



上野・不忍池！

撮影：長谷川 丈夫



発行所
台東区役所
健康部健康課
編集
台東区シニアクラブ連合会
電話 5 2 4 6 - 1 2 1 4

台東区の人口等
令和6年4月1日現在人口
213,486人
60歳以上の人口 55,768人
シニアクラブ数 93クラブ
シニアクラブ加入者数 4,349人

連合会

ごあいさつ



台東区シニアクラブ
連合会会長

黒田 綾子

令和6年度の総会にて台東区シニアクラブ連合会会長を承りました黒田でございます。まずは、ご挨拶に先立ちまして自己紹介申し上げます。

私が住まいとしております所は、朝顔市が開催される入谷鬼子母神と小野照崎神社との間にある町で、古くは坂本二丁目と呼ばれていました。今は下谷二丁目と呼ばれる所に住んでおります。少し前までは、町は路地と路地で繋がっており、その奥には家、家がありましたが、今は13、14階建のマンションに変わったりしております。町内は、しもた屋（一般住宅）が多く、お寺が3つあります。お彼岸、お盆などの折には、お線香の香りが街中に漂う、そのような町の生まれです。

今の台東区の老人が置かれている状況は、令和6年4月1日現在で台東区の人口213,486人中65才以上の人口は43,740人で、老人の割合は約20%であります。しかしながら、シニアクラブ

（各町の老人会）は減少しております。台東区だけではなく、近隣の文京区、北区、荒川区に於いても同様です。減少はなかなか止まりません。この点は、これからの我々の検討事項であると考えます。そして、老人会の諸行事等を実施するには、各クラブの皆様の協力とお力添えがあつての事です。皆様のご指導、ご協力の下にて懸命に進んでまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

定期総会

7月
令和6年5月20日(月)
区役所10階大会議室

台東区シニアクラブ連合会定期総会が、役員・代表委員の出席のもと、台東区役所にて開催されました。当日は区長欠席のため、健康部長が代理でご挨拶をし、来賓として、高森区議会議長及び石川区議会保健福祉委員長にご臨席いただきました。今回も昨年度と同様、対面式での実施となりました。



新会長挨拶

15 交流事業の実施
14 健康教室の開催
13 教養を高めるための「日帰り研修会」の実施
12 東老連城北ブロック会議、城北ブロック女性委員会への参加及び開催

11 東老連の会議、諸行事への参加
10 広報活動の充実（シニアクラブ広報紙「朗友」の発行）
9 第43回姉妹区（墨田区）提携交流ゲートボール大会
8 ゲートボール、輪投げ、グラウンド・ゴルフ、ペタンク等による健康づくり活動の推進と大会の開催
7 社会奉仕及び友愛活動の推進
6 福祉募金運動の推進

5 第57回福祉芸能大会の開催（11月5日(火)）
4 第46回寿作品展示会の開催（10月16日(水)・10月17日(木)）
3 シニアクラブ指導者研修会の開催
2 シニアクラブ指導者及びサブリーダーの育成

議案

- 第1号議案 令和5年度事業報告
- 第2号議案 令和5年度収支決算報告
／ 監査報告
- 第3号議案 令和6年度事業計画(案)
- 第4号議案 令和6年度収支予算(案)
- 第5号議案 役員改選

令和6年度事業計画

令和6年度
役員改選
(敬称略)

常任理事
25名

| | |
|-----------------|-------|
| 会 長 | 黒田 綾子 |
| 副 会 長 | 田所厚一郎 |
| 副 会 長 | 和田やす代 |
| 副 会 長 | 鈴木 保政 |
| 副 会 長 | 伴 光敏 |
| 副 会 長 | 小林専之助 |
| 計 画 部 長 | 程島 稔 |
| 計 画 部 長 | 石井 和子 |
| 総 務 部 長 | 柴山 久雄 |
| 文 化 教 養 部 長 | 政宗 昇 |
| 体 育 部 長 | 伴 光敏 |
| 奉 仕 部 長 | 今村 喬 |
| 広 報 部 長 | 齊藤 茂代 |
| 女 性 部 長 | 小玉 高毅 |
| 会 員 増 強 推 進 部 長 | 樋浦 伸一 |
| 竹 町 支 部 長 | 古澤 敬三 |
| 東 上 野 支 部 長 | 石井 和子 |
| 上 野 支 部 長 | 大岩 雅子 |
| 入 谷 支 部 長 | 黒田 綾子 |
| 入 谷 支 部 長 | 松本 賢治 |
| 金 杉 支 部 長 | 田所厚一郎 |
| 金 杉 支 部 長 | 塩田 春雄 |
| 谷 中 支 部 長 | 坂本 明子 |
| 谷 中 支 部 長 | 岸 豊 |
| 浅 草 橋 支 部 長 | 野原 一男 |
| 浅 草 橋 支 部 長 | 西山 榮一 |
| 寿 支 部 長 | 鈴木 保政 |
| 寿 支 部 長 | 宮崎 洋右 |
| 雷 門 支 部 長 | 龍澤 利人 |
| 馬 道 支 部 長 | 根岸 純一 |
| 清 川 支 部 長 | 根岸 純一 |

顧問

上木 宮子
神田 和子
荒川 正二
佐々木隆志

監事

上木 宮子
神田 和子

相談役

増田イツ子
渡辺 修一
鳥居 甚一

理事(支部順)

竹町支部

樋浦 伸一
米田 博明
岩瀬 彰
長谷川丈夫

東上野支部

古澤 敬三
杉山 新一

上野支部

石井 和子
岩田 俊彦

入谷支部

黒田 綾子
春本 英雄
広瀬 静枝
小玉 高毅

金杉支部

田所厚一郎
小宮 利夫
塩田 春雄
武藤 京子

谷中支部

鈴木 洋雄
今村 喬

浅草橋支部

野原 一男
政宗 昇
西山 榮一
竹上 勉

寿支部

鈴木 保政
寺島喜久男
関 庫明
滝瀬 晶宏

雷門支部

宮崎 洋右
和田やす代
千葉比佐雄

馬道支部

龍澤 利人
久保田清人
岩瀬 邦治
伴 光敏

清川支部

根岸 純一
金子 安友
程島 稔
加瀬キミ子

事業部

◎部長

総務部14名

石井 和子
樋浦 伸一
春本 英雄
磯野恵美子
竹内 容子
小宮 利夫
田所厚一郎
寺島喜久男
神尾 久雄

◎部長

深井喜代子
広瀬 静枝
塩田 春雄
代田 和郎
根岸 純一

◎部長

大森 幸江
大岩 雅子
油木 恵子
松本 賢治
関 庫明
千葉比佐雄
程島 稔

◎部長

利根川茂代子
黒滝 勝子
佐藤 弘子
塚本 千鶴
山口 玲子
鈴木 清美
鍋田 孝子
深野 絢子
佐藤 栄子
加藤 恵子
飛鳥馬孝子
長田 法子
松永 栄子

◎部長

高毅
岩田 俊彦
樋浦 伸一
岩田 俊彦
富田 進
今村 喬
野村 文男
田中 秀幸
滝瀬 晶宏
田嶋寿美子
鈴木 竹司

◎部長

政宗 昇
清水 宏一
岩瀬 彰
渡辺 輝夫
佐藤 治子

◎部長

加瀬キミ子
小嶋 員代

奉仕部7名

伴 光敏
高石 暁美
佐々木澄子

広報部6名

今村 喬
長谷川丈夫
黒田 綾子
田所厚一郎
滝瀬 晶宏

女性部24名

齊藤 茂代
渡辺 幸子
吉田 春奈
高橋 和子
田中 楽江
沼口 ツネ
橋本 妙子
後藤 和子
武藤 京子
飯島 正子
神田 和子
利根川茂代子
黒滝 勝子
佐藤 弘子
塚本 千鶴
山口 玲子
鈴木 清美
鍋田 孝子
深野 絢子
佐藤 栄子
加藤 恵子
飛鳥馬孝子
長田 法子
松永 栄子

会員増強推進部11名

小玉 高毅
岩田 俊彦
樋浦 伸一
岩田 俊彦
富田 進
今村 喬
野村 文男
田中 秀幸
滝瀬 晶宏
田嶋寿美子
鈴木 竹司

福祉募金にご協力ください！

毎年、福祉募金にご協力いただき、ありがとうございます。本年度も福祉募金用の払込用紙を各クラブに配付しました。この募金は、社会福祉協議会が実施する地域福祉活動に役立てられています。

令和6年3月29日に服部台東区社会福祉協議会会長へ、令和5年度分として48万円の寄付をお渡ししました。今年度も各クラブでの募金の取り組み、ご協力をよろしくお願い致します。(令和7年2月末日までの入金分を令和6年度分として扱います。)



令和6年度 会員増強運動

令和6年6月28日(金)、会員増強運動の表彰式を行いました。令和6年4月現在、全クラブの会員数は4349名となりました。

奨励賞受賞クラブ

(会員実増3名以上)

3名増 柳橋ロイヤルクラブ (浅草橋)

6名増 花二エンゼル会(雷門) 稲和長寿会(東上野) 柳寿会(浅草橋)

特別賞受賞クラブ

(新規会員5名以上)

5名増 下谷クラブ(金杉) 浅寿会(雷門)

根岸つぐいす会(金杉) 北栄延寿会(入谷) 馬二ことぶき会(馬道) 黒門長寿会(上野) 山伏若寿会(入谷) ひまわり会(寿)

6名増 谷中真島クラブ(谷中) 池二寿会(上野)

復会功労賞受賞クラブ

よつば会(寿)



表彰風景



表彰風景



表彰風景



去る3月5日(火) 区役所10階会議室にて行われた、台東区シニアクラブ連合会令和6年度助成金説明会には11支部(86クラブ)・178名が集まりました。説明会に先立って、座ってもできる体操・腹式呼吸の方法等を講師のもと行い、身体をほぐした状態で、事務局からの助成金申請にあたっての説明を聞きました。

健康教室

〜無理のない元気体操と健康トレーニング〜

とき 令和6年3月5日(火)

ところ 区役所10階大会議室

講師 健康運動指導士、管理栄養士 堀越 準矢 講師

令和6年6月28日(金)、区役所10階大会議室にて、健康教室が

健康教室

しっかり食べて健康長寿
〜口から若返る〜

とき 令和6年6月28日(金)

ところ 区役所10階大会議室

講師 日本成人病予防協会 花形 一実 講師



開催され、当日は76クラブ、132名の皆さまにご参加いただきました。今回の健康教室は、講師に食と健康アドバイザー、健康福祉運動指導者など、多岐に渡り活躍されている花形先生を迎え、実施されました。講座は健康管理、若返り等を目的とした滑舌トレーニングや話し方といった内容で、先生の説明を受けながら、実際に口や手足を動かして楽しく学ぶことができました。滑舌トレーニングだけではなく、健康長寿の食へ物も紹介され、とても勉強になり、充実した内容でした。

**第43回姉妹区
(墨田区・台東区)提携
ゲートボール大会**

とき 令和6年5月30日(木)
ところ 台東リバーサイド
スポーツセンター少年野球場

今年度の姉妹区提携交流ゲートボール大会は、主催者幹事区の台東区において、来賓を迎えて盛大に開催されました。

当日は、墨田区5チーム、台東区5チームが参加し、グラウンドには選手の元気な声が響く盛況な大会となりました。当日の天候は晴れて気温25度を超える夏日となり、太陽の光がグラウンドを照りつける中での開催となりました。選手の間には真剣なまなざしで試合に臨み、どのチームでも白熱した熱戦が繰り広げられていました。熱中症の心配はありましたが、参加者に体調不良者や怪我人はなく、大会は無事に終了しました。



優勝された台東区のチーム、そめいよしの皆さん、おめでとございませう。選手役員の皆さん、お疲れ様でした。

ゲートボール大会 成績表

| 順位 | チーム名 | 区 |
|-----|--------|-----|
| 優勝 | そめいよしの | 台東区 |
| 準優勝 | チーム吉原 | 台東区 |
| 第三位 | 富士クラブ | 台東区 |
| 敢闘賞 | 立三クラブ | 墨田区 |



優勝チーム そめいよしのの皆さん

**東京都老人クラブ連合会
輪投げ大会**

とき 令和6年6月21日(金)
ところ 中野区立総合体育館

6月21日(金)、雨時々大雨の中、中野にある中野区立総合体育館で令和6年度東老連輪投げ大会が開催されました。各チーム5人から6人の選手が78チーム参加し、役員を含めると約400名の大会でした。台東区は選手選考に時間がかかり、締め切り近くに決定しました。試合は午前3回・午後3回の6試合でしたが、参加チーム・参加選手が多かったため、1レーンに7チーム35人となり1回投げ終わると約30分待つという、待ちとの試合でした。台東区はそのような試合に余り慣れていなかったのも成績に影響があったかもしれません。成績ですが残念ながら中間より少し下回ってしまいました。しかし7月3日に行った台東区輪投げ大会では、今回の出場選手3名が入賞し残り1名も20位台に入り、東老連輪投げ大会の経験が生かされたと思っております。最後に選手の紹介です。清水・須田(宏)・高木・菊地・木村の皆さんです。因みに須田(宏)選手は台東区シニアクラブ体育役員です。私、補欠要員の須田修史は出場場面は無く、ご報告係をさせていただきます。



**城北ブロック健康教室
「若返りリトミック」**

とき 令和6年3月21日(木)
ところ 区役所10階大会議室
講師 国立音楽院 濱田幸子講師・松島裕子講師

令和6年度東老連城北ブロック健康教室「若返りリトミック」が台東区主催で開催されました。講師に国立音楽院の濱田幸子先生・松島裕子先生を迎え、台東区の常任理事、女性部員の他、北区、荒川区の老人クラブの皆さまにご参加いただきました。

ピアノにあわせリズムをとりながら歌を歌ったり、座ってできる体操などが紹介され、誰でも簡単に運動できる興味深い講座内容でした。出席された方々から、また参加したいという多数の声をお寄せいただきました。

せいただきました。参加された皆さま、お疲れ様でした！





区長挨拶



乾杯



会場の様子

台東区
シニアクラブ連合会
新年会

とき 令和6年1月11日(木)
ところ 東天紅3階鳳凰の間

年が明けた1月11日(木)午後5時より、上野東天紅で、台東区シニアクラブ連合会新年会が4年ぶりに行われました。山下会長逝去により、実施見送りを考えられたようでしたが、3年も実行されていけないことも考え、実行に踏み切ったようです。

会場には、来賓6名併せて175名が参加。石井副会長の挨拶の後、服部征夫台東区長より祝辞が有りました。

久しぶりに会う方々との交流は、何事にも代えがたい楽しいひとときでした。来年も参加できることを願っています。

またこの会の後で判明したことですが、皆さんがお帰りになる際、男性用の黒色のコートの間違って着て帰った方がいらっしやっただようです。コートには鍵が入っていたようで、お心当たりの方は、是非事務局までお知らせください。

広報部 今村



閉会挨拶



副会長挨拶



会場の様子



新田乃庄寒山亭(昼食)



冠稲荷神社



冠稲荷神社

台東区
シニアクラブ連合会
日帰り研修会

とき 令和6年1月25日(木)
ところ 栃木県足利・佐野、群馬県太田

1月25日(木)午前8時に台東区役所前より、バス2台で研修地へ向かって出発しました。行きの車中はキャッシュレス決済に関するDVDを見て勉強する時間が設けられました。最初の目的地である足利学校、鏝阿寺に到着後は、各自で見学、参拝し、その後昼食会場へ向かいました。新田乃庄寒山亭で昼食をとり、現地名物のおきりこみで体を温めてから、冠稲荷神社にて参拝をしました。

最後に第一酒造で蔵元見学、買い物をし、帰りのバスでの車両長の挨拶により、シニアクラブ連合会日帰り研修会は無事に終了しました。

当日は凍えるような寒さでしたが、天気には恵まれ、特に大きな事故もなく楽しい時間を過ごすことができました。

参加された皆さま、お疲れ様でした!



新田乃庄寒山亭(昼食)



足利学校



第一酒造

クラブだより

西三寿会総会を 前にして

西三寿会 滝瀬 晶宏

天候不順の中、西三寿会塩田会長を始めとして、この指とまれで少し曇り空ですが、この所、安定した気候だったので新聞・テレビ等で「つつじ」満開との報道があり花を見に行く事になりました。

場所は練馬公園に決定、実行することになり、駅から2分の公園に当日集合しました。雨の心配もなく電車で揺られること25分、公園に入るや目に映るのはいろいろな色鮮やかな花で、大声で「キレイ」と声が出てしまいました。ゆつくり香りと目で楽しんできました。「来年も元気でつつじの会として開催して参りましょう。」とお弁当を食べながらひと時を楽しみ、西三寿会町会に帰りたくないね！とおしゃべりしながら帰宅しました。

後日、総会で26名出席、半数の元気な顔を見ながらお弁当を開けて話し、会話は病院通いながらも元気でいましょうというもので、結束した一日でした。



新春初詣でと懇親会

竜三泉クラブ 小宮 利夫

恒例の初詣でと懇親会を1月22日に17名の参加者で、当日を迎え暖かい日に恵まれ実施。まずは、めぐりにて大門バス停より乗車しリバーサイドスポーツセンターで下車、待乳山聖天のスロープカー

(4人用)を利用して向かった。

本堂に到着し執事によるお話をいただいた。(当山は推古天皇の3年、地中から騒然と湧き出た霊山で、金龍が天より降りて山を巡り守護したと伝えられているとのこと。開山以来、長い歴史の中で多くの人が篤い信仰を集めてきた。まさに霊山と呼ぶにふさわしい雰囲気を感じている。)

本堂にてお話が終了し、苑内散歩、30分位かけて送迎バスにて第二会場へ。到着後、懐石料理を前にして素晴らしい年となり、まずは乾杯し、懐石料理を賞味した。会話も弾み皆さんの協力により予定通り無事に終了。ありがとうございました。



今一桜会 環境美化の日に実施

今一桜会 井田 幸三郎

数日前、早朝ウォーキングの帰路、隅田公園に沿った街路を、大江戸清掃隊の活動を目にして刺激されクラブも5月30日(環境美化の日)に町内を巡回し空き缶とタバコの吸い殻等を重点に清掃活動を行った。



会員の声

心の糧とこころ

根岸うぐいす会 三浦 よ志恵

一寸と顔が大きくてお恥ずかしゆうございますが、私10余年前から地先に置かれている石でございます。最近、少々人面に似ています。気付かれたのか髪飾りやイヤリング等で飾ってくださいませ。

老人の心の糧と思っておりますが楽しんでおられるようです。卒寿を過ぎた方の一助になればと自負しております。



ペタンク大会

参加者 28名
と き 令和6年6月3日(月)
と ころ 台東リバーサイド
スポーツセンター少年野球場

天気心配される中、令和6年度前期ペタンク大会が開催されました。当日は雨予報も出ており実施が危ぶまれておりましたが、曇り空の下での実施となりました。今大会は役員改選後、最初の軽スポーツ大会であり、新体制の下で進められました。

今回は28名の方々に参加していただき、1チーム2名、計14チームで対戦が繰り広げられました。体育部長による成績発表後、1

位、2位、3位さらに10位、会長賞、ブービー賞の方へ会長より賞品が授与されました。

天気が急変することなく、大会は無事に終了しました。役員、体育部長の方々、参加者の皆さまお疲れ様でした！



ペタンク大会入賞者

ペタンク大会 成績表

※敬称略

| 順位 | チーム番号 | 氏名 | クラブ名 | 点数 |
|----|-------|--------|-------|--------------------|
| 1位 | 4 | 四釜 節子 | こまどり会 | 2勝1分 得失点差 15 |
| | | 藤原 義彦 | 竜西福寿会 | |
| 2位 | 14 | 坂本 正義 | 坂本長寿会 | 2勝1敗 得失点差 14 |
| | | 柳瀬 桂造 | 坂本長寿会 | |
| 3位 | 12 | 長谷川 丈夫 | 胡蝶会 | 2勝1敗 得失点差 13 |
| | | 小玉 高毅 | 坂本長寿会 | |



ペタンク大会 競技の様子

グラウンドゴルフ大会

参加者 47名
と き 令和6年6月14日(金)
と ころ 台東リバーサイド
スポーツセンター少年野球場

快晴で強い日差しの下、グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

参加者が第1〜第8ホールから開始する8組に分かれて並び、まず黒田会長が激励を兼ねた挨拶をされました。

次に政宗体育部長から競技上の

注意があり、続いて各競技者がクラブとボールを持って所定のホールに分かれ、ホイッスルの合図で競技を始めました。1ラウンドと2ラウンドの間には熱中症対策のため給水に十分な休憩を取りました。おかげで全員元気にこれまでの練習成果を十分に発揮したようです。

政宗体育部長が成績順に1位〜10位の入賞者、20・30・40位の飛び賞、BB賞更にホールインワン賞4人を発表して、それぞれ黒田会長より賞品が授与されました。入賞者が記念写真を撮って競技会は終了し、全員が参加賞を受け取って帰路に着きました。

真夏のような暑い中、競技の準備から採点迄の世話をし頂いた体育部長と区の担当者の皆様有り難うございました。

広報部 田所

ホールインワン賞 4人

※敬称略

| 氏名 | クラブ名 |
|----------|-------|
| 1 黒崎 正志 | 堤老美会 |
| 2 佐々木 謙治 | 浅二蓬寿会 |
| 3 後藤 須恵子 | 千歳会 |
| 4 大崎 昭二 | 白鷗会 |

グラウンド・ゴルフ大会 成績表

※敬称略

| 順位 | 氏名 | クラブ名 | 打数 |
|-----|-------|-----------|----|
| 1位 | 後藤 榮一 | 松葉親栄会 | 38 |
| 2位 | 坂本 正義 | 坂本長寿会 | 43 |
| 3位 | 黒崎 正志 | 堤老美会 | 43 |
| 4位 | 樽沼 巳年 | 白鷗会 | 44 |
| 5位 | 四釜 節子 | こまどり会 | 44 |
| 6位 | 本多 司朗 | 松葉親栄会 | 45 |
| 7位 | 佐野 節子 | 花二エンゼル会 | 45 |
| 8位 | 広瀬 静枝 | 北上野シニアクラブ | 45 |
| 9位 | 小黒 孝子 | 千二光友会 | 45 |
| 10位 | 奥墨 修三 | 堤老美会 | 45 |



グラウンド・ゴルフ大会入賞者

輪投げ大会

参加者 87名
と き 令和6年7月3日(水)
と ころ 台東リバーサイド
スポーツセンター第2競技場

前期スポーツ大会のめになる輪投げ大会が開催されました。外は真夏のような炎天ですが体育館の中は冷房が効いて運動には丁度良い具合でした。

黒田会長の激励の挨拶の後、須田体育部長から競技上の注意を聞き、ラジオ体操第1で身体をほぐしました。競技は87名が7組に分かれて4回行い、合計点で成績を競いました。

競技の結果を政宗体育部長が発表し、まず1〜3位に黒田会長から賞状と賞品が授与され、更に8位までの入賞者に賞品が授与された後、入賞者の集合写真を撮りました。続いて得点中位の会長賞と前後賞、得点賞、BB賞、更に籤

引きでラッキー賞が発表されて会長から賞品を授与されました。以上で全て終了し競技者は参加賞を受け取って帰路に着きました。

広報部 田所

輪投げ大会 成績表

※敬称略

| 順位 | 点数 | 氏名 | クラブ名 |
|-----|-----|--------|--------|
| 優勝 | 105 | 井田 幸三郎 | 今二櫻会 |
| 準優勝 | 87 | 後藤 須恵子 | 千歳会 |
| 3位 | 86 | 村上 徳幸 | 浅二蓬寿会 |
| 4位 | 85 | 佐々木 謙治 | 浅二蓬寿会 |
| 5位 | 80 | 長田 法子 | 石浜むつみ会 |
| 6位 | 79 | 清水 マサエ | 千歳会 |
| 7位 | 77 | 木村 行伸 | 象三クラブ |
| 8位 | 75 | 菊地 修久 | 白鷗会 |



輪投げ大会入賞者



川柳

浅草東清高砂会 堀越 健二

傘寿過ぎ 薬のお蔭で 生きて居る

老夫婦 会話無くても 日が暮れる

低気圧 膝腰傷めて 去って行く

悪いのは 頭と顔と 金回り

世の中に 戦争、病気は 不要

俳句

浅寿会 杉浦 重夫

炎天下

春秋知らぬ 蝉の声

蛻変の

蝉の往く空 なやみなし

古神社の

茅の輪めぐりて 夏詣

朗友豆知識

SDGSって?

もう何年前か前、半蔵門会館を訪ねた帰り道、赤坂方面から帰るかなあと思いたち歩いていたら、時にビルの合間の坂道ですれ違った紳士の胸にドーナツ型をした虹色のような素敵なバッチが胸についていた。ほんのすこしのすれ違いだったが、鮮明に記憶に残った。それがSDGSの

遠い雲 杣で背のびの カタツムリ

一つ家に 母娘を照らす 秋の月

コートの取違いで

今年1月の新年会で男性の黒色ハーフコートの取違いが有りました。残されたコートのポケットには繋がれた出入り用とシャツ用2本の鍵が入っていました。

心当たりの方は台東区健康課のシニアクラブ担当迄ご連絡をお願いします。ご連絡が無い場合は廃棄処分致しますので、予めご了承ください。



笑顔が集まる地域の輪 シニアクラブに 加入しましょう

シニアクラブは高齢者の生活を明るく豊かにするため、地域で主体的に作られた団体です。主に会員からの会費と区の助成金で運営され、また町会等にご協力いただきながら活動しています。台東区内で、現在93クラブが地域で元気に活動しています。クラブによって様々ですが、おおむね次のようなことをしています。

健康を進める活動

輪投げ、グラウンドゴルフ等の軽スポーツ、ウォーキングなど

生きがいを高める活動

踊り、手芸、コーラス、折り紙教室など

友愛活動

一人暮らし訪問、一声かけ運動

社会奉仕活動

公園・道路での清掃活動や小学校児童の見守り活動などのボランティア

あなたも仲間の輪に入って笑顔で元気に活動しませんか? おおむね60歳以上の方が会員になれます。お住まいの近くのクラブをご紹介していますので、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

台東区健康課 地域活動促進担当 台東区役所3階④番窓口 ☎03(5246)1214

シニアクラブ会員の皆さんへ ※シニアクラブの楽しさを伝えて、新規加入会員を増やしましょう!!



編集後記

この度、長いこと「朗友」の編集にご尽力いただいたおりました坂田守啓部長が、体調不良と云うことで退かれ、今年度より広報部長として、私今村喬が引き継いで紙面作りに携わってまいります。よろしくお願ひ申し上げます。

広報部には、紙面作りに経験豊富な方ばかりですので、心配はしていませんが、部長としての重さを感じている毎日です。

広報部員

※50音順

- 今村 喬 部長
黒田 綾子
滝瀬 晶宏
田所厚 一郎
西脇 杜四
長谷川 丈夫



「朗友」原稿募集!

次回2025年 新春号の原稿を募集します。各クラブでの活動の様子やシニア連行事に参加しての感想など、お寄せください。皆さんの投稿をお待ちしております!!

締切... 令和6年10月25日(金)

【原稿募集要領】

1. 原稿の文字数と長さ

1行15文字(厳守)

○写真あり... 21~26行程度 (写真裏面に名前・クラブ名を記入)

○写真なし... 36行程度

※朗友投稿用の原稿用紙をご希望の方は、区役所3階④番窓口までお越しください。

2. 表記の仕方

①日付等は算用数字(1、2、3、...)を使用してください。

②読み方を変えて表記する文章、難解な字の場合は、「ルビ」、「フリガナ」をつけてください。

3. その他

- ・原稿は編集の都合上、加筆・修正をする場合や掲載を見送る場合があります。あらかじめご了承ください。
・俳句・川柳等の掲載はお一人5句程度となります

投稿は下記へ

1108615

台東区東上野4-5-6 台東区役所 健康課内

台東区シニア連「朗友」編集担当