

明るく健康
ふれあいの
輪をひろげ
文化を創造



題字 世田谷区長 保坂展人

会報第189号

発行人 服部 幸男
編集 広報部
(入会問合せ)
世田谷区市民活動推進課
03-6304-3176

世田谷区高齢者クラブ連合会

●78クラブ-6,755人

世高連評議員会

5月22日(水) 梅丘パークホールにて、世高連78クラブ中、出席評議員68名、内委任状18名によって開催されました。

新役員選出があり、会長に服部氏、副会長に遠藤氏、鈴木氏、清水氏が世高連理事会より推薦を受けた旨が亀井議長より報告され、全会一致で承認されました。新会長の挨拶があり、新副会長、新理事、新評議員が紹介されました。

この度、令和2年度より世高連副会長として務められた大山氏が勇退され、相談役に就任されました。

新任役員

相談役 大山 存穂(砧高協)
副会長 遠藤 隆雄(世高協)
副会長 清水 弘(砧高協)



世高連評議員会

退任役員

監事 國井 泉(砧高協)
理事 齋藤 久代(世高協)
中山 豊(玉高協)
羽田 誠実(玉高協)
直井 勝子(玉高協)
高木 隆夫(砧高協)
熊木 憲明(砧高協)
岩永 幸子(砧高協)
内山 廣江(世高協)
木下 悦夫(玉高協)
川俣富美子(玉高協)
両角くに子(砧高協)
佐久間朋子(砧高協)

新評議員

駒沢互楽会 安藤みさを
池之上クラブ 熊谷 玲子
東玉川長寿会 早田 利雄
天寿会 中澤 輝文
奥沢楽友会 桑野ますみ
玉川福寿会 羽田 誠実
中町寿会 守屋 幸子
二子玉川鶴寿会 中島 武
千歳廻寿会 高木 隆夫
七福会 遠藤えみ子
岡本寿会 佐藤 博昭
光寿会 小笠原昌彦

◆会員拡大クラブ表彰

本年度より、評議員会終了後に行われることとなりました。

服部会長より表彰状等の授与があり、その後各クラブから会員拡大に関する秘訣等をお話いただきました。



会員拡大クラブ表彰

★会員拡大クラブ

赤堤クラブ 25名
弦巻共寿会 20名
三茶長寿会 19名
等々力寿会 17名
烏山長生会 17名
第六天会 13名
日の丸会 13名
寿の会 11名
(表彰規定…前年度の会員数から10名以上の増員)

副会長に就任して



世高連副会長
遠藤 隆雄

今度、服部会長の後を継ぎ世高協会会長就任、と共に世高連副会長の役職を拝命致しました。
平成26年理事任命を受け、以来広報部に所属し「かりがね」、周年記念誌等を創ってきました。
今後も世田谷区高齢者クラブ連合会の発展の為、尽力を致す所存です。宜しくお願い致します。

副会長に就任して



世高連副会長
清水 弘

この度、砧高協会長として世高連副会長に就任致しました清水です。砧高協では副会長を務めてまいりましたが、前会長が病気の為砧高協の会長になり、それに伴い今回、世高連の副会長の大役につきました。初めての事であり、諸先輩方に御指導を賜り、追い追い頑張りますので、よろしく御願い致します。

総務部長に就任して



総務部長
飯島 春江

この度総務部長を名取さんから引きつぎこれまで以上に活動範囲が広がりの引き締まる思いです。これからは高齢者の方々が元気な自分達の生き甲斐を求めて会の発展の為に参加していただくと大変嬉しく思います。今の時代人の輪を大切にとの想いを胸にせい一杯頑張らせていただきます。

令和6年4月1日現在

	全体数	～74歳	75歳～
世高協 (45クラブ)	3,729	676	3,053
玉高協 (14クラブ)	1,304	202	1,102
砧高協 (19クラブ)	1,722	225	1,497
世高連合計 (78クラブ)	6,755	1,103	5,652

令和6年度会員数報告

令和6年度 世田谷区高齢者クラブ連合会 役員名簿

令和6年7月9日

役 職			氏 名	高協	クラブ名
名誉会長			福 井 富太郎	玉	東玉川長寿会
相談役			中 山 淳	砧	千歳廻寿会
			大 山 存 穂	砧	七福会
会長	総務・事業・女性		服 部 幸 男	世	池之上クラブ
副会長	総務・広報		遠 藤 隆 雄	世	永寿互楽会
	総務・研修		鈴 木 政 雄	玉	玉寿会
	総務・女性		清 水 弘	砧	上北沢幸友会
会計理事			小 坂 恵 子	世	常盤会
			高 木 隆 夫	砧	千歳廻寿会
理 事	総務部	◎ 部長	飯 島 春 江	世	三茶長寿会
		○ 副部長	中 島 誠	世	赤堤クラブ
		部員	名 取 金 成	世	松寿会
		部員	坂 野 良 行	世	おもと会
		部員	山 田 憲 一	世	代五クラブ
		部員	高 木 隆 夫	砧	千歳廻寿会
協力員	協	部員	丹 羽 正 春	世	松寿会
	協	部員	協力員欠員①	砧	
理 事	事業部	◎ 部長	服 部 幸 男	世	池之上クラブ
		○ 副部長	新 村 昌 毅	世	池尻八千代会
		部員	飯 島 春 江	世	三茶長寿会
		部員	佐々木 健 之	世	北沢千寿会
		部員	中 山 豊	玉	奥沢楽友会
		部員	熊 木 憲 明	砧	みずき会
協力員	協	部員	大 葉 かよ子	世	駒沢互楽会
	協	部員	亀 井 正 幸	世	北沢朗楽会
	協	部員	中 村 幸 郎	玉	玉川福寿会

役 職			氏 名		高協	クラブ名
協力員	事業部	協 部員	協力員欠員②		砧	
		協 部員	協力員欠員③		砧	
理 事	研修部	◎ 部長	関 勇 夫		玉	第六天会
		○ 副部長	日 塔 誠 一		世	いきいきクラブ清流会
		部員	川 北 禮 子		世	満寿会
		部員	岩 永 幸 子		砧	日の丸会
協力員		協 部員	村 松 孝 治		世	赤堤クラブ
		協 部員	鈴 木 正 久		世	百寿会
理 事	広報部	◎ 部長	瀬 端 甲子郎		世	明和会
		○ 副部長	一 杉 和 子		世	桜上水睦会
		部員	羽 田 誠 実		玉	玉川福寿会
		部員	小 林 勅 子		砧	成城若葉会
		部員	鶴 岡 勝 夫		砧	千歳いずみ会
協力員		協 部員	西 川 加		世	松和会
		協 部員	小 蘭 盛 雄		玉	玉堤みどり会
理 事	女性部	◎ 部長	清 水 弘		砧	上北沢幸友会
		○ 副部長	齋 藤 久 代		世	野沢1丁目明寿会
		部員	直 井 勝 子		玉	玉寿会
		部員	理事欠員①		砧	
協力員		協 部員	檜 貝 静		世	下代田南山会
		協 部員	岡 部 節 子		世	長楽会
		協 部員	荻 窪 公 子		世	互楽会
		協 部員	小 室 伸 子		玉	玉寿会
監 事			高 木 紀代子		世	三茶長寿会
			山 本 恭 子		玉	等々力寿会
			國 井 泉		砧	日の丸会



ボウリング大会

毎年夏に開催していたボウリング大会ですが、年々暑さが増し熱中症への危険も高まることから、今年は開催時期を見直し、例年より早い、6月に開催しました。

令和6年6月6日開催にちなんで、66位の特別賞も設け、参加者は入賞目指して盛り上がりました。

参加者 90名
優勝 川村 学
準優勝 相良 喜恵子
3位 島田 武雄
326点
328点
402点

◇第18回 ボウリング大会

6月6日 オークラボウル

優勝 川村 学

みずき会 402点

準優勝 相良 喜恵子

三茶長寿会 328点

3位 島田 武雄

桜丘桜寿会 326点



皆さんボッチャを楽しみました

優勝チーム
Aコート 常盤会
Bコート 北沢千寿会B
Cコート みずき会A
Dコート 玉寿会
Eコート 給田福寿会B

世田谷区のスポーツ推進委員に大会運営をお手伝いいただき、高連の事業部員もコート設営等を学びながら、第1回のボッチャ大会を無事終えることができました。

◇第1回 ボッチャ大会

7月3日 総合運動場 体育館

参加者 20チーム・15クラブ

世高連で初となるボッチャ大会を開催しました。今回は5コートに分かれ、1コート4チームのリーグ戦での開催でした。

世田谷区のスポーツ推進委員に大会運営をお手伝いいただき、高連の事業部員もコート設営等を学びながら、第1回のボッチャ大会を無事終えることができました。

優勝チーム

Aコート 常盤会

Bコート 北沢千寿会B

Cコート みずき会A

Dコート 玉寿会

Eコート 給田福寿会B



友愛活動講演会

「挨拶は人間関係の特効薬」
講師 サンケイ学園講師
平川 仁美氏

参加者 80名
8月27日 成城ホール
講演会

◇友愛活動講演会



新任会長研修会風景

◇新任会長研修会

7月23日 ひだまり友遊会館

参加者 新任会長 9人

キラキラ・リズム体操サークル

昨年度まで実施していた「いきいきクラブ体操講習会」が、「キラキラ・リズム体操サークル」にリニューアルしました。

月一回程度、小倉あけみ先生のご指導の下、音楽に合わせて踊ったりストレッチしたり、楽しみながら体を動かしています。高齢者クラブ会員の方なら、どなたでもご参加いただけます。初めての方や、お一人での参加も大歓迎です。まずは一度、体験してみませんか。

場所 ひだまり友遊会館

(若林4・37・8)

2階 第1・2会議室

時間 午後1時30分～2時30分

持ち物 飲み物、ストレッチに使うてぬぐい

うてぬぐい

令和6年度 キラキラ・リズム体操サークル 日程表

年	日にち	曜日	講師※
令和6年	9月17日	火	○
	10月15日	火	×
	10月21日	月	○
	11月11日	月	×
	12月9日	月	○
令和7年	1月20日	月	○
	2月10日	月	○
	3月10日	月	○

※講師欄が「×」の日は自主練になりますので、初めてのの方は「○」の日がおすすめです。

東老連

◇東老連令和6年度第1回総会

5月28日 ウェルネスエイジ
参加者 服部世高連会長

遠藤世高連副会長

総会にて、服部会長が東老連の理事に就任。遠藤副会長が代議員に就任されました。

◇東老連女性部全体会・常任委員会

5月16日 ウェルネスエイジ
参加者 女性部1名

◇東老連新任会長研修会

6月12日 新宿角筈区民ホール
参加者 1名

◇東老連軽スポーツ・輪投げ大会

6月21日 中野区立総合体育館
参加チーム数 78チーム
世高連から、3クラブ出場

優勝 みずき会 637点
敢闘賞 千歳会 558点
59位 おもと会 419点

◇令和6年度東老連レクダンス・エアロビクス講習会

6月24日 渋谷区
スポーツセンター体育室
参加者 女性部4名

◇城南ブロック女性部懇談会

7月30日 渋谷区商工会館・消費者センター2階大研究室
参加者 女性部5名

◇東老連手作り品講習会

7月31日 ウェルネスエイジ
参加者 女性部3名

◇東老連軽スポーツ競技実行委員として、山田憲一さん（代五クラブ）が活動しています。

◇東老連女性活動推進リーダーとして、女性部より齋藤久代さん（野沢1丁目明寿会）と檜貝静さん（下代田南山会）が活動しています。

◇東老連健康づくり大学校

今年度は、世高連の副会長に就任した、遠藤隆雄さん（永寿互楽会）が参加しています。



投稿写真

題：仲良し
池の鯉「お腹減ったよ。僕にも頂戴」
青サギ「これでいいかい？」
絵田福寿会 松原 美穂

世田谷区より

人事異動に伴うご挨拶

年度が替わり区の体制が変わりましたので、ご紹介させていただきます。

はじめに、生活文化政策部市民活動推進課長です。前任の阿部課長は財務部長に昇任し、後任として伊藤課長が着任いたしました。伊藤課長は、3月まで子ども・若者部保育課長を務めておりました。

次に、高齢者クラブを担当する生涯現役推進担当係長です。前任の佐藤係長は、清掃・リサイクル部砧清掃事務所作業・ごみ減量係長に異動し、後任として、3月まで担当副係長として市民活動推進課に在籍していた安松が担当係長となりました。

さて、新型コロナウイルス感染症の位置づけが5類感染症となつてから1年が経過し、各クラブの活動も少しずつ再開できるような状況になってきていることと思います。

日ごろの友愛活動や社会活動を通じて、地域とのつながりを強くしていく皆様の活動は非常に重要で、

私どもにとりまして大変ありがたいことであると感謝しております。

まだまだお気を付けいただく必要がある状況にはございますが、くれぐれもお体をご自愛いただくとともに、今後とも、皆様を中心に高齢者クラブの輪を広げていただき、多くの方々が元気できいきとご活動いただけるよう、区としても支援してまいりますので、引き続き、皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

結びに、高齢者クラブの皆様のますますのご健勝とご活躍を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。



市民活動推進課 世高連担当職員

砧地区高協

令和6年度「砧高協」総会

令和6年4月24日（水）、成城まちづくりセンター活動フロアーにて所属19クラブの参加者をもって14時から開催されました。

世田谷区生活文化政策部市民活動推進課（伊藤課長・安松係長）、世田谷区高齢者クラブ連合会（服部会長）、世田谷区社会福祉協議会烏山地域社協事務所（小林所長）のご臨席のもと砧高協大山会長のあいさつからはじまり、ご来賓の皆様のご祝辞をいただきました。

来賓ご退席の後、定期総会に入り、総会成立の確認後、大山会長が議長となりました。

総会報告は議案ごとに担当者から説明報告があり、第1号議案（令和5年度事業報告）にはじまり、第2号議案（令和5年度決算報告）、第3号議案（令和6年度事業計画（案））、第4号議案（令和6年度予算（案））まで滞りなく進行し、原案どおり可決・承認されました。

なお、今年は役員改選の年であ

り、第5号議案として新役員の選出がありました。

新会長には清水弘（上北沢幸友会）が選出され承認されました。会長以外の役員・顧問などについては新会長の推薦により、承認されました。会議は16時に閉会となり無事終了しました。

（砧地区高協 清水弘記）



砧高協・総会

囲碁雑誌

千歳いずみ会囲碁部は、当会発足以来からの「サークル」と聞いており、先輩諸氏の寄贈による碁盤が20面あり、厚みも充分な重い碁盤です。サークル活動をするときは部屋の片隅から運び出します。コロナ禍の前にはサークル活動

をする会員も多数おりましたが、現在では定期的に活動する会員は7〜8名です。火・木・土が活動日ですが、今では土曜日が主な活動日となり寂しい限りです。

以前は年1回クラブ主催の囲碁大会を開催し、会員以外の近隣の愛好家も参加できるようチラシをまちづくりセンターの掲示板に掲示し参加者を募っていました。40人近い参加者で賑わっていたのはきのうの夢だったのでしようか。

区の施設である千歳温水プールの4階にある健康運動室（なごみの広場ちとふな）に高齢者の居場所が提供されており、ここで2ヶ月に1回囲碁講座が社会福祉協議会の主催で開かれています。

講師として

てこられる

のは、日本

棋院所属の

白江治彦先生

をはじめ矢

野瑞季先生

（囲碁将棋

チャンネル

の司会者でおなじみ）で、軽快な

棋譜説明、そして詰碁の問題、最

後は対局者への指導を含み多面打



囲碁講座風景

ちに入ります。これ結構楽しいですね。最近は勝つことが多くなり実力が向上したのかと自負しています。

講座終了後は相手を探して、対局を楽しみます。

世高連主催の年1回の囲碁大会も楽しみます。参加者が少なくなってきたとのことですが、この世高連事業はぜひ続けてほしいものです。2月には開催されると聞いており、楽しみにしております。

（千歳いずみ会 鶴岡勝夫記）

つたえたい、大切なこと

くらしの友

「葬儀」「遺品整理」「相続」などの
ご相談は、くらしの友へ

葬儀
高い品質

相続
安心対応

遺品整理
実績多数

お問い合わせ ☎ **0120-248-544** 通話無料 9:00 ~ 19:00

成城若葉会に入会して

成城若葉会の歴史はかなり古いそうです。以前は会員が200人からいたそうです。その歴史からみると、早くから高齢者に対する意識が高かったと想像します。

ある日、友達が身振り手振りで私の前で楽しそうに歌ってくれました。その楽しそうな姿を見て羨ましく、紹介してくれたのが若葉会でした。

カラオケサークルに入ったものの、孫の世話、コロナ禍もあり、あまり練習できない日々でしたが、幹事会に参加するようになり、少し若葉会の様子が分かってきたところに会長さんから副会長を勧められました。会長さんの大変さを思い、引き受けることになりました。

今では輪投げに夢中で、サークルに入った当初は体には自信があったはずでした。ところが輪投げをした日は体中が痛く、初めはなんだろうとわけが分かりませんでした。そういえば、腕を上げ、空中に投げかかるように体全体を使って、輪を投げることに気が付きました。結果的には輪投げが原因でした。他のチームは週2回も練習してい

るらしい。私たちは月2回の練習（練習の会場が取れないということもあるのですから）。この年齢になっても負けたくないという競争心は旺盛です。ピンに入るようになると輪

投げの

楽しさも

分かるよ

うになり

ました。

男性2

名、女性

5名と少

ない人数

ですが楽

しくやつ

ています。

輪投げは意外と楽しい大人のスポーツなのです。

今は人生100年時代といわれ、ある意味生きていくのも大変な時代です。行くところがある!!楽しいことがある!!ことは高齢者にとつて救いだと思っています。

高齢者が同じ思いを持ち、仲間と笑顔で楽しむ場としての若葉会の存在は大きく、ありがたいと思っています。

（成城若葉会 守屋喜代子記）



熱戦・輪投げ大会

◆新会長紹介◆



岡本寿会

佐藤博昭

この度、令和6年5月7日付で、岡本寿会の会長に任命されました。昭和22年生まれ、7月で77歳になります。団塊世代で、出身地は関西です。

コロナ禍で活動が停滞していましたが、経験も乏しいですが、諸先輩方のご指導を受け、今後の活動を積極的に進めたいと思います。どうかよろしくお願い申し上げます。

ペットの散歩道

ワンちゃんを通して、知人・友人ができることは珍しくないことです。最近ではワンちゃんをきっかけに仲良くなる人を「犬友」と呼ぶこともあるそうです。

犬友がいることで、毎日の散歩が楽しみになったり、ワンちゃんをきっかけに広がる交友関係。ワンちゃん連れのひとと立ち話をした経験があります。一人で歩いてい

る時でも自分に好みの臭いがあるのかどうか、散歩中のワンちゃんが近づいてきて目が合うと自然に声をかけてしまいます。「なにか御用ですか？」するとわかったのかどうか見上げる格好はともかわいいます。

つい自分もしゃがみ込み、あごの下を撫でてやることも。そんなとき飼い主は「ありがとうございませす」というのです。

年を聴いたり名前を

聴いたりして近所の公園でワンちゃんを中心に集まっている光景をたびたび見受けまます。この「ワンちゃん散歩」を通じて知らない人とも気軽に声を掛けながら地域の絆が生まれ、交流が進めば都会のオアシスでしょう。ほほえましい光景です。これがストレス解消になるのかと思う今日この頃です。

（砧高協 広報部記）



ワンちゃん集合

世田谷地区高協

令和6年度「世高協」総会

令和6年度「世高協総会」が4月19日(金)に「三茶しゃれなあどホール」5Fスワン・ビーナスに於て開催されました。

40クラブの参加でした。名取副会長の司会により、川北副会長の開会の辞、服部会長の挨拶。

クラブ数の減少は残念であること、活動数ではグラウンド・ゴルフ、体力測定会、スマホ体験会等が中止になり残念です。

新しくボッチャの活動を進め、大会が開けるようにしたい。ただ会場確保が大変ということです。

どこのクラブも会場確保に苦労していることがわかります。と挨拶にありました。

続いて来賓の市民活動推進課長の伊藤様、生涯現役推進担当係長の安松様からお祝いと激励の言葉をいただき、励みになります。

議長 新村昌毅(池尻八千代会) 副議長 一杉和子(桜上水睦会) 書記 山田憲一(代五クラブ) が司会者一任で選出されました。

「令和5年度事業報告」を飯島

事業部副部長から、「令和5年度会計報告」が小坂会計理事から、「会計監査報告」が高木監事からあり、承認可決されました。

令和6年度「事業計画案」と追加行事、輪投げ大会、ボウリング大会の案が飯島事業部副部長からありました。

「会計予算案」が小坂会計理事から示され、両案とも承認可決されました。

服部幸男(池之上クラブ)が世高連会長の専任になり、世高協では名誉会長になります。

このため、世高協理事会は、新会長候補者として、遠藤隆雄(永寿互楽会)を推薦しました。全会一致で承認可決となり、新会長が決定されました。

9月から「世田谷区民会館」が使用可能になります。福祉大会やいきいきせたがや文化祭は新装となった「世田谷区民会館」で開催されることでしょう。

令和6年度新会長と副会長は次の方々です。

会長 遠藤 隆雄
副会長 飯島 春江
名取 金成

(世高協 広報部記)

世高協第24回輪投げ大会

令和6年6月3日(月)に太子堂中学校体育館に於て、世高協の輪投げ大会が開催されました。

ゲームは午前10時に始まり、午前に3セット、休憩30分を挟み午後2時30分頃終了しました。

結果は優勝 代五クラブ458点、準優勝 池尻八千代会455点、第3位 互楽会452点となりました。ゲーム終了後表彰式が行われ、第7位まで賞品が贈られました。



世高協第24回輪投げ大会 優勝チーム

又、この大会では9投全てピンに入るという珍しい事を寿楽会の相川秀夫氏が達成し特別賞が贈られました(特別賞の賞品の用意がなく、後日贈ることになりました)。

1チーム5名、1ゲーム1人9投、皆、日頃の練習の成果を出そうと頑張りましたが、実力の出た人、緊張のせい、普段の実力を出せなかった人と色々。投げた輪がとんでもない所へ行くと、ピンとピンの間に入り得点にならず口惜しい思いをする。投げる位置からピンまでは5m。力の入れ具合がむずかしい。

「輪投げ」は見た目より結構ハードなスポーツで、輪を投げるより投げた輪を回収するほうが、体力を使うように思われました。

どのイベントでもそうですが、イベントの通知、会場の手配、用具の設置等事前の準備、イベント中の無事故への気使い、終了後の片付け、清掃等、役員さん達の努力、苦労には感謝の気持ちでいっぱいです。

(世高協広報部 遠藤隆雄記)

◆新会長紹介◆



駒沢互楽会

安藤みさを

坂田前会長に代わり会長を務める事になり、私自身驚いています。何も分からないままのスタートで、時間だけが過ぎていきます。これから先、色々な行事がありますが皆様と一緒に考えながら、仲良くこの駒沢互楽会を、そして第一ブロック世田谷区高齢者クラブの皆様と活動していきたいです。



池之上クラブ

熊谷玲子

本クラブは今年50周年を迎えます。そんな大切な年に会長をお引き受けし、責任の重さに身が震えます。しかし服部前会長を始め役員の皆様が優しくアドバイスと応援をしてくださるので、会員の皆様に第二の人生を謳歌していただけるよう頑張ります。

第1ブロック

駒沢互楽会の活動

知り合ってみんな宝と知る仲間

私は現在、川柳クラブの代表として会員が創作した川柳を選句して「かりがね」のかりがね川柳欄に年3回投稿しております。毎回4人の作品が掲載されていてホットしております。

この度長らく駒沢互楽会の会長をしていた坂田登久江さんに代わり妻が会長になりました。その関係かわかりませんが本欄の執筆依頼が妻よりきましたので、駒沢互楽会の活動内容を私の知っている範囲で紹介します。ゲートボール、輪投げ、日本舞踊、ボウリング、川柳などの趣味活動の他に、年1回のバス旅行、誕生会、盆踊りやいきいきせたがや文化祭への参加等が活動の主なものですね。

私達の周囲には沢山のお年寄りがありますが、日常的に触れ合っている範囲はそう広くありません。ところがこの地域の町会である駒沢親和会の下部組織である駒沢互楽会の会員になりますと、地域のいろんな方々とバス旅行で一緒にしたり誕生会で会食したり、各サークルで活動したりで知り合い

になれます。町を歩いて出会ったり、買物でスーパーで会ったりすれば気軽に言葉交し情報の交換ができます。何気ないことのようにですが心強いことです。

サークル活動で体を動かし汗をかけば気持ちいいし、腕が上がれば嬉しいものです。仲間との会食も楽しいし、お酒が入れば話が弾みます。そうしたところに起こる笑いは、脳の海馬の活動を活発にさせ記憶力にプラスに働き精神的にいい作用をします。「笑いは心の万能薬」と言われる由縁はそこにあります。昔から「笑う門には福来たる」と言われますが、正にその通りです。

駒沢互楽会はお互いに楽しんで身も心も健やかになろうではないかと活動しております。

最後に私の本業である川柳について述べさせて頂きます。川柳は一言で言えば「暮らしの詩^{うた}」です。

俳句と違い季語は要らず話し言葉で楽しく詠みます。そこでこの会の事を川柳でもう一度書きます。

『知り合ってみんな宝と知る仲間』

(駒沢互楽会 安藤紀稔記)

『存知とは思いますが』

『音楽』

「うたう」⇨歌う⇨近代。ドレミ…。
⇨唄う⇨日本古来。長唄。民謡等。

「民謡」⇨出だしの「ハア」は時間かせぎ。その時の状況で、その場の思いつき、即興で唄った。次の人が文句（歌詞）を考える時間かせぎ。

『夕焼け小焼け』

小焼け⇨特に意味はなくリズムをとるためにつけた。

『年末のベートーベン交響曲第9番（喜びと平和）』

N響が楽団員の年越し費用を稼ぐため演奏したのがきっかけ（1947年）。その後各楽団がまねをしていった。

『音痴』の正式名称

先天的音楽機能不全

『楽器ピアノの正式名称』

グラビチェンバロ・コル・ピアノ・エル・フォルテ

(世高協 広報部記)

玉川地区高協

令和6年度「玉高協」総会

令和6年5月15日10時半より玉川せせらぎホールにて玉高協の総会が行われた。

第六天会関会長の司会の第一声で厳かに会が始まった。最初に当会主催者である鈴木がこの総会の意義を次のように話した。

(1) 玉高協の会員数がコロナ禍の3年間減り続けていたが、4年目の今年はプラス11名とついに増加に転じたこと。

(2) 退会クラブ数も3年間ゼロを達成したこと。

これらのことは、玉高協会員はもとより、ご来賓の方々のご支援の賜物とご報告し、出席者から万雷の拍手を賜った。

次にご来賓の祝辞を玉川総合支所長 羽川隆太様、世田谷区市民活動推進課長 伊藤祐二様、世高連名誉会長 福井富太郎様、世高連会長 服部幸男様、最後に玉川社会福祉協議会事務所主任 札辻沙弥香様より、「玉川はつらつフェスタ」の支援等、現場サイドからの力強いメッセージを賜り盛大な

拍手で式典は終了した。

その後、懇親会に入り14クラブそれぞれがクラブの紹介に移った。

今まではコロナ、コロナで全員が集まる懇親の機会がなかったこともあり、各クラブ会長を始め、参加者全員でアピール合戦とな

り、会場が熱気を帯びてきた。玉高協で「ラミーキューブ」というゲームを始めることになったが、そのゲーム機を3か月かけ、やつ

との思いで海外から入手。そのゲーム機を各会長宅に送ったところ、ある会長は「怪しいものが送られてきた」と勘違いをし

て返品したなどというエピソードの披露もあり、会場の爆笑を誘った。それにしても、皆と心置きな

く懇談できることがこんなに楽しいことだったのかと改めて知ること

ができた。最後になりましたが皆の笑顔がとても印象に残った会でした。

(玉寿会 鈴木政雄記)



第六天会・近況報告

クラブの活動に際して、コロナが5類に移行、規制は緩和されましたが、行事の開催には抵抗がありました。昨年は一歩前進と日帰りバス旅行、そして6月には六天

祭「創立記念日」を開催しました。換気に注意して、会員さんはマ

スク着用、初めて会う人とは自己紹介をしたり、日頃の練習の成果を披露したりと、楽しい雰囲気です。会を進めることが出来ました。

やはり「為せば成る、為さねば成らぬ、何事も」多少の不幸際がありましたが、皆さんの笑顔が印象的でした。

昨年9月には敬老祭「百寿、米寿のお祝い」、10月是用賀神社例大祭の2日間で延べ59名が参加し、大盛況で、今年も参加をとの依頼までいただきました。

年明けて、新年会、日帰りバス旅行「渋沢栄一記念館とこんにやくパーク」を行い、そして六天祭開催、第3部の飛び入りには13組が参加とコロナ以前の頃のような楽しい雰囲気の間が行われました。今後の予定としては、7月に用賀商店街振興組合主催の「ようが

夏祭り」に参加、出演演目を準備して当日を楽しみにしています。

又、「いきいきせたがや文化祭」玉川はつらつフェスタ」の参加者も決まり、練習に取り組んでいます。

そして最後になりますが、5月22日に行われた会員拡大表彰において第六天会が表彰されました。これも会員の皆さんの日頃の努力が実った結果と感謝しております。今後も皆さんと協力して会を一層楽しく出来るように頑張ります。

(第六天会 関勇夫記)

認定補聴器専門店 補聴器のセベ

補聴器を知る。人生をもっと豊かに楽しむための一歩です。

◆レンタル補聴器取り扱い店

最新機種を含め500台のレンタル補聴器を用意致しましたのでお気軽にお試し下さい。

一ヶ月4000円でレンタルできます。

営業時間/AM10:00-PM6:00 土・祭日 PM5:00迄
定休日/毎週金曜/日曜/第2土曜日

TEL : 0120-39-4133



嘘つき族と正直族

航海中ある島に上陸しました。この島には、いつも嘘をつく「嘘つき族」と、いつでも本当のことを言う「正直族」の二つの部族が住んでいました。

島で、背の高い男と太った男に出会いましたので、背の高い男に「君は正直族ですか」と質問したところ、声が小さく聞き取れませんでした。すると、太った男が「彼は『イエス、僕は正直族だよ』と答えただけで、彼は、嘘つき族だよ」と教えてくれました。

さて、誰が嘘つき族でしょう？これは当時小学校5年の長男が持っていたクイズ本の中の問題の一つです。

私は、現役時代、講演会、研修会の場で、受講者に疲れが見えたとき、気分転換に問いかけました。人生経験豊かな人達ですので、いろいろ面白い答えが出てきます。「最近、土地取引のことで騙されたが、その男は、太っていた。太った男は、嘘つきだ」と体験論から主張する人。

「背の高い男には嘘つきが多い」と、犯罪人類学的見地から持論を

展開する、かなり太った男の人。と言うような、ほとんどの答えが情緒的判断に基づくものでした。正しい問題解決、意志決定には、事実を確認し、筋を通して物事を考え判断しなければなりません。

投資詐欺等嘘つき族が跳梁跋扈する今日、冷静かつ論理的に思考することの必要性・重要性を痛感しているこの頃です。

【答】あなたが前例や自己の体験に拘泥することなく、子供の頃の純な心を取り戻し、少し論理的に考えれば、答えの発見は容易です。

(東玉川長寿会 早田利雄記)

◆新会長紹介◆



中澤輝文

中澤輝文

玉高協の皆様方のお力添えを得て天寿会の活動を盛り上げて行きますよう運営していく所存です。

よろしくお願い致します。

活動推進にあたっては、基本スタンスを守り、会員が楽しく安全に活動できることを第一義に考えて進めていきます。現在活動は主に個人の興味や、仲間と一緒に活

動する事で楽しく、気力面、精神面、体力面で健康を保つことに行われています。これを更に進めて地域社会活動への参加や、老人施設慰問まで拡げ、元気づけるボランティア活動をする事で、自分達の活動を楽しみ、有意義なものにしていきたいと思っています。

具体的には、いきいきせたがや文化祭や玉川はつらつフェスタへの積極的な参加です。会の演劇部・盆踊り・日本舞踊が共同主体となり、水戸黄門漫遊記や、愛染かつら、白浪五人男の芝居と踊りを組み合わせて、文化祭や、フェスタへの参加、各地の老人施設慰問を実現したいと考えています。



中島武

中島武

鶴寿会は103名の会員がおり、2年前に50周年を迎えた、伝統ある会です。サークル活動は9つと多くあり、一番人気はやはり麻雀で25人の会員が入っています。ただ麻雀は上手な人、そうでない人もいて、組み合わせをどうするか、今、担当を中心に相談中です。やはり、会員の増加を考えるに、

好きなサークルに入って楽しんで頂くことだと思っています。

ただ私は他の会（パークゴルフ、会員50名程）の会長も務めておりますので、玉高協の活動になかなか参加できないことを大変申し訳なく思っております。今後ともよろしくお願いいたします。



守屋幸子

守屋幸子

中町寿会には15年以上前から、手芸部に入会して、月2回、楽しく過ごしております。役員会には2年前から参加するようになり前会長が体調を崩された為、何もわからないまま玉高協の会長会、他行事に参加していました。

今年度から会長という大役をお受けすることになり、ことの重大さを感じております。

会では会員数やサークルの数が減少してしまいつても残念です。これからは、誰でも参加できるようにサークル数を増やしたり、又、楽しい会になるにはどうしたら良いか？役員の方々と相談しながら、私も勉強し、頑張つてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

かりがね俳壇

菅野孝夫 選

〈特選〉三句

武具飾る吾子は五十を越えたるか

永寿互楽会 大井 秀子

(評)武者人形は、子どもが大きくなると仕舞い込んでしまったりするが、作者は飾りながら、そう言えばあの子も五十を越えてしまったのだと感慨を新たにしている。つ世も変らない親心だ。

春月や語尾やわらかくすれ違い

永寿互楽会 関戸 信治

(評)散歩の途中かもしれない。知人に合つて短く言葉を交わす。「語尾やはらかく」は、春の月の風情だ。これが秋や冬の月だと、言葉が失つてしまふ。季語の「春の月」が効果的に働いている。

沈黙は一つの言葉ソーダ水

北沢朗楽会 佐藤 幸枝

(評)二人向き合っている。気まずい空気が流れ、すでに気の抜けていて、飲みたくもないソーダ水に手を出す。そんな場面を想像したが、恋人同士の幸せな時間かもしれない。まさに沈黙は言葉だ。

〈秀逸〉五句

枝垂桜江戸城跡の静けさよ

つくし会 笠井 喜代子

雨あがる夏至の夕べの空の青

北沢朗楽会 浅井 ケイ子

太宰忌や青森弁は語尾ねばり

北沢朗楽会 平井 あい子

浄真寺仁王門まで若楓

東玉川長寿会 小林 喜代

クレソンの苦みも朝のサラダかな

東玉川長寿会 本田 令子

〈入選〉十二句

鎌倉や紫陽花の中友眠る

池尻八千代会 森 將人

四姉妹揃いて旅に春の朝

永寿互楽会 川辺 知子

賑やかや庭の枇杷の実食む小鳥

永寿互楽会 田代 セツ子

ひそやかに母のハミング夏の月

永寿互楽会 蜂谷 京子

この青き立夏の空に気も晴れぬ

つくし会 角谷 卓子

サンガラス隠す心の裏表

北沢朗楽会 青木 慎

あじさいの庭に残れる取りこわし

北沢朗楽会 上島 幸平

掴まれて天牛ぎいと首曲げる

北沢朗楽会 月村 祐子

対岸へいぶきも見せず蛇渡る

長楽会 花土 公子

麦秋や雲読むに長け風車守

東玉川長寿会 荒野 桂子

黒南風や一書を探す古本屋

不老会 山浦 信子

蛸の声に解かるる縄電車

二子玉川鶴寿会 原 佳子

選者詠

菅野 孝夫

炎天下めがね外して眼鏡拭く



玉寿会 齋藤 惇子

～笑顔の数だけ旅がある～



お客様の満足の為に、より良いサービスを提供致します。

(社)全国旅行業協会正会員 観光庁長官登録旅行業 第1988号 総合旅行業務取扱管理者:黒川徳幸

株式会社 ツーリストストップワールド

関東営業所 東京都大田区千鳥3-11-19 原田ビル2F

TEL03-5760-6839 担当:黒川徳幸/新川恵美子

◎団体バス旅行、国内・海外旅行など旅のことならお任せ下さい。

かりがね川柳 広報部選

逃げ道は記憶がないと答弁なり

駒留なごみの会 矢田 治子

じじばばで夏草を刈る畑地かな

永寿五楽会 石川 敏子

冷された小玉スイカは独り占め

永寿五楽会 川辺 知子

少し春焦らす桜で旅プラン

駒沢五楽会 秋山 啓子

年金ヘボディーブローとなる値上げ

駒沢五楽会 安藤 紀楽

盆踊り踊りたくなるあの音頭

駒沢五楽会 坂田 登久江

摂取したサプリの恐怖目の当たり

駒沢五楽会 設楽 喜春

能無しの自慢は一つ米寿こえ

常盤会 田口 立吉

ここだけの話だからと声高く

豊かな老後を築く会 西山 秀聰

山里で危害およぼす熊の爪

宇奈根和楽会 浜村 博

(高協順 五十音順)



芦毛会 草薙 小夜子

◆投稿募集◆

高齢者クラブ会員の方なら
どなたでも投稿できます!!

【俳句・川柳】(川柳はペンネーム可)

それぞれお一人一句まで、楷書で。

投稿(俳句)、投稿(川柳)と明記。

【クラブ通信】300字程度(記名投稿)

【カット】題材自由

▽以上いずれもクラブ名、氏名、住所、
電話番号を明記してください。

締切 10月25日(金) 必着

◇宛先 〒156-0043

世田谷区松原6-3-5

世田谷区市民活動推進課内

高齢者クラブ連合会事務局

電話 03-6304-3176

訃報

※宝樹会 会長 桜井 勲氏が、令
和6年7月26日逝去されました。

謹んで哀悼の意を表し、ご冥福を
お祈り申し上げます。

☆編集後記☆

今出来る事を紹介します。

妻の入院で必然的に実践することに！ 洗いを少なくする(ラップ使用)。分別
して資源(ボトル)・牛乳・ヨーグルト・野菜ジュースのパックをまとめて紙袋詰して
集積所へ。そして集積所内の整理も手伝っています。水切りは前夜に逆にして朝に入口
を結ぶ軽減策を取っています。片手で1億、両手で2億円の節約可能とのこと。です。
台所が政治のはじまりとのこと。地球温暖化対策に、私も参加！

(広報部 瀬端甲子郎記)

世高連 主な事業 (9月～令和7年1月)

令和6年度	事業名	会場名
9月27日(金) 全日	第35回輪投げ大会	総合運動場 体育館
10月17日(木) 午後	会員拡大研修	ひだまり友遊会館1・2会議室
10月22日(火) 全日	第35回カラオケコンクール	烏山区民会館 ホール
11月13日(水) 全日	いきいきせたがや文化祭	世田谷区民会館
11月14日(木) 全日		
12月3日(火) 午後	俳句教室	世田谷区民会館 集会室A
12月6日(金) 午後	第24回ダンスパーティー	成城ホール
12月12日(木) 午後	城南ブロック健康教室(世田谷開催分)	三茶しゃれなあどホール オリオン
1月14日(火)	かりがね190号発行	
1月予定	区長表敬訪問	区長室

★かりがね190号は、令和7年1月発行予定です。

◇東京都老人クラブ連合会 特別会員◇

東京都知事登録旅行業第2-3284号 ～いい湯 ゆったり 楽しい旅行～



株式会社 銀座プラネットサービス



旅行のご相談は、弊社までお気軽にお問い合わせください。

〒104-0045 東京都中央区築地1-5-8 樋泉ビル4階

Tel 03-3545-0688 担当：齊藤 徹・山崎 友暉