



さいたまシニアクラブ



富士芝桜公園

vol. 23

2024年3月

発 行 局
事 務 局

さいたま市老人クラブ連合会
さいたま市浦和区東高砂町11-1
コムナーレ9階 セカンドライフ支援センター
☎048-881-8627

編集協力・印刷

(株)博報社関東本社
神奈川県厚木市愛甲1-8-39
☎046-280-6001

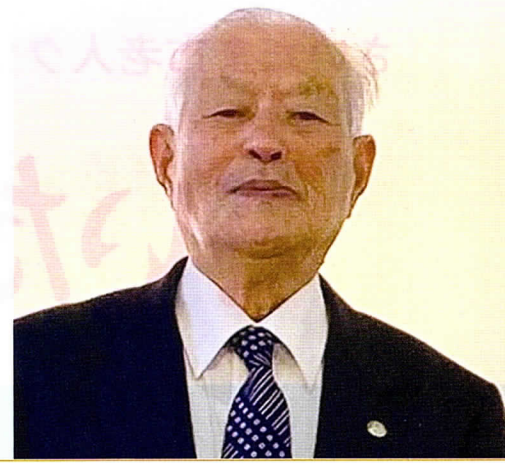
さいたまシニアクラブ

会員増強の取り組み(第2幕)

“シニアクラブに夢と希望を!”

さいたま市老人クラブ連合会

会長 品川 惣壽



令和4年度の会報(No.22)で発表してから、令和5年4月1日さいたま市の人事異動により事務局の担当者が代わり、シニアクラブの執行部も健康上の理由などから一部代わりました。

「単位クラブ純増2名」という目標は同じですが、役者が一部代わりましたので「第2幕」とさせていただきます。

令和4年度の総括として、令和5年4月1日時点で会員数17,049名、前年に比べて644名減よりスタートしました。

①シニアクラブの執行部としての取り組み、②各区の単位クラブの取り組み、③関係組織との連携、④その他について整理してみました。

①シニアクラブの執行部としての取り組み
市区町村老連会長研修会に浦和区矢部会長が、「会員増の取組事例」を発表しました。(10月18日)

・会員増の単会を表彰 令和4年度に10名以上の増員5クラブ表彰と活動報告をお願いしました。(12月理事会)

②各区執行部では令和4年度の実績を総括していただき、令

和5年度に継続して取り組んでいただいております。

③事務局に会員増強のため助成金最低クラブ人員引き下げのお願いをしました。(6月30日)

各区の関係組織との連携として区の包括支援センター、地区社会福祉協議会へ申し入れや自治会連合会へのお願ひもしております。これらも次年度以降につなげます。

④その他としては

令和6年1月予定のシニアクラブ芸能大会には清水勇人様の講話を組み入れていただき、各区からの演じ物、市長講話、県大会アトラクションなどで地域を元気に「オールさいたま」の盛り上げを図りました。

令和5年度シルバースポーツ大会(9月21日熊谷)には市全体としては110名の参加協力をお願いできました。さいたま市西区ではバス一台チャーターして参加していただきました。各区執行部の皆さんに感謝致します。さいたま市の活性化に大いに貢献していただいております。今後とも「シニアクラブの夢と希望」のため皆様のご協力をお願い致します。

もくじ

P2 会長あいさつ

P3 芸能大会 & 市長講話

P4 シルバースポーツ大会

P5 女性部

P6 さいたま市の桜特集

P8 会員投稿

P21 文芸

P22 事業報告

P23 広告

P32 編集後記など



芸能大会&市長講話4年ぶりに開催



令和6年1月30日 浦和コミュニティセンター10階多目的ホールにて開催。各区から2団体が出演しました。初の試みとしてたくさんの会員に市長(清水勇人)のお話を聞いていただきたく、芸能大会&市長講話として企画しました。また、昼休みにも生バンド演奏をお楽しみいただきました。



講話で清水市長からは、さいたま市の明るい未来について語っていただきました。令和8年開催のねりんピックはさいたまシニアクラブの絶大な協力をお願いされました。



芸能大会の様子は出来るだけたくさんの写真で紹介します。第1部2部ともどじょうスクイで始まりました。場を瞬間にして盛り上げてくれました。コーラスや踊り、寸劇など芸達者な皆様の元気に年1回では無く2回は開きたくなるような気持ちになりました。

広報部





シルバースポーツ大会に参加して

広報部 渡辺 充



令和5年9月21日、熊谷市にある、熊谷スポーツ文化公園にて開催されました。さいたまシニアクラブから参加したチームは、ゲートボール(8/24)、グラウンド・ゴルフ(9/91)、ペタンク(4/18)、ソフトテニス(0/26)、ワナゲ(7/69)、マグダーツ(2/30) (注:分子はさいたまシニアチーム、分母は全チーム)

さいたまシニアクラブからは、30チームで100人以上の仲間が出場しました。また、大宮区からは事務局の高齢介護課から課長・課員が応援にきてくれました。上位入賞は、グラウンド・ゴルフで西区が2位、個人では北区の清水廣一さんが2位。マグダーツは、西区が2位になりました。

この大会の出場枠は、各種目20チームです。まだまだ枠に余裕があります。来年は出場枠を有効に活用したいものです。





そなエリア東京の屋上より写した景色です

さいたま市女性部日帰り研修旅行

今日は少しリッチに!!

女性部 納 美恵子

令和5年9月13日(水)晴れ

さいたま市女性部日帰り研修旅行が会員62名、2台のバスに分かれ元気に出発!最初の目的地、最強のパワースポット豊川稲荷では、三木さんの楽しい話にバスの中はヒートアップ!最後までご利益の話が続いていました。東京臨海広域防災公園「緊急災害現地対策本部」が設置される公園です。

支援が少ない時間を生き抜く知恵を学べる防災体験シミュレーション「東京直下72h TOUR」を実施。

最後はお楽しみ「ヒルトン東京お台場」でのビュッフェレストランでの食事、とても美味しく頂きました。

怪我人もなく無事に終わる事が出来ました。皆様に感謝!!

日帰り研修で都内を満喫!!

女性部 松浦 禮子

今年の夏は、猛暑に豪雨、国の内外を問わず過酷な毎日が続きました。

女性部は、9月の残暑の中都内めぐりを計画しました。まず赤坂の「豊川稲荷東京別院」を参詣。境内奥にある豊川融通稲荷尊天で「抜苦与楽」の上、金運アップのありがた〜い融通金をいただきスタート。

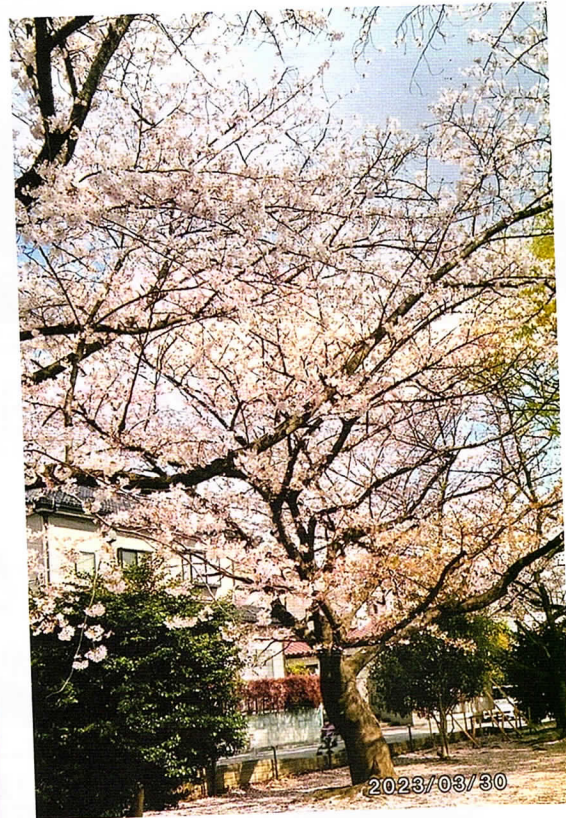
次の「そなエリア東京」は、防災意識向上のための体験学習館。首都圏直下型地震等が発生した後、支援が届かない期間を真暗闇の中、今にもくずれ落ちそうなビルの間を仲間と確認しながら安全な場所へとたどり着く体験でした。

暗闇の中で20分ほどの体験でしたが、広く明るい室内に戻れた時は皆、ホッとしました。

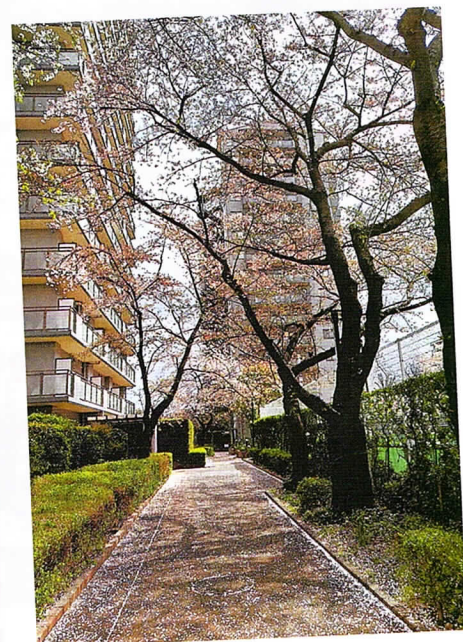
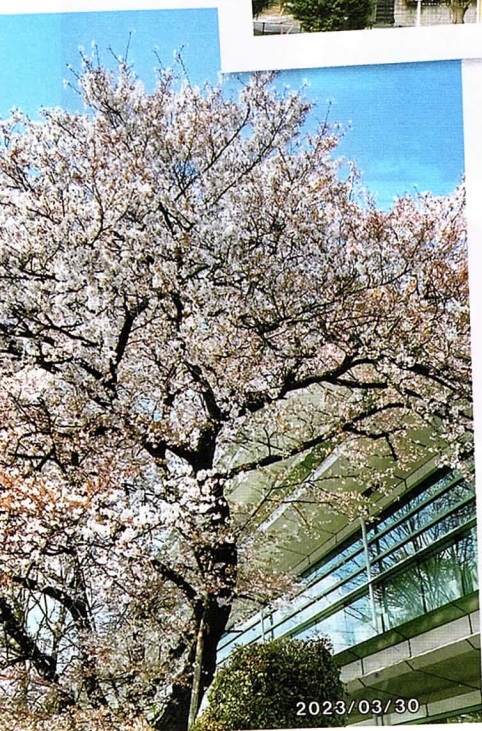
さて最後はお楽しみヒルトン東京お台場でのビュッフェランチ。東京湾のパノラマを楽しみながら「ごはん類が少ないわね。」といいながらもトレーは、お好み料理でいっぱい!!

最後にケーキとコーヒーをいただき、幸せな時間をすごしました。



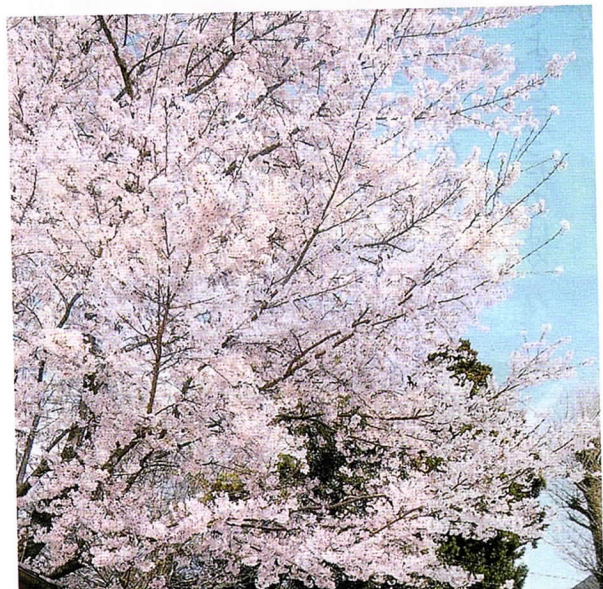


の桜特集





さいたま市



同窓会

同窓会について

浦和区 常盤さくら会

大江 伸一

同窓会とはどんなものでしょうか。学校時代の友人たちと再会し、昔話や近況報告などをして旧交を温める、といったところでしょうか。戦中派であれば、戦争中や戦後の苦しい時代を共に生きた仲間との再会となり、お互いの人生を再確認する場でもあるでしょう。より若い世代においては、運動会、修学旅行、加えてオリンピックや万博などのイベントの思い出話に花を咲かせる場かもしれません。

ただ、気をつけたいのは、もう子どもではなく、相応の人生経験を積んだ大人同士であるということです。昔の人間関係を再現させることは慎まなくてはいいけません。いじめがあった場合は特にそうですが、親分子分関係や派閥があった場合にも言えます。大人になってもそんな関係を再現させる必要性は全くありません。逆に、大人になってからの地位のひけらかしや貧富の問題を持ち出すこともやめるべきです。

別の問題もあります。地元ですと付き合ってきた連中が自分達の話で盛り上がり、遠方から参加した人が話の輪に入れない、ということもしばしばです。そのような会であれば、遠方の人は次から参加しないでしょう。

実は、本当に会いたい人とは、同窓会とは別に交流を続けているのではないのでしょうか。同窓会が再会のみきっかけになることもあるかもしれませんが、多くの場合、同窓会ではかかわらない人は、特に会いたいと思わなかった人なのでしょう。そういう人と、懐かしい話だけで場を持たせるのも限度があります。

ここまで考えると、同窓会とは何か、必要はあるか、という根本的な話にもなってしまう。個人的には、同窓会は、学校の創立記念や担任の喜寿記念などの特別な場合に行えば良いと思います。そこでは、昔の人間関係は横に置いて（横に置けない人は参加しないほうが賢明です）、懐かしい話で盛り上がりましょう。

「同窓会」は甘美なさわやか ご用心ください

南区 鹿手袋楽生会

武政三枝子

ある日の午後、買い物から帰ると留守電が入っていました。そこには、こんなメッセージが。

「昔の同級生の川田です。クラス会の相談をしたいから電話下さい。」と、電話番号が伝えられました。

「つわー、クラス会だって、久しぶりだなあ。楽しみだなあ。」と、ワクワクしたのです。

「あとで指定された電話番号にかけてみよう、川田君も元氣そうだなあ。クラス会何年ぶりだろう」と、あの顔、この顔、次々に懐かしい顔が思い浮かびます。

しかし、「まてよ」と思ったのは夕方家族が帰ってから。

「それって、新手の詐欺じゃないの？」
「確かめたほうがいいよ」というアドバイス

「そつだ！そう言えば川田君の声はずいぶん若かった」

川田君の友人に聞いてみると、「クラス会なんて話出てないよ」と、なんともつれない返事ばかり。果てには、「あなた、高校時代に川田君に憧れてたんじゃないの？だから舞い上がるのよ。」なんてことを言われる始末。確かに川田君はクラスの人気者だったけど。これは確実に新手の詐欺であると確信したのでした。

さてさて皆さん、私はたまたま後でゆっくり電話しようと思ったので頭を冷やす時間がありました。まてよ、と思えました。家族や友人に相談する時間もありません。

皆さんはいかがですか？学生時代に素敵だなあと思っていた女の子や男の子から電話があったら舞い上がらない自信ありますか？

「同窓会」は、甘美な響きを耳元でささやきますよ。

それにしても詐欺師たちは私が川田君に憧れていたことを知っていたの？こわ！

戦争について

私の記憶と戦争

中央区 向原第一八千代会

奥田 由江

昭和18年4月生まれの私は、終戦までの2年4ヶ月、戦争を経験したこととなります。

当時の我家は両親・祖母(母方)・叔母(主人が出征中)・姉(女学生)の6名で生活していました。庭に、家具用と避難用の防空壕が掘ってあり、不気味な警戒警報が鳴るたびに頭巾をかぶって入っていました。壕の入口は炭俵が掛けてあり、そのすき間から飛行機の豪音と黒い影を堅くなつて耐えていたことが脳裏に残っています。後での飛行機はB-29と聞きました。飛行機も怖かったが、警報のサイ

レンが後になって12時を知らせる音と重なって、嫌な時代を思い出してしまいます。ここまでは私の記憶です。ここからは、家族から聞いた話です。

米、野菜は祖母の実家から届けられていましたが、蒸したジャガイモはご飯では無いと由江が言って祖母が涙したこと。童謡の「里の秋」や「みかんの花咲く丘」等、お父さん、お母さんという歌詞が出て来ると、この子のお父さんは、お母さんとは尋ねられ答えに困ったこと。下校途中の姉は米軍機に会い、大きな桜の幹をへばりつくように廻りやり過ぎ、米兵の赤い顔も怖かったと。終戦からどの位経ったか分からないが、叔父が帰還した。陰膳の写真を私が持ち出して、見比べてたので、家族が大泣きをした。等、聞き及んでいる。

私の知らないこと、戦争中の家族がどんな苦労をして過ごして来たかを知ったことで、戦争のない現在の日本は、当時と違う大変さがあると思うが、なに不自由なく暮らせている。

今、内戦を含め世界中で、国と国との戦いは、なかなか妥協点が見つからないまま、多くの人々が命を落としている。戦争は何にももたらさないから、私は絶対いやだ。

私の10歳まで戦争一色

南区 善前福寿会

中山 勉

昭和10年8月12日、陸軍の派閥対立が激化し陸軍軍務局長の永田鉄山少将が相沢三郎中佐に軍刀で刺殺された。昭和11年2月26日から29日にかけて日本のクーデター未遂事件二・二六事件が起きた。

昭和12年、父は日中戦争の応召で中国大陸へ渡った。その出征の日、子育ての最中にある母は生まれたばかりの妹を背に9歳の姉と5歳の兄の手を引き駅に向かい、2歳の私は祖母の背で駅に向かったが、父の出征を知ってか一心に歌う幼な子の軍歌は人々の涙を誘ったという。

日中戦争はますます拡大されて遂に昭和16年12月8日、太平洋戦争へと突入した。

私は昭和17年に国民学校へ入学した。入学と同時に毎朝直立不動の姿勢で校長先生の訓話を聞き、祝日には宮城方位に最敬礼のあと教育勅語を拝聴したが天皇は神様だと教えられた。

3年生になった5月に東京の空襲から逃げて、3年生から6年生の人間が集団疎開してきた。それまで65人だったクラスが90人近くになった。

やがて勉強の時間よりも勤労奉仕の時間が増え、屋外運動場はさつま芋畑となり県道の両側は大豆畑となった。婦人会では竹槍の訓練をする様になり、先生の話の中に鬼畜米英が頻繁に出るようになった。

12月8日には全校生徒が出来るだけ粗末な弁当を持参し、或いは真冬でも学校では素足で冷たさを我慢して戦地の兵隊さんの苦勞を知ろうと教えられた。

昭和20年8月1日夜、突然の空襲警報に外へ飛び出したが、間もなく山本五十六元帥ゆかりの長岡市街は夜空を赤く染めた。その長岡の理研には学徒動員の姉が勤務しており夜勤だった。

8月6日、9日と広島・長崎に原爆が投下されて8月15日正午、天皇陛下の玉音放送で敗戦となった。子どもなりに両親と一緒に悔し泣きしたことが今も鮮明に思いだされる。

好きだった人

「お陰さま」

今年の野球界はWBCの優勝に始まり、大リーグは大谷翔平がホームラン王となり、日本では阪神が38年ぶり優勝するなど大いに盛り上がりました。小学校からの野球ファン(王、長嶋の入団前から)としても画期的なことでした。

日本人が大リーグホームラン王になどありえないことでした。子どもの時の大リーグの選手は、物見遊山で来日し日本のチームと対戦しても全勝する等かけ離れた状態でした。力の差は歴然としていました。半世紀を超え漸く太刀打ちできるようになった訳です。

野球好きの方が必ず見るのは試合後のヒーローインタビューです。今年になり気が付いたことがあります。それはDeNA戦の終了後勝利投手が東投手となり、勝ちに貢献したことで呼ばれていました。

インタビューを受ける中で「勝ったのは山本祐大選手のお陰」と発言したのです。投手が捕手を持ち上げるのは余りないことです。今年東投手は16勝し、そのたびに山本選手も途中で呼ばれヒーロー扱いとなったのです。自力でヒーロー(打力で勝ちに貢献)になることもたまにはありましたが、9割がた東投手の「祐大のお陰」の一言でヒーローの舞台に立ったのです。東投手が勝つたびに毎回呼ばれるので

見沼区 東大宮7丁目シニアクラブ

ひばり会 加藤 寛

す。そのやり取りはなんとも微笑ましいものでした。

投手は大体自分の力で完投し、好投したものと、殆どの選手は発言するのです。

スポンサーの協力もあったことでしよう。東投手が勝つたびに一人ヒーローが増えるので、費用が嵩むこともあり、関係者の協力のお陰で、できたのでしよう。

永く生きている人はわがままになりがちです。ひと様のお陰で生きているのです。

どんなに力、お金がある人でも皆の協力なしでは日々暮らしてはいけません。

「お陰様」の人生をもう一度考えてみるのも良い機会かと思われます。

捕手という陰の力である目立たない評価を表舞台に引き出し、東投手の優しい心が現れた素晴らしい一コマでした。

横浜DeNAベイスターズ東克樹投手のお陰で、プロ野球の楽しみ方も一つ増えました。(参考・東投手と山本捕手は同期入団であり、東投手が3歳年上です)



うちの会の自慢話

四年ぶりのバス旅行

見沼区 片柳老ク・フラワータウン・

グリーンクラブ 山口 勝義

毎年日帰りバス旅行をしていたのに、コロナ禍で今年こそはと意気込んでいても中々収まらず、崖から飛び降りるような気持ちで強行突破。会員は減るし老人会に魅力が無くなったのだろうか？以前行った、苺狩り、葡萄狩り、リンゴ狩り、桃狩り、みかん狩り、海鮮料理等を食べ、お昼はホテル等で食事をして温泉に入り、日頃の疲れを癒し裸の付き合いをしていました。今年は歩くのがきつくなった、腰



が痛くてと老人病が増えてきました。それならと段差の少ない高低差のない場所をと考えました。会員からは明智平に行ったことがないという意見も貰いました。旅行会社にお問い合わせをしました。明智平へのロープウェイによる登山。眼下に見える華厳の滝と街並み、晴れた日で透き通るような景色で



した。観光センターでの食事、ゆばとニジマスの塩焼きが良かった、お魚が大好きと残るは骨と尻ヒレだけ。中禅寺湖の遊覧船での見学、船での見学は初めて、いつも周りは通るけどのこと、私も初めてでした。丁度紅葉も見ごろ、わあわあ歓喜の声、船内はスマホ片手に記念写真を撮っています

した。車内ではビンゴゲーム、ジャンケンしての勝ち負けゲーム、カラオケはコロムビア・ローズか美空ひばりかセミプロの美声を聞かせて貰いながら、ロマンチック村での買い物、今野菜が高いのよと言いながら、ネギやら大根やら？私は近くで見たことのない孔雀草を買いました。平日のせいか予定通り18時3分帰路に着きました。その後大変良かった、今度は主人も連れて行きたいとの声をいただき、スタッフ一同良かったねと称えおりました。



うちの会の自慢話
連綿と続く花壇整備と花苗植え
桜区 白鍬すばる会 永田 隆

私ども「白鍬すばる会」は、桜区の電建白鍬自治会(約420戸)内のシニアクラブ(会員数187名)です。当会の自慢は、2006(平成18)年以来絶えることなく続いてきている「花壇の整備と花苗植え」活動です。

すばる会が発足して30年以上になりますが、そのうちの18年間もこの活動を継続してきたことは歴代役員の方々の賜物と思います。

具体的には、自治会内の3か所「白鍬第一・第二・すばる」各公園内の花壇(合計約20㎡)を毎年春と秋の2回、すばる会役員総出で除草・耕



作業中



作業中

耘・整地・施肥・花苗植えを実施しております。

最近の新型コロナ感染の緊急事態宣言が出されていた中でも継続して参りました。私どもの活動により各公園には、春はチューリップ・サルビア・マリーゴールドなど、秋はパンジー・ビオラなど色とりどりの花が咲いており公園を利用する方々の目を楽しませております。

私どもも現役員としても、本活動を今後も続けることが必要と思っております。

なお、すばる公園は自治会所有ですが、第一・第二公園は市所有の公園ですので使用許可を戴いております。また、花苗や肥料は、市の「花いっぱい運動」参加により提供を受けております。市ご当局のご協力に感謝しております。



第一公園



第二公園



すばる公園



参加者一同

自由投稿

挑戦

北区 宮原3丁目 第一悟生楽会

齋藤 健一

民生委員を、令和4年11月で定年になり、12年間、ひとり暮らしの高齢の方や障がいのある方の自宅を訪問して安否確認や見守り、子ども達の登下校時には通学路に立って見守りやあいさつ運動、そして、行政機関などのパイプ役などの活動を行ってきました。

私自身も高齢になり、これからの残り少ない人生どう楽しもうか？何に挑戦しようか心躍らせています。

今現在運動は、健康のために10年ぐらい前から、ボウリングを毎週月曜日に練習とリーグ戦で5ゲーム程度投げてます。週一回なので、なかなかうまくなりません、楽しんでます。もうひとつグラウンドゴルフも4年ぐらい前から週3回、仲間に入れてもらってやっていますが、成績はいまいちです。健康にはいいと思うが、もう少し、頑張らなくてはなりません。

私は長野県の山奥の生まれで、春には沢山の山菜が採れます。時期の物で

すが、時期が過ぎても保存食として、いつでも食べるため、ワラビの塩漬に挑戦して、最近では、秋でも冬でもワラビを楽しむ事が出来ます。一番大事なのは、塩を「こんなに」と思うくらい使うのです。食べる時に充分塩抜きすればいい事で、けちるとカビが生え失敗します。これからは沢山の塩漬に挑戦してみます。

余生気儘に

北区 神山 神和会

沼野 彰

団塊世代の私は、競争社会で揉まれましたが、一方で経済は好調でバブルを経験し、一億総中流と囃され明日に希望が持てる時代でもありません。

そんな中、三十数年前のサラリーマン生活を経て60歳から現在まで毎日日曜日の生活を送っています。

定年退職後は趣味を活かして好きな事をしたと思うこともあり季節に応じた活動を始めました。

主に春から初夏にかけて山菜採り。秋には茸狩り。春から秋にかけては溪流釣りなどを行っています。

他に旅行やゲートボール・グラウンドゴルフ・ゴルフなど多くの仲間仲間まね楽しんでます。気が向くとそれらの折に俳句を捻ったりします。時に法螺

を吹いたり、尺八を吹いたりもします。

句

蕨採りにて

春蟬や懐 深き山に入る

山梨ゲートボール行にて

藪や便りは遠き砂漠より

釣りにて

信玄の隠し湯とやら春の宵

旅行にて

釣れぬ竿とんぼ戯むる男鹿川

長堀の牛陰をゆく城下町

山勘は軍師が由来甲斐小春

茸狩りにて

山暮れて白の妖精毒茸

第17回GG大会

見沼区老人クラブ連合会

古川 清司

今年観測史上初の猛暑日が続く、こんな中でのGG大会開催が心配された。

昨年は、コロナ感染予防の観点から、やむなく参加人数を調整したが、本年度は、会の目標である、『元気でのしいかい』をモットーに

参加者人数を制限なしにした結果、参加希



望者は、過去最多の196名の申し込みがあり、幹事さんは大わらわ。大会当日は、曇天と風もあり絶好のGG大会日和となり、一安心、天候にも恵まれ好スコア続出の大会となり和気あいあいのうちに無事終わることが出来た。

優勝者は、スコア67打大金良子さん。次回もみな『元気でのしいかい』参加を約束し散会した。

山鹿の灯籠祭りに参加して

見沼区 東大宮千万亀会

伊藤 紀子

七十代最後の想い出として、故郷の民謡を訪ねる旅に参加しました。行く先は熊本県の山鹿市。温泉が豊富で湯の神に感謝する為、4月には温泉祭りがあるという。そして大きな行事として大宮神社例祭の灯籠祭がある。祭りは和紙とのりで作られた金灯籠を頭にのせて踊る神社への献納である。バス・飛行機と乗り継ぎ、まずは練習会場へ。ここで今夜踊る(よへほ節)(山鹿灯籠盆踊り)(米原長者くどき唄)の3曲を練習し、軽く食事



を済ませた後、衣装が用意してあるホテルへ向かう。衣装は白地に紺で(よへほ)歌詞が描かれ赤い帯をしめたら出来上がり。着付けが終わると会場となる山鹿小学校へ向かう。体育館に用意された千個の金灯籠、その美しさに圧倒された。又踊り子達は8歳から15歳迄の若い少女にかざられていたとか？

出番まで大分待たされたが、いよいよ入場となった。校庭の中央に檜が組まれ、唄い手、太鼓、三味線、地元の踊り手が檜の上で、そのまわりに千人の踊りが輪をつくり整然と踊り進んでいく。時に照明が落とされ暗い夜空に千人の提灯が幻想的に揺れる。賑やかな祭りも良いが、こんな幻想的な踊りも良いとつくづく思った。翌日は熊本観光をして、帰路についた。

小さな我が家

南区 善前福寿会

中山 勉

小さな我が家は居住して55年。そこにはいろいろない思いが詰まっている。

昭和42年に結婚したが、社会人となった時の勤務地が川崎だった事から新居は川崎球場近くのアパートだった。妻は新潟県柏崎市の海岸近くで環境汚染の全くない自然の中で

育った事から、川崎市の汚染された大気に驚いていた。その為、大気汚染の免疫がない妻の健康を考えて転居をする事にした。

結婚した時は勤務地が虎の門に変わっていた事から、帰郷や親の上京を考えて、京浜東北線沿線の浦和、蕨、川口、鳩ヶ谷の各地を見て回った。驚いた事に当時の蕨、川口、鳩ヶ谷は風向きによって川口の鋳物工場から出る煤煙の影響があった。そうした事から選択地を浦和に絞った。昭和43年の正月、南浦和駅から徒歩15分ほどの産業道路に隣接した戸建分譲住宅の一棟を契約して、昭和43年の5月に入居した。

当時は公団住宅に入居する事がサラリーマンの夢でもあった。その公団住宅は4・5畳と6畳の部屋に板の間DKという造りだった。この公団住宅に対して、昭和36年7月1日に開業された南浦和駅東側の各地で、区画整理がされていない農道沿いに小規模戸建分譲住宅が次々と販売された。この無計画な住宅開発が後のまちづくりに禍根を残した。部屋数は公団住宅の2DKと似たようなものだったが、12坪〜20坪の土地に建売住宅が建築され販売されていた。

購入した戸建分譲住宅は農道ではない産業道路に直結していた事から、将来の開発が見込まれると考えて選

択した。二階建て木造3DKである。6畳一間のアパートから戸建てに入居したが、同僚から随分と羨ましがられた。が、5年返済のローンは厳しく、返済に幼児を抱えた妻は毎月の支払いに往復2時間の道のりを歩いた。

子ども達の成長に従って住まいの狭さが気になった。幸い昭和59年、隣家が引越しをした事から、これを買ったので39坪の土地になり4DKに建て替えた。隣接する不動産会社の商業ビル駐車場は、騒音を考慮して10坪ほどを自由に利用させてくれているので、利用できる敷地面積が50坪弱ほどになった。

入居した地域の当時は未開発で農村そのものだった。昭和45年、住まいのすぐ近くに病院が出来、子育て最中の妻は大喜びをした。産業道路沿いの風景は昭和50年初めまではほとんど変化がなかった。ところが昭和53年、近くに和食レストラン「とんでん」の関東一号店が出店して日本経済新聞のニュースとなり、59年に家具の「宝船」が出店し、平成に入り家電量販店の「サトームセン」「ロケット」「ラオックス」「上新電機」が進出して来た。そして家電製品が新住民に行き渡ったと見るや、平成14年につぎつぎと閉店した。その空き店舗に生活に密着したスーパーマーケットやコンビニが出来た。

小さな我が家の周辺地域は沢山の友人・知人に恵まれて今日に至っている。そして病院とスーパーマーケット、浦和駅、南浦和駅行きバス停に2分、郵便局と2店のコンビニまで4分といずれも至近距離で老後生活を支えてくれている。高齢になった今、小さな我が家の現在地を選択した事を幸運だったと感謝している。

我が家の家宝 河津桜

浦和区 針一寿楽会

町田 初江

現在自宅の庭には、樹齢約20年の河津桜が、一本あります。当初は、2本ありましたが、息子の自宅新築時に一本伐採しました。

河津桜が自宅に来たきっかけは当時伊豆河津町に行った時、桜並木の美しさにほれて現地で苗木を購入しました。5年位たった頃から咲き始め、毎年2月中旬から3月初旬にかけてピンク色の美しい花が咲きます。桜としては早咲きの部類に入り、染井吉野の様にパーッと咲いてパーッと散る感じでは無く比較的長く咲いています。

この時期になると桜の木にメジロもやって来てやっと春が来たんだなあ〜と感じます。何とも言えないピンク色の花を見ると、心がウキウキしてま



いります。

ちなみに河津桜の花言葉は「思いを託します」「純潔」だそうです。

河津桜の特徴でもあるピンク色のかわいらしい花から女性らしい花言葉が付けられたと考えられます。これからも我が家に春を告げる河津桜を大切にしたいと思っています。

ウナギ

南区 白幡白寿会

林 正治

日本人とウナギ、これほど大衆に愛されている魚なのに、産卵場所などに謎が多いことで有名な魚である。

小笠原諸島から台湾沖にかけて、柳の葉に似た稚魚が発見され、生まれ故郷はフィリピン海溝などの深い海底ではないかと言われ、深海から川へ、そして再び産卵のため深海へと、ウナギの往復旅行は長く、その一生は20年〜30年とも言われている。

太平洋に5種、インド洋に3種、大西洋に3種が知られ、同じウナギでも種類によって味も異なるという。天然ものは美味だが、台湾やフィリピン、韓国でも養殖されている。

青い目のウナギと言われる大西洋産も、フランスなどから大量に輸入されている。現地で養殖加工し、白焼にして空輸し、すぐにかば焼のタレをつければ食べられるようなものが、スーパーで売られている今日だ。

ウナギと言えば土用の丑の日、夏バテ防止にウナギを食べることが習慣化している。しかし、栄養価から見ると、キモに驚異的なビタミン類が含まれているため、キモを忘れないで食べることがだという。

昨年の土用の丑の日は7月30日だった。最近では稚魚が減少したため、高騰するウナギのかば焼を横目に、寂しく過ごしてきたものでした。かば焼は甘いタレや脂肪が多く、カロリーが高いため、糖尿病持ちの私はいつも横目で過ごして食べることはなかった。

昨年は妻から病気で1ヶ月も入院し、退院後も食欲が無く心配して、かば焼でも食べたらと言ってくれたことから、カロリーを加減してハーフと金額に見合うほど美味しいものではなかった。天然ものはスーパーでは皆無であり、ほとんどは養殖ものである。養殖は現地でのエサの材料でウナギの品質に優劣があることは昔から知られている。今年はスーパーでなく、ウナギのかば焼屋で食べてみたいと考えています。

老人の介護

浦和区 針三寿楽会

坪井 保雄

年齢を重ねる毎に、身体のおちこちに、不都合が生じてくる。足腰が思うように動かなくなり、痛くなったり、よるけたりすることが多くなる。遂には、他の人の手を借りないと、思うように動けなくなってしまう。

以前のように、2世帯、3世帯家族が普通であった時代は、家族が寄り添って、何とか過ごすことも出来たが、今では、夫婦2人や、単身の家庭では、そもそも行かず、老々介護にったり、介護施設に入居ということになってしまふのが、普通である。古くは、老人を大事にするという伝統も



あった筈であるが、出来ることなら、多少は他の人の手を借りてでも、家族と一緒に暮らせるのが、良いと思うのだが、実際には、なかなかむずかしいのが現状である。

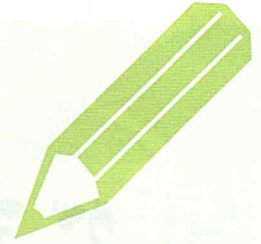
老々介護ともなれば、相方の負担は、かなりのものとなる。

世界一の老人大国と言われる台湾では、中国人伝統の老人を大切にするという習慣は今でも残っているようだ。

「外^{がい}労」というのがあって、主に東南アジア系の女性が多いようであるが、24時間同居して、世話をしてくれるそうである。公園や観光地でも見かけると言います。

公的介護も、悪くはないが、そのような介護のあり方も、一考の余地があると思うのだが、今は未だ、何とか1人で少しは動ける自分であるが、この先、自分の介護は、どうなるのだろうか、少し心配になってきました。

漢字クイズ



いくつ読めるかな？

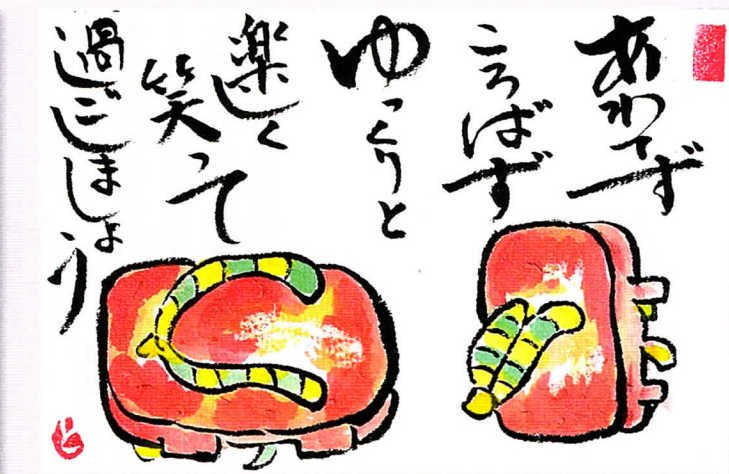
- | | | | |
|-------|------|------|-------|
| ① 天動虫 | ④ 踝 | ⑦ 鬼灯 | ⑩ 諂う |
| ② 普く | ⑤ 甘藍 | ⑧ 雀斑 | ⑪ 煤ける |
| ③ 土師 | ⑥ 鳩尾 | ⑨ 頸筋 | ⑫ 見縊る |



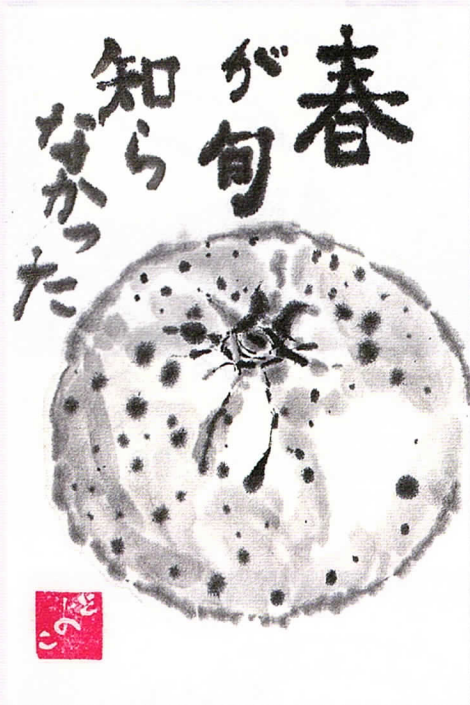
答えは作品投稿のあと p.20



北区 宮原地区 女性部

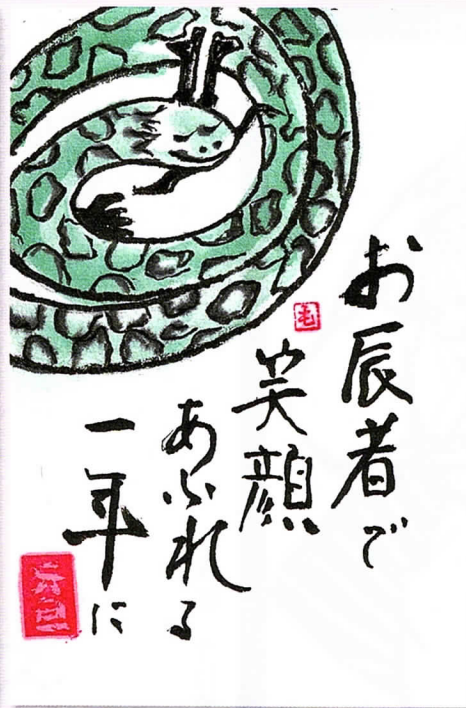


緑区 さわやかクラブ第二 前田 トシ

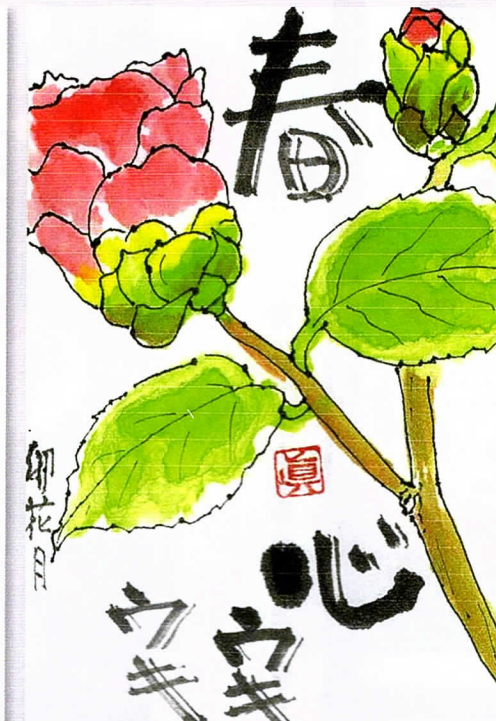
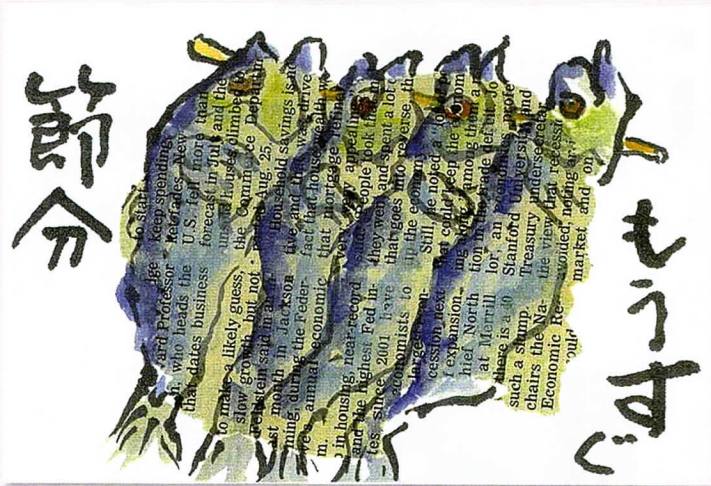


浦和区 針一寿楽会 野中とよ子





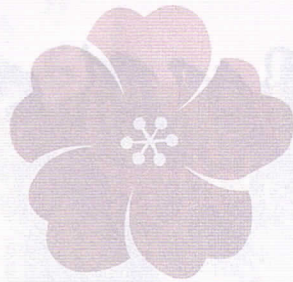
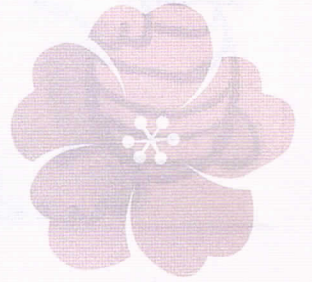
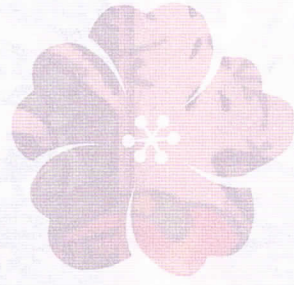
中央区 向原第一八千代会 長島 元子



浦和区 常五朋友クラブ 石田 眞子



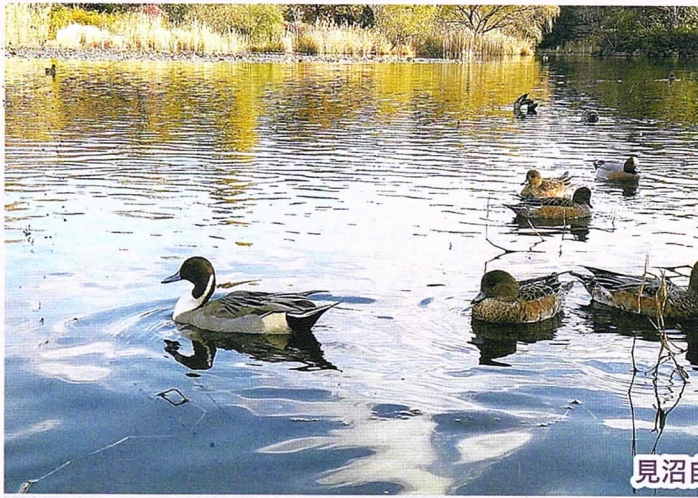
緑区 さわやかクラブ第二 納 美恵子



北区 中道喜楽会 松浦 禮子



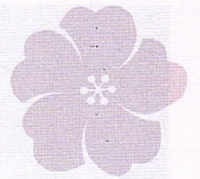
花のある食卓の風景



見沼自然公園



中央区 向原第一八千代会 奥田 由江



見沼自然公園



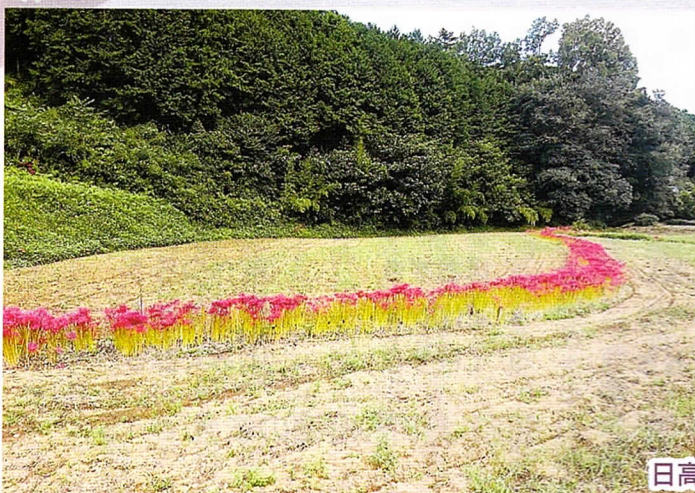
浦和西校の北側の畑から



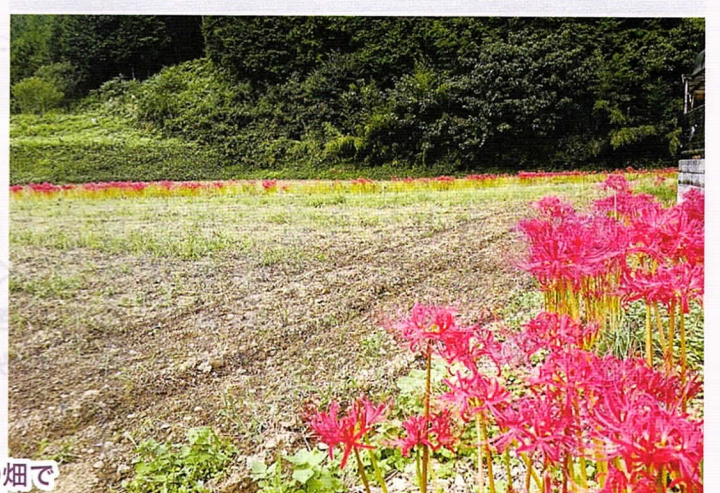
富士山 中央区 日赤の橋



上江橋から夕方



日高の畑で





北区 天神ひまわり会 須田 英子

漢字クイズ 答え

- | | | | |
|----------|--------|--------|--------|
| ① てんとうむし | ④ くるぶし | ⑦ ほおずき | ⑩ へつらう |
| ② あまねく | ⑤ きゃべつ | ⑧ そばかす | ⑪ すすける |
| ③ はじ | ⑥ みぞおち | ⑨ くびすじ | ⑫ みくびる |

問題は作品投稿のまえ p.15

クラブ活動記

浦和区 常五朋友クラブ 綿貫 久子

当クラブの「俳句同好会」は、足掛け5年になります。その間体調を崩した人など6人が欠け、当初の半数で、月1回の句会を楽しんでいます。そして、未熟な句ですが、誘われるまま、さいたま市俳句連盟に投句するなど、ほんの少しだけ、その域を広げています。

10月のお題は「翳雲・鱗雲」でした。この季語からいろいろ連想し、五・七・五に纏めます。作者を伏せて仲間同士で良い句を投票、全句を誉めたり貶したり言い合っているのが面白いのですが、時々脱線しおしゃべり会となり、これまた「命の洗濯」楽しいひと時です。

以下駄作を、勝手に貶してください。

鱗雲健康食は空の上

石田 眞子

健康には欠かせない魚、特に今の季節、秋刀魚は値上がりして手が届きません

息子から安否の電話翳雲

江橋 敏子

離れて暮らす息子から母を気遣う電話。空には、ほっこりと翳雲が浮かびます

俳句

翳雲兄と遊んだケンケンパ

奥澤眞理子

兄と遊んだあの幼き日は、今日の空と同じ翳雲でした

翳雲仲間を呼んで空広し

中里 春江

雲の動きが早く、短時間に翳雲は空いっぱいになりました。空って本当に広いですね

朱鷺色の空の隙間に鱗雲

吉野恵美子

夕日の空の隙間に、嵌め込んだかのように、鱗雲が美しく光っています

寄席跳ねてビルの谷間の翳雲

綿貫 久子

寄席の人情哢を、一心不乱に聴いた後、仰いだ空の翳雲はとても新鮮でした

見沼区 神宮台シルバークラブ 原 瑞恵

大粒の葡萄ひと房手のひらに
窓あけて肌すべりゆく秋の風
いが栗の落ちてころがる音ふたつ
朝が苦になりはじめたる寒さかな
初雪やものみな隠し美しく
冬日向ともに散歩の日は遠く
白鳥に偲ぶ二人の日も遠く

川柳

岩槻区 第四支部田中町やまぶき会

遊佐 邦弘

育毛剤使い始めは夢あつた
心病むニュースに怒り不整脈
ハツとする歩きスマホに二度三度
OB会何年たつても上下あり

使ってみませんか？

プラチナ・サポート・ショップ

プラチナ・サポート・ショップは、高齢者の皆さんの暮らしを支えるサービスを行っている企業やお店です。

例えば…

店内で購入した商品の配送、移動販売、宅配やデリバリー 送迎・出張サービス、クリーニング、家事代行、飲食店・イートイン、車いす対応、理美容室、スマホ教室、防犯・見守りなど、高齢者に優しいサービスが登録されています。



このステッカーが目印



プラチナ・サポート・ショップの情報は、
埼玉県のホームページに掲載しています。

プラチナサポートショップ

検索



- ① 市町村を選択
- ② カテゴリを選択
- ③ 一覧からお店を選ぶ
- ④ お店の詳細を確認



埼玉県では、高齢になっても住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けられるために共に支え合う地域社会の実現に向けて支援しています。

お問合せ先

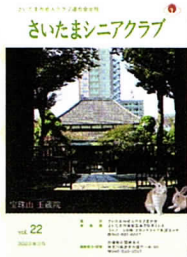
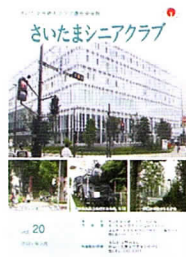
埼玉県福祉部 地域包括ケア課 地域包括ケア担当

TEL : 048-830-3256 E-Mail : a3250-03@pref.saitama.lg.jp

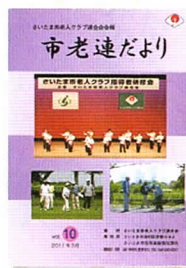
長寿時代の文化福祉に貢献いたします

頑張れシルバー

イキイキとしたシルバーライフは高齢者だれもが望むところです。わたしたちはそんなみなさまに誠意をもって協力します。



元気で明るい
長寿社会の
実現が願いです。
広報誌の存在は
その過程への
第一歩です。



老人クラブ広報紙・記念誌・チラシ・パンフレット

株式会社 博報社 関東本社

神奈川県厚木市愛甲1-8-39

☎046-280-6001(代)

✉ hakuhouya.k@nifty.com

協賛広告

私たちは、さいたま市
老人クラブ連合会の
活動を応援しています。

ご協賛いただいた皆様へ御礼

この度は、広報誌に広告のご協賛をいただき、誠にありがとうございます。本誌は誌面を通じて会員の交流・情報交換はもとより、地域の皆様に老人クラブの活動をご理解いただき、一層の交流の輪を広げるため発行するものでございます。以上の趣旨をご理解いただき、引き続き広告掲載のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

さいたま市老人クラブ連合会

浦和区 URAWA

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

変革への挑戦 活力と活気あふれる未来へつなげよう

さいたま商工会議所

◆経営のご相談はお近くの窓口へお気軽にどうぞ!◆

総務本部 ☎838-7700 業務本部 ☎641-0084
 浦和支所 ☎838-7701 大宮支所 ☎646-4141
 浦和区高砂3-17-15 大宮区桜木町1-7-5
 与野支所 ☎855-8011 岩槻支所 ☎756-1445
 中央区下落合5-4-3 岩槻区本町3-2-5

商工会議所サイト | [さいたま商工会議所](#) | [検索](#)

さいたま相続相談センター

相続が心配な方、お気軽にご相談ください

さいたま税理士法人

- 相続税試算 ●遺言サポート
 - 名義の書き換え ●書類の手続き
- 浦和警察隣り

TEL 048-835-3000 さいたま市浦和区常盤4-16-2



パンジー皮膚科クリニック

院長 向久保 寿恵(皮膚科専門医)

一般皮膚科 小児皮膚科 保険外診療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:30	●	●	●	/	●	★	/
14:30~16:30	●	●	◎	/	●	/	/

◎...予約処置のみ ★...受付9:00~11:00

休診日 木曜・日曜・祝日・土曜午後

浦和駅より
徒歩3分
高砂小そば

浦和区岸町4-2-15 石内ビル3F ☎(048) 834-0007



生魚へわさびを添えて

わさびの辛味成分のうち、約90%を占める **アリルからし油**には、生臭さを消す効果があります。また、殺菌・抗菌作用、寄生虫の動きを抑制する作用があることがわかっています。

大宮区 OMIYA

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

法律事務所 SAI

弁護士 樋口 崇

相続遺言 悪徳商法
 不動産 借金問題

大宮駅東口徒歩3分
(旧大宮区役所前)

1時間無料相談可

お困りの際にはお電話ください

大宮区仲町2-25 松亀プレジデントビル5F ☎(048) 658-7030

相続・贈与・譲渡・法人・個人・経営・会社設立相談

税理士法人 山田会計

代表 山田 祐司 / 清水 健司 / 西村 健彦 / 金谷 智行
 税金や会計のことなら何でもお気軽にご相談下さい。

〒330-0803 さいたま市大宮区高鼻町2丁目62-2
 〈大宮駅東口徒歩12分 清水園向い〉

☎(048) 644-1212 さいたま 山田会計 | [検索](#)



万能果実、梅



梅はクエン酸とリンゴ酸を多く含みます。クエン酸には唾液・胃液をはじめとする消化酵素の分泌を促す効果があるため、**食欲増進効果**も期待できます。加えて**殺菌・抗菌効果**もあるため、体内で吸収されると食中毒の原因菌を抑制する効果もあります。これらの効果からお弁当には梅がよく入っているのでしょう。



梅は加熱すると血液中に血栓が出来るのを防ぎ、動脈硬化の予防に役立つ成分が増加します。この成分は**疲労回復**や**老化防止**も期待できます。暑さで体調を崩しやすい夏は梅がおすすめです。



見沼区 MINUMA

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

高菜は漬物にして栄養凝縮!



高菜に多く含まれるβカロテンは生活習慣病を予防し、皮膚や粘膜の細胞を正常に保ち、免疫機能を高める働きなどがあります。また漬物にすると水分が抜けるため、100g中の割合がぐんと上がります。



“未来へつなぐ”地域とJA
～地域密着JAさいたま～

JAさいたま

《本店》さいたま市見沼区東大宮4-21-1

☎(048)666-1251

ホームページは
コチラ➡



介護についてお困りのことがございましたら、お気軽にお問い合わせください。

介護老人保健施設 ●アーバンみらい

ハートランド東大宮

- ◆長期入所 ◆短期入所 ◆通所リハビリ ◆訪問リハビリ
- ◆訪問介護 ◆居宅介護支援事業所

見沼区春野2-9-22 ☎(048)682-7055

社会福祉法人 欣彰会

高齢者総合福祉施設

見沼区
地域包括支援センター

敬寿園

敬寿園

さいたま市見沼区片柳1298

さいたま市見沼区南中野287

☎(048)686-2611

☎(048)681-5151

高齢者のための総合的なサービス施設です。何でもご相談下さい。

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ 長ネギはまるごと楽しもう! ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

長ネギの白い部分には、ネギ特有の辛み成分硫化アリル

- ・免疫力の向上や殺菌効果があるため、のどの痛みやせきを鎮める。
- ・ビタミンB1の吸収力を高め、疲労回復や体力強化の効果。
- ・血行を良くし、肩凝りや冷え性の予防・改善。また、血栓の予防に。



長ネギの青い部分には、βカロテン

- ・体内で発生し細胞などへダメージを与える活性酸素の発生を抑え、取り除く。
- ・体内でビタミンAに変換され、皮膚や粘膜の抵抗力を高める。

風邪の予防におすすめの食材です!



日本のことわざと同じ意味の英語のことわざ

Time flies like an arrow.

直訳 時間は矢のように飛ぶ

日本のことわざ 光陰矢のごとし



It is no use crying over spilt milk.

直訳 こぼれたミルクを見て泣いても無駄だ

日本のことわざ 覆水盆に返らず



So many men, so many minds.

直訳 人の数だけ心に思っていることは違う

日本のことわざ 十人十色



岩槻区 IWATSUKI

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。



厚生労働省指定歯科医師臨床研修施設 ISO 9001:2015認証取得

松丸・歯科・矯正歯科・医院



東岩槻駅南口下車6分(東岩槻5-3-11)
ホームページアドレス <https://www.e-4618.com>

● 一般歯科 ● 小児歯科 ● 予防歯科 ● 矯正歯科 ● インプラント(人工歯根)

◆ 訪問歯科
訪問歯科診療の専門スタッフがご自宅、施設、病院にお伺いします。

- 無痛治療…麻酔の痛さ、ドリルの怖さ、高圧的な音を除去した最新の技術。
- 審美歯科…ホワイトニングからセラミック冠修復まで。歯肉の黒ずみ除去、金属アレルギーにも対応。
- アンチエイジング歯科…口元の美しさから顔全体の若返りまで 漢方・サプリメント療法の併用有。
- 口臭外来…息さわやかフレッシュプレス。無臭化治療。ドライマウス・口呼吸の方も。
- ハルプラスト製歯(審美製歯)…金属ハネを使わない部分入れ歯(口の中に入っているとわからない入れ歯)。

訪問 ☎ **0120-56-1848**

(予約) ☎ **0120-1180-86**

(相談) ☎ **0120-06-4618**

(口臭) ☎ **0120-844-558**

診療受付時間 (月～金) AM 9:00～PM 6:00
(土) AM 9:00～PM 4:30
休診日 日曜・祝日

緑区 MIDORI

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

なかお歯科医院


歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30～12:30	●	●	●	●	●	●	／
14:00～18:00	●	●	／	／	／	●	／

休診日 水曜・日曜・祝日

さいたま市緑区中尾258-1 ☎ (048) 764-8401

目の健康にはうなぎがイチオシ!



天然のうなぎは10月～12月
 養殖のうなぎは6月～8月が旬となります。

夏バテや疲労回復に良いとされていますが、目の潤い効果、夜盲症に良いとされる**ビタミンA**も多く含まれており、その量はうなぎ1匹で成人の1日の必要量が摂れるほどだそうです。

日本のことわざと同じ意味の英語のことわざ

Don't judge a book by its cover.

直訳 表紙で本を判断するな 日本のことわざ 人は見かけによらない

Better to ask the way than go astray.

直訳 道に迷うより道を訊いた方がよい 日本のことわざ 聞くは一時の恥聞かぬは一生の恥

Birds of a feather flock together.

直訳 同じ羽の鳥と一緒に群れる 日本のことわざ 類は友を呼ぶ

西 区 NISHI

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

工藤クリニック

日本整形外科学会 整形外科専門医 日本リウマチ学会 リウマチ専門医

1 階 整形外科・リウマチ科

2 階 皮膚科(一般・美容) (月・金)女性医師診察

交通事故・労災指定 各種保険取り扱い	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	※土曜日は 8:30~12:30
	9:00~12:30	○	○	○	○	○	※	／	／	
	2:30~7:30	○	○	○	○	○	／	／	／	

さいたま市西区三橋6-160-4 大宮三橋六郵便局隣 ☎(048) 793-7363

「なかよく遊べるげんきな子」

学校法人 湯沢学園



さしおうぎ幼稚園

さいたま市西区宝来1175-1

☎(048) 623-4321

北 区 KITA

私たちは、さいたま市老人クラブ連合会の活動を応援しています。

訪問歯科診療

ひのき歯科

訪問歯科診療を専門とするスタッフがご自宅、施設などに伺います。
ご自宅で楽な姿勢のまま、歯科医院と変わらない治療が受けられます。

☎(048) 651-8855

さいたま市北区日進町2丁目1108 (日進駅南口1分)

有限会社 ラポール

あすなろケアサービス 大宮

・居宅介護支援

・訪問介護

さいたま市北区本郷町450-3-102

TEL(048) 669-1717 FAX(048) 669-1718

「電子マネーカードを買ってきて、その番号を教えて」と言われたら、それは「詐欺」です

最近のコンビニには、「電子マネーカード」の売り場が必ずあります。

これらのカードは、「プリペイドカード」や「ギフトカード」などと呼ばれています。

カード裏側のシルバーラベルをコインなどで削り、そこに記載されている10~15桁の番号を登録することにより、額面価格の範囲内で商品の購入やサービスの提供を受けることができます。

番号を教えることは金銭価値を譲渡することと同じことです。



空き巣対策をしましょう

～ご近所編～

周囲への見通しをよくする

- ・植栽や塀を、通行人の目の高さより低くする
- ・庭木、雑草の手入れ・片付けをしておく
- ・庭先にライトを設置する
- ・防犯カメラ・人感センサーをつける
- ・踏むと大きな音が出る
- ・防犯砂利を敷く



空き巣は人目を気にします。死角がなく見通しの良い家を嫌がります。
日々の心がけで入れづらい環境をつくる事が出来ます。



ご近所とのコミュニケーションをとる

- ・防犯パトロールやあいさつ運動など、人の目がある環境をつくる
- ・2日以上留守時はお隣さんに声を掛けておく





難読漢字読めますか？



車厘

冷やしておいしい「ゼリー」です。明治頃からこの字を用いており、英語の発音「ジェリー」に近い音として「シャリン」と読めるこの字を当てたのではと考えられます。

楂古聿

明治時代の独和辞典で「チョコレート」にこの字を当てていました。当初のチョコレートは液体で、甘みも無いものでしたが、ヨーロッパに伝わった後に砂糖を加えたり固形に変化したりしました。

布顛

「プリン」です。元は「プディング」のことなので「布(ふ)」「顛(てん)」の字を当てたのではと言われています。なお我々におなじみのプリンは正確には「カスタードプディング」と言います。

素臠

肉や魚、卵などを炒ってぱらぱらにした食べ物「そぼろ」です。名前の由来は「そおぼろ(粗臠)」だと言われ、「おぼろ」とはそぼろよりもさらに細かくほぐしたもの(田麩など)のことです。

乾蒸餅

「ビスケット」です。日本では糖分と脂肪分の割合や調理法でクッキーと区別していますが、アメリカでは両方を「クッキー」と呼び、イギリスでは逆に両方を「ビスケット」と呼んでいます。

砂糖天麩羅

砂糖をつかって天ぷらのように油で揚げる食べ物ということで、これで「ドーナツ」と読むほか、沖縄の丸いドーナツのようなお菓子の「サーターアンダーギー」とも読めます。



難読漢字読めますか？



獺

イタチ科の哺乳類「カワウソ」です。カワウソには捕らえた魚などを川岸に並べる習性があり、まるでお供えをしているように見えることからその様子を「獺祭(だっさい)」と呼びました。

鼯鼠

木の上から滑空する哺乳類「ムササビ」です。モモンガによく似ていますが、より大柄で、またモモンガには後肢と尾の間に飛膜がありません。なおモモンガにもこの字を使います。

倉鼠

こちらはペットとして大人気の「ハムスター」です。倉のように頬袋に食べ物を溜め込む様子が由来だとか。なお野生種のハムスターはこの頬袋に空気を溜め浮袋にして泳ぐそうです。

翡翠

「ひすい」とも読みますが本来は「カワセミ」と読み、「ひすい」はカワセミの羽根のような色の鉱石であるため付けられた名前です。「翡」は雄を、「翠」は雌を意味しています。

鶉

キジ科最小の鳥「ウズラ」です。「享」は「ずんぐりした形」を表しています。卵のまだら模様はカモフラージュの効果があり、また同じ個体から生まれたものは全て同じ模様になります。

鴨嘴

「鴨(カモ)」の「嘴(クチバシ)」…なのでそのまま「カモノハシ」です。哺乳類でありながら鳥のように卵を産み、爪には爬虫類のように毒を持つ、珍獣中の珍獣です。

これからのご葬儀は「くらべて選ぶ」時代です[®]

もしものときに備えて…

セレモニー
イメージキャラクター
風間 杜夫



安心の
無料

「事前相談」
「事前見積」を
おすすめいたします。

☆☆☆☆
全互協葬儀品質認定

全互協葬儀品質認定 取得

おかげさまでセレモニーは
ご葬儀の満足度^{※1} / 事前相談の満足度^{※1} / 家族葬満足度^{※1}
知人に紹介したい葬儀社^{※2} / 設備が充実している葬儀社^{※2}
知人に紹介したい家族葬^{※2} / 信頼と安心の互助会^{※2}

調査企画：日本マーケティングリサーチ機構
調査概要：※1/2023年9月期 お客様満足度調査 ※2/2023年10月期 ブランド名のイメージ調査



あらゆる形式のご葬儀に誠心誠意 対応いたします。

一般葬

社葬

家族葬

火葬式

きれいな
霊安室完備



セレモニー 直営葬儀式場のご案内

セレモニーの直営葬儀式場は駅などに近く、ご会葬者の皆様のご負担が少なく、「とても便利」とご好評をいただいております。充実した設備、癒しの空間でご葬儀を執り行えます。



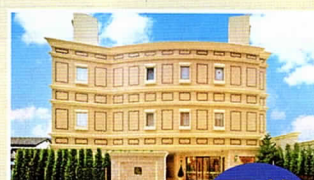
JR「指扇駅」南口徒歩 **8分**
コスミック大宮 0120-01-5439



シブヤク「鉄道博物館駅」徒歩 **8分**
大成ホール 0120-75-4488



JR「大宮駅」東口徒歩 **6分**
大宮ホール 0120-25-6411



JR「与野駅」西口 **駅前**
与野ホール 0120-27-8825



JR「浦和駅」西口徒歩 **3分**
浦和ホール 0120-21-8000



JR「中浦和駅」東口徒歩 **3分**
中浦和ホール 0120-41-1147



JR「中浦和駅」東口徒歩 **6分**
別所ホール 0120-32-8000



JR「北浦和駅」東口徒歩 **6分**
北浦和ホール 0120-07-8000



JR「武蔵浦和駅」東口徒歩 **5分**
武蔵浦和ホール 0120-10-0080



「道土里入口」バス停徒歩 **1分**
駒場ホール 0120-41-1147



東武ライオン「岩槻駅」東口徒歩 **7分**
岩槻ホール 0120-46-0700



JR「東浦和駅」徒歩 **8分**
柳崎ホール 0120-83-1900

ご存知ですか？「公的給付」

葬儀費用には、次のような公的給付が受けられます。

- 国民健康保険加入者
- 各種健康保険加入者

5万円

公的給付は市・組合等によってその金額が異なります。
詳しくはお問い合わせください 2024年2月現在

経済産業大臣許可（第3042号）



セレモニー

葬祭センター：さいたま市緑区原山3-11-20



0120-41-1147

ホームページ

www.sougi.info

表紙写真

北区 鍛冶寿会 平野正光

全国老人クラブ会員章



略称
末広鶴と日の丸

鶴（高齢者）が両翼を扇（末広）状に広げて、日章（日本）を担っている図柄の会員マークは、全老連創立二十周年を

記念して制定されたものです。これは、わが国を守り、家庭生活を支え、地域社会に寄与する老人を表わすもので、両翼の張り出しは高齢者の衰えぬ活動意欲を示します。

全国老人クラブ連合会では、全国の老人クラブ会員の連帯をはかるとともに、老人クラブ活動の充実強化をはかるため、全老連と都道府県・指定都市老連の活動資金等を造成することを目的に、一個千円で「全国老人クラブ会員章」の普及を行っています。

あなたのクラブでも、全会員が会員章を胸に活動されるとともに、新規会員には加入と同時に協力いただくよう推進してください。

会員章は『仲間の証』

お申し込み・お問い合わせは、市区老連または都道府県老連へお願いします。

令和5年度 さいたまシニアクラブ関係の基礎データ

(令和5年4月1日現在)

各区のデータ

	クラブ数A	クラブ会員数 B	人口65歳 以上C	平均会員数 B/A	高齢者加入率 B/C	高齢化率
西 区	42 クラブ	2,411 人	24,723 人	57 人	9.8%	26.1%
北 区	29 クラブ	1,803 人	32,926 人	62 人	5.5%	22.0%
大宮区	39 クラブ	2,089 人	27,259 人	54 人	7.7%	21.9%
見沼区	40 クラブ	2,211 人	44,049 人	55 人	5.0%	26.7%
中央区	36 クラブ	1,977 人	22,134 人	55 人	8.9%	21.5%
桜 区	17 クラブ	1,319 人	23,309 人	78 人	5.7%	24.2%
浦和区	28 クラブ	1,380 人	35,036 人	49 人	3.9%	20.7%
南 区	21 クラブ	1,118 人	38,163 人	53 人	2.9%	19.7%
緑 区	11 クラブ	529 人	29,095 人	48 人	1.8%	21.9%
岩槻区	50 クラブ	2,421 人	34,071 人	48 人	7.1%	30.3%
合計	313 クラブ	17,258 人	310,765 人	55 人	5.6%	23.2%

編集後記

コロナ・コロナで各種行事実施に色々な制約もありましたが、5月から緩和されました。さいたまシニアクラブでも、グラウンド・ゴルフ大会、ゲートボール大会、芸能大会などの行事が復活しました。行事開催が出来る事が、何と幸せな事と再認識です。

9月には県老連のシルバースポーツ大会が熊谷スポーツ文化公園で開催され、さいたまシニアクラブから100名を超える仲間が参加しました。

埼玉県の高齢者福祉課で「老人クラブ実態調査」を実施した一部を紹介します。会員の年齢構成は、75歳以上が80%を超えています。男女比も女性会員が56.3%です。女性役員が増えて欲しいですね。IT機器では、スマホは70%以上が所有。パソコンは74.3%が保有していない。行事案内などはスマホで行いたいものですね。

1945年から79年目。世界のあちらこちらで戦争が起こっています。一般の市民が暮らす場所が攻撃の対象。今回も戦争についての投稿が何点かありました。祖父母・親・自らの体験を次世代に伝える事が重要です。12月に鹿児島県の知覧平和公園を訪ねる機会があった。犠牲となった若者たちの姿に涙したが、それを強いた指導者についてのくだりが目に入らなかった。それが残念。

広報部長：渡辺 充

原稿募集

次号、来年3月発行予定の第24号に皆さまからのご投稿をお寄せください。

クラブ活動記、随想など何でも結構です(写真があれば添付してください)。※ただし字数は800字まででお願いします。また、趣味のほかに俳句、短歌、川柳のほか、絵画、書、絵手紙、手芸などの作品もお寄せください。絵画などの作品は写真に撮ってお寄せください。(ご本人の未発表作品でお願いします。)

※投稿多数の場合は次号に掲載させていただくこともありますのであらかじめご了承ください。