

評議員会



女性部総会



若手ノルデイック



輪投げ大会



シニアクラブ掛川

掛川支部だより

第33号

発行人

掛川市満水1652
掛川市22世紀の丘公園
「たまり〜な」内

シニアクラブ掛川

掛川支部

支部長 鈴木 浩一

TEL 0537-24-2754

FAX 0537-24-2735

発行日

2021年8月1日

印刷

株式会社ニチコミ



シニアクラブの存続を 目指して

掛川支部長 鈴木 浩一

コロナ禍が長期化しておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。ワクチン接種により少し明るい兆しが見えてきましたが、まだ安心して暮らせる状況ではありません。このような状況の中シニアクラブ各役員の皆様には、制約される中で最善の注意を払いながら活動に取り組んでいただきありがとうございます。

さて、シニアクラブでは、各地域において住民同士の絆を深め、生活を豊かにするサークル等の楽しい活動や、神社の清掃、一人住まいの方の見守りなどの社会活動、また子供の見守り等、次世代との交流を深める活動に取り組んできました。

そんなシニアクラブも高齢化が進む中、問題点も出てまいりました。会員の減少は著しく、平成23年から令和2年の9年間で4割の減少、54のクラブが休

会または解散に追い込まれています。

シニア世代もまだまだ働いている方がおりますし、役員のなり手がないことも原因の一つと想われます。地域と一体となっているクラブは活気がありますが、地域とのコミュニケーションが希薄なクラブは、問題の解決が困難で弱体化している状況です。このような現象を打開するには、地域のお力添えが必要だと思っております。

ひきこもりがちな高齢者が、仲間と楽しく活動できる居場所を存続させるため、新会員への呼びかけを行うためにも、地域の区役員と共に話し合える環境を整え、いつでも相談できる状況を作り、協力しながら楽しい地域とシニアクラブを目指して頑張っていければ一歩踏み出せるのではないかと思います。

また県のリーダー研修の資料

第5回シニアクラブ掛川支部 ゴルフ大会のお知らせ



とき / 令和3年10月29日(金)
 ブレー費 / 9,185円
 ところ / ようりカントリークラブ
 人数 / 先着70人
 会費 / 会員500円 (非会員1,000円)

申込先 / 10月1日(金)までに会費を添えて各地区役員または事務局へ申込み
 シニアクラブ掛川支部事務局
 掛川市満水 1652
 TEL 0537-24-2754

によりますと、地域で役割のある高齢者は長生きしやすいとの調査結果があります。組織内で大切な立場につくことで、生きがいや責任感が高まったとの報告でした。リーダーを皆で担い、役割分担して明るく楽しいシニアクラブを継続していきましょう。

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援してまいります

(株)平野工業グループ
K-HIRANO
ハニーバス・ハニー観光
 〒436-0012 掛川市上内田1255
TEL 0537-61-1182
FAX 0537-61-1183

静岡県宅地建物取引業協会員
株式会社松下組
 掛川市橋元 496-5
 TEL 0537-23-3181 FAX 0537-23-3183
 菊川市中内田 1057-1
 TEL 0537-36-5695 TEL 0537-36-5579 (工場)

理事長 佐野 有
有限会社佐野舎
 菊川市中内田 1057-1
 TEL 0537-36-5935 FAX 0537-36-5975
 掛川店 TEL 0537-23-1131

よここうじデンタルクリニック
 YOKOKOJJI DENTAL CLINIC
 診療時間

月	火	水	木	金	土	祝	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	—
13:00~16:00	●	●	●	●	●	●	—
17:00~20:00	●	●	●	●	●	●	—

 掛川市 上西 327-1
TEL.0537-62-6000
<http://yokokouji.dental-office.jp>

関新町薬局
 掛川市上張263-11
TEL 0537-26-9954 FAX 0537-26-9955
 ■営業時間
 月・火・木・金 8:30~12:30 14:30~18:30
 水 8:30~12:30
 土 8:30~12:00 14:00~15:30
 ■休日 日曜日・祝祭日

内科・リハビリテーション科・神経内科・外科
家代の里クリニック
 時間

曜日	月	火	水	木	金	土
AM	8:30~12:00	○	○	○	○	○
PM	3:30~7:00	○	○	○	○	○

 ● 休診日 / 日曜日・祝日・水曜日午後
 掛川市家代の里2-1-1 **TEL(0537)61-3000**

日本茶
きみくら
 JAPANESE TEA KIMIKURA
 営業時間 10:00~18:00 定休日 火曜日
 1Fはお茶・和洋菓子・一般ギフト・敬老会等の行事用ギフト
 2Fでは掛川茶と中味をお楽しみ頂けます
 掛川駅前US10-5 ☎0537-24-6008
<https://kimikura.co.jp>



中央地区	理事 (地区長)	松浦 靖雄 (シニアクラブ掛川評議員)
南地区	理事	松井 俊二
	理事 (地区長)	松下 文子 (シニアクラブ掛川評議員)
	理事	村上 重雄
山口地区	理事 (地区長)	中山 輝雄 (シニアクラブ掛川理事)
	理事	細野 忠義 山崎 勇夫
西地区	理事 (地区長)	久嶋 勸司 (シニアクラブ掛川評議員)
	理事	鈴木 充雄
三笠地区	理事 (地区長)	
城北地区	理事 (地区長)	永井 茂光
	理事	上沼 義次 (シニアクラブ掛川評議員)

顧問	山西 立
参与	鈴木 哲之
支部長	鈴木 浩一 (シニアクラブ掛川会長)
副支部長	西尾 忠寛 (シニアクラブ掛川副会長)
	榛葉 貞雄 (シニアクラブ掛川理事)
監事	吉政 梅子 (シニアクラブ掛川理事)
	石原 康正 (シニアクラブ掛川理事・支部若手委員長)
増田 和夫 (シニアクラブ掛川監事)	鈴木 稔

■ 支部事業部役員

事業部名	部長	部員
活動推進部	西尾 忠寛	活動推進相談員全員
保健体育部	榛葉 貞雄	石山 詔男 長尾 敏市 横山 隆 木下 唯男
女性部	吉政 梅子	本間 昌子 鳥井みち系 竹内 知子
文化部	戸塚 嶽夫	榛葉 貞雄 本間 昌子 鈴木 純一
企画広報部	加治攻一郎	西尾 忠寛 中村 徳雄 石原 康正 山崎 眞之

大東支部	支部長 森下 克弘 (シニアクラブ掛川副会長)	支部長 大石 将夫 (シニアクラブ掛川副会長)
	副支部長 赤堀 邦明 (シニアクラブ掛川理事)	副支部長 定治 (シニアクラブ掛川理事)
	副支部長 石谷 昭 (シニアクラブ掛川理事)	副支部長 櫻並美佐子 (シニアクラブ掛川理事・支部女性部長)
	副支部長 土井久美子 (シニアクラブ掛川副会長・支部女性部長)	副支部長 山本 進
	計 近藤 保雄 (シニアクラブ掛川評議員)	計 山本 進

私 たち は シ ニ ア ク ラ ブ 掛 川 の 活 動 を 応 援 し て い ま す

管工事業

EGWEL株式会社

掛川市葵町4-5

TEL.0537-62-0001

FAX.0537-62-0002

管

有限会社松井管工

掛川市成瀬 318

TEL 0537-23-0581

FAX 0537-23-6498

S 坂本整形外科

整形外科 リハビリテーション科

診療 月～金 午前 8:30～12:00 午後 2:00～6:30

時間 水・土 午前 8:30～12:00

※日曜・祝日・水曜土曜午後 休診

通所介護センター 寿宝

通所リハビリ・訪問リハビリ

掛川市下俣69-17 ☎ 23-2255(代)

職人の技実感。一級技能士が在籍する当社へ

とりまつ畳(株)

たため・ふすまの事なら何でもおまかせ下さい

掛川市宮脇35-2

TEL 0537-62-0220

FAX 0537-62-0221

思いやりのあるケア施設をめざして

医療法人社団 学修会 介護老人保健施設

神子の園 そのこ

掛川市逆川100

TEL 0537-20-0080 FAX 0537-20-0081

外科 胃腸科

内科 肛門科

三浦医院

掛川市原川13-2

電話 0537-22-3645

役員挨拶



活動は笑顔で楽しく

掛川支部女性部長 吉政 梅子

この度、女性部長に選出され、大役に戸惑っております。魅力あるシニアクラブを目指して、コロナ対策をして出来る事から楽しく活動したいと思っております。皆様と一緒に、笑顔で楽しく活動しましょう。よろしくお願いいたします。



課題に取り組む

掛川支部若手委員長 石原 康正

現在、35人に1人が高齢者。

2025年には団塊の世代が後期高齢者になり社会保障費は過去最大に！出生数は今年史上最少の75万人、3人に1人が高齢者になるのは目前です。高齢者は健康維持に加え社会の中で一定の役割を担い貢献することが求められます。

その為の組織化＝シニアクラブと考えて頑張りたいと思います。



中央地区の状況

中央地区長 松浦 靖雄

令和3年4月より中央地区長になりました松浦と申します。皆様よろしくお願いいたします。中央地区会員の皆様は、会の運営に関して協力・協調性が強いのでスムーズな運営ができています。今後はもっと会員を集めて楽しい会に行きたいと思っております。



楽しい活動を

南地区長 松下 文字子

2年ぶりのたまりくなは、桜もヤマボウシも一回り大きくなっていました。しかし、クラブ数、会員数は減少していてとても残念です。

支部長の「楽しくやりましょう」に解決の糸口がありそうです。どうしたら楽しく活動ができるか探って参りたいと思います。



活動推進相談員になって

中央地区活動推進相談員 戸塚 嶽夫

相談員の内容の深さと責任の重さを深く感じています。

過去多くの会員が在籍していたのに会員が減っていることは、定年制の変化や趣味の多様化など連携や繋がりが疎遠になっているという気がします。

長年築き上げてきた組織が今後も長続きするよう、尽力したいと思います。

よろしくお願いいたします。



挨拶

山口地区活動推進相談員 石山 詔男

このたび相談員になりました成瀬榎寿会の石山詔男です。いま会員の減少が進んでおりますが、地域の皆さんと協力して明るく楽しくすることが大切だと思っております。

出来るだけ沢山の人の参加してもらい協力しながら住み良い地域にしたいと思います。



初めまして

中央地区代表若手委員 鳥井 みち子

こんにちは。今年度から若手委員を受けることになりました鳥井と申します。よろしくお願いいたします。

このような委員があるということを知らなかった私ですが、皆さんの後についていきながらやっていきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



シニアクラブと私

南地区代表若手委員 横山 隆

今年からシニアクラブ掛川の若手委員になりました。

今までは、シニアクラブとの関わりは深くなく、言われたことに協力をする程度でしたが、シニアクラブ掛川の活動を深く理解して活動に協力していきたいと思っております。



新役員としてのあいさつ

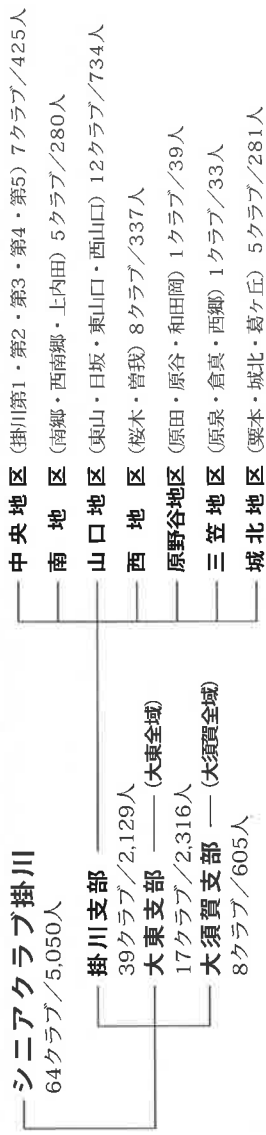
西地区代表若手委員 木下 唯男

森平友愛会の木下です。本年より若手委員を担当させていただくことになりました。

シニアクラブ活動もコロナ禍による制約を多々受けることと思いますが、健康で楽しく活動する若手委員になりたいと思っております。

ご指導の程、何卒よろしくお願いいたします。

シニアクラブ掛川 支部組織図



掛川支部

- 中央地区
 - ①仁藤町長生会
 - ②西町寿会
 - ③二瀬川明人会
 - ④十九首總會
 - ⑤城西白寿会
 - ⑥下俣町友和会
 - ⑦塩町永楽クラブ
- 南地区
 - ①南郷東福和会
 - ②下俣南寿会
 - ③神代地皆楽会
 - ⑤板沢共楽会
 - ⑥南郷西福和会
- 山口地区
 - ①青葉台青朗会
 - ②葛川葛寿会
 - ③池下・牛頭逆川福寿会
 - ④東山白寿会
 - ⑤日坂光風会
 - ⑥八坂楽友会
 - ⑦八坂楽寿会
 - ⑧千羽寿会
 - ⑩園ヶ台明寿会
 - ⑪宮脇たのしみ会
 - ⑫成瀬福寿会
- 西地区
 - ①家代とぎわぎ会
 - ②上垂木第1福寿会
 - ③下垂木百楽会
 - ④下垂木幸楽会
 - ⑤富部長明会
 - ⑥森平友宴会
 - ⑦高柳所福寿会
 - ⑧原・徳・梅 陸会
- 原野谷地区
 - ①本郷南龍の会
- 三笠地区
 - ①構江いつき会
- 城北地区
 - ①城北町福寿会
 - ②下西郷西長寿会
 - ③水垂寿会
 - ④初馬上三楽会
 - ⑤葛ヶ丘とぎわ会

令和3年度シニアクラブ掛川 掛川支部予算

収入の部		支出の部	
項目	予算額	項目	予算額
1 会費	1,299,500	1 会議費	100,000
2 補助金	2,035,500	2 事務費	410,000
3 配分金	150,000	3 事業費	2,779,200
4 分担金	541,500	4 高齢者相互支援事業	620,000
5 繰越金	272,124	5 慶弔費	10,000
6 雑収入	101,376	6 負担金	480,800
合計	4,400,000	7 雑支出	0
		合計	4,400,000

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

慣れ親んだ街で仲間とふれあう

サンシティ掛川

グループホーム&デイサービス
居宅介護支援事業所

掛川市杉谷南1丁目15番地の13
TEL 0537-62-2000 (代)

自動車钣金塗装一式

掛川ボデー工業(株)

掛川市満水538番地
TEL.0537-23-0972
FAX.0537-23-1100

車検・一般整備・钣金・塗装
新車・中古車販売
JAF指定ロードサービス

掛川オート株式会社

〒436-0038 掛川市領家1666
TEL 0537-24-3231 FAX 0537-23-3111

静岡県知事許可(特-28)第1586号
特定建設業 土木工事業
特定建設業 建築工事業

田会社 株式会社 金田組

掛川市細田200-1
TEL.0537-22-7158 FAX.0537-22-2822
<http://www.kanetagumi.co.jp>

佐々木製茶と掛川中央茶業がお届けする
お茶のショップ&カフェ

茶の庭

TEL.0537-28-7077
<https://chanoniwa.com/>

東海道 小夜の中山 夜泣石

名物子育飴

元祖 小泉屋

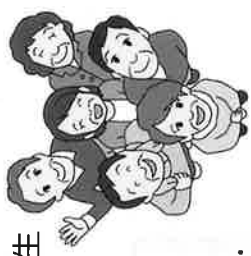
掛川市佐夜鹿57-8
(旧国1、小夜の中山トネル東側)
TEL 0537-27-1010
FAX 0537-27-1015

令和3年度 シニアクラブ掛川 掛川支部の主な事業

全国テーマ のぼそう！健康寿命、担おう！地域づくりを

- 活動目標**
- 1 仲間とともに「健康長寿」を目指そう
 - 2 「明るい地域づくり」に貢献しよう
 - 3 クラブ活動の喜びを共有できる仲間を増やそう

- 4 「自らの身は自ら守る」気概を持つとう
- 5 心に充足感を抱ける「生きがい」を見つげよう



【支部の運営】

- (1) 正副支部長会 (2) 理事会 (3) 評議員会 (4) 監事会
- 【研修会】
- ・ 支部主催各種研修会 (会長、会計、役員、健康等)
- ・ その他研修

(シニアクラブ掛川、シニアクラブ静岡県、静岡県、掛川市が開催する研修会に参加)

【会員加入促進運動の推進】

- ・ 若手委員を中心とした若手年齢層への加入呼びかけ
- ・ 休会、解散、未設置地区の把握及び設置支援
- ・ 休止のおそれあるクラブへの対応、支援
- ・ 区長会、まちづくり協議会等の関係団体へ協力依頼
- ・ 広報誌「シニアクラブ掛川」の全戸回覧

【事業部事業】

- (1) 活動推進部事業
- ・ 活動推進相談員によるクラブ活動活性化支援 他

(2) 文化部事業

- ・ 演芸大会、文化祭の開催 他
- (3) 企画広報部事業
- ・ 広報誌「シニアクラブ掛川」を年2回「支部情報」を随時発行

(4) 女性部事業

- ・ 介護予防事業の推進・レクリエーションダンス講習会の開催・高齢者いきいき創造広場への参加協力・

レクダンスクラブの運営

- (5) 保健体育部事業
- ・ 第17回掛川支部輪投げ大会開催・健康講座・第4回グラウンドゴルフ大会・健康増進活動・体力測定の普及・お達者体操の普及

【福祉事業】

- (1) 高齢者相互支援推進事業の推進
- (2) 長寿者表彰 (喜寿・米寿・白寿・金婚・ダイヤ婚)
- (3) 助け合い募金の実施
- (4) 社会参加と奉仕活動の促進

【若手委員事業】

- (1) 会員加入促進運動の推進
- (2) 健康増進活動の推進、お達者体操の普及
- (3) 第5回ゴルフ大会の開催
- (4) ノルディックウォーキングイベントの開催
- (5) 世代間交流事業実施手順の集約及びマニユアル化

【その他の事業】

- (1) 介護予防事業へ協力・参加 (2) 掛川支部親睦研修旅行 (3) 交通安全活動の推進 (4) 世代間交流事業 (5) 掛川市社会福祉大会参加 (6) 掛川市等関係団体が開催する事業協力・参加

【シニアクラブ掛川事業】

- ・ シニアクラブ掛川輪投げ大会の開催 (9/10)
- ・ 第17回掛川市シニアクラブ大会 (11/13)

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

ポルポト

鈴木製機株式会社

http://www.szk-s.co.jp
代表取締役 鈴木 純一郎
本社・工場/掛川市下垂木 2428-1
TEL.0537-22-9231 FAX.0537-24-7306
営業所/東京・中部・大阪・岡山・九州



自動車部品製造 松下金属工業(株)

本社 掛川市満水1000-7
TEL (0537) 61-0914
小笠工場 菊川市嶺田800
TEL (0537) 74-5454
URL <http://www.matsushitakinzoku.co.jp/>

佐藤事務所

測量・表題登記・農地法許可申請
土地利用・開発行為申請

掛川市亀の甲2丁目17番23号
TEL 0537-24-3902
FAX 0537-24-3903



有限 尾崎生コンクリート

掛川市沢田155番地の2
TEL 0537-24-3200
FAX 0537-22-2775

泌尿器科

佐野医院

曜日	月	火	水	木	金	土	日
時間	AM9:00~12:00	〇	/	〇	〇	〇	〇
	PM3:00~6:00	◎	/	〇	〇	◎	/

◆検診 火曜日・祝日/土曜・日曜日午後 ©PM3:00~PM6:30
掛川市長谷1-12-9 院長 佐野亮行
TEL 0537-61-1155 訪問・往診を相談の上対応いたします

総合建築請負業

株式会社 亀松

掛川市亀の甲2丁目14番2号
TEL・FAX 0537-22-2678

令和3年度(第17回)シニアクラブ掛川支部輪投げ大会



団体の部

参加24チームのうち4位までのチームは9月10日(金)に南体育館「しーすぽ」で行われるシニアクラブ掛川の輪投げ大会に出場します。

順位	チーム名	成績		
		1セット	2セット	3セット 合計
1	城北下西郷西長寿会A	143	122	149 414
2	中央仁藤町長生会	158	115	129 402
3	中央二瀬川明人会	119	147	113 379
4	南下俣南寿会	145	108	123 376
5	南南郷東親和会	121	137	116 374

順位	チーム名	成績		
		1セット	2セット	3セット 合計
6	中央十九首懇会	125	120	117 362
6	南神代地智楽会	126	120	116 362
8	西富部長明会	95	118	136 349
9	城北下西郷西長寿会B	83	107	155 345
10	山口千羽寿会	118	116	107 341

個人の部

※ひとり9本で3セットの合計点数。同点の場合年齢が上の方が上位



順位	チーム名	選手名	成績		
			1セット	2セット	3セット 合計
1	中央仁藤町長生会	高柳美智子	40	32	31 103
2	南神代地智楽会	湯浅 治	28	41	27 96
3	西高御所福寿会	松井 功	39	24	29 92
4	南下俣南寿会	大川原正巳	38	14	36 88
5	中央二瀬川明人会	弓拓美智子	19	44	23 86

順位	チーム名	選手名	成績		
			1セット	2セット	3セット 合計
6	西下垂木百楽会	鈴木 昭夫	29	18	36 83
7	中央仁藤町長生会	鳥井 征二	27	14	42 83
8	南下俣南寿会	鈴木 昭男	24	39	19 82
9	城北下西郷西長寿会B	鈴木かをる	16	26	39 81
10	中央十九首懇会	落合 泰介	29	29	23 81

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

輸送用機械器具の一貫製造 株式会社 藤田鐵工所

本社：静岡県掛川市塩町1番地の1
TEL (0537) 22-9251(代) FAX 22-9253
南工場：静岡県掛川市久保2の1の1
TEL (0537) 22-5111(代) FAX 24-5720
西工場：静岡県掛川市岡津280の1
TEL (0537) 24-4191(代) FAX 24-4192

金属プレス金型・設計・製作

有限会社 松下金型製作所

掛川市成滝296
電話 (0537) 22-6614
FAX (0537) 24-8063

不二総合 コンサルタント株式会社

掛川市久保一丁目2番3号
TEL 0537-62-2111

新築・増改築・耐震工事一式請負

設計・施工 有限会社 栗田建築

掛川市板沢1563-1
TEL:0537-22-5723
http://kuriken025.com/



ケミックス東海株式会社

掛川市細田440-1
TEL0537-28-9781
URL <http://chemix.jp.com/>

堀内法律事務所
HORIUCHI LAW OFFICE

弁護士 堀内 智幸 Tomoyuki Horiuichi
司法書士
掛川市中央1丁目22-1 オオハジビル4階南
TEL.0537-29-8115
FAX.0537-29-8116

文芸欄

俳句

中央地区十九首懇会 鈴木俊晴

- ・春蘭や薄日で足るる世を過ごし
- ・中牌を切ればリーチに山笑ふ
- ・石段の二百は半ば花ぐもり
- ・夜泣石祀る無住寺鳥鳴けり
- ・生き甲斐の旅を奪はれ春惜しむ

山口地区園ヶ谷明寿会 野本和美

- ・集へぬシニア会ひたきや春夕べ
- ・役員会思ひは同じ東風の朝
- ・更衣古瀬戸花瓶もビードロに
- ・真白砂和草に覆はれ空き屋敷
- ・鉢あふる日々草や鮮かに

山口地区宮脇たのしみ会原野文雄

- ・一月のがんばらざあの祈願かな
- ・大火鉢またがり暖を昭和かな
- ・追伸の今年限りと賀状くる
- ・春障子釜飯集ふ外は風
- ・椿咲く御前崎より光満つ

山口地区東山白寿会 永井義康

- ・祈る手を開くが如し白木蓮
- ・山峽の満腹の鯉舞い上る

短歌

南地区南郷西親和会 小平勝敏

- ・すべり台に子等遊ばせて親達は
ケータイ片手に声高きして
- ・空澄みて高天神の城の跡
落葉は厚く空堀をうめ
- ・コロナ禍にモスバーガーから匂いくる
昼餉は近く空腹きざす
- ・折り紙の造花のごとき金蓮花
花卉は厚く冬日すい込む
- ・立春を一日早く迎えても
寒波いすわり皺の手とする

山口地区東山白寿会 永井義康

- ・少年の日の戦さ貧しさ今遠く
八十路に生きる日々感謝して

西地区上垂木第一福寿会 遠藤操

- ・摘みとりし手に柔らかき露の臺
味噌にからめて春を味はる
- ・人参の種のふるさとオーストラリア
遠く思ふかさはさはと芽生え

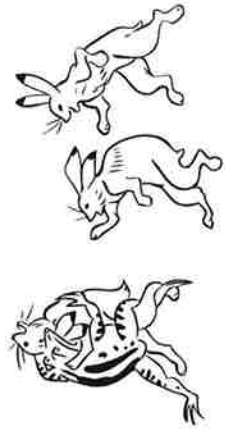
川柳

中央地区西町寿会 久米ふみ子

- ・道はるかアップタウンをノルディック
- ・先頭が見え隠れして距離ひらく
- ・二万歩余和気あいあいでひとり無理
- ・山寒し四本足でゴールイン

文芸作品随時募集中

送付先：シニアクラブ掛川支部
〒436-0011
掛川市満水1652
FAX:0537-24-2735



私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

深蒸し掛川茶
お茶の通販はこちら

株式会社 中村香緑園
TEL 0120-04-5002・FAX 0120-04-5503

お茶の通販はこちら

株式会社 高野の茶
TEL 0120-40-6000・FAX 0120-53-6000

一般建築塗装・鉄骨・各種吹付・防水看板

水口塗装

掛川市幡鎌592-2
TEL.0537-26-1141

COPREC

最新鋭タレットパンプチプレス：5台
最新鋭レーザー加工機：4台
他 ベンディング 溶接設備など多数

株式会社コプレック
〒436-0222 静岡県掛川市下垂木2361
TEL 0537-24-5280 FAX 0537-24-3743

産業廃棄物処理のパイオニア

株式会社 トーカイ

掛川市本郷1196-8
TEL 0537-26-0715

ご協賛

庭木の剪定
除草・草刈
植栽・移植・伐採・伐根
エクステリア全般

風雅

掛川市家代の里1-7-5
tel&fax 0537-23-0651

中央 杉山たい子
小野田洋子

各地区代表役員

部長 吉政 梅子 (中央)
副部長 本間 昌子 (西)
鳥井みち彘 (中央)
有海 幸子 (山口)
竹内 知子 (城北)

女性部役員

講師 小池幸子先生
内容 前年度活動報告
今年度活動計画
地区代表役員紹介

参加者 55名
とき 6月14日(月)
ところ たまりくな

令和3年度は、単位クラブ39、
会員数は2129名、うち女
性会員は1195名で次のよ
うに女性部総会を開催しました。
盛会をお礼申し上げます。

ノルディック・ウォーキング 参加者募集

とき/ 令和3年10月21日(木)
ところ/ たまりくな集合
→菊川運動公園
人数/ 20人(シニアクラブ会員)

持ち物/ タオル、水筒、お弁当、
レジャーシート
申込先/ 9月24日(金)までに事
務局へ申込み
シニアクラブ掛川支部事務局
掛川市満水1652
TEL 0537-24-2754

活動計画

- ◎地区代表役員会及び研修会
- ◎市議会傍聴
- ◎演芸大会・文化祭への参加
- ◎自立体力テスト
- ◎お達者体操の普及
- ◎レクダンスクラブ運営
- ◎レクダンス講習会
- ◎レクダンス交流会への参加

城北 東 園子
城西 牧田かつエ
山口 平川きみ子
南 土屋 紀子
鈴木きよみ

女性部の活動



令和3年 女性部総会

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

相続・遺言・不動産名義変更手続きは
当事務所へご相談下さい

司法書士 栗田事務所
行政書士

掛川市杉谷一丁目7番6号クイーンシティ104
TEL.0537-64-6970

ヘルシー薬局

開局時間	日・祝	月	火	水	木	金	土
	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
休業	18:00	18:00	18:00	16:00	18:00	12:30	

掛川市下俣南3丁目2番15
TEL 0537-21-3400

自主防災会トランシーバー受付中
(デジタル簡易無線、特小電力無線)

有事の際は確かな連絡手段が必要不可欠です
アマチュア無線、業務用無線機器専門

富士・システム通信 株式会社

掛川市南2丁目1-19 (駅南)
TEL.0537-24-5350 定休日:火曜日
当店は神代地区鈴井掛川支部長を応援しております!

Isotta

- 車の電気屋さん -

有限会社掛川太田電機

営業時間/8:30~17:30 休業日/日・祝・第5土曜日
掛川市細田141-1

TEL 0537-23-1321

http://www.k-oota.co.jp



相続・遺言手続き
土地利用申請

行政書士法人

エムケイ法務事務所

掛川市杉谷南1丁目14番地の18
Tel:0537-29-5639

シエル中子製造業

株式会社
マイスター工業

掛川市下俣752-1
TEL 0537-23-6632

1 グラウンド・ゴルフの練習と大会の実施

西南郷地域の仲間同士の交流を図り、巣ごもり生活でのストレス解消に繋がっております。プレーしている方たちは会話と動きに勢いが感じられます。長引くコロナ禍において、体を動かして仲間同士での会話は健康のため必要だと実感しております。

クラブと地域の仲間同士のふれあい活動を紹介したいと思います。

コロナ禍での現在、皆楽会の活動はほぼ停止状態にあります。地域での触れ合い活動も同様です。しかし、三密を避け、マスク着用、換気、手洗いを実施すれば感染リスクの低い活動は続けていけると考えています。

地域社会とのまえ合い活動紹介 ふれあい特集(第16回)

コロナ禍でのふれあい活動

南地区 神代地皆楽会

2 高齢者同士の「見守り活動」

随分前から皆楽会ではこの活動を実施しております。対象者は7名前後で原則として一人暮らしの方達です。見守りスタッフは約10名です。スタッフの活動は外からの見守り、声かけ、電話、訪問会話などです。目が合った時は笑顔で手を振って挨拶すると、相手も笑顔で応えてくれ、お互い気持ち良い時を共有できると思います。

様子がいつもと違うと思えば会長に連絡、民生委員を交えて対応しております。区長、中部ふくしあにご足労をかけたこともあります。

活動を長続きさせるために、見守り担当者に出来るだけ負担をかけないことを第一に考え、日常生活の一部にできればと思っています。「見守り頻度の多少は気にしない」見守りは機会



があれば行うぐらいの気持ちで良しとしています。

最後に

ワクチン接種が行きわたったところで活動を健康第一で無理せずゆつくりと開始予定です。

頭の活性化には、楽器を演奏すること、カラオケをやることで非常に効果ありとテレビで知りました。これからの人生を自立で行って!!

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援してまいります

ご協賛



各種肥料・農材

垂木屋肥料店

掛川市上垂木2177
TEL 0537-26-2388

うめづ脳神経外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
午後3:00~6:00	○	○	○	○	○	○

休診日:日曜日・祝日
水曜日午後・土曜日午後

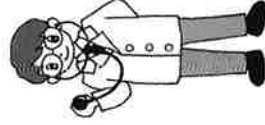
掛川市杉谷南1丁目-19-8

TEL:0537-29-5537



病気の早期発見と予防につとめよう

1. 健康診断や健康相談を活用しよう
2. 健康について学習しよう
3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう
4. 歯を大切にしよう



あなたの人生を
1冊の想い出に。



株式会社 ニチコミ

http://www.nichicomi.com/

〒140-0014 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7F
TEL.03-5718-3900 FAX.03-5718-3901

会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

◆7月演奏大会(中止)

参加チーム 24チーム

ところ たまりくな

とき 令和3年6月24日、25日

◆第17回掛川支部輪投げ大会

参加者 6人(掛川支部)

ところ たまりくな

とき 令和3年6月17日(木)

◆新任会長研修会

(シニアクラブ静岡県主催)

参加者 6人

ところ たまりくな

とき 令和3年5月27日(木)

◆クラブ活動推進相談員研修会

参加者 10人

ところ たまりくな

とき 令和3年5月24日(月)

◆掛川支部地区代表若手委員会

参加者 15人(掛川支部)

ところ たまりくな

とき 令和3年5月24日(月)

◆活動推進相談員若手委員会合同会議

(シニアクラブ掛川主催)

参加者 57人

ところ たまりくな

とき 令和3年5月20日(木)

◆掛川支部評議員会

参加者 16人

ところ たまりくな

とき 令和3年5月17日(月)

◆単位クラブ会計担当者講習会

行事報告

◆第5回掛川支部ゴルフ大会

とき 令和3年10月29日(金)

ところ よまわりカントリークラブ
募集人数 先着70人

◆ソルテックウォーキング

とき 令和3年10月21日(木)

ところ たまりくな↓菊川運動公園
募集人数 20人

◆レクダンス講習会

とき 令和3年9月13日(月)

ところ たまりくな
講師 小池幸子先生

◆シニアクラブ掛川輪投げ大会

とき 令和3年9月10日(金)

ところ しずほ
参加者 掛川支部大会上位4チーム

◆高齢者相互支援事業研修会

とき 令和3年8月30日(月)

ところ たまりくな
参加者 単位クラブ会長及び支部役員

◆長寿者表彰

とき 令和3年8月30日(月)

ところ たまりくな
内容 喜寿・米寿・白寿・金婚
ダイヤ婚談者へ記念品
贈呈

◆掛川支部役員

親睦クラウド・ゴルフ研修会

とき 令和3年7月28日(水)

ところ たまりくな 芝生広場
参加者 26人

行事予定

スポンサーへの御礼
本誌発行に際しましてご協力頂
きましたスポンサー各位に厚く
御礼を申し上げます。今後共倍
旧のご厚誼を賜りますようお願い
申し上げます

◆文化祭

調整中

ところ たまりくな

とき 令和3年11月29日(月)

～12月3日(金)

◆健康講演会(医師会と共催)

ところ 清水文化会館マリナート

出演者 3人(掛川支部)

内容 リフォームアッシュショール

とき 令和3年11月30日(火)

◆高齢者いきいき創造広場

(シニアクラブ静岡県主催)

ところ 大東文化会館 シオーネ

内容 シニアクラブ功労者表彰
アトラクション(横須賀
高校郷土芸能部 予定)

とき 令和3年11月13日(土)

ところ ゆうゆうパーク

とき 令和3年11月11日(木)

ところ 大東文化会館

とき 令和3年12月1日(水)

ところ 令和3年12月2日(木)

ところ 令和3年12月1日(水)

ところ 令和3年12月2日(木)

ところ 令和3年12月1日(水)

ところ 令和3年12月2日(木)

ところ 令和3年12月1日(水)

ところ 令和3年12月2日(木)

ところ 令和3年12月1日(水)

ところ 令和3年12月2日(木)

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援しています

曹洞宗 龍門山
慶雲寺
掛川市伊達方223番地
電話 <0537>27-0342

●新規墓地区画分譲中●
曹洞宗 懸河山
神宮寺
掛川市仁藤65
電話 0537-22-6310

浄土宗 泉洞山
天然寺
掛川市仁藤町5-1
電話 0537-22-4055

遠江の古寺 緑と花の寺
曹洞宗 深澤山
長松院
〒436-0009 掛川市大野1013
☎ 0537-27-1111
しんたく霊園
墓地分譲
いたします

700
ローゼ
チェック!
1つでも当てはまるとロコモの危険信号!
1. 片足立ちで靴下がはけない
2. 家中で躓いたり滑ったりすることがある
3. 階段を上る時、手すりが必要
4. 15分ほど続けて歩くことができない
5. 横断歩道を青信号で渡りきれない
6. 掃除機の使用や布団の上げ下げ等の家事が困難
7. 2kg程度(1リットルの牛乳パック2本)の荷物を持ちかえるのが困難
※ロコモティブシンドローム
とは、「運動器障害」「要介護」
になるリスクが高い
状態のことです。



かけがわ支部
フオトNEWS

元気な活動を紹介します！

楽しく健康に
掛川支部レクダンスクラブ

今年度は会員が28人に増え、毎月1回思いっきりダンスを楽しんでいます。

曲に合わせて振り付けを思い出しながら踊るので、楽しみながら体と脳のトレーニングにもなります。振り付けは間違えるのもOK！体力に合わせて踊りやすく変えるのもOK！自由に楽しんでいます。

練習の合間には、おしゃべりタイム♡マスクは必須ですが、あちこちでいろいろな話に花を咲かせます。これもまた楽しみの一つで、毎回全員が笑顔で帰ります。

以前は食事をしながらのおたのしみ会や練習の成果を発表する機会がたくさんありましたが、今は年度末にクラブ内だけの発表会をしています。これが意外にも楽しくて今年度も皆さん楽しみにしています。



編集後記

新型コロナウイルスもデルタ株という変異ウイルスが従来の2倍近い感染力があり、若い人でも重症化しやすいということ
で、感染の勢いは衰えるどころかますます勢いを増しているようです。ワクチンだけが頼りですが、皆様は2回接種を終えられていますか？年寄りには免疫反応が鈍いせいか、私の周りでは副反応がほとんどない人ばかりです。まだの方はぜひ接種を！
(加治攻一郎)

編集委員

- 加治攻一郎 西尾 忠寛
- 吉政 梅子 石原 康正
- 中村 徳雄 山崎 真之



若手委員会
ノルディックウォーク講習会



6月7日(月)若手委員27人が参加してノルディックウォーク講習会を実施しました。
静岡県ノルディックウォーク連盟所属の講師3人が、準備体操から丁寧に指導してくれました。その後は自分のペースで姿勢よく、歩幅も大きく軽快に公園内をウォーキング。
梅雨の晴れ間の中、気持ちのよい汗と参加者の皆さんの笑顔がこぼれました。

私たちはシニアクラブ掛川の活動を応援していています

菊川眼科
医療法人社団イジーエス
〒439-0031 静岡県菊川市加茂5134
TEL.0537-37-0222
FAX.0537-37-0223
菊川眼科 検索

掛川市森林組合
森林管理、立木買取、測量調査、伐採工事
山、緑のことなら何でも
掛川市大和田320-1
☎0537-25-2111

～安全・安心・快適をモットーに～
ライフタクシー
一静岡県内初！
高齢者割引対応!(65歳以上1割引)※要事前登録
貸切バス(何でもご相談下さい。見積り無料)
タクシー(便利屋・福祉タクシー(車椅子・寝台車))
株式会社 第一通商 掛川市大池812-1
☎0120-668-909

油断 大 勘
ルールを守って
安全運転
自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう

株式会社 ニチコミ
弊社ホームページで
全国の元気な老人クラブの
活動を紹介しています。
ニチコミ
http://www.nichicomi.com/