目黒区竹の子クラブ連合会

竹の子

令和５年９月１日　No. 128

発　行　者：目黒区竹の子クラブ連合会　会長　島崎　孝好
制作者・印刷：株式会社ニチコミ

クラブ活動　五本の柱

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

創立50周年を機に「竹の子クラブ」へ

『令和5年度50周年記念総会』　絵：宮内　はじめ

P2	会長あいさつ／区長あいさつ
P3	新名称報告
P4-P5	令和5年度　創立50周年記念総会
P6-P9	創立50周年記念　芸能大会
P10	事業報告　創立50周年記念　第1回グラウンド・ゴルフ大会／輪投げ大会
P11	事業報告　日帰り研修旅行
P12-P13	単位クラブ紹介「お隣さんいらっしゃい」
P14	目黒区歴史探訪
P15	文芸〈俳句・短歌・川柳〉
P16	会員募集／編集後記

会長あいさつ

竹の子クラブ誕生へ 仲間づくり 一人でも多くの友を！

目黒区竹の子クラブ連合会　会長　島崎　孝好

創立50周年記念総会で、大きな拍手のなか承認された私たちの連合会は、「竹の子クラブ」に、変更され新たな思いで出発をいたしました。

なお、略称は「目竹連（めたけれん）」となりました。

今後は、竹の子クラブを守り、支え、発展させるべく皆様とご一緒に取り組んでいく所存であります。

新たな出発にあたり、会員数について申し上げます。

目竹連の会員数はピーク時の6千余名から減少し、新型コロナウイルス感染拡大により活動が制限されたため、さらに減少が続いておりました。

しかし、令和5年度においては、会員増加を達成した単位クラブは15クラブに及び、新規加入者10名以上達成したクラブは12クラブでありました。大変な状況のなか懸命に取り組まれた皆様に心から敬意を表します。

「人生100年時代」を迎えた現在、はるかに長くなった「老後」。ますます大切になるのはいかに、健康で充実した日々を過ごすのかということです。

そのために、サークル活動を充実し、新しい仲間づくりに、クラブの魅力を最大発揮して、一人でも多くの友を！

区長あいさつ

竹の子のようにのびのびと

目黒区長　青木　英二

残暑の候、目黒区竹の子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。

連合会創立50周年、誠におめでとうございます。50周年を迎えるにあたり、名称を「目黒区竹の子クラブ連合会」に変更しましたが、竹の子は成長スピードが早いと言われており、これからも、のびのびと元気に活動していく皆さまにふさわしい名称です。

新型コロナウイルスは5類感染症に位置付けられ、総会、グラウンド・ゴルフ大会、芸能大会、輪投げ大会と、皆様の活動にも活気が戻ってきており、大変喜ばしいことでございます。

コロナ対策のため実施していた、いこいの家における利用制限についても、5月で解除させていただきました。皆様から、ひとかたならぬご協力を賜りましたことを心より御礼申し上げます。

竹の子クラブの更なる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。

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

救急指定
患者様にとって常に満足度の高い医療を提供する
地域密着型の病院を目指します
医療法人社団 爽玄会
碑文谷病院
内科 / 整形外科 / 外科 / 脳神経外科 / 精神科 / 訪問診療

診察時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
14:00～17:00	●	●	●	●	●	休

目黒区南 2-9-7　TEL.03-3723-1515

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

株式会社
コトブキ不動産
賃貸・売買
TEL.03-3711-2121
目黒区祐天寺 2-2-5
至 横浜　祐天寺駅　至 渋谷　バスロータリー　ファミリーマート　当社

おたからや
学芸大学西口店
高価買取専門店
遺品整理・生前整理
お宝品 無料査定!!
目黒区鷹番3-8-5 利根川屋ビル3F
☎03-5720-8448
古物商　東京都公安委員会許可 第303252116753号

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

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

新名称報告

目黒区竹の子クラブ連合会に決定！

目黒区老人クラブ連合会は今年度創立50周年を迎えました。

これを機に新たなスタートを切ろうと名称変更を決め、公募をしましたところ、400通を超える応募がありました。

名称変更委員会、区執行部会、理事会等で種々検討し、その中から3点を選出しました。

①目黒区竹の子クラブ連合会
②目黒区かがやきクラブ連合会
③目黒区さくらクラブ連合会

この3点を各40クラブに提示し、1点を選んでいただきました。

4月13日の会長会で結果を持ち寄り厳正に検討した結果、新名称として目黒区竹の子クラブ連合会が選ばれ、4月25日の創立50年記念総会にて正式に承認されました。なお、5人の応募者の中から厳正な抽選の結果、寺崎吉輝氏が当選し、感謝状と記念品が授与されました。

私たちは目黒区竹の子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・さかさまつげ
☎03-5701-1055

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

※受付は診察終了時間の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	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：診察終了の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

さらなる発展をめざす

辰巳会長の祝辞

島崎会長あいさつ

連合会を支える区役所職員の皆様を紹介

4月25日（火）めぐろパーシモンホールにて目黒区老人クラブ連合会創立50周年記念総会が開催されました。創立50周年を記念した総会は目黒区長青木英二様はじめ社会福祉協議会会長辰巳ヒロミ様よりご祝辞を頂戴し、続いて表彰が行われました。

素晴らしい功績称え表彰

その後議事がすすめられ、かねてから検討しておりました連合会新名称が「目黒区竹の子クラブ連合会」へと正式に決定しました。全議案が承認可決し、山口副会長のあいさつをもって第一部は閉会となりました。

続く第二部は創立50周年を記念した華やかなアトラクションが行われ総会はお祝いムードに包まれた賑やかなものとなりました。

おめでとうございます！

表彰者紹介（敬称略）

貝塚会	会長	下河　豊彦
きらく会	会長	佐熊とよ子
青寿会	会長	木村　ミヤ
長生会	会長	山本　利男

※代理表彰の方もいらっしゃいます

私たちは目黒区竹の子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

診察時間	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中目黒ビル 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

令和5年度目黒区老人クラブ連合会 創立50周年記念総会 新名称で

新名称決定

青木区長の祝辞

第2部

ゲストによる歌謡ショー

会場を笑いで包むからすもり泉会のひげダンス

大鳥会による華麗なフラダンス

東根会のウクレレで南国気分

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

Toritsudai RK Pain Clinic
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 ボヌ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（定休日：なし）
月～金 9:00～21:00
土 9:00～18:00
日 10:00～18:00
目黒区上目黒 2-15-8 ☎03-3715-3741

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
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）

目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念　芸能大会

創立50周年記念
芸能大会　華々しく開催

６月２日（金）、めぐろパーシモンホール大ホールにて創立 50 周年記念目黒区竹の子クラブ連合会芸能大会が開催されました。芸能大会は実に４年ぶりの開催となり、参加された皆さんの今大会にかける思いはひとしおでした。

創立 50 周年を記念した今大会は 31 クラブが多芸多才なステージを披露し会場を盛り上げました。大会の様子をお写真でご紹介します。

カラオケ「ふたりの舟唄」　原町さくら会

太極拳「32式太極剣」　宿山亀寿会

フラダンス「ヘレナ」　油面ときわ会

民謡「チャグチャグ馬コ」　東三宝会

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

内科・外科・ひ尿器科
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

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

目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念　芸能大会

踊り「花笠音頭」　中根会

ウクレレ「マイイエロージンジャレイ」「ビューティフルオアフ」　大鳥会

カラオケ「花言葉の唄」　洗足高砂会

フラダンス「ワイカフリ」　鷹番西三宝会

カラオケ「学生時代」　きらく会

カラオケ「伊吹おろし」　雀の宮会

民謡「郡上節」　和楽会

民謡「花笠音頭」　清水不老会

詩吟「荒城月夜の曲を聴く」　青寿会

私たちは目黒区竹の子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
15:30～18:30	●	●	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

Yutenji ENT Clinic
祐天寺耳鼻咽喉科クリニック

診察時間	月	火	水	木	金	土
10:00～14:00	○	○		○	○	△
15:00～19:00	○	○	○		○	／

△9:00～13:00　休診日：日曜・祝日
目黒区祐天寺2-14-1-202　祐天寺駅徒歩1分
☎03-3713-0918

目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念　芸能大会

カラオケ「人生いろいろ」　東根会

カラオケ「人生情け舟」　美原会

カラオケ「酔中花」　からすもり泉会

カラオケ「瀬戸の花嫁」　目黒長寿会

カラオケ「高遠さくら路」　貝塚会

カラオケ「桜みち」長生会

詩吟「山中幽人と対酌す」　美波会

踊り「祝づくし」　月光長寿会

演奏・歌「森の歌合戦」　長寿会

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

小児科 内科 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
■ 小児科　木曜日午後
休診：日・祝、金曜午後、土曜午後
目黒区碑文谷 6-4-10
TEL:03-3712-6731

Medical Clinic IMONYA 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

目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念　芸能大会

カラオケ「憧れの郵便馬車」　南鈴広会

カラオケ「年金時代」　南むつみ会

踊り「木更津甚句」　ばらの会

カラオケ「緑」　友楽会

歌「瀬戸の花嫁」　みどり会

カラオケ「大阪しぐれ」　明楽会

コーラス「朝はどこから」　目黒福寿会

カラオケ「長崎の鐘」　楽朗会

カラオケ「津軽の花」　碑一福寿会

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

セブン-イレブン
■目黒元競馬場店
目黒区下目黒5-18-21
■目黒油面店
目黒区目黒4-23-19

大切な人だからこそ ご自宅で
やさしさ　よろこび　いきいき
やよい
訪問看護リハビリステーション目黒
目黒区目黒4-6-18
☎03-3710-7411

みずい整形外科
祐天寺駅徒歩１分
みずほ銀行裏

事業報告　目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念

第1回グラウンド・ゴルフ大会

目指すは記念すべき第1回大会の栄冠

5月9日（火）、前日まで心配された天気は素晴らしい晴天に恵まれ大会日和になりました。

今回は初めて青木目黒区長と島崎会長に始球式を行っていただきました。始球式では島崎会長がホールインワンを達成するハプニング（？）がありましたが、記念大会に花を添え、大いに盛り上がりました。

始球式の後、優勝をめざしてスタートした選手の皆さんは碑文谷野球場の荒れたコースの中、苦戦しながらも元気にボールと戦い、明るい声が響き渡る楽しい大会になりました。大会には日頃お世話になっている目黒区役所いきがい支援係からの特別参加を含め合計85人の選手が熱い戦いを繰り広げ、予定どおり無事終了しました。

記念すべき第1回の新調された優勝カップを手にしたのは鷹番西三宝会の皆さんでした。

成　績

団体戦	
順　位	クラブ名
優　勝	鷹番西三宝会
準優勝	ばらの会
第３位	南鈴広会

個人戦		
順　位	氏　名	クラブ名
優　勝	えぐち　のぶこ	月光長寿会
準優勝	すずき　ひろかず	鷹番西三宝会
第３位	はしもと　けんぞう	鷹番西三宝会

事業報告　目黒区竹の子クラブ連合会創立50周年記念

第1回輪投げ大会

黄色い歓声飛び交う

6月16日（金）、創立50周年記念第1回輪投げ大会が中央体育館で開催された。26クラブの参加に加え、碑文谷警察署と高齢福祉課のチーム、28チームが競う。

青木区長と碑文谷警察署長の初投げで始まった。優勝美波会、第2位油面ときわ会、第3位長生会となった。上位の常連チームを破っての優勝に、美波会は勝利の美酒に酔ったと言う。

特筆すべきは碑文谷警察チームの若々しい女性警察官の歓声が館内にこだまし、いつになく会場が明るく盛り上がった。

皆が見守る中渾身の一投

準備運動で体をほぐします

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

ゆうてんじ皮ふ科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:00	●	●	休	●	●	▲	休
15:00～17:30	●	●	休	●	●	休	休
17:30～19:00	休	●	休	休	●	休	休

休診：水・日・祝・毎週土曜午後　▲：第２・４土曜のみ診察

目黒区祐天寺 1-22-5 エムワイビル 3F
TEL 03-5721-0303
※往診にも伺います

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　日帰り研修旅行

日帰り研修旅行

竹の子一日バス研修が大人気

4年ぶりの研修会に33クラブ625名の参加申し込みがあったため、6月23日（金）と30日（金）、2日にわたっての開催となった。

6月23日（金）は山梨方面へさくらんぼ狩り。天候にも恵まれ28クラブ、バス10台400余名の研修が行われた。

6月30日（金）は沼田方面へのさくらんぼ狩り。5クラブ、バス5台約200名の研修となった。久しぶりの研修で笑顔があふれていた。

みずみずしいさくらんぼ

一生懸命収穫します

おいしい果実探しに夢中

農園で記念にパチリ

大満足な旅行でにっこり

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

医療法人社団 慶仁会
スガノ歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30～13:00	○	○	○	○	○	△
14:30～19:00	○	○	○	○	○	／

△9:00～12:00　受付は終了30分前まで
休診日：日曜・祝日
目黒区目黒4-11-7
☎03-3715-1884

健康コラム　とってもべんり
お薬手帳を持ちましょう！

お薬手帳を持っていると…

- 複数の病院にかかっていても、それぞれに処方された薬を１冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- 過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- 災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- かかりつけの薬局を持つとより効果的です

単位クラブ紹介

あなたのクラブをご紹介

お隣さんいらっしゃい

みどり会

早猛百々子

思いと声を届けたい

朗読とは声高く読み上げることです。

その状態を頭に思い浮かべるように工夫して、趣のあるように読みます。みどり会は声の大小高低、それにリズムをのせて、美しい日本語を読み上げることができるように頑張って声を上げています。また、そういった意識が認知症の予防にもなります。

平安時代からたくさんの作品があり、楽しみです。健康と頭のために上を向いて、みどり会は声を張り上げています。

東根会

山口　武志

響く歌声　広がる輪

東根会は現在22のサークルがあります。人数の少ないところもありますが、どのサークルも大変に活発で皆さん本当に楽しく活動しています。

美しく歌う童謡・唱歌の会では9月の敬老福祉大会参加に向けて盛んに練習をしています。熊取谷先生の巧みな指導で参加者の歌声が美しく響くようになり、皆さんとても張り切っています。

各サークルの充実した楽しい活動が地域にも広がり新たに入会する会員も増えています。今後も皆で愉快に楽しみながら活動していきたいと思います。

熊取谷先生のレッスン

大鳥会

小川　幸子

水族館に行ってきました！

年度初めの忙しい時期、4月6日に歩こう会で品川水族館に行きました。お天気にも恵まれ館内にはきれいな花が咲いていました。

会長会で隣同士になった油谷さんとお話し、いろいろと助言をいただきありがとうございました。アシカショーやイルカショーを見ながら時間が経つのも忘れ、隣接するレストランで思い思いの食事をしてゆっくり過ごし、水族館から出ているバスで各自無事に帰宅しました。

楽しい歩こう会は会員の皆様も楽しみにされているので、また企画する予定です。

笑顔で記念撮影

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

YOSHIDA DENTAL CLINIC
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 木・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

診察受付時間	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 1 F
☎03-3792-1801

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

西岡歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	／	○	○
午後 2:00～ 6:00	○	○	○	／	○	／

木曜・日曜・祝日は休診日
目黒区自由が丘1-13-14 自由が丘スカイビル303号
TEL/FAX 03-3717-4514

医療法人社団　三侑会
MIKI DENTAL CLINIC
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

南鈴広会　石川　勝利

クラブ活動参加者がコロナ前より7割減！

見出しのとおり、輪投げ・麻雀・吹き矢の3クラブが大幅に落ち込んでいる。特に輪投げクラブは昨年秋の区老連大会で優勝しているにも関わらず、今回の6月の大会には選手不足で出場を断念した。

クラブ活動参加者を呼び戻すため、各クラブの責任者が現状分析と実態を把握した上で地区担当役員の組織を活用して、早急に全会員への個別訪問を実施した。面談の上、クラブ活動の現況を報告しご理解いただき、各クラブそれぞれの再構築にご協力とご支援をお願いすることで6月をスタートしました。

輪投げ選手募集中！

原町さくら会　吉田　延子

麻雀の奥深さに夢中

原町さくら会では一番新しい麻雀クラブを紹介したいと思います。始まってからコロナ禍で長い休みになったりしましたが、今はとても良い講師の方が来てくださり、麻雀の奥深さと難しさに驚いています。会員の皆さんも、時間を忘れて夢中になってしまいます。

麻雀は「ぼけ防止」といわれていますが、本当にそう思います。麻雀のルールはなかなか覚えられませんが少し前進したかな？　と楽しく遊んでもらっています。

会員は8名で79歳から89歳の、体も頭も元気な人たちです。どうぞ気楽に見学にいらっしゃいませんか。

健康麻雀を楽しむ

鷹番西三宝会　宮内　松子

元気の源はボッチャ

ボッチャは機能障がい者のためのスポーツとして誕生し、パラリンピックで日本が金メダルを獲得したことで普及しました。健常者も一緒に楽しみたいという要望が増えました。

立ったままでの投球、250g程のボールを投げ白い目標球にいかに近づけるかを競います。個人戦、ペア戦、団体戦があります。当老人クラブではルールを簡単にして投球時以外は着席し、疲れの軽減に配慮しています。ボッチャの普及に邁進する所存です。

学芸大学駅近くの鷹番住区センターで活動し、写真はボッチャ部定例活動です。フローリングの広い部屋を提供していただき深く感謝しております。

仲間と腕を磨いています

私たちは目黒区竹の子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
すまいるナーシング
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
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/

アットホームでゆったりとした空間で、
きめ細やかなサービスをご提供
デイサービス 清水の里
見学・体験は随時行なっています。お気軽にご連絡ください
目黒区目黒本町2-15-4　☎03-6452-3555
株式会社グリーンハウス　東京都指定 1371002930

訪問介護
ハピネスヘルパーステーション
株式会社 トラスト・ホープ
目黒区原町2-8-14 1F
☎03-6451-2170

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
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
相談無料
どなたでもお気軽にお越し下さい
☎03-6452-3539
目黒区中町 2-31-10
元区役所 さくらプラザ近く

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

歴史探訪

目黒区歴史探訪

まちの記憶を紙面で辿る

西郷山公園・菅刈公園

桜寿会　木村　茂子

西郷隆盛の弟従道とゆかりある名所。区民に親しまれる二つの公園へ歴史散歩をしました。

◆富士山の見える西郷山

西郷山公園は、昭和56年に南向き台地の斜面を利用して造られた公園。芝生広場を中心にして子どもたちが遊べるスペースが中心になっている。

春の西郷山公園は花盛り

明治7年西郷従道さんが住居（洋館・和館）として使用していた。洋館は名古屋明治村に昭和39年移設され、国の重要文化財に指定されている園内には人工の滝・ゆるやかな坂道・展望台があり、冬のよく晴れた日には遠く富士山も望めます。

人々のいこいの場であり、散歩コース、朝はラジオ体操、太極拳などグループで活動しています。菅刈いこいの家を利用している（青寿会・小鳩会・桜寿会）も季節のよいときには公園を利用しています。園内はグリーンカフェ西郷山もあります。

◆東都一と名を馳せた庭園跡

平成13年に西郷従道邸の庭園のあった跡につくられた菅刈公園（典型的な大名庭園の面影を残す）。園内は芝生広場を中心に子どもの遊び場遊具コーナー・展望室・和館・庭園展望室などがある。明治22年明治天皇が行幸（記念碑：写真参照）。戦後は旧国鉄の住宅であった。園内には梅・桜・楠等数々の木が植えられている。特に大イチョウの木は西郷邸の時代から現存している。真っすぐに空に向かって立つ姿は爽快である。

西郷山公園、菅刈公園、対照的な二つの公園ではありますが、多くの人々から親しまれ利用されている（菅刈公園は開園午前6時、閉園午後9時）。

菅刈公園和館

明治天皇行幸記念碑

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

清掃業務・ハウスクリーニング・フィルム施工
株式会社千葉商店
目黒区中町2-44-13
☎03-3719-2477

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

建設職人の強い味方！
何でもご相談を！
東京土建目黒支部
TEL 03-3719-2741 / FAX 03-3719-2743
目黒区目黒本町 1-10-26
info@dokenmeguro.com　東京土建　目黒　検索
地域の業者、ご案内します
地元の安心・安全建設業者ここにあり！
住宅センター TEL 03-5768-1450

食事のヒント
高血圧予防
減塩ポイントは
1、だしを効かせる
2、香りを利用する
3、酸味を利用する
4、油を利用する
5、食材本来の持ち味を生かす

創業昭和33年の実績と信頼
葬儀・生花
東京式典株式会社
年中無休・24時間対応
0120-094-849
目黒区鷹番3丁目8番6号
http://www.osoushiki.co.jp

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

文　芸

文芸

俳句

透かし見る薩摩切子の冷し酒　和楽会　松本　文子

モナリザだ風吹きそよぐ稲アート　楽朗会　清水しず子

子の息に母の息足し紙風船　駒場寿会　渡辺　晴子

散歩道若葉透かして空の青　向原喜楽会　山崎　浦子

さくらんぼ口にいっぱい笑顔かな　友楽会　山田　靖子

ほんわかと梅の世界の人となる　美波会　延命　洋子

カラフルな袴が集う小卒の春　貝塚会　近藤　芳江

寄せ書きの色紙の一隅紫陽花画　鷹番西三宝会　宮内　松子

道すがら日傘にうつる青葉かな　碑一福寿会　佐藤　キヨ

青嵐風の足あと残しゆく　からすもり泉会　宮崎　弘子

桜咲く平和の風が通りぬけ　青寿会　積田　和子

人の世を乗せて流れる花筏　東三宝会　橋本　キヨ

紫陽に殿様カエル雨やどり　南むつみ会　鈴木　幸枝

串長き老舗の団子秋うらら　宿山亀寿会　藤野　恭子

緑陰で開く書物刻わすれ　美原会　松本　英子

みどり児の握りしめたる桜んぼ　油面ときわ会　羽石千恵子

梅雨明けし空を広げて子の衣(い)干す　長寿会　西田　泰子

吾子(あこ)あそぶひまわりの群逞(むれたく)ましく　南鈴広会　吉田冨美子

短歌

名も告げずカーネーションが玄関に　なんと嬉しい今日は母の日　きらく会　山本かつ子

泳ぐ姿に心清けし　めだかきて幼(おさな)にもどるやすいすいと　雀の宮会　金杉恵美子

夢のように三世代過ぎてなつかしく　めぐりの人等に感謝あるのみ　目黒長寿会　関　典代

吾がうちで死語となりいる方言の　あふれいで来る友里の夜　東根会　細川　淳子

川柳

日の丸の横綱を待つ十五尺　明楽会　伊藤　和夫

川柳を書けと言われてかく冷汗　中根会　前川　和子

年寄りの冷や水浴びて夕涼み　洗足高砂会　落合　幸一

スマホきた受けたつもりがにげられた　みどり会　松栄　美

皆さんからの投稿をお待ちしています！

「竹の子」では会員の皆さんからのご投稿を募集します。日頃ふと思ったこと、最近感じたこと、嬉しかったことなど皆さんの声をお寄せください。**300～400字。写真添付可。所属クラブ名・氏名・電話番号**を明記の上、下記にご提出ください。掲載可否、編集、添削などは広報部にご一任ください。

〒153-8573
目黒区上目黒2-19-15 目黒区総合庁舎2階
高齢福祉課いきがい支援係竹の子クラブ担当
TEL：03-5722-9837

私たちは目黒区竹の子クラブ連合会を応援しています

シニア川柳 作品募集中
(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）
募集期間：令和5年9月30日まで
まずはクリック！
nichicom 川柳　ニチコミ　検索

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

天台宗 経王山文殊院 圓融寺
一隅を照らす
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

あなたも地域の仲間と元気に！会員募集中！

輪投げ大会

芸能大会

目黒区竹の子クラブ連合会では、スポーツや趣味など楽しく活動しています。
おおむね60歳以上の目黒区在住者ならだれでも入会できます。
ぜひお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ
目黒区役所　高齢福祉課 いきがい支援係
03-5722-9837

グラウンド・ゴルフ大会

編集後記

新型コロナが第5類感染症移行につれて人の動きが戻ってきたようです。

竹の子12号は、総会、名称変更、芸能大会と盛りだくさんになりました。なお、今回で各クラブの紹介が一巡しました。そこで次回には会員の皆様の声が投稿できるコーナーを考えています。

皆様からの楽しいニュース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。

私たちは目黒区竹の子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／渋71「水道局目黒営業所前」下車
http://www.meguro-hospital.com

医療法人社団貴麗会
貴子デンタルクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
10:00～12:45	●	●	●	／	●	▲
14:00～18:30	●	●	●	／	●	

▲10:00～17:00　休診日：木曜日・日曜日・祝日
目黒区目黒本町5-16-18 ロイヤル山口1F
☎03-6273-1835

ドクターナカムラ
Dr.Nakamura 目黒本町医院
訪問診療・在宅療養支援診療所

相談受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	△	○	○	－
14:30～18:00	○	○	○	△	○	－	－

△訪問診療のみ
☎03-5725-8825
目黒区目黒本町 3-7-8　http://www.dr-nakamura-meguro.jp/

院長
須藤 健太郎

－10歳感動の若返り鍼
しわ、たるみでお悩みのあなたへ
ハリウッドスタイル美容鍼で
あなたも今日から鍼美人

完全予約制　E-mail　info@aculiuliu.co.jp　目黒区緑が丘1-11-3　緑が丘駅徒歩2分
龍栄堂　はりきゅうサロンLiuLiu　☎03-3717-6223