老いてこそ　楽しみ増やそう　老人会

板老連

No. 172

平成30年1月発行

板橋区老人クラブ連合会

板橋区の花：ニリンソウ

発行：板橋区老人クラブ連合会　編集：板老連広報部　事務所：板橋区仲宿3-1　仲宿いこいの家　☎03-3963-5334
制作・印刷：株式会社ニチコミ　☎03-5718-3900 http://www.nichicomi.com

60周年の節目に未来を見据えた行動を

板橋区老人クラブ連合会　会長　阿部　勲

あけましておめでとうございます。

平成30年という節目の新春を迎え、今年も会員の皆様にとって健康で輝かしい1年でありますよう心よりお祈り申し上げます。

今年度は新しい会則のもと、しかも各部長が全員交代するという異例の状態でのスタートでしたが、年度当初に計画された事業はほぼ計画どおりに実施されました。

そのかげには部長を中心に副部長、部員の涙ぐましい努力があったことを見逃すわけにいきません。

また今年度の行事で特筆すべきことは、会員の高齢化が加速する中で、それぞれの行事への参加者数が減少していないことです。しかも昨年秋に実施した作品展では、どの分野でも高齢者の活躍が目立ち、85歳以上の方がいただく「敬老賞」の数が急速に増加しています。元気な高齢者が自分の生き方を大切にし、そこに生きがいを見つけて行動することが理想と言われています。

さて、今年は、板老連創立60周年の年にあたります。板老連も還暦を迎えたわけです。

これから先の板老連の発展は私たちの双肩にかかっております。課題の多い時代を迎えていますが、未来を見据え、今何をすべきかをしっかり考えて行動に移していく大切な節目が60周年と考えています。

すでに実行委員会を組織し、準備に入りました。今年の秋には記念式典、記念誌発刊を視野に入れて計画が進められています。

会員の皆さんの一層のご協力、ご支援を何卒よろしくお願いいたします。

今年も会員の皆様がご健康でご多幸でありますよう心からお祈りし新年のごあいさつとさせていただきます。

「板橋区版AIP」の各事業に取り組む

板橋区長　坂本　健

新年あけましておめでとうございます。

板橋区老人クラブ連合会会員の皆様には、つつがなく新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より、区政にあたたかいご理解とご協力を賜り、心から感謝申し上げます。

さて、板老連は、平成27年度より改正に取り組まれてきた新会則を昨年5月に施行されました。これに伴い、新しい会長をはじめ理事の皆様の体制のもと、多くの課題に取り組まれ、組織の活性化と活動の充実を図られました。

老人クラブのPR活動としては、板老連ホームページを刷新され、活動内容を見やすくするなど工夫されました。また、いたばし健康まつりや区役所1階区民イベントスペース等では、老人クラブ会員増強活動に積極的に取り組まれ、老人クラブの魅力発信に努められました。

阿部会長をはじめ、板老連役員及び単位クラブの会長の皆様のご尽力に、心からの敬意を表します。

現在、板橋区では、団塊の世代が75歳以上の後期高齢者となる2025年以降の諸課題に対応すべく、地域包括ケアシステムを中核とする「板橋区版AIP」の各事業に取り組んでいるところです。可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けられるまち（Aging in Place）をめざし、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される仕組みの構築を進めております。

地域に根差して、日々活動されている老人クラブの皆様におかれましては、仲間と分かち合う活動そのものが健康寿命の延伸や介護予防に直結するものであります。

また、友愛活動や定例会の開催は、見守りや生活支援、情報提供の機能を果たすものであり、従前より老人クラブ活動が、代表的なシニア活動として板橋区版AIPの構築にとって重要な役割を担っていることは明白であります。諸々の活動には、各会長はじめ役員の皆様の並々ならぬご苦労やご腐心があることと拝察いたしますが、引き続き一層のご理解とご協力を賜りたく、重ねてお願い申し上げます。

今年は、板老連発足60周年という記念の年となります。長きにわたり、地域の高齢者福祉に多大な貢献をされてきた貴会のお力添えに、ここに改めて感謝を申し上げるとともに、老人クラブ連合会並びに各老人クラブの今後益々のご発展と、会員の皆様のご健康とご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

特集

支部長あいさつ

成年 ――― 支部長さんの胸のうちを聞く

板老連にある12支部では、スポーツや旅行などさまざまな行事を支部ごとで行っています。各支部をまとめている支部長さんたちの活動への思いや今年の抱負などを語っていただきました。

第1支部

チャレンジ精神で取り組む

第1支部長代理　井村　吉伸

明けましておめでとうございます。新年を迎え、気持ちも新たに頑張ります。「明るく、元気に、近隣の友愛」の考えのもと、正確な情報を発信し、会員の皆様のお役に立てるようにと思っています。

私は、現在支部長代理の立場ですが、14クラブの会員の皆様方の新支部長が決まるまでの期間（3月末まで）、努めてまいります。

今年度、会員の皆様のため、支部企画を立案しチャレンジできたらと考えています。今年も第1支部をよろしくお願いいたします。

第2支部

スポーツで元気を

第2支部長　福代　孝雄

明けましておめでとうございます。

あと3年を切った東京オリンピック・パラリンピックを控えて、スポーツ界では勝つための技術向上に沸き立っています。競技スポーツほどの激しさはありませんが、昨年、第2支部は第2回輪投げ大会を実施したところです。また、土肥記念福祉基金の助けを借り、ペタンクとそば打ち器具を購入し、第1回ペタンクと親睦そば打ち会を実施することができました。

これから先、区民がにぎわいあるスポーツの町を目指す板橋区スポーツ推進ビジョンに沿い、多くの会員を動かす機会を作りたいです。輪投げやペタンクを楽しみながら生涯スポーツとして続け、日頃の成果を試すため、まずは板老連の大会へ参加できるよう底辺の拡大を図っていきたいと思っています。

第3支部

クラブ同士協力し合って活性化を

第3支部長　鈴木　勝利

あけましておめでとうございます。平成30年、新しい年が始まり、支部長として8カ月が経過しましたが、板老連の活動が理解でき、またいろいろなことで反省もしました。今後の支部・クラブ活動を推進していくことは大変でもあり、やりがいもあるかと考えております。

支部・クラブの年齢層が高くなる中で、どう活動していくか、会長10人の力を借りて支部・クラブの活性を目指し、努力する所存であります。

第4支部

今年も楽しんでもらえる会を

第4支部長　根本　忠次

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましてはつつがなく新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、第4支部では、今年も輪投げ大会を3回、6月頃に旅行会、8月に納涼カラオケ大会を予定しています。皆様のご協力のもと、いつものように楽しい会にしていきたいと思っていますのでどうぞよろしくお願いいたします。

新しい年が皆様にとって素晴らしい年でありますよう、心より祈念いたします。

第5支部

何事も本気で取り組む

第5支部長　磯部　和美

会員の皆様、新年明けましておめでとうございます。

私の好きな言葉、抱負は「本気」。本気ですれば大抵のことはできる、本気ですれば誰かが助けてくれる、本気ですれば何でもおもしろい、本気でやっていきましょう。

会のますますの発展と会員皆様がご健康でご多幸な年でありますようお祈り申し上げます。

第6支部

1000人達成目指す

第6支部長　宝田　喜一

新春を迎え、会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。旧年中は公私ともにご指導・ご協力をいただきまして誠にありがとうございました。

年頭にあたり本年も会員増強に取り組み、各クラブの会長・会員の皆様のご協力で数年前までの大台である支部会員1000人を実現したいと願っております。現在は960数人ですので決して無理な目標ではなく、ぜひ達成できますようご協力のほどよろしくお願いいたします。会員皆様の今年一年が素晴らしい年でありますようご祈念申し上げます。

第7支部

親睦深める交流が目標

第7支部長　中澤　孝則

明けましておめでとうございます。

今年度4月より支部長を務めてまいりました。前支部長から引き継ぎこの1年は本部の総務・企画部をはじめ、各部の行事の内容を迅速に説明することで精いっぱいでした。

支部のクラブの会長のご協力の下で、無事昨年は活動することができました。今後は各クラブ間の交流を通じ親睦を深め、各クラブの会長をはじめ会員の下で健康に留意し、支部の運営を行っていきたいと思っております。

第8支部

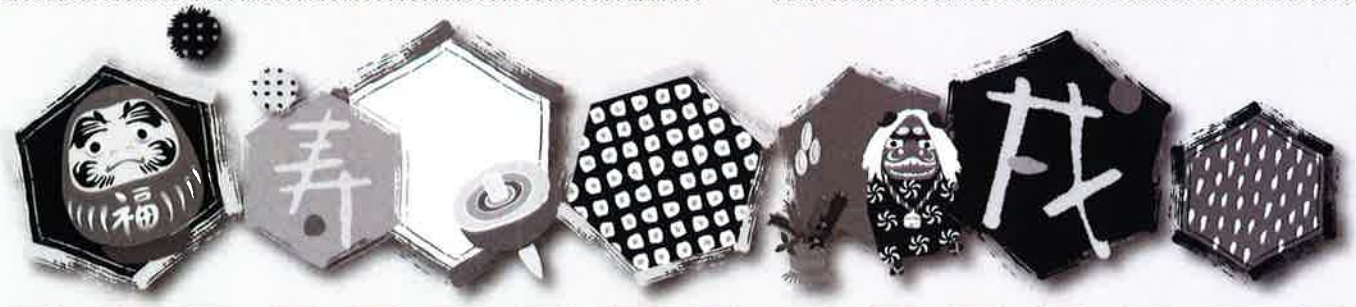
会員増強を図り意義ある年へ

第8支部長　平野　忠夫

本年は板老連創立60周年を迎えます。意義ある年を機に板老連の基本方針の4大活動を実施しましょう。

特に「仲間づくり」、会員増強を積極的に進めます。主に単位クラブで入会機会をつくり、会員増強を図ります。

まずは身近な目的活動として地域の人々に会ったらこちらから先にあいさつを交す、声をかける、またサークル活動を話題にする等して入会の機会をつくることが大事と思います。高齢化がますます進む中、会員が明るく元気に過ごせるクラブを目指します。



第9支部

明るく仲良く仲間を増やす

第9支部長　後藤　博

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

健康長寿・維持を目指し、第9支部は明るく仲良く、クラブで立てた目標に向かって引きこもりをなくし、友を増やす活動を楽しく頑張っていきましょう。

第10支部

健康で楽しく長生きを

第10支部長　大竹　伸良

新年おめでとうございます。

第10支部は「健康寿命の延伸」を掲げて、種々事業を行っています。

年2回のバス旅行は、それぞれ130～150人の参加があります。また年2回の輪投げ大会では6～7チームが参加、またカラオケ大会、演芸大会も出演者・応援者で毎回100人ほどの参加があります。「健康で楽しく長生き」を今後も目指してまいります。

第11支部

長生きするために行動

第11支部長　坂本　恒男

28年度暮れに会則が大幅に改正され、役員体制が一変することになりました。さぁこれからの時、年明けから板老連会長が亡くなり、11支部長もおらず、そんな大変なことがありました。新役員の孤軍奮闘、努力で総会も無事に過ごすことができて、新体制が確立し始めた頃、気が付くと年の瀬、光陰矢の如し。秋の日は釣瓶落とし、年末も瞬きする間に通り過ぎた感がします。

新年の抱負を問われれば、自らがいかに長生きするかを考えて行動すれば良しとするにつきます。

第12支部

近くの仲間を大切に

第12支部長　宇於崎　利男

平成30年の新春を会員各位お元気で迎えられたことと存じます。

高齢になるにつれ、今現在居住しているところが「我が故郷」です。遠い友達より近くの仲間のほうがはるかに日常の重大事。間合いの難しい関係でも、また反りが合わない仲間に対して拒絶せずにお互いに手を携えて仲良く。何かと一番頼りになるのではないでしょうか。

我が高島平地区に居住する12支部の会員の皆様は、お互いに頼りになる友人・知人です。

生活習慣の見直し、知的好奇心・会話はもちろん衆知を集め、我々シニアが主役の時代の到来を迎えて、今年一年もお互いに元気で頑張ってまいりましょう。

老人クラブの主旨は地域に役立つ活動をする共生のための友愛・奉仕の精神が基本であります。

会員の皆様、今年も良い年でありますよう祈念いたします。

第31回東京都老人クラブ大会
活動の功績称え表彰

式典のようす

11月22日（水）、文京シビックセンター大ホールにおいて、午後2時から東京都老人クラブ大会が開演されました。

第1部は「いきいきと踊る！」と題された演技披露、そして迫力ある〝和太鼓・破魔〟の演技。腹にしみこむ太鼓の音、まさに日本固有の迫力でした。

そして約1時間後、本日の〝本番〟。国歌斉唱から始まり、物故会員への黙とう、そして増田時枝氏（東老連会長）代理・斉賀靖佳氏の開式の辞から始まり、各方面の方々（来賓）による祝辞を頂戴いたしました。

そして本日の主役登場の表彰式です（紹介は板橋区老人クラブ連合会関係に絞ります）。

◆「個人の部」（以下敬称略）

【東京都知事表彰】

老人クラブの指導者

早坂　憩子

（板橋区老人クラブ連合会副会長）

優良老人クラブ

一般表彰

中丸中町白寿会

（会長　福代　孝雄）

【東京都老人クラブ連合会会長表彰】

優良老人クラブ

坂下わかば会

（会長　坂内　和夫）

北寿クラブ

（会長　奥永　和満）

老人クラブ育成功労者

稲毛　智哲　（仲蓮根寿会）

渡邉　博　（愛染寿栄クラブ）

阿部　明　（ゆりの木会）

岩渕　ミチ

（蓮根坂下三丁目芳寿会）

会田　藤治

（徳丸親和ほのぼのクラブ）

◆「団体（単位クラブ）の部」

【東京都老人クラブ連合会会長表彰】

会員増強運動奨励賞

大山和楽クラブ・双葉蓬莱会・明和友の会・坂下一丁目長寿会・蓮根五月会・坂下わかば会・成増団地親和会・赤塚寿光会・エイト熟年会・富士見長友会・南町八千代会（以上11クラブ）

東老連会員は53の団体により構成されているようです。

53団体（会員）は、それぞれ名称が工夫されているようで、老人クラブと名称している団体は30団体であることが分かりました。次に多いのは高齢者クラブ13団体、意外に少ないと感じたのはシニアクラブでした。

受賞者、ならびに受賞されましたクラブの皆様、おめでとうございました。心からお祝い申し上げます。

（総務・企画部　大塚）

支部だより

第2支部

初めてのそば打ち体験

晴れて暖かい初冬11月29日（水）午前10時、熊野地域センター2階洋室で「初めてのそば打ち体験」が始まった。

第2支部親睦そば会に集まったのは、男女合わせて30人あまり。そば打ちセット3台を使って作り始めた。

2～3名が一度ぐらいはそばを打ったことがあり、あとは初めての人ばかり。指導者やそば職人も不在のまま、パンフレットの手順に従いそばを打つ。

まず、そば粉と小麦粉を水でこねてまとめる力仕事。「こりゃ年寄りには無理だ」と言いつつも頑張る。しかし、〝水回し〟というこれが大切らしい。次に打ち粉をまぶし麺棒で丸く薄く伸ばしていくのだが縁は割れ、どうしても三角や四角になってしまうのはご愛嬌。そして2ミリの厚さに折りたたみ駒板をあて特別な包丁で2ミリ幅に切ることとあるが、これも難しい。まず5ミリ角前後のそばができてしまう。

さて、茹でることになりパンフレットどおり1～2分茹でる。茹であがったそばを市販のつゆにきざみネギで食べる。できたてはそばの香りもしておいしいの声も上がる。

とにかく初めてなので上手くできるわけはないが、自分たちで作り、みんなで食べる楽しさ、笑い声いっぱいの「そば打ち会」は午後1時まで続き、良い体験をした、次はもっと上手にできるだろうと言いつつ散会した。

（第2支部　宇治）

初挑戦のそば打ち　おいしくできました

支部だより

第5支部

第8回歌まつりの集い
回重ねるごとに盛り上がる

日照不足気味だった夏も終わりに近づいた9月28日（木）、支部主催歌まつりの集いを開催いたしました。

当日はお天気にも恵まれ、歌まつり日和となりました。役員一同ホッとしながら会場づくりに汗を流しました。準備中にも入場を待つお客さまの長い列ができ、嬉しいかぎりでした。

板老連本部からは、阿部会長、早坂副会長、町会連合会からは大野桜川支部長のお三方をご来賓にお迎えしました。

10時から支部長の開会のあいさつ。ご来賓の方々からも温かいお言葉を頂戴いたしました。

司会の流暢な進行、皆様とても上手く、演出にも工夫を凝らしたりと、思わず引き込まれてしまいました。

心一つに歌でつながる仲間たち

午後2時まで、途中昼食をはさみ60名の方々が熱唱されました。会場内は終始盛り上がり、あっという間に閉会の時間になっていました。

最後に、茂呂町会の金子さんのハーモニカの音色に合わせて、来場者全員で〝ふるさと〟の大合唱で歌まつりの集いは幕を閉じました。帰り際、皆さん口々に「来年、またお会いしましょうね」という言葉を自然に交わされていました。歌が皆さんの心をひとつにしていたのですね。感動的でした。

（第5支部　荒蒔）

第8支部

世代交流で初の試み

11月10日（金）、近隣の小桜保育園との世代交流を区立志村ふれあい館の関口館長のご厚意で、4年連続ふれあい館2階学習室で10時から約1時間行いました。今回も関口館長はじめ職員の皆さんの全面的な協力をいただきました。参加者は保育園年長組18名と老人クラブ12名、ふれあい館職員、ふれあい館利用者十数名で約50名の参加の中、館長の司会進行で開催。

当日のプログラムは紙芝居「かさぶたブッタ」（ケガをした時どうするか）。ふれあい館スタッフのプロ級の語りで園児も参加者全員が熱心に拝聴したのち、玉入れ競技（園児対老人）に入り、2回戦を行い、1勝1敗の引き分けでした。

今回は新しい試みとして、館長からソフトバンクロボティクスのペッパー君にリズム体操などに参加してもらい、園児たちの大歓声が上がり、世代交流も一層盛り上がり、予定時間もたちまち過ぎ、園児のソーラン踊りを最後に心ばかりのプレゼントを差し上げて終了しました。

ふれあい館利用者の皆さんも一緒に楽しんでいただき、素晴らしい世代交流になりました。関口館長はじめ、職員の皆さん心からお礼申し上げます。

（第8支部　宮嶋）

玉入れ競技で園児と交流

第6支部

第21回輪投げ大会
スムーズな進行で1ゲーム追加

11月19日（日）、6支部では、72人（男31、女41）が参加して輪投げ大会を上四小で行いました。この日は、外は快晴で日差しが暖かく感じられましたが、会場の体育館は寒くて、何となく会話も弾まず、拍手や歓喜の声も湿りがち。でも競技者はこの静かな雰囲気が気持ちを集中させたようで、ゲームはどんどん進行。予定時間を余したため、1ゲームを追加。10位までを入賞としました。

入賞した皆さん

表彰式では笑顔、拍手、かけ声が一気にでて賑やかになり、楽しく閉会しました。成績は次のとおり。

1位　藤平友次（南一長寿クラブ）　86
2位　中山春雄（トキワクラブ）　89
3位　小島俊明（長寿友の会）　97

（第6支部　森）

第9支部
1泊2日研修旅行

11月6日（月）～7日（火）、日光・鬼怒川温泉へ1泊2日研修旅行を開催しました。

6日は天気も良く、7時30分に観光バスに乗り、常磐道を走り、茨城県アサヒビール工場を見学し、ビール、ジュース、甘酒等の試飲をしました。

次にあしかがフラワーパークにより昼食をとり、園内遊歩道脇のパークのシンボル大藤を見つけ、写真を撮り、一路鬼怒川温泉へ。向かう車窓からの紅葉は東京では見られない見事な色でした。

お互いを知れた1泊2日旅行

鬼怒川温泉ホテルに泊まり、翌日は朝9時に出発して日光東照宮に向かったが道中はさすが東照宮、道路は渋滞があり、ドライバーさんは道に詳しく裏道を通って早く着けました。見学・参拝した後は中禅寺湖湖畔で昼食をし、華厳の滝を展望台から眺望して東北道にて帰路に就きました。

裸の大将で交流もでき、お互いを知ることもできて楽しく無事故の有意義な旅行ができました。

（第9支部　後藤）

第11支部
体育大会
個人戦でも和気あいあい

11支部恒例の秋季大会が、10月の雨天続きで1カ月遅れて終了しました。グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、輪投げと3種目ですが、特に輪投げ大会は、板橋区の大会でも上位常連チームが多く、総勢145名で争いました。

輪投げ大会に大勢参加

11支部大会は各クラブ1名より参加できるようすべて個人戦です。普段は同チームの仲間でも、今大会では敵で勝手がちがうとおもいますが、皆様和気あいあいに楽しんでいました。

各種目優勝

ゲートボール　赤塚ことぶき会

グラウンド・ゴルフ

（32ホールパー96点）

原田正国氏（赤塚ことぶき会）

68点（ホールインワン数2）

輪投げ（6ゲーム）

片山昭夫氏（赤塚百寿会）

170点

最後に坂本支部長より、90歳以上の方々に賞品を進呈し、来期の春季大会の健闘をちかい、閉会しました。

（第11支部　田中）

第12支部
◆スポーツフェスティバル

雨天の日が多いなか、12支部のスポーツフェスティバルを開催した11月13日（月）は、絶好のスポーツ日和だった。ちなみに翌日は雨。

午前9時集合のところ、区立旧高島第七小校庭には、時間前から大勢の会員が練習を始めるほどの熱の入りよう。12クラブ、200名の会員が参加のもと、競技を開始。広い校庭も狭く感じるなかで、輪投げ、空缶投げ、玉転がしの3種目で腕を競った。

いずれの種目も高齢者向きで、見たところは容易そうだが、実際やってみると、これが意外と難しい。

みんな真剣ながらも、楽しい表情で取り組んでいる姿は、日常では見ることの少ない若々しさに輝いている。

競技が終わって、高得点者への賞品授与。破顔で祝福の拍手を受ける人々。やはり、日常的に取り組んでいる人には適わない。ともかくも、大いに楽しむことのできた半日だった。

いきいきとプレー

◆グラウンド・ゴルフ大会

長雨が続く中、久しぶりの晴れ間があった10月24日（火）、グラウンド・ゴルフ大会が開催され、7クラブが参加。全員で80名が日頃の腕前を競った。ナイスイン、残念の声を聞きながら、12時頃まで行う。優勝は高一寿会の遠藤幾代さん。

（第12支部　宇於崎）

第51回作品展

見ごたえある作品並ぶ

今年度の作品展は、10月23日(月)～27日(金)の日程で実施いたしましたが、前日の時点では超大型の台風が23日に東京地方に来襲するとの天気予報が出されていましたので、作品の搬入を遅らせようか？　審査の日もそれに合わせて変更しなくてはならないか？　等で大変心配しました。

ところが当日は雨もやんで、予定どおり問題なく作業が行えました。

出品者436名、上位入賞者38名、努力賞37名、団体賞39クラブ、来場者973名と盛大に開催することができました。

（教養部　山田）

多くの方が来場

多彩な作品に目を奪われる

第51回板老連作品展 上位入賞者一覧

	区長金賞	区長銀賞	社会福祉協議会会長賞	シルバー人材センター会長賞	板老連会長賞
絵画	上三親友クラブ 勘沢　静子	舟渡福寿会 斉藤　礼子	双葉高砂会 平山　利夫	第二高島平寿会 林　キクエ	成増団地親和会 佐藤　公平
書道	徳丸みどり会 森川　恒子	成増南松寿クラブ 眞壁　史朗	大山和楽クラブ 平良　ヒロミ	蓮沼大原町寿会 坂番　純子	成増松竹会 佐藤　静枝
短歌	上板橋高砂会 八木　幸子	常盤台みどり会 熊本　容子	該当者なし	大山和楽クラブ 伊藤恭一郎	上板橋高砂会 宮川　久子
俳句	東新東寿会 中島　孝祐	高島平青葉クラブ 安住　正子	該当者なし	成増団地親和会 田村　定子	常盤光寿会 畑　乃武子
写真	蓮沼大原町寿会 関口　きよ	成増松竹会 大森　栄治	上三親友クラブ 勘沢　正	舟渡福寿会 増山　新一	朝日クラブ 小林　春三
手芸	大山和楽クラブ 田中　幸子	東山光寿会 桜井　芳枝	愛染寿栄クラブ 坂田　恵美子	高島平青葉クラブ 佐久間　綾子	高島平七福会 池田　マチ子
園芸	成増松竹会 沖田　千恵子	成増松竹会 海老沢　清子	成増松竹会 角田　喜美子	成増松竹会 佐藤　ちづ子	成増松竹会 奥積　清子
陶芸	SUNクラブ 大出　ヒロ子	SUNクラブ 河合　弘子	SUNクラブ 野沢　秀子	高島平寿会 青木　登喜	SUNクラブ 倉成　桂子

第51回板老連作品展 努力賞受賞者一覧

絵画	坂下一丁目長寿会 伊藤　あい	成増松竹会 坂田　節子	白寿会 内藤　桂子	成増南松寿クラブ 春原　美佐子	蓮根五月会 植松　千代	
短歌	朝日クラブ 浅賀　清	エイト熟年会 早坂　憩子	仲宿睦双葉会 小林　菊枝	清水町清寿会 大塚　トモ子	朝日クラブ 藤越　秀明	
書道	東山光寿会 小木　孝子	エイト熟年会 白井　義子				
俳句	仲宿睦双葉会 新田　大寒	常盤光寿会 飯島　ゆり子	東新東寿会 高橋　松代	常盤光寿会 宮崎　幸雄	上板橋高砂会 谷内　一二三	
写真	南一長寿クラブ 塩谷　輝雄	高島平悠々会 池貝　満男	高島平悠々会 池貝　久子	朝日クラブ 萩澤　晃	双葉蓬莱会 阿部　勲	しらさぎクラブ 松山　一昌
手芸	高島平寿会 外山　美恵子	大山和楽クラブ 田島　啓子	仲蓮根寿会 二瓶　モリエ	SUNクラブ 高嶋　則子	仲蓮根寿会 中村　群子	
	朝日クラブ 田中　ふみ子	高島平青葉クラブ 伊藤　静枝	舟渡福寿会 金井　節子	氷川クラブ 鈴木　久子	赤塚寿光会 島津　キヨ子	
園芸	成増松竹会 下田　紀子	双葉蓬莱会 浅草　紘子	上板橋喜楽会 武田　守雄			
陶芸	大山和楽クラブ 松野　崇仁					

第6回 総合軽スポーツフェスティバル
4種目競い熱戦展開

10月11日(水)、午前9時から小豆沢野球場にて第6回総合軽スポーツフェスティバルが370名が参加して開催されました。軽スポーツ4種目が行われ、熱戦が展開されました。それぞれの成績は次のとおりです。

ゲートボール	
1位	長後長寿会
2位	仲蓮根寿会
3位	第2高島平寿会

ペタンク	
1位	楽友クラブ
2位	小茂根二丁目楽生会
3位	小茂根寿光会

グラウンド・ゴルフ(6名1ゲーム)	
1位	第2高島平寿会（115）
2位	板橋仲よし会（118）
3位	清和クラブB（118）

輪投げ(5名6ゲーム合計)	
1位	赤塚百寿会A（660）
2位	新町熟年会A（645）
3位	西台第2白寿会（622）

ウォーキング教室都内歴史散歩
各区を巡りめざせ健康

平成29年度ウォーキング教室都内歴史散歩は4月、足立区から始まり葛飾区、江戸川区と歩きました。

印象深く残ったところでは、足立区の舎人公園、見沼代親水公園、西新井大師、葛飾区は広大な東水元公園、柴又帝釈天、堀切菖蒲園、中川河川敷、江戸川区は新中川、江戸川河川敷を歩きながら小松菜の里・香取神社、栃錦の菩提寺萬福寺を訪れました。最終コースは西葛西駅より清新あんずの里、新左近川公園を経て、葛西臨海公園駅までの散歩。歩行距離は約5kmほどで、体力維持には最適な2時間コースでした。

参加者は準備体操にはじまり、コースを回ったあと軽体操で解散です。また、参加者は常にウォーキングマナー5カ条を守り、安全第一の散歩でした。今後も、板老連の目的の一つである「健康で明るい長寿社会を目指す」を指標に健康寿命をのばす健康づくりを推進します。さらに「めざせ2020都内23区ウォーク東京オリンピック」まで会員の皆さんと一緒に歩き続けます。

（厚生・盛年部　小菅）

江戸川区・香取神社を歩く

高齢者の体力測定
元気なスーパーオールドをめざそう

12月3日(日)10時から11時半まで緑小学校にて、第10支部SUNクラブ主体で18名が参加し、体力測定が開催されました。

自分の体を知る体力測定。板老連で最初に実施したSUNクラブは、今回で5回目の開催です。伊久留体育部長の指導のもと、ラジオ体操で体をほぐし、4～5名を4班に分け4種目(握力・長座体前屈・上体起こし・10m障害物歩行)を行い、終了後は2種目(開眼片足立ち・6分間歩行)を行いました。各個人で評価を行いました。

板老連本部事業報告

第8回グラウンド・ゴルフ大会

エイト熟年会優勝

9月21日（木）、約200名、33チームが参加し、小豆沢野球場で第8回グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。団体戦は6名8ホールを2ゲーム、個人戦は2ゲームの合計を競い合いました。成績は次のとおりです。

団体成績

第1位　エイト熟年会　（221）
第2位　南弥生クラブA（232）
第3位　清和クラブA　（235）

個人成績

第1位　南弥生クラブ　大野（32）
南弥生クラブ　永田（32）
第3位　清和クラブB　勝見（33）

（体育部　稲毛）

開会式のようす

第41回囲碁将棋大会

将棋・木村三段（92歳）優勝！

囲碁将棋大会は、9月27日（水）、区立文化会館で、囲碁の部27名、将棋の部31名が参加し、熱戦がくりひろげられました。各級優勝者は表のとおりです。

なお、将棋の木村森太郎さん（92歳）は、A級で2連覇、第38回でも優勝しており、3回目の優勝です。今なお、日々テレビをとおしてさらに力をつけるべく、研さんに励んでいるとのことです。（文化部　奥永）

囲碁の部

クラス	順位	氏名	所属クラブ	段位
A級	優勝	橋本　晃一	白寿会	六段
B級	優勝	増谷　誠哉	茂呂桜寿会	一級
C級	優勝	広木　啓次	高一寿会	二級

将棋の部

クラス	順位	氏名	所属クラブ	段位
A級	優勝	木村森太郎	西台第一白寿会	三段
B級	優勝	加藤　英機	清水町靖寿会	三級
C級	優勝	伊藤　秀夫	徳丸春秋会	八級

板老連第30回輪投げ大会

9に5本　久保田さん56点獲得

板老連第30回輪投げ大会は11月8日（水）、小豆沢体育館で行われました。12の支部165名32チームが、東老連大会出場を目指してしのぎを削りました。

甲子園に行くのが高校野球の究極の夢のように、輪投げも上部大会に出るのが目的であり、高齢者スポーツの励みです。今大会は来年度の東老連大会、城西大会の出場が決まる大会です。板老連大会で上位の成績を取らねばならない大事な試合なので、各チーム万全の準備、練習を行って大会に備えました。

優勝した赤塚百寿会の皆さん

今シーズン2回目の体育館の開催、9時の開館と同時に台のセット、机の設置、参加人数分のセットも、役員、スタッフ、ボランティアの活躍もあり短時間で準備ができました。

10時開会式。ラジオ体操で体をほぐしたあと、10時15分から試合が開始されました。午前中4回投げ、昼食後2回投げ、14時には成績が発表されました。

個人成績は、新町熟年会の久保田悦次さんが6回投げ186点、1回で56点（9に5本、7に1本、4に1本）でした。

チーム成績

優勝　赤塚百寿会　622点
準優勝　清和クラブA　596点
3位　西台第一白寿会　589点
4位　新町熟年会　580点
5位　若木椎の実会A　522点
6位　西台第二白寿会　490点

東老連大会に上位2チームと城西ブロック大会に上位6チームが出場します。

個人成績

1位　久保田悦次　（新町熟年会）　186点
2位　星野友次郎　（赤塚百寿会）　161点
3位　片山　明夫　（赤塚百寿会）　150点

（清和クラブ　土屋）

東老連第30回グラウンド・ゴルフ大会

清和クラブ準優勝

平成29年度東老連第30回グラウンド・ゴルフ大会は11月17日（金）、武蔵野中央公園にて51チーム、350名の参加者を集めて行われました。

試合は9ホール、午前1ゲーム、午後1ゲームの2ゲーム制で選手6名で行われました。板橋区からは清和クラブとエイト熟年会が参加しました。

清和クラブは、午前は不整地の荒れたグラウンドで不慣れな状態に4打を続出しましたが、当日最高の四つのホールインワンを決めて、スコア138で回りました。前半を終えて首位と4打差の5位になり、後半戦は優勝の可能性もあるとチームが一体となって午後の試合に臨みました。午後は整地になったが普段の人工芝のようにいかず苦労したがホールインワンを二つ取って、前半より2打少ない136のスコアで上がりました。

去年は20位以下でしっぽを巻いてさっさと帰ってきたが、今回は274のスコアで首位と5打差の2位、東老連大会での準優勝です。この次は優勝を目指して頑張ろうと誓って中央公園を後にしました。

（清和クラブ　土屋）

準優勝の清和クラブの皆さん

単位クラブだより

坂下一丁目長寿会　第8支部

映写会実施　会員拡大に期待

映画や活動内容を鑑賞

29年4月、公益信託土肥記念高齢福祉基金に応募し、みごと採用され、プロジェクターとスクリーンを購入いたしました。

板老連初の映画鑑賞および坂下一丁目長寿会の活動内容などの映写会を開催しました。

9月11日（月）、第1回鑑賞会を開催するはこびとなりました。終了後、役員手作りのカレーライスを食べながら、語らいの場になり、三十数名の出席を得て大成功のもと、会員拡大につなげていけるよう、第2回・第3回と続けるよう役員一同努力しております。

（坂下一丁目長寿会　細野）

宮元親和会　第1支部

誕生を祝う会　米寿・喜寿を祝す

秋も深まり、紅葉の美しさが各地より届いております。宮元親和会（会員総数127名）の誕生を祝う会が、10月25日（水）に出席者56名で仲宿地域センターにて開催されました。

佐々木会長が体調不良のため、会長のあいさつ文を副会長竹本が代読。各来賓様のお祝いのあいさつのあと、米寿3名、喜寿8名のお祝いに金一封とシクラメンの鉢植えが贈られ、拍手とともに記念撮影。

輪になって踊る

第2部懇親会では、矢作監査役の音頭で乾杯のあと、舞踊、カラオケ、民謡等で大いに盛り上がり、フィナーレは全員で、「東京音頭」を大きな輪になり笑顔で会場を何周もしました。ビンゴで獲得した景品を手に、家路に向かいました。

（宮元親和会　竹本）

大和会　第4支部

歌に踊りに　長寿・傘寿祝う

9月10日（日）、長寿の祝い、傘寿の祝いを富士見地域センターで開催しました。会員93名中63名の出席でした。そのうち傘寿の祝いの方は4名でした。

和やかな昼食後、まず〝ビンゴゲーム〟リーチになってもなかなかビンゴにならないもどかしさ、色とりどりの景品がなくなり終了。残念!!

次に民謡踊りで足、腰を伸ばし、続いてカラオケ。自慢の喉で二十数曲を披露し、トリは会長の熱唱で終了。

健康寿命が延びた一日を三本締めで威勢よく締めました。

（大和会　河邉）

単位クラブだより

小茂根寿光会　第5支部

都知事より表彰を受けての喜び

平成29年度東京都功労団体の功績に対し、表彰を受けました。

このたび平成23年より29年現在まで、小茂根寿光会の会員が集めたペットボトルキャップが、29年4月までに200万9982個を数え、日本ユニセフを通じて、途上国の子どもたち2531名にワクチンを贈ることができました。この福祉活動が評価され、10月1日（日）に東京都より表彰され、賞状と副賞（クリスタルガラス）の置き物をいただきました。（小茂根寿光会　小島）

いただいた表彰状と置き物

南町八千代会　第2支部

北茨城へのんびり温泉旅行

10月22日(日)から24日(火)までの2泊3日の日程で、会員10名と伊久留体育部長の11名で、宿のバスに南町まで迎えにきてもらい、北茨城に行きました。

初日は、台風21号の上陸予想で、朝から大雨の中袋田の滝へ。トンネルをくぐり滝の前へ進むと、普段はちょろちょろとした流れの滝が、轟々と落ちてくる眺めに、息をのむほどでした。

西山荘入口にて

夕方、宿に到着。温泉で寛いだあと、北茨城名物・あんこう鍋の夕食。カラオケを夜8時半まで楽しみ、皆さん部屋に入ったらバタンキューでした。

2日目は朝から快晴、宿の車で、大津漁港にある資料館「よう・そろー」と六角堂を見学し、昼前に旅館に到着。昼食後、皆さんのんびりと温泉を楽しんだり、おしゃべりし、皆さんでリラックスしていました。

夜は、おいしい食事を食べながら、カラオケを9時まで歌い、1日目と同じくぐっすりと朝まで就寝。

最終日は、野口雨情の生家を見学し、那珂湊港にある市場で買い物をしたあと、食堂で海鮮料理を楽しみ、大洗にある明太子工場を見学。試食後、帰路へ。午後4時前にわが町に到着。

素晴らしい景色とおいしい旅館の食事、温泉に、会員の皆さん大変喜んでいただき、充実した3日間でした。

（南町八千代会　澤田）

双葉蓬莱会　第4支部

初映写会は爆笑の渦

このたび、区の土肥記念高齢福祉基金に応募し、映写機一式を購入していただきました。

幸い、会員の電気屋さんに接続や操作を教えていただき、さらに会員の中から映写技師を買ってでる人もいて、第1回目の映写会を無事開催することができました。

笑いあふれる映写会

山田洋次監督の「家族はつらいよ」を鑑賞しましたが、大爆笑でした。映画はテレビと違って言葉一つひとつに迫力と味わいがあって引き込まれてしまいます。見終わった皆さんの顔は、爆笑の後の満足感で輝いていました。これからは観たい映画のアンケートをとったり、いすでゆったり観られるよう会場も考慮したりと、会員みんなが待ち遠しくなるよう工夫していきたいと思っています。

そして、これからは地域の方々にも声をかけ、地域に少しでも貢献できれば素敵だなと思っています。そして、双葉蓬莱会が地域から信頼される老人クラブになればいいなと思っています。

（双葉蓬莱会　江原）

赤塚百寿会　第11支部

地元のお宝を訪ね史跡散歩

天候にも恵まれた11月11日（土）に、会員19名が参加して、地元の史跡、文化財を訪ねました。

松月院の松宝閣では、ガイドさんの案内で徳川歴代将軍からのご朱印状や、高島秋帆の徳丸ヶ原での洋式砲術訓練の資料や遺品、また、松月院が所蔵している貴重な宝物の数々を拝観。その後、境内に出て百寿会監事の山田さんがユーモアを交えての名解説で院内を巡りました。

境内にそびえ立つ大柊のいわれや中雀門、馬頭観音、塩地蔵、高島秋帆起功碑、下村湖人の墓等々、地元に住んでいても、なかなか見ることのない数々の貴重な文化財に接し、感慨ひとしおでした。

その後、近くのお寿司屋さんで昼食をとりながら懇談、会員相互の親睦を深めました。

当日は板橋区の農業祭で、三三五五農業祭を楽しみながら帰途につきました。

地元を改めて旅する

（赤塚百寿会　野澤）

桜川旺寿会　第5支部

平均年齢78歳 ペーパーロールクラフトに挑戦

我がクラブの手芸部員は90歳のリーダーを筆頭に8名で月2回の活動をしています。皆、編み物好き。1本の長い毛糸からさまざまな形を作り出します。

協力して作業中

毎年、板老連の作品展へも出品していましたが、「今年は例年と違うものにしましょうよ」とのリーダーの提案で、ペーパーロールクラフトというリーダー以外見たこともない作品に挑戦することに。

見本を見せてもらった時は「こんな細かいことできるかしら」が皆さんの意見でしたが、雑誌から〝御所車〟の絵をコピーして絵の色にあわせて紙を幅1・5㎝、長さ4㎝に切り、外側は太めに丸め、花びら用には中くらいの太さに、花芯はごく細くと、絵の箇所によって、太め、中くらい、細めに丸め、1・5㎝の筒状のものを作り、1本1本ボンドで絵の上に貼り付けていく気の遠くなるような作業でした。色の違いはもちろん、意見の違いもありながら、それぞれ得意分野も見えてきて、お互いの理解も深まっていきました。

そして、ついに8名の努力の結晶が実り、完成しました。要した時間は半年間でした。部員は胸を張って、高島平の作品展へ出品しましたが、ストローを使った作品と思われたらしく、とても残念でした。

その後、地域センターまつりに出品。多くの皆さんに見ていただき、素晴らしいとお褒めの言葉をいただき、今は町会内にある東京信用金庫のロビーで来店されるお客様に見ていただき、作品も誇らしげに輝いています。

（桜川旺寿会　荒畤）

七福会　第12支部

クラブの広報部を引き受けて！

少し時間の余裕ができたので、最近地域の老人会に入った。早々に広報の役を引き受け会合に参加できない人にも、また、もっと広く会の活動を知ってもらい一人でも喜んでもらえる人がいればと、つたない文を綴っている。

過日、みんなの思いを知りたいと、意見・苦情・感じていることを1枚の紙に書いてもらった。その中の1枚を私は何度も読み返していた。朝夕の散歩の途中、若い人に言われたことがとても気になり書きました、と。『このところ、会社の仕事がなくなってしまい生活苦で子どもを育てるのが苦しい。老人はいいね』との言葉に、とても考えさせられました、とあった。若い人の生活苦を嘆く言葉に胸を痛めるやさしい人がいた。

若者は生活苦を吐露し、老人は悲しみを飲み込み、今日を生きる。

いつの日も、人を思いやる気持ちだけは持ち続けたいと、そう思う。

（七福会　西山）

短歌　松坂弘選・評

天　新所帯を持つに当たって夫から贈られたのは新品の算盤だった。今ならパソコンなのだろうか。ほのぼのとした懐かしさが詠まれています。

地　霜月になると年賀欠礼のはがきが届き始めます。親しい人のがあると思わず声を掛けたくなる。下の句の表現が良いです。

人　熱中症の予後の身を水蜜桃の甘い汁によって支えられている。甘く美味しくてこれは神様の恵みだと感謝しています。

次　先立ってしまった愛する夫へのメッセージ。下の句の表現に真心が読み取れます。

天
新世帯持ちし日夫に贈られし
　算盤艶めき六十年経つ
常盤台光寿会　飯島ゆり子

地
「逝ったのか」はぐれし鳥を呼ぶように
　欠礼葉書に物を言いみる
大山和楽クラブ　伊藤恭一郎

人
熱中症の予後の身ささえる水蜜桃
　神の雫を心して戴く
上板橋高砂会　宮川　久子

次
おけさ柿亡夫の好みしオレンジの
　燃ゆる温もり胸の辺に沁む
上板橋高砂会　宮川　久子

戦なき七十二年を誇りとし
　野分の中を投票に急ぐ
仲宿睦双葉会　新田　大寒

夕映えにさらさら落葉風とゆく
　遊戯の仕舞の溜まり葉に寝る
蓮根南やすらぎ会　関根　義信

かたかたと鍋ぶたの音響く夜半
　明日の一品作る喜び
桜川旺寿会　荒蒔　経子

初詣で何を願うか手を合わせ
　小さきさい銭んに大き望みを
和泉クラブ　笠間　洋子

譲られし席ことはりし後悔に
　下車を早めて初冬の街へ
仲宿睦双葉会　小林　菊枝

冬近き切り立つ岩の麓には
　紅葉織りなす錦繍の景色が
熊野町寿会　佐藤　七郎

霜降りて病に臥せる義母の手を
　温みの羽もて折り鶴つつめ
高島平寿会　大沼　容子

蘆花や晶子文人の愛でし黄金の湯
　伊香保石段靄にかすめり
坂下わかば会　鈴木ミツ子

亡き妻の恋文手にし夜空見る
　輝く月は我が身をのぞく
熊野町寿会　佐藤　七郎

唇を紫に染めし桑の実を
　学帽に詰めたる日々懐かしむ
仲宿睦双葉会　藤生　桂鳳

秋めきて峯にたなびく白雲は
　冷ゆる思いを山並にうかべる
富士見寿会　岩崎千鶴子

点滅し急ぎいる我にダンプカーは
　進めと手をふり笑顔でうながす
仲宿睦双葉会　遠藤　秀子

紅葉に下田の町をひと回り
　黒船かもめしばしたわむれ
仲宿睦双葉会　増野　信子

ふるさとの喜寿の集いは伊香保の湯
　桑の実摘まみひもじさ凌ぎし
仲宿睦双葉会　杉本フミエ

学食と銀杏並木の散策に
　わが仲間たち興味津々
乃ぐち松寿会　上野　晴美

多忙なれど俳句と短歌の投稿す
　楽しみながら頭の体操
乃ぐち松寿会　新井　美知

寄り添いて満五十年苦しみも
　また楽しみも思いは多し
朝日クラブ　浅賀　清

安堵する明日へと繋ぐ仲間達
　自然にタッチ向日葵のように
清水町清寿会　菊池　和子

秋風に山芋の葉の揺れ動く
　自家栽園にしばらくを立つ
高一寿会　大久保寿郎

秋日和孫の挙式に成長の
　自作の画像に拍手をもらう
中丸中町白寿会　荒井　初美

板橋区老人クラブ連合会のHPを開設しました　http://itabashikurouren.info/
HPでは板老連の活動を紹介しています。
皆さんぜひご覧ください。
板老連　検索

俳句　星　利生　選・評

天　空の色が変わるほどに群れて音ひとつしないのが蜻蛉なのだ。それを「これ程に群れ蜻蛉の音持たず」とずばり言い切った断定がよろしい。

地　ハイタッチならば手は言わずもがなと言うなかれ、大寒さんの驚きはその手の暖かさにあったのだ。「行ってきます」の手がいつまでも温かい。

人　ようやくにして見つけた冷たい空気の中でのひだまりのベンチ。目の前には石蕗の花盛りだ。輝義さんにはその後どのようなひとときがあっただろうか。石蕗の黄が眩しい。

天
これ程に群れ蜻蛉の音持たず
高島平青葉クラブ　安住　正子

地
「行って来ます」ハイタッチする手のぬくし
仲宿睦双葉会　新田　大寒

人
ひだまりのベンチは一人石蕗の花
双葉蓬莱会　江原　輝義

広大な枯れ蓮の先弁天堂
乃ぐち松寿会　上野　晴美

故郷（ふるさと）の吾妻連峰山粧う
坂下わかば会　鈴木ミツ子

混沌の世をひきづりて年行けり
東新東寿会　髙橋　松代

冬日和上野の森の人込みに
大谷口寿齢クラブ　増田みどり

木登りは兄より上手柿をもぐ
常盤光寿会　畑　乃武子

真白なる越後三山初湯かな
小豆沢にりん草クラブ　鈴木　光正

流木の白く乾けり浜焚火
仲宿睦双葉会　小林　菊枝

木守り柿やさしき空のひとところ
常盤光寿会　浜　愛次郎

走りゆく日々に追われて冬支度
第二高島平寿会　島田　あい

雪の山神の寝息のゆったりと
常盤光寿会　矢島千代子

夜寒の灯路面電車は早稲田行
常盤光寿会　宮崎　幸雄

十三夜我を優しく照らしをり
大谷口寿クラブ　田中あさ子

ふる里の柿の甘さや風の音
常盤光寿会　松田　翠

なだらかな径に一仏吾亦紅
エイト熟年会　山平　ツヤ

「月光」のソナタに浸る十三夜
常盤光寿会　吉田　憲司

師をまじへ近況語る秋の展
小豆沢にりん草クラブ　鈴木ヒサ子

熟し柿雨に打たれておなが鳥
常盤光寿会　篠原　幸美

八十路越え余生健やか初詣
蓮根東寿会　今村　将

露座仏や寒空に凛と笑み給う
高島平寿会　宮下けい子

聖堂の魔除けきらめく時雨かな
常盤光寿会　飯島ゆり子

口中（こうちゅう）に残る箱抜き柿の渋
朝日クラブ　浅賀　清

川柳

前夜祭文化が薫る秋日和
東芳寿会　日野原志津江

空青く柿がりたのし同窓会
常盤光寿会　小寺　マス

ひとり身に秋の日射しのやわらかく
常盤光寿会　委文　昭子

柿落葉一枚ごとに色変えて
常盤光寿会　熊野　照美

ベランダで手軽に老の初日の出
坂下わかば会　鈴木ミツ子

奢るなよ天辺極めば次は落つ
仲宿睦双葉会　藤生　桂凰

10月発行の171号お詫び

前回の171号では、選考以前の句も掲載し、関係の皆様には迷惑をお掛けしました。お詫びします。　選者

《広報部からのお知らせ》

◎広報173号（平成30年4月号）

全ての原稿締め切り　30年3月5日

◎俳句、短歌の応募は、ハガキで1枚に1句、1首として下さい。また、所属クラブ、氏名（本名）の記載を忘れないで下さい。投稿件数に応じて掲載できない場合もあります。

第21期 寿大学生徒募集

板老連では、生きがい・健康づくりを目的として寿大学を開催しています。寿大学で学習した成果を板老連事業で発揮しましょう。

新舞踊科

募集要項
修業年限2年間（平成30年4月～平成32年3月）

学習教科（　）は定員
短歌（20）、俳句（20）、かな書道（30）、水墨画（30）、押し絵（30）、山野草（30）、新舞踊（30）、謡曲（30）、陶芸（30）、囲碁（30）、将棋（30）

募集資格
板橋区内老人クラブ会員で、クラブ会長の推薦を受けた者（受講は原則1教科、初めての方を優先します）

募集方法
受講申込書（募集要項に付録）に必要事項を記入し、所属クラブ会長に提出してください（クラブ会長から板老連に提出されます）

募集期間
平成30年1月中旬より受付開始（定員に達し次第、締め切り）

お問い合わせ・募集要項については
板橋区老人クラブ連合会事務所
（03―3963―5334）教養部
まで

陶芸科

板老連今後の予定

行事名	日にち	場所
板老連新年会	1月15日（月）	文化会館
転倒予防体操	2月　6日（火）	グリーンホール
高齢者の体力測定	2月21日（水）	小豆沢体育館
区助成金説明会	2月27日（火）	文化会館
グラウンド・ゴルフ講習会	3月　7日（水）	小豆沢野球場
寿大学終了式	3月20日（火）	文化会館

編集後記

171号の俳句の誌面に星利生選の23句以外の選外作品16句（投稿全句）を、16頁から20頁増刷したため掲載しておりました。改めて今後は選句以外は掲載せず、俳句選出のみ掲載します。選外作品を掲載いたし誌面を混乱させたことをお詫びします。今後は発行計画のとおりにいたします。