



# つくば霞ヶ浦りんりんロード

文化的遺産など、さまざまな地域の魅力が楽しめます。 旧筑波鉄道の廃線敷と霞ケ浦を周回する湖岸道路を合わせ などの豊かな自然や風景、 公園に指定されている霞ケ浦などの水郷地域や筑波山地域 た全長180㎞のサイクリングコースです。 水郷筑波国定 鹿島神宮に代表される歴史的

#### 社協会長ごあいさつ

## 持続 もに創る 可能な社会を

つくば市社会福祉協議会会長 つくば市副市長

松本 玲子

の御健勝を心より御祈念申し上げます。 続けていくため、つくば市シルバークラブの皆 くと共に、貴連合会の更なる御発展と会員各位 様には引き続き地域の絆づくりに御協力いただ いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らし 期待しております。

が持続可能な社会の実現に繋がっていくことと

のためのスポーツ活動など、皆様の日々の活動

た地域の方の見守りや、

会員の健康と福祉向上

等の社会奉仕活動のほか、友愛訪問活動を通じ

いただきました。花いっぱい運動や地域の清掃

(

謝を申し上げます。

昨年度はつくば市シルバークラブ連合会とし

つくばSDGsパートナーズの登録もして

様におかれましては、様々な工夫をされながら

活動が自粛される中、

シルバークラブ会員の皆

活動を継続していただいていること、心より感

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で多くの 賜り、厚くお礼申し上げます。約3年間に渡り、

日頃から社協事業や市政に御理解と御協力を

役

会 長

副会長

副会長

副会長

副会長

副会長

副会長

事

事

事

事 幹

事

事

幹 事

幹 事

幹

幹 事

幹

幹

幹

幹

監 事

監 事

会 計

令和4年5月30日現在

128クラブ

6,080名

崎

地

区

運営委員24名

24クラブ

り、パン食い競争、

(地区運動会)は大勢の参加者が童心に帰

玉入れ、宝探し等、

喜々と楽

毎年秋に開催される。わくわくま

しんでいる姿は、この地区のメインイベントです。

長引くコロナ禍問題は、

日常生活、

経済活動に

進めています。

つくば市シルバークラブ連合会役員名簿

達也

末吉

一夫

正志

千男

稔

勇

守

忠

行雄

武男

恵之

ゆき

正

登

清

松吉

善助

肇

氏 名

伊藤

鈴木

石塚

中島

小林

古川三

羽生

慶野

中川

秋葉

根本

高橋

寺嶋

飯岡

宮澤

樋口

斉藤

服部

坂入

任期/令和4年4月25日から令和6年通常総会まで

推薦地区

県老連会長

茎崎地区

豊里地区

茎崎地区

大穂地区

筑波地区

谷田部地区

大穂地区

大穂地区

豊里地区

谷田部地区

谷田部地区

筑波地区

筑波地区

茎崎地区

桜地区

桜地区

茎崎地区

豊里地区

桜地区

備

新 任

新 任

新

新 任

新

任

任

(会長1名

大穂

地

X

運営委員16名

21クラブ

おります。

(女性委員18名

会計1名

豐

里地区

運営委員14名

28クラブ

# 【シルバークラブ役員交代】

通常総会において、次の通り役員が承認されましたの 御報告させていただきます

(順不同·敬称略

## 事を通 健康増進を!

大穂地区シルバークラブ連合会の紹

**大穂地区運営委員長** 中島

ボッチャ、 され参加者も多く盛り上がります。 構成され、会員数は997名です。 代表者による運営委員会で事業計画、 大穂地区シルバークラブは、 グラウンド・ゴルフ大会と普段の成果が期待 検討され準備実行されます。 カーレット講習会を開催し普及活動を シルバー教室、花いっぱい運動、 奉仕作業。スポーツの部は、 21の単位クラブで 単位クラブの 今年は新たに 活動方針が

のリスクが高まることに の働きが弱まる「フレイル」 大半でした。コロナ禍で動かないことにより心身 夏にもうんざりしながらマスクをしている人々が も多大な打撃をもたらしています。 暑さが勝る今

つくば市シルバークラブ連合会

専門委員会

広報委員11名 活動活性化委員12名)

筑

波地区

運営委員10名

18クラブ

桜

地

<u>又</u>

運営委員 7名

9クラブ

副会長6名 幹事9名

監事2名)

谷田部地区

運営委員14名

28クラブ

警鐘が鳴ります。

役員会

に実施出来るよう願って い、これからの事業が確実 感染症対策をしっかり行 ランスのよい食事をとり 運動、バ

みんな夢中

肇

◇第2回役員会

と き:9月6日(火)

参加者:16名

## きいき 活動報告

## と き:4月12日(火) 〉第1回役員会

と き:4月25日(月) ところ:つくば市役所 参加者:15名 ◇定期総会

参加者:10名 と き:5月2日(火 ◇第1回広報委員会 参加者:68名

参加者:18名 と き:6月7日(火)

と き:6月14日(火 参加者:9名 ◇第1回活動活性化委員会

参加者:15名 と き:6月14日(火 ◇第1回女性委員会

と き:4月21日(木)

◇第1回運営委員会

大穂地区

参加者:15名

と き:7月12日(火 ◇第2回広報委員会 ◇第1回グラウンドゴ ルフ大会

参加者:9名 ◇第3回役員会 参加者:7名 と き:7月26日(火) ◇第2回活動活性化委員会 参加者:98名 ところ:吉沼野球場 と き:5月12日(木

準優勝:中島 (要口ノ堀シルバークラブ) (上内シルバークラブフレンズ) 勝:佐々木志郎

## ◇第1回運営委員会 筑波地

第3位:原

参加者:6名 と き:4月6日(水

参加者:10名 と き:5月13日(金 ◇ボッチャ体験交流会

◇第2回運営委員会

参加者:50名 と き:6月21日(火 ところ:筑波総合体育館

ところ:野口雨情記念 と き:7月14日(木) 館他(研修)

◇第3回運営委員会 参加者:38名

参加者:9名 と き:9月12日(月

> 参加者:14名 と き:5月23日(月) ◇花いっぱい運動 ◇第2回運営委員会 (白水シルバークラブ)

参加者:10名 ところ:大穂交流センター と き:6月9日(木)

ところ:大穂交流センター 参加者:32名

◇第1回シルバー教室

◇第3回運営委員会

参加者:13名 と き:8月18日(木) ◇第4回運営委員会

と き:9月29日(木) 参加者:16名

と き:7月2日(火) ◇カーレット講習会

◇第2回運営委員会

◇第1回グラウンドゴ 参加者:7名 と き:5月31日(火 ルフ大会

と き:9月20日(火

第3位:松本 準優勝:鈴木 (大宿第三シルバークラブ) (大宿第三シルバ 勝 %: 塚田 (ークラブ 勝美 末吉

◇第3回運営委員会 野畑シルバークラブ

参加者:9名

参加者:7名 と き:4月19日(火) ◇第1回運営委員会

準優勝:田邊 優 勝:古川三千男 参加者:28名 ところ:さくら運動公園 と き:6月10日(金) (並木和楽会) 、野田シルバークラブ

と き:6月28日(火) 第3位:竹之内雄二 ◇第1回カーレット大会 (野田シルバークラブ)

参加者:9名

◇第1回スポーツ大会

(輪投げ)

◇第2回運営委員会

と き:5月18日(水)

参加者:10名

と き:4月28日(木)

◇第1回運営委員会

豊里地区

参加者:21名 ところ:さくら運動公園

ところ:老人福祉センター と き:5月2日(火)

とよさと

勝:並木和楽会・野田

参加者:28名

シルバークラブ

準優勝:野田シルバー クラブ

第3位:しば楽会 ◇第3回運営委員会・ 花いっぱい運動

参加者:6名 ところ:桜老人福祉センター と き:7月19日(火)

と き:9月6日(火 ◇第4回運営委員会

参加者:7名

◇第2回カーレット大会

参加者:15名 ところ:桜老人福祉センター と き:9月13日(火)

準優勝:野田シルバー 勝:並木和楽会1 クラブ2

第3位:野田シルバー

谷田部地区 クラブ1

と き:4月19日(火 ◇第1回運営委員会

参加者:12名

と き:5月12日(木) ◇第1回カーレット講座

参加者:25名 ところ:市民ホールやたべ ◇第2回運営委員会

参加者:13名 と き:5月20日(金 ◇第1回ノルディック

ウォーク教室

ところ:研究学園駅前公園 と き:5月31日(火)

参加者:31名

◇第3回運営委員会

ところ:市民ホールやたべ

◇第1回シルバー

と き:6月9日(木 **◇第2回カーレット講座** 

◇第4回カーレット講座

公 演:

参加者:131名

参加者:26名 ところ:市民ホールやたべ

ところ:市民ホールやたべ

第21代永井兵助

◇第1回グラウンドゴ ルフ大会

参加者:87名 と き:6月13日(月) ところ:研究学園駅前公園

準優勝:飯島 (西栗山シルバー友志会) 勝:鈴木千代子

(おのがわ睦会)

(おのがわ睦会) 第3位:梅田 一徳

茎崎地区

と き:6月21日(火) ◇第1回シルバー教室 6月23日(木)

参加者:合計36名 ところ:ユーワールドつくば 容

湯っくり観劇日帰り旅 行(大衆演劇の鑑賞)

参加者:129名

ところ:市民ホールやたべ ◇第3回カーレット講座 と き:7月7日(木)

と き:7月12日(火) 参加者:28名 ◇会長懇談会

参加者:25名

と き:7月12日(火)

◇第2回運営委員会

第3位:池向Bチーム

チーム

参加者:31名 参加者:34名 と き:9月8日(木) 参加者:13名 と き:7月22日(金)

◇第2回ノルディック ウォーク教室

ところ:小貝川スポーツ公園 と き:9月2日(火)

参加者:25名 ◇第4回運営委員会

参加者:11名 と き:9月29日(木)

講 生活安全講話

つくば警察署生活安全課 植野真人氏

公

「三ツ木清隆の元気が

演

出るコンサート」

三ツ木清隆氏

大久保勝弘名人

◇合同シルバー 地区合同

ところ:市民ホールと と き:7月13日(水)

参加者:24名

と き:5月17日(火) ◇第1回運営委員会

参加者:豊里78名 よさと

と き:6月14日(火)

◇第1回輪投げ大会

ところ:茎崎運動公園

講 「成年後見制度について」 話

公 演 ··

準優勝:つくばね会A

勝:城山Aチーム

出るコンサート」 「三ツ木清隆の元気が 三ツ木清隆氏

筑波山ガマ口上保存会 ところ:市民ホールくきざき と き:8月12日(金)

「筑波山ガマの油売り口上」

#### つくば市からのお知らせ

#### つくばスーパーサイエンスシティ構想



4月12日、つくば市は、政府からスーパーシティ型国家戦略特別区域に指定されました。今後、法律の大胆な規制緩和が可能となり、日常生活のさまざまな分野で人工知能やロボット技術などを活用した先端的なサービスが、利用できるようになります。市民の皆さんにとってより快適で便利な暮らしを実現していく大きな一歩となります。

さて、つくば市は、道路の総延長が約3,700km に及びます。これは県内1位の長さです。

また、市内には、約20,000人の研究従事者がおり、約18,000人の大学生・大学院生が3つの大学に在学しています。さらに、約11,000人の外国人が暮らしています。さらに、つくばエクスプレス沿線では子育て世代の転入が進む反面、郊外では高齢化率50パーセントを超える地区もあります。

このような状況から、高齢者が買い物や通院に不便を感じたり、外国人が行政の手続きがよくわからないなど、さまざまな課題が生じています。一方で、近年は、スマートフォンを使って、いつでもどこでも日用品などを注文することができ、すぐに宅配してくれる便利なサービスが利用できるようになってきました。

スーパーシティでも、医療機関の受診を便利に するためスマートフォンから乗り合いのタクシー を呼び出し、車内で病院の受付や支払いまでを 行うことのできるサービスを検討しています。また、公職選挙もスマートフォンから投票できない か検討しています。

市では、こうしたスーパーシティで開発するさまざまなサービスを利用しやすくするため「つくスマ」というアプリを開発しました。今後は、サービスをこのアプリから利用できるようにしていきます。

皆様には、以下のQRコードからダウンロードをお願いいたします(ご家族、ご友人にもぜひお勧めください!)。なお、このアプリには市役所からのお知らせを通知する機能もあります。現在は、イベントやくらしの情報を中心に通知していますが、今後はバスや移動スーパーの位置情報を見やすく表示するなど、便利にお使いいただけるよう、どんどん機能を追加していく予定です。

今回のスーパーシティの指定は、地域の「困った」を解決につなげる絶好の機会ととらえています。大学・研究機関、民間企業とともに、しっか

りと取組を進めていきたい と考えていますので、今後の 取組にご期待いただくととも に、ご理解、ご協力をお願い いたします。



つくばスマートシティ アプリ「つくスマ」





した。

会役員会にて決定させていただきま

員会からご推薦をいただき、

市連合

今年度も対象者を各地区の運営委

に各地区運営委員長から表彰状をお

お名前を掲載させていただくととも

この紙面により受賞された方々の

渡ししていただきました。受賞され

改めておめでとうございま



大穂地区

ルバークラブ大会」が中止となりま

に開催される予定でした「第3回シ

コ

ロナ禍の影響もあり、

本年7月



筑波地区

、ば市シルバー



茎崎地区



谷田部地区



桜地区

61

回茨城県老人クラブ大会

い申し上げます。

#### 与されている皆様です。 受賞されました。 たりシルバークラブの発展に寄 クラブ連合会常任理事会におい ら推薦した7名の方々が県老人 で開催されました。 シティ会館(県民文化センター) クラブ大会が、 て決定され、記念式典において 受賞された方々は、 9 月 Ź1 日 水 ザ・ヒロサワ・ に茨城県老人 つくば市か 永きにわ 心より

茨城県老人クラブ大会被顕彰者



#### 県老連会長表彰

高橋 勝男 坂入 治 松崎 友子 木村 輝信 幸枝 青木 矢野 紘

#### 県知事感謝状

鈴木 末吉

(順不同・敬称略)

#### 令和4年度 つくば市シルバークラブ連合会

役員功労者並びに

優良シルバークラブ顕彰者協助者名

#### **役員功労者**(順不同·敬称略)

鶴見テル子 根本 スイ 佐藤 武子 柳子 飯塚 中島 ひろ 猪瀬 文雄 横島 寅夫 浦里 信子 鈴木 てる 吉沼 貞次 古平 淑子 きく 広瀬 沢辺 典夫 宮本 いち 根本喜美子 矢後 愛子 孝子 根本 根本 哲雄 土田 勇 米桝 征之 健 倉持 淳 伊東 山中 信一 山中 悦子 山中 好男 吉原 ナツ 芳夫 倉持 中山多恵子 中山 順一 浅田 紀子 三代子 森 黒田 定男 鮫島 寛 啓一 高林 孝子 佐藤 中島 喜久 あつ子 泉

#### 優良シルバークラブ

台町福寿会(谷田部地区) 百の会(茎崎地区)

#### 協助者

松浦 孝代 阿部チエ子

知る場



皆に見守られ慎重に打つ

ポーツ大会を目標とし に2回行っているス バークラブ連合会が年

練習に励んでいま

す。 て、

この間、

10月3日

ポーツ大会では、会員

てしまいましたが、吉 の開催ができなくなっ 感染拡大し、イベント 新型コロナウイルスが されました。その直後、 こし事業が盛大に開催 と題して、地域の街お

元気!グルメガイ

に開催された第2回ス

の兼子さんがグラウン

参加してくれています。

り、吉沼小学校を会場

に「食と酒の祭言吉沼

店の積極的な協力もあ

地元で頑張っている商

しました。翌年2月、 元気!協議会」が発足

毎年、筑波地区シル

輪投げや地域行

水曜日、

と、たくさんの会員が

グラウンド・ゴルフ

週月曜日、

ド・ゴルフを中心に活 曜日の週3回グラウン 事として行っている体 動を行っています。そ 操教室に参加をしてい

動では、毎回平均20人 ります。新町福寿会の ります。ここにグラウ グラウンド・ゴルフ活 さがあり、楽しさもあ ても入らないことがあ に近いところから打っ ンド・ゴルフの奥の深

新町福寿会では、 毎

です。 り、非常にわかりやす く取り組みやすい競技 の少ない方が勝ちとな スポーツだと侮ること ルールも明確で、打数 めるスポーツです。 でもどこでも気軽楽し 簡単な道具でいつ しかし、高齢者

### 吉沼長生クラブ 川根 義行

グラウンド・ゴルフ

ぞれ長さが異なり、

ホール(ゴールポスト)

活性化事業参加

周辺市街地

Ō

なかれ。コースもそれ

新町福寿会

塚田

治

筑波地区

に力を注ぐ

す。 年貢が少なく、村人は 領などより四公六民と 地でした。近辺の旗本 が治める仙台藩の飛び 千石と言われ、 をしていたとのことで 比較的恵まれた暮らし 吉沼の歴史を振り返 かつては吉沼三 代官様

パチンコ店、 パーや個人商店が次々 戦後の賑わいも束の間 と姿を消してしまいま 近隣に進出し、 来と相まって大型店が に過ぎて、 時は移り、 車社会の到 映画館や 商店街の スー

く活動に励んでいきた 優勝されました。 ド・ゴルフ女性の部で れからもみんなで仲良 誇らしく感じます。こ いと思います。 大変



久々のイベントは大盛況

の活性化を図るため、 した。 そのような中、

地域

所の担当課の方を交え

地元の有志と市役

つくば市の支援のも

令和元年10月「吉沼、

て何度も協議を重ね、

年半近く地道な活動を ドマップの作成など1 続けていました。

ます。

コミュニ

しい時間を過ごしてい

せてくれました。 年寄りや子どもたちも が開催されました。お 語で市場という意味 沼マルシェ(フランス スなど盛況のうちに吉 月に多くの店舗が出店 かな通りに賑わいを見 ステージではフラダン **大勢集い、いつもは静** ようやく令和3年7 お囃子の演奏や、

していますので、是非ご 来場ください。 来年度も開催を予定

## 里地区

体制をつくりました。 員)および会計をおく に各1名の連絡員(役

大山シルバークラブ 土田 隆男

活性化のために 活動のより一層の

同士のコミュニケー 組んだのが活動のより けました。 始を機に会長を引き受 層の活性化と、会員 令和4年度の活動開 初めに取り



コミュニケ-ションから繋がる輪

地区内にある6つの班 の他に副会長2名と、 さんと相談して、会長 確立です。会員のみな とを目標とした体制の ションを大切にするこ

症対策に充分気を配り ロナ禍であるため感染 活動を始めました。コ 体での集まりを目標に そして、 月1回の全

集い世間話や近況報 も少ない中、みんなで 心がけています。普段 気軽に参加できるよう ながら、多くの会員が 顔を合わせること カラオケなどで楽

を広げていきたいと らではの行事など活動 ションや体操、 活動できるレクリエー 思っています。 てみんなが気持ちよく ケーションを大切にし 今後は、

地区な

## 桜地区

### 並木和楽会 宫 入 恵子

初めて参加して 私は近所の人に誘わ

カーレット大会に

第6波も収束したと感 ルフ、月1回の定例会 楽会に入会しました。 に参加して楽しく活動 毎週のグラウンド・ゴ れ、今年1月に並木和 していました。コロナ

第1回カーレット とのことで初体験 でしたが思い切っ 大会が開催される 桜地区単独で

じられる6月28日

て参加してみました。 8エンド行います。 番近いストーンのチー 自分たち3名が各2投 でした。対戦相手3名・ ングもよく知りません リングだよ」と聞いて 和楽会からは6名出場 全6チームの参加で、 し、ハウスの中心に一 いたのですが、カーリ しました。「卓上のカー ムが勝利です。これを 大会は3名1チーム

ションボリ、ストーン 参加したいです。 でしょうか。ぜひまた した。世代を問わず楽 を思いだし癒やされま ける音に昔のおはじき の石のはじけ方、はじ 出されたストーンに しめるゲームではない まぐれストーンに歓 相手チームに押し

狙い定めて 滑らかに投球

## 谷田部地区

## 台町福寿会

## 森本美代子

## 交流を深め、 よりよい活動を

台町福寿会は台町と

です。 ので集まるのも一苦労 無いので、谷田部の老 て活動しています。 の会員が点在するシル 上横場と広範囲に30名 谷田部の一部、 **八福祉センターを借り** ークラブです。 中心部に集合施設が ŧ

通ですから、 後継者です。 入ってきません。現在、 ても今では働くのが普 もう一つの悩みは、 若い人が 70歳過ぎ

役員、会員とも超高齢

と考えています。 交流を図っていきたい 営委員の皆様の助けを 借り、より良い活動 今後も社協、

カーレットを楽しむ

学びました。 を通じ互助の大切さを た。この間さまざまな 20年の歳月が経ちまし すぐ役員にされ、はや を深めようと、当会に 者ばかりです。 人とのふれあい、活動 人会、若手だったので 私も地域の人と交流

には積極的に参加して 運営委員会主催の行事 のリハビリ体操や地区 していくため、月2回

見事、優勝しました。 バークラブ連合会優良 さらに本年度、市シル 催カーレット大会では 喜びを分かちあいまし シルバークラブとして 表彰され、会員一同、 7月の谷田部支部主

地区運

高見原一丁目シルバークラブ 佐藤

喜総

茎崎地区

## 桜の花の下での ヨガに感激

げ、シルバーリハビリ 体操と数多くの種目に 超し、会の活動につい す。会員は100名を えようとしておりま 多くの会員さんの参加 てもグラウンド・ゴル フ、健康体操(ヨガ)、 平成26年7月に発足 来年は10周年を迎 カラオケ、輪投

当会ではコロナ禍で

楽しく元気に暮ら

みんなでご馳走になっ 飯を作っていただき、 うめん、秋はきのこご ります。倉持様のご好 の広場を借用し、月・ を過ごしております。 があり、楽しいひと時 ております。また、9 水・土の午前9時から こご飯、夏は冷たいそ 意により、春はたけの 11時まで練習をしてお については、倉持様宅 グラウンド・ゴルフ トを持参して実施しま 乗し、マット・カセッ 外でのヨガを計画実施 の花の咲き始めに、 高崎自然の森公園の桜 欲しいですね。 したが、桜の木の下で しました。車3台に分 なお、今年の春先、



桜の下で楽しくヨガ

ゲームと、宴会等で秋 が出来るようになって おりますが、早く活動 す。コロナ禍のために 産を買い自宅へ帰りま 翌日は那珂港に寄り土 楽しい旅を味わって、 の夜長をカラオケ・隠 塙町の温泉施設での しています。福島県の 月には研修旅行を計 ここ3年は自粛をして し芸などの披露により 画

#### ミニコラムボッチヤ

#### 知っていますか「ボッチャ」 📸

ヨーロッパで生まれたボッチャは、重度

脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障がい者のために考案されました。ボールが軽いので屋内で気軽にプレーできることが特徴。すべての垣根を超えてどなたでも楽しめるスポーツ、ぜひ一度プレーしてみませんか。

参考:一般社団法人 日本ボッチャ協会

のヨガに皆さん感激され、短い時間ではありましたが大変喜ばれました。 会員の皆様や地域の方々との交流を深めながら、自らの健康づくり、仲間づくり、生きがいづくりを目指し仲良く楽しく活動の輪を良く楽しく活動の輪をしていきたいと思いま



背筋もピン!と。元気に集合

練習をしています。 筑波交流センターにて と楽しく和気合い合い 名で、よき指導者のも 届りは、月2回会員12

### 



ながります。 コロナ禍で3年ボランティアに行くこともンティアに行くこともとたが、今年は会の発発表会、筑波地区の秋祭表会、筑波地区の秋祭表会、筑波地区の秋祭表会、筑ながらまだっまだ元気な私たちと一会員募集中です! 曲げたりして身体全体は、手足を上げたりませんが、会員がありませんが、会員がループが多くあります。竹を両手に持ち演がに合わせで強りまず。音楽に合わせ頭をい、手足を上げたりまか。音楽に合わせが

寺具元気クラブ

池島

とく



竹を両手に全身運動

#### 原稿募集

旅行記、郷土史、趣味、 随想、俳句、短歌、川柳(1

を使いとても健康につ

人1句・1首)等、文章は

400字程度。内容にふさわしい写真がありましたら添えてください。写真がある場合は、150文字減らしてください。また、次号でも風景・場所・ペットなどでほのぼのするお写真を募集します。

投稿の際に住所・氏名・電話番号・所属する単位 クラブ名を明記して、単位クラブ会長を通じて、下

記事務局までお送り下さい。文章等の原稿は原則返却いたしません。また、紙面の都合により割愛・編集・次号掲載となる場合があります。皆さんの投稿をお待ちしております。

次回発行6月(原稿締切:4月30日)

原稿送り先:〒300-2633 つくば市遠東639番地

つくば市シルバークラブ連合会

TEL 029-847-0231



#### 宝篋山小田休憩所

関東平野を一望できる 宝篋山の登山コースには 小田休憩所があります。 ちょっと一息 (休憩) する にはいいところですよ。





未だコロナ禍ではあります

広報副委員長 小久保 宏待ちしております。 お稿をおすね。

◇スポンサーへのお礼 本紙の発行に際しまして、ご協賛くださいましたスポンサーの皆様へ厚くお礼申し上げます。なにとぞ末永きご支援をお願い申し上げます。

続きますが、笑顔で楽しい企

画がたくさんできると良いで

た。まだまだマスクの生活がと交流が活発化してきまし

動を通して、元気なあいさつ

各地区シルバークラブの活

まったようです。

世の中の活動がやっと始