



浅草寺五重塔とスカイツリー

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5246-1214

台東区の人口等  
令和7年4月1日現在人口  
216,696人  
60歳以上の人口 55,892人  
シニアクラブ数 89クラブ  
シニアクラブ加入者数 3,989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

台東区シニアクラブ連合会会長をお受けしてから1年たちました。思えば、この数年はコロナの凄まじい流行が始まり、そして、任期半ばでの山下前会長の突然の逝去等、思いがけない事柄が起きて、今思い返しても大変でした。

只今は、コロナは何とか静まりました。山下前会長のことは今でも思い出します。遠い空の上で、きっと黒田頑張れよと言ってくださっていると思いつつ、会長を務めております。

現在の台東区シニアクラブ連合会は、クラブ数は89クラブ、会員数3,989人です。5年前との対比は、クラブ数115クラブ、会員数6,017人です。以上のように、現在は以前に比べて衰退しています。

東京都老人クラブ連合会に属する各シニアクラブ連合会に於いても同様の現状です。台東区のシニアクラブだけの現象ではないのです。この現象を如何様にとらえて対処するかが現在の最大の課題です。何とかせねばならない、と苦闘しています。



定期総会

# 定期総会

とき 令和7年5月19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、理事・クラブ会長の出席のもと台東区役所にて開催されました。

最近では、100歳以上が95,000人を超えたと云います。人生100年の時代が実感されます。高齢化社会と云うと、医療費、年金、社会保障費の増大と合わせ、高齢化が負の側面であるように論じられます。私達老人が如何なる気持ちで毎日過ごしているのかという視点は置き去りにされているのが現状であると思っております。

尚、この度、東京都老人クラブ連合会の理事になりました。微力ではあります。全力を尽くしてご奉仕致します事をお伝え申し上げます。会員の皆様の充実を願いながら、ご挨拶いたします。

第1号議案から第6号議案までが報告・提案・審議され、いずれも原案通り承認されました。

### 議案

- 第1号議案 令和6年度事業報告
- 第2号議案 令和6年度収支決算報告
- 第3号議案 令和7年度事業計画(案)
- 第4号議案 令和7年度収支予算(案)
- 第5号議案 会則一部改正(案)
- 第6号議案 役員補選

### 令和7年度事業計画

- 1 会員増強と組織強化の推進
- 2 シニアクラブ指導者及びサブリーダーの育成
- 3 シニアクラブ指導者研修会の開催
- 4 第47回寿作品展示会の開催
- 5 第58回福祉芸能大会の開催
- 6 福祉募金運動の推進
- 7 社会奉仕及び友愛活動の推進
- 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
- 9 第44回姉妹区(墨田区)提携交流ゲートボール大会
- 10 広報活動の充実(シニアクラブ広報紙「朗友」の発行)
- 11 東老連の会議、諸行事への参加
- 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
- 13 教養を高めるための「日帰り研修会」の実施
- 14 健康教室の開催
- 15 交流事業の実施

### 役員補選(敬称略)

- 理事 藤田 新一
- ※清川支部長交代による選任

### 会員増強運動表彰式

令和7年6月26日(木)、会員増強運動の表彰式を行いました。令和7年4月現在、全クラブの会員数は3,989名となりました。ご協力ありがとうございました。

#### 奨励賞受賞クラブ

(会員実増3名以上)

- 4名増 芙蓉会(寿)
- 3名増 浅寿会(雷門)
- 浅草ときわ会(清川)



芙蓉会

#### 特別賞受賞クラブ

(新規会員5名以上)

- 8名増 下谷クラブ(金杉)
- 7名増 神吉明正会(東上野)
- 千二光友会(馬道)
- 6名増 西三寿会(寿)
- 5名増 浅草金竜クラブ(馬道)
- 根岸五月会(入谷)
- 堤老美会(清川)
- 向寿会(浅草橋)
- 一葉寿楽会(金杉)
- 東桜木長寿会(谷中)
- 寿二丁目百寿会(寿)
- ひまわり会(寿)



下谷クラブ

### 会員増強推進部を委員会に変更しました

会員増強推進委員長 黒田 綾子

今まで、事業部として活動をしていました「会員増強推進部」を「会員増強推進委員会」に変更し、部員に支部長を加えて活動していく事と致しました。委員会に変えた理由としては、会員増強という重大な事柄を考え、進めていくのには、シニアクラブ連合会の各支部長と会員

増強推進委員の連携が大切であるからです。如何にしたら会員が増えるのかを委員一同で懸命に考えていくことで、増強の為の活路が見いだされるかなと思つ次第です。会員の皆さま、お力添えの程お願い申し上げます。

### 健康教室

「老化」を「老華」へ、色を楽しみながら若々しく健やかに

と き 令和7年3月3日(月)  
と ころ 区役所10階大会議室  
講 師 健康管理士一般指導員 五十嵐 和恵



今回の講演会は、健康管理指導員の五十嵐和恵様を迎えて実施されました。講演会では、料理やインテリア、洋服等の身近にある「色」がもたらす心身に与える効果について学びました。例えば、赤色は食欲を増進させる効果があり、緑はリラックスやリフレッシュ効果がありました。講演会に参加された皆様は、ぜひ講演会で学んだように日々の生活に様々な色を取り入れてみましょう。そして、ただ「老化」する人生ではなく、彩り豊かに輝く「老華」する人生を目指してみましよう。

### 健康教室

人生100年時代に向けた健康管理 そのヒントと実践

と き 令和7年6月26日(木)  
と ころ 区役所10階大会議室  
講 師 健康管理士 栗原 冬子

6月26日に「人生100年時代に向けた健康管理とそのヒントと実践」というテーマで健康教室を開催しました。講演会には、138名が参加し、健康寿命を延ばすためのさまざまな知識や実践方法を学ぶことができました。

講師を務めた栗原冬子さんは、健康寿命についての重要な知見を提供していただきました。健康寿命を延ばすためには、ただ生命を長らえることではなく、日常生活において健康であることが必要であるとお話しいただきました。参加者は、バランスの取れた食事や適切な運動、ストレスの管理についての具体的なアドバイスを受け、今後の生活に活かせる多くの学びを得ることができました。特に、認知症予防に関するセッションでは「認知症予防の8か条」について学びました。この8か条は、参加者の皆さんが日常生活の中で注意を払い、実践していくための具体的な指針となると思います。特に、リラックスや心の健康に役立つ情報は、多くの関心を集めました。また、マインドフルネスについ



ては、心を穏やかにする方法が強調され、参加者はストレス管理の新しい手法に触れることができました。アロマセラピーと呼吸法のセッションでは、香りの力を利用してリラックスする方法のデモンストラーションが行われ、多くの参加者がその効果を体感しました。これにより、日常生活で簡単に取り入れられるリラックス法を学ぶことができました。最後に、座ってできる簡単な運動の実践を行い、参加者全員が積極的に参加しました。身体を動かすことで心身の健康が促進されることが再認識され、参加者の皆さんが運動の重要性を感じる場となりました。今回の健康教室は、参加者にとって長寿社会を健康で生きるための知識を得る機会になったのではないのでしょうか。来年3月もこのようなシニアクラブ会員の健康促進講演会を実施する予定なので是非ご参加ください。

日にち	時間	イベント名	場所
9月6日(土)	14時～	みんなで輪投げ	台東リバーサイドスポーツセンター 第2競技場
10月15日(水)	9時30分～	寿作品展示会	台東区役所10階会議室
10月16日(木)	9時30分～		
11月5日(水)	10時～	福祉芸能大会	浅草公会堂
11月14日(金)	9時30分～	ペタンク大会	台東リバーサイドスポーツセンター 少年野球場
11月21日(金)	9時30分～	グラウンド・ゴルフ大会	台東リバーサイドスポーツセンター 少年野球場
12月1日(月)	10時～	後期輪投げ大会	台東リバーサイドスポーツセンター 第2競技場

秋以降も連合会ではたくさん  
のイベントが予定されています。  
ぜひご参加ください！

## 主な行事予定

## 連合会からの お知らせ



グラウンド・ゴルフ大会(11月)



福祉芸能大会(11月)



寿作品展示会(10月)

## 寿作品展に思う

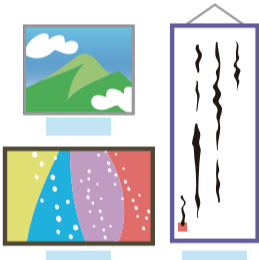
千寿クラブ 伴 光敏

和裁、洋裁、編み物。毛筆、写真、絵画。身の回りの実用品や趣味の装飾品等々、沢山の作品に圧倒されます。今年もこの光景を見ることでしょうか。

11年前に奉仕部の係として初めてその会場にいた私は、作品をほとんど見ていませんでした。同じ会場で行われる即売コーナーの係が忙しすぎたためです。

寿作品展も即売コーナーも盛大でした。しかし数年前、コロナの発生により突然即売コーナーが開催できなくなりました。しかし寿作品展はどんどん充実します。シニアは意欲に満ちています、圧倒される作品を見学するシニアクラブのお客様は、疲れます。疲れを癒すのは、楽しみでもあるスポーツコーナーやお菓子の販売です。

作品を見させていただけば、出品された皆さまの努力が素晴らしいです。個人の技術がすごいです。団体としての作品もあります。その作品展をもっと楽しむために、お茶会や即売コーナーも復活させたいですね。



今年も楽しみ、今後も楽しみです。

## シニア健康フェスタ 参加者募集

今年も東老連主催の一大イベント、「シニア健康フェスタ」が開催されます。

例年台東区からは女性部が参加してダンスなどを披露しています。が、ご興味のある方は一緒にご参加しませんか？男性のご参加も大歓迎！事務局までご連絡ください。

**と き**  
令和7年11月11日(火)  
11時30分～15時30分  
(予定)

**し ゃ ん**  
京エアーナトーキョ  
(旧：武蔵野の森総合スポーツプラザメインアリーナ)

シニア健康フェスタ東京  
2024年開催11.26 東京都台東区東上野3-1-1  
【オンラインあり】

## 女性部員募集中！

連合会では、女性部員を募集しています。寿作品展会での手作り体験コーナー、シニア健康フェスタへの参加などが主な活動です。

7月25日に開催された第2回部会では、会議と併せて鈴木副部長のご指導のもと手ぬぐいでエコバッグを作りました。

にぎやかに楽しい事業部です。参加したい方は事務局までご連絡ください！お待ちしております。

## 福祉募金に ご協力下さい

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7年3月27日に服部台東区社会福祉協議会会長へ、令和6年度分として41万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します。

(令和8年2月末日までの入金分を令和7年度分として扱います。)



### 東京都老人クラブ連合会 輪投げ大会

とき 令和7年6月20日(金)  
ところ 渋谷区スポーツセンター

6月20日(金)に、渋谷区スポーツセンターにて「東老連軽スポーツ大会(輪投げ)」が開催されました。今回の大会には75チームの参加者が集まり、活気ある一日となりました。各チームは5名で構成され、輪投げの腕を競い合いました。

大会は9時30分に無事スタートし、参加者はそれぞれ真剣に競技に臨みました。多くのチームが試行錯誤しながら挑戦する中、それでも、選手たちは自分たちの力を発揮しようと懸命に取り組んでいました。

結果は様々でしたが、参加者全員が楽しんでる様子が見受けられ、和やかな雰囲気で大大会が進行しました。成績に関してはさまざまな結果があったものの、競技を通じてチームワークが深まったと思います。大会に参加された皆様はお疲れ様でした。

### 城北ブロック健康教室 「棒体操」

とき 令和7年2月28日(金)  
ところ 区役所10階1001会議室  
講師 棒体操協会 岡部 智美 講師

令和7年2月28日、午後2時よ



この日は、荒川区と北区からも多くの方が、皆さん楽しげな笑顔を浮かべながら会場に集まりました。岡部先生には、参加者の体力

り、台東区役所の10階1001会議室において城北ブロック健康教室「棒体操」が開催されました。今回は台東区が東老連城北ブロック健康教室を主催し、健康促進を目的として行われました。講師は、専門知識を持つ棒体操協会の岡部智美先生であり、参加者の皆さんに対して有意義な指導を行っていただきました。

棒体操は、特に高齢者の方々に向けた運動プログラムとして人気があり、「棒」を使って行うエクササイズです。これにより、全身の筋肉をバランスよく使うことができ、身体の柔軟性やバランス感覚を養うのに最適な方法です。参加者の健康維持に寄与することを目的としており、日常生活での体力向上や動作の軽快さを実感できると評判の運動です。



や健康状態に応じたプログラムをもとに、優しく元気に指導を行っていただきました。体操は、基本的なストレッチで身体をほぐすところからスタートし、次第に棒を使った動きへと移行しました。「棒体操」は楽しく行うことが大切であり、参加者たちからは時折笑い声も聞こえるほどでした。参加者の中には、初めて棒体操を体験される方もいらっしゃいましたが、岡部先生の指導によって次第に自信を持ちながら運動に取り組んでいる様子が印象的でした。温かい雰囲気の中で行われるこの活動は、単なる運動以上に、コミュニケーションを取る大切な場にもなっています。

この東老連城北ブロック健康教室は、参加者それぞれが自分の健康に向き合い、運動の楽しさや仲間とのつながりを再確認する良い機会となりました。

### 第44回姉妹区 (墨田区・台東区)提携 ゲートボール大会

とき 令和7年6月13日(金)  
ところ 墨田区錦糸公園野球場

今年度の姉妹区提携交流ゲートボール大会は、幹事区である墨田区の錦糸公園において来賓の方々をお招きして活気あふれる雰囲気の中開催されました。



前回の優勝チームである台東区のそめいよしのが僅差で敢闘賞となり、第1位から第3位までは墨田区が独占する結果となりました。気温が高く熱中症の心配がありました。体調不良者・けが人もなく無事に大会は終了いたしました。選手・役員の方皆さん、お疲れ様でした。



当初予定されていた日が雨天のため予備日への延期となりましたが、当日は墨田区5チーム、台東区4チームが参加し、各チームが真剣に試合に臨んでいました。試合の間には和気あいあいと談笑する姿も見られました。

順位	チーム名	区
優勝	言問クラブ	墨田区
準優勝	堤会	墨田区
第三位	立三クラブ	墨田区
敢闘賞	そめいよしの	台東区



そめいよしのの皆さん、おめでとうございます!



参加者 40名  
 とき 令和7年6月18日(水)  
 ところ 台東リバーサイド  
 スポーツセンター少年野球場  
**グラウンド・ゴルフ大会**



参加者 22名  
 とき 令和7年6月5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  
**ペタンク大会**

グラウンド・ゴルフ大会 成績表 ※敬称略

順位	氏名	クラブ名	点数
1位	佐野 節子	花二エンゼル会	40
2位	小黒 孝子	白寿会	41
3位	樽沼 巳年	白鷗会	42
4位	井田 幸三郎	今二櫻会	43
5位	音頭 知幸	堤老美会	43
6位	斎藤 和子	稲和長寿会	43
7位	辻 義美	高令加良会	43
8位	神宮 洋子	胡蝶会	44
9位	安田 八重子	花二エンゼル会	44
10位	藤前 四百里	蔵前三桂ニコニコ会	45

ホールインワン賞 ※敬称略

氏名	クラブ名
1 神宮 洋子	胡蝶会
2 石森 松代	千歳会
3 樽沼 巳年	白鷗会
4 佐野 節子	花二エンゼル会
5 田嶋 壽美子	花二エンゼル会
6 関 庫明	蔵前三桂ニコニコ会
7 藤前 四百里	蔵前三桂ニコニコ会
8 音頭 知幸	堤老美会
9 井田 幸三郎※2回	今二櫻会
10 村上 徳幸	浅二蓬寿会

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	3	長田 法子	石浜むつみ会	3勝 得失点差 +11
		清水 マサエ	千歳会	
2位	11	長谷川 文男	浅二蓬寿会	3勝 得失点差 +7
		齋藤 和子	稲和長寿会	
3位	10	小野 信夫	浅二蓬寿会	2勝 得失点差 +12
		村上 徳幸	浅二蓬寿会	



※集計結果に修正があったため、当日発表した順位と異なっております。関係の方々におかれましては、ご迷惑をおかけいたしました。お詫びして訂正申し上げます。



# 軽スポーツ大会

輪投げ大会 成績表 ※敬称略

順位	点数	氏名	クラブ名
優勝	94	井田 幸三郎	今二櫻会
準優勝	92	清水 マサエ	千歳会
3位	76	鈴木 和子	蔵前三桂ニコニコ会
4位	72	後藤 須恵子	千歳会
5位	70	井田 雅子	今二櫻会
6位	69	村上 徳幸	浅二蓬寿会
7位	69	菊地 修久	白鷗会
8位	66	関口 昇	今二櫻会



参加者 55名  
 とき 令和7年7月2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  
**輪投げ大会**

**準優勝**  
 清水 マサエさん  
 (千歳会)

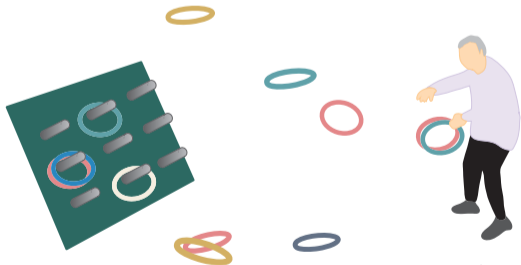


**優勝**  
 井田 幸三郎さん  
 (今二櫻会)



Q.. 勝利の秘訣は何ですか?  
 A.. 健康維持を兼ねて、練習を続けていることですね。  
 ※井田さんは今号の7面にクラブの活動紹介記事も書いてくださっています。そちらも是非ご覧ください！

Q.. いつも上位に入賞されていますね！強さの秘訣は何ですか？  
 A.. 自分の近所だけでなく、他のエリアの練習にもあちこち顔を出して毎日のように練習しているのよ！



シニアクラブの軽スポーツを盛り上げるため、体育部では新たな部員を募集中です！私たちは大会の審判や運営等を通じて、楽しい交流の場を提供しています。運営に関心がある方、仲間と共に活動を楽しみたい方、大歓迎です。軽スポーツを通じて地域のつながりを深め、一緒に楽しみましょう。興味がある方は、ぜひお気軽に台東区シニアクラブ連合会事務局までお問合せください！

## 体育部員募集中！

### グラウンドゴルフ・ペタンク 練習日のご案内

シニアクラブ連合会では、下記の日程で軽スポーツの練習日を設けています。是非ご参加ください！

日程	場所
9月17日 水	台東リバーサイド スポーツセンター 少年野球場
10月 2日 木	
10月10日 金	
10月24日 金	
11月11日 火	時間 9:30~

# 支部の窓

## 入谷支部だより

坂二ことぶき会 黒田 綾子

入谷支部では、研修会と云うことで国立科学博物館の見学会をした。先ず、当日はクシラの前に集合して、受付で高齢者の証明を見せて入る。高齢者は無料で入館できる。

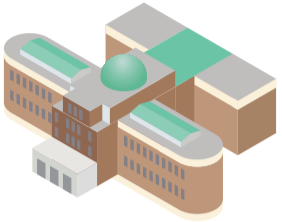
此処からそれぞれのグループに分かれて見学となったのだが、館内は中々の雑踏で、見学の中学生達が入り乱れていた。

地球館、日本館と分かれていて、それぞれ興味のある展示物のところを見学するのだが、これがまた、すっかり老化している頭では興味がわかずに困った。

何とか見学を終えて外に出ると、博物館前の噴水広場では台湾フェスティバルを開催していた。

美味しそうな食べ物のおいが漂っていて参加費800円と書いてあったが、どうもテントの並ぶ会場に入場するのに参加費がいるらしい。へえーと思いつながら、我々は精養軒へ行き、

美味しいねーと云い合いながらビーフシチューに満足した。



## 金杉支部の現在

金杉支部長 田所 厚一郎

金杉支部は、金杉地区の14町会毎に組織されたクラブで構成されています。但し、全町会にクラブが有るわけではなく、平成の終わりに12クラブありましたが今年は9クラブになりました。

支部の活動としては、毎月1回の会長会で支部独自の活動の準備と、連合会の活動に対する対応を審議し決定しています。会長会は原則金杉区民館下谷分館第2集会所で開いています。

毎年度の支部独自の活動としては、先ず4月下旬に総会を開きます。各クラブ8名の代表が出席して型通りに前年度の活動と決算報告、今年度の活動計画と予算、役員人事、会則の改定を審議決定しますが、折角の会員の集会をそれだけで済ませるのはもったいないので講演又はDVDの鑑賞を行っています。今年は4月24日にたいとう歯科健康センターの坂巻真有美講師による「お口元気で身体も元気」という講演とお口の体操の指導をして頂きました。

### 【早口言葉】

- レベル1 なまむぎ なまごめ なまたまご (生麦 生米 生卵)
- レベル2 隣の客はよく柿食う客だ
- レベル3 あおまきがみ あかまきがみ きまきがみ (青巻紙 赤巻紙 黄巻紙)
- レベル4 とないの竹垣に竹立てかけたのは 竹立てかけたかったので 竹立てかけた

2025. 4. 24 たいとう歯科健康センター



とが縁となつてチェロコンサートを「生きがいを高める集い」として開催します。各クラブ10名が出席しますが暑気払いを兼ねて好評を博しています。

次に、7月下旬の芸能大会は支部最大のイベントになります。各クラブが支援を受けている各町会の会長と金杉地区町会連合会会長を招待し、各クラブ10名以上が出席して11月の福祉芸能大会の予選を行います。浅草公会堂に出演することを目指して1年中練習しているクラブも有れば大会前数カ月で準備するクラブも有りますが、今年は7月24日にカラオケ5人、合唱6組、踊り2組が競いました。

12月には合同研修として各クラブ10名が出席して講演会又はDVDの鑑賞会を開きます。今年は未だ内容を決定していませんが、昨年は12月16日に日本赤十字社の防災セミナーを開催しました。

以上が現在の金杉支部独自の活動です。なお、以上の催しは全て金杉区民館下谷分館多目的ホールで開催しています。但し、このホールが来年3月から大規模修繕工事に入り1年以上利用出来なくなるので、この会場の代わりにごくが使えるか頭の痛い問題です。

寂しいことですが、以前は毎年開催していた支部独自の日帰り研修旅行や年2回の輪投げ大会、年末反省会等はコロナを契機に取りやめとなり、クラブ数も会員数も減少している現状では復活させることは難しいのが残念です。

## クラブだより

### クラブ活動報告

鳥一寿康会 竹上 勉

私達のクラブ鳥一寿康会は、台東区ラジオ体操連盟に加入しておられる高岩様が先頭に立ち、朝ラジオ体操をしております。会場は、鳥越会館の前の道路です。この道路は、台東区ラジオ体操連盟浅草橋支部鳥一会場だそうです。1月・2月の中旬頃までは日の

出前なので、お月様が見える時も多々あります。ラジオのポリウムを極力抑えて、ご近所様の御迷惑にならない様に心掛けています。



体操が終り解散したあと、少し南へ歩くと蔵前橋通りです。左折し道路脇の花壇をみると、ハナカイドウ、ハナズオウ、ボケ、ツツジ、カンナ、セラニウム、シャクナゲ、カルミア、アジサイ、ヤマボウシなどが3月頃より咲き出します。ハナカイドウは蕾も花も愛らしくきれいで、特別好きな花です。歩を進め、以前は三角公園と呼ばれていた公園では、ユキヤナギが公園の輪郭を真白く形作っています。ズミの2本の木も、五月になると真白い花びらで緑の葉をうめ尽くします。都会でも注意深く観察すると、たくさんのお花を味わえる花たちに出会えます。

### 清掃活動・報告

今二桜会 井田 幸三郎

#### \*2月23日

春のクラブ活動である早朝ウォーキングの戻り路、今日のクラブ活動を思いながら園路を帰路につく。梅園では八分咲きの白梅を追うように紅梅が蕾を一気に膨らませる。

午前10時、クラブ員は用具庫より出した長箒と持ち寄った清掃用具を手に、重点活動場所へ向かう。地域の住居環境は年々変わって空き家・空き地・駐車場等が増え清掃が行き届かない箇所が目につく。会員は協力して清掃活動を行った。最後は陽だまりで集合写真を撮る。パチリ。



#### \*6月1日

5月31日の環境美化の日に合わせて、翌日6月1日の日曜日に清掃活動を行った。前日は荒天だったが、当日は好天の清掃日和となり、クラブ会員はラジオ体操会場である児童公園で身体をほぐし帰宅、集合時刻に各々が用具を持ち寄り活動区域へ向かった。公園に接する歩道とバス停周辺に繁茂する雑草に挑戦。しっかり大地に根を張る雑草の力強さを知った。たばこの吸い殻、飲料缶等を回収して終了した。



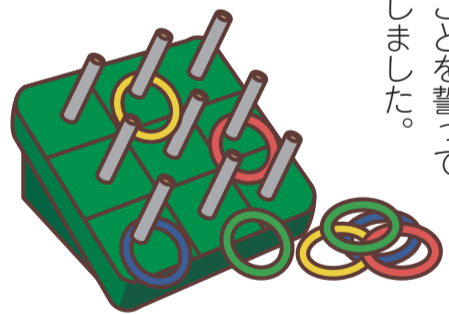
### 谷中支部初の輪投げ大会

谷中支部副支部長 今村 喬

7月16日(水)谷中防災コミュニティセンターの1室を借り、支部初めての輪投げ大会が行われた。朝の内雨風が強く、参加する方達のキャンセルを心配したが、4クラブ23人の参加申し込みの内、体調不良と仕事のため急遽不参加2名。実際に大会参加者は21名だった。



鈴木支部長と、東桜木長寿会の女性が15点で同点2位。支部長の年齢が上なので2位となった。また開催することを誓って競技終了しました。



#### \*御徒町公園

緑がいっぱい、各種の桜、どの桜も綺麗だけど、3月中旬に咲く河津桜はそれは見事です！また、珍木の「なんじゃもんじゃ」の木、この木の高さは10メートルを超え4月下旬に雪が降り積もったような花を咲かせます。

「御徒町由来」「なんじゃもんじゃの木の名前の由来」は園内に案内板があるよ！ウォーキングでの休憩場所に最適だよ。

#### \*二長町の名の由来

昔、東西に横切る小路が二丁有り、里俗で二丁町と呼ばれ、丁を長に改めて、二長町の名が生まれたと言われる。町内に江戸歌舞伎市村座跡の碑などが在るよ。

#### \*長者町の名の由来

朝日長者という豪族の邸宅があった事と「練堀町の名の由来」武家屋敷が練堀で囲まれていたからで、後に松永町と合併し、現在は秋葉原と言う、台東区に秋葉原と言うと奇異の感じがしますね。

#### \*生駒の金比羅

生駒守が関ヶ原の勲功で讃岐十七石を封ぜられ、屋敷内に讃岐の金比羅神を勧請したのです。

※諸説あります

### 我が町・竹町地区 雑学!

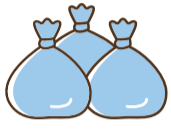
胡蝶会 長谷川 丈夫

#### \*「竹町」「佐竹」の名の由来

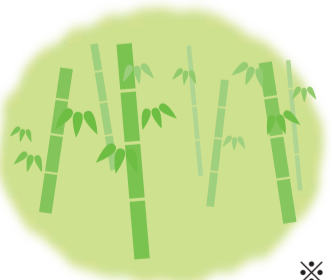
出羽国久保田(秋田)藩の佐竹氏の上屋敷があつて、西門の扉が竹で作られていたことから、その付近を「竹門」と呼び、その門から転じて竹町となったと言われています。現在、「竹町」「佐竹」の名は、「竹町地区」「佐竹商店街」「各町会名」として継承されています。

#### \*竹町公園

開放感いっぱい公園。佐竹氏の上屋敷跡、明治のころは佐竹原と言われていた所だよ！立派なシラカシの木があるよ。震災時の避難場所、炊き出しの炉、簡易トイレ、食料等、備品が備えてあるんだよ！隣接して、秋葉神社、火の神さまが鎮座しています。



部屋の大きさが足りず、短縮しての実施。1人2回ずつの練習で、本番2回。2回のトライでどちらが良い方の点数で勝敗を決すると云う方式だった。三崎町会友の女性が18点で1位。谷中支部



川柳

浅草東清高砂会 堀越 健二

ダイヤモンド婚 荒波乗り越え 讚え合う

60年

苦勞実って 花が咲く

妻に優る

末木(うらさき) なし

怖いのは

健康診査の 結果表

毎日を

医者に感謝で 暮らしている

川柳

千歳会 南 勝子

春の風

馬酔木の花も ゆうらりと

欲ばらず

楽しく生きる 花空木

屋形船

散りゆく花と 水脈のあと

朗友豆知識

御徒町の名の由来

胡蝶会 長谷川 丈夫

將軍警護の際、徒歩で警護にあたった下級武士を御徒衆とい... 御徒町の由来

初参加

ブービー賞となり 夏残し

木もれ日の

若葉のすき 初夏の風

川柳

谷中支部 川柳会

俺昔

パンチパーマに リーゼント 幸雄

なんにでも

ソースか醤油 昭和っ子 敦子

リメイクを

されて昭和が 行き返り 成子

昭和から

いろいろあって 百年目 節子

正論は

昭和に置いて 来た米寿 和子

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、地域で自... 笑顔が集まる地域の輪

社会奉仕活動

公園・道路での清掃活動や小学... 社会奉仕活動

あなたも仲間の輪に入って笑顔... 社会奉仕活動

【お問合せ】 台東区健康課 地域活動促進担当... 社会奉仕活動

※シニアクラブ会員の皆さんへ... 社会奉仕活動

- 健康を進める活動 輪投げ、グラウンドゴルフ等... 生きがいをもつ活動 踊り、手芸、コーラス、折り紙教... 友愛活動 一人暮らし訪問、一声かけ運動



- 今村 喬 部長 黒田 綾子 滝瀬 晶宏 田所厚一郎 田中 政和 西脇 杜四 長谷川 丈夫

広報部員 ※50音順

急に暑くなり、梅雨入りもあや... 広報部員



「朗友」原稿募集!

次回、2026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台老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!!

締め切り... 2025年10月22日(水)

【原稿募集要領】

- 1. 原稿の文字数と長さ 1行15文字(厳守) 2. 表記の仕方 3. その他

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