



区老連 みなみ



南区シンボルマーク

——— 第70号 創立60周年記念号 ——— 令和7年1月1日(2025)

発行/かがやきクラブみなみ(南区老連) 発行人/松村光雄 事務局住所/〒232-0006 横浜市南区南太田2-32-1 南寿荘内 ☎713-8566
制作・印刷/株式会社ニチコミ ☎03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com>

南区老連は、創立60周年を迎えました



南区老人クラブ連合会 松村会長

歴史に思いを馳せる

令和6年7月24日(水)、南公会堂にて、南区老人クラブ連合会の創立60周年記念式典が開催されました。

当日は、309名の出席があり、特に山中竹春市長からは、ご自分の年齢を超える長期に亘る連合会の活動に謝辞を述べられるなど、盛大な祝福を賜りました。

記念公演は、講師の川口整氏による「生きがいのあるシニアライフ」がテーマでした。メッセージは、「自分を解放して、げんきにしなやかに、へこたれない」。



会場の様子

創立60周年記念号

特集

- 記念式典
- 受賞者代表あいさつ
- 来賓祝辞
- 60周年に寄せて

連典
老式
区念
南記
会長あいさつ

60年の重みと

未来への歩み



南区老人クラブ連合会
会長 松村 光雄

今日ここに南区老人クラブ連合会
創立60周年という記念すべき日を迎
え盛大な式典を挙行することができ
ましたことを、心よりお慶び申し上げ
ます。

まずは、山中市長はじめご来賓の
皆様にはお忙しい中ご列席を賜り、
誠にありがとうございます。また、長
年にわたり老人クラブの活動にご尽
力いただいた会員の皆様、そして横浜
市役所・南区役所・南区社会福祉協
議会など関係者の皆様に心から敬意
と感謝の気持ちをお伝えします。

昭和38年8月に「老人福祉法」が
施行され、この時期に設立した横浜
市老人クラブ連合会を始め、西区・
保土ヶ谷区・金沢区老人クラブ連合
会が、昨年創立60周年を迎えました。

今年8月に2024パリオリ
ンピックが開催されます。そのオリ
ンピックが東京で開催された昭和39年、
1964年に、地域の高齢者が互いに
助け合い、支え合い、ともに生きがい
を見出そうと南区老人クラブ連合会

は設立されました。以来、長い年月を
かけ、幾多の困難を乗り越えながら、
今日のような発展を遂げてきたこと
は、ひとえに皆様のご支援ご協力の賜
物と深く感謝申し上げます。

60年前の日本は、高齢化社会とい
う言葉さえまだ一般的ではない時代で
した。しかし時代とともに社会情勢
は大きく変化し、現在の日本は世界
でもトップクラスの長寿国となりまし
た。こうした社会変化の中で、老人ク
ラブの役割はますます重要になってい
ます。健康・友愛・奉仕は老人クラ
ブの全国三大運動の推進要綱で、高
齢者の健康づくり、生きがいづくり、
仲間づくり、社会参加の促進などさ
まざまな活動を進めています。

南区老人クラブ連合会では、シル
バー体操教室、グラウンド・ゴルフな
どの大会や健康マージャン大会、カラ
オケ芸能まつり、ダンスパーティーの
開催、女性部の研修会、広報誌の発
行や諸々の情報提供など、会員の要
望に合わせた多彩な活動を展開して

います。

地域においても、公園の清掃活動
や介護予防教室の開催、交通安全の
啓発活動など地域社会への貢献も積
極的に取り組んでいます。また、高
齢者が地域社会の中で安心して暮ら
せるよう、お互いに支え合う友愛活動
もあります。

これらの活動を通じて、老人クラブ
は高齢者が心身ともに健康で生き生
きとした生活を送るための重要な役
割を果たしています。

さらに、今後も老人クラブは時代
の変化に対応しながら、高齢者の要
請に柔軟に対応していくことが求め
られています。そのためには、会員お
一人おひとりの声をしっかりと受け止
め、より充実した活動を展開してい
くことが重要と考えています。

これからも、皆様とともに素晴らし
い瞬間を共有しながら、未来に向け
て歩んでいきたいと願っています。

結びになります。南区老人クラ
ブが今後ますます発展し、高齢者が
地域社会の中で輝けるよう、皆様の
ご支援とご協力を賜りますようお願い
申し上げます。

皆様をますますのご活躍とご健勝
をご祈念申し上げます。
本日は多数の皆様のご参加、誠に
ありがとうございます。

来賓の方々

横浜市長

山中 竹春

横浜市老人クラブ連合会
事務局長

名倉 直



南区社会福祉協議会
会長 吉井 肇

南区長
高澤 和義



松村会長と来賓の皆様

創立60周年記念 受賞者の皆さん



地区	氏名		
お三の宮	井上 善雄		
太田	斉藤千代乃	高橋 明彦	成田八重子
寿東部	高津喜久夫	浅野 正毅	樋口 昭博
中村	鈴木 克康	西 熊二	高野 文子
蒔田	平田 正徳	渡邊 修三	稲垣 保子
堀ノ内・睦	坂本 紀夫	横澤 光子	阿保ヤヨエ
井土ヶ谷	田中 嘉孝	武川 勝久	福原 初代
南永田山玉台	須田 春美	久保木敬子	栗田 一吉
北永田	布澤 審一	中野 悦子	安斎 五月
六ッ川	市川 敏夫	森田 芳秀	大橋 慎
六ッ川大池	寺本勇之助	関 美榮子	
本大岡	山本順三郎	長田三代子	野中登司男
大岡	和田 弘吉	森 良一	見上 幸一
別所	島田 歩	曾我 ヤサ	

部会	氏名		
事業部	島 初美	野中 育子	
文化厚生部	野村 克義	高橋 正博	
保健運動部	金川 英敏	福井 豊彦	
広報部	岩田 皖司		
女性部	伊藤 静枝	能條 紀子	
友愛活動部	遠藤 勝己	鈴木 誠	

南区老連創立60周年記念式典 特別講演

生きがいのある シニアライフ

祝 創立60周年記念式典
南区老人クラブ連合会



講師：川口 整氏



実行委員の皆さん



栄えある受賞



本大岡地区 中島3・4高砂会 山本順三郎

南区老連 創立60周年 式典において、栄えあ

る表彰を受けました。

表彰者49名を代表いたしました。さて、ひと言、謝辞を述べさせていただきます。この度は、横浜市長をはじめ、ご来賓の皆様のご臨席のもと、受賞の栄に浴することができ、感謝の気持ちでいっぱいです。

私は、平成15年から老人クラブ活動に参加し、爾来20有余年の間「健康づくり」「支え合いづくり」「生きがいづくり」そ

して「地域づくり」のさまざまな取り組みに参加してまいりました。これもひとえに、多くの関係者の皆様のお力添えの賜物と、改めて感謝申し上げる次第でございます。

超高齢化社会の中、ますます高齢者が増えていく状況にあります。新型コロナウイルス感染症により、老人クラブ活動が思う存分できなかった状況が続いております。

このような中にあっても、高齢者が元気に活躍し続けられる社会や人と人との絆を結びながら暮らしていける社会を築いて

いくことは、とても重要なことだと感じています。

引き続き微力ではありますが、超高齢化社会を見据え、奉仕や友愛等を軸にした活動や老人クラブの発展に心血を注いでまいり所存でございます。

皆様におかれましては、引き続きご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

結びとなりますが、会員の皆様のご健勝とご多幸を祈念いたしますが、受賞者を代表して御礼の言葉とさせていただきます。

私たちは南区老連の活動を応援しています

まえざわ内科クリニック
内科・循環器内科・糖尿病内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前(9:00~12:30)	○	○	△	○	○	☆	△
午後(15:00~18:00)	○	○	△	○	○	△	△

○:診療 ☆:9:00~13:00 △:休診

横浜市南区吉野町3-7-17 横浜ベイクリウス4階
☎045-325-8170

由利泌尿器科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休
15:00~18:00	●	●	休	●	●	休	診

TEL.045-713-6311
横浜市南区井土ヶ谷下町 213 第二江洋ビル 4階

クリニックビル 日曜診療有り

かめざわ眼科 ☎731-1113

井上耳鼻咽喉科 ☎716-1133

宮田整形外科 ☎716-2828

北浜医院 ☎712-1700

横浜市南区別所3-8-3
上大岡駅カミオ前よりバス5分「別所宮下」バス停より1分
土曜日・日曜日午前中診療有り
休診日/木曜日・祝日

大岡医院
内科・消化器科・小児科・皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	×	●	●
15:30~18:30	●	●	●	×	●	×

TEL.045-741-0552
地下鉄弘明寺駅より徒歩5分 南区大岡2-13-15

みらい在宅クリニック

訪問診療、往診について
お気軽にご相談ください

横浜市南区浦舟町2-22 ベイシティコート横浜 102
浦舟郵便局裏 <http://mirai.biz/>

TEL 045-326-6992

ひまわり薬局 どちらの処方せんも受付します

☎(045) 741-1000
FAX (045) 712-2221

営業時間
平日9:00~18:00
土・日9:00~13:00
定休日/木曜日・祝日

連典
老式
区祝
南記

世界に誇る横浜の「市民力」



南区老人
クラブ連合
会の創立60
周年、誠に

おめでとうございます。

昭和39年の創立以来、60年の長きにわたる御活動に心から敬意を表すとともに、そうした活動を通じて、南区、横浜市の地域の絆を支えてくださっていることに深く感謝申し上げます。

南区老人クラブ連合会の皆様は、東京オリンピックが開催された年です。歴史ある南区老人クラブ連合会の記念式典にお招きいただき、皆様に直接お祝い言葉をお伝えすることができ、大変光栄に感じております。南区老人クラブ連合会の皆様は、健康づくりや趣味の活動を

通じた仲間づくりをはじめ、地域の見守り活動や美化活動など、幅広く精力的に活動されています。皆様が、豊富な御経験に基づき、様々な工夫を凝らしながら活動を続けてくださっていることで、身近な地域での人と人のつながり、地域の絆が生まれています。

地域の絆を支える皆様の力、横浜の「市民力」は、横浜市が持つ大きな強みであり、世界に誇る横浜の財産です。横浜の活力、そして市の様々な取組が、皆様の「市民力」に支えられていることに、改めて厚く御礼申し上げます。横浜市としても、引き続き皆様の活動をしっかりと支え、皆様と手を携え、誰もが自分らしく生き生きと暮らせるまちを目指して、力を尽

横浜市長 山中 竹春

くしてまいります。皆様の変わらぬお力添えをお願いします。

2027年には、気候変動に着目した国際博覧会「GREEN X EXPO 2027」を、横浜の上瀬谷で開催します。圧倒的な花と緑に囲まれながら、環境と共生するこれからの社会について考える世界で初めての国際博覧会です。環境と「共に」生き、皆様と「共に」つくる、「環共」がテーマの国際博覧会として、皆様と共に大きく盛り上げ、横浜の「市民力」を世界に発信する場にしていきたいと思っておりますので、御期待ください。結びに、南区老人クラブ連合会の御発展と、皆様の今後ますますの御活躍と御健勝を心よりお祈り申し上げます。お祝いの御挨拶とさせていただきます。

私たちは南区老連の活動を応援しています

ケアマネジャー/ホームヘルパー

ケアシップ

事業所番号 1470402445

☎045-315-4215

横浜市南区前里町 3-55 フロムファースト1F

株式会社 SHIP

内科・消化器内科・肛門外科・外科

医療法人社団 賢真会

六ツ川内科消化器内科クリニック

胃・大腸内視鏡検査 訪問診療 オンライン診療

☎045-334-7520

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
15:00~19:00	●	●	-	●	●	-

【休診】水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

横浜市南区六ツ川 1-39 小河ビル1階

みやび内科クリニック

生活習慣病・糖尿病・腎臓病・骨そしょう症

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	▲	/	●	●	●
15:00~17:30	●	▲	/	●	●	/

▲11:00~14:30、16:30~19:30
木曜日：整形外科外来あり
休診日：水曜・日曜・祝日

南大田駅 徒歩3分

横浜市南区南太田1-34-7 南太田越石ビル2F

☎045-743-3377

ヘルパーステーション

とみいはうす

居宅介護支援 ケアoffice 翔

横浜市南区六ツ川2丁目123-13
サウスMYビル2階

☎045-315-6112

近藤ひふ科医院

「あなたの町の、ひふ科」を目指します。
お気軽に何でもご相談下さい。

【診療時間】 月・水・金曜日 午後1:00~6:00 (受付は5:30まで)
土曜日 午前9:00~11:00

【休診日】 火・木・日曜日、祝日

横浜市南区永田北3-32-1

TEL 045(741)8312

弘明寺 清水眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
14:00~17:00	手術	○	○	○	○	/	/

月曜午後は手術のみ外来診療はございません 休診日：水曜・土曜午後・日曜・祝日
木曜は代診の医師の診察になります

南区六ツ川1-70-9 ☎045-720-3360

清水医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
15:00~17:30	○	○	/	○	○	/	/

休診日：水曜午後・木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

南区六ツ川1-99-1 ☎045-742-3350

連典
老式
区祝
南記



誰もが健康で安心して
笑顔で暮らせるまち”を目指して

横浜市南区社会福祉協議会 会長 吉井 肇

南区老人
クラブ連合
会創立60
年、誠に
おめでと
うござい
ます。ま
た、日頃
より区社
会福祉協
議会の事
業・活動
にご理解
とご協力
をいただ
き、あり
がとござ
います。

南区では、さまざまな個性や
価値観を持つ住民一人ひとりが
地域とつながりを持ち、共に支
え合い、健康で自分らしく、安
心して笑顔で暮らせる町を目指

し、国民の4人に1人が高齢者
という超高齢社会となった現
在、高齢者の活躍の場である老
人クラブへの期待は大きなもの
があります。老人クラブが取り
組まれている「生活を豊かにす

る楽しい活動」と「地域を豊か
にする社会活動」、さらに、そ
れらの活動を通して、お互いに
助け合える関係を作ること、
皆さまのお力を発揮していただ
いていると思います。

南区社会福祉協議会も、人生
100年時代に「誰もが健康で
安心して笑顔で暮らせるまち」
を目指し、これからも皆様と力
を合わせ、地域福祉活動の充実
に取り組んでまいります。

おわりに、南区老人クラブ連
合会の一層のご発展と皆様のご
活躍・ご健勝を祈念し、お祝い
の言葉といたします。

60周年に寄せて

組織が健全であるために

別所地区 別所宝令会

相馬 誠司

組織においては、いろいろな
危機がある。その多くは、内部
内面に潜む危機である。大抵は

技術的に解決できるが、テクニ
カルな解決法は、その組織の在
り様や中身によって異なる。

健全な組織を担う組織の一員
として、組織の将来を思い描い
て日常考えていることをまとめ

私たちは南区老連の活動を応援しています

横浜みなと眼科

診療時間
9:00~12:30 月・火・水・木・金・土
15:00~18:30 月・水・金
15:00~18:30 手術日/火・木
※休診日/日曜・祝日
横浜市南区浦舟町 4-47-2 メディカルコートマリス3階
横浜市営地下鉄 横浜駅 徒歩4分
TEL.045-243-1313

オオトウ歯科医院

横浜市南区六ツ川 3-76-3 横浜パークタウン | 棟
☎(045)741-6481

診察時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	●	●	●	-	●	●
14:00~18:00	●	●	●	-	●	●

【休診】木・日・祝

医療法人社団 スマイルコネクト
研歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:30~午後1:00	●	●	●	●	●	●	/
午後2:30~午後6:00	●	●	●	●	●	●	/

《休診日》日曜日
横浜市中区初音町3-63-3
B CITY YOKOHAMA STATION SQUARE 2F
☎045-241-6480 祝日診療有

一般眼科・小児眼科
横浜井土ヶ谷アイクリニック
白内障・緑内障日帰り手術対応

診療時間(受付時間)	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00(～12:45)	○	休	○	○	○	○
15:00~18:00(～17:45)	○	休	○	○	○	休

●昼に手術をする場合は午前診療12:00まで(受付終了11:45)
休診日:火曜・土曜午後・日曜
☎045-325-7188
横浜市南区井土ヶ谷中町158 アクロスキューブ井土ヶ谷3F

蒔田眼科
クリニック

【蒔田駅】1番出口
案内方面徒歩1分

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:30~12:30	●	●	●	/	●	●
午後3:00~6:00	●	●	●	/	●	/

【休診日】土曜午後・木曜日・日曜日・祝日
南区宮元町2-37 モルゲンロード蒔田101
☎045-710-2977

入れ歯でお困りの方、ご相談ください
ハツ橋歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	●	●	●	/	●	●	/
14:00~18:30	●	/	●	/	●	▲	/

【土曜は17:00まで】休診:火曜午後・木曜・日曜・祝日
横浜市南区新川町 4-25
TEL.045-261-3558

てみた。

一. 危機管理

どのようにして危機を回避し、排除するかは永遠のテーマである。

厳正な規律と早期に芽をつむことが、危機管理には重要である。規律を維持というのは、危機が生じる温床を作らないということである。将棋の羽生さんの講話の中で「ミスをして困難な局面に陥る。しかし反省はない。瞬時に打開に向けて集中する」と聞いたことがある。反省や教訓は、事態が落ち着いてから、じっくり行えばよい。

二. 帰属意識

昨今、組織・地域への帰属意識が希薄になっているのではないかという危惧している。

ある組織の役員をしているが、総会に出てくる役員は極めて限られている。誠に残念なことだ。返信用はがきを同封して案内しても、返事すらよこさない役員が多数いる。総会運営綱領などにも問題があるのだろうが、組織への帰属意識の低下があると思う。帰属意識のある人が、必ずしも組織に対する忠誠心が高いとは思わないが、組

織に対する忠誠心を持つためには、帰属意識は必要条件だと思う。

三. 形骸化

周りを見ると、どれほど多くの形骸化したものが存在しているか、習慣、行事等、具体的な例を挙げたら切りがないほどある。時代に適応できない形骸化したものは、徐々に組織を弱体化させる。

その規則、取り決めが組織の維持・向上に寄与するかを策定した時点まで遡り、見直しが必要である。

四. 充電

組織にも静と動、休養と実働が求められる。

人の育成は、その人のキャリアに対して、節目ごとに次のステップに向けて教育し、その後の本人と組織の成長を図ることが大切である。

他組織の「マネ」は一時的に

は成果が得られるが、組織運営のため将来を見据えた投資として、行わなければならない。

五. 人材確保

組織にとって、人材確保は重要な課題である。優秀な人材を集めれば、組織の成長が見込め



る。問題は、「優秀」をどう定義して捉えるかである。組織が成長していくためには、画一的な人集めはしてはいけない。窓口を広げ、多様な人材を取り入れ、業務を通じて人材育成をして、組織に貢献させることは可能である。潜在能力のあるものを選び出すことは、組織のトップにはそれを見分ける能力が求められる。

ドラッグー氏は機能不全に陥った組織は「砂浜に打ち上げられたクジラ」と形容した。私たちの組織は？

私たちは南区老連の活動を応援しています

ふたば整形外科

診療科目 整形外科・リハビリテーション

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9:00~12:30	○	○	○	×	○	○	×
午後2:30~6:00	○	○	○	×	○	×	×

【休診日】木曜日・日曜日・祝日

南区二葉町1-1-30 ☎045-260-0211

デイケアふたばの隣りにあります

整形外科(一般・スポーツ整形)/リハビリテーション科
医療法人社団 光生会 **中村整形外科**
院長: 中村 光孝

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	/	●	●	●	/
14:30~18:00	●	●	/	●	●	/	/

休診日: 日曜・祝日・水曜・土曜午後

南区通町3-53-2 ☎045(713)7101

(財)日本眼科学会認定 眼科専門医/院長 早川 薫(女医)

井土ヶ谷眼科 京急 井土ヶ谷駅 2分

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:00	●	●	休	●	●	●	休	休
14:00~18:00	●	●	休	●	●	●	休	休

休診日: 水曜・日曜・祝日 ※土曜午後も診療

☎045-714-1390 駐車場あり

横浜市南区南太田4-13-25 https://idogaya-ganka.com/

一級建築士事務所

株式会社 武工工務店

代表取締役 一級建築士 武藤博之

本社/横浜市南区六ツ川4-1233-4
TEL 045-822-3850 FAX 045-823-6556

設計部/横浜市南区別所7-9-20 ハイテクロード2-205
TEL 045-716-0190 FAX 045-716-0191

社会福祉法人 たすけあいゆい

横浜市睦地域ケアプラザ

横浜市南区睦町1-31-1

TEL 045-730-5151 FAX 045-711-0012

- ・地域包括支援センター・地域活動交流事業
- ・生活支援体制整備事業
- ・介護予防支援事業、居宅介護支援事業

※在宅での介護について、ご相談を随時受けております。お気軽にご相談下さい。

眼科・循環器内科・内科

www.eye-heart-clinic.com

弘明寺アイハートクリニック

診療科目	診療時間	月	火	水	木	金	土
眼科	9:30~12:30	●	●	●	/	●	●
	14:30~18:00	●	●	/	●	●	/
内科	9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
	14:30~18:00	/	●	●	/	/	/

休診日: 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日 ※内科は、予約優先となります。

南区六ツ川1-50 (京急弘明寺駅より徒歩1分) ☎731-5650

南区老連60周年の歩み

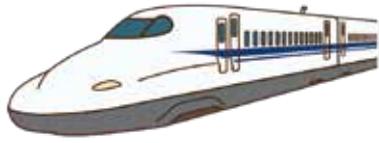
六ツ川地区 鶴寿会

岩田 皖司

昨年は正月早々の能登半島地震をはじめとして、地球温暖化による異常気象と思われる各地での局地的大雨災害・長く続いた猛暑・円安・物価高等、多くの出来事がありました。

7月には、区老連60周年記念式典が南公会堂で盛大に行われましたし、パリオリンピック開催、100年に一度といわれるリュウゼツランの花が開花した年でもありました。新幹線も60周年で区老連と同じスタートです。

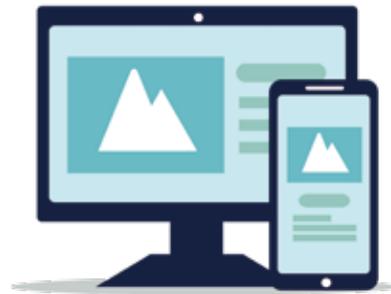
さて、年表から見た過去からの記録ですが、平成15年以前の記録が乏しく、はつきりしません。



私が広報部員になったときの部長は金児秀治氏で、その後数年で私が部長となりました。少ない過去の資料の中に、歴代会長の氏名があり、3代目の北見千太郎氏を見つけて驚きと懐かしさを感じました。

私が社会人になり、初めて入社した食品会社で直属の上司でした。軍隊上がりで、工場内を革長靴で闊歩し、怖さを感じる人でした。さらに、南区では昨年80周年でしたが、南区から分かれた港南区(昭和44年)の初代連合会長にも就任し、地域に貢献されたと聞いています。

2024年で残念に思うことは、7月の記念式典直前に部長の布澤審一氏が亡くなられたことです。布澤部長は、横浜市老連の広報誌編集長や区老連理事も兼任し、長く区老連に貢献されました。次の記念誌の原稿を入院中最後まで考えていたことを思うと無念であり、広報部一同、哀悼の意を表し、心よりご



冥福をお祈り申し上げます。

最後に申し上げますが、新年70号からは、浅野新部長でスタートとなりました。昨年の部会の中で、ホームページを立ち上げることを賛成し、区老連9月の理事会で承認され、ニチコミ様を通じて近々にホームページが開始されます。区老連内外への情報伝達に大いに役立つことになるといえるでしょう。また、年表作成については、区老連各部でも作成し、過去の業績を振り返り、今後の行事につなげることも区老連行事に役立つことと思います。

私たちは南区老連の活動を応援しています

やすらぎ保育園

横浜市認可保育園

横浜市南区万世町 2-38-16

TEL:045-251-1027

FAX:045-315-5188

社会福祉法人 豊会

六ツ川みどり保育園

〒232-0066 南区六ツ川3-77-7

TEL 045-713-2161

URL <https://www.mutsukawa-midori.com>

六ツ川みどりアフタースクール

〒232-0066 南区六ツ川1-788-4

TEL 045-741-0100

社会福祉法人 風の遊育舎

よこはま風の遊育園

横浜市南区六ツ川 2-68-18

TEL 045-715-5226

FAX 045-715-5242

株式会社 潮工業

横浜市南区中村町3-208-28

☎045-261-0955

電気設備工事 / 空調工事 / 通信設備工事
写真・動画撮影 / 映像企画制作 / 各種イベント企画制作

株式会社 横浜ライテック

横浜市南区前里町4-92-1

TEL.045-231-3484(代)

安心・安全な水の供給。
私達が「美味しい水」をお届けします。



株式会社 漸進

横浜市上下水道指定工事店
給排水衛生設備施工設計

横浜市南区西中町2-36

☎045-325-8355

区長あいさつ



60周年おめでとうございます

南区長 高澤 和義

南区老人クラブ連合会の皆様、新年あけましておめでとうございませう。

皆様が新たな年を迎えられましたことを、心よりお慶び申し上げます。

また、昨年、南区老人クラブ連合会が60周年を迎えられましたこと、誠におめでたうございませう。

貴連合会は、長きにわたり、仲間づくりを通じて、健康づくりや友愛活動、奉仕活動など、数多くの活動に取り組み、地

域で幅広く御活躍されております。頭が下がる思いです。

地域には、皆様の日頃から御尽力されている活動に支えられている方や楽しみにされている方が、数多くいらっしゃいます。

いきいきと御活動されている皆様の姿が、地域に元気を与えています。

これからもぜひ、その豊富な知識や経験を存分に発揮していただき、つながりや支えあいを大切に、地域の牽引役として、明るくお元気で御活躍いただき

たいと思います。

南区運営方針では、重点項目のひとつに「賑わいにあふれ、あたたかさを感じられるまちづくり」を掲げています。貴連合会にも御協力を賜っている「みなみ桜まつり」等の事業を通して住民相互の交流や地域のふれあい、賑わいを促進し、南区に愛着が沸く地域づくりを推進していきます。皆様の取組と共に、南区

のキャッチフレーズでもある「南の風はあつたかい」をこの先もつないでいきたいと思っております。むすびになります。南区老人クラブ連合会の益々の御発展と会員の皆様の御健勝を祈念し、私からの挨拶とさせていただきます。



令和7年 南区老連 役員・理事 新年のあいさつ

区老連会長・中村地区 理事

松村 光雄



新年おめでとうございませう。

皆さまにおかれましては、穏やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、昨年は、南区老連創立60周年の記念事業を開催するにあたり、皆さまには多大なるご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年の100歳以上のお仲間が、9万5千人あまりとのこと。2050年ごろには50万人を超える見通しとか？

私達ちも、笑顔で健康、無病

息災”でによりよると長生きし仲間入りしたいですね。

皆さまの、ご活躍をお祈りするとともに、ご健勝とご多幸を祈念申し上げます。



私たちは南区老連の活動を応援しています

日蓮宗 鬼子母神
西中山
常照寺
☎045(731)4366
横浜市南区南太田 1-24-41

臨濟宗 円覚寺派
天池庵
久保山 **圓覚寺**
横浜市南区伏見町 15
☎045-231-4907

臨濟宗圓覚寺派
永田山 寶林寺
横浜市南区永田北 1-6-9
☎ 045 (714) 3470
FAX 045 (711) 9340

葬祭会館
こころさいえん
心齋苑 縁えにし
創業110年以上 株式会社フタバ <http://www.futava.co.jp>
横浜市南区井土ヶ会下町 36-1
ナムナムのクニ
☎0120-7676-92

(株)宮田葬具店
24時間受付
創業110余年の信頼と実績
◎葬儀事前相談(無料)
◎葬儀全般
横浜市南区庚台27(ドンjon商店街中央)
☎0120-677-400

家族葬専用式場
セベル
横浜市南区中里 1-9-25
☎0120-594-393
24時間相談受付

副会長・堀ノ内・睦地区 理事

大竹多喜男



早いもんで
す。令和に
なつて7回目

のお正月になります。明けましておめでとございます。

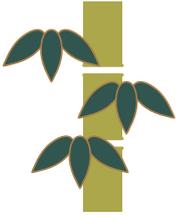
会員の皆さまにおかれましては、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

新しい年を迎えて、昨年は事業計画どおり事業を進めてまいりました。

本年も、会員相互の健康と、楽しみを兼ねた事業を取り入れて会員増加につながればいいなと思ひます。

南区老人クラブ連合会も昨年は、創立60周年記念式典を行いました。70周年に向けて会員の皆さまのますますのご協力をお願いいたします。

各地区の老人クラブのご発展を祈願し、私の新年のごあいさつとさせていただきます。



副会長・別所地区 理事

深澤 幸子



あけまして
おめでとござ
います。

皆さま、よき新年を迎えられたことと思います。昨年は南区60周年式典も無事に開催することができました。ありがとうございました。

本年もまた会員の皆さまの力をお借りすることもあるかと思ひますが、昨年同様よろしくご協力の程お願い申し上げます。

令和7年ラッキーセブンです。皆さま健康に留意し楽しい年になりますよう祈念申し上げます。

お三の宮地区 理事

井上 善雄



賀正。新し
い年に。変化
に適応でき

る。活動をしたいと思ひます。今年もよろしくお願ひします。

太田地区 理事

高橋 明彦



あけまして
おめでとござ
います。本

年もよろしくお願ひいたします。幸福な人生①お金②つながり③健康です。今年も②、③の維持向上のため活動してまいりたいと思ひますので、皆さまどうぞよろしくお願ひいたします。



太田地区 理事

斉藤千代乃



新年おめで
とございます
す。さまざま

な活動に参加して、元気に進んでいきたいと思つております。今年もよろしくお願ひいたします。

食べ物数え歌

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

肉いち
魚(うお)いち
卵いち
牛乳2杯に豆ひとつ
野菜は5皿に
ご飯食べ
おやつは果物
かぞえうた♪

元気に長生きするための食生活

心掛けたい10項目です。食生活をチェックしてみましょう♪

- 毎日、朝・昼・夕の3食を食べている
- 肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを毎食食べている
- 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
- 野菜やイモ類、海藻類は毎日食べている
- 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでる
- お茶などの水分をこまめにとっている
- 食欲が無い時はおかずから食べている
- 体重を定期的に量っている
- 噛む力を維持するために歯は(義歯も)定期的に点検している
- 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている

寿東部地区 理事・広報部長

浅野 正毅



明けまして
おめでとうございます。
ございます。

昨年7月24日、南公会堂において南区老連創立60周年の記念式典が開催されました。その様子を取材し、本誌70号を創立60周年記念号として発刊いたしました。また同時にホームページを開設してQRコードを介して動画等の導入を図りました。今年からの目標は、大きな課題となっている会員減少傾向を増加に展開させるため、一、広報の充実と動画の活用による魅力のある活動の紹介
一、町内会範囲を超えた「新規単位クラブの設置」
など、有意義な情報を発信してまいります。
会員皆さまからの応援とご支援をよろしくお願いいたします。



蒔田地区 理事

鈴木 誠



新年あけまして
おめでとう
うございま

す。今年も大勢の人と会話し、大きな声で歌を歌う。そのような場を。その節は皆さまのご協力をお願いします。



井土ヶ谷地区 理事

矢島孝一郎



新年あけまして
おめでとう
うございま

す。今年是我们们的地元「住吉神社」の2年に1度の本祭りです。我々老人会も町内会の一員として、お祭りを盛り上げていきたいと楽しみにしています。本年もよろしくお願いたします。

南永田山王台地区 理事

久保木敬子



あけまして
おめでとう
ございます。

単位クラブ会長24年。「あなたは幸せですか？」と聞かれたら仲間との活動が楽しい、幸せ、元気ですと……。これも皆さまのおかげです。深謝です。
今年もまた皆さまにとって、そして老人クラブにとって、よい1年になりますようにと頑張ってくださいませ。

北永田地区 理事

大浦 靖子



頌春 健康
ですこやかな
年であります
ように。



ロコモティブシンドロームの予防



「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。
症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない
- 手すりがないと階段の上り下りが困難
- 2kg程度の買物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
- 15分以上連続して歩き続けられない
- 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
- 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。

六ッ川地区 理事



岩田 皖司

新年明けまして
おめでとござい
ます。

異常気象とそれに加え年明け早々の地震災害、さらに局地的大雨と猛暑、昨年は大変な年でした。

会員にとり、第一は「健康づくり」ですが、昭和は遠くなりつつあり、すでに第一線は平成人に移ってきています。かがやきクラブも今後は平成のリーダーとも上手につながりを持ち、会の運営と発展を図る必要があると思います。70周年スタートの年、会員皆さまの力を結集させていただきます。

六ッ川大池地区 理事



伊東 晃

今年の干支は巳
で、私は年男にな
ります。もう一度

次の年男になるまで頑張ります。本年もよろしくお願いたします。

六ッ川大池地区 理事

松田 明夫



昨年は、新年
早々能登半島地方
が大地震に見舞わ

れ、加えて夏には日本列島各地が豪雨災害に見舞われ大変な年でした。

私事で恐縮ですが、7月に腰痛を発症し手術を伴う3か月の入院生活を余儀なくされ、現在歩行訓練リハビリ中です。健康のありがたさを嫌というほど感じさせられた年でした。

今年はずっと穏やかな年を願っても、周りを見回すときな臭いにおいに満ちており、嫌な予感がいたしますが、せめて老人会だけでも大いに盛り上げ、若干なりとも地域社会に貢献できればと願っております。本年もどうぞよろしくお願申し上げます。

本大岡地区 理事



長田 三代子

謹賀新年。明け
ましておめでと
うございます。

皆さまお揃いでよい年をお迎えのことと存じます。

今年も「健康・友愛・奉仕」の motto を心に刻み、励んでまいりたいと思えます。どうぞよろしくお願申し上げます。ご健勝をお祈りいたします。



大岡地区 理事

森 恭子



明けましておめ
でとございま
す。

皆さまとともに活気ある活動を進めていきたいと思っております。世界平和を願いつつ……本年も皆さまにとつてご健勝の年でありますように願っております。

監事 鈴木 克康



新年あけまして
おめでとござい
ます。年の初めに

夢を持ち皆さんと楽しく幸せに過ごしていきましよう。充実した1年間をよろしくお願いたします。

監事 能條 紀子



明けましておめ
でとございま
す。今年もよろし

くお願いたします。私は今年70代最後の年になります。念頭にあたり区老連の行事になにかお役に立てないかと考えています。

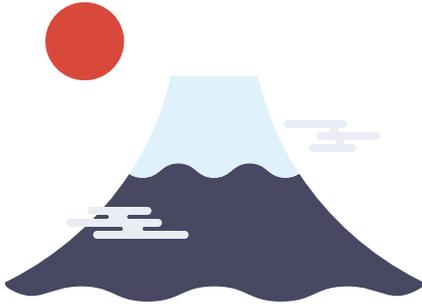
皆様のご支援ご協力をお願申し上げます。

事業部長 島 初美



新年お慶び申し
上げます。

昨年度も事業部の恒例行事であるダンスパーティー、作品展はご好評により大勢の方に足を運んでいただき大成功となりました。



.....

.....



文化厚生部長 野村 克義

文化厚生部は、皆さまよくご存じの趣味・娯楽の三大イベントが主な活動です。

6月に実施する老化防止に役立つ人気の「健康マジシャン」大会。そして、秋に実施する一度は出てみたいあのすばらしい「南公会堂」での「カラオケ・芸能大会」。最後は2月に実施する「囲碁・将棋」大会。

今年も多くのご参加をお待ちしておりますので、よろしくお願いたします。

保健運動部長 福井 豊彦



昨年は猛暑の夏を乗り切りました。部長として体

を大事にと心掛け、2年目を迎えて、4月の市老連のゲートボール、ペタンク、グラウンド・ゴルフ大会に選手の手助けをしました。

南区のゲートボールチームは優勝を得て、10月のねんりんピック鳥取へ参加しました。区老連のペタンク大会は猛残暑の9月10日に地区の部員さんの協力で無事に終えました。10月に入り、シルバー健康体操も5

会場で各地区の部員さんの協力で閉講式および開講式を無事に終え、10月のグラウンド・ゴルフ大会、11月のゲートボール大会を無事に終えました。



女性部長 伊藤 静枝

新年おめでとうございます。



女性部は昨年、

会員、また女性部員のおかげをもちまして、全国老人クラブ連合会より「活動賞」を受賞いたしました。これもひとえに部員の皆さまの年間行事に対する一人一人の声掛けによるものと感謝いたしております。今年もさらなる向上心を忘れずに、躍進していきたいと思っております。ご協力宜しくお願い申し上げます。

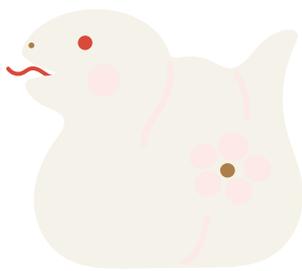
友愛活動部長 遠藤 勝己



令和7年友愛活動員、老人クラブの皆さま、明けましておめでとうございます。

昨年度は、研修会等さまざまな活動の開催が、皆さまのお力添えで事故なく無事に行うことができました。ありがとうございました。

高齡化が叫ばれている中、課題は多々ありますが、友愛活動員の元気な姿を本年度も示してまいりたいと思っております。昨年の酷暑も乗り切った友愛活動員の皆さまです。全員がこの一年、健康と元気な友愛活動パワーで活動できますように、私も頑張つてまいります。よろしくお願いたします。



事務局員 菅谷千恵美



健康第一。○○アップで……今年もよろしくお願いたします。

事務局員 磯山 康枝



新年おめでとうございます。今年も元気に仕事ができることに感謝したいと思います。どうぞよろしくお願いたします。

事務局員 佐藤 常男



明けましておめでとうございます。

健康留意で乗り切りたい。よろしくお願いたします。

10月11日（金）会員研修旅行（栃木県方面）

自然と味覚を楽しむ栃木感動旅

当日、高速道路の事故渋滞に巻き込まれて1時間半遅れであしかがフラワーパークの入場ゲートにたどり着きました。

あしかがフラワーパークの入口をくぐると、大きな木が皆さんを迎えるようにそびえ立っていました。その姿は神々しくオーラを放っているように見え、思わず写真を撮ってしまいました。

今回の遠足のもう一つの目玉は、梨狩りです。栃木県の観光地「日光」と「梨」の読み「り」を組み合わせた名前で「にっこり」といい、梨の中で一番大きな品種です。



梨「にっこり」を手に笑顔

10月31日（木）秋の祭典

シルバー社交ダンスパーティー（南センター体育館）

「藤田勝美とブルージューブルー」による生バンド演奏でダンス



ペアで息を合わせて

6月12日（水）

ふまねっと（南センター）

「けっこう難しい」と、挑戦した局長



網を踏まないようにゆっくりと

10月2日（水）

カラオケ・芸能まつり（南公堂）

歌も踊りも思い思いに



11月2日（土）～4日（月）

趣味の作品展（南区役所多目的ホール）

個性あふれる作品が勢ぞろい



足を止め見入る来場者



会場は美術館さながら

文化厚生部

6月10日(月)

南区老連創立60周年記念「健康麻雀大会」(浦舟地域ケアプラザ)

優勝は北永田地区 菊川武司さん

参加者 16名

優勝	菊川 武司 (北永田地区)
準優勝	海老澤孝昭 (六ッ川大池地区)
3位	飯田八栄子 (大岡地区)
敢闘賞	堀井 宏子 (六ッ川大池地区)



保健運動部

9月11日(水)

南区老連創立60周年記念「ペタンク大会」(大岡公園)

ゆうもあ倶楽部、東老会Aはねんりんピックへ一歩前進



参加者 4チーム13名

優勝	ゆうもあ倶楽部 (南永田山王台地区)
準優勝	東老会A (中村地区)
3位	千保ペタンク同好会 (大岡地区)

☆上位2チームは市老連ペタンク大会「ねんりんピック予選会」に出場

保健運動部

10月16日(水)

南区老連創立60周年記念「グラウンド・ゴルフ大会」(大岡公園)

参加者 83名

優勝	鯉淵 健 (南永田山王台地区)
準優勝	澤田 進一 (六ッ川大池地区)
3位	高宮 隆代 (別所地区)
4位	西田サキ子 (南永田山王台地区)
5位	青田 佳子 (南永田山王台地区)
6位	奥山 昭美 (別所地区)

☆上位入賞者は市老連グラウンド・ゴルフ大会「ねんりんピック予選会」に出場

優勝は南永田山王台地区 鯉淵健さん



保健運動部

11月13日(水)

南区老連創立60周年記念「ゲートボール大会」(南センターゲートボール場)



優勝は寿東部地区 コスモ

参加者 5チーム25名

優勝	コスモ (寿東部地区)
準優勝	三春クラブ (中村地区)
3位	みなみ (南永田山王台地区)

☆上位2チームは市老連ゲートボール大会「ねんりんピック予選会」に出場

女性部・友愛活動部

10月30日(水) 合同研修会

テーマ：シニア向けスマートフォン講習会

知らないなんてもったいない

女性部・友愛活動部の合同研修会が10月30日(水)、フォーラム南太田3階の大研修室にて行われました。

参加者は53名。今の時代、何をするにもデジタル化で、高齢者はスマホを持っていても使いこなすのが難しい。もったいない。

用語も難しく、それがどこにあるのかわからないまた機種によっても違う、今日は勉強になったこと、Googleアプリでマイクと写真の使い方を教わりました。わからない花の名前も写真を撮るとすぐ教えてくれます。文字を打たなくても音声入力OKです。LINEでお孫さんの写真を撮って、お友達に送ることができ、とても便利ですね。すでに分かっている方、わからない方もお互い教え合い、和気あいあい、とてもいい雰囲気でした。

興味をもつことが大事ですね。たとえばファミレスに行っても今はタッチパネルがあり、スーパーマーケットに行ってもキャッシュレスの操作。高齢者には大変な時代です。避けては通れませんが、少しずつ諦めずに勉強しましょう。

市老連女性部では、スマホ等に関心を持っている高齢者が学びを深める指導ができるよう「デジタル普及に向けスマートフォン講座」を予定しております。その節はふるってご参加ください。



実際にスマホ操作して勉強

南区老連のホームページがいよいよオープン タイムリーな報告が可能に！

南区老連のホームページを令和7年1月1日に公開しました。区老連ホームページでは、区老連の基本情報はもちろん、会員の皆さんの活動の様子をタイムリーに掲載していきます。

今後広報部では、会報「区老連みなみ」とHPの二つの情報発信手段を活用し、南区老連の魅力を広めていきますので、よろしくお願ひします。

皆さん、ぜひQRコードを読み込んでご覧ください。



健康 コラム

とってまべんり

お薬手帳を持ちましょう！

お薬手帳を持っていると…

- 複数の病院にかかっている場合、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- 過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- 災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことでより適切な処方に役立ちますよ。





杏子の花

今朝(3月17日)ラジオ体操(時田公園で雨天以外は毎日)が始まる前、梅ではない、桜ではないと見上げていたらメンバーの1人の方(美人)が寄って来たので「何の花ですか」と聞いたら、「杏の花のようですよ」とのことでしたので家に帰り早速調べてみました。杏の花の開花時期は3月20日〜4月6日頃です。中国原産で奈良時代に梅と

随筆



ラジオ体操と杏の花

太田地区 南太田二丁目生会
高橋 明彦

もに中国から渡来したといわれる漢名杏子の唐音からあんずとなった。または甘酢梅が変化してあんずになったと。
花言葉「包容力」「うそがない」「正直」は可愛い小花が集まって咲く姿から名付けられています。お互い杏の花の花言葉のようになりたいものです!!

区老連60年を思う

本大岡地区 中島3・4高砂会
山本順三郎

南区老人クラブが今年60周年を迎えた。人間でいえば誕生から還暦までの長い月日だった。これまでには諸先輩の苦勞もあつたと思われる。私は70歳で老人会に入ったが、当時は皆老人(高齢者)とも思われない活動があり、運動に観光に参加してきた。

特に友愛活動は各地区で助け合い運動が活発だった。月日が流れて今日を迎えた。今まで功績のあつた会員のうちから総勢49名が表彰に選ばれた際に、私が代表として謝辞を述べることに

になり、当日「ミス」をしてはならないと原稿を何十回とも読みあげて練習した。
当日は、市長を始め来賓者が来ていたので緊張したが、結果無事に役割を果たしました。これからも陰ながら南区老人クラブを応援する。

歳を食って88歳

太田地区 ニニココ会
吉田 彰

熊本国税局管内の税務署長を最後に58歳で退職した。

この間、東京国税局、税務大学校、名古屋国税局そして8税務署に勤務し数多くの先輩、同僚、後輩に恵まれ無事職責を全うすることができた。ちなみに税務署が創設されたのは明治29年、現在の税務署の数は全国に524署、横浜市内には鶴見・横浜中・保土ヶ谷・横浜南・神奈川・戸塚・緑の7署がある。
職業柄多くの納税者と接する環境下にあった。見た目は人間関係に大きな影響を与えると、アメリカ人が「メラビアン」の法

旬集

あなたが見た景色や感じた季節の情景... それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか? 初めての方でも安心、担当者をご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史 写真集 イラスト集 など

印刷物のことならなんでもおまかせください。ご希望に添った一冊をお作りいたします!

見積無料



安心してお任せ下さい!

制作の流れです。3つのステップで最終弊社が担当します!

ご相談

ご希望の装丁や部数をお伺いし見積ります

制作・校正

制作はお任せ下さい途中の校正で内容をご確認頂けます

印刷・お届け

ご希望の納品先にお送りさせていただきます

私たち編集のPDが一貫してサポートいたします!

お気軽にお問合せください

TEL 03-5718-3900 FAX 03-5718-3901



株式会社 ニチコミ
http://www.nichicomi.com



則」を唱えている。

その法則によれば、相手に自分の感情を伝えるとき、言葉が占める割合は全体の7%に過ぎず、残りは視覚の55パーセントと聴覚の38%であると。つまり「人は見た目が9割」だと分析されている。綾小路きみまろ氏曰く「大切なのは『見た目』です。『どうということ?』そういうことです」。勤務中さまざまトラブルに遭遇したが、物事は一旦こじれるとその修復に多くの時間を要した。

38歳の時に、職員研修の一環である研究科生に選抜され1年間、東京大学の聴講生として行政学、租税法などを履修した。

研究課題は、当時全国的ブームでゴルフ場が続々と新設され「ゴルフ会員権」の売買取引が大盛況を呈していた。この財産性に着目して、当時500以上あったゴルフ場の中からランダムに会則を収集し論文作成の資料とした。論文は、国税庁内で質疑を含む発表会が行われた。

退職後は、南センターなどで詩吟、古典文学、社交ダンスを受講し多くの方と知己を得た。記憶に残る「自史を作ろう」講座では、互いに人生を語り合い作成文は自分たちで編集し記念誌とした。また小学校の体

育館を借用し毎日曜日開催していた社交ダンス・サンデー会は、会員50人ほど擁し26年続いたがコロナ禍による3年間の空白が響き解散決議に至った。

税理士稼業が30年経った昨年満88歳を迎え、はからずも瑞寶雙光章受章の栄に浴し、「日本国天皇は吉田彰に…」の勲記に感無量の思いでいる。



孫からの誕生日プレゼント

仲良し親子の食べ歩き

南永田山王台地区

山友会
相原 文字

近所の独身男性が横浜に住み東京で仕事についていたので、私たち6家族も後に続けと横浜へ来た。井戸ヶ谷と永田に家を見つけ分散して住み始めた。

家を借りると同時に九州からおじいさんがやって来た。主人が見つけてきた就職先は塗装業見習いで給料は雀の涙。

しかし6家族は、お金は持っていた。市場の仕事のように儲かる商売はない。九州での市場時代に全員貯め込んでいた。市場は朝から晩まで忙しい。お金を遣う暇もない。

おじいさんは遊ぶことと御馳走を食べることが大好きな人で金の掛かる人だった。

相撲が主だったが遊べる所ならどこでも行く。帰りには揚げたてを食べさせてくれる天ぷら屋、うなぎ屋、すし屋、ナベ料理、ステーキと、主人はおじいさんをつれて休みの日はふたりで遊んで食べて帰って来る。子は旅行に行ったことも遊園地に行ったことも一度もない。

「明日は仕事は休みだ」と主人が私にしゃべっているのが聞こえる。おじいさんは自分が遊びに行くことを決め込んでいて朝から用意して待っていた。

おじいさんは「家の飯なら横浜まで来んちゃ九州におって食わると」と私に言っていた。

井土ヶ谷にいる時は、次兄、3番目の兄、5男の弟も来ていたが、山王台に越してから誰ひとり来な

い。

九州の友人が、「此の頃横浜へは行かんね」と言ったら「あそこも『子がでこう(大きく)なつたけん行かんねんたい』と言ってたよ」と私に電話で話した。

次男は中学、長男は社会人なので来なくなった。

主人はネックレスやブレスレットをジャラジャラさせていた時もあったが、音がしない。「首輪や腕輪はどうした?」「じいさんとふたりで食った。駅の辺でウロウロしてたら、『どうした』『散歩』と言ったが『何か食う』『うん』と言ったが、仕事帰りなので金は持つてないので売った」「何度か食べ歩きに連れて行って、最後は今じいさんを温泉につれて来ているから、今日は帰らん」と電話してきた。

おじいさんは九州でボートが始まる前までうちを出ない。

ボートが始まる3日くらい前になると貯まった資金を巻き付けて帰って行く。それからしばらくしておじいさんが亡くなったと電話を受け主人がひとり帰って行った。

主人個人の通帳もゼロ、貴金属もゼロ、遣い果たして子には何ひとつ残っていなかった。

世は昭和の御代(みよ)だった。

文芸

短歌

寒暖が交互来たりて装いの
今朝長袖にジャケットはおる

此の夏の暑さもやつと過ぎたれば
はや紅葉と奥入瀬の溪

思ひ出は今も残りぬ袋もち
蝗とりたる秋の田んぼに

ウインドに写るわが身を横目にて
かがめる背をぐつとのばせり

雲のなき夜空仰ぐに星数多
赤き点滅ゆるり流れる

北永田地区 北星会 柳沢 玖枝

ポケットに入ったままのハンカチが
そのままかわく秋のせんたく

せみたちも合唱しない昼下り
みんないっしょは暑いよミーン

夕食後家族で食べる月餅よ
平和を祈る満つ月のように

北永田地区 永田中央長寿会 黒木 芳美

俳句

故郷の香りが届く梨の箱
本大岡地区 大橋町大寿会 鈴木貞一郎

俳句会去りし友ありぬくめ酒
本大岡地区 弘明寺長寿会 長田三代子

新そばの幟が揺れる老舗かな
本大岡地区 弘明寺長寿会 近藤 悦子

薄墨の葉書で知るや友の今
本大岡地区 弘明寺長寿会 太田 則彦

寒雀陽だまり探し千ちと鳴き
本大岡地区 弘明寺長寿会 佐藤 房江

酒あるも交わす友逝き年忘れ
本大岡地区 弘明寺長寿会 田中 邦夫

初春や持ちつ持たれつ共白髪
本大岡地区 弘明寺長寿会 藤原 嘉子



原稿募集

区老連みなみ70号の発行につきましてご支援ご協力ありがとうございました。次回71号は令和7年8月号です。

〆切は7年5月末日です。

投稿は区老連原稿用紙3枚以内にまとめてください。原稿には筆者の住所・氏名・クラブ名・電話番号記入のこと。

原稿の採用は編集委員にご一任願います。原稿は返却いたしませんのでご了承ください。紙面の都合で削除・補筆・保留の場合もありますので、ご承知おきください。

原稿用紙は区老連事務所、各単位クラブ会長さんが用意しております。投稿は下記あてにお願いいたします。

投稿先 南区老人クラブ連合会事務局
〒232-0006
南区南太田2-32-1 南寿荘内
TEL・FAX 713-8566

編集後記

明けましておめでとうございませう。いよいよ「南区老連公式ホームページ」が立ち上がります。昨年9月12日に開催された活性化プロジェクトによる「ホームページ立ち上げ」会議で決定し、理事会において正式承認されました。

広報部長として、長年にわたりご尽力された布澤審一部長が、去年7月に急逝されました(ご冥福をお祈りいたします)。

そのため、急遽浅野部長、伊藤副部長を中心とした我々広報部員が一丸となり、広報誌「区老連みなみ69号」を8月15日に発刊し、続いて70号の創立60周年記念号を編集するとともに「ホームページ」をコラボさせ動画も写真も記事も満載した、みんなが楽しめ、盛り上げられる広報誌にしようと、努力しました。そして、この活動を続けて南区老連の活性化に役立つことが広報部の願いです。(矢島孝一郎)

広報部員名簿

- ◎は部長 ○は副部長
- 太田 小峯 康盟
- 寿東部 ◎浅野 正毅
- 中村 ○伊藤 静枝
- 蒔田 佐藤 和夫
- 堀ノ内・睦 坂本 紀夫
- 井土ヶ谷 矢島孝一郎
- 六ッ川 岩田 皖司
- 六ッ川大池 福盛 光子
- 本大岡 山本順三郎
- 大岡 森 恭子
- 別所 相馬 誠司

名部紹介 女性部



女性部の皆さん

女性部は年間スケジュールを年頭に部員、全員にて決めております。以前は「女性部とは? 何をしているか内容がよく分からない」というご意見がありましたし

た。これではいけないと、各単位クラブの会長たちにお願いをいたしました。現在では正、副2名の役員を選出していただき、私はじめ10地区21名にてさまざまな行事を行い、会員の皆さまにお声掛けをいたしております。前回の講習会「高齢者のためのお薬との手な付き合い方は好評でした。年頭あいさつでも申し上げましたが、全老連より「活動賞」を受賞いたしました。皆さまのおかげと、部員一同感謝いたします。



全員の声掛けと会員とのつながり!

女性部部长 伊藤 静枝

女性部は年間スケジュールを年頭に部員、全員にて決めております。以前は「女性部とは? 何をしているか内容がよく分からない」というご意見がありましたし



全国老人クラブ連合会
2024活動賞 受賞!



南区桜まつりに参加

スポンサーへのお礼

本誌発行に際しまして、ご協賛下さいましたスポンサー各位に対し、厚くお礼申し上げます。今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは南区老連の活動を応援しています

三上耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	●	●	/	●	●	●
午後 2:30~ 6:00	●	●	/	●	●	~13:00

休診日/日曜日・祝日・水曜日・土曜日午後
横浜市南区南太田1-4-32
TEL 045(722)3341

自分らしく、横濱を楽しむ幸せ。

入居者 募集中

介護付有料老人ホーム
サニーステージ
横濱吉野町

横浜市南区新川町5-28-2
TEL 0120-25-4632

創業明治17年
旅館 松島
料理処 松風苑

「来年(2024年)4月28日(日) 横濱にぎわい座にて「旅館松島140周年 祝いの会」決定」

南区蒔田町863番地
電話 045-731-2720
ホームページ <http://www.rmatsushima.jp>

Land Casa 高齢者施設紹介
株式会社ランドカーサ その他、ご相談ください

フルライン 弘明寺駅徒歩 5分
横浜市南区 通町三丁目48番2
TEL 045-341-4200

冬場のお風呂に要注意

- 急に熱いお湯に入ると、血圧が急激上昇して脳卒中や狭心症などの原因になります。
- 心臓の悪い人は、首までつかると心臓に負担がかかります。入浴を短くし、胸のあたりまでつからないように気を付けましょう。

一 内科・消化器科・呼吸器科・循環器科 一
医療法人 よなみね内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~午後 1:00	○	○	○	○	○	○
午後 3:00~午後 6:00	○	○	○	○	○	/

休診日...日曜・祝日・土曜午後
院長 医学博士 与那嶺 宏 医学博士 与那嶺 美樹
※毎週水曜日は美樹医師はお休みです。
土曜日は美樹医師は検査のみの受付です。
受付は終了時間の30分前

横浜市南区共進町1-34 森ビル1F
TEL. 045-720-6008