



かがやきだより No.98

令和8年1月15日発行

発行：金沢区シニアクラブ連合会

発行人：森川 年一

事務局：〒236-0021 横浜市金沢区泥亀1丁目21番5号

(いきいきセンター金沢内)

TEL・FAX 045 (784) 5121

e-mail:kanazawaku-shiniaren@ever.ocn.ne.jp

編集・印刷：株式会社ニチコミ

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

題 字：杉山 高蔵

口 ゴ：神田 朗

# かなざわ

## 一緒にあそぼ！ 今の子どもと昔の子ども 世代を超えて一緒に創る楽しさ

子どもの夢プロジェクトで「カナかる！大会」



ボッチャは子どもに大人気



ワニワニゲームは手作り



子どもと一緒に手品を楽しむ

金沢東部地区社協の多世代交流イベント「葉っぴいフェスタ」(11月16日(日)西柴中学校体育館)の様子です。今回は「子どもの夢プロジェクト」の舞台として、中学生グループ「葉っぴいにししば」がご当地カルタ「カナかる！大会」を開催しました。

### 目次

シニア連のページ.....	2～4	金沢消防署だより・原稿募集・編集にあたり.....	8
会員のページ.....	5	金沢警察署からのお知らせ・編集委員名簿.....	9
かがやきギャラリー.....	6	文芸〈俳句・短歌・詩〉.....	10～11
しあわせの窓.....	7	クラブのページ.....	12

## 第3回理事会

### 世代交流委員会の廃止を報告

10月28日(火) いきいきセンター金沢で第3回理事会が開催されました。次期会長と会計監査のための選挙管理委員会の設置と麻雀大会の実施についての審議、決定されました。

また、世代交流委員会については活動がないため、廃止としたいとの報告がありました。

## 令和7年度単位クラブ会長研修会

### 健康と歴史を学ぶ

11月13日(木)、金沢公会堂多目的室で、午後2時半から開催されました。47クラブから53人が参加され、第一部で(株)メモワールの粕谷氏から「フレイル予防教室 健康脳トレ・日本はまだまだ面白い」と題した講演をいただき、健康に日々を過ごす上で役立つ『礼三息=れいさんそく、またはれいみいき』という呼吸法の紹介・実践訓練と、漢字と映像を駆使した楽しい脳トレの、これも実践訓練をしていただきました。その中で鎌倉時代、鎌倉の浜で烏賊の高級品・障泥烏賊あぶりいかの名づけがあったということも伺いました。その姿が当時の軍馬あぶみの籠の泥除けの形に似ているということで、この名がついたそうです。

第二部では懇親や情報交換の場でさまざまな課題が話し合われました。

## 趣味の作品展

### 華やかな作品多数

10月29日(水)～11月3日(月)、晴嵐かなざわ(いきいきセンター3階)を会場に、趣味の作品展が開催されました。119点の作品展があり、来観者は437人でした。

## かがやきクラブ横浜大会 功労者表彰

### 長年の歩みを称えて

11月14日(金)に開催されたかがやきクラブ横浜大会で区シ連からは、次の方々が表彰されました。おめでとうございます。

**理事長表彰** 森川年一氏(いこいの街いこい会)、岡崎忠男氏(谷津染井クラブ) **理事長感謝** 新井田美保子氏(堀口長寿会)、大塚シズエ氏(谷津お楽しみ会)、牧野喜昭氏(金沢町白寿会)

**市老連優良クラブ表彰** 並木三丁目つつじクラブ **令和7年度全国老人クラブ活動賞** 金沢区シニアクラブ連合会女性部委員会(松葉の会)

## 令和7年度秋季スポーツ大会結果

### 秋空に燃える健闘

#### ◇秋季①グラウンド・ゴルフ大会

日にち 10月2日(木) 参加 40人  
優 勝 小野 誠(八景台ゆうゆうクラブ)  
準優勝 徳井 悟(マリンシニアクラブ)  
第3位 豊田 武男(八景台ゆうゆうクラブ)  
第4位 田中 輝男(堀口長寿会)

#### ◇秋季②グラウンド・ゴルフ大会

日にち 10月23日(木) 参加 64人  
優 勝 金子 義志(大道町内会シニア部)  
準優勝 齋藤 忠広(南川長盛会)  
第3位 小野 誠(八景台ゆうゆうクラブ)  
第4位 大石登志子(夏山仲よし会)

#### ◇ペタンク大会結果

日にち 10月30日(木) 参加 12チーム  
優 勝 夏山仲よし会Bチーム  
準優勝 夏山仲よし会Eチーム  
第3位 夏山仲よし会Cチーム



色鮮やかな作品に惹かれる

## 歩こう会

## 海の眺望と文学碑を楽しむ～逗子海岸回廊を巡る～

10月17日(金)快晴の中、82人の参加で逗子市役所横の亀岡八幡宮を元気にスタートしました。1905年(明治38年)日本海海戦でロシア艦隊を破った連合艦隊司令長官東郷平八郎の凱旋を祝し「東郷橋」と名を改めた橋を渡り、京都の五条大橋を模した「富士見橋」を脇に見ながら田越川沿いに歩き、逗子海岸に出ると石原慎太郎の小説「太陽の季節」芥川賞受賞50周年を記念して2005年(平成17年)に建てられた記念碑(オブジェに岡本太郎作「若い太陽」がついています)があります。青空の中、爽やかな海風に吹かれ、雪のない富士山を見ながら



笑顔あふれる歩こう会

800mの「太陽が生まれたハーフマイルビーチ」逗子海岸を歩き浪子不動(高養寺)に向かいました。徳富

蘆花作小説「不如帰」のヒロイン浪子が立ち寄った不動堂なので浪子不動と呼ばれています。別名、浪子不動は高橋是清



心ひとつに学生気分

と犬養毅が中心となって再建された寺で高養寺とも言われています。浪子不動からは海上に「不如帰の碑」徳富蘇峰(徳富蘆花の兄・評論家)筆の碑がはっきり見えました。前に公園(浪子不動園)があり、皆さんで美味しく昼食をとりました。公園の中には作詞土屋花情・作曲八洲秀章の抒情歌「さくら貝の碑」が立っています。帰路には「真白き富士の根・・・」の逗子開成中・高等学校を通り、京浜急行逗子・葉山駅で解散しました。今日一日は学生時代に戻り、天気晴朗にして楽しく軽やかな一日でした。

(歩こう会実行委員会 中山 雄二)

## ことぶき大学講座報告

## 『富岡空襲から80年』を開催

10月21日(火)、金沢公会堂2階多目的室にて、令和7年度第2回「ことぶき大学講座」を開催しました。テーマは『富岡空襲から80年』。講師は小山昭一氏、金沢シーサイドFMパーソナリティとしてご活躍です。

60人が熱心に聴講されました。横浜空襲は多くの方がご存知ですが、昭和20年6月10日に爆撃された富岡空襲について知らないことばかりでした。当時の金沢には、軍事施設が多く、敵機の標的となり、民間人や地方からの勤労学徒たちが犠牲になりました。現在の金沢の風景は平和そのもの。子どもたちに戦争の悲惨さ

を伝えたく、戦跡に標(しるべ)が欲しいと感じました。

参加された方の感想です。

「小山昭一先生は地方の学校に出向き、同窓会誌を集められ、細かくお調べいただき、私たちにお話してくださいました。感謝しております」

「遠くの出来事ではなく、身近な場所で起きた惨劇だったので内容が理解できました」、「この戦争さえ無ければ、と語られた小山先生。人生を変えてしまった戦争。心に大きな重い物を抱えてしまいました」

(ことぶき大学委員長

新井田美保子)



平和への思いを心に刻む

## 令和7年度シニア演芸の集い

## 歌と舞でつなぐ幸せの輪

「演芸の集い」は、趣味の作品展とともに、1973年にお年寄りの幸せを高める集いで開催されたのが始まりで、今日まで続く区老連の中心イベントである。コーラスや民謡・ハーモニカ演奏など、日頃の活動の成果を公会堂の大ステージで披露してきた。令和7年度も金沢公会堂にて10組の演技団体が練習の成果を披露した。



①踊りと銭 安来節六浦同好会  
【南川長盛会】



②琉球舞踊 -1 芦垣緋鶴  
【並木三丁目つつじクラブ】

③カラオケコーラス 谷津染井クラブ  
歌を楽しむ会 【谷津染井クラブ】



④フラダンス ガーディニアフラ【ぼたんの会】



⑤コーラス マリンシティシニアクラブコーラス部  
【マリンシニアクラブ】



⑥ピアノ演奏 豊田和子【ぼたんの会】



⑦琉球舞踊 -2 芦垣緋鶴  
【並木三丁目つつじクラブ】



⑨日本民謡  
楡良乃会  
【堀口長寿会】



⑧カラオケコーラス  
白鷺会カラオケ同好会  
【金沢八景ハイム白鷺会】



⑩手話ダンス たまゆら【西柴団地福寿会】

最後に春のカラオケ大会の準優勝者：田中好伸さん、優勝者：下山佐知子さん・中西知子さんが歌い、キングレコードの歌手でぼたんの会の北森はなさんが「川の流れのように」を歌って閉会となった。  
(水内 記)

「みんなで歌おう」に参加して

会場いっぱい広がる歌声

湘南六浦福和会 村田 秀雄

9月22日(月)金沢公会堂の多目的室で「みんなで歌おう」が初めて開催され66人の会員が集まりました。その中の一人として、会場の雰囲気をご紹介します。

各单位クラブでは日頃から集まった方々と、カラオケなどで歌う活動をそれぞれされていることと思いますが、今回は、「唱歌・童謡・昔懐かしい歌」などを全員で、会場一杯響くような大きな声で歌いました。

歌唱指導は、民謡歌手の阿部きみえさん、ピアノ伴奏の光岡佐輝子さんに応援いただきました。大きな声で元気に歌うことで、脳の活性化に役立つことや、歌うことで、ストレスが発散し、自律神経や血圧が安定しますと言われており、全員が楽しく過ごされたと思います。今回

は第1回でしたが、今年も開催できることを願っています。次回も皆さまと歌いましょう。



歌声にのせて新たな学び

会員のページ

令和7年度金沢区シニア連予定表 (令和8年1月~3月) <令和7年12月19日現在>

	1月	2月	3月
理事会・役員会	6日(火)役員会 20日(火)委員長会議・理事会	10日(火)役員会 24日(火)理事会	10日(火)役員会
麻雀大会運営委員会		22日(日)区シ連麻雀大会	
単位クラブ会長連絡会			9日(月)会長連絡会
IT委員会	29日(木)委員会	26日(木)委員会	26日(木)委員会
活性化委員会		原稿締切	3日(火)委員会
機関誌委員会	15日(木)機関誌98号発行 23日(金)委員会	27日(金)委員会	13日(金)委員会 20日(金)委員会
友愛活動委員会		19日(木)委員会	
囲碁・将棋委員会	14日(水)委員会	15日(日)大会	
松葉の会委員会			4日(水)委員会
演芸の集い委員会		16日(月)委員会	

(注) シニア大学、ことぶき大学、スポーツ、歩こう会、世代交流、旅行、趣味の作品展の各委員会は、1月から3月までの間、行事や会議などの予定はありません。1月4日まで事務所は冬季休業です。

老人クラブの活動が楽しくなる！第11回シニアの祭典

スポーツ・文化活動 体験紹介

ポッチャの体験、eスポーツ体験、モルックの体験、折り紙・ぬりえ講座、貧血チェック、スマホなんでも相談、シニア大学、区老(シ)連活動紹介など、楽しい体験が盛りだくさん！

日時 2026年2月20日(金) 21日(土) 11時~16時

会場 横浜新都市ホール(横浜そごう9階) & 横浜そごう入口前 新都市プラザ

主催 横浜市老人クラブ連合会 共催 横浜市健康福祉局(予定)

# ★かがやまギャラリー★

## ニューライフクラブ「さくらの会」

「さくらの会」も早や10年が過ぎました。季節の花々、野菜、果物、民芸品等を感じるままに描き、お互いの作品を鑑賞しています。

毎年夏には金沢文庫郵便局にて展示させていただき、それが励みになり、和気あいあい楽しい時間を過ごしています。



佐々木弘子さん



山崎 和子さん



布川 公子さん



勝山 政江さん



門間恵美子さん



北村 礼子さん

# しあわせの窓

金沢区役所地域振興課 地域力推進担当係長 富岡 幸世

金沢区の未来を担う子どもたちが考える「地域づくりのアイデア（夢）」を実現するために、金沢区が支援を行う事業「地域で実現！金沢子どもの夢プロジェクト」を今年度から実施しています。

子どもたちはシニアの皆さまをはじめ多くの方々に見守られ、いきいきと活動しています。活動の一部を紹介します。

## Happy company

### 「みんなの居場所 結」での輪ゴム銃づくり

9月28日(日)コミュニティサロン「みんなの居場所 結」にて割りばしを使った輪ゴム銃づくりを行いました。作成した輪ゴム銃は、いきいきフェスタ当日に空き缶倒しをするために使います。Happy companyのメンバー3名とその友人が先生となり、10名程度のサロン利用者と一緒に、たくさんの輪ゴム銃を作ることができました。



日頃から登下校を見守ってくれたり、コミュニティサロンでもお世話になっている地域の高齢者に感謝を伝えたいと言っていた子どもたち。輪ゴム銃をつくりながら、楽しそうに高齢者とコミュニケーションをとる姿にほっこりしました。



## RCアイネクライネ音楽隊♪

### 富岡ふれあいハウス「お元気だれでも食堂」での訪問演奏

11月8日(土)富岡ふれあいハウスにて訪問演奏を行いました。当日は、メンバー9名が参加し、バイオリンを中心に「イツ・ア・スモールワールド」や「ミッキーマウス・マーチ」など心弾むメロディをお届けしました。会場は自然と手拍子が起こるほどの盛り上がり。笑顔と拍手に包まれた楽しいひとときとなりました。



音楽を通じてまちがにこにこ笑顔になることを目指して活動しているこちらのグループ。今回で3回目の演奏会です。アンコールではお客さんから曲のリクエストもあり、終始和やかな雰囲気でした。演奏後、達成感でいっぱいの様子でカレーを食べる姿が微笑ましかったです。



この他にも、全7グループが楽しく活動しています。各グループの活動詳細や最新情報は金沢区のホームページでご覧いただけます。二次元コードを読み込むか「金沢区 夢プロ」で検索してください。シニアの皆さまからの応援は、子どもたちを元気づけます！

金沢区 夢プロ

検索





# 金沢消防署だより



## ケガを予防して今年一年元気に過ごしましょう



### ●高齢者に多いケガは転倒!

何もないところでも気を付けよう!

転倒の主な原因は…



- 1 家の中を安全に**  
段差や滑りやすい場所に注意。マットや手すりを使って転倒防止
- 2 外出は足元に注意**  
滑りにくい靴を選び、杖や手すりを活用。雪や氷には特に注意
- 3 毎日少し体を動かす**  
ストレッチや軽い運動で筋力を保ち、転びにくい体づくり

あなたのお風呂の入り方は大丈夫?

## 防ごう!入浴時のヒートショック

金沢消防署 総務・予防課 予防係 ☎ **781-0119** (代)

### 編集にあたり

新年あけましておめでとうございます。  
 昨年は、記録的な暑さ。秋が短く冬に突入。各地では熊の冬眠問題で【熊】という文字が踊りました。

今年の干支(えと)は「午(うま)」年。うまは、昔から躍動・成功・勝負運を象徴すると言われていました。また、馬は人の暮らしを支えてきた大切な存在で、家族を守り、幸せを運ぶ縁起の良い動物として親しまれています。しかも今年は、60年に1度の「丙午(ひのえうま)」。さっそうと草原を駆けるように、あらゆる挑戦で、前に進められるよう、シニアの歴史の記載で頑張ってください。

### 原稿募集

かがやきだよりへの投稿・寄稿をお待ちしております。

**会員のページ:** テーマは自由(政治・宗教を除く)クラブでの活動の様子、写真や挿絵などを添えて。

**かがやきギャラリー** は、紙(誌)上作品展です。作品は実物やその写真などで、対象はなんでも結構です。

いずれもお名前、所属支部・クラブ名と連絡先電話番号を必ず添えてください。

〒236-0021

金沢区泥亀1丁目21番5号いきいきセンター金沢内  
 金沢区シニアクラブ連合会事務局 TEL・FAX 045(784)5121

# 金沢警察署からのお知らせ

## ◇防犯情報

### 【特殊詐欺被害の状況】



○令和7年10月末までの発生状況

- (1) 被害届受理件数 **72件**  
被害総額 **約3億6600万円**
- (2) 被害手口内訳
  - オレオレ詐欺…………… 26件
  - 還付金詐欺…………… 17件
  - 預貯金詐欺…………… 6件
  - 架空料金請求詐欺…………… 18件
  - キャッシュカード詐欺盗…………… 0件
  - 融資保証金詐欺…………… 3件
  - その他…………… 2件

### ●みんなでとめよう国際電話詐欺

特殊詐欺の騙しの電話の多くが国際電話番号から、架かってきています。

固定電話の発着は、国際電話不取扱受付センターに休止の申込をすれば、+国番号（例えば、+44・+18等）から始まる国際電話番号からの発信・着信を無償で休止することができます。

下記の電話番号にお問合せ下さい。

#### 【国際電話不取扱受付センター】

0120-210-364

または、手続きが難しいなど感じる方は、金沢警察署（045-782-0110）にご相談ください。

### ◎防犯講話をお聞きになりませんか？

犯罪の被害防止には、正しい知識と防犯意識の向上が不可欠なため、町内会等の各種会合に警察署員が赴き、防犯講話を実施しています。

事前の申し込みが必要となりますので、希望される場合はお問合せください。

#### 【問合せ先】

金沢警察署生活安全課防犯少年係  
045-782-0110 内線261、262

### ●自転車盗難に気を付けて！

金沢区では、例年、自転車盗の発生が多いのですが、今年は特に発生が増加している状況にあります。

盗まれる自転車の約7割は、無施錠（鍵を掛けていない状態）で盗まれていますので、鍵を確実に掛けるようにしましょう。

できれば、ダブルロック（2つ鍵をかける）をお願いします。

### 【交通事故の状況】



### 【最近の傾向】

10月中、金沢区の人身事故発生件数は前年に比べやや増加しました。

10月末まで、金沢区内の人身事故の発生が多かった地域は、釜利谷東、富岡東、六浦地区でした。

### ○安全運転相談ダイヤル（#8080）を知っていますか？！

安全運転相談ダイヤルでは、運転に不安を感じる運転者やその家族から、運転免許の継続・返納等について相談を受け付けています。

運転に不安を感じたら、まず相談！#8080へ

### ○令和7年8月4日から、免許更新は予約制になりました。

神奈川県公安委員会から発送された「更新連絡書（はがき）」が届いたら、WEB予約または電話予約をお願いします。

**金沢警察署 生活安全課 交通課** ☎ **045-782-0110**

### 機関誌編集委員会名簿

支部名	クラブ名	氏名	
富岡第二	シーサイドコーポヨマキ会	宮川 康子	※
		土井 巖	※
並木	柴そよかぜ会	前田伊津子	※
金沢東部	西柴団地福寿会	林 秀明	○
六浦西	大道高砂会	水内 利博	◎
六浦西	湘南六浦福和会	村田 秀雄	○
釜利谷第一	阿王ヶ台シニアクラブ	岡 浩子	※
釜利谷第二	関ヶ谷クラブ	三上 典彦	※
区シ連副会長 機関誌委員会担当役員		沖川 正澄	—
株式会社ニチコミ		尾前 正樹	—
		兼山野々香	—

※機関誌委員会委員 ◎同委員長 ○同副委員長

### 金沢区シニアクラブ連合会のホームページへのアクセス方法

スマートフォンやタブレット、パソコンから金沢区シニア連の活動の様子や最新の情報を知ることができます。

下記のURL、またはQRコードからアクセスできます。



<https://kanazawakushiren.p-kit.com/>

石段をのぼりてゆけば鳥居見え

君の笑顔もそして現る

竹田 力

鮮やかな赤と緑のシヨウシヨウソウ

歩行難儀の友からもらう

中田 芳余ふゆよ

靴の紐結び直して歩き出す

朝の陽の差す川沿いの道

古畑 路子

今日の日を感謝して見る夕焼けの

空の眼差し温かく優し

森田 玲子



◎一般投稿

偕老かいろうの旅行写真の賀状受け

人柄うかが伺え幸あれと念ず

藤田 見丈

ご夫婦の絆の強さが計り知れる、とても楽しい賀状の内容でした。思わずお幸せをお祈りしました。



詩

「母」

シーサイドコーポヨマキ会 宮川 康子

今日帰ると云う日の朝

母の顔は寂しさを隠す様

帰り支度の車に

いっぱい積まれた、母の手作り

「元気でね」と言いつつ

「気をつけてな頑張らいついよ」と

ふる里訛りで手を振る

いつまでも見えなくなる迄

バックミラーに映る母の姿

里山の景色も色付き

故郷はそろそろ冬支度

ここしか知らない母の人生を、私は誇りに思う

と語る友の目が潤む



「秋のいたづら」

シーサイドコーポヨマキ会 宮川 康子

秋色の落ち葉達が道いっぱい

風に吹かれてカラカラと

駆けつっこをしている

集まった落ち葉達のたまり場で

「何処から来たの、貴方の色素敵ね」と

落ち葉同士のお喋り

そこへ園児達がギャアギャアと

落ち葉を踏んで大騒ぎ

また、風が吹いてカラカラと逃げる

すべては秋風のいたづら

短歌投稿募集

かもめ短歌会

投稿は偶数月の20日締め、歌会は奇数月の第2火曜日開催します。投稿された方も歌会に出席できます。

俳句投稿募集

関ヶ谷クラブ句会

関ヶ谷クラブ句会の准会員作品として、ぜひご紹介したいと思えます。

ご投稿の際は短歌(一首)や俳句(一句)に名前住所、電話番号を添えて区シ連事務所の宛先へご投稿ください。