

入間市老連だより

第18号

発行：入間市老人クラブ連合会 発行人／瀧澤 啓次 編集／広報部
 事務局：〒358-0014 埼玉県入間市宮寺2655-1 (入間市老人福祉センター やまゆり荘) TEL 04-2934-5315
 編集・印刷：株式会社ニチコミ 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7階 TEL:03-5718-3900 <http://www.nichicomi.com>



感謝状の贈呈

入間市老連だより18号 目次

会長あいさつP2
令和3年度定期総会P3
【東金子地区】新久もみじ会P4
【西武地区】元加治団地清遊会P4
新光かえで会P5
第2回「カフェやまゆり」P6
狭山警察署★通信P7
【金子地区】上谷ケ貫長寿会P8
下谷ケ貫長寿会P8
【扇町屋・東町地区】入間ヶ丘高寿会P9
【藤沢地区】藤沢睦会P10
タッキーのチャレンジウォーキングP11
会員募集・編集後記P12

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

アウトレットから徒歩7分
PLEIA プレア鍼灸整骨院

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~13:00	●	●	●	●	●	8:30
16:00~20:00	●	●	▲	●	●	14:00

▲16:00~18:00 【休業日】日・祝

TEL.04-2934-3332 入間市宮寺 2967-37

医療法人 明晴会
西武入間病院
 病院機能評価認定病院
 内科・外科・小児科
 消化器科・循環器科・泌尿器科

入間市野田 3078-13 ☎04-2932-1121

西武クリニック 内科・小児科
 入間市仏子 953 ☎04-2932-0117

西武居宅介護支援事業所 ☎04-2931-3900
 西武訪問看護(ささえ) ☎04-2931-3770

医療法人 永仁会
 EJINKAI
温かいサービスをめざして

入間ハート病院
 入間市小谷田 1258-1 ☎(04)2934-5050

介護老人保健施設 ケアセンターなごみ
 入間市小谷田 1258-1 ☎(04)2934-5077

介護老人保健施設 ゆりの木
 入間市宮寺 3187-31 ☎(04)2934-5055

(株) 東上セレモサービスグループ
 一般葬・家族葬・一日葬
東上セレモニーホール入間

葬祭ディレクターが質の高いご葬儀を真心こめてお手伝い

お別れの時間を心ゆくまでお過ごしいただけるご家族控室をご用意

ご自宅に戻れない場合などに備えて安置設備を完備

東上セレモ 検索

〒358-0011 入間市下藤沢 1-4-10
☎04-2901-7555 武蔵藤沢駅徒歩3分

介護付きホーム
SOMPOケア ラヴィーレ
 入間

四季を彩る、本格日本庭園が特徴のホーム。職員が寄り添い、ご入居者様の笑顔が溢れるホーム。安心・安全に過ごせる環境作りをしております。

ご相談・ご見学、職員一同お待ちしております。

☎04-2964-6511 ご見学・ご相談 お気軽に

入間市宮前町 2-13 SOMPO 入間 検索

一般社団法人
入間市シルバー人材センター

～地域社会に貢献します～
元気で働く会員大募集!

小・中学校清掃、植木の手入れ、障子・襖張替等
 経験や知識を生かした仕事ができます。

入会説明会開催中! 毎週水曜(第5週を除く)の午前10時~/シルバー人材センター会議室
 入間市宮寺 4102-288 **TEL:04-2934-5350**

就任あいさつ

3本の柱



このたび、令和3年度入間市老人クラブ連合会定期総会において、皆様方のご承認を賜り、入間市老人クラブ連合会会長に就任することになりました、金子長寿会連合会会長の瀧澤啓次

でございます。どうぞよろしくお願いいたします。

長い歴史と伝統のある入間市老人クラブ連合会の会長を務めさせていただくことは、大変名誉なことではありますが責任の重さを痛感し身の引き締まる思いでございます。

役員はもとより、会員皆様方の協力を得て会の運営に努めてまいり所存でございます。

昨年は新型コロナウイルス感染症に明け暮れた一年で、事業のほとんどが中止になってしまいました。幸いにして、新型コロナウイルスワクチンが早期に生産され、政府は希望する国民への接種を10月から11月にかけて完了させることを目指しています。1日も早く新型コロナウイルス感染症が収束し、今までと同じように会員同士が笑顔で生きがいのある活動が早くできるよう、期待をしているところでございます。

今や、高齢化率が30パーセントに達しようという状況の中で、これからは、高齢者が社会を変える主役であるとも言われております。

入間市老人クラブ連合会 会長 瀧澤 啓次

本会の目的は【老人クラブの普及発展を図り魅力ある活動を展開し、楽しく明るい活力ある健康長寿社会の形成に努める】ことを目的としております。

そこで、入間市老人クラブ連合会は活動方針を「会員1人ひとりがクラブ活動の主人公になろう」をテーマとし、

1. 魅力ある健康づくり・文化教養の推進
2. 見守り支えあいや友愛活動の推進
3. 所属クラブの良い取り組みを広めたり、他の地域クラブの優れたところを学ぶ。

以上3本の柱を積極的に推進し、老人活動が活発な地域は健康長寿と言われるように、会員が健康で豊かな生活が送れますよう事業を展開してまいります。

私も、任期中は微力ながら入間市老人クラブ連合会発展のために全力で取り組んでまいり所存でございますので今後ともご支援ご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。

終わりに、会員皆様のご健勝とご多幸、また、各単位クラブのますますの発展をお祈り申し上げ、就任のあいさつとさせていただきます。

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

おかげさまで50年～since1968～

新築・リフォーム・土木・水道・外構工事・不動産
埼玉県知事免許(4)第19672号

一級建築士事務所

株式会社 石田興業

〒358-0006 入間市春日町1-3-9-1

TEL:04-2927-1820

指定 給水装置工事事業者
下水道工事店

有限会社 寺井工業

入間市宮前町7-6

TEL 04-2964-3131

FAX 04-2964-3134



有限会社

菅野電機

建設業許可 埼玉県知事(般-27)第64679号

電気設備 空調設備 照明設備

通信機器設置 防災機器設置

入間市春日町1-11-36

☎04-2964-8198

あす
◇水を大切に◇未来を豊かに

株式会社 荒井工業所

埼玉県知事許可第1181号
入間市指定給水装置工事事業者(指定第1号)
入間市下水道指定工事店(指定第1号)

TEL:04-2962-3577

FAX:04-2963-5947

入間市豊岡5-3-36

入間市指定給水装置工事事業者
入間市指定下水道工事店

有限会社 山崎工業所

入間市二本木1067

TEL:04-2934-1008

KENT

けん と

株式会社 建塗

外壁塗装・屋根塗装の建塗

入間市宮前町
8-15

TEL:04-2936-8856

【営業時間】8:30~19:00 【休日】日曜・祝日

令和3年度定期総会



入間市老人クラブ連合会 定期総会を開催

令和3年度入間市老人クラブ連合会定期総会は、コロナ禍でもありましたので、新型コロナウイルス感染拡大防止に係る市のガイドラインに従い、5月24日（月）にブリーツドットアイ（結婚式場）において開催されました。

上程された議案は、令和2年度事業報告並びに収支決算報告、令和3年度活動方針・事業計画（案）並びに収支予算（案）、新役員承認、会則の一部改正で、審議の結果、全会一致ですべての議案が可決されました。

ここで新たに就任した瀧澤会長からのごあいさつがあり、「当市の老人クラブの現況は、単位ク

ラブや会員の減少などの課題はありますが、仲間を育む魅力ある元気な入間市老人クラブの創造を目指し、会員の皆様と一丸となって務めてまいりたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。」と決意を表明。

続いて、単位クラブの会長を4年以上務めて退任された会長に感謝状の贈呈が行われました。

このあと、ご来賓の入間市副市長濱川敦様からごあいさつを頂戴して、この定期総会は閉会し、新たな一歩を踏み出しました。



議案の審議中

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

測量業 / 土地家屋調査士 / 建築士・行政書士
有限会社 ナミキ測量設計
 測量・登記・許認可の
 ワンストップサービスを提供します。
☎04-2936-2012
 入間市木蓮寺 694 桂川神社前

造園工事・土木工事・設計施工管理
有限会社 金子庭園
 入間市小谷田 2 番地 -1
TEL:04-2962-3620
FAX:04-2963-7693

昭和54年創業よりの実績と安心
狭山不動産株式会社 入間店
相続対策 売却相談 買取査定
☎0120-944-230
 入間市駅より徒歩 4 分
 入間市豊岡 1-4-30 丸広百貨店通り沿い

入間市上下水道指定工事店
森山管工 有限会社
 入間市宮寺 3190-6
TEL:04-2934-5368
FAX:04-2934-5798

入間市指定上下水道工事店
 MITSUGI 衛生設備・給排水・水回りの修繕
有限会社 三ツ木設備
 入間市三ツ木台 112
TEL:04-2936-1141 FAX:04-2936-4177

地域に根差す
庭作り工事
有限会社 鈴木造園
 入間市新光 466 **TEL.04-2932-0923**
従業員募集中

◆ ◆ 東金子地区 ◆ ◆

【クラブ活動紹介】

人生を楽しく生き抜く

新久もみじ会 体育部長 田中 辰夫
 新久もみじ会 女性部長 田中 朝子

今年は新型コロナの影響で市老連、交友会、みじ会の諸行事が自粛ということになってしまいました。当会としては新たにパターゴルフ部を立ち上げ、グラウンドゴルフ部と合わせ、毎週水曜日、金曜日(東金子グランド、桂の里ゴルフ場、圏央道下グランド)を利用して会員の皆様が頑張ってお楽しみしております。まず元気であること、そして出席しようとする気持ちを持つこと、太陽の光を浴びてハッスルすることです。会員の皆様に声を掛け合い、励まし合い、鼻歌でも出るくらい楽しくプレーをしています。

もちろん「検温、消毒、マスクの着用は忘れず

に」を心掛けております。コロナの問題も収束すれば旅行でもと考えております。

新久もみじ会は、会員数が入間市の中でも少なく32名ですが、地域の自治会行事も一生懸命出席することを心掛けています。そして少しでも会員を増やす努力を続けて頑張っております。



スポーツ日和！ コロナ対策も欠かさずに

◆ ◆ 西武地区 ◆ ◆

会員投稿

元加治団地清遊会
 会長 沼田 和夫

そば打ち

私が住んでいる元加治団地では「そば打ち会」という同好会があり、私も趣味と実益(美味しいそばを食べる)を兼ねて入会し12年ほど経っております。美味しい手打ちそばの極意は、「挽きたて」「打ち立て」「茹でたて」の“三たて”と言

われています。そば粉などの素材の新鮮さもそうですが、あらゆる工程において鮮度が重要とのことであり、自分で打つそばに勝るものはないと思います。今日に至っています。そば打ちは、集会所にて年3~4回13名



自分で打つそば、最高！

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

土木・上下水道・給排水衛生・空調 設計施工
森田設備工業(株)
 施工エリア
 入間市・川越市・所沢市・狭山市・飯能市・日高市
 坂戸市・鶴ヶ島市・東松山市・新座市・ふじみ野市
 さいたま市・東京都内・多摩地域・その他
 入間市中神 593-1
☎04-2936-1718

鉄・銅・アルミ・ステンレス等
 買取いたします
株式会社 小林金属
 入間市宮寺 3139-4
TEL:0429-41-2797

リフォーム工事/給排水衛生工事一式/造成・土木工事一式
 貯水槽・受水槽の清掃/エアコン工事
株式会社 忠光
 国土交通大臣許可(般-30)第20268号
☎0120-119-498
☎04-2934-5337
 入間市宮寺 3145-1

土木工事設計施工
株式会社 山畑土木
 入間市花ノ木 182-1
TEL:04-2936-1208

人材募集! 経験者優遇 未経験者可
株式会社 宮崎造園土木
 造園・土木・庭一般・外柵工事・設計施工
 入間市久保稲荷 5丁目 14-1
TEL.04-2968-4669

米穀・灯油・プロパンガス
 ガス器具・配管工事・リフォーム
 入間市上下水道指定工事店・Yショップ
株式会社 水村商店
 入間市宮寺 445-5「南矢荻」バス停前
TEL:04-2934-2051

前後の人が集まり、真剣にかつ和やかに、失敗したり上手にできたりしながら行っています。

そば打ちの手順は、

1. そば粉つなぐ「水回し」。そば粉や小麦粉を入れたボウルに水を加え、手早く均等に混ぜ合わせます。乾いた粉が全部消えればOKです。
2. そばのコシを出す「こね」。水がまんべんなく行き渡ったそば生地を、大きな固まりになるようにこねます。最終的には円盤のような形に整えます。
3. 生地を平らに伸ばす「のし」。打ち粉をたっぷりかけて、手のひらで押し続けてのし棒で薄く

広げていきます。全体の厚さを均等にすることがポイントです。

4. 切る準備の「たたみ」。伸ばした生地が横長の四角形になるよう、数回に分けて折りたたんでいきます。ここでも打ち粉をたっぷりかけるのがキレイにたたむコツです。

5. 均等の太さに「そば切り」。たっぷり打ち粉をかけたまな板に生地を乗せ、こま板で生地を抑えながら切っていきます。

以上の行程で手打ちそばが完成です。

皆様も機会があればぜひチャレンジしてみてください。

会員投稿

新光かえで会 鈴木 唯男

年だからこそ、何事も最後まであきらめずに前向きに！
(パソコンからの教訓)

新光かえで会の会計を担当しています。2～3年前までは、この会の収支残高表を手書きで作成していました。最近はパソコンを使用して、苦労しながら作成しておりますが、やはり泥縄方式では、パソコンを駆使するのは難しいと諦めていました。ところがある日、先輩からパソコンは相当の無理をしないかぎり壊れないから、失敗を恐れずに何でも挑戦して試してみる、そうしないと上手くなれないよと指導されました。

何事も前向きにとの精神です。この先輩の一言で「ハッ」としました。私の性格から、その場

がすすめばすべて良しという考え方ですので、パソコンに限らず、かえで会の活動のグラウンドゴルフ、パターゴルフ、カラオケ等すべて中途半端です。



私の愛用パソコンです

この先輩の教訓を忘れずに、残りの人生を何事も最後まで、あきらめずに前向きに考え、今後ほんの少し努力して、自分自身の進歩を期待したいと思います。

かの有名な内科医、日野原重明（聖路加国際病院）先生の著書「生き方上手」に表現されておりますので、一部をご参考までに記します。

【人生はいくつになっても考え方、生き方を変えられます。それを実施するかいなかで今後の生き方が変わると思います。】

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

喜ばれる住まい造りをめざして
◇ 総合建設 設計 施工 ◇ 宅地建物取引業 ◇
埼玉県知事許可第 15091 号 埼玉県知事免許 (10) 第 10398 号
住宅保証機構株式会社第 10011329 号

株式会社 長谷川工務店
入間市宮寺 453-1
TEL 04(2934)5441
FAX 04(2934)6774

一般廃棄物収集運搬 / 産業廃棄物収集運搬
浄化槽維持管理・清掃

西武衛生 有限会社
入間市小谷田 2-1-3
☎(04) 2964-2248

 運送業・建築材料卸売業
大型重機土工

株式会社 マツケン
入間市木蓮寺 101 番地 2
TEL:04-2941-3561

解体工事

 **株式会社 オリザ**
入間市上藤沢 388-18
☎04-2964-6600
営業所：東京・広島・山口

一般廃棄物収集許可 入間市・狭山市
浄化槽維持管理 入間市・狭山市
産業廃棄物収集運搬業
受水槽・下水清掃 / 雑草刈取処理

丸山産業 有限会社
入間市豊岡 2-2-6
TEL:04-2962-3035

 新築・耐震改修
住宅リフォーム

株式会社 カトウ工務店
入間市二本木 1185-1
TEL:04-2934-4926

第2回「カフェやまゆり」

6月15日(火) 13:30~15:00



無理なく楽しく体を動かします

オレンジカフェとは、認知症の方やご家族、地域の方や専門職の方などが、参加・交流できる“集いの場”です。
 カフェやまゆりでは、身体を動かすことや脳トレを主体として、楽しい時間を過ごしていただいています。
 この事業は、宮寺・二本木地区地域包括支援センターと老人福祉センターやまゆり荘が共催で、毎月1回行っています。



素敵な時間をお過ごしください



この看板が目印です!



コロナ対策を万全にして実施



ヨガ体操初級編



オレンジガーデニングプロジェクト

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

整形外科・膝スポーツ人工関節センター・リハビリテーション
 形成外科・美容外科・循環器内科

医療法人社団 宏志会

豊岡第一病院

☎(04)2964-6311

入間市大字黒須 1369-3

小川耳鼻咽喉科 気管食道科 医院

☎04-2932-3344

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:00	●	●	●	-	●	▲	▲
14:30~18:00	●	●	●	-	●	-	-

▲9:00~12:00 【休診】木・祝

入間市野田 435-1

小野整形外科医院

入間市仏子 814-3

☎04(2932)7288

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	×	○	×

【休診】木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

医療法人 大戸耳鼻咽喉科

入間市豊岡 5-2-30

TEL:04-2962-1512(代)

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

【休診】木曜・日曜・祝日・土曜午後

初診及び2ヶ月以上来院のない方はAM~12:00・PM~17:30まで

いるまクリニック

内科・呼吸器内科・循環器内科・皮膚科・アレルギー科

☎04-2962-1151

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

【受付】12:15/17:45まで 【休診】水・日・祝

入間市上藤沢 378-5 有り

婦人科 産科 内科 小児科

医療法人 昭桜会 段塚クリニック

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

入間市下藤沢 3-1-1 (武蔵藤沢駅徒歩1分)

☎04-2964-3511

さやまけいさつしょ つうしん
狭山警察署★通信

令和3年 号外
狭山警察署交通課
令和3年8月11日発行



埼玉県では **高齢者** の
交通死亡事故が多発!!

埼玉県内では昨年 **121名**の方が交通事故により亡くなっていますが、本年7月末までの交通事故死者数は **70名**で、昨年同時期よりも増加し、その **当事者の約6割**を高齢者が占めています。

狭山警察署管内の**高齢者事故**

狭山警察署管内において昨年発生した人身交通事故は692件で、高齢者が当事者となったものは、そのうちの**約4割**でした。



「茶づつ君」

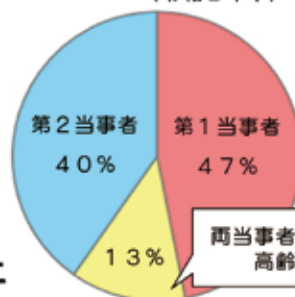
高齢者事故の特徴は？

交差点での事故が多い
わき見や**安全不確認**が原因

第2当事者は**歩行者**と**自転車**が6割以上

運転中は運転に集中して、歩行者や自転車の存在、動きに注意しましょう。

高齢者事故当事者別割合
(令和2年中)



両当事者ともに
高齢者



道路横断時の安全行動
イメージキャラクター
「サインちゃん」

～大人も子供も手をあげて～

ハンドサイン

手をあげて横断する意思を伝える
横断中もまわりに気をつける
安全を確認してから横断を始める



～狭山地区「横断歩道 大人も子供も 手をあげて運動」実施中～

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

すずらんクリニック
内科、消化器内科、皮膚科
☎04-2964-3211

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:15～12:45	●	●	●	-	●	▲	-
15:00～18:00	●	●	●	-	●	-	-

休診日 木曜・日曜・祝日 ▲…～13:15まで
入間市東藤沢 3-13-8-105

社会福祉法人 しらさぎ会
しらさぎ保育園
見学や園庭開放参加は、いつでも受け付けています。
入間市春日町 2-12-1
TEL 04-2963-1564
FAX 04-2968-3202

こども達の笑顔と共に
温かい保育を行っています
社会福祉法人 樹人会
豊岡保育園
入間市宮前町 2-2
☎(04)2962-3448

地域型保育
すくすく保育園
一時保育あり
入間市東町 5-6-5
☎04-2962-4351

音楽と笑顔とお話で、のびのび育て！
こどものくに保育園
子育て支援センター / 学童保育
TEL:04-2963-0341
FAX:04-2963-0316
携帯：070-1514-1304
入間市下藤沢 1304-1

一人ひとりの思いを受け止め、
芝生の園庭、木のぬくもりある園舎で、
のびのび保育。
おひさま保育園
入間市野田 3047-19
☎04-2933-1325
<http://www.ohisama-hoiku.jp>

◆ ◇ 金子地区 ◇ ◆

会員投稿 / 上谷ケ貫長寿会 萩原 利久

仲間たち

70歳を過ぎて、早寝・早起きするようになり、毎朝のテレビ体操も10年以上続けています。朝8時頃から、サイクリング道路の北コースを1時間半くらい歩いています。時々リスやカモシカに出会うことがあり、また会えるのが楽しみです。

毎週火曜・金曜の午後には、長寿会の仲間とグラウンドゴルフやゲートボールの練習や試合をして楽しんでいます。春には境内の花壇の手入れをして、秋には花の球根を植える作業をします。また10月に八幡神社の祭が行われるので、9月に入

ると祭典に使われる花1420本を作り変える作業を長寿会に任されて作っています。

あっという間に一カ月、一年が過ぎ去っていくのも、仲間と健康で毎日を過ごしているからだ感謝しています。



いつもの仲間と笑顔でパチリ!

会員投稿 / 下谷ケ貫長寿会 会長 上原 紘一

私の趣味は読書



多くの書物を読破してきました

子どもの頃から本を読むことが好きでした。数々のジャンルの中から市老連だよりへの寄稿ということで「老いの福袋」(樋口恵子著)という本を選びました。今の日本は高齢者オリンピックがあったとしたら堂々の金メダル65歳以上の割合が

26.7%、2位のイタリアが23.3%と大きく水をあけています。それだけに日本がどう豊かな高齢者社会を築いていくか世界中が注目しています。

本書の中からエッセイを取り上げてみました。配偶者を亡くしおひとり様となった男性が「私は3つの保険にはいりました」と語り、それは金融商品の保険ではなく安心安全な、生きていくための人間関係の保険だそうです。

1つ目は自治会の役員を引き受けたこと。2つ目は市民講座運営委員になったこと。3つ目はカラオケサークルに入ったことです。妻を失って一人になり「そう言えば昔歌を唄うことが好きだっ

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

坂本歯科クリニック

入間市寺竹 770-4-2F

☎04(2936)4118

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

▲14:00~17:00 【休診】木曜・日曜・祝日



青島デンタルオフィス

入間市下藤沢 1-3-8 TEL 04-2965-8123

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	-	●	●
14:00~18:30	●	●	●	-	●	▲

▲14:00~17:00 【休診】木・日・祝

大谷歯科

入間市東藤沢 5-9-18

☎04-2965-4328

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	-	●	●
14:00~20:00	●	●	●	-	●	▲

▲14:00~18:00 【休診】木曜・日曜・祝日

歯科 小児歯科

吉原歯科医院

☎04(2964)8255

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:15~12:00	●	●	●	-	●	●
15:00~19:30	●	●	●	-	●	▲

▲15:00~18:00 【休診】木・日・祝
入間市扇町屋 4-2-18

歯科一般・小児歯科

高橋歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	-	●	●	-
14:30~19:30	●	●	▲	-	●	■	-

入間市東藤沢 3-10-6 【▲14:30~18:30 ■13:30~17:30】

☎04-2963-5012 ㊟あり

木下歯科医院

☎04-2934-6588

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
7:30~12:00	●	●	●	●	●	●	★
14:30~19:30	●	●	●	●	▲	◆	-

▲~22:00 ◆~17:30 ★8:00~ 【休診】祝

入間市二本木 1085-3 ㊟有り

た」と思いカラオケサークルに入ったことで仲間が増えてきました。保険先には自らが一人暮らしであることを公表しました。そうしておけば連絡が取れなかった時に心配して、誰かが家に見に来てくれるはずです。そんな安心を手に入れました。「金持ち」になれなくても「人持ち」になれ

ば高齢になってからの生活が豊かになります。

私たち高齢者は戦後の高度成長の恩恵を受け、ささやかな贅沢も経験し、今までにない長い命を頂きました。幸に感謝するとともに次世代のモデルになる生き方をする責任があると改めて思いました。

◆ ◆ 扇町屋・東町地区 ◆ ◆

会員投稿 / 入間ヶ丘高寿会 中西 一敏

私の愛読書

最近ある本にはまっている。2年前に札幌市の小学3年生前田海音(まえだみおん)さんが書いた作文を基にした絵本「二平方メートルの世界」である。基の作文は、福岡県北九州市主催の「第十一回子どもノンフィクション文学賞大賞」に選ばれたものだ。

海音さんは、難病のため3歳から入退院を繰り返している。絵本の書出しは「病室のベットの大きさは、たて約2メートル、はば約1メートル。そのまわりをぐるりと囲うカーテンの中が入院中のわたしの世界のすべてで、ねる、食べる、遊ぶ、勉強するなど、だいたいのはカプセルみたいな空間です」で始まる。治療が進まないもどかしさや家族への思い、今頃学校ではみんな何をしているんだろうか、どうして自分だけが病気なんだろう。等々を思い孤独感にさいなまれ心が折れそうになっていたそんなある日、前の患者たちがオーバーテーブルの裏に書き残していた、寄せ

書きのようなたくさんの言葉を発見した。わたしは一人ぼっちじゃなかった！ 悩みはみんな同じなんだ。絵本の最後は「一日一日の大切さを、いつしゅん感じたり見たり聞いたりすることの大切さを、わたしは知っている。生きていることのすばらしさは気づきにくいということも、わたしは知っている。来年、長期入院をひかえている。二平方メートルの世界で、わたしらしく生きていく。オーバーテーブルにではなく、心に言葉をきざみこむ。それがだれかにとどくかもしれないから」と、人生を有意義に生きる決意で結んでいる。将来は、病気の子どもに寄り添うため院内学級の先生になりたいと言っているそうである。

深い感銘を受けた私は、全治を願いつつ折に触れ音読している。



多くのことを考えさせられる名作です

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 青芳会
特別養護老人ホーム
鍵山苑
短期入所生活介護・居宅介護支援事業所
入間市鍵山 3-11-2 ☎04-2963-8877
(居宅専用) ☎04-2933-2222

社会福祉法人 **杏樹会**
特別養護老人ホーム杏樹苑・沼々館
☎(04)2966-7171
特別養護老人ホーム杏樹苑爽風館
☎(04)2931-1616
杏花里デイサービスセンター・グループホームほほえみ
☎(04)2931-3535
西武地区・東藤沢地域包括支援センター

株式会社 **浅海測量事務所**
浅海敬史土地家屋調査士事務所
浅海行政書士事務所
入間市豊岡 1-15-18
TEL:04-2962-9642

宮城歯科診療所
☎04(2932)7777

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	-	●	▲
14:30~17:30	●	●	●	-	●	▲

▲8:30~12:30/14:00~16:30【休診】木・日・祝
入間市野田 637-6 井上ビル 2F

社会福祉法人 埼友会
介護老人保健施設
アヴニール
入間市大字二本木 1082-1
TEL 04-2934-6910
FAX 04-2934-6915

たかくら動物病院
☎04-2963-4852

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

祝祭日は休診です
トリミング・ペットホテルもやっています(予約制)
入間市扇町屋 4-4-4 <https://www.takakura-ah.com/>

◆ ◇ 藤沢地区 ◇ ◆

【クラブ紹介】

コロナと睦会

藤沢睦会 会長 南保 繁

私たち睦会では、令和元年の行事や交流会が全部できました。

具体的には、4月総会、6月春の旅（日帰り）、9月御食事会、11月秋の旅（一泊）、1月新年会、老連。グラウンドゴルフ大会、スポーツ交流と大会、芸能発表会、あじさい大学入学、健康体操と講話、カラオケ、踊り、世代間交流（保育園児とふれあい）、社会奉仕（武蔵藤沢駅草刈りとゴミ拾い）花いっぱい運動（八区公会堂と下山公園）と掃除をする、などです。



活動すべてが素敵な時間

本日ここに書き出しましたたくさんの行事が毎年あって、多くの仲間との会話でとても元気をもらいます。会員同士や老人会の仲間、久しぶりだね、元気だったと、いつも声をかけあって会が動いていました。

コロナのため、2年～3年、人と会うことばかりか、子どもからコロナになったら周りの人に迷惑をかけることになる、大変だから外に出るな、と毎日言われました。入間市から出ませんでした。一回だけ私鉄とJRで千葉県鎌ヶ谷市に行きました。会話は知っている人としかしませんでした。電車はこわかったです。

令和2年度の行事は、花いっぱい運動、社会奉仕、グラウンドゴルフ（下山公園）会員の交流で知っている人としかできませんでした。コロナは人の心ばかりか自由までも奪う恐ろしい病原体ですね。早く自然な生活に戻りたいです。

睦会では一方通行ですが会員の皆様に睦会便りを出していました。9月の敬老の日、便りとお赤飯を配ります。必ず、お身体を大切にしてくださいと入れます。

3月、お雛様では、ちらし寿司を配ります。みんなにお身体を大切にしてくださいと書くのと、また一日も早くみんなで遊べる日が来ることを願っていることも書き足します。

最後に一日も早くコロナが収束することを祈ります。

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

市指定文化財 豊泉寺の庭園

曹洞宗 松龍山 豊泉寺

入間市中神 681

TEL:04-2936-1708

曹洞宗 光福山 長泉寺

武蔵野七福神 大黒天

入間市豊岡 2-2-8

☎04-2962-2306

黒須観音

蓮花院

入間市春日町 2-9-1

☎04-2962-2254



お任せください

句集・記念誌など
「パソコン苦手」でもOK!

「1冊から作成」まずはお相談を！ TEL 03-5718-3900 株式会社 ニチコミ

愛と折り
90 WAKASAKI いわさきグループ i-tsu-mo
シティホールいわさき
入間市扇台3-1-9
年中無休 24時間受付 ☎0120-62-3170

ご案内

タツキーの チャレンジ ウォーキング



歩くことは健康面でも肉体面でもプラス効果があると良く知られており、生活習慣病予防のための継続的な運動としても最適です。市老連の目玉事業として健康づくり推進部では、会員の皆様の健康増進をとおし、さらに元気な老人クラブの一助になることを目的にこの事業を実施します。

○はじめに

この新規事業は、市老連の目玉事業として今後も継続する予定ですが、初年度は11月をチャレンジ月間とし、この一月で歩いた歩数により、抽選で賞品を差し上げます。

○参加対象者

・原則、入間市老人クラブ連合会に所属する各地区の単位クラブ会員とします。

ただし、地区老連会長が認めた場合は、入間市在住の65歳以上の方も可とします。

○参加（チャレンジ）方法

- 参加者は、自身の歩数を計測できる次の機器を所持できること。
 - ・埼玉県コバトン健康マイレージで入手した歩数計またはムーヴバンド
 - ・所有している歩数計
 - ・歩数測定機能付きスマートフォン
 - ・入間市老人クラブ連合会から入手した歩数計
- 参加（チャレンジ）は、自主申告制で「ウォーキング記録表」を地区の健康づくり推進部員または地区老連会長に提出してください。 ※記録表は10月頃配布予定。

○賞品および抽選

- 賞品は、チャレンジ月の11月に抽選権利の歩数を超えた方の中から抽選で差し上げます。

※抽選権利（歩数）→ 一日平均歩数4～5000歩×30日（ウォーキング以外の活動含む）
- 抽選は、チャレンジ月の翌月末に行います。
- 賞品は、1000円～3000円のクオカードの予定です。

問合せ先（市老連事務局）

入間市老人福祉センターやまゆり荘
（入間市宮寺2655-1）
TEL：04-2934-5315 FAX：04-2934-5438
担当（吉濱・大竹）

※このチャレンジウォーキングの参加中に発生した事故等につきましては、すべて自己責任となりますので、予めご承知おきください。

会員募集中です！

入間市の世帯数は、2010年ごろをピークに毎年減少していますが、高齢者世帯は増加し続ける見込みです。こんな時代だからこそ、身近な地域の中で高齢者同士がつながりあって、お互い支えあうことが、今後ますます必要となります。

老人クラブの多様な活動内容の中には、旅行

や趣味の活動やスポーツなどの楽しい活動もたくさんあります。皆さんの仲間が入会をお待ちしております。



お問合せ 入間市老人福祉センターやまゆり荘
担当 (入間市宮寺 2655-1)
大竹、吉濱 Tel: 04-2934-5315 fax: 04-2934-5438

編集後記

昨年度発行の16・17号から印刷編集業者がニチコミ東京支社に変わり、より一層見やすい紙面に変わったかと思えます。18号の発行にあたりまして、広報部一同、これを引き継いで多くの皆様に関心を持っていただく紙面構成に努めました。

編集作業等には不慣れなため苦労もありますが、「大丈夫です！ そのためにニチコミがいます」に支えられて、次号も頑張りますのでご期待ください。

今号を発行するにあたり、ご協力下さいました皆様に対しまして厚く御礼申し上げます。

令和3年度広報部

- 統括** 瀧澤 啓次 (市老連会長)
- 委員**
- ◎部長 ○副部長
 - ◎吉川 實 (宮・二地区)
 - 粕谷 幹子 (東金子地区)
 - 中西 一敏 (扇・東地区)
 - 原島 平一 (黒・高地区)
 - 長沢 重雄 (金子地区)
 - 齋藤 和成 (藤沢地区)
 - 鈴木 一 (西武地区)



会報紙制作についての説明会が行われました

ご協賛いただいた 皆様への御礼

本紙発行に際しまして、ご協賛いただきました皆様に対し、厚く御礼申し上げます。
 今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは入間市老人クラブ連合会の活動を応援しています

吉良歯科医院
 KiRA Dental Clinic
 ☎04-2932-1624

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:15~11:30	●	●	●	-	●	●
13:00~16:30	●	●	●	-	●	●

【休診】木曜・日曜・祝日
 入間市仏子 937-12 【「仏子駅」北口より徒歩1分】

高橋内科
 消化器科 循環器科 呼吸器科
 ☎04-2901-0777

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

【休診】火曜午後・土曜午後・木曜・日曜・祝日
 入間市下藤沢 382-6 エスポワール・サイトウ

一般貨物自動車運送業 関自貨2第48号
 産業廃棄物収集運搬 許可番号 01100170624
 古物商許可証 第431100033926号
 一般廃棄物収集運搬 入間市許可第27号

株式会社 三栄商事

入間市宮寺 705-3
 TEL.04-2934-7251
 FAX.04-2934-7252
 「タウンページ」もご覧下さい！

車検のコバック
入間宮寺店
 入間市二本木 1386-1
 ☎0120-370-868
 サンエー自動車工業(有)

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

ぶし動物病院

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~11:40	●	●	/	●	●	●	/	/
16:00~18:40	●	●	/	●	●	●	/	/

入間市仏子 1080-6 ☎04-2932-6655

ぶし動物美容院
 トリミング時間 9:00~19:00
 トリミング受付しております。
 予約制のためお電話でお問合わせください。
 入間市仏子 1090-10 ☎04-2931-1234