



# えどがわ くすのきだより

### 第130号のみどころ

- 2面：会員からの投稿他
- 3面：熟年文化祭、合唱祭報告
- 4・5面：クラブ紹介
- 6面：広報部員コーナー
- 7面：新規入会特集
- 8面：スポーツクラブ特集

<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/>

## くすのきクラブ連合会 令和元年度定期通常総会開催



5月9日(木)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。総会では、平成30年度事業報告、決算・監査報告、そして今年度の事業計画・予算案などが審議され、承認されました。

総会後の懇親会では新旧クラブの会長が一堂に会し、これまでの多大なる貢献に深い感謝と尊敬の意を込めて大きな拍手が送られました。

### 斉藤区長挨拶



戸川区の熟年者は元気です」と言っていたことがありますが、私はいつも「それは、くすのきクラブの皆様が毎日元気に生き生きと活動されているからです」と答えています。区内最大規模の1万6千人以上の会員を有するくすのきクラブ連合会の皆様、リズム運動やさわやか体育祭、熟年文化祭などの活動を通して、健康づくりに努め、会員相互の交流を深めている様子を拝見するたび、このことを強く実感いたします。

また、地域の子どもの見守り活動や、会員相互の声をかけを行う友愛訪問など様々なボランティア活動にも積極的に取り組んでいただいていることに改めて感謝申し上げます。

新元号「令和」の時代を迎えましたが、これからも高瀬会長を先頭にくすのきクラブ連合会の皆様、熟年者の生きがい活動の中心として地域で活躍されることを期待いたします。

結びに、くすのきクラブ連合会の益々のご発展と、会員皆様のご多幸を祈念申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

### 高瀬会長総会挨拶



くすのきクラブ代表者にご出席いただき、令和元年度定期通常総会を開催できましたことを感謝申し上げます。昨年の定期通常総会から今日までに26名の会長が退任され、新たに30名の会長が就任されました。退任された皆様には大変お世話になりました。引き続き私たちの活動へのご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。そして、新会長には、これまでの人生で培ってきた知識や経験を存分に発揮していただきたいと思っております。

昨年末に「くすのきスポーツクラブ」が誕生し、現在7クラブ、200名以上の会員の皆様、スポーツに励んでいます。今後は、既存のくすのきクラブ会員も参加することができまので、この機会に多くの熟年者にスポーツを楽しんでもらいたい、くすのきクラブの活動が益々盛り上がり上がっていくことを期待しています。

さて、5月より令和という新たな時代がスタートしました。くすのきクラブ連合会は、200クラブ全ての会員の皆様の生きがいづくりの一助となるよう様々な事業を実施してまいりますので、今年度も皆様方のお力添えをどうぞよろしくお願いいたします。

### 退任会長紹介

- 五北長寿会 高橋 良子
- 上小岩六東長寿会 大曾根陽子
- 白寿会 片山 征三
- 交友会 浅沼 鈴子
- 本郷第一五月会 小林 修記
- 竹紫伸生会 澤柳 雪恵
- 南篠崎友の会 出澤 浪子
- 船堀永寿会 増田ふみえ
- 小岩西部長寿会 青木 延美
- 鹿二健和クラブ 松崎 次夫
- 臨海二丁目かもめ会 高柳 宮子
- 日の出クラブ 池野谷直人
- 宇喜田第二住宅五和会 野田 俊郎
- シティコープ西葛西 リバーサイドクラブ 土屋 知人
- 千春会 高木 信子
- 二之江中央ひまわり会 伏木 信子
- 両澤 琴子

### 新任会長紹介

- 小岩北口福寿会 伊藤 英雄
- 五北長寿会 田中 一志
- 上小岩六東長寿会 菅沼 久
- 白寿会 芝 伸一
- 萬年青会 倉橋 延宜
- 交友会 佐藤 悦子
- 本郷第一五月会 小川 茂雄
- 竹紫伸生会 塩谷 忠男
- 南篠崎友の会 加藤 香
- 船堀永寿会 島岡喜代子
- 船堀六寿会 木本啓伊子
- 鹿二健和クラブ 南雲美津子
- 臨海二丁目かもめ会 深澤 豊子
- 日の出クラブ 鍵田 昭
- 宇喜田第二住宅五和会 菊池八重子
- シティコープ西葛西 南野 猛
- 二之江中央ひまわり会 鈴木 友二

### 計報(敬称略)

萬年青会 塩川 富一  
謹んでお悔やみ申し上げます。

## クラブ会員からの投稿

### ～江戸当時の風情を感じて～

くすのき一之江南部長寿会 会長 堀江 保夫

3月6日(水)に、クラブの課外活動として「深川江戸資料館の見学、及び清澄庭園の散策」を実施した。

深川江戸資料館は江戸時代(今から約170～180年前)の深川辺り(現在の江東区深川)の佇まいを再現した資料館で、ガイドの説明を聞きながら当時の生活を知ることができた。このことは親や先人方からも伝えられており、私たち昭和初期生まれの者にとって当時の名残と重ね合わせ有意義であった。

清澄庭園は深川江戸資料館の近くにあり、そこに行くまでの街並み自体もレトロな風情があり、庭園散策の気分を煽り立てた。この庭園は、明治11年頃に三菱財閥創業者の岩崎弥太郎氏が三菱社員の慰安と賓客接待を目的として土地を購入し、造成したことが始まりである。後に、池の周辺に築山や名石を配置した回遊式築山林泉庭園として整備され、池の水は隅田川から引水されている。

その後の関東大震災や戦争による被害を経験しながらも修復、改良を重ね、昭和7年に三菱財閥から東京市に寄贈された。現在は都立清澄庭園として開園されている。



清澄庭園

今回の課外活動も歴史をたどり、当時を想像しながら先人が残してくれた平和な遺産に感謝しながら参加者7名和気あいあいとできて、有意義な会だった。

### ～春の息吹を感じて～

くすのき上中百々の会 会長 石川 武敬

先月、皇居・乾通りの桜を見てきました。当日は大勢の花見客でにぎわっており、各々春の訪れを楽しんでいました。



千鳥がふちの桜(北の丸公園より撮影)



平成最後の桜の乾門通り抜け

## 地区リズム運動教室年間予定

小学校	時間	開催日程
第三松江小学校	10時	6/1・9/21
東小松川小学校	14時	6/22・9/21
一之江小学校	13時	6/16・9/22
平井東小学校	13時	9/22
小松川小学校	10時	6/9・9/29
平井西小学校	10時	6/15・9/21
小松川第二小学校	13時	6/23・9/22
船堀第二小学校	10時	6/8・6/23・9/21・9/29
第二葛西小学校	10時	6/22・6/29・9/28
西葛西小学校	10時	6/9・9/29
新田小学校	10時	6/16・9/22
西小岩小学校	10時	6/8・6/15・9/21・9/28
東小岩小学校	13時	6/16・9/29
下小岩第二小学校	13時	6/23・9/22
南篠崎小学校	13時	6/9・6/16
下鎌田西小学校	10時	6/15・6/22・9/21
篠崎第四小学校	13時	6/8
鹿骨東小学校	10時	6/22
篠崎第二小学校	10時	6/2・6/16・9/22

※開催日時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

### くすのき川柳

米寿成る 次は卒寿の 峠越え  
緑水会 木島 和男

令和舞う 笑う夕焼け 子ら集う  
南親友の会 杉浦 紀久子

禁煙と 誓うそばから 亦啜え  
東四長寿会 並木 光丸

徘徊と みまちがえるか 散歩道  
桑川五月会 星谷 明

手を引かれ 丸い背中が 笑ってる  
新堀延寿会 市川 喜代子

腰痛も 孫の笑顔に 癒されし  
みちぐさの会 高橋 朝江

「送付先」区役所 福祉推進課 生きがい係  
 〒132-8501  
 江戸川区中央1丁目4番1号  
 「お問い合わせ先」Tel. 5662-0039

## 令和元年度 主な行事日程

日時	行事	開催場所	日時	行事	開催場所
5月29日(水)	第47回さわやか体育祭	陸上競技場	11月1日(金)	リズム運動葛西地区交流会	スポーツセンター
8月30日(金)	第7回輪投げ大会(小松川・葛西・東部)	スポーツセンター	11月15日(金)	リズム運動松江地区交流会	総合体育館
8月31日(土)	第7回輪投げ大会(松江・小岩・鹿骨)	総合体育館	11月16日(土)	リズム運動鹿骨地区交流会	総合体育館
9月14日(土)	笑顔いっぱい長寿の集い	区内各施設	11月17日(日)	リズム運動小松川地区交流会	小松川小学校
15日(日)			11月22日(金)	リズム運動小岩地区交流会	総合体育館
16日(月)			11月23日(土)	ウォーキングフェスタ2019	未定
10月13日(日)	第42回区民まつり	都立篠崎公園	11月29日(金)	リズム運動東部地区交流会	東部区民館
10月18日(金)	第40回リズム運動大会(小松川・葛西・東部)	スポーツセンター	2月12日(水)	熟年文化祭	総合文化センター
10月25日(金)	第40回リズム運動大会(松江・小岩・鹿骨)	総合体育館	～13日(木)		
			3月7日(土)	第17回合唱祭	総合文化センター

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★


# 平成30年度 熟年文化祭

2月13日(水)・14日(木)に総合文化センターにて、熟年文化祭が開催されました。芸能・歌謡ステージをはじめ、絵画・書道・手芸・工芸・写真の作品展示や俳句・短歌の展示、ロビーではお茶席コーナーや物産展等、大勢の来場者で賑わいました。芸能発表終了後は、穂高荘や塩沢江戸川荘の宿泊券等が当たる抽選会で盛り上がりました。

くすのき入賞者紹介(敬称略)  
おめでとーいございます

### 金賞

◆絵画の部  
大矢 春枝(コンドミニアム葛クラブ)

◆書道の部  
崔 貞玉(江戸川高麗長寿会)

◆手芸の部  
猪股 静江(みちくさの会)

沼沢 正(上篠崎喜良久会)  
八武崎秀子(谷河内長寿会)

◆俳句の部  
国沢 文子(西瑞江四丁目長寿会)

白坂美枝子(南親友の会)  
小山 隆庸(白寿会)

### 銀賞

◆絵画の部  
鈴木 友二(二之江中央ひまわり会)

原田れい子(南親友の会)

◆手芸の部  
大橋 宮子(松寿会)

小森三枝(上一色南部親交会)  
関司 幸子(明大クラブ)

田島千代子(花園会)  
袴田 恒子(東松丁目クラブ)

松岡 京子(善止友の会)

◆工芸の部  
尾久子工子(一南若松クラブ)

◆俳句の部  
長谷川定喜(西一之江クラブ)  
志村 潮子(西一之江クラブ)  
関 照子(東一会)  
関口 清(桑川五月会)

### 銅賞

◆絵画の部  
石川 正和(一之江南部長寿会)

鈴木美智子(鹿島みどり会)

◆書道の部  
小林 政子(東四長寿会)

平栗美智代(下鎌田長寿会)  
村田 清治(五葉会)

◆手芸の部  
一山 輝江(本郷第一五月会)

今野 よし(一之江たま長寿会)  
佐藤 禮子(東四長寿会)

関口 清子(大杉第二菊の会)  
高橋 淑子(下小岩偕楽会)

中里 典子(二之江中央ひまわり会)  
桑住ゆうゆう手芸部  
(桑住ゆうゆう)

◆工芸の部  
黄 己順(韓国民団クラブ)

◆写真の部  
秋山 芳弘(福寿会)

◆感動賞  
石川 正吉(第五長命会)

◆書道の部  
正田 浅子(西小松川長寿会)

宇田川芳雄(桑川五月会)

◆手芸の部  
大西 たま(司親和会)

◆俳句・短歌の部  
本阿弥百合子(南親友の会)  
泉 巖(白寿会)  
尾崎 清子(本一色長寿会)



お楽しみ抽選会で見事当選されました!!



素敵な作品をたくさん出展いただきました



日頃の練習の成果を披露しました

## 第16回 合唱祭

第16回合唱祭が、3月2日(土)に総合文化センター大ホールにて開催されました。当日は3部構成で行われ、およそ3000人が参加しました。

指揮者に進藤知哉先生、歌唱ガイドに須賀妙子先生を迎え、江戸川ギター・マンドリンクラブの素晴らしい生演奏にあわせて9曲を声高らかに合唱しました。大ホールに響き渡る歌声は、日々のクラブでの練習の成果だと思います。合唱の合間にはミニコンサートも行われ、素敵な時間を過ごすことができました。

合唱曲(9曲)

- ①しゃぼん玉②バラが咲いた③いつでも夢を④おお牧場はみどり
- ⑤千の風になって⑥木綿のハンカチーフ⑦紅の舟歌
- ⑧明日があるさ⑨世界の国からこんにちは



歌声が大ホールに響き渡りました

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★


小松川地区

### 第一末広会

会長：菊地 儀謙  
会員：66名

東部地区

### 南篠崎長寿会

会長：羽田 美代  
会員：51名

# クラブ紹介

## 地域と仲のいい楽しいクラブです

南篠崎長寿会は男性3名、女性48名、計51名が所属するクラブで、主に南篠崎会館で活動しています。

クラブではさまざまな活動をしており、町会で行っている緑道清掃や盆踊り、運動会に参加したり、誕生会・リズム運動などを行ったりしています。

誕生会は年2回、町会会館で実施しています。踊りやダンス・コーラスを披露したり、リズム運動の期末には先生を困らせて懇親会も行ったりしています。リズム運動に参加できない会員も誕生会には参加できるのでリズムの先生とふれあえることがうれしいとの声もあがっています。また落語家さんをお呼びしたこともあります。

このように、南篠崎長寿会と實際を想定した訓練が実施され、参加した会員からは「大変勉強になった」と概ね好評です。

紹介した研修旅行は皆さん興味津々の様子で、その後の入会にもつながっています。今後もクラブ活動の楽しさを積極的に広めていき、より多くの方に会員になってもらえるよう努力していきたいと思えます。

私たちのクラブ活動における大きな特徴は、町会や小学校といった地域と密接にかかわっているという点です。町会長さんをはじめ、役員の方々も私たちのクラブ



横浜での日帰り旅行

クラブではさまざまな活動をしており、町会で行っている緑道清掃や盆踊り、運動会に参加したり、誕生会・リズム運動などを行ったりしています。

このように、南篠崎長寿会と實際を想定した訓練が実施され、参加した会員からは「大変勉強になった」と概ね好評です。

紹介した研修旅行は皆さん興味津々の様子で、その後の入会にもつながっています。今後もクラブ活動の楽しさを積極的に広めていき、より多くの方に会員になってもらえるよう努力していきたいと思えます。

## イベントは皆で楽しく

私たち第一末広会は町会や学校等、地域の活動に多くの会員が参加している活発なクラブです。

地元の町会である小松川四丁目親交会では神社のお祓い、カラオケ大会といったさまざまな行事が催されており、特に小松川千本桜まつりでは40名ほどの会員が模擬店を出店するなど盛り上げています。

また年に一度、町会・消防署・介護施設と合同で行って



皆で合唱に参加

いる消防訓練にも参加しています。当日は火災発生時の避難、消火器の使用方法、AEDを使用した救急救命講習な

私たちのクラブにおいても新規会員の獲得に力を入れており、町会の集まりの場で第一末広会の活動内容の宣伝をしています。その中で先ほど



横浜の日清オイリオ工場にて

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★


# クラブ紹介

葛西地区

## 第二長命会

会長：関口 修二  
会員：109名

葛西地区

## 宇喜田交友会

会長：重田 美津子  
会員：61名

### 地域の皆さんと一緒に

私たちの宇喜田交友会は、中組町会と十四軒自治会の2団体から成り立っており、今年で45年目を迎えました。男性会員が少なく女性主体の会ですが、地域の皆さんと交流をもちながら、楽しく活動しています。

リズム運動は月に4回、メゾン北葛西集会室を借りて練習しています。毎回、丁寧に教えてくださるので、1回に35〜

40名が集まり賑やかです。体調不良で運動には参加できなくても、顔を見に来て帰られる会員さんもいます。リズム運動の後、合唱祭の練習をすることもあり、大きな声で歌うことは「いいね〜!」と言いなから頑張っています。

地域との交流では、町会と合同でお花見をしたり、盆踊りや運動会に参加



「笑顔いっぱい長寿の集い」に参加

### 活動は大勢で楽しく

私たちの第二長命会は、会員数が100名を超える比較的大きなクラブで、主に長島会館や長島桑川コミュニティ会館で活動しています。クラブ活動を円滑に進められるよう、定例会を毎月2回実施し、理事会の報告等をして役員と一般会員との間で情報共有しています。

クラブ活動の一つ、リズム運動は毎週月曜日に開催しており、15名ほどの会員が参加しています。

また、毎月10日に実施している誕生会は、近隣に「長命会」と名のつくクラブが当クラブを含め4クラブあるため、合同で実施しています。毎回、



「環境をよくする運動」にて

手伝いをしたりしています。近くに宇喜田さくら公園という大きな公園があるので、身近に季節の行事を楽しむことができます。

また、数年前より7月になると宇喜田小学校の子ども達に盆踊りを教えるボランティアをしています。子どもたちの元気な声に私たちも若返らせてもらい、夏祭り当日には一緒に盆踊りを踊ったり、ダンスや太鼓を見せてもらったりと交流を深めました。

この他にも活動は盛りだくさんです。約80名の会員が参加し、誕生日を迎えた会員には「長命会」の文字が入った記念タオルと箱ティッシュをプレゼントして、お祝いしています。誕生会後は、食事やカラオケ、踊り等をしてみんなで楽しんでいきます。

毎年10月に行われる香取神社の祭礼も、他の「長命会」と一緒に参加し、それぞれ歌と踊りを披露しています。

地域交流も活発に行っていて、町会のリサイクル運動は会員の



一斉美化運動のようす



長瀬での日帰り研修にて

父路〜長瀬を歩いてきました。年々、長距離を歩くのが難しくなっていますが、楽しい一日を過ごすことができました。

これからも地域の皆さんと楽しく交流を深めていきたいと思っています。

ほとんどが参加するなど、クラブをあげて貢献しています。また、新規会員募集も会長と各班の班長と一緒に訪問するなどして積極的に行っています。その活動が功を奏して昨年の4月には12名が新たな会員となりました。今後も活動内容の工夫や新規会員募集をおして、よりクラブ全体が盛り上がるよう努力していきます。

さんで、誕生会やお食事会、長寿を祝う会への参加に忘年会。日帰り研修では秩父方面へ出かけ、秋の味覚「しいたけ狩り」と紅葉の秩

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★


広報部員コーナー

クラブの会長として

清新北ハイツ若葉クラブ

会長 岡本 智博



シルバーシヨック

平成30年は小生にとり記念すべき年となった。11月に文書を作成して...

気の置けない友人は、「岡本は背は低いし、顔もジャニーズ系からは程遠い。でも声だけは良かったのにそのザマは...

若葉クラブ

さて若葉クラブの皆さんは、小生よりも先輩世代の方が多い。高齢社会が現実となっているが、「一番若いから...

れ、すでに4年間を務めている。

若葉クラブは平成5年5月に設立されてすでに26年経っている。しかし江戸川区内のクラブ番号は195番であるから決して早い方ではない。いやむしろ江戸川区では極めて遅い発足のな...

聴くこと・同調すること・楽しく交わることの大切さ

小生は若いころから「聞き上手」と評価されていた。これも聞くだけではなく、聴くことによりその中に潜む考え・感情などを深く理解し、これらをなぞって「同調できること」が大切である。同調できない者には、相手は胸襟を開かない。英語では「sympathy」となるが、決して人の悲しみや苦しみなどに対する単なる同情・思いやり・哀れみだけではない。相手の考え方を理解することである。従って安易な慰めではなく、相手の課題に対する理解とともに自分の考えをも持つこと、すなわち「resonance」共鳴の域にまでいかななくてはならない。

物理では音叉が鳴り出し、横にある音叉もこれに共鳴して鳴り出すことであるが、現在の社会学で説かれるいわゆる「共生」とは、誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合い、人々の多様な在り方を相互に認め合える全員参加型の社会をいうが、その根源的啓示は、パスカルの「人間とは考える葦である」に存在する。人間は弱い存在である。したがって葦のように互いに助け合わなくては生きていけない。しかしその葦は「考えることができる葦である」とされているが、考えることが単に他

人に対する「同情の域」にとどまらず、「共鳴して感化しあうこと」の域にまで到達しなければならぬ。会話はこうしたプロセスを通じて深みを増す。

若葉クラブ会長としての仕事

さてコミュニケーション論はこのくらいにして、若葉クラブの話に戻そう。4年前に会長に就任して最初に手掛けたのが会則の見直しであった。特に会の目的として①永年培った能力と経験への尊敬と配慮、②今後の生きがいを感じるイベントの実行、③熟年者同士の相互交流、④福祉の増進と社会活性化への寄与、とした。

小生の会への思いは、会員相互の心れあいを大切に、会員が互いに寄り添い気軽に会話が楽しめる気の置けない環境を整えることにあった。

江戸川区には会員同士がふれあえる場が多数存在する。他の区には存在しないリズム運動、季節の移ろいを感じながら会話も楽しむという贅沢なウォーキングができる親水公園、大きな声でそのうち他人の声と共鳴できるようになる合唱練習、女性のたしなみと家庭への暖かさを運ぶ生け花教室、趣味の域を超えて友人と感じさせる会員作品の紹介展示(アパートには感謝)、都内の名所・旧跡を訪ね、かつ友達と一日の会話と食事が楽しめる日帰り研修、昔取った杵柄でその日の運試しと勝負を楽しむ健康マージャンなど、会員の主体性が十分に発揮される場が用意されている。

最も会員に歓迎されている催し物は、年に3回企画画されている誕生会である。夫婦での参加を奨励し、会員が得意とする昔話や郷土自慢を披露して相互に盛り上がる集まりを造り上げようと、

会長が一番張り切っている会合だ。さらに年の初めを寿ぎ、生きている喜び、互いにふれあう喜びをプロモートする新年会もある。

くすのきクラブ連合会のイベント

最後になったが江戸川区ではさわやか体育祭、リズム運動大会、ウォーキング大会、熟年文化祭などといった、様々なイベントが1年をとおして開催されている。

よく考えてみれば昔と違って、贅沢な遊びの場である。いい時代、いい日本になったなあとの感慨を覚える。こうしたたくさんの遊びの場で会員は互いのふれあい、会話、食事、合唱、自慢話などを、相互に楽しんでいく。これらが会員の生きがいなのである。現役時代では考えられないほどの贅沢がある。

いかがですか。こうしたサークルに身を置いてみませんか。会の運営は完璧なボランティア活動であるからこそ、純粋な触れ合いの場となる。江戸川区はボランティア精神を称揚するためにくすのきクラブ連合会の各会・各クラブに対し、助成金を交付し援助してくれている。江戸川区は「活気ある活動により老後の生活を豊かにできる」本連合会の活動を支援し、病氣・介護に追い込まれない健康な生活環境を造り上げ、少子高齢化社会の諸問題を克服しようとしている。

すでに歩み終えた長い人生、しかしここにきて歳を取るといふことは、満足でもない、いい局面もあるのだといふことを素直に感得しているところである。

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★

Grid of empty boxes for member responses.



# くすのきクラブ 会員募集



くすのきクラブは区内60歳以上の熟年者が、健康づくりや仲間づくりを目的に集まった団体です。概ね、町会や自治会の区域ごとに結成されています。くすのきクラブに入ると、以下のような行事に優先的に参加することができます。

平成31年4月現在 【クラブ数】200クラブ 【会員数】16,278名



## 写真で見る くすのきクラブの年間行事

### 2月



熟年文化祭

### 3月



合唱祭

### 5月



さわやか体育祭

### 8月



輪投げ大会

### 9月



笑顔いっぱい長寿の集い

### 10月



リズム運動大会



### 11月



リズム運動地区交流会



ウォーキングフェスタエどがわ

新規入会特典!!

くすのきクラブに入会された方には、穂高荘・塩沢江戸川荘で使用できる宿泊割引券をプレゼントします!!  
対象者:2019年中に入会された方  
利用可能期間:2019年6月1日~翌年3月31日  
※使用できるのは本人と区内在住の家族・友人のみ  
詳しくは生きがい係までお問い合わせください。

お問い合わせ先:江戸川区 福祉部 福祉推進課 生きがい係 Tel 5662-0039

### 編集後記

広報部長 赤羽根智英子  
「令和」が幕開けし、世間はお正月を迎えたような気分が賑わいました。さて、本号ではくすのきクラブ連合会定期通常総会、年間行事予定、クラブ紹介、会員の随筆等、様々な情報を掲載しました。次号編集の参考にいたしますので、ご意見・ご感想等ございましたらどうぞお寄せ下さい。

広報副部長 太田 建夫  
今後のくすのきだよりでは、今までは視点を変えよりよい広報誌となるような仕組みを作ったりして広報部員全員で頑張っていきたいと思っています。そのためには当番クラブの会長さんの協力が不可欠です。是非お願いいたします。また、俳句・短歌・川柳・随筆等についても各クラブの積極的な参加をお願いします。

広報副部長 高橋 芳嗣  
令和最初のくすのきだよりをお届けします。新緑の季節を迎え、野外行事を楽しんだ方も多かったのではと思います。さて、本号ではくすのきクラブ連合会の主な年間行事も掲載しておりますので、より多くの方々に行事に参加してもらい、新時代を楽しんでスタートさせてほしいと願っています。

広報副部長 村井 征夫  
広報部で編集会議を重ねてきましたが、その結果本号も記事がコンパクトに掲載されて、大変読みやすく作成できました。次号の発行でも江戸川区やくすのきクラブに関する話題を掲載し、魅力ある広報誌を作成していきたいと思っています。

### 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。

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★


新しく始めました!

# くすのきスポーツクラブ

「くすのきスポーツクラブ」とは、地域の枠を超えたスポーツ活動をととして熟年者の生きがいを育むことを目的として創設されたクラブです。

これまでの地域単位のくすのきクラブとは異なり、種目ごとに各クラブが活動を行っています。

現在、7種目7クラブが活動しており、日々の練習や大会をととして生きがいづくりに励んでいます。

「人生100年時代」と言われる現在、健康寿命を延ばしていくことが重要となってきます。スポーツをととしていきいきとした熟年ライフを過ごしてみませんか。

## 【スポーツ吹き矢】



- ① 小岩二東アローズ
- ② 小岩二東会館
- ③ 17名

## 【野球】



- ① 葛西熟年野球クラブ
- ② 西葛西少年野球広場
- ③ 38名



## 【サッカー】



- ① 江東五区四十雀サッカークラブ T60
- ② 江戸川区陸上競技場
- ③ 29名



## 【ソフトテニス】



- ① 超壮年ソフトテニスクラブ
- ② 谷河内テニスコート
- ③ 30名



**【各スポーツクラブの紹介】**

- ① クラブ名
- ② 主な活動場所
- ③ 会員数 (H31.4.1 現在)

## 【卓球】



- ① 卓粋会
- ② 西小岩コミュニティ会館
- ③ 19名



## 【バウンドテニス】



- ① IBC 一之江バウンドテニスクラブ
- ② 松江第五中学校体育館
- ③ 14名

## 【ターゲット・バードゴルフ】



- ① 江戸川北部ターゲット・バード・ゴルフクラブ  
(江戸川北部 T. B. G クラブ)
- ② 新中川左岸緑地
- ③ 83名

くすのきスポーツクラブに関するお問い合わせ 江戸川区役所福祉推進課生きがい係 電話 03-5662-0039

★★★★ 私たちは江戸川区くすのきクラブ連合会の活動を応援しています。【西部版】★★★★
