



# さわやか

2023.11  
4号

## 体を動かし はじける笑顔



10月3日(火)、第45回さわやかクラブ流山大運動会が開催されました。総勢287名のシニアが、午前午後に分けて全7種目の競技を行いました。詳細は7ページをご覧ください。

### もくじ

<ul style="list-style-type: none"> <li>＊東葛地区連協リーダー研修から学ぶ 人生 100 年時代の素敵な生き方 …… 2～3</li> <li>＊事業報告 第45回さわやかクラブ 流山囲碁・将棋大会/単位クラブ新任会長研修 … 4 ベタンク大会/第27回グラウンド・ゴルフ大会/ レディースグラウンド・ゴルフ大会 …… 5</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>令和5年度作品展/芸能大会…………… 6</li> <li>第45回さわやかクラブ流山大運動会 …… 7</li> <li>＊広域事業報告…………… 8</li> <li>＊会員投稿/ちょっとひと詠み/クイズ…………… 9</li> <li>＊さわやか会員広場(個別クラブ紹介)/編集後記 …… 10～11</li> <li>＊会員募集…………… 12</li> </ul>
---	--

講師：渡邊 一雄（三遊亭大王）プロフィール

日本フィランソロピー研究所 所長

1936年生まれ

一橋大学卒業（法学部）  
マサチューセッツ工科大学  
スローンスクール卒業

1986年 三菱セミコンダクター  
アメリカ社長

1990年 東大病院ボランティア代表

2000年 岩手県立大学教授

2001年 東京大学医学部特別講師  
（フィランソロピー）

2004年 元特別養護老人ホーム（泰優会）  
施設長（理事）

2010年 市川市社会福祉協議会 特別相談役\*

2011年 社会人落語家 三遊亭大王\*

2015年 健康生きがい学会 理事\*



講師 渡邊氏

\*現職

大手電機の米国法人社長、米国時代ボランティアの重要性を痛感。帰国後病院に「にこにこボランティア」設立。代表世話人を務める。また、日本人は話が下手な事、ユーモアが必要だと思ひ三遊亭圓王に入門し三遊亭大王の名前をもらい講演活動を行っている。

今年の夏は異常気象が続き、9月19日（火）当日も猛暑の中、市川市文化会館において「東葛地区連協リーダー研修会」が開催され、各市老人クラブ連合会のリーダー255名が参加しました。

研修会では、講師に市川市社会福祉協議会特別相談役渡邊一雄先生をお招きして「やっと見つけた手ごたえある生き方」と題して講演された内容の一部を紹介しします。

東葛地区連協リーダー研修から学ぶ

人生100年時代の素敵なきき方

流山市老人クラブ連合会 理事 小池 勝治

日本は急速に高齢化社会が進み、老後をどうしたら良いか分からないまま高齢化が進んでおり、国内で100歳以上の人口は約9・2万人（女性89%、男性11%）を超えている。

渡邊先生は、数年前に日常生活もままならない病におかれ、病院生活を送っていた。その時に日常生活の中で、本を読むこと、著者に逢って話を聞くこと、自分で体験を実行することを思った。

いろいろな本を読んだ中で、作家五木寛之氏の「二人ぼっちの

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

医療法人社団 留佳(ルカ)会 流山中央病院
診療科目: 整形外科、内科、呼吸器内科、消化器内科、内分、糖尿病内科、循環器内科、外科、整形外科、(手外科、上肢外科センター)、脳神経外科(脳卒中センター)、形成外科、皮膚科、泌尿器科、眼科、神経内科、認知症外来、麻酔科(医師: 楠吉英樹)、リハビリテーション科
TEL: 04-7154-5741

桜耳鼻咽喉科めまいクリニック
耳鼻咽喉科\*めまい・耳鳴・難聴\*慢性頭痛\*甲状腺
診療時間: 月火水木金土
9:00~12:30 ●●-●●▲
15:00~18:00 ●●-●●-
休診日: 水曜・日曜・祝日 ▲土曜は13:00まで
※2024年1月より完全予約制に移行します
流山市おおたかの森西1丁目31番地3 ハナミズキテラス3F
TEL: 04-7158-7890

医療法人社団 留佳(ルカ)会 齋藤歯科医院
診療時間: 月火水木金土
9:30~13:00 ○○●○○○
14:30~19:00 ○○△○○△
火・木は交互に休診 △14:30~17:00
流山市南流山 1-23-10
TEL: 04-7159-8145

まるやま皮フ科
皮膚科・小児皮膚科・美容皮膚科
診療時間: 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ●●●●●●
15:00~18:00 ●●●●●●
休診日: 水曜・土曜午後・日曜・祝日
流山市おおたかの森西1-3-1 おおたかプラザビル203
TEL: 04-7196-7812

はからめ薬局
営業時間: 月・火・木・金 水 土
9:00 9:00 9:00
18:30 17:00 18:00
流山市中野久木 511-9 TEL: 04-7154-7515

南流山駅前はら眼科
診療科目: 眼科・日帰り白内障手術 実施
診療時間: 月火水木金土
9:30~12:00 ●●●-●●●
14:30~18:00 ●▲●●-●●-
▲火曜午後は手術日(予約制)
【休診】木曜・土曜午後・日曜祝日
流山市南流山 2-4-7 1F
TEL: 04-7158-1313





生活を少なくすることが健康の基本である」とか「1日6人と会話すること。また日に20回ありがとこの言葉をいえる気持ちを持つ事が生きる原動力となっている」などの言葉に支えられ、薬の助けとともに本人の気力で病と闘って現在このような仕事ができるまでに至った。

健康の源の一つに食事がある。食事は栄養バランスを考え、できるだけ食事品目を意識して増やして、偏った食べ方をしないこと。また、運動は楽しく継続できるもの、無理なく続けるものを選び、半年を目安に続けて

いくことが必要。自然の緑に触れるのも、さまざまな健康効果を得られる。

人生には突然の不幸が3つある。

①人間は全員死ぬ

②人生は一度だけ(今日生きている日が大事である)

③いつ死ぬか分からない

だから一日楽しく過ごす気持ちの今日が一番大切である。

『今日も与えられた命を感謝で生き、最後にありがとこの言葉でこの世を去ることができたら、最高の生き方です(日野原重明聖路加国際病院名誉院長100歳記念の言葉より)』

最後に「手応えのある人生 珠玉のことばと辞世」を4点程掲載します。

目が覚めて今朝も嬉しや 今日もまた この世の人であると思えば

(渡邊 一雄)

此世をばどりやおいとまにせん香の 煙りと共に 灰左様なら

(十返舎一九)

この世をばしばしの夢と聞きたけれど おもえば長き 月日なりけり

(徳川 慶喜)

あら楽し 思いは晴るる 身は捨つる 浮世の月にかかる雲なし

(大石内蔵助良雄)

今回の研修会において、残り少ない人生を今日生きていることに感謝し、生きていく刺激を感じながら楽しく毎日を送ることが必要と感じる研修でした。



研修会参加メンバー

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

令和6年5月開苑 平和台駅前 特別養護老人ホーム オープン

高齢者の「生きる喜び」を尊重します

ケアハウス春の苑	流山市東深井 520-1	04-7178-3377
特別養護老人ホーム 春の苑	流山市東深井 518-1	04-7178-5553
特別養護老人ホーム 月の船	流山市野々下1丁目292	04-7197-2122
特別養護老人ホーム 季の花	流山市おおたかの森西 4-17-1	04-7197-7758
特別養護老人ホーム 花のいろ	流山市中野久木 421	04-7197-1237

子どもの「相手を敬う心」を育みます

城の星保育園	流山市流山 9丁目500番 42	04-7170-2111
分園	流山市流山 8-1177-4	04-7157-1151
城の星おおたかの森保育園	流山市野々下 1丁目292番地	04-7197-2666
分園	流山市おおたかの森南 1-3-1 こもれびテラス2階	04-7179-5485
暁の星保育園	流山市おおたかの森西 4-17-1	04-7197-7756
城の星第二保育園	流山市流山 9丁目500番 31	04-7197-7495
こどもは保育園	流山市おおたかの森西 4-20-1	04-7189-7135
城の星バンビノ保育園	流山市おおたかの森西一丁目2番地の3	04-7186-6699

社会福祉法人 あかぎ万葉 流山市東深井 520-1 TEL.04-7178-3377

人も動物も満足できる獣医療へ  
**あんなかどうぶつ病院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	×
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○	×

流山市前平井177-1  
プロシードTX流山セントラルパーク店舗0002  
TEL.04-7179-5712

**珈琲所 コング珈琲店**

**流山おおたかの森店**

流山市おおたかの森南1-19-2  
☎04-7170-2232

**訪問看護 ぱらす**  
ステーション

千葉県柏市西原を中心に  
流山市全域、野田市全域、柏市北部へと  
訪問対応しています。

柏市西原2丁目7-2  
☎04-7128-6069

事業報告

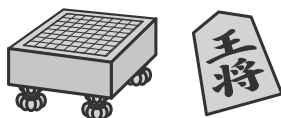
第45回さわやかクラブ流山 囲碁・将棋大会

盤上の熱き対戦

6月9日(金)、流山市ケアセンター4階にて囲碁・将棋大会が開催されました。参加者10名による熱い頭脳戦が盤上で繰り広げられました。結果は下記のとおりです。



一手も見逃せない熱戦



囲碁将棋結果

順位	1部	2部
優勝	鎌田 賢一	瓜生 宗男
準優勝	太田 三郎	本庄 紘男
第3位	井口 正生	佐々木孝夫

試合後に記念撮影



単位クラブ 新任会長研修

リーダーとしての心構え

7月28日(金)、流山市ケアセンター4階第1研修室にて単位クラブ新任会長研修が開催されました。今年度新たに会長に就任した6名が参加しました。会長としての心得を学び、各種情報交換が行われました。



私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

**ねもと内科クリニック**  
11.2新規開院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	—	○	○	☆	—
14:30~18:00	○	○	—	△	○	—	—

☆…土曜日のみ8:30-12:00 休診日:水曜日・日曜日・祝日  
△…2023年11月・12月は午後休診 (2024年1月から午後14:30-18:00)  
流山市前平井96  
TEL:04-7197-4882

**SAKURA DENTAL CLINIC さくら歯科** 訪問診療

一般歯科・口腔外科・小児歯科・予防歯科・義歯(入れ歯)  
小児矯正・審美歯科・インプラント・矯正歯科

診療日程	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	●	●	▲
14:30~18:00	●	●	●	●	●	▲

【休診】日曜・祝日 ▲土曜日は8:30~15:00  
流山市江戸川台東 2-319 TEL:04-7156-8211

**あらい内科・外科**

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

▲予約のみ  
休診日:日曜・祝日、水曜午後、土曜午後  
在:在宅訪問診療  
流山市南流山 8-11-9  
TEL:04-7179-5329

**松井デンタルオフィス**  
おたかの森西口の歯科医院

訪問診療行っています。お気軽にお電話ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:30	●	▲	—	▲	●	▲	▲
15:00~20:00	●	▲	—	▲	●	▲	▲

▲10:00~14:00 15:00~18:00 【休診】水・祝  
流山おたかの森駅西口2分  
TEL:04-7170-2466

**三須歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	—	●	●
15:00~20:00	●	●	●	—	●	▲

【休診】木・日・祝 ▲15:00~19:00  
流山市松ヶ丘 1-462-44  
TEL:04-7144-1402

**おたかの森 みわ歯科・矯正歯科**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:30	●	●	●	※	●	▲	×	×
15:00~20:00	●	●	●	※	●	▲	×	×

※祝日のある週の木曜は 10:00~19:00 まで診療  
▲土曜日の診療時間は 9:30~13:30、14:30~18:00  
流山市おたかの森東4-37-2 ペルフルール式番館1F  
TEL:04-7136-7587





ホールポストを狙います

## 第27回グラウンド・ゴルフ大会

### 83名フルスイング

9月22日(金)、流山市グラウンド・ゴルフ協会グラウンド・ゴルフ場にて、第27回グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。参加者83名が額に汗をにじませ、日頃の練習の成果を競い合いました。

結果は左記のとおりです。

#### 【団体戦】

優勝 喜楽会

準優勝 東和会

第3位 ゆたか華の会

#### 【個人戦】

優勝 喜楽会 上島富士子

準優勝 ゆたか華の会 五十嵐秀三

第3位 敬寿会 武内 利男



## ペタンク大会

### 巧みな戦術 白熱の試合に

10月20日(金)、流山市スポーツフィールドにてペタンク大会が開催されました。参加した7チームが、日頃鍛えた体幹や腕力を駆使して投球。作戦を練りながら、頂点目指して競い合いました。

結果は次のとおりです。

優勝 東3おもと会

準優勝 若寿会

第3位 松ヶ丘寿会



ボールの行方を見守ります



狙いを定めて投球

## レディースグラウンド・ゴルフ大会

### 練習の成果を披露

10月27日(金)、流山市グラウンド・ゴルフ協会グラウンド・ゴルフ場にて、レディースグラウンド・ゴルフ大会が開催されました。38名が参加し、終始和やかながらも打順がくれば表情は真剣そのもの。日頃の練習の成果が試される大会でした。

優勝 喜楽会 田中 尚子

準優勝 ゆたか華の会 遠藤 禎子

第3位 敬寿会 沓掛 正子



わいわいプレー

事業報告

令和5年度  
作品展

来場者165名  
を魅了

8月8日(火)～10日(木)まで、流山市生涯学習センター(エルズ)第1・2ギャラリーにて令和5年度作品展が開催されました。期間中、総勢165名の方が来場し、個性あふれる作品の数々を鑑賞しました。



達筆の看板がお出迎え

芸能大会

多彩なステージ  
に拍手喝采

8月9日(水)、流山市生涯



手芸作品



手芸作品



その他作品

絵画



ゲージ ジオラマ



私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

流山法律事務所

流山市南流山3-10-17

☎04-7150-8810

学校法人坂巻学園  
一の台幼稚園

「よい子、つよい子  
を育てましょう」

流山市東深井498-4

TEL04-7152-3059

皮膚科・小児皮膚科  
アレルギー科・美容皮膚科  
おおたかの森皮膚科

完全予約制 予約開始時間 当日のみ  
診察はじまり 朝7:00~

午前 9:30~12:30  
午後 14:00~17:45

おおたかの森SC目の前 ※詳細はHPをご参照ください  
TEL.050-5840-1360



つくばEX、東武アーバンパークライン  
「流山おおたかの森」駅より徒歩3分

相続対策、資産税相談等。  
会社社長様、個人事業主様をサポート

フォルトナ税理士法人

TEL.04-7178-2022 FAX.04-7178-2044

流山おおたかの森東4-5-2 ステラアストレー1F

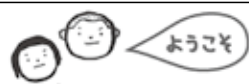
紫焰窯おおたかの森陶房  
SHIENGAMA 陶芸教室

土にふれて、自分だけの時間から生まれてくる器達。  
あなただけの陶芸の世界を体験してみませんか。

・午前コース 9:30~12:00 [水曜午前]  
・午後コース 13:00~15:30 [木・土曜終日]

◎駐車場あり ◎定休日 火曜日  
HP: <https://shiengama.wixsite.com/shiengama>  
E-mail: shiengama@yahoo.co.jp

流山おおたかの森北2-51-4  
TEL/FAX.04-7197-3243



まつのみほいくえん  
松の実保育園へ!

(開園時間:7:00~19:00)

流山市名都借464番地

☎04-7145-4312





白熱の玉入れ



開会式



選手宣誓

# シニアパワー全開

## 第45回さわやかクラブ流山大運動会

10月3日(火)、キッコーマンアリーナ(流山市民総合体育館)にて大運動会が開催されました。全26クラブ、総勢287名のシニアが参加し、ボッチャや輪投げゲームなどの

競技を行いました。パンさがしでは、中身の不明な段ボール箱に手を差し入れ、パンを1個つかみゴールへダッシュ。見事好みのパンを引き当て、その幸運に喜ぶ参加者の姿もありました。

仲間と一緒に体を動かし、笑顔いっぱい楽しい1日となりました。

学習センター多目的ホールにて芸能大会が開催されました。息の合った歌声、お面を着用した踊りなど、各クラブの個性が光る発表に会場は大盛況でした。結果は下記のとおりです。

優勝

松ヶ丘連合寿会  
「夏の思い出」



準優勝

白和会  
「矢切の渡し」



第3位

新栄会連合  
「サザエさんダンス」



私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

青い空、青い炎、未来へ。

**京和ガス株式会社**  
KEIWA GAS  
流山市江戸川台東1-254  
☎04-7155-1500

<https://www.keiwagas.co.jp>

ガス器具、水廻り設備機器、内装(クロス・建具・床)、サッシ・雨戸、外壁・屋根・雨樋、住宅耐震・太陽光、門扉・フェンス、上下水工事など

**リフォーム相談随時受付中!**

**京和住設株式会社**  
流山市平和台 4-35-4  
TEL 04-7158-1500

社会福祉法人 誠心福祉会  
**やぎきた ほいくえん**  
YAGIKITA HOIKUEN

保育方針  
あかるい子 じょうぶな子 やさしい子

流山市駒木台118-1  
☎04-7152-0504

**KO-6 Dental Clinic**

**こうろく歯科医院**  
☎04-7192-8956  
流山市野々下1-161-1

衛生環境を整える  
**DUSKIN**

**ダスキン 江戸川**  
(株)クリーンサークル  
流山市江戸川台東4-244-1  
TEL 04-7154-7266

**Takizawa**  
総合電気設備工事・設計施工

**株式会社 滝沢電気**  
流山市東深井877  
TEL 04-7156-8255

広

域

事

業

報

告

### 千葉県老人クラブ連合会 (なのはなシニア千葉) 事業

#### ◆令和5年度

第57回なのはなシニア千葉特選演芸会

開催日：6月20日(火)

開催場所：流山市生涯学習センター

(流山エルズ)

### 東葛地区老人クラブ連合会事業

#### ◆東葛連協女性指導者研修会

開催日：6月29日(木)

開催場所：松戸市シニア交流センター

参加者：32名(流老連から3名)

#### ◆令和5年度 第16回芸能交流会

開催日：10月25日(水)

開催場所：野田市文化会館

流老連出場クラブ：3クラブ(松ヶ丘連合寿)

会：白和会・新栄会連合)

#### ◆第1回 東葛連協パークゴルフ大会

開催日：10月27日(金)

開催場所：白井市・遊楽パークゴルフ場

参加者：50名(流老連から1名)

### 第45回流山市民まつり

#### 踊り子全員 サザエさんに大変身

10月29日(日) キッコーマンアリーナ(流山市民総合体育館)にて、推薦枠を流山市からい  
ただき、流老連芸能大会  
にて第3位の成績をおさ  
めた新栄会連合が「サザ  
エさんダンス」を披露し  
ました。



お面でなりきり

### クイズ

## 読みづらい 日本人の名前

季候、風土、地型、崇拜する人の名が由来。  
駄洒落ではありません。由緒ある名。

- ①一 コメント：読めたら天才!
- ②二 コメント：感の良い人
- ③四月一日 コメント：季節感から
- ④八月一日 コメント：農家の老舗
- ⑤月見里 コメント：天空の澄み
- ⑥小鳥遊 コメント：森 公園で
- ⑦栗花落 コメント：いつだろう



(答えはP11)

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

千葉県水道局指定給水装置工事店  
流山・柏・野田・松戸・市川・上下水道指定工事店  
冷暖房・給排水・衛生設備工事設計施工

### 有限会社 いづみ商会

流山市東初石3-135-91

☎04-7155-1881

新車・中古車販売・車検整備一式  
板金・塗装・ローン取扱店

### 有限会社 米津自動車

自動車のことならおまかせ!!

流山市東初石2-103-4

TEL.04-7153-2860

### 年中無休(初石本社) 車検のご用命は民間車検場 株式会社 初石鈔金

昭和47年創業 社員数70名

流山市東初石2-204

☎0120-37-8214

<https://www.hatuban.com>



### 有限会社 オカダ

流山市青田23-5

TEL.04(7155)6161



一般土木・造園・埋立 工事一式  
解体・草刈

### (有)みのり興業

流山市深井新田390

☎04-7153-0640



### 池谷運送 株式会社

流山市東初石3-103-74

☎04-7156-6077



# 会員投稿

## 初冬歳時記

高砂会 戸倉 芳子

「秋深き

隣は何を する人ぞ」

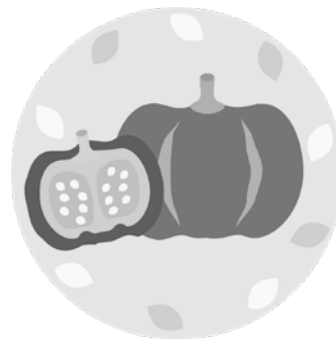
江戸時代の俳人、松尾芭蕉が大  
阪での句会に体調が悪く参加  
できず、起きて創作した作品は  
人懐かしく最後の句は連帯意識

を持った晩年の句です。

江戸時代には「煤払い」を行っ  
ていた由縁、12月13日は年神様  
を迎え、万事が大吉とされる年  
中行事に。日暮れが早く「冬至」  
が近い。別名「一陽来復」は太  
陽が蘇る日で幸運が訪れるとい  
われる。体を清め、運を呼び込  
み、強い香りは邪気が起こらな  
いとのお考えから柚子湯を樂し  
む。また、南瓜は冬の野菜不足  
と長期保存に貴重です。

ジングルベル、高齢者もクリ

スマスです。施設での人気は職  
員のコスプレサンタ、思い出ア  
ルバムやマジックショーなど。  
どこからか除夜の鐘「カー  
ン」。明るい未来への希望の鐘  
の音です。



## ちよっと

## ひと詠み

### 俳句

海猫ごめが飛ぶ浄土ヶ浜のサツパ舟

遠野座の語り部なまる秋桜

旭寿会 日野 昌二

草とに訪とひ樹き々に訪とひゆく秋の風

聞き上手話上手な良夜かな

風もつれまたほぐれては花芒はなすすき

喜楽会 今田 素土

### 短歌

四年ぶりシニアの集い運動会

歩いて走って笑って運だめし

もう結構コロナと猛暑の菓ごもりは

暦の上はもう秋なのに

旭寿会 小池 弘子



私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

## (株)渡辺建設事務所

流山市東初石一丁目

☎04-7154-2106

一般廃棄物収集運搬業 流山市許可第2号  
産業廃棄物収集運搬業 千葉県許可第1200008758  
再生資源物収集運搬卸売業

## 株式会社 大橋

流山市おおたかの森西3-744-13

TEL.04-7158-1600

産業廃棄物収集運搬業 第1200125850号  
一般廃棄物収集運搬業 流山市許可第12号

## 有限会社 日東サービス

流山市野々下2-31

☎04-7150-1755

流山市指定上下水道工事店  
配管工事・舗装工事・一般土木工事

## 昭和水利株式会社

流山市松ヶ丘4丁目514番地

TEL.04-7145-4594



給排水衛生設備・水道施設  
冷暖房空調設備・設計施工

## 流山設備工業有限公司

流山市加4-1655-2F

TEL.04-7158-1319

消防設備設計施工管理

## 株式会社 永和防災

流山市こうのす台1213-10

☎04-7153-5277



# 会員広場

## 北部支部

第一新栄会 西田 芳則

### イベント盛りだくさん

江戸川台西一丁目にある会員数30名の会です。

例会・誕生会員の祝いを奇数月に開催。誕生月会員の皆さんを囲み、昼食会を行っています。また、偶数月には、近隣散歩と食事を開催しています。その他、さつき号での日帰り旅行や、暑気払い、新年会を開催しています。



ランドマークタワー館内見学

## 南部支部

若寿会 岡部 英雄

### 「ペタンク」を 楽しんでいきます！

若寿会がペタンクを始めたのは、今年の2月からで2月・3月は仮練習期間でした。ボールは「さわやかクラブ」からお借りし、ゲームの仕方は資料を集め作って覚え、毎週金曜日に練習を開始しました。当初は少数でしたが徐々に参加者が増え、4月からは正式にペタンク部会として発足しました。現在、参加メンバーは、17名になりコートも2面作るほどです。歓声を上げながらゲームを楽しんでいます。



皆でセンタリング練習

## 中部支部

高砂会 戸倉 芳子

### 団結力のあるクラブ

東に美田、後方は西柏台の坂道を下ると、当クラブの地域です。3年前は会員の減少に伴い、解散・消滅の危機が迫りました。しかし、発足から37年目、高齢者の社会福祉活動や仲間づくり、助け合いをして老人クラブは解散できないと感じ、一念発起しました。やがて3年半、企画の見直しや反省点などについて日々考え続けた結果、現在会員18名で活動しています。皆さん元氣ハツラツ、一緒に。入会お待ちしております。



力を合わせてごみ拾い

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

 流山市上下水道指定工事業者  
エネオス新松戸給油所

**株式会社 山崎産業**

流山市鱈ヶ崎3-4  
TEL:04-7159-4131

 **リサイクル**  
再資源化促進処理／産業廃棄物中間処理

**有限会社 関商店**

流山市おおたかの森西3-6-9  
TEL:04-7158-6100

 **TAKAHASHI**  
SINCE 1948

**株式会社 高橋工務店**

土木工事等の企画・設計・施工 不動産管理  
流山市下花輪 1251  
TEL:04-7158-1302

 **株式会社 三和電設**

流山市木 3-7-12  
TEL:04-7158-4845  
<https://sanwadensetu.com>

 **ND** 内外線電気工事一式請負

**有限会社 流山電業**

流山市江戸川台東3-623-2  
TEL:04-7152-1063

 **KT&K**

**ト一カツ建興株式会社**

流山市名都借827番地  
TEL:04-7146-0863



# 東部支部

二 ゆたか華の会 遠藤晃市郎

## みんなで楽しく仲良く!

18年前の設立当初より、流山市のバスを使い、年2回、日帰り旅行を実施してきました。

ゆたか自治会館にて正月は食事会を、月4回は市の推奨する100歳体操を実施しています。また、野々下水辺公園にて、週2回、グラウンド・ゴルフを実施しています。

これからも親睦を深めるために会員73名で活動していきます。



旅先の世界遺産 富岡製糸場で

## 増員の期待を胸に いざご発車!

二 なづの会 松本 勝利

平成21年に、名都野自治会員の有志の提案で、老人クラブ「なづの会」を立ち上げました。憩いの場として自治会館を利用していましたが、自治会館のリニューアルを機に「なづのふれあいの家」を平成22年に開設しました。

会員は96名で、高齢化により会員数が減少しています。

ミニ鉄道に若い人たちの参加があり、将来の会員増加を期待しています。



ミニ鉄道 (なづのファーム鉄道)

## 編集後記



8月下旬、柏で電話de詐欺事件が2件相次いで発生し、女性2人が計400万円だまし取られた。手口は無職の女性(76)宅に孫を装う男から「電車の中にカバンを忘れた」「3日間ぐらい金を貸してくれないか」と複数回電話があった。女性は同日市内の公園で孫の関係を名乗る男に現金を手渡した。

最近流山市、柏市、松戸市地域で振り込め詐欺が多発(警察署担当)しているとの事です。

誰もが私は大丈夫と思っているが、被害に遭ってしまいます。まず、電話でお金のお話が出た場合、冷静に一度電話を切った後、身近な人に相談する心掛けが必要です! 慌てずに、特に高齢者虎の子を大切に!

(K)

つばし ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

**流鉄株式会社**

流山市流山 1-264

**Tel.04-7158-0117**

有限会社 **植繁造園**

流山市加1-8-3

**☎ 04-7158-0614**

万一時 真心と信頼の  
三輪野山の内藤へ

総合葬祭業

**株式会社 内藤**

霊柩事業・関自貨第 865 号

流山市三輪野山 4-18-62

**TEL:04-7158-5866 (代)**

天台宗

**清龍山 陽廣院**

流山市松ヶ丘2-330-93

**☎ 04-7141-4192**

流山七福神「大黒天」

曹洞宗

洞雲山 **流山寺**

流山市流山 7-579

**TEL:04-7158-0415**

新龍山

真言宗 豊山派

**浄観寺**

流山市西深井 353

**☎ 04-7152-0365**

さわやかクラブ流山

# 会員募集中!

楽しい仲間づくり

旅行などで思い出づくり

いきいき健康づくり

みんなで学ぼう



お問い合わせ先

さわやかクラブ流山 TEL.04-7158-8181

スポンサー各位への御礼

この会報紙「さわやか」は、ご協賛していただきましたスポンサーの皆様のご支援により発行することができました。厚く御礼申し上げます。今後とも倍日のご厚誼を賜りますようよろしくお願いいたします。

私たちはさわやかクラブ流山の活動を応援しています

## 医療法人社団 いしい眼科

眼科・小児眼科/日帰り白内障手術・眼鏡処方

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

◎手術日・診察は院長以外 ☆土曜日は9:00~13:00 休診日 水・土曜午後、日曜、祝日

流山市中野久木511-2

☎04-7155-6602

## きぬ皮フ科クリニック

KINU DERMATOLOGY CLINIC

皮膚科 / 小児皮膚科 / 美容皮膚科 / アレルギー科

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

休診日：土曜日午後、木曜、日曜、祝日

流山市おおたかの森東1-8-7

☎04-7192-8012

## 柿田眼科

窓口受付時間	月	火	水	木	金	土
AM8:40~12:00	○	○	X	○	○	○
PM2:30~6:00	○	○	X	※	○	X

白内障日帰り手術 ※手術または外来  
<https://www.kakitaeyeclinic.com> ネットで順番が取れます  
流山市南流山4-1-15 南流山駅前ビル2階

☎04-7159-8888

土木・舗装 造園 解体・土木リサイクル事業

解体工事 見積無料



株式会社 イズミ

流山市おおたかの森西3丁目3-3

☎04-7159-0462

## 江戸川台どうぶつ病院

トリミング ペットホテル 送迎・往診

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:00~12:00	/	●	●	●	●	●	●	●
16:00~18:30	/	●	●	●	●	●	/	/

※祝日が月曜日の場合は休診

☎04-7128-6701

柏市西原2丁目6-35



## なりた泌尿器科・内科クリニック

Narita Urology & Internal medicine Clinic

泌尿器科・内科

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

休診日：木曜・日曜・祝日・土曜午後 ※臨時休診あり

流山市市野谷522

☎04-7199-9021