



えどがわ くすのきだより

第124号のみどころ

- 2・3面：近況報告
- 4・5面：クラブ紹介
- 6面：随筆他
- 7面：特集記事
- 8面：編集後記他

<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/>



3月18日(土)にくすのきクラブ連合会結成55周年を祝う記念式典が、総合文化センターで開催されました。多田区長をはじめ、多数のご来賓をお迎えし、総勢で1500人が参加しました。

東京大衆歌謡楽団による美しい演奏で幕が開きました。続く区長表彰では、長きに渡り地域の発展に貢献してきた方々へ、大きな感謝と尊敬の意を表して盛大な拍手

が湧き起こりました。また、地域発展のためにご尽力をいただいたと多田区長より温かい言葉をいただきました。演芸大会では各地区から選出されたクラブが華麗な舞や素晴らしい合唱を披露し、最後のお楽しみ抽選会まで会場は大変な盛り上がりを見せました。

くすのきクラブ連合会のさらなる飛躍・発展を目指すことを誓い一致団結する記念の日となりました。



東京大衆歌謡楽団の演奏。3兄弟のハーモニーが響く



区長表彰を受ける上野連合会副会長



演芸大会は平井東長寿会の息の合った合唱で開幕!



松寿会の見事な舞「菊の宴」



清新北ハイツ若葉クラブの本格的な合唱



お楽しみ抽選会。1等は九州地方の名産品!



平成29年度定期通常総会開催



定期通常総会の様子

高瀬連合会会長あいさつ



1988年ラフの代表者の方々のご出席により、定期通常総会を開催できました。感謝申し上げます。

さて、近年、熟年者の価値観の変化、生き方の多様化などの影響が、会員増強が思うようにいかないのが現状です。これまで行ってきた各種行事をはじめ、新たな活動にも積極的に参加し、PRが必要と感じています。新しい活動といえ、5月31日にチャ

5月9日(火)にくすのきクラブ連合会定期通常総会がタワーホール船堀にて行われました。前年度の事業報告、決算・監査報告、そして今年度の事業計画・予算案などが決議され承認されました。

レンジーがありました。これはスポーツを行った人数を自治体間で競う行事ですが、くすのきクラブも参加しました。チャレンジーの参加を通して、くすのきクラブが広く知られることで、各クラブの会員増強に繋がることを期待しています。

今後、仲間づくり、健康づくり、力を注ぎ、魅力のある組織を目指していきけるよう努力をしてまいります。引き続き、皆様の温かいご支援をよろしく願います。

新任会長紹介(敬称略)
よろしく願います

退任会長紹介(敬称略)
お疲れ様でした

新設クラブ・
新任会長紹介(敬省略)
友の会 上部 光和

訃報(敬省略)
東松一丁目クラブ 中里 重隆
平井二丁目福寿会 恩田 幸男

- | | | | |
|------------|--------|------------|-------|
| 東寿会 | 水野 友子 | 東寿会 | 柳瀬 勇二 |
| 一之江中央長寿会 | 尾崎須美枝 | 一之江中央長寿会 | 杉村嘉太郎 |
| 一之江上親交長寿会 | 藤原 勝枝 | 一之江上親交長寿会 | 川島 房夫 |
| 西小岩寿会 | 坪野下江美子 | 西小岩寿会 | 稲葉 廣子 |
| 緑寿会 | 高橋 康征 | 緑寿会 | 高津安五郎 |
| 東松一丁目クラブ | 菊地 重徳 | おたのしみ会 | 網仲 弥真 |
| おたのしみ会 | 滝 明美 | 上一色南部親交会 | 野崎昭二郎 |
| 平井二丁目福寿会 | 石塚 かの | 東小松川東松会 | 宇田川高枝 |
| 上一色南部親交会 | 秋元 正臣 | 南寿会 | 伊藤 照子 |
| 東小松川東松会 | 桐山 正秋 | 大杉第一菊の会 | 湯澤 正親 |
| 上一色西睦会 | 三宅みさ子 | 東葛西公社クラブ | 高田 矩子 |
| 南寿会 | 宇野澤三郎 | 宇喜田第一若草会 | 石附 正雄 |
| 宇喜田第一若草会 | 林 美紀子 | ステイコープ清新 | 稲田 俊穂 |
| ステイコープ清新 | 船戸 愛正 | 鹿三和楽会 | 田中 進次 |
| 宇喜田第二住宅五和会 | 佐藤 勝也 | 宇喜田第二住宅五和会 | 蓮見 道雄 |
| 白鷺クラブ | 市原 義久 | 白鷺クラブ | 原 和弘 |
| 葛和正寿会 | 西村 學 | 葛和正寿会 | 藤野 嘉子 |
| 新町長寿会 | 笹本 美園 | 新町長寿会 | 倉上 エイ |
| 西葛西ハイッククラブ | 小林 人 | 西葛西ハイッククラブ | 畑 幹雄 |

平成28年度 熟年文化祭 入賞者紹介 (敬称略)

金賞

◆ 絵画の部

渡部信一郎 (二之江中央まわり会)

◆ 手芸の部

司親和会 (司親和会)

◆ 森井ゆき子 (東四長寿会)

◆ 工芸の部

黄 己順 (韓国民団クラブ)

◆ 写真の部

今井ヤイ子 (七寿会)

◆ 俳句の部

村松 妙子 (美恵多会)

志村 潮子 (西一之江クラブ)

関 照子 (東二会)

加藤よし子 (上中百々会)

三原 みつ (小岩西部長寿会)

常盤 昌子 (二之江中央まわり会)

◆ 短歌の部

小島ふよ子 (下小岩偕楽会)

加瀬 淑子 (扇子田長寿会)

大沢 文江 (一南青葉クラブ)

◆ 銀賞

◆ 絵画の部

吉田 計吉 (扇子田長寿会)

◆ 書道の部

高橋 俊次 (西一之江クラブ)

◆ 手芸の部

大橋 宮子 (松寿会)

内山 好子 (扇子田長寿会)

猪股 静江 (みちくさの会)

桑住ゆうゆう手芸部 (桑住ゆうゆう)

◆ 工芸の部

中村 圭一 (シテイコープ西葛西)

◆ 俳句の部

山下 洋子 (西一之江クラブ)

遠藤 英司 (白寿会)

村井 照子 (九十九会)

森 俊造 (扇子田長寿会)

山形 和子 (七寿会)

大矢 春枝 (ソドミア葛西クラブ)

佐藤恵美子 (リバーサイドクラブ)

◆ 短歌の部

青山 貞義 (船四若葉会)

◆ 銅賞

◆ 絵画の部

鈴木美智子 (鹿島みどり会)

大矢 春枝 (ソドミア葛西クラブ)

宮永 博次 (桑住ゆうゆう)

◆ 書道の部

村田 清治 (五葉会)

◆ 手芸の部

山口 せい (江戸川一丁目長寿会)

秋元 利一 (東四長寿会)

佐藤シゲ子 (東四長寿会)

佐藤 禎子 (東四長寿会)

渡辺 久枝 (新堀延寿会)

関口 清子 (大杉第三菊の会)

前川 チカ (第二長命会)

佐藤 敏子 (さざなみ会)

木川 良 (一之江こたま長寿会)

◆ 工芸の部

小林 秀康 (北篠崎二丁目長寿会)

◆ 写真の部

花塚 勝美 (桑住ゆうゆう)

◆ 感動賞

◆ 手芸の部

相馬 久子 (桑住ゆうゆう)

◆ 俳句・短歌の部

小俣 しげ (美恵多会)

小野寺みさの (白寿会)

渡邊 榮子 (若松会)

加藤よし子 (上中百々会)

木暮 榮 (南寿会)



平成29年度 おもな行事予定

日時	行事	開催場所
6月2日(金)	第38回リズム運動大会	スポーツセンター
6月9日(金)	第38回リズム運動大会	総合体育館
7月9日(日)	第41回熟年者囲碁・将棋大会	グリーンパレス
7月28日(金)	第5回輪投げ大会	スポーツセンター
7月29日(土)	第5回輪投げ大会	総合体育館
9月16日(土)	笑顔いっぱい長寿の集い	区内各施設
17日(日)		
18日(月)		
10月8日(日)	第40回区民まつり	都立篠崎公園
10月26日(木)	第45回さわやか体育祭	陸上競技場

日時	行事	開催場所
11月10日(金)	リズム運動葛西地区交流会	スポーツセンター
11月12日(日)	リズム運動小松川地区交流会	小松川小学校
11月17日(金)	リズム運動松江地区交流会	総合体育館
11月18日(土)	リズム運動鹿骨地区交流会	総合体育館
11月23日(木)	ウオーキングフェスタ2017	未定
11月24日(金)	リズム運動小岩地区交流会	総合体育館
11月30日(木)	リズム運動東部地区交流会	東部区民館
2月7日(水)	平成29年度熟年文化祭	総合文化センター
~8日(木)		
3月3日(土)	第15回合唱祭	総合文化センター

松江地区
江上クラブ
 会長：黒澤 徹
 会員：71人

クラブ紹介

葛西地区
二反割クラブ
 会長：石渡 武男
 会員：52人

クラブに新しい風を



歩こう会にて

私達のクラブは、中葛西にある二反割公園に隣接しているマンションを拠点にしていることから、二反割クラブと名づけました。

江上クラブは結成30周年を迎えました。現在71人の会員とともに頑張っております。

江上会館を活動の拠点とし、リズム運動をはじめ、カラオケ、誕生会等をやっています。ポランテアとして、交通安全運動を行っています。テントを張って、児童の登下校を見守っています。外に出るきっかけとして、ミニデイサービスを実施しています。食事やゲームを通じて交流を深めます。昨秋の宿泊研修では、静岡の伊豆温泉へと行きました。男性会員の参加が少なく心細いところもあります

主な活動は誕生会を年に4回、リズム運動を毎週木曜日、歩こう会を毎週土曜日、輪投げの練習を毎月2回行っています。



リズム運動準備体操の様子

自治会活動では納涼祭、もちつき大会、クリスマス等のお手伝い、防災訓練、庭木の剪定作業まで積極的に協力しています。当マンションの自治会は役員が1年で交代するため、経験豊富な会員が協力

して行事が実施されます。こうした自治会での活動を通して、クラブ活動のアピールも行っています。

最近では体的な問題もあり、外に出かける活動では参加者が減ってきています。日帰り研修も行き先がマンネリ化してきたこともあり、昨年はパーベキューに変更しました。会の活動を見直す良い時期なのかなと思っております。マンションの

クラブの力は笑顔から

ゼロメートル地帯ということに驚く人も多くいました。長く暮らしていても意外と知らないことがあり、とてもためになりました。

が、お寺に温泉にと、とても楽しめました。また、年に1回講演会も実施しています。28年度は防災に関する講演を開催し、区内の約7割が海抜



伊豆温泉へお出かけ

地域のお祭りや親水公園でのイベントにも参加し、地域との交流も図っています。お祭りでは踊りを通してお祭りの盛り上げにも一役買っています。長寿の集いにも参加しており、この日の



長野県善光寺へお詣り

が元気の秘訣だと思っておりますので、会員がいつも笑顔でいられるようなクラブを目指しています。

活動への参加率を上げるために、新たな活動にも力を入れていきます。連合会より輪投げセットを頂いたため、練習をして夏の大会にも出場したいと考えています。クラブでは、とにかく楽しくやること

近くには、新川の桜並木や、行船公園等の自然を楽しむところが多くあります。会員のみなさんが気軽に出かけたくなるような企画で、江戸川の自然を満喫したいと思えます。心配しているのは、60代の若い会員が少ないことと、役員のみ手が足りないことです。若い会員が増え、新たな役員が入ることによって、会の活動にも新しい風が吹くのではないかと思います。これまでの活動におけるマンネリから脱出し、新しいことにチャレンジしていきたいと思

ために練習してきた歌をステージで披露します。

小岩地区

昭生会
会長：神谷 晃
会員：66人

葛西地区

船堀六寿会
会長：平林 康次
会員：100人

クラブ紹介



誕生会

3カ月に1回開催されるお誕生日会では、お菓子や煮物、サンドウィッチを食べながら

私達の会では、できるだけ外に出る機会を増やそうと意識しながら活動を行っています。外に出る回数が増えることで、健康で楽しい日々が送れるようになると思っています。

昭生会は、男性会員が23人、女性会員が43人、合計66人の会員で活動しています。会員同士とても仲が良く非常にまとまりが良いことが自慢のクラブです。町会の会館を無料で使用させてもらえるため、イベントの会場に困らない点でも恵まれています。

お話をしたり、歌を歌ったりして和気あいあいとした楽しい時間を過ごしています。また、年6回行う輪投げの練習はみなさん楽しみにしており、年度末に会で開催した輪投げ大会では、賞品を用意し、大変盛り上がりました。今後に向けて、輪投げの練習機会を増やしていくことや、55周年記念行事で頂いた吹き矢の活用、リズム運動の導入などを考えているところです。

その他、グラウンドゴルフ

合同で子どもの見守り活動を行っています。早朝からの活動は大変ですが、子どもたちの笑顔を見ているとてもやりがいを感じます。その他にも地域活動として、美化運動を年6回、もちつき大会をお正月に行っています。特にもちつき大会は会員もとても楽しみにしており、総勢で200人近くの方が参加しています。つきたてのおもち

地域の活動では、毎朝町会とは、

をはじめ、夏の盆踊りや廃品回収、交通安全運動を通して地域の方と交流する機会があります。地域の見守りや美化活動は、大切な活動のひとつと考えているので、今後も続けていきたいです。

クラブ活動に参加されない会員さんや、一人暮らしの方にどのよう交流の場に顔をだしてもらおうかが課題となっていますが、町会の回覧板で参加を呼び掛けたり、一人

暮らした方のお宅を訪問してお声掛けするなど、イベントにだけ参加してもらえないよう努力しています。会員さんからは、クラブで集まる回数をもっと増やしてほしいという声も挙がっており、さらにクラブの活動を盛り上げていくために、会員さんの声を広く聴きながら活動の幅を広げていきたいです。

人と人の和を大切に



野尻湖にて

野尻湖にて、なかな面白くても盛り上がり

は格別で、1年の始まりを感じ

ていければと思います。



真田城

進み活動への参加者が減ってきています。新企画を計画したり、熟年相談室の相談員による講演会を実施したりと工夫をしています。新たな企画をしても、なかなか反応がよくない時もありますが、会員と協力して会を活発にしていければと思います。

さらに活発なクラブへ



三百六十五歩のマーチを合唱

暮らした方のお宅を訪問してお声掛けするなど、イベントにだけ参加してもらえないよう努力しています。会員さんからは、クラブで集まる回数をもっと増やしてほしいという声も挙がっており、さらにクラブの活動を盛り上げていくために、会員さんの声を広く聴きながら活動の幅を広げていきたいです。

会員の随筆

出前講座『多発している高齢者の交通事故について』

さざなみ会 赤羽根 智英子



さざなみ会で
は昨年12月に実
施した誕生会で、出前講座
を開催しました。ニュース
で高齢者の交通事故が多発
しているというのを知り、
交通安全推進係に講座をお
願いました。出前講座は
毎回会員以外の方も自由に
参加できるようにポスター

を作り各棟に掲示を行って
います。高齢者に多く発生
している「自転車事故」に
ついて事例を交えわかりや
すく、ルールとマナーをビ
デオ上映と合わせて解説し
ていただきました。終了後
担当者との質疑応答まで、
学ぶことが多々ありまし
た。道路交通法では、自転
車は車両(軽車両)と指定
され自動車やバイクの仲間
となります。(ただし、自
転車を押して歩いていると

きは、歩行
者)また、
信号無視・
飲酒運転、
ブレーキ不
良自転車・
歩行者用道
路の徐行違反(標識がある
場合)等、わずかな油断が
大きな事故に繋がります。
自転車をよく利用してい
る方は、事故の当事者とな
らないためにも、交通ルー
ルを守り、歩行者への思い
やりを持った正しいマナー
で自転車に乗りましょう。
講座終了後の誕生会でも
お互いに気を付けましょ
うと話し合いました。



母を偲びて

扇子田長寿会 加藤 嘉子



陽春にな
ると日本列
島は南から
北へ桜前線
真盛り。本
当に四季を通じて一番うれ
しい季節です。4月8日は
花祭、釈尊誕生で甘茶をか
け稚児行列をしたもので
す。

母から聞いた話ですが、
桜の花の満開に身分の高い
人が家来を連れて花見をし
ていました。桜の美しさに
見とれており、夕方になつ

て宿の手配をすれども宿は
なし。途方にくれている
と、一人の尼さんが「幸い
に今日は朧月夜、皆で花の
下で一夜を明かそうではな
いか」と。それではと大至
急に夜桜見物の用意をして
夜を明かすことになった。
誰言つとなく皆大変心苦し
く思つて頭を下げていると
『宿かさめ人の辛さを情に
て朧月夜の花の下伏し』と
短歌をすらすらと書かれ
た。家来共は恐る恐るお尋
ねしたら、「蓮月尼」と名

を告げられた。(大田垣蓮
月「蓮月尼江戸時代の歌人
母にはお話や、お手玉、
あやとり等、いろいろと教
えて貰いました。5月14日
は母の日。改めて感謝の気
持ちでこの文章を書きまし
た。



くすのき川柳

孫の目が 輝く菜子の おまけ付き

なぎさ麗寿会 鷺澤 美智子

あの名前 思い出すのも ひと苦勞

桑川五月会 星谷 明

夢の中 フフフと笑つて 目を覚ます

みちぐさの会 高橋 朝江

随筆・川柳大募集!

【随筆の応募方法】

原稿(500〜6000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
ご記入してください。

【川柳の応募方法】

ハガキに川柳1作品、クラブ名・氏名を
ご記入し、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
〒113218501
江戸川区中央1-4-1
☎5662-0039




会員増強 会の魅力を伝える会報をつくらう!

「活動への参加者が少ない。」
「誕生日会での人が集まらない…」

そのように参加者不足に悩んでいるときは、会員への周知が上手にできていないかもしれません。会で実施するイベントや集会等の情報をまとめた会報を作りましょう!

会員ひとりひとりの活動に着目することも大切です。お誕生日や表彰等会員みんなで祝いましょう!



ポイント 1 余白を適度にとろう!

余白を適度にとることによって、読みやすい文章となります。また、ページ全体の余白があると統一感が増します。

ポイント 2 日程ははっきり知らせよう!

行事の通知や日程変更のお知らせなど、日程をお知らせする場合は強調するなどはっきり伝えましょう。

ポイント 3 表示の工夫をしよう!

記事ごとにイラストや色をつける等、表示を工夫することによって、お知らせが効果的に伝わるようになります。

くすのきクラブだより ○年○月○日号					
今月の予定					
5	月	輪投げ	15	木	役員会
7	水	理事会	25	日	誕生日会
9	金	地域清掃			

総会開催のお知らせ	
日時: ○月○日	10時より2時間程度
会場: 第一集會室	
お弁当の用意をいたしますので、ご出席される方は、下記連絡先にご連絡をお願いいたします。	
担当: ○○ (5662-0039)	

日程変更のお知らせ	今月のお誕生日
リズム運動 ○月○日⇒○月○日	おめでとうございます! ○○様 4日
	○○様 10日
日程が変更となります。	○○様 19日
よろしくお祈りします。	○○様 27日

私のクラブはこうしてます!

なぎさ麗寿会

- Q1 年何回発行し、どのように配付していますか?
私達のクラブでは、毎月1回役員会後に作成し、配付を行っています。配付は各会員宅へ手分けして配付をしています。
- Q2 作成のポイントはどこですか?
クラブ活動や同好会の予定を主に掲載しています。その他、連合会の資料や役員会での内容も伝えていきます。
- Q3 会員の反響はどうですか?
クラブの活動、区や連合会の予定が良くわかると評判です。以前「頭の体操」として、漢字パズルを出題したことがありましたが、再度出してくれと要望が来ているので、また出せたらと考えています。

一之江こだま長寿会

- Q1 年何回発行し、どのように配付していますか?
年12回発行し、毎月前月末に発行しています。作成は役員3人で行い、会長が印刷後に総務へ、その後各班長から班員へ配付しています。
- Q2 作成のポイントはどこですか?
行事の開催予定と実施内容を報告するように心がけています。見出しは読み手を引きつけるよう短文にし、活動するイベントについてはいつ・どこで・何時からか等がわかりやすいようお知らせしています。また、イベントの実施報告は、できるだけイラスト・写真を入れて、状況が伝わるようにしています。
- Q3 会員の反響はどうですか?
会員からの反響はよく、発行が遅れると催促されることもあります。行事に参加できなかった会員からも会報を見て行事に参加した気分になれると嬉しいお声を頂いています。



くすのき写真館

3月に発行されたくすのきクラブ連合会55周年記念誌を編集するに当たり、皆様から数多くの写真をご提供いただきありがとうございました。掲載しきれなかった写真を一部ご紹介します！



五南長寿会
お祭りボランティア



小松川つばさ福寿会
炊き出し訓練に参加



葛西仲町第三永寿会
素敵なコーラス♪



扇子田長寿会
輪投げ練習。入れ！



瑞江長寿会
延年文化祭で記念写真



上篠崎喜良久会
長寿の集いで発表

地区リズム運動教室日程表【平成29年6月～9月】

小学校	開始	開催日程
第三松江小学校	10時	6/17・6/24・7/1・7/8・9/9・9/23
東小松川小学校	14時	6/24・7/15・9/23
一之江小学校	13時	6/18・7/16・9/10
平井東小学校	13時	6/4・7/2・9/3
小松川小学校	10時	6/11・7/16・9/10
平井小学校	10時	6/24・7/15・9/23
小松川第二小学校	13時	9/24
船堀第二小学校	10時	6/4・6/10・7/8・7/16・9/3・9/9
第二葛西小学校	10時	6/10・6/24・7/8・7/15・9/2・9/23
西葛西小学校	10時	6/11・9/24

小学校	開始	開催日程
新田小学校	10時	6/18・7/16・9/10
西小岩小学校	10時	6/10・6/17・9/23・9/30
東小岩小学校	13時	6/18・7/16・9/10
下小岩第二小学校	13時	6/25・7/16・9/10
南篠崎小学校	13時	6/11・7/16・9/3・9/10
下鎌田西小学校	10時	6/24・7/8・7/15・9/23
篠崎第四小学校	13時	6/10・7/16・9/9
鹿骨東小学校	10時	6/24・7/15・9/2
篠崎第二小学校	10時	6/4・6/18・7/16・9/3・9/24

※開催日は中止となる場合があります。各小学校へのお問い合わせはご遠慮ください。
【お問い合わせ】区役所生きがい係 TEL 03 (5662) 0039

編集後記

くすのきクラブ連合会結成55周年式典が3月に開催され、5月には定期通常総会も無事に終了いたしました。私達くすのきクラブ会員が、新たな気持ちで新年度を迎えましたことを紙面で伝えられたかと思えます。本誌での情報が、クラブの活動、会員増強の役に少しでも立てればと願っております。

〔広報部長 赤羽根 智英子〕

結成55周年の記事では、くすのきクラブ連合会のさらなる飛翔・発展への誓いを伝えられたことと思えます。クラブ紹介では、今回も特色ある活動、会員増強へのヒントがたくさん盛り込まれています。記事の内容を参考にし、地域の友人へアピールをしてもらい、一緒に喜びを分かちあつていただきたいです。

〔広報副部長 大野 茂〕

くすのきだより124号はいかがだったでしょうか。55周年記念行事も盛大に行われ、諸先輩方の積み上げてきたくすのきクラブのお蔭で、とても充実してきたことを改めて感じています。今後も創意と工夫を凝らし、広報誌がくすのきの発展につながるよう、さらに良いものへと努力をしてまいります。

〔広報副部長 村井 征夫〕

スポンサーへの御礼

本紙の発行に際しまして御協賛いただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。今後とも倍旧の御厚誼を賜りますようお願い申し上げます。
