



板老連

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：板橋区板橋 3-26-4 板橋いこいの家 ☎03-3963-5334
制作・印刷：株式会社ニチコミ ☎03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com>



新年度に向けて
コロナと戦った自分をほめてあげよう

板橋区老人クラブ連合会

総務・企画部部长 井村 吉伸

板橋区老人クラブ連合会、令和3年度が始まりました。昨年度1年間は、コロナに始まりコロナに終わりました。感染症の恐怖と外出自粛の戸惑い、すべてが経験のないうことで始まり、たまるのはストレスばかりの日々、緊急事態宣言が発令され「いこいの家」閉鎖にともない板老連事務所も使用ができなくなりました。

総会資料作成、全クラブに発送を行う作業など総会の対応他、問題が山積しました。9月より感染予防対策を取りながら、日帰りバスハイク、リズムダンス教室、グランドゴルフ大会、輪投げ大会、歴史散歩、作品展、芸能大会など、順次再開していききましたが、各部長さんの気苦労は計り知れないものがありました。
芸能大会を主催した部長さんから、大会後の1週間は電話が鳴るのが怖かったと語られました。総務としては、参加人数もあり企画推進を自粛し、成果を上げること

ができず大変残念な結果に終わりました。会員のみなさま、外出自粛、運動不足、会話不足、ストレスが溜まった1年を過ごされたと思います。コロナ禍と戦っている自分をほめてあげてください。努力された結果です。
令和3年度より、予防接種も始まり明るい未来の第一歩「明るく・元気に・楽しい」老人会を目指して総務・企画部、頑張ってください。

板老連のPRを行いました！



詳細は2ページをご覧ください。

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

遺言 後見 公正証書を!!
どうぞお気軽に活用して下さい。相談は無料

板橋公証役場
板橋区板橋2-67-8 板橋中央ビル9F
都営三田線「板橋区役所前駅」A3番口を出て正面
TEL.03-3961-1166(代)

板橋公証役場 検索

平日 18時30分まで
土曜 13時30分まで
診療

当日予約優先
成増～下赤塚地域のクリニックです

やの内科・小児科クリニック
平日 9:00～12:30 / 15:30～18:30
土曜 9:00～13:30 金曜午後は17:00～

板橋区赤塚新町3-19-5 TEL:03-3930-2277
新型コロナウイルスの影響で、診療時間を変更していることがあります

遺言書の原案作成と円満な相続対策の専門特化事務所
相続トラブルを避けるための専門家
行政書士 柴田法務会計事務所 代表 柴田純一

まずは、あなたの思いをお聞かせ下さい。
どこにでもお伺い致します。

☎03-6780-1408
板橋区大谷口2-24-13

利用される皆様にも、「福」を届けたい

ケアマネジャー ホームヘルパー 介護のたくみ 株式会社 福ぶくる
TEL:03-6906-4182 板橋区上板橋 2-30-2

保育と介護
つながり ささえる 心

社会福祉法人 三共会
保育 03-3960-2039 介護 03-3960-9058 板橋区常盤台3-25-10

たつの子保育園 / 第二たつの子保育園
東京都認可保育所 0歳児から5歳児・障がい児・延長保育(19時半)

たつの子ライフ・サービス 東京都指定介護事業所番号 1371903459
ケアマネジャー・訪問介護・食事配達・認知症デイサービス・障がい者支援

笑いのある安心をお届けします。
東京都指定居宅サービス事業所

大谷ロケアサービス

- 在宅介護サービス
- お気軽にご相談ください
- ヘルパーさん随時募集しています

板橋区大谷口 北町63-11 ☎03-5964-5355



多くの展示が並びます

板老連PR行事

イベントスペースでの展示会

板老連の魅力発信！

毎年、PR活動の一環として、区役所のイベントスペースで板老連メインイベントを、写真でリアルに紹介しています。

今年は、コロナ感染症拡大防止のため、行事の自粛や、非常事態宣言もあり、新年会・総会・研修会・一泊旅行などの規模の大きいイベントは軒並み見送りとになり、展示スペースの空きが心配されましたが、会員募集のポスターを張るなどしてなんとか埋め合わせできました。

今回は、2月24日(水) (3月2日(火)の土日をはさんで実質5日間で、区と板老連で運営している寿大学の紹介や、昨年実施した作品展の区長金賞・銀賞受賞作品、これだけでは寂しいので、今年から他の目立つ受賞作品(社協会長賞・シルバー人材センター会長



さまざまな方が来場されました

賞・板老連会長賞) を選んで展示しました。その結果、集客数598名でした。5日間で、最終日は残念ながら春の嵐で風雨が強く、役所を訪れる人もまばらで、受付待ちの電子掲示板もゼロが多かったです。

会場運営・撤去ともに係のみなさん、ありがとうございました。

(広報部 渡邊)

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

あなたの心のよりどころ Life Care Port

ヒルマ薬局 小豆沢店

あなたの血流大丈夫?!
血流観察 1回 300円やります

☎03-5970-2911
板橋区小豆沢 2-17-1

認知症カフェ
ひるカフェ はなテラス
(フラワーアレンジメント体験会)

毎月第4土曜 15:00~(事前予約必要) 1回 500円

医療法人財団 健康文化会

小豆沢歯科

診療時間 (訪問診療可)

月/火/金	9:00~19:30
木/土	9:00~16:30 (昼休み12:30~13:30)
第1・3水	9:00~12:00
第2・4・5水	9:00~16:30 (昼休み12:30~13:30)

板橋区小豆沢1-7-2
☎03-3968-4320

24時間救急指定

「無料・低額診療」実施医療機関
差額ベッド料金はいただきません

医療法人財団 健康文化会

小豆沢病院

院長 篠田 格

〒174-8502 板橋区小豆沢1-6-8
☎03-3966-8411

矯正歯科専門

すずき矯正歯科

【完全予約制】☎03-5997-1188
(予約受付 10:00~18:30)

診療日: 月(隔週)・火・水・金・土・日(隔週)
ご予約される方は、お電話にてご連絡ください。

板橋区成増 1-14-13 池田ビル 3階

サンパレス歯科

●診療時間
月・水・金 午前10:00~1:00
午後 3:00~9:30
(火は午後7:00まで)

土 曜日 午前 9:00~1:00
午後 3:00~5:00

●休 診 日 木曜日・日曜日・祝日

板橋区板橋1-27-6 サンパレスビル205(まいばすけっと2F)
☎03-3964-5585

内科診療所

ひきた
疋田医院

診療時間 午前 9:00~12:00
午後 2:00~ 6:00

休診日 水曜/日曜/祝日/土曜午後

板橋区幸町 6-6 <http://www.hikita-iin.com>
TEL 3955-0336

作品展賞状贈呈式

来年はさらに腕を磨き出品しよう!

10月27日(火)〜30日(金)に開催いたしました「作品展」

板老連本部事業報告

において、優秀な成績を収めたみなさまに対して、12月4日(金)に今年はコロナ禍の中「表彰式」の代わりに「贈呈式」を行いました。感染拡大防止策(マスク着用、検温、手指消毒、3密回避)を施しながら区長賞(金賞・

銀賞)をはじめ社会福祉協議会会長賞、シルバー人材センター会長賞、板老連会長賞を10時から、団体賞を11時から2回に分けて、「表彰状」と「賞状」を贈呈しました。受賞者の多くが、来年はさらに腕を磨き出品しようと言っていました。(教養部 山口)



陶芸や手芸の部



パネルで活動紹介



連合会名をわかりやすく展示



会員の力作がずらり

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

氷川町整形外科・皮ふ科
診療時間表
AM 9:00~12:30
PM 3:00~6:30
△2:00~5:00
皮膚科・美容皮膚科
AM 9:00~12:30
PM 3:00~6:30
板橋区氷川町26-1 ☎6915-5852

すずき内科
診療時間表
9:30~12:30
15:00~19:00
※受付は診療時間終了の15分前までです。
●休診日 日曜・祝日・夏季休暇・年末年始
☎03-5918-9968
板橋区蓮根3-9-11 ライオンズプラザ西台駅前1階A号室

石井歯科医院
板橋区赤塚新町 1-21-6
☎03-3939-0772
診療時間表
9:00~12:00
14:00~19:00
▲14:00~16:00 【休診】日曜・木曜・祝日
東武東上線 下赤塚駅南口徒歩2分 / 東京メトロ 地下鉄赤塚駅徒歩3分

ひまわり歯科
診療時間表
10:00~13:30
15:00~21:00
★土・日の午後は14:30~18:00 休診日/水・祝日
板橋区大山町36-9 スワンビル2F
東武東上線「大山駅」より徒歩3分。
駅前「ハッピーロード大山」商店街内
☎03-3956-8648

義歯に関するお悩み事、何でもご相談ください
木村歯科医院
診療時間表
午前 月~土 9:00~12:00
午後 月火水金 14:00~20:00 土 14:00~17:00
休診: 日曜・祝日・木曜午後
板橋区大山金井町 53-2 ☎03-3957-1735

ねや内科クリニック
診療時間表
9:00~12:30
14:30~18:00
休診/水曜・土曜午後・日曜・祝日 △土曜午前は9:00~13:00
発熱のある方は電話をしてから、お越し下さい
TEL.03-5922-5100 駐車スペース 23台
板橋区徳丸5-3-22 http://www.neya-naika.jp

支部紹介

第1支部

第1支部の町の歴史

第1支部は板橋・仲宿地区に存在し、15クラブあります。

◆町の歴史

旧中山道を中心に宿場町として栄えた町です。古い地図を見ると、仲宿の栄えた街並みと、

されています。また、豊島病院の正面付近には馬見所があったとのこと。

周辺に田んぼが広がっていたことがうかがえます。名所もありますが、「日本橋」近くに「えんきり」というお地蔵様があります(笑)。

また、加賀という地名は、加賀百万石の下屋敷のなごりで、周辺には馬・牛の牧場があったそうです。その証拠として、明治時代の地図に豊島病院周辺を中心に板橋競馬場の存在が明記

石神井川の中根橋あたりでは、「子どもの頃よく水遊びをした」という話を高齢者の方々から聞き、今では考えられない状況のため、なにかロマンを感じます。

※このような情報は、板橋地域センター内観光課に行く資料があると聞きます。

第2支部

ラジオ体操 悔るなかれ

相変わらず厳しいコロナ禍のなか、ほとんどの行事が自粛で中止となる現在でも安定して活動しているのは、毎朝のラジオ体操と子ども見守りである。

今年50周年を迎えた南町ラジオ体操の会は、近くの西光院という寺院で日曜を除く毎朝7時よりラジオ体操を行っている。近くの中丸白寿会や南町八千代の老人クラブの方々も毎朝参

加しており、誰でも参加を歓迎している。50周年を祝う会を計画し参加者全員で記念写真も撮ったが、コロナのためいまだ中止のままになっている。

西光院のセールスポイントは、白蛇が住んでいたと伝わる樹齢400年の文化登録された椎の木が参道で樹勢を誇り参拝者を迎え、境内には四季折々の花が訪れる人を楽しませてくれることだ。

ラジオ体操を行う人の体力年齢は、実年齢より20歳若いと言われているが、今流でいうとフレイル予防にも役立っているよ

うだ。中には足が不自由な方も高齢者用歩行器を押しながら参加している。自分では気がつかないが体操していない人 compared to、体のバランスが優れているのは確かである。

みなさん毎朝元気に体操ができる健康を実感し、高齢化が進む今お互いコミュニケーションを図り、地域の人たちとの絆が深められているのは確かである。

(第2支部 福代)

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

山櫻診療所 内科 小児科

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

休診：木曜・日曜・祝日 ※土曜は13:00まで

板橋区上板橋 3-15-5

03-3933-8739

一般社団法人 日本糖尿病学会認定
糖尿病専門医 伊藤 景樹

伊藤 内科クリニック
小児科

板橋区成増 1-17-10 ☎03-3930-5114

診療時間
月・火・木・金 9:00~13:00 / 16:00~20:00
水曜日・土曜日 9:00~13:00
休診日/日曜、祝日、土曜午後、水曜午後

天木診療所

板橋区清水町47-7

03-3961-3913

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○	/
17:00~19:00	○	○	○	/	○	/	/

予防接種の受付は午前11:30、午後18:30迄となっております

にんや薬局

☎03-5968-8097

板橋区成増 2-26-18-1F
定休日 木曜・日曜・祝日

小暮眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:30~12:30	○	○	○	休診	○	△	休診
午後2:00~5:00	○	○	○	休診	○	休診	

▲第3土曜休診

板橋区成増3-10-5

03-3979-3555

荒瀬医院

内科・循環器内科・小児科

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

休診日：水曜・土曜午後・日曜・祝日

板橋区赤塚1-10-8 ☎3930-0498

第3支部 板橋の中心で 活動中

第3支部の紹介ですが、範囲は区の地域割り仲町地区（令和3年4月現在）でクラブ数9、会員は860名です。会員の増強については、入会をお願いチラシ・ポスターだけではなかなか承諾してもらえず、人と人と

の繋がりで増やしている状態です。支部体制については、本部理事と支部長は役が長いと弊害も出るため、支部に新風を出すためにも1期で交替し各会長に経験していただいています。支部の行事は、新年会・総会・旅行・手芸・輪投げ・GG大会などを開催しています。また、各クラブでは独自にゲートボール・GG・体操・手芸・踊り・合唱会・輪投げ・ポッチャ・ペ

タンクなど、もろもろのイベントを行っております。地域的には旧川越街道が、大山・弥生町を通り抜け古くからの街道として栄えた地区です。現在は、板橋の中心として繁栄を続ける地区で、名所・古跡は少ないですが、住めば都で環境もよく便利で住み心地のよいところです。

（第3支部 岡田）

第4支部 地域紹介

第4支部は中仙道と環状7号線が交差する本町、大和町、双葉町、富士見町、そして前野町の5町内に11クラブ740名の会員が活動しております。地域としては、板橋区の中央部に位置し、交通の便も良く、都営三田線、東武東上線が走っており、またバスも幅広く運行しております。商店街というより住宅街が占める地域で、非常に住みやすい町です。各クラブとも積極的に年3回の輪投げ大会、例年8月にはカラ

オケ大会が定例行事です。また第4支部での一泊旅行、および日帰り旅行を実施しておりますが、昨年からはコロナ禍で中止していますが、昨年秋季に深大寺および植物園をバス3台で見学しました。各クラブの会員の方々は実施される日を、心待ちにしております。第4支部の地域内に新たな名所として、大相撲常盤山部屋が本年3月に前野町6丁目に移転してきました。大関貴景勝、関脇隆の勝をはじめ十両力士2名小部屋ながら将来楽しみな部屋



常盤山部屋



です。われわれも喜びが増えて楽しみにしております。

（第4支部 土田）

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

内科・外科・整形外科・皮フ科
理学療法・成人病検診・ドック・健診

徳山内科外科

板橋区坂下3-12-10
TEL 03-3966-8737

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:30	○	○	○	○	休	○	○
PM 3:00~ 6:00	○	○	○	○	休	○	○

整形外科・訪問看護・泌尿器科・人工透析

医新会 医新クリニック

板橋区大山町23-1
☎ 5995-5100

一般診療・各種保険取り扱い

訪問看護ステーション にりんそう
板橋区大山町11-4 201 ☎ 5926-8671

氷川神社
井上医院

■ 診療案内 循環器科・内科・小児科
■ 診療時間（受付は終了の15分前まで）

	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~1:00	○	○	○	休	○	○
PM 4:00~7:00	○	○	○	休	○	休

休診日：木・日・祝日・土曜午後
板橋区赤塚4-17-11 TEL 5968-5777

お薬手帳はとっても便利です。

★お薬手帳をもっていると…
・処方された薬を一冊で管理できるので、飲み合わせの事故を防げます。
・過去の履歴が残るので、適切なお薬の処方に役立ちます。
・かかりつけ薬局を持つとより効果的です。

！災害の多い日本！
あなたは非常時のために、
救急用医薬品(薬箱)を
備えていますか？

●避難所での生活は慣れないことが多く、体調を崩しやすくなります。そのため、自身や家族の健康を守るためにも、救急用医薬品(薬箱)があると、とても役に立ちます！

サニー薬局 板橋区大山東町 57-6
トナハイツ 1F
TEL.03-5248-2058 FAX.03-5248-2059

おだ整形外科クリニック
ODA ORTHOPAEDIC CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:30	○	○	○	休	○	○	休
15:00~18:30	○	○	○	休	○	休	休

受付は診療開始の30分前からです。
板橋区大山西町14-2
☎ 03-3973-5007

第5支部

コロナ禍の中支部活動を振り返る

皆様、こんにちは！

昨年からの「コロナ感染症拡大」の中、活動も思うようになりませんね。そんな毎日、われわれ第5支部の活動を振り返ってみました。大谷口、桜川地域

内の15クラブの集合体が第5支部です。石神井川が流れ都立城北公園もあり緑豊かな所です。月1回、定例会は、総勢17名

で内、女性は5名です。今取り沙汰されている問題など全くない。支部最大の事業は、毎年9月に開催する「駅まつりの集い」です。参加者は、各クラブから5名、総勢75名、クラブごとの応援も華やかで、賑やかです。

他地域へも和が広がり、お買い物先で偶然の出会いにも、あら先日はどうも、などと楽しい会話が生まれたりします。他にそれぞれ地域センター町会行事に積極的に参加して元気に活躍しています。が今の状況ではそれもできず、一日も早いコロナの終息を願っています。

(第5支部 根本)

第6支部

コロナ終息後に希望を抱いて

私たちの第6支部は東上線常盤台駅の周辺から上板橋駅周辺にかけて活動しています。近辺には常盤台地域センターを始め平和公園などあり、各種の支部行事などに利用しています。

恒例の常盤台地区桜まつりは毎年3月に平和公園で開催さ

れ、6支部役員の皆様全員の参加で各種イベントの内「環境クイズ」コーナーを担当し、子どもとも楽しく交流し喜ばれておりました。

しかしながら昨年1月より発生した新型コロナウイルスの感染拡大により各種支部活動は一部を除き中止しております。なお単位クラブのサークル活動は将棋、健康麻雀、囲碁などは当分中止とし、室外のサークルはグラウンドゴルフ、歩こう会な

どは必要なコロナ対策をして楽しんでいきます。今後とも支部皆様のご協力をいただきながら、コロナウイルスの終息まで健康に留意して頑張ります。

(第6支部 宝田)



第7支部

協力しあう支部を運営

第7支部は清水地域センター

管内でクラブ数は7クラブと少なく会員数も高齢化が進み480名ほどになっております。

交通の多い環七と中山道があり、高速度と大変危険な地域です。支部行事は2月3支部合

同新年会(第7・8・9)から始まり、6月輪投げ大会、8月カラオケ大会、スポーツにおいては清和クラブが東京大会に「輪投げで優勝」して、第7支部としての慶事です。グラウンドゴルフ

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

SANEI
総合インテリア製品の製造販売
店舗内装工事の設計施工
株式会社 サンエー
東京都知事許可(般-1)第151553号
板橋区板橋2-40-6
TEL 03-3962-5641(代)

板橋区より褒状受章!
大谷建装工業株式会社
外壁塗装・屋根塗装
TEL.03-3934-6293
板橋区西台1-47-8 営業:月~土/8:00~17:00(日曜定休)

ネジの製造
株式会社 神谷製作所
板橋区小豆沢1丁目19番20号
TEL 03-3967-7511
FAX 03-3967-7633

ときわ台の杜
天祖神社
板橋区南常盤台2-4-3
電話 03(3956)6168
<http://www.tokiwadai-tenso.com/>

離婚 相続 不動産・賃貸借
相談のみ可。まずはお気軽にお問い合わせ下さい
かいほう
海宝法律事務所
東京弁護士会所属 弁護士 海宝 三敬
TEL:03-5926-7502
早朝・夜間・休日・出張相談も承ります(予約制)
板橋区向原2-19-2 トモエハイツ1階

KAWADA
KAWADA INDUSTRIES, INC.
株式会社 河田工業
板橋区板橋4-15-5
TEL 03-5943-7721

フも毎月4回程度行っておりま
す。作品展においても区長賞を
朝日クラブと蓮沼大原寿会が何

第8支部

クラブ活動活発 楽しくみんなが参加!

板老連の中で、第8支部クラ
ブ数は最小の6クラブでした。
2018年6月に、新クラブ煌
き俱樂部が誕生、しかも親子2
代にわたる会長役に感動しまし
た。支部会員数478名、会長年
齢層は68歳から上は88歳です。
支部の地域環境は旧街道、清

第9支部

健康・友愛・奉仕活動が 盛りだくさんのクラブ

社会奉仕活動の道路清掃は、
毎週1回10人以上の参加者で実
施しています。また、友愛活動
も毎月10人以上の対象者を見守
り、1人に対し、2回以上は必
ず訪問し、対話・話し相手・安
否確認の電話等で声かけをして
います。室内では輪投げ、ぬり
絵、健康体操、カラオケなど、

回もいただいております。最後
にこれからも各クラブの会長さ
んとの協力の下で親睦を深め、

運営していきたいと思ってい
ます。
(第7支部 中沢)

水坂を境として坂上
に4クラブ、坂下に3
クラブの構成です。地
域には数々の名所旧
跡が見られます。まず
薬師の泉、一里塚、に
りん草群生地、小豆沢
公園野球場、小豆沢
育館など。また、会員相互の親
睦を深めるグラウンドゴルフを
健康づくりとして、毎週、小豆
沢野球場で実施。競技の魅力が
会員増強に繋がっています。



たくさんの参加者が集います

当支部が、誇る行事
として「カラオケ演芸
大会」は1996年7
月に、第1回発足。本年
度は第47回を数え、志
村コミュニティホール
で実施。担当は当番制
で運営されています。

外ではグラウンドゴルフを行
います。教養向上活動と健康増進
活動は年間行事です。
板橋区からの指導があり、4
月から7月までは会場が使用禁
止となっていました。8月は恒例の
夏休みをし、9月から活動再開。
12月まで活動いたしました。が、
令和3年1月より3月まで再度
会場が使用禁止になり、現在は
活動休止しています。今回感じ
たことは、3密防止のため大人
数で集まること・飲食すること

禁止では、カラオケは成立しな
いということです。健康体操も
今までは毎月第1・第3水曜日
の午後の2回、吹き矢と10の筋
トレを実施してきましたが、月
4回の教室にしようとの話も
あり、追加した曜日と時間が
違ったため集まりが少なく感じ
ています。
早くコロナが終息してまた元
気に楽しく活動できますよう頑
張りましょう。
(第9支部 後藤)

(第8支部 平野)

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

お肉美味しいよ!
肉「マルサン」
特選黒毛和牛
株式会社マルサン
板橋区上板橋2丁目2-23
☎0120-298-540

銘茶 海苔 茶器
ウェル マカベ
いっぶくの茶と味と香りを御贈答用に...
☎03-3930-2086
板橋区成増 2-9-1
有限会社 眞壁商店

鮎 二葉
営業時間 / 11時~22時 (14時~16時は休憩)
定休日 / 火曜 (祝日は営業)
出前承ります 当日予約可
板橋区赤塚1-9-14 ☎3977-9111

「ねたきりゼロ」10か条



- ①健康なからだをつくろう
- ②病気の早期発見と予防につとめよう
- ③事故防止に心がけよう
- ④メリハリのある毎日を送ろう
- ⑤1日1回は外に出よう
- ⑥友達や仲間をつくろう
- ⑦社会活動をすすめよう
- ⑧家族の協力で自立につとめよう
- ⑨保健・福祉サービスを上手に利用しよう
- ⑩私は _____ ができる

あなたができる目標を1か条加えましょう

コロナ禍でも心通うイベント開催



第11支部世代間交流15クラブ共催事業 第1回 ひこばえプロジェクト

新型コロナウイルスがまん延し、気持ちが沈む中、少しでも心が晴れるようにとひこばえプロジェクトが開催されました。成増・赤塚地区の6つの小学校の生徒を対象に、生徒と高齢者の心を通い合わせ、絆を深めるため「小学2年生とシニア世代の交流」がテーマの絵画を募集し展示。その様子をぜひご覧ください。

と き：2月5日(金) 13:00～17:00
2月6日(土) 9:00～17:00
2月7日(日) 9:00～17:00
ところ：赤塚庁舎1階ロビー

未来と希望のハイタッチ

新型コロナウイルスが猛威を振るい、緊急事態宣言によってすべての活動が中止を余儀なくされました。こんな時だからこそ手をこまねいてじっと時間が過ぎるのを待っていることはありません。今だからこその価値があるものを探します。孫と祖父母の心が通う世代間交流、時間があっても会えない状況を絵画と言葉を添えて、嬉しかった・楽しかったことを一枚の画用紙に表現してい



一生懸命選びます

ただくことを小学校の校長先生にご相談、即答で賛成をいただき協力を約束してくださいました。老人と子どもが触れ合うことなく安全安心の事業骨子ができ、成増・赤塚・成増センター管内6校の2年生550名による作品が集まりました。うち70枚の優秀作品が選ばれ、赤塚庁舎フロアに3日間展示されました。入場者350名、コロナ対応の初の試みが大盛況に終了、協力者に深く感謝を申し上げます。

(第11支部 坂本)

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

医療法人社団 希光会
西尾医院
内科・小児科・外科・整形外科
胃腸科・肛門科・循環器科・泌尿器科

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	●	●	●	●	▲
14:30～18:30	●	●	●	●	●	—

▲8:45～12:30 【休診】日曜・祭日
板橋区常盤台 3-26-15 ☎03-3960-4970

整形外科・内科・リハビリ
篠遠医院
板橋区蓮沼町20-14
TEL&FAX 03-3966-4901

診療時間：午前 9:00～12:30 午後 4:00～7:00
午後 手術・往診可
休診日：日曜・祝日・木曜・土曜午後

医療法人社団 幸徳会
かとう内科クリニック
甲状腺・糖尿病・骨粗鬆症

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
15:00～19:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日：水曜日・祝日
☎03-3977-8222 予約可
本院 板橋区成増2-17-6 エクセルKSY 1F
小竹分院 練馬区小竹町2-3-1 GRANDE KOTAKE 1F

認知症に勝つ！
楽しい脳トレ

クロスワード
クイズ など

まずはクリック！
脳トレ ニチコミ 検索

居宅介護支援 はな
板橋区蓮根 2-10-15
TEL:03-5392-9010
営業時間：平日 9:00～18:00 (土・日・祝・年末年始は休業)

訪問介護 ヘルパーさん大募集中
めだかの学校 蓮根
TEL:03-5914-1336

高島平介護センター
介護と暮らしの相談室
http://www.k-f-service.com

- 居宅介護支援 ケアプラン作成・介護保険の相談・申請代行
- 訪問介護 ホームヘルパー派遣

高島平2丁目33-1-205
高島平団地・吾番街
(ヒューリックの2階) ☎3935-7166



多くの作品が集まりました



阿部連合会長も視察



◆「ひこばえ」とは？
ひこばえ
孫生えという木の根元から出
る若芽のことを表しています。

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

全国の老人クラブ活動はコチラ！
まずはクリック！
クラブ特集 ニチコミ 検索

リフォームから新築まで
介護保険による住宅改修も
ご相談ください

一級建築士事務所
株式会社 島ケン工務店

板橋区徳丸 2-29-10
TEL 03-3936-0576

株式会社 つくし工房

安全標識 朝礼掲示板 特注看板 保護具・安全用品
重機接触防止装置 土木工用保安機材 熱中症対策用品
配管識別用品 企画デザイン・印刷 贈答・記念品各種

☎03-3977-3333
板橋区赤塚 3-31-7

つくし工房のカatalog・商品ご案内サイト つくし工房 web catalog 検索

葬儀・終活のえにし
無料相談コーナー完備
訪問相談、電話相談も無料にて承ります

24時間
24時間
対応

0120-76-0982

東武練馬駅 北口 本店⇒徒歩10分
駅前店⇒徒歩3分

株式会社えにし 葬儀相談サロンリエニ
板橋区徳丸1-20-18 板橋区徳丸2-3-11

東京警察病院指定
目黒板橋病院指定

こひなた葬儀社は、東武東上線
成増駅北口より徒歩2分の所に
ございます。もしものときは、
夜間・早朝にかかわらず、お電
話下さい。
ご指定の場所へお迎えに伺います。

有限会社
こひなた
小日向葬儀社

ご相談、ご依頼はお客センターへ
TEL 03-3930-1971 年中無休
24時間

成増北口駅前店：板橋区成増3-5-5

葬儀とお花・お仏壇

経済産業省認可50産第1784号
東京都葬祭業協同組合 区民葬・都職葬・他各契約葬指定店

心をこめたお葬式 板橋区/区民葬指定業者
コーディアルセレモニー

板橋区高島平1-48-1 ☎03-3937-7761
☎0120-849-404 24時間年中無休

デザイン仏壇 コーディアル
板橋区高島平1-79-3 トミコシ会館1階 ☎03-6281-0181

支部紹介

第10支部

ふれあい欠かさぬ 10支部を紹介

東武東上線の上板橋駅、東部練馬駅の北側から首都高速道路5号線「中台ランプより下り線」の間にある地域で、町名は西台、徳丸、若木中台にお住いの方々です。

クラブの名称は、徳丸みどり会、三ツ和熟年クラブ、徳丸親和ほのぼのクラブ、徳丸ニュースターの会、徳丸春秋会、西台第一白寿会、西台第二白寿会、西台五美会、若木権の実会、たまゆら会、若木明和会、中台若松会、SUNクラブの13クラブで構成されています。

に2回のカラオケ・演芸大会の開催』『健康輪投げ大会の開催』『春秋の日帰りバス旅行の開催』『支部内のクラブ交流』等の開催を楽しみに、会員一人ひとりが「マスクの着用」「身体距離の確保」など、基本的な感染防止策を講じながら、地域社会にあつて孤独や孤立を防ぐために、友愛活動も距離を保ちながら、ちよつとした声かけで孤立させない運動を展開してまいりたいと思います。

「健康寿命の延伸」を掲げ、『年

(第10支部 佐藤)

第11支部

支部活動の重要性

わが支部の方向性は15クラブが足並み揃えることに重点を置いています。月ごとの会長会が楽しければ全員が揃う、まずはそのところからスタートであります。会終了後必ず軽く一杯の席を設け、会議で言えない腹藏なく言える機会を作り、皆が打ち解け親近感を覚え、会を重ねるごとに会合が明るくなり、日

の浅い会長も自分の居場所が定まり居心地が良くなります。すると多方面に協調性と協力が生まれます。単一クラブでは会員の減少により持続できないダンス部やゲートボールも支部の活動とすれば愛好家を減らすことなく続けられ、輪投げ大会、グラウンド・ゴルフも同様にやっています。

すぐに使用可能です。グラウンド使用をクラブで争うこともなく費用も安く済んでいる。このようなことがおのの単一クラブの運営や役員後継者についても影響が出ていると思われる廃会寸前のクラブを救うこともできました。

この方法で新しく始めるスポーツ、ペタンク、ポッチャの用具も支部の備品として購入、保管もグラウンド管理倉庫にあり

全国奉仕活動や世代交流事業を全クラブが足並み揃え実施され成功したことなどから、支部の運営の重要性を実感しているところ です。

(第11支部 坂本)

第12支部

住んでいる地域を 散歩しながら

昨年今の頃から勃発して世界的に大混乱を巻き起こしているコロナ禍は年が明けても感染拡

大するばかりです。無症状の感染者もあり、自分も不安が募り、不要不急の外出自粛を求められ

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

預り保育 平日 7:30~18:30
夏冬春休みも、お預り保育あります
東京都認可 *****
なりますようちえん
TEL 03-3930-0831
おとうさん おかあさん ありがとう
板橋区成増 4-30-14 げんきになかよくがんばるこ
緑と太陽に恵まれた理想的な自然環境

芝生のお庭でのびのび保育!
東京都公認
みその幼稚園
芝生園庭・運動場・屋外プール
自然観察園・みその果樹園
東京都板橋区三園1-30-1
TEL 03-3930-6610 FAX 3979-1100

社会福祉法人 友和会
友和保育園(本園)
板橋区坂下 1-21-9
TEL 03-3966-4036
友和の森保育園(分園)
板橋区小豆沢 3-1-25
TEL 03-5916-3700

夜間外出の際は
反射材
の着用を!!
反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



がまん ゆっき やさし
社会福祉法人 さくら福祉会
さくら保育園
板橋区東新町 1-17-7
TEL:03-3956-6302

社会福祉法人 成増会
成増保育園
板橋区成増2-24-7
電話 3975-5360

自宅にこもりがちでも仕方がないので一人で散歩をすることにしました。永年住み馴れた高島平地域で何とも感じませんが改めて歩いてみると良いところがたくさんあります。道路整備が良くデコボコ道や坂道もあまりありません。

都営三田線西台駅から終点西高島平駅間の高嶋通りの銀杏波並木通りが素晴らしいです。春新芽が始まり新緑の銀杏は散歩の日陰をつくってくれ秋は黄色にと自然の四季を感じます。高島平団地内の前谷津川緑道は、今頃白・赤の梅が咲き始めこの後はしばらくすると桜が満開の季節を迎えるのか楽しみです。高島平団地内団地緑地帯も水かちヨロ

単位クラブだより

高一寿会

第12支部

毎年楽しみ旅行紹介

高一寿会は、各クラブの会員どうしで毎月旅行代金を積み立てながらの旅行を紹介します。

◇麻雀クラブ

実に8年間、毎年春と秋に湯河原温泉の保養所へ出かけま

チヨロ流れる公園内も歩いていて本当に四季を感じます。5月頃になると六の橋通りの花みずきの花が満開となる頃、大東文化大学沿いの通りに「つつじ」の花が同時に咲く頃は見事でありま

す。高島平地区は各地域の歩道沿いにつつじが咲いています。新河岸川の両側に植樹されている桜並木を徳丸橋から眺めるのも素晴らしいです。ちよつと足を伸ばして花大会が行われる荒川堤防まで広々とした雄大な景色を眺めることができます。夏には高島第六小学校近辺に、赤・白の百日紅さるすべりが割り合い良く咲き乱れるのも見事です。

板橋百景指定の団地中央通りも大きな樹木並木も四季を通じ

す。宿よし料理よしで、毎回楽しみ。朝早くから夕食を過ぎても夢中で研修を行っています。

◇グラウンド・ゴルフ

何年も続く歴史ある行事で、毎年春に千葉県の太陽の里へ2泊3日で行きます。着いた日

天気恵まれ旅行日和



天気恵まれ旅行日和



お気に入りの散歩路

て楽しめます。赤塚公園の新緑紅葉もしかり二輪草の咲く頃に眺めながら歩くと溜池公園に到着します。

健康で長生きができますように神頼みです。西台天祖神社までの坂道や石段もあり、健康にもってこいと思っています。

毎月変わりゆく街並を探索するのもまたよし。寒さ暑さも分かるものでもあります。

(第12支部長 宇於崎)



会員みなさん大満足

と次の日にグラウンド・ゴルフを行い、その後は温泉に浸かっつてのんびり過ごすのがなにより癒やされる3日間です。料金の割に食事も立派で、なによりバスで送迎してくれるのがいいなと会員一同喜んで

(高一寿会 宇於崎)

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

シニア川柳 作品募集中

大賞:商品券 10,000円(1名)
優秀賞:商品券 5,000円(5名)

【お題】
健康

募集期間:令和3年6月30日まで

まずはクリック!
川柳 ニチコミ 検索

Since1968 おかげさまで50周年

社会福祉法人 あすなる福祉会

あすなる保育園

☎ 03-3963-5678
http://www.asunarochoikuen.net/
板橋区仲宿 25-6
(板橋区役所前駅より徒歩8分)

赤塚幼稚園

☎ 03-3930-0990
板橋区赤塚2-3-12

子どもの豊かな心と生きていく力を育む保育を目指します

社会福祉法人 大和の園

やまと保育園

板橋区大和町 2-2
TEL.03-3961-8855

社会福祉法人 松葉の園

松葉保育園

陽だまりのような心地よい保育園

板橋区氷川町 27-2
☎ 03(3961)1369

守ろう! ~警察署からのお知らせ~

電話でお金のお話が出たら詐欺です!

子、孫、甥、警察官、金融庁職員、銀行員、百貨店店員などからのお金のお話は注意! 「個人情報が出ている」「逮捕状が出ている」と電話で言われても、慌てず、一人で悩まない。管轄の警察署に至急ご連絡いただければ、適切なアドバイスをいたします。



還付金詐欺の電話が毎日かかってきています!



ATM等で医療費やその他の還付金が戻ることはありません。「携帯電話とキャッシュカードを持ってATMに行ってください」は詐欺です。絶対にだまされないでください。

携帯電話に料金未納を知らせるメールが!

コンビニで電子マネー、プリペイドカード、ギフトカード等を買わせ、番号を言わせる(写真に撮って携帯で送らせる)、マルチメディア端末を操作させてレジでお金を支払わせる。このような指示は詐欺です。絶対やらないでください。



特殊詐欺が
あなたを狙っています!

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

DUSKIN 介護保険を使わない
喜びのタネをまごころ 在宅介護サービス
いつまでも自分らしくお一人おひとりに
合わせてオーダーメイドサービス

身のまわりのお世話 外出の付き添い 身体介護 趣味のお相手・お話し相手

ダスキンライフケア高島平ステーション
板橋区新河岸 2-9-16 ☎ **0120-237-647**
相談無料! まずはお電話を!

公益財団法人 愛世会
介護老人保健施設
シルバーピア加賀

板橋地域包括支援センター
加賀居宅介護支援事業
訪問看護ステーション

板橋区加賀1丁目3番1号
TEL:03-5248-2661

よつば介護
よつば訪問看護ステーション

株式会社 よつば

板橋区中板橋 22-9 堀越ビル 101
☎ **03-5944-1766**
<https://yotuba-houmon.com>

鼻炎・花粉症を和らげるツボ

指でツボをしっかりと押さえましょう。

肺穴 大腸 合谷

※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。異常を感じたら止めてください。

住宅型有料老人ホーム

めいと板橋三圓

板橋区三圓 1-25-8
TEL:03-3977-3700
都営三田線「西高島平」駅より徒歩 12 分
株式会社めいとケア

社会福祉法人みその福祉会
ケアタウン成増
板橋区成増 4-14-18

特別養護老人ホーム ショートステイ デイサービス
ホームヘルプサービス 居宅介護支援事業
成増おとしより相談センター(成増地域包括支援センター)

▶施設見学など、お気軽にお問い合わせください◀
特別養護老人ホームほか (03(3939)0763
成増おとしより相談センター (03(3939)0678)

危険から自分で身を

詐欺山柳

- ・ そんな金あるはずないと電話切る
- ・ 気を付けて詐欺の手口は日々進化
- ・ 疑わら電話の向こうは詐欺犯人



留守番電話を有効活用しましょう

① 在宅時も留守番電話に設定します。着信があってもすぐに出ません。



② メッセージを聞き、相手を確認し必要があれば電話しましょう。
※ ナンバーディスプレイ機能の利用でさらに安心



③ 相手も分かり、安心して通話できます。



板橋警察署 03-3964-0110
志村警察署 03-3966-0110
高島平警察署 03-3979-0110

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。



共茂（きょうも）への創造

24時間365日緊急対応

訪問看護ステーション 共茂

板橋区坂下 2-6-1 ロワイヤルシャバール 403

利用者（あなた）の想いに耳を傾けます
利用者（あなた）の想いが適うよう支援します
専門知識技術をもち、あなたらしく生活できるようにあなたの自立を支援します

共茂 ☎03-6337-0430

ロコモティブ シンドローム チェック



「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
- 手すりがないと階段の上り下りが困難
- 15分以上連続して歩き続けられない
- 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

- 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない
 - 2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
 - 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
- 上記の症状の一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で予防しましょう。

短歌

松坂

弘選・評

天 連れ合いを思うやさしい気持が素直に詠まれていて、読者の心をなごます一首です。どうぞ、お幸せに。

地 新型コロナが蔓延して、古里への旅行もままならな

い。コロナを憎んでも憎み切れないのです。

人 年を取ってからの骨折はなおりが遅いもの。でも早く歩きたい一心でリハビリにはげんでいるのです。

天 連れ合いの介護は忍の一途かと己に叱咤きようを育む

久々に孫より近況知らせこし

蓮根南やすらぎ会 関根 義信

メールの若者語彙にわれは戸惑う
乃ぐち松寿会 新井 美知

地 房総は春先どりの花見ごろ

白みたる雲海に浮く竹田城

行きたき思いをコロナが阻む

戦の将のおもかげ偲ふ

乃ぐち松寿会 上野 晴美

乃ぐち松寿会 篠崎 章子

人

骨折し卒寿の坂はきびしくて

土ふむ足にてリハビリはげむ

東新東寿会 田中 タイ

凍てる夜天空に浮く満月に
我が家の安泰われは祈りし
乃ぐち松寿会 松村 綾子

解凍をしようと伸ばす早朝の

布団の中に私の体を

朝日クラブ 西谷 照子

歳老いて迎えし弥生の誕生日
嬉しくもあり嬉しくもなし
仲宿睦双葉会 藤生 桂風

苦節五年渾身フオア振り抜きて

五度目の女王五輪へ決意す

朝日クラブ 藤越 秀明

久々に句をひねりある夜もすがら
あくび一つで終りとなりぬ
仲宿睦双葉会 増野 信子

年輪を越えて舞いたり迎春の

往古しのびし春雨の舞を

坂下わかば会 鈴木ミツ子

見通せぬ三密の日々意気沈み
国民学校の夏しのびある
仲宿睦双葉会 新田 大寒

戦後なる物資不足の厳寒に

素足通学を写真にて知る

仲宿睦双葉会 杉本フミエ

約束の手形も無しあきないの商売は

電子マネーで終りとなりぬ

仲宿睦双葉会 増野 孝雄

行き止まりの道と気付きて引き返す

怪訝なる視線背せなに感じて

金沢千とせ会 加藤 蓉子

自粛する今も変わらずアルプスは

白銀眩しと友の便りに

赤塚百寿会 岡田千代子

川柳

自粛日々ストレス体重増すばかり

仲宿睦双葉会 杉本フミエ

三密は防空壕の暗さかな

仲宿睦双葉会 新田 大寒

「加齢です」返す言葉がありません

朝日クラブ 西谷 照子

コロナだよコロナで日も暮れる

仲宿睦双葉会 藤生 桂風

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

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♪

よく噛んで、歯を大切に!

真言宗 豊山派

常楽院

板橋区前野町 4-20-8

☎ 03-3960-6593

曹洞宗

松月院

松月院幼稚園

板橋区赤塚 8-4-9

電話 03-3930-0004

曹洞宗

延命子育地蔵尊

福泉寺

永代供養墓 慈福観音

板橋区中板橋 29番2号

電話 03-3961-4087

浄土真宗

一心山 昌玲寺

板橋区前野町 5丁目 41-5

フードバンク いたばし事務局

TEL 03-3965-2780

FAX 03-6789-2242

俳句 星利生選・評

天 湖の風景に富士山が加わると、それだけでそよ風もきらきら光って過ぎるように見えて「風光る」とも。

地 コロナ禍に悩んでいるだけに医師や看護師など医療従事者の貢献が期待され、明け番の

人 ナースのくさめも他人ごとではない。コロナ蔓延の時期だけに基礎疾患にはくれぐれも注意したい。コロナを「正しく知り」「正しく恐れなければ」

天

富士入れて山の湖風光る

東新東寿会 中島 孝祐

地

明け番のナースのくしゃみ春愁う

常盤光寿会 矢島千代子

人

コロナ禍の大寒なれどウォーキング

朝日クラブ 西谷 照子

早春の光集めて子規の庭

常盤光寿会 畑 乃武子

句をひねり身体もひねる冬日かな

仲宿睦双葉会 増野 孝雄

コロナ禍の収束願ひ鬼は外

坂下わかば会 鈴木ミツ子

唸る風繩跳びの子ら宇宙人

仲宿睦双葉会 新田 大寒

凍てもどり寺の裏なる泥の径

赤塚百寿会 岡田千代子

病む窓に深々と積る春の雪

常盤光寿会 尾関 昭子

風光るマスク外して深呼吸

乃ぐち松寿会 新井 美知

ロウバイの香に誘われてウォーキング

乃ぐち松寿会 松村 綾子

平和の灯ゆらりゆらりと春浅し

常盤光寿会 熊野 照美

球根の上のふくらみ春近し

常盤光寿会 松田 翠

絞り染め好みに上がり花すみれ

常盤光寿会 遠藤美代子

うわさには聞けど未だ見ぬ西市（西のいち）

東新東寿会 堀米多賀子

大寒も一と休みかな月白く

大谷口寿クラブ 田中あさ子

寒さ耐え梅のつぼみもほころびぬ

仲宿睦双葉会 増野 信子

命継ぐ孫生えの青生き生きと（ひこぼ）

乃ぐち松寿会 上野 晴美

早春やひかり吸い込む蕾たち

常盤光寿会 宮崎 幸雄

秋深し人力車で行く渡月橋

清和クラブ 岩崎志津江

陸奥の旅桜つくしのバス旅行

仲宿睦双葉会 藤生 桂凰

遠き息子を思い眠れぬ夜寒かな

大谷口寿クラブ 田中あさ子

水仙やダム湖に眠るラブレター

朝日クラブ 藤越 秀明

彼創るカップでコーヒー春を呼ぶ

常盤光寿会 斉藤 洋子

無住寺を瞬時被うは舞う枯葉

仲宿睦双葉会 杉本フミエ

ちよつと添削

八十路坂日に日に散りぬ木の葉髪

↓八十路坂日に日に散らす木の葉髪

東新東寿会 高橋 明

早春の旅はビデオで心旅

↓コロナ禍の旅はビデオで早

き春

常盤光寿会 吉田 憲司

どんぐりをひろい集めて孫笑顔

↓どんぐりをひろい集める孫

の顔

東新東寿会 田中 タイ

凍晴や通学路の列息白く

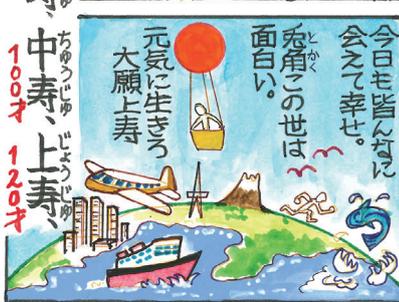
↓凍晴や通学児の列息白く

大谷口寿クラブ 田中あさ子



いたろう君³³

片山遊翁



寿大学で仲間と教養を深めませんか 第22期寿大学のお知らせ

昨年度の寿大学は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、残念ながらほとんどの教室が休講となりまして。今年度も三密を避け、教科によっては2部制とするなど、工夫しながら実施してまいります。

◆学習教科
短歌・俳句・かな書道・水墨画・押し絵・山野草・新舞踊・謡曲・陶芸・囲碁・将棋

◆費用(後期)
中途入学10000円入学金
受講料年間10000円
※教科により別途材料費の負担あり

問い合わせ先
板橋区老人クラブ連合会
養部/TEL:3963-5334 (区役所2階でも受け付けます)

編集後記

緊急事態宣言発令から1年が過ぎました。コロナ感染症の終息はいまだ先が見えません。今号は区内1〜12支部の区割りに目を向けました。改めて自分の居住地あれこれ、単位クラブの活動場所をお確かめくださると嬉しいですよ。(広報部 伊藤)

お詫び
緊急事態宣言発出に伴って板老連事務局のある板橋区この家が利用禁止となり、令和3年1月に街頭に掲示した「公員募集ポスター」をご覧になってお電話いただいた方々に応対することができませんでした。ご迷惑をおかけしたことを、ここにお詫び申し上げます。

お詫びと訂正 板老連183号の「令和2年度 第54回板老連作品展 上位入賞者一覧」に誤りがありました。正しくは表のとおりとなります。お詫びして訂正いたします。

	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
手芸	細井多恵子 子安クラブ	坂田恵美子 愛染寿栄クラブ	荒船 芳子 藤栄クラブ	土屋恵美子 清和クラブ	団体 仲連根寿会
園芸	該当者なし	該当者なし	田中 章 上板橋喜楽会	該当者なし	該当者なし

スポンサー 各位への御礼

この会報「板老連」は、ご協賛していただきましたスポンサーの皆様のご支援により発行することができました。厚く御礼申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようよろしくお願いいたします。

私たちは板橋区老人クラブ連合会の活動を応援しています。

一般・小児歯科・口腔外科
宮歯科クリニック
TEL&FAX 03-5920-5456
板橋区高島平1-68-13
診療時間 平日 am.9:00~pm.6:00 臨時休診あり
土日祝 am.9:00~pm.5:00
西台駅より徒歩5分 宮歯科クリニック

内科・小児科
萩原医院
TEL 03-3961-8380
板橋区中板橋21番2号

内科・小児科・循環器内科
医療法人社団 友晃会 **藤田医院**
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00~12:45 ● ● ● ● 日原 ●
17:00~18:45 ● ● ● ※ ● -
※第3木曜は午後休診
TEL.03-3960-2822
板橋区泉町23-8 http://www.fujitaiin.org/

板橋区協定斎場 青色申告・郵政弘済会指定店
全葬連・各契約葬・福祉葬
都職葬・生前葬可・共済会加盟
葬祭ディレクター1級・2級
霊安室(冷蔵設備有)
創業65年以上の安心と信頼
お気軽にご相談ください。(24時間対応)
株式会社 正美堂
大材葬儀社
TEL 0120-88-5683 板橋区志村3-1-16

水廻り修理&リフォーム
桶川工業株式会社
板橋区大谷口上町85-1
URL http://www.okegawa.co.jp/
TEL 03(3974)6111
リフォーム事業部 03(3974)6113

生活の中のお困り事
TOTAL CONVENIENCE SERVICE **Berry** なんでもお任せください!
サービス一例 ハウスクリーニング 電球交換・お買物
ハウスリフォーム お庭のお手入れ 家具移動・家具組立
水廻りメンテナンス 害虫駆除サービス エアコンサービス
ペンリー東武練馬店
TEL 0120-410-222 板橋区西台2-41-7