



# えどがわ くすのきだより

## 第120号のみどころ

- 2・3面：近況報告・行事のお知らせ
- 4・5面：クラブ紹介
- 6面：随筆他
- 7面：役に立つ記事  
編集後記他
- 8面：特集記事

<発行>江戸川区くすのきクラブ連合会 編集 広報部 〒132-8501 江戸川区中央1-4-1 TEL.5662-0039 FAX.3652-9857

<制作・印刷> 株式会社ニチコミ TEL.03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com/>



「雪景」  
撮影=桑住ゆうゆう・花塚 勝美



「江戸川水門」  
撮影=南篠崎長寿会・羽田 勝彦



「格調高さ(花王)」  
撮影=西瑞江4丁目長寿会・丸木 尚



「富士籠り」  
撮影=江上クラブ・三浦 明正



「お釜晴天」  
撮影=司親和会・神谷 陽子

## 地域の絆で活力ある社会を

### 多田区長あいさつ



新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、ますますご健勝で新たな年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

くすのきクラブ連合会は、現在200クラブ、約18,000人の会員数を有し、全国でも最大級の規模を誇っております。日頃より皆様には元気で活力ある地域の構築に多大な貢献をいただき、深い感謝と共に尊敬の念に堪えません。

さて、高齢化社会において、本区では「医療」「介護予防」「住まい」「生活支援」を一体的に支援する「地域包括ケアシステム」の構築に取り組んでまいります。福祉や医療に精通したスタッフによる様々な相談対応や、地域の支援者の関係づくりの場、誰もが気軽に集える場としての機能を備えた拠点の整備でございます。熟年者が住み慣れた地域では、自分らしい人生を送ること共通の願いでございます。身近な福祉拠点の展開のためには、熟年者の皆様のお力添えは決して欠かすことが出来ません。

くすのきクラブの益々のご発展と皆様がお元気で活躍されることを心からご祈念いたしまして、ご挨拶いたします。

### 高瀬連合会会長あいさつ



新年明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、ご健勝で新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

この度、新たに連合会会長という大役を仰せつかり、大変身の引き締まる思いでございます。誠に微力ではございますが、諸先輩方並びに会員の皆様のご協力を仰ぎながら、業務に邁進したく存じます。ご期待に応えられるよう日々尽力してまいりますので何卒ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

くすのきクラブ連合会は「健康保持」、「教養の向上」、「ボランティア活動」、「レクリエーション」を4つの基軸とし、クラブ内外での交流と豊富な人生経験を通して地域に貢献してまいりました。私たちが健康を維持し、長年培った知恵を幅広く活用していくことは、今後の活用に溢れた豊かな地域社会の実現に繋がると確信しております。今後とも皆様の一層のご協力をお願い申し上げますとともに、ご健勝とご多幸をお祈り致しまして、ご挨拶とさせていただきます。



開会式で紅白勢揃い!

第43回 さわやか体育祭 **3年ぶり開催!**  
大盛況!

平成27年10月22日(木)、3年ぶりにさわやか体育祭が開催されました。過去2回は悪天候に見舞われ中止となりましたが、この日は絶好の運動日和。陸上競技場に集まった大勢の熟年者や園児が元気に走り、笑い、張り切って競技に臨みました。

競技前半は前回のリベンジに燃える紅組がリードしていましたが、次第に白組が巻き返し、見事、連続優勝を勝ち取りました。白組の皆さん、おめでとうございます。また、紅組の皆さんは来年こそ優勝めざして頑張りましょう!



左:村田応援団長(白組)



右:石渡応援団長(紅組)



表彰者紹介 受賞おめでとうございます!

(敬称略)

◆区政功労者表彰

島田 常雄

(小岩北口福寿会)

吉田 政雄

(二東長生会)

宇留野 正次

(本郷第一五月会)

石亀 義一

(鹿島みどり会)

村田 孝行

(七軒ことぶき会)

◆東京都高齢福祉功績者

平川 睦雄

(西篠崎東寿会)

◆東京都優良老人クラブ

今井長寿会

(特別表彰)

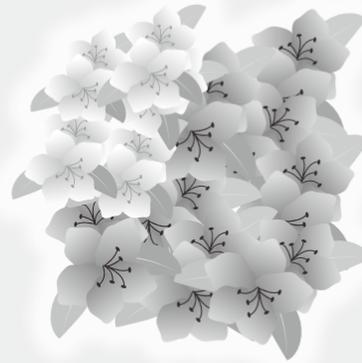
(代表者 大山 芳男)

新連合会会長就任(敬称略)

1月12日開催の連合会臨時総会において選出されました。どうぞよろしくお願いたします。

葛西仲町第三永寿会

高瀬 巖



新任会長紹介(敬称略)

本一色長寿会 三田寺 敏男  
小松川つばさ福寿会 野口 正夫  
南篠崎五丁目福寿会 木村 重久  
楽生会 岩倉 妙子  
二之江長生会 依田 義和  
よろしくお願いたします。

退任会長紹介(敬称略)

本一色長寿会 中野すみ子  
楽生会 高沢 清  
お疲れさまでした。

訃報(敬称略)

小松川つばさ福寿会 荒木 良仁  
謹んでお悔やみ申し上げます。

~江戸川区の皆様へ~  
大好評発売中!

定年退職後の充実した自由時間のために、江戸川区の地域情報誌「オズマガジン・ネクストエイジ」が発売されました! 長く住んでいても意外と知らなかった区の情報満載。区内の書店で販売しております。(¥650税込)ぜひお手に取り、外に出かけてみてください。

オズ OZ magazine NEXTAGE 発行!




# 2015介護フェア 連合会ブース出展 活動をPR!



ステージの様子



輪投げで大盛り上がり!

11月28日(土)、タワーホール船堀にて催された「2015介護フェア」に、くすのきクラブ連合会のブースを出展しました。連合会ブースでは、リズム運動のDVDの上映や、くすのきの活動を紹介したパネル展示などを行い活動をアピールしました。加えて、今年もミニ輪投げ体験コーナーを設置し、挑戦する参加者で大変にぎわいました。

ステージでは、みちぐさの会の皆さんがリズム運動の実演を披露し、その魅力を存分にPRしました。

介護予防としての効果も期待できるリズム運動や輪投げは来場者にも大好評でした。

# ウォーキングフェスタ えどがわ2015 in 小岩地区 くすのきクラブ参加~



新中川の河川敷



元気に歩いています♪

「ウォーキングフェスタえどがわ2015」が、11月23日(月・祝)に開催されました。今年も下小岩第二小学校から新中川河川敷などを歩く、約5kmと約10kmの2つのコースがあり、くすのきクラブからは100名以上の参加がありました。

くすのきの参加者はさすがの健脚。秋の河川敷を談笑しながら、生き生きと闊歩しました。

また、今年度も完歩者を対象としたお楽しみ抽選会を行いました。連合会からは再生自転車を2台寄付し、大会の機運を盛り上げました。

## 地区リズム運動教室 日程表 平成28年 2月~3月

地区	小学校	時間	開催日程
松江	第三松江小学校	10~12時	2/6
	東小松川小学校	14~16時	2/27・3/12
	一之江小学校	13~15時	2/21・3/13
小松川	平井東小学校	13~15時	2/7・3/6
	小松川小学校	13~15時	2/13・3/12
	平井第二小学校	—	なし
	小松川第二小学校	13~15時	2/14
葛西	船堀第二小学校	10~12時	2/7・2/13
	第二葛西小学校	10~12時	2/20・2/27
	西葛西小学校	10~12時	2/14・3/13
	新田小学校	10~12時	2/7
小岩	西小岩小学校	10~12時	2/6・2/20
	東小岩小学校	13~15時	2/21
	下小岩第二小学校	13~15時	2/28・3/6
東部	南篠崎小学校	13~15時	2/7・2/14・3/6
	下鎌田西小学校	10~12時	2/20・2/27
鹿骨	篠崎第四小学校	13~15時	2/13・3/12
	鹿骨東小学校	—	なし
	篠崎第二小学校	10~12時	2/7・2/21

### 宮川連合会会長ご逝去



江戸川区くすのきクラブ連合会 宮川準之助会長(享年86歳)におかれましては、去る平成27年10月7日、病氣療養中のところ薬石効なくご逝去されました。

宮川会長は、平成8年に船堀中央新生会の会長就任後、15年からは連合会会長として11年5か月の長きにわたりクラブの発展に寄与されました。それらの功績から平成12年に区政功労者表彰、21年に

は東京都高齢福祉功績者表彰など数々の栄誉に輝かれました。在任時にはクラブの育成・発展に尽力され、合唱祭や輪投げ大会など新たな事業を意欲的に取り入れ、盤石な基盤を築き上げました。

また、シルバー人材センターや船堀中央町会、船堀駅周辺地区協議会の会長や保護司、民生児童委員などを歴任され、長年にわたって地域振興や福祉の向上に多大な貢献をされました。

ご生前の数々のご功績を偲び、謹んでお悔やみを申し上げますと共に心よりご冥福をお祈りいたします。


葛西地区

ライオンズプラザ西葛西

会長：室田 達郎  
会員：57人

# クラブ紹介

松江地区

大杉第五菊の会

会長：安齊 忠男  
会員：39人

## 地域を盛り上げていく

大杉第五菊の会では、近隣クラブと合同で「菊の会」を結成しています。毎週木曜日に行われるリズム運動では、お隣の大杉第一・第三菊の会と合同で行っています。全体で40名程度の参加になり、リズム運動の後には輪投げやカラオケなどを行っています。「菊の会」での活動は、クラブ同士の交流も行えるので、楽しくやっています。



日頃の練習の成果を発表

会の活動としては、日本舞踊やグラウンドゴルフ、清掃

## 話しやすい環境づくり

活動などを行っています。グラウンドゴルフはクラブとしても練習しますが、地域の大会に出場する際には「菊の会」として参加するため、合同練習も行い、大会での上位入賞を目指しています。毎月、会の定例会を行い区や連合会からの連絡事項を伝えます。その他にも、活動の減ってきた会員に向けて友愛訪問も行っていますので、その報告会も行っています。高齢の会員で独り身の方はいないので訪問は減りましたが、ク

ラブの中でも会員の高齢化が進んできています。地域での活動を通して、地域にはまだ会員になつていない熟年者がいることがわかりました。これは、クラブの活動が地域で周知できていないのではないかと思います。思い、クラブのPRや会報などに今後もより一層力を入れていきたいと考えています。会での活動が活発になることで、地域を盛り上げていくことに繋がれば良いなと思います。今後頑張っていきたいと思

ライオンズプラザ西葛西では、お喋りすることが大切だと思つています。3カ月に1度行われる誕生日会では、毎回40人程度の参加があります。そこでは、話し相手が固定化されないようにくじ引きで席を決めています。常に話しかけやすい雰囲気づくりに心がけているので、初めて話す人でも自然と話しやすい環境ができています。また、話かと思つています。また、話しやすい雰囲気のおかげで、楽しくお祝いすることができています。

クラブ活動で今もつとも盛り上がりつつあるのは輪投げです。今年の輪投げ大会で好成绩を上げられたため、会員同士で競い合い、高めあっています。練習によって、一人一人のレベルは確実に上がつているので、来年度はさらに上を目指したいと、クラブ一丸となつて励んでいます。その他にも、リズム運動を毎週水曜日にお隣のグリーンヒルと合同で行っています。クラブ同士の交流も兼ねて行えるので、毎回楽しくやっています。歩く会は年に2〜3回、様々な場所に行つてウォーキングを行います。過去には、正月の七福神巡り、高尾山登山、

濱離宮めぐりなどに行つていて、ゆったりと話しながら景色も楽しめるかと会員から好評です。偶数月の20日にクラブの会報を発行し、配付しています。活動や行事予定の報告のほか、時季折々の話題に関する記事を掲載していますので、皆さん楽しんで読まれています。会報ではないかと思つています。会員の中でも高齢になると、活動できないために退会を申し出る方が増えてきます。そこで、私たちのクラブでは80歳以上の方の会費を免除し、会

員として気兼ねなく参加していただけるように、会報の配付を行っています。また、会員の募集にも力を入れており、掲示板などで当クラブ主催の活動へ気軽に参加できるように呼びかけています。まずは活動に興味を持ってもらうことが重要ではないかと考えています。今後、地域での活動の輪を広げ、様々な人とお話しする機会を作っていければ良いなと思つています。



歩く会の様子


葛西地区

### 二之江中央ひまわり会

会長：両澤 琴子  
会員：124人

# クラブ紹介

小岩地区

### 五仲熟年クラブ

会長：大隅 晃  
会員：66人

## 楽しむことが一番

私達のクラブでは「とにかく楽しく」をモットーに会員同士協力して活動を行っています。毎朝、中小岩小学校の通学路で会員による見守りを行っています。4ヶ所に分かれて、朝から元気よく登校してくる児童が安全に学校へ行けるように見守っています。みなさん元気よく挨拶をしてくれるので、私たちも元気になるります。卒業した今でも挨拶に来る人もいますので、毎朝楽しくやっています。

毎年、アーバンプラザを借りて、総会・新年会・忘年会を行います。クラブのコーラス部をはじめ、会員によるカラオケや合唱で会場を盛り上げていきます。3カ月に1度、会員の誕生日会を開催しています。誕生日会では一緒にピクニック大会も開催するため、クラブからの出資と会員による賞品の持ち込みによって、多量に30点近くの賞品が持ち込まれるので、会員からとても好評です。その他にも、

コーラス部と輪投げ部をそれぞれ月2回ずつ行っていて、熟年文化祭や輪投げ大会を目標に練習を行っています。自治会の下、お祭りや盆踊りにもクラブとして参加しています。地域の一大イベントなので、会員総出で盛り上がるように頑張っています。終わつた後の食事会では、年のせいか疲れの方が目立つようになってきました。お祭りが楽しく終われると、やってよかつ



ホテルでの記念撮影

たなと思います。クラブの会員増強のためにポスターや会員による呼びかけなどを行っています。残念ながらあまり成果は少ないですが、今後も協力して呼びかけていきたいと思っています。最後に、クラブの活動は楽しくやることをモットーとしていたので、入っていただければ楽しめるのではないかなと思っています。

## 毎日楽しく忙しく

二之江中央ひまわり会では、年1回の宿泊研修、年2回の日帰り研修を行っています。遠くへ行くことは難しいので東京近郊がほとんどになりますが、訪れて初めて学べることも多く、毎回様々な発見があります。その他にも、誕生日会や食事会を行い、会員同士の親睦を深めています。



自慢の歌声を披露

毎月の活動としては、リズム運動を週1回、二之江コミュニケーション会館で行っています。リズム運動を中心にウォーキングやラジオ体操など、健康保持に積極的に取り組んでいるため、風邪をひかなくなつたとの声を会員から多く聞くようになりました。趣味の教室として、日本舞踊やカラオケもやっています。特にカラオケは、お店に行つて本格的に練習をしております、最新の機種で

最新の曲を歌える環境で自然と練習にも熱が入ります。地域では、小学校に行つて昔遊びを教えています。昔遊びを教えて一緒に遊ぶことで、上達していくのがわかり、うれしくなります。また、ジュニア訪問員も2校の生徒を受け入れており、訪問に来る生徒さんが明るいので、楽しくお



宿泊研修にて

話ができるかと好評です。町会の活動にも参加しており、町内清掃や資源回収、防災訓練のお手伝いも行っています。楽しくクラブ活動が行えるのも、会員や地域の皆さんの協力があるので、町会などの活動も積極的に参加し、地域を活気づけるような明るく元気な会を目指していきたいと思っています。


# 会員の随筆

## 運命く88年目の挑戦く

交友会 原元 公雄



突然襲い来る病魔、予期せぬ出来事。思いもよらぬすべての出来事。そのすべてに、どのように向き合っていけば正解なのか。なにか、風の前のチリのような人生を送っている気がしてなりません。確かな未来があるわけでもなく、ただ飛ばされるのを待つだけでした。私が71歳の5月、胆石

命とは、人間が持つ知恵や努力では勝つことのできない、人間の意思を超えた幸・不幸をもたらす「力」。または、その「力」によってめぐりくる幸・不幸のめぐりあわせ。』どのような方がこのような解釈をしたのでしょうか。人間への戒めのためでしょうか。

88歳にもなると生きることにの方が難しく感じるため、楽観的に生きてほうが気が楽になります。しかし、運命を調べていく中で、人生とはこうではないかと思いました。「運命は命を運ぶと書きま

す。それでは運ぶのは何者でしょうか。たとえば風か、それとも渡り鳥か。風が運べば砂漠のど真ん中、渡り鳥が運べば緑豊かな大地。」運ぶものによって変わる人生。自分の人生は自分で選びたい。それで失敗したとしても納得できる。「死ぬまで元気にいたい。最後は感謝で終わりたい。ありのままに気楽に生きたい。」そういう風に思いました。

**随筆・川柳大募集!**

【随筆の応募方法】  
原稿(500〜600字程度)と顔写真を郵送してください。原稿には必ずクラブ名、氏名、題名をご記入ください。

【川柳の応募方法】  
ハガキに川柳1作品、クラブ名、氏名を記入し、郵送してください。  
※川柳は楷書でご記入ください。

【送付・問い合わせ先】  
区役所福祉推進課 生きがい係  
〒132-8501  
江戸川区中央1-4-1  
☎5662-0039

## 闘病試練は己を鍛える

みどり会 奥山 純孝



くすのきだよりに、私の健康法と題して投稿した随筆が掲載された。それは数年前のことであったか。その頃は文字通り健康で、身体のどこにも異常はないと思っていた。それが検診の結果、直腸がんと宣告された。自信に満ちた随筆は瓦礫の如く崩れ

去った。いったい、あの随筆はなんであったのか。宣告されたとき、まず最初に家族のことが気になった。また、よく面倒を見てくれる福祉推進課の生きがい係、平井・小松川地域の先輩に何の役にもたらず、おさらばとは如何にも中途半端で面目ない。どうしても生きねばならぬ。まだ、死ぬとは決まっていない。

「根性を持って」と自分を叱咤し闘病生活に入った。幸いにも医師の診断で、平癒する可能性に光明を見出した。昼夜を問わず治療する内科、外科の先生には感謝あるのみ。人生とはこうも波乱に満ちたものか。私に与えられた試練は前途が開ければ、如何なる苦難にも耐えられる。光と闇が交互する己の姿を見つめながら、今日も闘病生活を送る。くすのきクラブは永遠に不滅ですと呟きながら。

## 俳句・川柳コーナー

朝起きて 今日一日の まゆを引く

昭生会 熊谷 文子

長話 つれてる犬が あくびする

松寿会 三角 雪子

足腰の 機嫌をとって 旅プラン

扇子田長寿会 加藤 嘉子

常連の 今日花咲く 待合室

南親友の会 杉浦 紀久子


平成28年度 はり・きゅう・マッサージ  
**三療券・三療割引券**の申し込み

**三療券とは?**

三療券(三療割引券)は、三療師会会員の施術所で、はり・きゅう・マッサージを受けることができる券です。

現在、平成28年度分(平成28年4月1日～平成29年3月31日まで利用できる券)の申請を受け付けています。

**申請対象者**

- 昭和17年4月1日以前に生まれた方  
 三療券(200円で利用できる券)15枚と  
 三療割引券(2,200円で利用できる券)10枚を発行します。
- 昭和17年4月2日～昭和27年4月1日に生まれた方  
 三療割引券(2,200円で利用できる券)10枚を発行します。

**申請方法**

○郵送で受け取る場合

「申請用ハガキ」(各施術所、各熟年相談室で配布)または「郵便ハガキ」に必要事項を記入し郵送してください。

2月29日(月)までに区役所に届いた分は、3月下旬に券を郵送します。

(2月29日以降も申請は随時受け付けています)

○窓口で受け取る場合

4月1日(金)以降に孝行係(区役所2階3番)へ本人確認ができるもの(保険証・運転免許証など)を持参してください。代理の方が来庁する場合は、代理の方の本人確認ができるものも併せて持参してください。

※区役所本庁舎以外でのお受け取りは出来ません。

※4月上旬は窓口が大変混み合いますので、お急ぎでなければ、時期をずらしての来庁をおすすめします。

**郵便ハガキ記入例**

- ・「28年度三療券希望」
- ・氏名(フリガナも)
- ・住所
- ・生年月日
- ・電話番号
- ※ハガキ1枚で1人の申請です

**申込・お問い合わせ先** 〒132-8501 (住所不要) 江戸川区役所 福祉推進課 孝行係 電話 5662-0314

**配食サービス**のご案内♪

食事作りが困難な熟年者の方が、健やかにいきいきとした生活ができるように配食サービスを実施しています。



**利用できる方**

65歳以上のひとり暮らし及び65歳以上のみの世帯で、お食事作りが困難でお弁当のお届けを希望する方。

※日中独居等の場合はご相談ください

**一般食と虚弱食の違い**

	一般食	虚弱食
内容	普通食 (お粥・キザミ食も可)	食事形態や、塩分やカロリー制限等に対応
弁当代	1食 470円	1食 500円～600円
利用	昼食、夕食 週3食以上から 月曜日～土曜日(祝祭日除く)	昼食、夕食 ※昼食のみの地域あり 週1食以上から 月曜日～金曜日(祝祭日除く) ※土・日・祝祭日も配達している地域あり
申請窓口	熟年相談室 健康サポートセンター 介護保険課 相談係	お住いの地域を担当している熟年相談室が窓口となります。 詳しくは福祉推進課孝行係 (電話 5662-0314) までお問い合わせ下さい

**配食Q&A**

**食事制限中でも申請できるの?**

一般食と虚弱食(塩分やカロリー制限等に対応したお弁当)があります。

**費用はどの位なの?**

お弁当代は実費負担です。(右表参照)

**申請に必要な持ち物はあるの?**

申請時にお持ちいただくものはありません。



**申込・お問い合わせ先** 〒132-8501 (住所不要) 江戸川区役所 福祉推進課 孝行係 電話 5662-0314

**編集後記**

❖新年明けましておめでとうございませう。昨年中はくすのきだよりの発行にご協力いただき誠にありがとうございました。今回は身近な話題として、ジュニア訪問員について特集しております。今年度、残る行事もあと二つです。積極的に参加しましょう。

(広報部長 鈴木 善三)

❖毎年2月頃になると退会する会員が増え、頭の痛いところです。そこで、10月に区より仲間づくり・健康づくり等をPRするチラシを1000枚用意していただきました。役員13人で、1人5枚ずつ配布してもらい、残りには会長が配っています。知人によく説明したり、ポスティングしたりして会員の増加を図っています。

(広報副部長 塩川 富一)

❖健康で新年を迎える喜びを感じながら、今年も皆様にとつて良き年でありますようにとお祈り致します。暖冬の事ですが、一月二月は私達熟年者には身に凍みます。近隣との絆を大切に、励まし合いながら桜の季節を迎えたいと思います。

(広報副部長 大野 茂)

❖くすのきだよりも回を重ねる120号となりました。内容も豊富で広報誌としての役割を十分に果たしております。今年も本紙を通じて会員の皆様へご理解の一助となるよう誌面の工夫を心掛けていきたいと思っております。

(広報副部長 村井 征夫)


ふれで楽しく元気よく!

# ジュニア訪問員

## 【ジュニア訪問員とは】

区内の中学生が、学校の帰りや休日などを利用して、近所の熟年者のご自宅を訪問し、声掛けやおしゃべりをします。学校や家庭、クラブ活動での出来事を話したり、学校の行き帰りにあいさつをしたりと、熟年者の皆さんに『元気』と『笑顔』を届けます。



全員で仲よく記念撮影!

お問い合わせは孝行係  
☎5662-0314  
まで

今回の訪問先では、楽しそうな雰囲気のまま、あつという間に1時間が過ぎていきました。話すのが好きな方は、ぜひ参加してみたいかがでしょうか。



最初はちょっと緊張している様子

今回の訪問で最後ということで、ジュニア訪問員をやってみた感想から始まり、「古谷さんのお話のために頑張って面白い!」と中学生から褒められて照れ気味の古谷さん。  
その後は生徒たちから学校での話をしてくれました。部活のことやテストのことなど、出てくる話題は尽きません。古谷さんは、そのたくさんの話題に合わせて様々な昔話をしてくれます。さすがが人生の大先輩。ためになる話が多く、みなさん聞き入ります。特に、テストの話では古谷さんの経験談でみなさん大笑い。  
生徒同士の仲も良く、共



古谷さんの話で大笑い

通の話題で互いに盛り上がる場面もありました。ですが、ジュニア訪問員が始まるまでは、ほとんど話したことはなく、活動を通じて仲良くなったそうです。  
ジュニア訪問員は熟年者との世代を超えた交流だけでなく、中学生同士の友達作りのきっかけにもなります。

# 活動紹介

今年度9月から始まった活動の様子を伺いに、笑和会の会長、古谷和雄さんのお宅に取材に伺いました。

今回の訪問で最後ということで、ジュニア訪問員をやってみた感想から始まり、「古谷さんのお話のために頑張って面白い!」と中学生から褒められて照れ気味の古谷さん。

## Jr 活動レポート

### 訪問先の古谷さん

きっかけは地域の見守り隊をしていたことです。見守り隊では、挨拶することはありません。ジュニア訪問員となら、お話しすることができると思い参加しました。最初の訪問の際には心配もありましたが、大変だったのは初めだけで、その後は楽しく話をするのができたので参加してよかったですと思います。

### 訪問員小松川第三中学校のみなさん

最初は少し心配でした。話すことは好きでしたが、お年寄りとお話しする機会ほとんどなかったからです。でも、実際に話したらすごく楽しく話すことができました。地元の昔話などはとても勉強になりますし、ふれ合うと自分も楽しくなる!他の人も、ぜひやってみてほしいと思います。

私は、毎日おばあちゃんの家に行ってお話をしています。だから、訪問する前から古谷さんとお話しするのは楽しみでした。行ったことのない場所で、会ったことのない人とお話しすることができて、とても楽しかったです。

私は、普段からお話することが好きでした。ジュニア訪問員を最初に聞いたときは、面白そうだなと思って参加しました。実際に古谷さんとお話をしたら、いろいろな話を聞けて、とても面白かったです。ジュニア訪問員をやったよかったですと思います。
