

- ① 会員増強活動
- ② 生きがいを高める活動
- ③ 健康増進活動
- ④ 友愛活動
- ⑤ 研修ボランティア活動

特集

目黒区敬老福祉大会



「目黒区敬老福祉大会の風景」 絵：宮内 一

P2	会長あいさつ／区長あいさつ
P3	区長との懇談会／ボランティア表彰
P4	東老連大会／健康づくり大学校／「友愛」映画会
P5-P8	〈特集〉目黒区敬老福祉大会
P9-P11	事業報告（各種スポーツ大会）

P12-P13	単位クラブ紹介「お隣さんいらっしやい」
P14	目黒区歴史探訪
P15	文芸〈俳句・短歌・川柳〉
P16	女性部ピックアップギャラリー／ 名称募集のお知らせ／編集後記

会長あいさつ



創立50周年で 名称を募集いたします

目黒区老人クラブ連合会 会長 島崎 孝好

昨年、4月の総会で、承認されたすべての行事は3年ぶりに実施され、一緒に楽しんだこと、無事故で開催されたことに喜びと感謝を申し上げます。

さて本年は、皆様もご存じのように「目黒区老人クラブ連合会」が誕生して満50周年の節目の年を迎えます。50

年の長い歩みの中で、時々議論がされましたが、未だ結論の出ていないのが老人クラブの名称の問題であります。

初めて聞く「老人」という言葉に戸惑いがあり、特に60代、70代の働いている世代からは、老人の名称をぜひ変えてほしいという意見が多く出されています。令和元年目黒区議会からも変

更すべきとの意見が複数の議員から提案されております。

城南ブロックでは、目黒区を除いた区は、すでに改正され新たな名称で活動がなされております。

これらの点を踏まえて検討した結果、会長会等の承認を経て、名称変更するための委員会が発足した次第であります。

創立50周年の佳節にあたり、多くの皆様に親しまれ、愛される名称を応募してくださいますようお願い申し上げます。

ら、その役割はますます重要になっていきます。

今年は、目黒区老人クラブ連合会が結成されてから50周年の節目を迎え、これを機に、新しい「老人クラブ」の名称を現在公募中と伺っております。明るい未来にふさわしい、素晴らしい名称を期待しております。

引き続きの皆様のご発展を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。

区長あいさつ



「心地よいまち」を 実現していきましょう

目黒区長 青木 英二

向春の候、目黒区老人クラブ連合会の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

昭和7年10月1日に誕生した目黒区は、昨年「目黒区制90周年」を迎え、基本構想で掲げている「やへら咲き

心地よいまち ずっと めぐろ」というまちの将来像の実現に向けて、職員一同、日々業務に取り組んでいます。

老人クラブ活動につきましては、会員間の交流・親睦を図ることで高齢者の生きがいづくりにつながることか

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

内科・消化器科・循環器科・呼吸器科
内分泌代謝科・アレルギー科・小児科

松原医院

目黒区自由が丘 3-10-8

☎03-5701-6777

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○*	休	○	○	◎

◎17:00まで 【休診】日・祝 ※第4火曜のみ休診



つくる整形外科

祐天寺駅前スポーツクリニック

月・火・木・金・土

祐天寺駅 東急ストア前

ココカラファイン3階

☎03-6452-2424



きし歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
10:00~13:00	●	●	●	/	●	▲
15:00~19:00	●	●	●	/	●	/

▲9:00~13:00 休診日 日曜/祝日/木曜

目黒区五本木1-35-6

☎03-3713-0818

区長との懇談会・ボランティア表彰

区長との懇談会

クラブの存在意義を再認識

1月23日(月)午前10時から目黒区総合庁会議室で青木区長との懇談会が開催されました。

冒頭、区長あいさつの中で「めぐる区報」の令和4年5月15日号、令和5年1月15日号に老人クラブのニュースを掲載したとお話がありました。そのあと、目黒区老人クラブ連合会からの要望9項

目に丁寧な回答をいただきました。詳細は各クラブ会長にお伝えしますが、青木区長の老人クラブに期待する思いが伝わりました。

目黒区老人クラブ連合会の役目として、高齢者が元気に充実した暮らしを目指すクラブの存在の周知が大切と改めて考えさせられました。



ボランティア活動等に対する感謝状贈呈式

17名へ感謝状を授与

1月25日(水)、めぐるパーシモンホール小ホールにおいて日頃から地域のために貢献されている17名の方々に青木区長より感謝状と記念品が贈呈されました。

受賞者は次のとおりです。おめでとうございます。

千葉 英子(和楽会)
桑原 招江 (きらく会)
土田 京子 (目黒長寿会)
大久保和子 (油面ときわ会)
杉浦 重子(明楽会)
岩崎 信子 (宿山亀寿会)

川嶋緋紗子 (駒場寿会)
重松 陽子(桜寿会)
野澤 光子 (目黒福寿会)
水上 房子 (ばらの会)
徳江 和子 (碑一福寿会)
伊藤 友恵 (月光長寿会)
原田 輝世 (向原喜楽会)
館本 静子 (南むつみ会)
太田多恵子 (南鈴広会)
小山 繁(東根会)
野上 文子 (みどり会)

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

●耳鼻咽喉科●

自由が丘 杉内医院

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

休診日/木曜日・祝日 ★14:00~17:00
祝日・火曜日午前の診療についてはお問い合わせください。

目黒区自由が丘2-7-4 TEL 03-5726-8241

アイクリニック自由が丘

眼科一般・ドライアイ・VDT・結膜炎・アレルギー・眼精疲労
眼底検査・視野検査・コンタクトレンズ処方・メガネ処方
眼瞼けいれん・ものもらい・眼瞼下垂・さかさまづつ

03-5701-1055

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:30~13:00	●	●	—	●	●	●	●
14:00~19:00	●	●	—	●	●	●	●

※受付は診療終了時間の30分前となります。
目黒区自由が丘 1-30-3 自由が丘東急ビル 9F

松見坂薬局

定休：日曜・祝日・第1、3土曜

03-3469-4403 目黒区大橋2-2-1

フジモト薬局

定休：月曜・木曜・祝日・日曜午後

03-3466-3647 目黒区駒場2-4-6

整形外科・リハビリテーション科

オーバル中目黒整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
1部 8:30~11:30	●	●	●	●	●	●	休
2部 13:00~16:00	●	●	●	●	●	●	休
3部 17:30~20:30	●	●	●	●	●	●	休

目黒区上目黒2-15-14
IRONSIDE NAKAMEGURO 5F 03-3710-2777

<https://www.oval-seikei.com/>

花谷クリニック

Hanatani Clinic 胃腸内科 内科 外科 リハビリ科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	●	●	●	／	●	●
午後 3:30~ 6:30	●	●	●	／	●	●

受付:診療終了の15分前迄 休診日:木曜・日曜・祝日

目黒区下目黒2-18-3 花谷ビル2階

03-5759-6970 www.hanatani.jp

山下診療所自由が丘

内科・糖尿病内科・循環器内科・呼吸器内科・アレルギー科
消化器内科・血液内科・歯科・口腔外科・矯正・インプラント

03-3724-3811

	診療時間	月	火	水	木	金	土
内科	9:00~19:00	●	▲	●	●	●	※
歯科	9:00~18:00	●	●	●	●	●	●

▲9:00~12:00 ※9:00~18:00

目黒区自由が丘 1-30-3 自由が丘東急ビル 7F

東老連大会・健康づくり大学校・「友愛」映画会

第36回東京都老人クラブ大会

目黒区の功績を表彰

12月5日（月）、新宿文化センター大ホールにて第36回東京都老人クラブ大会が開催されました。目黒区から表彰された方々は次のとおりです。おめでとうございます。

東老連表彰

◎優良老人クラブ

友楽会
和楽会

◎老人クラブ育成功労者

高橋 祐一（駒場寿会会長）
小山 克朗（雀の宮会会長）

◎会員増強賞

きらく会
楽老会

目黒福寿会
大鳥会

鷹番西三玉会
ばらの会

美波会
友楽会

長寿会
東根会

◎活動賞「仲間づくり部門」

長寿会
美波会

◎感謝状（退任役員）

高橋 祐一（東老連前理事）



式典の様子

東老連健康づくり大学校

目黒区から二人が卒業

7月1日（金）に開校した東老連健康づくり大学校は13回におよぶ研修を終え、12月9日（金）に卒業式が行われました。目黒区から参加されたのは以下のお二人です。

阿久澤 誠さん
(洗足高砂会)

健康・生活・介護など幅広く勉強になりました。

蒔田 憲和さん
(美波会)

座学はなかなか頭に入りませんでしたが、認知症予防の大切さを認識でき、参加して良かったです。

「友愛」映画会

笑って！泣けて！役に立つ！
ヒューマンシヨメディ

8月31日（水）、めぐろパーシモンホール大ホールで「お終活」の映画会が開催されました。来場者は635名。

涙あり、笑いあり、そして心が温くなる映画に、和気あいあいと感想に花が咲きました。



Movie

お終活

～熟春！人生、百年時代の過ごし方～

目黒区敬老福祉大会



島崎会長の祝辞

主 催：目黒区老人クラブ連合会
協 賛：目黒区福祉委員会
後 援：目黒区老人クラブ連合会

敬老福祉大会



青木区長のあいさつ



特集

27クラブが
華麗な歌や踊りを披露

10月7日（金）、めぐろ
パシモンホール大ホール
において、令和4年度の目
黒区敬老福祉大会が盛大に
開催されました。
開会式の後、この日のた
めに練習を重ねてきた老人
クラブの芸達者な皆さんが
その成果を披露し、会場か
らはどの演目にも大きな拍
手が送られました。
今号では特集として全演
目をご紹介します。

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

河井クリニック

内科・消化器内科・胃腸内科
皮膚科（専門外来あり）

■診療時間 平日 AM9:00～12:00
PM3:00～ 7:00
土曜 AM9:00～12:30



■休診日 木曜・日曜・祝日

Tel.03-5701-6688 目黒区中根1-3-9森戸ビル2F

内科 消化器内科 肛門外科

成子クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30～13:00	●	●	●	—	●	●
15:00～18:00	●	●	●	—	●	—

休診：木曜・日曜・祝日・土曜午後

TEL:03-3760-0066

目黒区上目黒3-3-14 アサヒ電機朝日生命目黒ビル2階
1階 薬局トモズ様

内科・小児科・神経内科・循環器内科

松井内科クリニック

目黒区上目黒2-9-24

☎03-3715-6552

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	●	—	●	●	★
15:00～18:00	●	●	—	●	●	—

★第1・3・5週のみ診療 【休診】水・日・祝・土曜午後

中村外科

外科・整形外科
循環器内科
消化器内科・皮膚科
泌尿器科・肛門外科

受付時間は30分前です

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

休診：日・祝 ※木曜午前は検査・手術のみ

◎月曜・木曜午後は女性専門外来の診療も行っています

目黒区上目黒2-10-2 ☎03-3713-8555

東急東横線 東京メトロ日比谷線「中目黒駅」下車 徒歩3分（目黒区総合庁舎そば）

都立大ペインクリニック

肩こり・腰痛・体の痛みを取りのぞくよう、心がけています

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～13:00	●	●	×	●	●	●	×
15:00～18:00	●	●	×	●	●	×	×

【休診日】水・日・祝日 各種保険取扱

TEL.03-5731-3575

目黒区中根2-1-12 ボナール都立大学参番館B1-A
http://www.toritsudai-pc.com

漢方相談・処方せん調剤

桂香堂 カブ薬局

営業時間	月～金	土	日
	9:00～21:00	9:00～18:00	10:00～18:00

目黒区上目黒2-15-8 ☎03-3715-3741

目黒区敬老福祉大会



「津軽の花」 鷹番西三宝会



「太極功夫扇」 宿山亀寿会



「人生いろいろ」 中根会



「昭和、平成、令和を生きる」 雀の宮会



「千曲川」 清水不老会



「オータムフェスティバル」 長寿会



「みかんの花咲く丘」 洗足高砂会



「ふたりの絆酒」 長生会



「パリシェル」 大鳥会

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

ふるかわメディカルクリニック

内科・外科・肛門外科／皮膚科・美容皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	／	○	◎
15:00～18:30	○	○	○	／	○	／

◎土曜午前 9:00～13:00

休診日：木曜・土曜午後・日曜・祝日

目黒区八雲5-15-5

☎03-6459-5539

株式会社 寺田調剤薬局

営業時間

月～金 8:45～18:00

土 9:00～12:00

定休日

日曜・祝祭日

目黒区八雲 5-10-22 グリーンヒル駒沢公園

☎03-3717-6001

板津医院

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:45	●	●	●	●	●	●
15:00～18:45	●	●	●	●	●	—

【休診】日・祝

目黒区東山 3-12-1 コジマビル 2F

TEL:03-5768-0808

目黒区敬老福祉大会



「夏雪草」 目黒長寿会



「高原列車は行く」 目黒福寿会



「秋のメロデー（静かな湖畔、山の音楽家、赤とんぼ）」 油面ときわ会



「通い小町」 友楽会



「また君に恋してる」 和楽会



「花は咲く」 東根会



「恋心」 東山会



「レイホウヘノ」 南むつみ会



「夢路より」 美波会

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

村上
医院

循環器科・内科

内科・循環器科・
小児科・アレルギー科
目黒区碑文谷1-4-7
tel.03-3712-6885

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	●	●	休	●	●	●	休
16:00~18:30	●	●	休	●	●	休	休

受付 30分前まで

内科・神経内科・小児科

吉田医院

在宅医療・往診・医療相談に応じます

☎03-3712-3396 P有り

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
16:00~18:00	●	●	●	—	●	—

【休診】日曜・祝祭日（木・土午後）
目黒区碑文谷1-28-11 <https://yosida-iin.com>

医療法人社団 駒桜会



内科 循環器内科

駒沢ハートクリニック
KOMAZAWA HEART CLINIC

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

休診日：水曜・土曜午後・日曜・祭日

目黒区八雲5-9-21

☎03-5726-3322

目黒区敬老福祉大会



「凜」 貝塚会



「棚田桜」 月光長寿会



「枕崎大漁節」 原町さくら会



「下町銀座」 向原喜楽会



「みれん酒」 美原会



「ドリフターズのヒゲダンス」 からすみ泉会



「涙そうそう」 きらく会



「健身益気法」 ばらの会



「伊予万才」 みどり会

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

小児科 田口医院

【診療時間】
午前 9 時～12 時 午後 3 時～7 時
【休 診】日曜日・祝日・土曜日午後

目黒区碑文谷 6-7-4

電話 03-3714-0188

藤田医院

診療受付時間
■ 月水木 9:00～12:00 / 16:30～19:00
■ 火曜日 9:00～12:00 / 18:00～循環器科
■ 金・土 9:00～12:00 休診：日・祝、
■ 小児科 木曜日午後 金曜午後、土曜午後

目黒区碑文谷 6-4-10

TEL:03-3712-6731

ひもんや外科内科
クリニック

内科・外科・肛門科・消化器内科・呼吸器内科
循環器内科・整形外科・皮膚科 往診要相談

診 療 時 間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
15:30～18:30	20:00 まで	—	●	●	●	15:00 18:00	—

※祝日休診

目黒区碑文谷4-18-11 ☎ 3715-5932

事業報告（各種スポーツ大会）



念入りに準備体操

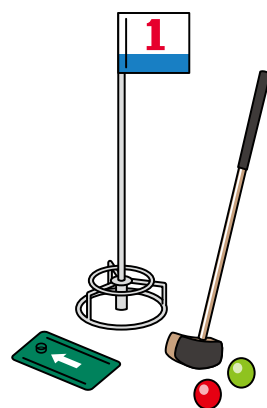
10月28日（金）、秋の爽やかなコンディションのなか、グラウンド・ゴルフ大会が中目黒公

笑い声あがる中 試合は接戦に

グラウンド・ゴルフ大会

園で開催されました。今回も、各クラブの代表選手84名が参加し、日頃の練習成果を発揮する舞台と張り切っていました。

参加者の中には初めてグラウンド・ゴルフを行う人も。開会式の島崎会長のあいさつでも「大会ではありますが初心者の人も参加していますので、ベテランの方の親切丁寧な指導をお願いします」とのお話があり、選手の皆さんは肩の力を抜いて和やかな雰囲気



ながら親睦が図れた大会でもありました。

それでも表彰式で発表された成績からは今回も好成績が続出し、1位から3位までのスコアはそれぞれ1点差という僅差の緊迫した大会になりました。

次回もまた元気に再会できることを楽しみに大会を終りました。



秋空のもと爽やかにプレー

成績

団体戦	
順位	クラブ名
優勝	長生会
準優勝	鷹番西三宝会
第3位	油面ときわ会

個人戦（優勝は同率で2人）		
順位	氏名	クラブ名
優勝	あいやま のぼる	油面ときわ会
優勝	さの かつひろ	南鈴広会
第3位	はせがわ じゅん	長生会



優勝した長生会の皆さん

事業報告（各種スポーツ大会）

成績

団体戦	
順位	クラブ名
優勝	南鈴広会
準優勝	宮前会
第3位	からすみり泉会 月光長寿会



気合いの入った開会式

飛び交う輪に
一喜一憂

チームで競い合います

3カ月ぶりに
練習の成果を発揮

9月21日（水）、後期輪投げ大会が開催されました。前回から3カ月しか経っていませんが、32チームの参加となりました。

です。新しいトロフィーはどのチームが獲得するでしょうか。

第61回後期輪投げ大会

第62回は50周年記念の大会でもあり、トロフィーも新しくなります。碑文谷警察署、目黒警察署、いきがい支援係チームも参加となりそうです。

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

内科・外科・泌尿器科
いいがやクリニック
IIGAYA CLINIC

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	×	○	×	○	×	○	○
午後 3:00~ 6:30	×	○	○	○	○	○	×

※祝日は休診です。
目黒区緑が丘3-2-3
TEL.03-5729-0220

整形外科・内科・リハビリテーション科
いとう整形外科内科

目黒区目黒本町 3-15-10
TEL.03-3712-0233

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	—	●	●
16:00~19:00	●	●	●	—	●	—

休診：木曜・土曜午後・日曜・祝日

院長 清水 恵一郎
阿部 医院

内科・小児科・皮膚科・アレルギー科
＜診療時間＞ 午前 9 時～12 時 午後 3:00～6:00
＜休 診 日＞ 日曜・水曜・祝日 / 土曜午後

目黒区平町 2-5-7
☎03-3717-2288

お薬手帳は
とっても便利です。

★お薬手帳をもっていると…
・処方された薬を一冊で管理できるので、飲み合わせの事故を防げます。
・過去の履歴が残るので、適切なお薬の処方に役立ちます。
・かかりつけ薬局を持つとより効果的です。

SAKURAI ORTHOPEDIC CLINIC **桜井整形外科クリニック**
整形外科（一般・スポーツ整形）
リウマチ科 リハビリテーション科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	休	○	○	○
15:00~18:30	○	○	休	○	○	休

休診日 土曜の午後・水曜・日曜・祝日
目黒区祐天寺 1-15-6 1F **Tel.03-5723-8166**

友成クリニック

診療時間（日・祝休診）	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
15:00~18:30	●	●	●	×	●	×

目黒区目黒 4-10-10 **03-3715-1181**
03-3711-5464

事業報告（各種スポーツ大会）



準備運動で身体を伸ばします



優勝 みどりの会の皆さん



第3位 友楽会の皆さん

12月6日（火）、中央体育館にて、手のひら健康バレー大会が開催されました。本大会には15チーム90名（1チーム6名）が出場。例年の大会に比べて出場チームは少なかつたのですが、熱戦が繰り広げられました。

勝敗はボールを交互に打ち合い、続いた回数を競うギネス競技と2分間に打ち合う回数だけを競う2分間競技の総合得点で決まります。

成績

団体戦	
順位	クラブ名
優勝	みどりの会
準優勝	碑一福寿会
第3位	友楽会

上位チームの得点差はわずかで、白熱したゲームでした。また、のんびり笑い合う緩いチームも

白熱した 勝負の行方は！

手のひら健康バレー大会



開始前の1枚

あり、これはこれで和気あいあいとして手のひら健康バレーの面白さを満喫していました。次回の50周年記念大会は優勝カップを作成し、賞品もグレイドアップする予定です。ご期待ください。

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

予約は24時間体制で受付しております
http://www.e8148.net/yoshida/

吉田デンタルクリニック

☎03-3711-9000 目黒区鷹番 2-21-3

<平日> 9:00~13:00 / 14:00~19:30
<土曜> 9:00~13:00 / 14:00~17:30
休診 木曜・日曜・祝日

よこや歯科 休診日 水・日・祝祭日

☎03-3712-6480

目黒区中目黒 1-11-12-2F

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	—	●	▲
14:00~19:00	●	●	●	—	●	—

▲【土曜】9:00~16:00

有馬歯科医院

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●
14:30~19:00	●	●	●	●	●	▲

▲14:30~17:00 【休診】日・祝

目黒区青葉台 2-21-13
トーア青葉台マンション1F

☎03-3792-1801

病気の早期発見と予防につとめよう

1. 健康診査や健康相談を活用しよう
2. 健康について学習しよう
3. 気軽に相談できる「かかりつけ医」をもとう
4. 歯を大切にしよう

さくら歯科医院 YAKUMO

	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	○	○	/	○	○	○
14:30~18:30	○	○	/	○	○	18:00まで

目黒区八雲 2-21-13
tel. 03-5731-6325

医療法人社団 三侑会

三木歯科医院

歯科・口腔外科・審美歯科・予防

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	休
14:00~19:00	●	●	18時まで	●	●	16時まで	休

休診日：日曜日・祝日

目黒区大岡山 1-6-1

☎03-3724-0558

単位クラブ紹介

あなたのクラブをご紹介します

向原喜楽会

岩瀬喜久夫

なんでもOK

フリークラブ

コロナ禍で自粛の中、いきがい部が新たにフリークラブを立ち上げました。

活動内容は特定せず、楽しく、そして仲良く会員が集まるサークルを目指したいとのこと。活動実績としては夏用に麻のバッグ、クリスマス用、クリスマスリース、スリース、他にも切り絵、昔遊びなど、今後とも会員の要望を受けながら楽しく活動したいとのこと。



きれいなクリスマスリースができました

向原喜楽会の会員増強に繋がることも期待したいと思います。

お隣さんいらっしやい

小鳩会

田畑 明子

個性が出る押絵づくり

小鳩会では講師を招いて、年度の干支の押絵を毎年作っています。みんな同じパーツを利用しますが、目・口の描き方により一人ひとりの個性が出て、同じ作品はありません。それが面白くなっています。また、その作品は管刈住区センターのイベントに参加し、展示をしています。

日々の活動ですが、毎回午前中は1時間半ほどDVDや通信

を利用して、

体操全般を行っていま

す。他には

ボッチャ、

輪投げなど

で体力作り

をしています。



干支のうさぎを作っています

からすみり泉会

大嶋 勇

クラブ活動再活性!

長年の書道クラブの先生がご高齢のため退任され、10名だった参加者が3名となり寂しい状況でした。それでも、役員の友人の書道家に書道クラブの先生をお願いしたところ、快諾いただきクラブの参加者は10名になりました。先生もやる気満々で、クラブ員が生き生きと書道に打ち込んでいます。クラブ活動再活性!となりました。



書道クラブの皆さん

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

日本財団在宅看護センター

すまいるナースィング

あなたの家のかかりつけ看護師になりたい

tel.03

5731-9210

目黒区中根 1-3-9 森戸ビル 402
(東急東横線都立大学駅 徒歩1分)

住み慣れた街で、家で、暮らしつづけたい。そのお気持ちを大切に、サービスに努めます。



はぎ介護センター

訪問介護/24時間定期巡回訪問
障害福祉サービス/看護師・家政婦(夫)紹介

☎03-5436-6081

居宅介護支援事業所はぎ

ケアプラン作成

☎03-6417-0341

目黒 2-8-10 アーバン目黒ビル <http://www.hagi-kaigo.co.jp/>

目黒区、世田谷区の医療保険を使った訪問マッサージ

目黒訪問リハビリ
マッサージ協会

東京都目黒区五本木 2-16-2

☎03-6303-2726

9時から18時 日祝休み

相続・遺言 不動産登記

★法定相続情報証明します

成年後見

司法書士 宮地 弘俊

目黒区上目黒2-44-3 (第2麻生ビル3F)

☎03-5721-6545

訪問看護ステーション STORY 学芸大学
まちかど保健室 D カフェまちかど保健室

相談無料

どなたでもお気軽に
お越し下さい目黒区全域
世田谷区一部24時間対応
急患受付在宅看護専門看護師
看護師・保健師
認知症ケア専門士

☎03-6452-3539

目黒区中町 2-31-10
元区役所 さくらプラザ近く

安田獣医科医院

診療時間 午前9時～12時/午後5時～7時
トリミング 午前9時～午後5時(休診日以外)
ペットホテル 午前9時～午後7時(平日)
午前9時～午後5時(休診日・祝日)
休診日 水・日・祝日午後・12月31日・1月1日～3日

目黒区緑が丘 1-5-22

☎03-3717-6186

単位クラブ紹介



ナイスイン!

雀の宮会グラウンド・ゴルフ部はいつから存在しているのでしょうか。古くてわかりません。部員は現在16名。みんな元気です。

年2回の大会ではいつも下から数えた方が早い成績です。ですが、勝ち負けは気にしません。強いチームにしてみようと「プレーを楽しむ」という本来の目的に沿わないからです(個人的見解、負け惜しみ)。

部員は全員個性的です。欠点のデパートみたいなもの。よく喧嘩にならないと思います。そこがグラウンド・ゴルフの不思議なところで接点として機能しています。

お隣さんいっしょにや〜い

**勝敗より
楽しむことが大事**

雀の宮会

川畑 義隆



民謡を楽しんでいる様子

唄い終わったあとの皆の満足気な顔は実に清々しい!

学芸大学駅を中心に、「東三宝会」と「西三宝会」に分かれ「いこいの家」は西にあります。東三宝会は少々遠いので、乗り物を利用したり、中にはカートを押して「40分歩いてきました」という人もおり、その笑顔には励まされます。いきいき体操・パソコン・民謡・カラオケ・大正琴・麻雀・書道・手工芸などを楽しんでいます。その一つ、民謡は月3回、12名で三味線の先生ご指導のもと、日本各地の民謡をマスクの中から大きな声で唄います。途中休憩を挟み、最後は東京音頭で締めくくりです。

**遠くても
通いたくなる楽しさ**

東三宝会

橋本 キヨ

「出会いは人生の宝物。お互いに尊重し、認め合い、思いやること、縁を大切に」をモットーに会を運営していますが、廃部や亡くなる方が増えて、会員の減少傾向が続いています。そんな中でPRとマーケットを拡げるために、毎月1回住区主催のグラウンド・ゴルフ大会に参加して発掘に努めています。また、絵手紙教室では、季節の物を題材にした作品をいこいの家のロビーに展示して好評を得ています。

毎年11月の誕生会では、祝いの品物を届けて様子を確認しています。早く一堂に会する機会ができることを願っています。



絵手紙の制作風景

出会いと縁を大切に

南むつみ会

鈴木 清崇

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

創業52年目



株式会社 山岸工務店

目黒区目黒本町5丁目27番17号

☎03-3715-6148

MIYAKO

小さな仕事お受けします
目黒区住宅リフォーム協会登録会員

株式会社 宮澤工務店

目黒区八雲2-25-12

☎090-3109-1691



株式会社 星工務店

目黒区中町2丁目26番6号

☎03-3719-8428

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



碑文谷八幡宮

☎03-3717-6412

目黒区碑文谷3丁目7-3

碑文谷八幡宮事務所

JR目黒駅より東急バス大岡山小学校行き20分 碑文谷八幡宮下車
東横線 都立大学駅より徒歩18分

地域事業主団体・労働保険事務組合

一般社団法人

目黒区産業連合会

目黒区目黒2丁目4番36号 目黒区民センター3F

TEL:03-3712-5164

目黒区歴史探訪

まちの記憶を紙面で辿る

目黒行人坂
松林山大圓寺

長寿会 徳永 徹

今回は天台宗松林山大圓寺を
大鳥会会長小川幸子さんとともに
訪問しました。

◆江戸時代中期の大火の犠牲者
を慰める「五百羅漢像」

先代の住職福田豊衍（ほうえん）さんが
小川さんの同級のよしみもあり、話していただきました。目
黒駅から南へ、勾配が急な行人
坂の途中にあり大黒天を祀り
ます。

江戸中期、大圓寺から出火。
大江戸の3分の1を灰にする
大火となり、

犠牲となった
人々の霊を慰
めるための
五百羅漢像が
あります。

特筆すべき
は明治の初め



釈迦三尊像と五百羅漢像

に起きた社会現象「廃仏毀釈」（はいぶつきしゃく）
で難を逃れた国宝が11体も安
置されていることです。その仏
像を守るため、ある奇特な方
が蔵に錠をかけ日夜守ったと
言われています。

◆過去・現在・未来への祈り

豊衍さんが寺を受け継いだ
時は檀家も少なく先行きが不
安でしたが、次々に援助して
くれる人が現れたそうです。

それは寺の維持だけでなく、
民生委員や下目黒二丁目の町内
会活動に参加したことが大き
いとか。民生委員をして、豊
かな世の中のようにでも実際に



清涼寺式釈迦如来像（重要文化財）

◆この僧あつこの寺あつ

は3度の食事も満足に食べら
れないヤングケアラーがいる
ことを知ったのも、日ごろ地域
活動をしているからだそうで
す。今を大切に、過去・現在・
未来について祈り心で暮らす
ことを教えてくれました。

最後に寺内の国宝を一つ一つ
丁寧に説明していただきました。
重厚な歴史を感じる仏像
にふれて、先ほど聞いたお話
がもう一度心に刻まれる思い

になりました。
た。この僧
あつてこの
寺ありと、
とても心洗
われた気持
ちにさせら
れました。



目黒行人坂 松林山大圓寺（本堂）

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

「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/

葬儀

生花

仏具

株式会社

はなえ
花会年中無休
24時間対応

目黒区碑文谷 1-5-1

TEL:03-3716-0699

http://hanae.asia

圓融寺

天台宗 経王山文殊院

一陽を照らす

目黒区碑文谷 1-22-22 TEL 03-3712-2098
http://www.enyuu-ji.com

～お葬儀は心のかけ橋～

株式会社 フジモリ



0120-548-170

目黒区上目黒 2-13-5

目黒区でご葬儀 80 余年の信頼と実績

神 佛 葬 祭

有限会社 吉田葬儀社

☎03-3712-5943

東京都葬祭業協同組合加盟店
葬祭ガイドライン遵守事業所

目黒区原町 1-12-6

東急目黒線西小山駅より徒歩 2 分

文 芸

文 芸
俳 句

舟遊びこいにたわむる師走かな

貝塚会 近藤 芳江

ひととせを惜しみつつ剥ぐ古暦

和楽会 松本 文子

年越のお地藏さまに菊供ふ

きらく会 並木 桂子

出刃を研ぐ小ぶりながらも鰯一尾

油面ときわ会 学童

好物のあんこう鍋や遠き夢

駒場寿会 原 教子

駅降りて人の流れは紅葉寺

青春会 積田 和子

終戦日百七才の恒子逝く

桜寿会 青山登美子

五回目のワクチン済みて深呼吸

東三宝会 橋本 キヨ

雑煮餅小さいく切りて母の枕

からすもり泉会 宮崎 弘子

八芳園もみじあでやかフラを舞う

大鳥会 坂口比沙子

謙遜しひっそり日陰石路の花

美原会 松本 英子

杖つきて勇む心や紅葉狩

美波会 西村 恭子

愛されて炬燵の猫は大あくび。

友楽会 伊藤維左生

春めくや傘寿はそつと紅をひく

碑一福寿会 山田 栄子

中秋の明月窓に至福の湯

月光長寿会 山本 享次

昨日より今日ふつくらと梅蕾

向原喜楽会 鈴木恵美子

紅白梅羽根木の園に春誘う

南鈴広会 吉田富美子

木がらしに残る紅葉や窓を開け

東根会 岡安由美子

ベランダに枯れ葉まいきて冬めける

みどり会 早猛百々子

悔いはなき垣根に還るつつじかな

宿山亀寿会 川田ヨシ子

短 歌

いつのまにか世代を越えて過したる
すぎゆく日々に感謝あるのみ

目黒長寿会 関 典代

盆栽のうす紅色のねむの花

ひと日の開花よ尚更愛し

目黒福寿会 石山 澄子

新しく生きていただきて貴くも
歩みてゆかん一筋の道

鷹番西三宝会 太郎良 博

めぐり来る朝の光のあかね色

染まる我顔もあかあかとして

清水不老会 斎藤 フミ

むくむくと磐梯山に白き雲

旅行く我らしばし語らう

雀の宮会 金杉恵美子

川 柳

減つて行く髪も記憶も年金も

楽老会 阿部 光子

棺桶に片足入れて五七五

明楽会 伊藤 和夫

会議中マスクの中で大あくび

ばらの会 崎島代志雄

寝る前にやる事あった何だっけ

洗足高砂会 落合 幸一

じーじ、ばーば使われ放でい元氣もうらう

宮前会 品田 笙子

コロナレスいつになるかといどばたで

中根会 坂下 実

サッカーでにわかファン達声からし

南むつみ会 清水 節

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

「第11回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催

シニア川柳作品募集中

【お題】

初 夢

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)

募集期間:令和5年3月31日まで

まずはクリック!



川柳 ニチコミ

検索



お知らせ

目黒区老人クラブ連合会では、創立 50 周年を機に連合会名を変更することにいたしました。そこで会員の皆さまより、より多くの会員が入会していただけるような名称を募集するためチラシを作成いたしました。詳細は HP よりご覧ください。



<https://megurokourouren.com/>

いきいき ゆかいな仲間と楽しもう

目黒区老人クラブでは高齢者の皆さん「健康増進」や「趣味・教養」「地域交流」など幅広い活動をしています。おおよそ 60 歳以上の目黒区民ならだれでも入会できますので、お隣さんと一緒に参加しませんか。

あなたの1票で名前が決まる!?

目黒区老人クラブ連合会 50 周年を迎えます。これを機に、新しい出発をしていくため名称を変更することになりました。ぜひ奮ってご応募ください。必要事項をご記入の上、FAX・またはハガキでお送りください。

新規はかき

〒153-8790 東京都目黒区上目黒 2-19-15 目黒区総合庁舎 2 階
高齢福祉課いきいき支援係
老人クラブ担当 行

応募用紙 目黒区老人クラブ連合会 新名称募集

目黒区「
氏 名:
電話番号:

応募締切日 2023年 3/10

採用された方には賞品あり。
(複数の場合は抽選となります)

問い合わせ先・送付先
東京都目黒区上目黒 2-19-15
目黒区総合庁舎 2 階
高齢福祉課いきいき支援係
老人クラブ担当
TEL: 03-5722-9837
FAX: 03-5722-9474

女性部 ピックアップギャラリー

若返りリトミック

11/17



11/22

シニア健康フェスタ



レクダンス講習会

11/30



編集後記

竹の子 127 号の表紙を、3 年ぶりとなった令和 4 年度敬老福祉大会の風景で飾りました。参加 27 クラブ全てのパフォーマンスを掲載しました。素晴らしいステージが蘇ります。参加を見合わせたいクラブも次回はぜひ出演ください。広報部では 50 周年記念誌の準備に取りかかっています。過去の活動の写真がありましたら各クラブの会長をおしえてください。なお、皆様からの「竹の子」へのアドバイス、貴重なご意見をお待ちしています。

編集委員
徳永 徹
宇田川 竜介
山崎 正勝
木村 茂子
油谷 敬一

スポンサーへの御礼

本紙の広告掲載にご協力を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。今後ともよりいっそうのご支援を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは目黒区老人クラブ連合会を応援しています

皮膚科・アレルギー科
医療法人社団 健正会
都立大かわい皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	—	●	●	▲
14:00~19:00	●	●	—	●	●	—

▲9:00~13:00 【休診】水曜・日曜・祝日

TEL.03-5731-4112

目黒区八雲 1-4-3 駒原ビル 4 階 HP/kawai-hifuka.com

医療法人社団 董会 **目黒病院**

内科・整形外科・呼吸器内科・消化器内科・外科
循環器内科・リハビリテーション科・放射線科

24時間体制の救急医療機関

診療時間 月～土 9:00～11:45 / 13:00～17:30
(受付時間 8:30～11:45 / 12:30～17:30)

休診日 日曜・祝日(急患を除く)

TEL.03-3711-5641(代表)

目黒区中央町2-12-6
東急バス 黒06/波71「水道局目黒営業所前」下車

<http://www.meguro-hospital.com>

株式会社 ニチコミ
nitchicomi

弊社ホームページで
全国の元気な老人クラブの
活動を紹介しています。

ニチコミ 検索

<http://www.nitchicomi.com/>

ニチコミ
ずっと、元気に。
誰もがいつまでも活躍できる社会へ

介護付き 有料老人ホーム **マミーズホーム**

笑顔が広がる
アットホームな空間を…。

24時間体制でのきめ細やかな介護
安心して快適な生活を送れる喜び

暮らし 介護 医療

0120-79-0312 目黒区中町1-27-17