

もくせい

第5号

2023年5月

仲良く 楽しく
立雛づくり!



2月1日(水)、総合福祉保健センター
において手工芸教室が開催されました。
手芸キットを使った扇立雛作りに挑戦し
ました。
(7頁に詳細記事)

市老連会長あいさつ	2
市長あいさつ	2
令和4年度功労者表彰	3
事業アラカルト	4~6
文化部活動報告	7

クラブ紹介	8~9
令和5年度 老人クラブ連合会事業計画	10
令和5年度 役員・実行委員長名簿／ 文芸欄／編集後記	11
クラブ活動自慢	12

会長あいさつ

仲良しクラブで楽しく長生き

鎌ケ谷市老人クラブ連合会 会長 田尻 昌治



会員の皆さま
 まには、この
 コロナ禍にお
 いても老人ク
 ラブ連合会の活動にご理解とご
 協力をいただきお礼申し上げます。令和4年度の事業は、コロナ対策を十分に実施して計画し

たもので、内容一部変更したもののありますが、実施することができました。
 老人クラブは、地域の高齢者一人ひとりと繋がりを持ち、同じ地域で安心して暮らせる健康社会づくりのお手伝いをしていきます。会員の皆さまが「長生き

して」良かったといえる人生を送るための仲良しクラブです。これからも、健康寿命伸長の施策を実践してまいります。

また、市民活動の機会に老人クラブの活動を発信して会員の拡大に努めてまいります。本年度の老人クラブ連合会の事業は、芸能大会や作品展、カラオケ交流会、グラウンド・ゴルフ大会等種々の事業を実施いたしますので、積極的なご参加をお願いいたします。

市長あいさつ

老人クラブさまのより一層のご活躍を期待

鎌ケ谷市長 芝田 裕美



鎌ケ谷市老人クラブ連合会会員の皆さまにおかれましては、日頃より高齢者の皆さまの健康づくりや地域づくりに多大なる貢献をいただいておりますことに、心より感謝を申し上げます。

高齢化が進展する中で、高齢者の皆さまがお互いを支え、励

まし合いながら、楽しみを共にして、長寿の喜びを実感できる地域社会を形成することは大変重要なことと考えております。
 老人クラブの皆さまは、シニアスポーツや趣味、サークル活動を通じた仲間づくりのほか幅広いボランティア活動など、地域を豊かにする取組みを通して、地域で支え合う環境づくりに大きな役割を果たされてお

ます。今後とも、高齢者の皆さまの生きがいと健康づくりを進めていただき、地域を支える担い手としてご活躍いただくことを期待しております。

結びに、新型コロナウイルス感染症につきましては感染症法上、本年5月8日から季節性インフルエンザと同様の「5類」に位置付けられましたが、会員の皆さまには、引き続き感染予防に努めていただきながら、より一層元気に活動され、地域社会をけん引していただくことを願っております。

私たちは鎌ケ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

みみぎがしっぽ動物病院

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

休診日 日曜・祝日

鎌ケ谷市道野辺中央2-9-7

ワンワンニャー
☎047-444-1128

こしば歯科

鎌ケ谷市富岡1-8-13

☎047-444-6666

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~12:00	○	○	○	○	○	△
午後2:00~5:00	○	○	○	／	○	／

△午前8:30~午後1:00

ラパンミニデイサービス

楽しく運動で介護予防に!

無料体験会実施中

鎌ケ谷市東初富2-2-4

☎047-427-2430

社会福祉法人 輝

広いお庭でのびのびと ふじのこ保育園

鎌ケ谷市初富 82-1

☎047-402-3811

りすのこ園 くるみ園

☎047-443-3740 ☎047-441-0057



学校法人 皆川学園

鎌ケ谷ふじ第二幼稚園

鎌ケ谷市西道野辺 12-25

TEL:047-444-0011

**広いお庭 明るい園舎
元気に賢く育てる**

学校法人 皆川学園

鎌ケ谷ふじ幼稚園

鎌ケ谷市東道野辺 5-1-57

TEL:047-443-4100

健康な体・想いやりのある心
 自立のための生活習慣・自分で考える力を
 を培い、子どもの可能性を最大限に引き出す。

令和4年度功労者表彰



日頃の功績を称賛

第54回鎌ヶ谷市老人クラブ大会

1月26日（木）きらり鎌ヶ谷市民会館
きらりホールにて第54回鎌ヶ谷市老人クラブ大会が開催されました。芝田市長をはじめたくさんの方から、ご祝辞にて日頃の功

輝かしい功績 表彰者多数

績をご称賛いただきました。
表彰者は次のとおりです。

鎌ヶ谷市老人クラブ連合会会長表彰受賞者

◆老人クラブ連合会活動功労者

シニア・グリーンクラブ

相澤 和子

◆単位老人クラブ功労者

南初富第一福寿会

今野 セイ

南初富第二福寿会

矢嶋 厚子

南初富第三福寿会

窪田 詔子

鎌ヶ谷駅前第一笑話会

石塚 豊年

東中沢睦会

本田 芳夫

栗野米寿会

須田 勝江

道野辺親和会

中山 昌一

道野辺双葉会

山本 清

新山明朗会

阿出川重見

新山明朗会

富井 良子

東武八和会

相原 久子

ハイツみどり会

村松えり子

光の里笑福会

児島 国輝

二区連なごみ会

猿谷 宣男

二区連なごみ会

齋藤 隆康

◆地域福祉活動功労者

ハイツみどり会

松下 トモ

21世紀クラブ

蔭山きよ子

二区連なごみ会

高橋 正泰

二区連なごみ会

早川美智子

第62回千葉県老人クラブ大会

2月14日（火）ホテルポートプラザちば
において第62回千葉県老人クラブ大会が開催されました。鎌ヶ谷市からは2名の方が日頃の功績を称賛され、受賞されました。おめでとうございます。

千葉県老人クラブ連合会理事長表彰

◆活動功労者

佐藤 康子

（市老連副会長）



◆優良クラブ

受所新寿会

（会長 代田 一夫）



リーダー研修会の様子



東葛連協リーダー研修会

アフターコロナ
を生きるには

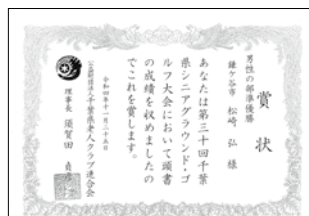
3月16日(木)「東葛連協リーダー研修会」が市川市高連主催で開催されました。鎌ケ谷市からは7名が出席。講師に一般社団法人日本声磨き普及協会代表理事である佐藤恵さんをお招きして「人生100年時代をどう生きるのか」「アフターコロナの時代を生きるヒント」の演題をもとにご講演いただきました。喉の筋肉を鍛えることが誤飲防止につながるなどとてもためになる内容でした。

第30回千葉県シニアグラウンド・ゴルフ大会

11月25日(金)千葉県スポーツセンターにて、第30回千葉県シニアグラウンド・ゴルフ大会が行われました。当日は開会式および閉会式を短縮しての開催。各地区予選を勝ち抜いた137名が集い、会場は快音と歓声が響き渡り、和気あいあいと会話を楽しむ姿も見られました。

予選を勝ち抜いた137名の決戦

11月25日(金)千葉県スポーツセンターにて、第30回千葉県シニアグラウンド・ゴルフ大会が行われました。当日は開会式および閉会式を短縮しての開催。各地区予選を勝ち抜いた137名が集い、会場は快音と歓声が響き渡り、和気あいあいと会話を楽しむ姿も見られました。



おめでとうございます!

県老連 新任会長・若手会員研修会

未来の高齢者社会を
見据えて

1月18日(水)千葉市生涯学習センターにて「新任会長・若手会員研修会」が開催されました。県老連事業についての意義や、地域に根差した老人クラブ活動の事例研修を実施。鎌ケ谷市からは田尻会長と新任単位クラブ会長4名の計5名が参加し、今後の高齢者社会を想像し、将来を担う若手の方々とともに、クラブ運営と活動推進について考えました。

私たちは鎌ケ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

鎌ケ谷駅前眼科

受付時間	月	火	水	木	金	土
AM9:30~12:30	●	●	／	●	●	※
PM3:00~5:30	●	●	／	●	●	／

※土曜日は12:00まで 休診日/水曜・日曜・祝日

鎌ケ谷市道野辺本町2-1-28 カーラシティ鎌ケ谷式番館2F

☎047-404-4058

内藤耳鼻咽喉科医院

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前8:45~12:00	●	●	／	●	●	●
午後2:00~6:00	●	●	／	●	●	／

休診日 水曜・土曜午後・日曜・祝日

鎌ケ谷市道野辺本町1-3-1
カーラシティ鎌ケ谷2F

☎047-443-3387

外科・内科・整形外科

原沢外科・内科・整形外科

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

休診: 木曜午後、土曜午後、日曜、祝日(冬期夏期休診あり)

鎌ケ谷市鎌ケ谷 3-3-45

TEL:047-443-8226

石川整形外科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	-
15:00~18:30	●	●	-	●	●	-	-
皮膚科	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:40	★	★	★	★	★	-	-
15:00~17:40	★	★	★	★	★	-	-

鎌ケ谷市道野辺中央 2-5-16

TEL:047-441-8818

かのう内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	●	●	●	／	●	●	／
14:30~18:00	●	／	●	／	●	●	／

休診日: 火曜午後・木曜・日曜・祝日

鎌ケ谷市道野辺中央 2-5-18

TEL:047-446-7122

のむらファミリークリニック

内科・消化器内科・内視鏡内科(胃・大腸内視鏡)

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~11:45	○	○	○	／	○	○	○
15:00~18:45	○	○	○	／	○	／	／

※土曜日のみ9:00~13:00 新鎌駅より徒歩1分

●休診日 木曜・日曜・祝日・土曜午後

鎌ケ谷市新鎌ケ谷1-18-5 ディア・ヴェルジュ1F

☎047-401-3611

東葛連協親善ゲートボール大会



熟練の技でボールを操ります



仲間と連携してプレー



景品が手渡されました

絶好のスポーツ日和

2月28日（火）、野田市市営ゲートボール場において、親善大会が行われました。当日は雲一つない晴天。皆で本大会の開催を喜びました。浦安、柏、鎌ヶ谷、流山、野田、松戸の計6市から14チームが参加し、鎌ヶ谷市は6名1チームでの出場。結果は準優勝でした。いずれは最高齢者に授与される「生涯スポーツ賞」受賞を目指し、健康元気に今後も大会参加を目指します。

東葛女性部手芸講習会

お手製の正月飾り

12月16日（金）、松戸市シルバー交流センターにて、東葛女性部手芸講習会が開催され、鎌ヶ谷市からは3名が参加しました。テーマはお正月飾り。荷造

り紐や松かさなど主催の松戸市老連が準備した材料を用いて、参加者それぞれの個性が生きたかわいい作品ができました。



お手製飾りで新年を迎えました

私たちは鎌ヶ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています



鎌ヶ谷市のタクシーなら
協進交通

協進交通 有限会社

鎌ヶ谷市東初富1-11-8

☎047-444-4592

中古車・新車販売
車検・钣金塗装一式

株式会社 **イケゴオート**

鎌ヶ谷市中沢 771-1

TEL:047-446-0281

医療法人社団

いそのクリニック

内科・消化器内科・外科・乳腺外科・肛門外科・皮膚科

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

休診日：木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

鎌ヶ谷市南鎌ヶ谷1-5-27

☎047-498-5500



たたみの事なら
なんでもお任せ！

(有) **後関畳店**

<http://www.go-tatami.com/>

鎌ヶ谷市東初富6-9-50

☎047-443-4353

PC型枠 設計・製作

株式会社 **逸見鉄工**

鎌ヶ谷市佐津間1047

☎047-445-9897



— 金属リサイクル —

ナカノ 株式会社

鎌ヶ谷市佐津間 1167-2

TEL:047-445-1235

令和4年度東葛連協作品展

入選した7作品
をお披露目

1月9日(月)〜12日(木)、令和4年度東葛連協作品展が開催され、鎌ヶ谷市からは7作品を出展しました。会場には絵画、写真、手工芸、書と、多種多様な作品が並び、訪れた方の多くは作品の前で足を止め、その技能技術に感嘆する姿も見られました。出展された次の7作品のうち、金子さんの絵画「二見浦」、福田さんの書「漢詩」は、厚生労働省が主催する「ねんりんピック」への出展候補に選出されました。



手工芸の部「竹細工 花器」

熊谷 為雄



絵画の部
「二見浦」
金子 忠



書の部「漢詩」
福田 悦子



福田 悦子

手工芸の部
「着物から洋服」
田中 せつ



手工芸の部
「帯と着物リフォーム」
駒井 良枝



写真の部「里山の貴婦人」

田中 時雄

部門	作品名	出品者名	年齢
書の部	漢詩	福田 悦子	86
絵画の部	二見浦	金子 忠	87
写真の部	里山の貴婦人	田中 時雄	80
手工芸の部	竹細工 花器	熊谷 為雄	90
	帯と着物 リフォーム	駒井 良枝	82
	赤とんぼ	佐藤 康子	80
	着物から洋服	田中 せつ	92



手工芸の部「赤とんぼ」

佐藤 康子



🌸：ねんりんピック愛顔のえひめ2023美術展選出候補

私たちは鎌ヶ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

造園 管理 エクステリア

岡崎造園土木

鎌ヶ谷市初富102

☎047-443-9195

鎌ヶ谷造園土木株式会社

造園・土木 設計・施工

鎌ヶ谷市中沢 379

TEL:047-445-3136

FAX:047-445-2200

株式会社 齊藤造園土木

鎌ヶ谷市初富 172-7

TEL:047-444-3510

E-mail / info@saito-z.com

各種タンク・圧力容器・有水式ガスホルダー
球形ガスホルダー・サイロ・配管
設計、製作、現地据付、補修・耐震工事

株式会社 竹森工業

鎌ヶ谷市東道野辺 7-18-25

TEL:047-444-5531

キッチン・トイレ・お風呂など
リフォームの事なら、お任せください

株式会社 野本

千葉県(指定給水装置工事事業者) / 公共下水道工事指定店

鎌ヶ谷市鎌ヶ谷 4-4-26

TEL:047-444-1171

未来を担っていく子供達の為に…
私達は素敵な環境を守り続けます…

株式会社 ウォッシュマン

鎌ヶ谷市鎌ヶ谷 9-14-38

TEL.047-442-5719

手工芸教室

愛らしい立雛が完成しました

2月1日(水)、総合福祉保健センターにおいて、鎌ケ谷市手工芸連盟会長である小金力ヨ子先生を講師としてお招きして、手工芸教室が開催されました。

当日は、男女20名の会員が参加し、手芸キットを使った扇立雛の作成にチャレンジし、慣れない手つきで悪戦苦闘しながらも、無事にお雛様を完成することができました。

参加者からは「綺麗にできたので、家に飾りたい」「楽しかったので、次も参加したい」といった声がありました。



完成した作品を手に
にっこり笑顔



丁寧に教えていただきました

私たちは鎌ケ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

印章・印刷・和雑貨・天然石・ギフト特選品

平安堂 鎌ケ谷店

鎌ケ谷市新鎌ケ谷 4-8-1 平安ビル 1F

TEL : 047-442-1785

FAX : 047-441-5077

<https://www.heiando.net>

**相続税 確定申告
贈与税 税務会計**

決算・税務申告・税務相談
相続・贈与・譲渡・消費税申告相談
親切、丁寧にお応えいたします。

齋藤俊夫税理士事務所

鎌ケ谷市東道野辺
5-10-35

☎ 047-752-9975



日本産業規格表示認証工場
株式会社 カツ山建材

KATSUYAMA KENZAI CO.,LTD

本社 鎌ケ谷市南鎌ケ谷 3-2-53

TEL:047-443-6335

工場 船橋市二和西 5-19-11

TEL:047-447-5440

千葉県交通信号機指定工事店

株式会社 **大野信号設備工業**

鎌ケ谷市西佐津間1丁目7番29号

☎ 047-445-0603



電気工事業

横尾電設 株式会社

鎌ケ谷市鎌ケ谷7丁目10番58号

☎ 047-444-1873



小さな工事から
総合リフォームまで!

上下水道指定工事店

友志建工 株式会社

鎌ケ谷市東鎌ケ谷1-5-4 中平ビル101

☎ 047-404-1278



次回への闘志を燃やします

クラブ紹介

中央東地区

南初富第二福寿会

桜井 好文

チーム一丸となつて

当ゲートボールクラブは昭和60ごろ発足しました。年齢の関係で会員が毎年減少傾向にあ

中央地区

南初富第一福寿会

日比野初恵

女性14名で軽体操を

南初富第一福寿会は昭和40年9月1日に発足し、当時は80名ぐらゐの会員がいましたが、高齢化が進み現在は31名で続いています。

グラウンド・ゴルフ部は毎週水曜日、陸上競技場の駐車場を使い、市の許可を得て18名前後

で16ホールを生き生きとプレーしています。市老連の大会に毎回参加し、2回個人優勝者を輩出しています。

運動部発足当時は4名いた男性が参加減となり、今は女性14名で毎月第1～3土曜日午後1時から3時まで、南初コミセンで軽体操をし、終了後は皆さんとさならるコミュニケーションを取り楽しんでいきます。年3回誕生会を行い、祝品を贈呈し、ゲームをして楽しんでいきます。

今年は日帰り研修も予定しています。



参加者全員でパチリ

私たちは鎌ヶ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

水道・給排水・下水・空調
リフォーム・土木工事



SHiNWA
新和設備株式会社

鎌ヶ谷市東初富1-7-41

☎ 047-444-2118

有限会社 新星興業

鎌ヶ谷市軽井沢2097-3

☎ 047-446-7312

鎌ヶ谷市指定上下水道工事店
千葉県企業局指定給水装置工事事業者
千葉県知事許可（般）第41018号



司興業株式会社

鎌ヶ谷市初富802番17

TEL 047-444-4040

「ねたきりゼロ」10か条



- ①健康なからだをつくろう
- ②病気の早期発見と予防につとめよう
- ③事故防止に心がけよう
- ④メリハリのある毎日を送ろう

- ⑤** 1日1回は外に出よう
⑥ 友達や仲間をつくろう
⑦ 社会活動をすすめよう
⑧ 家族の協力で自立につとめよう
⑨ 保健・福祉サービスを上手に利用しよう
⑩ 私は **ができる**
- 



あなたができる目標を1か条加えましょう

西北部地区

入道池クラブ

渡辺 美子

多様な行事で
心も豊かに

私たちは毎週火曜午後1時から3時半の間、お茶会をしながら、庭に咲いている草花を持ち寄りフラワーアレンジメントを行っています。また、つるし雛作りにも取り組んでいます。どちらも自己流で出来栄は上々です。

常時15名以上が参加して毎回異なる行事を実施し、暖かい日はウオーキングもします。行事はさまざまな講話や塗り絵、折り紙、季節のお茶会、時には日帰り旅行。要望に応じて一泊旅行などがあり、笑ったりおしゃべりしたりすることで、心の癒しや健康につながっています。また、参加者同士の支え合いも見られ、終始良い雰囲気です。楽しく行っています。



可愛い飾りの前で記念撮影

東部地区

シニア・グリーンクラブ

相澤 和子

ボッチャを導入しました

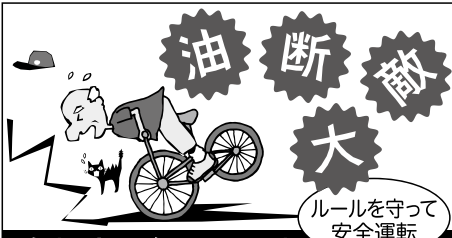
初代会長竹林正憲氏率いる43名のシニア・グリーンクラブが平成10年4月に発足。以来26年を経て、会員数は14名になってしまいました。現在、70代3名、



大会参加が楽しみです

80代8名、90代3名で、平均年齢は85・4歳です。
先細りの会を立て直すためにボッチャを始めました。子どもも成人も高齢者も、体力に自信のない人も共に楽しめるスポーツとして生まれたものです。
若い人の老人会入会を期待し、市老連でのボッチャ大会開催を願っています。
今からでも遅くない。老人会に入ってボッチャを学べば、スポーツ大会参加の夢が見られるかもとワクワクします。

私たちは鎌ヶ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています



自転車の無灯火運転
カサさし運転はやめましょう

有限会社 昌立

鋼構造物工事業

千葉県知事許可（般-3）第47510号

鎌ヶ谷市初富808-59

☎047-442-2263

有限会社 田中冷熱工業

鎌ヶ谷市軽井沢1985

TEL 047-446-0918

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ

ニチコミ
nichicom

令和5年度 老人クラブ連合会事業計画

月	日	曜	市老連事業	日	曜	県・東葛飾地区事業
4	19	水	春季ゲートボール大会(予備日4/26・水)			
5	10	水	春季グラウンドゴルフ大会(予備日5/17・水)			
	24	水	定期総会			
	下旬		会報紙5号発行			
6	6	火	春季ペタンク大会(予備日6/13・火)			
	16	金	囲碁将棋大会			
7	6	木	芸能大会(きらりホール)	10	月	県・ゴルフ選手権
8	4～7	金～月	作品展(きらりロビー)	20	日	東葛連協囲碁・将棋大会
9	13	水	秋季ゲートボール大会(予備日9/15・金)			
	20日前後		全国一斉の「社会奉仕の日」			
	27	水	秋季グラウンドゴルフ大会(予備日10/4・水)			
10	1	日	市主催の長寿運動会参加	12	木	県・ゲートボール大会
	17	火	秋季ペタンク大会(予備日10/24・火)	25	水	東葛連協芸能交流会
	未定		親睦旅行	28～31	土～火	ねんりんピック愛顔のえひめ
11	17	金	カラオケ大会	8・9	水・木	全国老人クラブ大会
	未定		理事視察研修	9	木	東葛連協ペタンク大会
	下旬		会報紙6号発行	14	火	東葛連協グラウンド・ゴルフ大会
				22	水	県グラウンド・ゴルフ大会
12				11	月	県・囲碁・将棋大会
1	25	木	老人クラブ大会(きらりホール)	中旬		東葛連協作品展
				22	月	県・老人クラブ大会
2	上旬		手工芸教室	未		東葛連協ゲートボール大会
3	中旬		友愛訪問			

※予定は変更になる場合があります。

「第12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】
花見

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 6 月 30 日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索



令和5年度 役員・実行委員長名簿

役 職	氏 名
会 長	田尻 昌治
副会長	千葉 頼孝
副会長	奥山 浩一
副会長	猿谷 宣男
常任理事	木下 隆男
常任理事	小嶋 宏信
監 事	松尾 博
監 事	相澤 和子

事業名	実行委員長
定期総会	田尻 昌治 (会 長)
老人クラブ大会	田尻 昌治 (会 長)
理事研修	千葉 頼孝 (副会長)
懇親旅行	奥山 浩一 (副会長)
会報紙発行	相澤 和子 (監 事)
芸能大会	奥山 浩一 (副会長)
シニア作品展	奥山 浩一 (副会長)
囲碁・将棋大会	渡辺 剛次郎
教室事業 (手芸等)	奥山 浩一 (副会長)
カラオケ交流会	田尻 昌治 (会 長)
グラウンドゴルフ	牛込 哲三
ゲートボール	坂元 幸夫
ペタンク	藤本 貴一

俳句

富士山の稜線長く冬夕焼
朝焼けの切り絵の如きシルエット

賛助 山崎貴以子

もくせい文壇

五行歌

新緑の
樹々を
渡る風
あれは
春の小さな命

ハイツみどり会 藤ヶ谷美智子

編集後記

今年の3月中旬にコロナの感染対策が緩和され、マスクの着用が個人の判断に任されることとなりました。

また、温暖化の影響で桜の開花が例年より早く桜の名所では花見等で私たちを楽しませてくれています。このままだと夏の暑い日が早く来てしまうのではないかと心配しています。

我々老人クラブでは本年度の事業を計画通り実施する予定ですので、会員の皆さま、健康には充分留意し、元気に参加し、楽しいひとときを過ごしてほしいと思っています。

編集委員

近松 光夫・山本 利夫
佐藤 康子・相澤 和子
奥山 浩一

とっておきの作品を 句集 にしませんか？

あなたが見た景色や感じた季節の情景…

それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか？

初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史

写真集

イラスト集 など

印刷物のことならなんでもおまかせください。
ご希望に添った一冊をお作りいたします！

見積無料



安心してお任せ下さい！

制作の流れです。
3つのステップで終始
弊社が担当します！

ご相談

ご希望の装丁や
部数をお伺いし
見積ります

制作・校正

制作はお任せ下さい
途中の校正で内容をご
確認頂けます

印刷・お届け

ご希望の納品先へ
お送りさせて頂きま
す

私たち編集のプロが一貫してサポートいたします！

お気軽に
お問合せください



Tel 03-5718-3900

Fax 03-5718-3901



株式会社 ニチコミ
http://www.nichicom.com

部屋を隅々まで使いプレイボール



先攻後攻交替

コントロールも重要です

シニアの
トレンドはクラブ活動
自慢各クラブでの新しい
取り組みを紹介します。じわり普及の
リアル野球盤ゲーム

鎌ヶ谷市で初めて、中央地区第2層協議体が介護予防と生活支援のために取り入れたリアル野球盤ゲームの紹介をさせていただきます。ルールは普通の野球同様です。屋内ででき、野球のルールが分からなくても、高齢の方や車いすの方も、誰でも楽しく安全にプレイできます。

先般さつそく、駅前第一笑話会・駅前第二笑話会・駅前第三笑話会と自治会の交流会を中央公民館で行いました。

今後モフレイルなどの予防のため、鎌ヶ谷市老人クラブ連合会において各老人クラブへ広めていきたいと考えています。

(鎌ヶ谷駅前第三笑話会)

千葉 頼孝

スポンサー各位
への御礼

この会報紙「もくせい」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。今後とも倍旧のご厚誼を賜りますようよろしくお願いいたします。

私たちは鎌ヶ谷市老人クラブ連合会の活動を応援しています

新鎌ヶ谷眼科

診療時間	火	水	木	金	土・祝	日・月
9:45~12:50	●	●	●	●	● 9:00~13:45	—
13:45~16:50	●	●	●	●	—	—

休診日 日曜・月曜

鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷 2-7-1 イオン鎌ヶ谷店 2F

TEL 047-404-4111

特別養護老人ホーム

社会福祉法人 創誠会

あかり

近隣には保育園や幼稚園があり、
周辺環境の整った、
明るく穏やかに過ごせる施設です

お気軽にご連絡ください

TEL:047-441-6610

鎌ヶ谷市鎌ヶ谷 7-13-33



新鎌ヶ谷接骨院

	午前	午後
月~金	9:00~12:00	15:00~20:00
土曜	9:00~12:00	15:00~18:00
日・祝	休診	

鎌ヶ谷市新鎌ヶ谷 1-7-20-104

TEL 047-412-6611

やがて故郷に変わる街、
鎌ヶ谷で『OWL』が創る癒しの場所
特別養護老人ホーム

アウル 鎌ヶ谷

…想う時。心に寄り添っている。

鎌ヶ谷市佐津間字南木戸 568

TEL 047-401-2962

「俳句や短歌を文集にしたい」
「旅行やクラブ活動の写真集を作りたい」
「クラブ創立30周年! 記念誌を作りたい」
「会員募集のチラシを作りたい」



ニチコミでは、皆さまのご要望にお応えします

★お見積もり・ご相談無料!

TEL 03-5718-3900

〒140-0014

東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7階



株式会社 ニチコミ

http://www.nitchicom.com/