参加負担金	945	①G/G大会・芸能大会・作品展の共催事業参加 負担金 ②健康ウォーキング参加負担金
受託費	12,943	全国健康福祉祭・ふれあいの店
事業収入	3,806	①広報紙広告掲載料、特選演芸会会員券 販売手数料等 ②入れ歯リサイクル収入
寄付金	42	
繰入金	2,000	売店特別会計より
雑収入	1	
繰越金	920	平成20年度繰越金
収入合計	41,119	

支出の部

科目	予算額	備考
総務費	750	旅費交通費（全老連会議等）等
会議費	606	第28回・29回通常総会費等
人件費	6,449	職員給料等
事務費	2,834	印刷製本費・事務諸費（リース代金等）等
指導者養成費	1,344	役員研修・視察研修・指導者研修等
健康づくり対策費	1,785	健康ウォーキング・ワナゲ大会・G/G大会・G/B大会等
生きがい対策費	878	作品展・芸能大会等
社会奉仕活動費	1,923	社会奉仕の日・友愛活動費
広報活動費	1,258	広報紙『きらめきクラブちば』発行費用
受託事業費	12,943	ねんりんピック・ふれあいの店
老人クラブ育成費	9,021	活動推進員費等
負担金	436	全老連・関東ブロック負担金等
退職積立金繰出金	392	職員退職積立金
寄付金	300	入れ歯リサイクル収入20%をユニセフに寄付
予備費	200	
支出合計	41,119	

平成21年5月25日 第28回通常総会において、多年にわたり活動の顕著な団体並びに老人クラブ活動に功労のあつた方に千葉市老人クラブ連合会会長より表彰されました。また加入促進運動に尽力した団体に対して感謝状が贈られました。





千葉市老人クラブ連合会会長表彰

優良老人クラブ表彰（団体）

椿森東老人クラブ	花見川中央
野村園生シニアクラブ	稻毛
若寿会	若葉
第1朗生会	真砂
誉田2丁目第3長寿会	緑葉
東建検見川マンショソ寿会	中央
荒木清宏	花見川
河野邦行	中央
三枝省	中央
長谷川一	中央
宍戸吉	中央
松尾昭	中央
若狭	中央
東老人クラブ育成功勞表彰(個人)	椿森東老人クラブ

會員增強特別功劳感謝狀

植増須野三池中藤深小日伊宮高岩中
本村田永老松端村森見川暮藤原橋井村
豊友君正今照宣清初忠正安悅
朝治宏代美吉男夫彦涉敏江房敕行雄郎

花見川 花見川 花見川
花見川 花見川 花見川
花見川 花見川 花見川

※敬称略させて頂きました

老人クラブ育成功劳表彰（個人）
若寿会
若松台ふれあい広場
桜第一光年クラブ
高寿会
高洲さざなみ会
いなはま和楽
中央中央中央中央中央中央
久悟行宏清
省邦
戸川枝三河荒木
宍戸長谷川

美美若若若若稻花見川中中中中
浜浜葉葉葉葉葉葉毛央央央央

女性委員会研修旅行 (次ページに掲載)

第1回友愛活動員の会研修会

6月11日(於・中央区社協会議室)会員が地域の一人暮らしや寝たきりの高齢者宅の訪問などにより高齢者相互が支えあい、日常生活を支援し孤立を防ぐ事を目的とし、友愛活動員等80名が参加し、

高齢社会の現状・友愛活動と助成金等について研修いたしました。

関東ブロック老人クラブ

リーダー研修会

6月17日・18日に関東ブロックのリーダーが集い交流と日頃の活動の実績や成果を発表し、リーダーが集い交流と日頃の活動の実績や成果を発表し、リーダー

ダーラーの資質向上を図る事を目的に本会より12名が参加しました。本年度は新潟県で開催され、関東ブロック老人クラブ連絡協議会会长表彰を本会より次のリーダーが受彰されました。田丸統司(中央)長島愛子(中央)藤森清彦(若葉)吉川清也(美浜)金巻弘(美浜)受彰おめでとうございます。

特選演芸会

6月22日(於・千葉市民会館)自主活動の一環として会員相互の親睦とクラブ活動の高揚を図るとともに、会員増強の一助と福祉の向上に資する事を目的とし、開催致しました。

出演者 浪曲・澤 孝子
形態模写・パーラー吉松
民謡ショーア 原田 直之
来場者 市老連より571名



リーダー研修会



特選演芸会

健康ウォーキング

6月30日(於・千葉県九十九里浜海岸)誰でも気軽に出来る有酸素運動として健康ウォーキングを実施しました。当日の朝は大雨で中止かと思われましたが、参加者が集まるにつれ、嘘のように雨が上がり、最高のウォーキングが出来ました。参加者は441名。



健康ウォーキング

第1回民踊講習会

7月15日(於・ボートアリーナ)95名の女性リーダーが集まり、石川美豊香先生の指導のもと、講習会が実施されました。



民踊講習会

第1回女性リーダー研修会

7月31日(於・千葉市役所正庁)200名の女性リーダー等が集まり、研修会を実施致しました。研修内容は、関東ブロックリーダー

研修会の報告と女優の久里千春さんによる講演「いつまでもきらめくために～女性の生き方～」が実施いたしました。なお、女性リーダー研修会に先立ち、熊谷千葉市長より、永年にわたり高齢者福祉の向上並びに明るくすみやすい社会づくりに貢献された、次の方々に感謝状が贈られました。

※敬称略させて頂きました

受章おめでとうございます。

原田正雄(中央)田丸統司(中央)長島愛子(中央)内藤正子(花見川)千葉照子(稲毛)安藤幹(若葉)小関澄子(緑)中川喜英(緑)岩田善平(美浜)金巻弘(美浜)

平成21年度8月以降の市老連主な行事予定

8月16日	親子三代夏祭り（千葉踊りに参加）	11月12日	第15回グラウンドゴルフ大会（予備日13日）
8月26日	ねんりんピック結団式（市受託事業）	11月26日～27日	会員研修旅行
8月27日	作品展示会準備（作品搬入）	12月8日	指導者研修会（市文化センターアートホール）
8月28日～31日	第44回作品展示会（市文化センター市民サロン）	12月21日	第2回女性リーダー研修会（千葉市役所正庁）
9月5日～8日	ねんりんピック北海道・札幌大会（市受託事業）	1月14日～15日	全国友愛セミナー全国集会（全老連主催）
9月16日	民踊講習会（ポートアリーナサブアリーナ）	1月20日	平成22年新年会
9月20日	社会奉仕の日（15日～21日老人週間）	1月23日～24日	ふれあいの店（市受託事業）
9月29日	公式ワナゲ大会（千葉競輪場）	2月25日	理事会（ハーモニープラザ）
10月1日～2日	全国女性リーダーセミナー・総会（全老連主催）	3月17日	第3回女性リーダー研修会（市文化センターアートホール）
10月8日	第30回芸能大会（市民会館大ホール）	3月26日	第29回通常総会（市文化センターアートホール）
10月21日	第27回ゲートボール大会（予備日22日）	*12月	ハーモニークラブフェスタ
10月29日～30日	全国老人クラブ大会奈良大会（全老連主催）	*2月	第2回友愛活動員の会研修会

平成21年度 女性委員会研修旅行

～新緑の箱根、鎌倉へ～ 平成21年6月1日（月）～2日（火）

〈1日目〉 曇り時々晴れ、雨

恥ずかしがりやの富士山は裾野を少しだけ見せてくれる。車外の移動時には晴、車中時は大雨と



皆さんのお心掛けの善さにはびっくり！

★大涌谷 鶯の声に励まされ、サラサドウサンツツジ（ピンクの釣り鐘状の花）の中を山頂に向かう。長生きできると言う黒卵も食べました。

★箱根神社 湖の中に鳥居あり。日本のパワースポットとか・・・皆さんのお願いは届いたでしょうか。

〈2日目〉 晴れ

雪化粧の富士山の出迎えを受け、まぶしい緑の中を目的地へ



★小田原名物かまぼこ等の買い物 かまぼこ1本(250～260g)作るのに魚(約250g)5～6匹を使用、小田原では主にグチ(別名イシモチ)と呼ばれる白身魚を使うとか・・・

★大雄山最乗寺 天狗信仰で有名、杉林の中を車で。境内には天狗の持ち物、巨大ヤツデのうちわ、人間の背丈を超える下駄等があり圧倒される。

★江ノ島 昼食場所横の青銅の鳥居は文政4年(1821)に立てられた古いもの。暑く階段恐怖症?等で鳥居を通って上の神社まで行く人は少なかった。

★明月院 鎌倉石の参道の両脇のアジサイは五分咲き、花のそばではカメラマン大忙し。

★建長寺 大きな額字の山門は重文、広々とした境内にはアジサイも咲いておりゆったり過ごす。

展望のすばらしい部屋で緑を満喫、芸達者面々の宴会での披露、特技のおしゃべりをまじえて楽しい2日間となりました。

総勢115名無事に帰る事ができました。

美浜区老連 百瀬 よね子

文芸



短

歌

港町第一君待会（中央区）

電話にて互いの老を語る夜
鈴虫なくを聞かせたし姉に

夫が書き我よみあげし棚おろし
ひとりのこの夜ペンの冷たし

残したる夫のはんてん身につけて
朝々くりやに味噌汁を煮る

田村 富美子

港町第二君待会（中央区）

人ごとと思つていたりセレモニー
吾のめぐりのさわがしくなる

あふれる程の健康食品かかわりなく
八十八歳無事に迎える

枝いっぱい箱根うつぎは白く咲き
タベは紅く染まりて散りぬ

山田 登代

尚寿会（中央区）

香り立つ落味噌のせておにぎりを
囲炉裏を囲みて食みしふる里

大宮 アキ子

予科練の戦友より届くキリタンボ
芹の香りに夫の目潤む

畠第一老人クラブ（花見川区）

定年を過ぎたる人らを誘ひこみ
メタボ防止の地となる公園

初心者をホールインワンの快感に
さらりとみちびくグランドゴルフ
政界の行方も話の種になる
緑の陰の休息時間

山ぐみを口いっぱいに頬張れり
「ロマンの森」でのゲームの合間

かつてなき早き流れの花見川
川鶴が餌を取りれずにもがく

後歩き止めてゆつたり眺めゐる
黄昏迫る花見川の辺

カルガモの憩へる水面狐を描き
地名も同じの花見川流る

大宮 アキ子

共白髪 八十路半ばの坂道を
確かめあうて 今を生きゆく

山崎 きよし

小さき貝 小さきなりの貝柱

尾本 ハル

日和下駄赤い鼻緒に夏の雨

齋藤 智子

ながみひなげし思ひどおりにならざりし

山野みどり

竹落葉雨に流れてゆくところ

齋藤 達

俳句

港町第二君待会（中央区）

古文書の正しき折目涼新た

手話の児のまばたき少し秋涼し

職退きて鍼を握るや天高し

平野 代志恵

長洲二丁目二水会（中央区）

十葉の白が深めし浅き森

柴崎 敏子

明るさに手を差し出すや夏の雨

小野 進

ふるごとの木々も静かに梅雨に入り

沖野 正作

年老ひて梅雨の寒さに重ね着を

樋屋 忠

あじさいの咲いて片隅うすあかり野口

清子

夏風邪や緑滴る梅見入る

林 唯夫

高く 泰山木の咲きにけり

山口 優子

むつみ鶴の会（中央区）

花馬車のぼくぼく永き日を歩む

海女笛の夫呼ぶ声と聞こえもし

梅雨寒や瞑想の間の置時計

上毛三山いづくぞ梅雨の雲垂れて

入道雲出てませ魔法のランプから

高橋 平一

春うららやさしい色の服を買ひ
墨堤の花に溺れて神谷バー

ベルリンの壁二十年目の桜咲く

春惜しむ姥捨山の岐れ道

初鰹一本売りに手が出ず

平野 順子

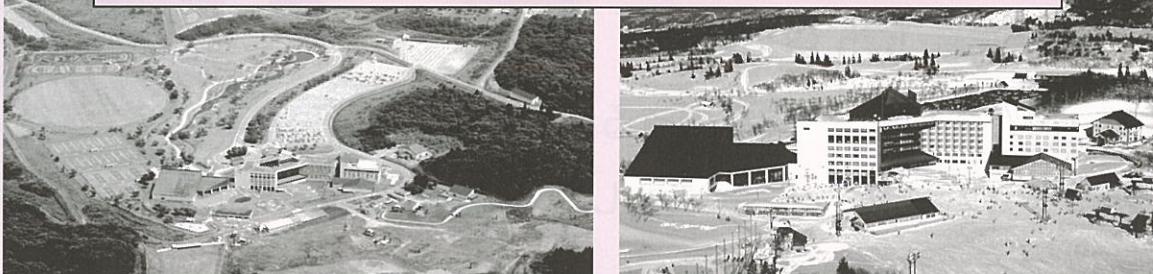
私達は「きらめきクラブちば」の活動を応援しています。

新潟県津南町 ニュー・グリーンピア津南（つなん）

新潟県の最南端の津南町は、信濃川沿いの日本一の河岸段丘、中津川の渓谷美秋山郷・小松原湿原などの自然に恵まれ「ニュー・グリーンピア津南」はキャンプやアウトドアスポーツ冬はスキー・スノーボードやのんびり雪見温泉など四季を通じて楽しめるリゾートゾーンです。

グリーンシーズン 思う存分遊べる広大な敷地 スキーセasons ホテル前がプライベートゲレンデ

115万坪の敷地が皆様をお待ちいたしております！



<朝・夕あわせて100種類のバイキング>



<グラウンドゴルフ>



<展望温泉大浴場>

TEL03-5935-2300
東京予約センター 崎山・中川

- 所在地 新潟県魚沼郡津南町秋成12300 TEL025-765-4611
- 交 通 上越新幹線「越後湯沢駅」より宿泊者専用バスで約50分(要予約) 検索➡ <http://www.green-pia.com/tunan/>
関越自動車道「塩沢石打IC」から国道353号、117号経由40分・30km
- 施 設 「客室 和室・洋室146室」「展望温泉大浴場」「プライベートゲレンデ」「体育館」「ボウリング場」「プール」「グラウンドゴルフ」「各種会議場」「スポーツレクレーション施設」
- 利用方法 電話予約にて『千葉市老人クラブ連合会の会員である旨申し出て』予約問い合わせをお願い致します。
ニュー・グリーンピア津南 東京支店 9時~18時 日曜・祝日は休み

老人クラブ様特別価格
<平日限定>

¥8,000円

(1泊2食付入湯税別)

特典 グラウンドゴルフ・ボウリング・卓球等施設利用料金10%割引

お得な
直行シャトルバスプランもございます!
<発着場所>

立川 新宿 練馬 ニュー・グリーンピア館

<8:00発> → <9:00発> → <9:20発> → <13:00ホテル着>
<19:45着> ← <18:45着> ← <18:30着> ← <14:30ホテル発>

運行期間: 年間を通して運行 <ただし、除外日あり詳細はお問い合わせください>
1泊2食付(2名様以上・和洋バイキング・バス代含む)



ニュー・グリーンピア津南 東京支店

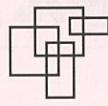
TEL03-5935-2300

10,500円より

※交通事情により到着時刻の変動がございます。

私達は「きらめきクラブちば」の活動を応援しています。

私のためのシニア住宅



GOOD TIME LIVING

グッドタイム リビング 千葉みなと

お元気な方限定! !

入居時 525,000円

月々 147,300円 から体感できる
グッドタイム リビング の暮らし

JR京葉線
千葉都市モノレール
「千葉みなと」駅

徒歩 約4分



居室(イメージ)

これからの私のために・・・・。必要な3つの要素

その1 広すぎず、狭すぎない使い勝手の良い間取り

広々ワンルーム

平均36m²。
窓が広く開放的な間取りです。

パリアフリーバス

シニア専用のバスルーム完備。
パリアフリーで安心してお使いいただけます。

緊急通報設備

居室・バス・トイレにそれぞれ緊急ボタンを完備しております。

その2 一人だけど、一人じゃない生活環境

ホテルクラスのエントランス。
お友達とのおしゃべりを楽しめる調理設備付きのリビングダイニング等の生活設備があります。

エントランス



リビングダイニング



その3 慣れ親しんだ千葉の中心地

千葉駅周辺

そごうや三越、
ヨドバシカメラなど、大小様々なお店が立ち並ぶ千葉の中心街。



千葉ポートパーク

四季折々に美しい約11万本の花木を眺めながら、いくつにも伸びた周遊路を通じて楽しむ朝夕の散歩やジョギングは爽快です。



千葉県立美術館

東山魁夷やミレーなどの所蔵作品は豊富。企画展をお目当てに気軽にかけられるので、趣味の世界が広がります。



■【グッドタイム リビング 千葉みなと／駅前通】健康型 概要 ●類型／健康型有料老人ホーム ●居住の権利形態／利用権方式 ●利用料の支払方式／月払い方式 ●入居時の要件／入居時 自立 ●居室区分／全室個室(二人室) ●所在地／千葉県千葉市中央区中央港1丁目15番8号 ●交通／JR京葉線、千葉都市モノレール「千葉みなと」駅より下車徒歩約4分(約300m) ●敷地面積／3,699.42m² ●建物延床面積／17,175.60m² ●建物構造・規模／鉄筋コンクリート造地上16階建(実施設は1階の一部・3階) ●総居室数／19室(全個室・定員38名) ●居室面積／37.32m²～41.66m² ●共用施設／1階：フロント・エントランス・ロビー・相談室 3階：ファミリールーム・リビングダイニング・喫煙室・ゴミ庫 ●開設時期／2009年1月1日 ●事業主体／オリックス・リビング株式会社 ●土地・建物所有者／オリックス不動産株式会社※区分所有となります ●土地・建物の権利形態／賃借 ●協力医療機関／医療法人柏葉会 柏戸病院【診療科目】内科・外科・呼吸器科・消化器科・循環器科・神経内科・こう門科・リハビリテーション科【診療内容】・入居者の病状が急変等、緊急時(夜間・管理医師の休日を含む。)の受診・入居者が入院を必要とした場合の受け入れおよび医療機関の紹介または手配・入居者の希望に応じた年2回の健康診断 ●広告表示の有効期限／2009年10月30日



グッドタイム リビング 千葉みなと／駅前通
所在地：千葉県千葉市中央区中央港1丁目15番8号

【資料のご請求・見学のお申し込み・お問い合わせ】

事業主体

ORIX オリックス・リビング株式会社

※当社はオリックス株式会社の連結決算対象会社です。

オリックス・リビング カスタマーセンター

0120-123-759

受付時間／9:00～18:00 (土・日・祝日も受付)

私達は「きらめきクラブちば」の活動を応援しています。

ご相談下さい！



相続

相続税の申告
相続税の試算と対策
遺言書の作成

資産活用

不動産時価評価の査定
不動産の有効活用
借地借家契約の見直し

事業再生

再生計画の立案
資産負債の整理
金融機関との交渉

事業承継

自社株の評価・対策
相続税の試算・対策
M&Aの仲介

不動産仲介

不動産の売買
不動産の賃貸

経営

会計記帳代行
経営相談
事業計画の立案

保険

事業補償・承継保険
死亡・医療・老後保障保険
自動車・火災・地震保険

資産の総合コンサルティング
公認会計士前原事務所・スリーエスフォーラム(株)グループ
株式会社生活情報館

〒260-0013 千葉県千葉市中央区中央2丁目7番2号大島屋ビル3階

TEL 043-216-3355 FAX 043-221-0516

お問い合わせは阿部・萩本まで

こんにちは!! 千葉メガネです!!

認定眼鏡士
の店

千葉市老人クラブ連合会の方は
このチラシをお持ち下さい!!

特別優待

ツインビル1F
補聴器は5%OFF!!

指定店価格

20% OFF

Tel 043-221-4052



単位クラブ様向 県内ホテル1泊企画

一流ホテルで宴会付宿泊、貸切バスも、昼食2食も付いてこのお値段!!

白浜ホテル南海荘 ¥12,300

鴨川三日月ホテル ¥13,800

犬吠埼京成ホテル ¥13,800

富浦ロイヤルホテル ¥13,800

貸切バス+1泊2食+昼食2食 貸切宴会付

鴨川グランドホテル ¥14,300

ホテル鴨川館 ¥15,300

資料請求は.....

043-305-0651 東日観光

〒260-0824 千葉市中央区浜野町995-1

私達は「きらめきクラブちば」の活動を応援しています。

こころの旅 出会いと感動の 四国八十八ヶ所巡り

前半41ヶ寺・5泊6日 每年春・秋に実施しております

出発予定日 平成21年9月27日(日)～10月2日(金)
※後半は22年春を予定しております。

★特別費用 99,800円 全食事付

*歩くところを“最小限”にしました！

*お一人でも迎えにまいります！

奇跡の温泉！玉川温泉 紅葉の八幡平・八甲田山

★特別価格 49,800円(3泊10食付)

★実施期日 10月5日(月)～8日(木)(3泊4日)

〒266-0032千葉市緑区おゆみ野中央3丁目22番10
(株)明友旅行 電話043-300-1126 担当:山本

グラウンドゴルフプラン

(日本グラウンドゴルフ公認コース)常設
16H (32H可)

特典いろいろ♪♪

- ホールインワン賞をご用意！
- 宴会時、日本酒またはウーロン茶いずれかサービス！
- 宴会時カラオケサービスあり！

オーシャンスパ 九十九里



千葉県長生郡長生村一松3445

TEL 0475-32-5550

【日帰りプラン】

5,000円

【宿泊プラン】 1泊3食付 別途入湯税150円

ペンション

宿泊

8,500円

本館宿泊

11,500円

15名様以上
無料送迎

その他、ご相談下さい

湯快爽快・みはま・ 湯けむり横丁

◆◆料金のご紹介◆◆

入浴料	大人		子供(小6以下)	
	会員	一般	会員	一般
平日	500円	600円	250円	300円
土日	600円	700円	300円	350円

●シニア割引あり！平日17時までの入浴は400円(60歳以上)

営業時間：朝9：50～深夜3：00(最終受付深夜2：30) 年中無休 JR京葉線稻毛海岸駅より無料シャトルバス運行中 ※平日運行(祝日を除く)

昔心地いい街に、湯屋ひとつ

懐かしい温泉街と多彩なお風呂

ノスタルジックな雰囲気でのご飲食とバラエティ
あふれるお風呂を、ココロゆくまでご堪能ください。



湯船からお湯が溢れる山根のお風呂
アグア・ユーカリ

営業時間10:00～24:00 年中無休

老人クラブ会員証呈示又はクラブ名ご記入頂いて

通常平日入館料
1,575円 → 契約1,000円 税込

手ぶらでお越し下さい♪ (館内着・タオル付)

3ヶ月 千葉市老人クラブ連合会様専用 有効期限: 2009/9/30

お食事券500円券

- 当券は、レストランで1,000円以上のご利用に限ります。
- ご精算の際フロントスタッフにお渡し下さい。
- 1枚計1枚限りとさせていただきます。

湯~たり ランチプラン



※料理写真はイメージです。

一人様 4,200円 税込

佐倉市ユカリが丘3-2-1 TEL043-488-1001(代表) <http://www.aquayukari-web.com>

お湯なご宴会

まるで日帰り温泉の気分♪
お風呂+個室で楽しむ「お料理」

・平日限定の満足プラン♪
各プラン1日先着2組まで

・湯~たり和風ご膳
天ぷらや旬のお魚で彩るお膳のご膳

このプランに含まれるもの

- アグア・ユーカリ入館料(オル・バスクオル・ガウン付)
- お食事(湯~たり和風ご膳)・お飲み物(ビール1本、又はジュース2杯)
- 個室貸切料金(10:30～15:00までの時間) カラオケ・消費税5%

あなたの街にバスでお迎え!!
※15名様以上ご利用の場合に限ります。



目指せ、人生一世紀

長寿社会は私たちの生き方一つで、どうにでも変わります。

千葉市老人クラブ連合会は230の老人クラブと11,000の会員が**健康・友愛・奉仕**の三本の柱のもとで共に楽しみ学び、生涯の友としてお互いに支えあいながら、明るく豊かな長寿社会づくりに取りくんでいます。自分のしあわせは家族のしあわせ、家族のしあわせは社会のしあわせ。働く世代の社会負担をすこしでも少なくするのが新しい老人クラブです。

充実の人生をあなたと 入会は簡単です

資 格 • 60才以上の方ならどなたでも。

• 60才未満の方は賛助会員として大歓迎。

申込み • 居住地の老人クラブ会長、または

千葉市老人クラブ連合会事務局まで。



きらめきクラブちば 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 千葉市ハーモニープラザ3階

電話 043 (262) 1236 / FAX 043 (262) 1237 / E-Mail info@chibashi-roren.jp

編 集 後 記

◆今回は、平成21年度の重点として「会員の増強とクラブの育成」、「健康づくり、介護予防活動の推進」、「社会参加活動、友愛活動の推進」と大盛りの重点項目となっています。現在は不況時代、その中で我々老人クラブが方針にあるように「明るく、楽しく、うるおい」のあるクラブ活動を展開することを希望します。今はチェンジの時であり変革を求められています。組織の原点に立って会勢拡大に取り組んでもらいたいと思います。

◆平成24年には「きらめきちば」も50周年を迎えます。単なる節目を祝うだけでなく、これか

らの未来に向けて新しい出発点を創り上げるような支えにしたいものです。

◆特集として各区の特別なサークル、健康づくり、生きがいづくり等、ユニークなサークル活動を取り上げました。

◆達人紹介では、会員の中で隠れた達人等バラエティに富んだ内容で、皆様方にも手軽にページを開いて頂けることを期待して編集しました。
(内田記)

広報部 内田 圭二 千葉 照子 三枝 邦行
松本喜久子 小川 義寛 中野 昭三