

第 130 号

不老又新

ふろうゆうしん

令和5年
夏号

おもな内容

巻頭言／第55回通常総会 …………… P2	新設クラブ紹介／新任クラブ会長あいさつ … P6-7
役員紹介／単位クラブ会長紹介…………… P3	部通信…………… P8-9
行事報告・行事予定／事務局だより……… P4	活動報告…………… P10-11
ピックアップ「昔遊び」ボランティア …… P5	活写！…………… P12



「実篤公園 上の池」 撮影者：高橋莞爾郎 (LM調布シニアクラブ) ※池の上の網は鳥から魚を守るために設置されています。

老人クラブの現況(令和5年4月1日現在)

総クラブ数：33クラブ 総会員数：1,513人

発行：調布市老人クラブ連合会 (市老連)
調布市社会福祉協議会 TEL 042-481-7693 (直通)
発行人：兼子 久
編集：市老連広報部

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

巻頭言



6部の新体制で活動

さるすべりシニア調布 会長 兼子 久

4月20日の連合会総会で再任され6期目の会長職を務めることになりましたので、理事の方々と並びに各クラブの会長、会員の皆さんと今後2年間、シニアクラブの活動・組織の発展のために力を尽くしてまいりたいと思います。

今期の理事会の体制としてこれまでの広報・研修部を広報部と研修部の独立した部とし、女性部、総務部、健康部、文化部の6部体制によって、連合会事業の推進と各クラブ活動を支えるよう努めてまいります。

また、この数年来、力を入れてまいりました各種教室事業は

「健康吹き矢」「ポッチャ」が多くのクラブで取り入れられつつあるところかと思えます。今後はこの2つの種目は連合会の交流大会開催を視野に入れ、新たな種目の教室開催を検討してまいります。

新型コロナウイルスが終息に向かうことを願いつつも、当面はマスク着用や外出後の手洗い、うがいの励行などに配慮して活動を進めてまいりたいと思っております。

第55回通常総会

高まる結束力 新年度スタート

4月20日(木) 14時から15時30分、グリーンホール小ホールにて第55回通常総会が開催され、

立いたしました。

総会には市長、市議会議員、

社協副会長にもご出席いただき、ごあいさつを頂戴しました。

その後、議長に北部地区協議会

の内藤氏が指名され、議事へと移りました。

【総会議案】

1号議案 事業報告

2号議案 決算報告、監査報告

中、出席者数62名、欠席者数8名で総会が成

立いたしました。

3号議案 事業方針、事業計画
4号議案 予算
5号議案 役員改選

全議案賛成多数で承認されました。

その後、別室にて臨時理事会を開催し、会長、副会長2名の選出が行われました。

会長に兼子氏(留任)、副会

長に岸本氏(留任)、高橋氏(新任)が選出され、今期は理事16名、監事2名で進めることとなりました。

私たちは調布市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 共寿会
Nakayama Eye Clinic
なかやま眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	/	●	●
14:00~17:00	●	/	●	/	●	/

休診日：火曜午後・土曜午後・木曜・日曜・祝日
調布市国領町8-1-11 ユニバーサル国領1F
☎042-426-4447

内科・外科・消化器内科
菅間 医院

調布市小島町 1-24-5
TEL.042-482-8830

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

※休診：木曜・日曜・祝日、土曜午後

内科 西田医院
小児科

診療時間	外	来	月	木	9時~12時	16時~19時
外	●	●	●	●	●	●
来	●	●	●	●	●	●

調布市柴崎1-64-13
☎042-483-1350

さず接骨院 各種健康保険 自賠責取扱い

ケガによる痛み、身体の不調・痛みはありませんか？ 当院へご相談ください！

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
15:30~19:30	○	○	△	○	○	/

受付終了時間は診療時間の30分前になります
△完全予約制(自費診療) 休診日：土曜午後・日曜・祝日
調布市佐須町 3-39-2 ☎042-446-0587

医療法人社団 みぎわ会
高坂皮膚科

調布市飛田給 1-27-3
☎042-486-8915

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

せしもクリニック 形成外科 皮膚科

〒182-0026 東京都調布市小島町2-45-6 1F
Tel:042-443-1241

診療科目	皮膚科・形成外科						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~13:00	●	●	●	●	休	▲	休
15:00~17:30	●	●	●	●	休	休	休

▲土曜日9:00~12:00 (市役所向かい)

令和5年度さるすべりシニア調布
(調布市老人クラブ連合会) 役員紹介

役職名	氏名	所属クラブ・役職名	地区
会長	兼子 久	山野常磐会会長	北部
副会長・女性部長	岸本 直美	調布あかね会長	中部
副会長(新)・広報部長(新) 南部地区長(新)	高橋莞爾郎	LM調布シニアクラブ 会長	南部
総務部長(新)・ 西部地区長(新)	川内 武雄	飛三ふれあいの会会長	西部
健康部長・ 北部地区長(新)	曾山 加代	深大寺東寿会会長	北部
文化部長・ 東部地区長(新)	鈴木 信夫	松苑クラブ会長	東部
研修部長(新)・ 理事(新)	内藤 茂順	下佐須寿会副会長	北部
理事・中部地区長	新井 豊	入間福寿会会長	中部
理事	宮城美紀子	緑ヶ丘緑風会会長	東部
理事	野崎 敏	緑樹会会長	東部
理事(新)	川村あつ子	小島町同友会副会長	西部
理事(新)	中村眞智子	調布あけぼの会長	西部
理事(新)	大坪 茂子	くすのき二葉会副会長	南部
理事(新)	澤田 則雄	さくら会副会長	北部
理事(新)	齋藤 栄吉	つつじフレンド会会長	中部
理事	西浦 祐介	神代クラブ会長	中部
監事	山本 喜生	富士見天寿会会長	西部
監事(新)	田中 紀雄	さくら会会長	北部

単位クラブ会長紹介

地区	クラブ名	会長名
東部	緑ヶ丘緑会	藤田 一義
東部	こだま友の会	木崎 勝弘
西部	小島町同友会	鈴木 政夫
西部	さかえ天寿会	伊藤 雅利
西部	はなみずきの会	多田 陽子
南部	多摩川清流会	(新) 福嶋 孝
南部	くすのき二葉会	石川 治男
南部	アンドハートクラブ	塚崎美也子
中部	調布中央友の会	(新) 矢野 京子
中部	キララクラブ	内宮 照子
北部	絵堂みどり会	(代理) 田村利兵衛
北部	上佐須青葉会	西村 房江
北部	下佐須寿会	宇留間仁子
北部	野ヶ谷常磐会	馬部 忠雄
北部	ひまわりクラブ	三好 政彦
中部	柴崎長寿クラブ	神前研三郎
中部	あかしや会	中山美津子
中部	滝坂遊友倶楽部	(新) 海老水光男

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

和・洋庭園設計・施工

村越造園土木株式会社

調布市佐須町4-59-8

☎042-482-3277

司法書士菊池一史事務所

代表司法書士 菊池 一史

調布市小島町3-66-1
モンレーヴ調布801号室

☎042-452-8227

医療法人社団 MSO **中村医院**

内科・呼吸器内科・循環器内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	●	●	●	■	■	▲	△
午後3:30~6:30	●	●	●	●	●	●	△

▲ 9:00~13:00の診療 ■ 第2・4週の木曜午前は休診
休診日: 日曜・祝日・土曜午後

調布市上石原2-44-15

☎042-482-2036

おくすりのこと何でもご相談ください

国領薬局

【営業時間】 月・火・水・金 / 9:00~19:30
木・土 / 9:00~18:00
【定休日】 日曜・祝日

調布市国領町3-1-39 Kサイドビル1階

京王線国領駅より徒歩1分、ココスクエア横

☎042-490-1193 ☎042-426-9002

TEL 042-452-8970

調布市国領町 7-33-1

濱中めいようクリニック

内科・消化器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	休	●	●	●	休
15:30~17:30	●	●	休	●	◆	休	休

◆: 金曜午後は内視鏡検査のみ

加納造園

調布市深大寺南町4-8-4

☎042-482-5714

さるすべリシニア調布行事予定(令和5年7月以降)

行事名	日時	備考(結果・内容等)
第1回会長会議	7月28日(金)	201~203会議室
俳句大会	8月1日(火) 郵送締切	郵送による実施
第1回みんなの健康教室	8月2日(水)	201~203会議室
第1回友愛実践活動研修会	9月1日(金)	201~203会議室
囲碁大会	9月4日(月)	201~203会議室
会員作品展	9月15日(金) ~19日(火)	たづくり南北 ギャラリー
第45回ペタンク大会	9月29日(金)	調布基地跡地 (予備日:10月6日)
赤い羽根共同募金スタート	10月1日(日)	
日帰り旅行	10月17日(火)	未定
第26回 グラウンド・ゴルフ大会	10月20日(金)	調布基地跡地 (予備日:27日)
第2回みんなの健康教室	10月31日(火)	201~203会議室
第56回芸能大会	11月15日(水)	グリーンホール大ホール
第60回輪投げ大会	11月26日(日)	第一小学校体育館
第2回会長会議	11月29日(水)	201~203会議室
第2回友愛実践活動研修会	12月4日(月)	201~203会議室
将棋大会	12月5日(火)	201~203会議室

さるすべリシニア調布行事報告(令和5年1月から)

行事名	日時	備考(結果・内容等)
新春のつどい	1月13日(金)	※中止
第28回カラオケ ふれあいのつどい	2月14日(火)	※中止
友愛実践活動研修 みんなの健康教室 合同研修会	3月9日(木)	「認知症についてのお話」 講師:西田医院 西田伸一先生 105名参加
一泊旅行	3月14日(火) ~15日(水)	※中止
女性部おたのしみフェスタ	3月17日(金)	※中止
みんなの健康教室 体力測定会	3月22日(水)	※中止
第55回通常総会	4月20日(木)	グリーンホール 小ホールにて実施
女性部全体会	4月28日(金)	社協2階会議室にて実施 54名参加
新任会長・役員研修会	5月30日(火)	対象者が少数のため 中止
指導者研修会	6月29日(木)	熱海へ日帰り研修を実施 68名参加

シルバー川柳

見逃したはずのドラマに見覚えが

全国有料老人ホーム協会「シルバー川柳」より

事務局
だより

令和4年度より
調布市老人クラブ
連合会の事務局業
務に携わっている
副担当の山下です。

およそ一年、会員の皆様との
出会いや触れ合いを通じて事
務局活動を行えたことを嬉し
く感じております。

今後とも会員の皆さまに引き
続き生き生きとした日々を過
ごしていただけるよう、調布
市老人クラブ連合会を活性化
させられるよう、微力ながら
支えて行きたいと考えていま
す。何卒宜しくお願い申し上
げます。(事務局 山下 春義)



「グラウンド・ゴルフ発祥の地
「潮風の丘とまり」」

紺碧色の日本海に突き出したこ
の岬は私の少年時代の遊び場
でした。

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**調布こころの
訪問クリニック**
心療内科・精神科
訪問診療(認知症対応いたします)
通院が困難な方に医師が定期的にご自宅・施設に
伺い診療を行います。
調布市国領町4-8-3 調布亀の子ビルB1F
☎042-444-5547

京王線
布田駅前
内科・循環器内科
くろかわクリニック
診療時間
9:00~12:30 ●●●/●○
15:00~18:30 ●●●/●/●
○土曜は9:00~13:00 休診日/木曜・日曜・祝日
TEL.042-444-4880
調布市国領町5-70-2 サン・ルーシー2階

相続・贈与・譲与の事前対策
新谷秀雄税理士事務所
調布市国領町2-8-3
ゴコウエテルナーレA502号
☎042-444-7483

税理士法人
櫻井・田村事務所
代表社員 公認会計士 櫻井 欣吾
税理士
代表社員 税理士 月崎 匡人
調布市下石原 3-65-33
☎042-486-0213(代)

紛争解決業務 / 成年後見・財産管理業務
遺言関連の相談 / 登記手続 / その他
あんど司法書士事務所
司法書士 安藤 信明
調布市国領町4-46-17 エクレール国領301
TEL.042-486-5543

「ニチコミ」のブログで
全国の老人クラブの
活動を紹介しています!
詳しくはホームページで!
ニチコミ 検索
http://www.nichicomi.com/



「昔遊び」ボランティア 昔遊びのお手伝いで 多世代交流！

場所：富士見台小学校
対象：九十余名の2年生



富士見台小学校2年生の皆さんと楽しい時間を共有

1月25日（水）に社会福祉協議会が中心となつて、「こま回し」「あやとり」「お手玉」「輪投げ」「メンコ」「けん玉」の6種の昔遊びを小学生に親しんでもらう試みを市老連でもお手伝いしました。こま回し、輪投げとメンコを主として担当しました。

当日富士見台小学校の西門に集合

し、必要な道具を体育館に設置するところから始まりました。

一通り用意のできたところで、九十余名の2年生の皆さんが集まり、大きな声であいさつをしてくれ、一列に並んだ講師（？）の私たちもあいさつで応えました。

各ブースに15名ずつ、各グループ別に色分けしたビブス姿の小学生が走り寄り、改めてあいさつを交わしてから昔遊びに取り掛かりました。

輪投げは北部の馬部地区長がリーダーに、メンコは兼子会長、こま回しは中部の新井地区長が中心でした。幾種類ものこま回し用の紐を用意し、「紐を時計回しに捲くか、それとも反時計回しにするかでこまの投げる方向も変わる」と、自らお手本を示しながら小学生を指導する新井地区長は、さながら孫にこまを教えるおじいさんの姿に見えました。

2年生の皆さんを車座に座らせてお手玉を教えるおばあさんのグループやけん玉を操りながら指導するお兄さんのチームなどそれぞれが夢中になって過ごしました。90分があつという間に過ぎ、向き合つて整列しあいさつを交わしてお別れになりました。楽しいお手伝いでした。

（さくら会 会長 田中 紀雄）

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

くすのきのもり
楠の杜
訪問看護ステーション

調布市国領町4-51-7 ピエールシークル1A
TEL:042-443-7820

株式会社 TLCI (Total Life Care Innovation)

造園工事
株式会社八緑

調布市佐須町4-20-21
☎042-452-8583

SAIKAI 総合解体工事
株式会社西海

調布市若葉町2丁目22-40
☎03-3307-6090

社会福祉法人 常盤会
総合福祉施設 **ときわぎ国領**
～ ゆとりと安心を笑顔で ～

- 特別養護老人ホーム(介護老人福祉施設)
- デイサービスセンター(通所介護)
- 居宅介護支援
- 訪問介護
- 認可保育園(☎03-5438-2115)
- 短期入所生活介護
- 地域包括支援センター

調布市国領町 8-2-65 ☎03-5438-1011(代)

内装工事全般
賃貸アパート・賃貸マンション原状回復リフォーム
賃貸アパート・賃貸マンション等の清掃管理

株式会社 **アイビスホーム**

調布市八雲台1-20-1
☎042-483-8071

製鉄原料・非鉄金属
プレス・シャー加工

有限会社金沢商店

調布市多摩川2丁目4番地ノ1
☎042-482-0181

新設クラブ紹介

中部地区 滝坂遊友倶楽部 会長 海老水光男

広げよう クラブの和

【名称由来】

卓球クラブ発足時、練習スタートが「滝坂」小学校の体育館で、健康維持を目的とし、無理なく「遊」ばうと、当時60代の「友」人6名で発足し、その頭文字を採ってクラブ名としました。

【設立経緯】

設立…令和4年8月28日
発足…令和5年2月20日（連合会加入承認日）

調布市卓球連盟の推奨で、約15年来続いている卓球クラブと約10年続いている麻雀クラブおよび麻雀教室のメンバーの代表を務めていました。が、会員数が（男子6名、女子28名合計34名、平均年齢75歳）多くなり、卓球練習場所および、麻雀遊戯教室の確保が困難となりました。良い方法がないか模索していたとこ



人気の健康麻雀サークル

【活動内容】

年齢も当初の若人？から熟年層に入り、他にも何か楽

ろ、調布市高齢者支援室および市老連の方々からの紹介・支援もあり、複数クラブの統合を図り、「老人クラブに参画」し活動することで、確保が容易にできることがわかり設立しました。

- ①卓球練習2回/3回/月（原則日曜日午後）
- ②麻雀遊戯2回/週（毎週火曜日・金曜日午後）（途中ラジオ体操）
- ③麻雀教室2回/月（毎月第2・4火曜日午前）（途中ラジオ体操）
- ④カラオケ1回/月（毎月第3月曜日午後）
- ⑤ボランティア活動（地域清掃・共同募金・子供会支援等）1回/4回/年
- ⑥その他、他のクラブに参画しグラウンド・ゴルフ、ゲートボール、吹き矢、輪投げ、ボッチャ等々計画中
- ⑦レクリエーション2回/年

- ⑧誕生会4回/年（4月・7月・9月・1月）お赤飯提供
- 神代植物公園・昭和記念公園 園実施計画
- 今後は、趣味のサークル活動を強化し、会員募集案内を掲示し、地域の各団体と連携しつつ、近隣の方々のお仲間をお誘いして、会員増強に尽力し、さらなる高みを目指し、高齢者育成に邁進したいと思っております。

滝坂遊友倶楽部 会員募集・随時

60才以上で調布市内在住の若人ヨ！麻雀遊戯・卓球・ゲートボール等々 経験を深め、健康で生き生きとした熟年者像、老人像の形成に挑戦

各部の活動内容	
卓球	25名 西調布体育館 隔週日曜日 12時～15時
麻雀教室	16名 金子地域福祉センター 隔週火・金曜日 13時～17時
麻雀遊戯	16名 金子地域福祉センター 隔週火曜日 16時～17時
ゲートボール	16名 金子地域福祉センター 隔週木曜日 9時～12時
レクリエーション	30名 その都度決定(2～3 回/年計画)
その他	グラウンドゴルフ・カラオケ・健康収支失・要時時開催

※問合せ 滝坂遊友倶楽部会長・海老水 光男 ☎: 080-4125-5052

卓球・麻雀募集案内チラシ

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

胃・大腸内視鏡、日帰り大腸ポリープ切除、超音波検査

ふしや内科・消化器内科 クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	●	●	●	／	●	●
15:00～18:00	●	●	●	／	●	●

休診日 木曜・日曜・祝日
※受付時間は診療時間終了の30分前まで

☎(042) 485-0248
調布市調布ヶ丘3-19-12-2階

土曜午後も診療

せき循環器内科クリニック

循環器内科 一般内科

神原記念病院サテライトクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～13:00	●	●	／	●	●	／	／
15:00～18:00	●	●	／	●	●	／	／

調布市小島町 1-14-3 ヒューリック調布 2F
Tel.042-487-1505

金剛寺内科クリニック

内科・循環器・消化器内科

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

休診: 木曜・土曜午後・日・祝 ★9:00～13:00

☎042-482-1155
調布市深大寺東町7丁目47-1 BRANCH調布 3階

南部地区



人生100歳時代を生き抜く

調布中央友の会
会長 矢野 京子

何の心の準備も無く、会の存続ということでご不意に巡ってきた会長職、ただただ戸惑いを感じています。

あまり熱心な会員ではなかったのですが、顔と名前が合致せず、第一の仕事は先ず名前を覚えることから始めなければと思っています。

人生100歳時代と言われる今、会員はまだまだ20年以上は活躍できる年齢です。老人会ではなく若人会と言われるよう、長年培われた皆様方の個人の経験を遠慮なく出していただき、新しい友達を見つけ、新しいことに挑戦し、会員同士助け合いながら今までのように、笑顔の絶えない会を持続できればと思います。

会員の方々のご協力と市老連の皆様のご指導を、よろしくお願いいたします。

南部地区



幅広い年代に
目を向けてもらえる会へ

多摩川清流会
会長 福嶋 孝

このたび、思いがけず会長という大任を引き受けることになりました。

私自身は、競技志向が強くいろいろなスポーツをやってきました。ゲートボールを始めるには南部コートが良いと思い2年前に清流会に入会しました。老人会という組織も内容もまったくわからない私ですので会員の皆様がこの会に何を望んでいるのか知った上で、会の今までのゲートボール主体の活動に何をプラスしたら良いか、考えたいと思います。それに自分が感じていたイメージを変えられたらと思っています。ご指導よろしくお願いいたします。

新任クラブ会長あいさつ

中部地区



目指すは地域に根ざした
活発なクラブ

滝坂遊友倶楽部
会長 海老水光男

10年前に会社退職後、現在も2～3日/月、当該会社の研究所にて創立150年の会社変遷の資料編集のため出社し、そのお手伝いをしています。

かたわら、当時からスポーツ関連には積極的に参加し、体力維持を図っているためか、大病にならず健康を維持しています。

退職後は何の意図なのか？ 妻からの積極的な勧めで自らの趣味を生かした物事にチャレンジしてほしいとのことで、市内の近隣地域の方々を勧誘したり、他の団体に参加するようになり、今では毎日が楽しく何かしらの遊戯に参加し、休む暇もなく身体や頭を酷使し活性化に努めています。

特に卓球倶楽部結成、麻雀倶楽部結成(教室開

催)、写真倶楽部結成等々、その代表を務めていますが、各クラブの会員人数も近年多くなり、個々のクラブ管理が難しくなりつつあり、調布市のホームページから「老人会」への積極的な参入呼びかけを参考に、全てのクラブを1つにまとめ今年に参入することができました。

結成後まだ数カ月で、「老人会」として今後どのような活動に参画するか模索中ですが、今後は個々のサークル活動をより強化し、高齢者の知識および経験を生かし、生きがいと健康づくりのための多様な社会活動を通じ、高齢期の生活を豊かなものとするとともに、いきいきとした高齢社会の実現に、各種行事・活動を通じて親睦を深め、健康の維持を図るほか会員相互の基盤に立った、友愛を高める活動を実施してまいります。

また、会員募集案内を掲示し、地域の各団体と連携しつつ、近隣の方々をお仲間にお誘いして、会員増強に尽力し、さらなる高みを目指し、高齢者育成に邁進したいと思います。

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あなたの人生を
1冊の思い出に。

株式会社 ニチコミ
http://www.nichicomi.com/
〒140-0014 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7F
TEL.03-5718-3900 FAX.03-5718-3901
会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

歯医者さんが来てくれる
訪問歯科診療

通院が困難な方のために、ご自宅までお伺いします。

お気軽にご相談ください

病院、老人ホーム、デイサービスにおきましてもご要望がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

電話受付
月曜日～金曜日 9:00-17:00
Tel.070-1180-4182
FAX.042-361-6267

長寿法人社団 若歯会
5いいるら 中野歯科医院
5いいるら 歯科医院

訪問歯科診療

本との出会いも一期一会

調布駅中央口北側スクランブル交差点角
年中無休(年始を除く) 平日10:00～22:00
休日・祝祭日10:00～20:30
TEL.042-487-2222 真光書店 検索
http://shinkosyoten.co.jp/

部通信

今年度の課題

総務部長 川内 武雄

調布市市老連の緊急課題は「会員の増強」であると思えます。全国の老人会の会員も減少傾向にあります。全国的な増強

努力にも関わらず、減少していくということは、やはり高齢化社会にはさまざまな問題があるということだと思います。要因解析ではいくつもの問題が出てきており、全部に手を付けることは困難です。総務部としては会員の皆様のご協力をもって、できることから地道に手を付けていきたいと思っております。よろしくお願いたします。

研修部 研修部として皆様をサポート

研修部長 内藤 茂順

今年度より新設された研修部の部長を担当する下佐須寿会副会長の内藤茂順です。

研修部の業務内容は、事務局

と専門委員の協力で①各老人クラブの役員に対する指導者研修、②友愛活動の企画実施、③各クラブ会計責任者向けの年度末会計報告作成の相談会の企画を行います。皆様のご協力をお願いいたします。

健康部 参加をお待ちしています

健康部長 曾山 加代

この3年間コロナでほとんど活動ができずにおりましたが、その中で感染対策のもとに開催できた事業がペタンク大会、グランド・ゴルフ大会でした。

室内ではありませんでしたが「みんなの健康教室」は3回開催できました。時期にあわせてのセミナーでした。今年度は、スポーツ関連は秋にシーズンを変更し、開催場所も皆さんの参加しやすい場所に変更するなどして、できるだけ多くの参加を期待して検討したいと思えます。



輪投げ大会開会式の様子



指導者育成のための研修実施



総務部活動資料

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

造園・土木 設計、施工

株式会社 深光園

調布市深大寺元町4丁目4番地5

☎042-482-2656

京王線調布駅南口徒歩3分

明石会計事務所

税理士 明石 純一

相続 贈与 譲渡

お気軽にご相談ください

☎042-486-6545

調布市小島町2-46-5 Pあり

和楽器のことなら

大西楽器店

調布市布田2丁目17-1
ガーデンカラー丸井1F

☎042-483-3333

油断敵大

ルールを守って安全運転

自転車の無灯火運転
カサさし運転はやめましょう

御協賛

御協賛

文化部

今年度もさまざま な活動を実施

文化部長 鈴木 信夫

文化部の活動は囲碁・将棋・俳句・会員作品展・カラオケ・玩具の伝承・芸能大会・歴史に親しむ会・英語に親しむ会と多岐にわたっています。

なかでも「会員作品展」はた
づくり2階の南北ギャラリーを
5日間借り
切つて行う行
事で、絵画、
写真、手工
芸、書、短冊
を概ね200
点強展示し、



会員作品展の会場

800名程の入場者が来る一大
行事です。
また「芸能大会」もグリーン
ホール・大ホールを借りての行
事で毎年30チーム前後の参加が
ある大きな行事です。
その他多岐にわたる行事を
行っていますので、皆様のご参
加をお待ちしております。

女性部

今年度も元気に イキイキと活動

女性部長 岸本 直美

市老連女性部は、4月28日
(金)に全体会を開催し、新た
な歩みを始めました。部長は岸
本直美が留任、主務には、くす

のき二葉会の大坪茂子氏が新し
く選ばれました。
先日、東老連女性部会の全体
会があり「シニア健康フェスタ
東京」の日時・会場が発表され
ました。日時は11月21日(火)
会場は武蔵野の森総合スポーッ
プラザです。女性部が昨年新調

したグリーン
のロゴ入りT
シャツの定番
です。女性に
男性も加えて
踊りの練習に
頑張りましたよ
う。



調布よさこいで堂々演技

広報部

連合会内外に 情報を発信

広報部長 高橋莞爾郎

広報部の主な役割は「不老又
新の編集」と「ホームページの
運用」です。

不老又新は年に2回夏号と冬
号(新春号)、ホームページの
運用は現時点では事務局の方に
運用していただいておりますが、



年2回発行の
不老又新

今期から編集委員の方々にも参
加いただいで運用していきたい
と考えています。
また不老又新に「会員募集」
のお知らせを載せるようにしま

したので、この冊子を会員以外
の市民の方々にも届けたいと考
えています。
皆様のご協
力がなくては
始まらない作
業ですので、
ご指導・ご協
力をよろしく
お願いいたし
ます。



運用中のホームページ

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

SATAKE
株式会社 佐竹組
知事許可(般3)第70392号
建築外構・駐車場工事
調布市富士見町2丁目4番地6
TEL.042(486)2555

齊藤倉庫株式会社
必要なとき!
必要なスペースを!
調布市佐須町1-25-3
TEL:042-488-2100
<http://www.trunkroom.co.jp/>

トイレ・キッチン・バスルーム
水廻りリフォーム・メンテナンス専門店
東京都指定上下水道工事店
水彩工房 調布国領店
水まわりのコンビニ
株式会社 リモデルゆう
0120-82-7397 調布市国領町
2-18-7

「第13回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

シニア川柳 作品募集中

募集期間：令和5年9月30日まで

【お題】
夏祭り

大賞：商品券 10,000円 (1名)
優秀賞：商品券 5,000円 (5名)
努力賞：商品券 1,000円 (10名)

まずはクリック!
川柳 ニチコミ 検索

活動報告

東部
緑ヶ丘緑風会
会長 宮城美紀子

皆さんの支えがあつて

緑風会を引き継ぎ3年目となりました。その間、何度かのコロナの流行があり中々思うとおりにいきませんでした。昨年は少しずつできるようになり、出

前講座「成年後見人制度」について話を聞きました。身近な話題でも知らないことばかりで勉強になりました。

今年に入ってから、ピアノとフルートによるコンサートを開き、なじみの曲も多く一緒に歌い楽しい時間となりました。私は多くの活動に参加しています。特に月2回の卓球は楽しみでコロナの間も休まず、気をつけながら続け、皆上手になって

います。またグリーン麻雀も3卓で楽しんでるようです。5年度は「歩こう会」など積極的に出かけようと思います。いつも私はたくさんの方に助けられ日々の活動が回ってありがたい感謝しています。



景色も楽しむ歩こう会

北部
さくら会
会長 田中 紀雄

さらなる「健勝とご活躍を期待」

組織には世代交代の時期があるように、北部協議会にとつては、今年度がその時期のようです。そのひとつ、14年にわたり市老連の理事、11年北部地区長を

務めてこられた馬部忠雄さんがご退任になりました。



馬部さんお疲れ様でした

「調布よさこい」の祭りに欠かせない「玩具の伝承」を彩る昔風の玩具作りの屋台骨を支えてこられました。その間後継者育成にもひと

かたならぬ力を入れてこられたので、これからの事業継続にはいささかの心配もありません。心からそのご貢献に感謝の念をお伝えします。

会長を務めておられる野ヶ谷常磐会の会長は引き続き務められるとのこと。これからもお会いできる機会があるのは楽しみです。

南部
LM調布シニアクラブ
会長 高橋莞爾郎

上野公園で

桜を撮ってきました



3月24日(金)に上野公園で桜を撮ってきました。

当日の朝8時30分に2階建てバスがいなげや前に到着し、我がシニアクラブからの参加者16名が2階部分に乗車し先に乗車

している2クラブのメンバーと合わせて総勢50名弱での日帰りツアーがスタートしました。

当日は曇り空で雨が若干心配な天気でしたが、曇り空の中、最初の目的地である巣鴨とげぬ

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

浄土真宗 本願寺派

圓福寺

調布市国領町 1-10-11
お電話 042-482-7955

墓地・合葬墓 分譲中

天台宗 西光寺

西調布駅北口 徒歩5分
TEL (042) 482-3320
FAX (042) 482-3859

一 散骨・携帯墓の 一

浄土真宗 本願寺派 延浄寺

〒182-0006 調布市西つつじヶ丘2-30-1
電話.03-3326-7337

浄土真宗本願寺派

明西寺

東京都調布市若葉町1丁目43番5号
電話:03-3300-1901

永代供養墓 ご相談下さい

天台宗別格本山
厄除元三大師

深大寺

調布市深大寺元町5-15-1
電話 042-486-5511
<https://www.jindaiji.or.jp/>

～ 縁結びゆかりのお寺～

天台宗 祇園寺

調布市佐須町 2-18-1
お電話 042-484-0811

100名を超す
「調布あかね」の課題
 「調布あかね」は発足20年になります。
 あかねの生みの親は「あけぼの」。20年前の100名を超す

中部
 調布あかね
 会長 岸本 直美

クラブだった頃、大きすぎるからと、スポーツ中心の活動派と、映画や俳句、茶道などの文学派にわかれま



神代植物公園にて

した。10年ほどそんな活動が続

き、あかねにも「歩く会」をつくろうという事で誕生しました。今では「輪投げ」ができ、「囲碁」にも女性が入り、昨年10月にはコロナに負けず「健康麻雀」が新しい会員を10名以上連れてメンバーに加入。100名の会員の力の発揮はこれからです。

西部
 飛三ふれあいの会
 会長 川内 武雄

交流図りより強固な絆へ

コロナ禍の間も屋内外の活動は、社会奉仕も含めて一部実施しておりましたが、集団で屋内に集まる会は、さすがに自粛状態でした。

それでも昨年末より食事は数回開いておりました。今年度は誕生会・バス旅行・新年会な



見事な桜を堪能

ど計画に入れております。幸い自治会も今年度は活動解禁で「納涼盆踊り大会」・「餅つき大会」など計画に入っている

き地藏に向かいました。お昼近くに上野公園近くに到着し中華料理店でコースの昼食後に上野公園に繰り出し桜の撮影に入りました。

桜は満開で桜並木に行かれる

方、不忍池方面に行かれる方等

思い思いの場所で撮影を楽しんできました。

帰路は2階建てバスの車窓からお台場や千鳥ヶ淵に咲く桜を見てきました。

何ととっても皆で集まって、ワイワイガヤガヤと談論風発の雰囲気か会員の絆を強くすると思えますので、機会を積極的に設けて、2年間の空白を埋めていきたいと思っております。



会員一丸となって清掃

編集後記

今回の「夏号」は今年の3月開催の歴史教室で紹介された「武者小路実篤」とは市老連会報と深い縁がありましたので、「表紙写真」や「活写」で取り上げさせていただきました。会報誌の名「不老又新」に恥じないようこれからも頑張っている所存です。

編集委員

- 高橋莞爾郎
- 多田 陽子
- 田中 紀雄
- 宮城美紀子
- 山口 隆造

計報

去る令和5年1月23日に調布中央友の会
 会長 渡邊 千尋様がご逝去されました
 享年 79歳でした
 クラブ会長を5年間務められました
 ここに長年重責を担われたことに感謝するとともにご冥福をお祈り申し上げます

スポンサーへのお礼

本誌発行に際し、ご協賛くださいましたスポンサー各位に厚く御礼を申し上げます。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。





ふるうゆうしん
不老又新とは

「いくつになっても新しいことに挑戦!」との意

市老連が会報誌を発刊するにあたり会員の中の知り合いを介して、当時調布にお住いの作家武者小路実篤氏に誌の表題をお願いし「不老又新」と命名いただきました。“不老又新”は実篤氏の造語で意味は上記のとおりとのこと。題字は氏の直筆です。

昭和30年70歳で調布に移り住み、亡くなら

れる90歳までの20年間を過ごされました。写真は実篤氏の書斎です。大きな机で絵を描き、左隣の小さな机で執筆。小さな机は持ち運びが容易で、どこでも執筆作業ができるのでお気に入りだったと学芸員よりお伺いしました。

※写真は許可を得て撮影・掲載しています (広報部)

調布市老人クラブ連合会 会員募集中!!

お問い合わせ先

〒182-0026

調布市小島町2-47-1 調布市総合福祉センター1階

電話：042-481-7693

FAX：042-481-5115

E-mail：info@chofu-shiroren.tokyo

私たちは調布市老人クラブ連合会の活動を応援しています

MRI・CT 画像検査で 脳疾患・肺がん早期発見

調布駅前画像診断クリニック

お問合せ ☎ 042-444-1417

京王線「調布駅」広場口より徒歩1分

飛田給リンク歯科クリニック
Tobitakyu Link Dental Clinic

小型カメラを用いた
見える治療をしています

飛田給駅マルエツ近く

WEBから予約
できます

☎ 042-444-7039

土日診療

医療法人社団 松山眼科
広優会

日本眼科学会認定 眼科専門 院長 砂長 真里

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	※
15:00~17:30	●	●	●	●	●	●

土曜は9:00~13:30
休診日/水曜・土曜の午後・金曜・日曜・祝日

調布市布田2-21-9アイビス調布1F(旧甲州街道沿い)

完全予約制 ☎ 042-485-8836

調布 調布市菊野台1-10-2

おもてなしで、心に残るお葬式を。

家族葬 法事 法要 ご安置 無料 終活 相談

365日 24時間 公営斎場の葬儀もおまかせください

☎ 0120-1-365-24

相 続 遺 言 交通事 故 離 婚

佐瀬法律事務所

弁護士 佐瀬 一男

創価大学名誉教授 (東京弁護士会所属)

【著書】
「女性たちのチャレンジ」(共著、北樹出版)
「大学教授になった不良少年」(第三文明社) その他多数

調布市小島町1-18-5

☎ 042-482-8536

京王線仙川駅徒歩1分の歯科医院
木村デンタルオフィス仙川

歯科、小児歯科、矯正歯科、歯科口腔外科、歯周病治療
インプラント、審美歯科、ホワイトニング

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~20:00	●	●	●	●	●	▲	●

☎ 03-5384-6500 ▲土曜15~19時
◆日曜14~17時

http://www.kimuradent.com/ 土日診療

調布市仙川町1-27-25 仙川デルタスタジオ1F