



# 祝 敬老だより

第3号 令和6年9月

## ごあいさつ



敬老の日にあたり、心からお祝い申し上げます。また、長年にわたり、ご家族や地域社会のためにご尽力をいただいている皆様に、心より感謝を申し上げます。

高齢化が進行する社会では、地域社会の担い手として、一人ひとりのお力がますます重要となっております。私も、ご紹介させていただいた皆様のように、いつまでもいきいきとありたいと思います。祝敬老だよりをご覧いただき皆様におかれましても、さらなるご活躍を願っております。

今後とも、すべての方々が生きがいや役割を持ち、助け合い暮らしていく社会の実現に向け、まちづくりを進めてまいります。

鴻巣市長 並木 正年



敬老の日にあたり、お祝いを申し上げます。

ご苦勞を重ね今日の繁栄を築いてこられた皆さまが、日々朗らかで穏やかに過ごされておりますことは、誠に喜ばしい限りであります。

皆さまの、今後ますますのご活躍をご期待申し上げますとともに、いつまでもいつまでも、お元気にお過ごしいただきたいと思っております。

私も議長として、皆さまが、健やかに、そして安全で安心な生活が送れるよう、市議会の運営に努めてまいります。

皆さまには、市議会の活動を、末なが一く見守っていただければ幸いです。

鴻巣市議会議長 織田 京子

# 地域で活躍する皆さんをご紹介します！



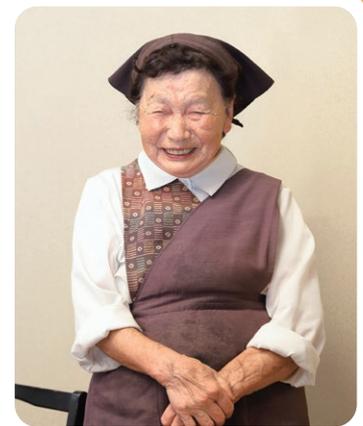
いのうえ ひろみつ  
**井上 博満** さん  
(笠原)

## 「勝ち負けは別として、 大切なのは続けること」

いつもは穏やかな井上先生も柔道場で練習に励む子どもたちを見つめる眼差しは真剣そのもの。77歳になった今も鴻巣柔道会の指導者として後進の育成に取り組む現役の柔道家です。小6で柔道と出会い、学生時代はインターハイなど数々の大会に出場。埼玉に拠点を移してからは埼玉県柔道連盟の事務局長として柔道の普及・発展にも尽力されてきたそうです。現在は全国柔道高段者大会の30回出場表彰を目標にしているそうで、挑戦し続けるその姿はみんなにとっての憧れです。

## 元気の秘訣は「規則正しい生活」と 「大きな声でしゃべること」

86歳になった今もレストラン「とき」の看板娘としてお店に立ち続ける寺澤さん。人懐こいその笑顔を求めて多くのファンが訪れます。寺澤さんの作るぬか漬けや手作りの惣菜も常連さんにとっては楽しみのひとつ。実家に帰って来たかのようなホッと安心できる居心地の良さに包まれます。寺澤さんの1日は長く、朝4時に起床して愛犬の散歩からスタート。22時に閉店してから晩ご飯を食べて翌日の営業に備えるそうです。元気の秘訣は毎日欠かさず食べるという“うどん”にも!?



てらさわ  
**寺澤 トシ** さん  
(箕田)



まつなが こうさく  
**松永 耕作** さん  
**かつ子** さん  
(大間)

## おふたりの笑顔を見るだけで癒されます

季節の草花が咲き誇る松永さんのご自宅は、まるでオアシスのような癒しの空間です。結婚58年目を迎える今もお互いを思いやり、冗談を言いながら楽しそうに会話する様子は人生のお手本とも言うべき理想的な夫婦の姿。ご主人が会社を退職した後は、ふたりで家庭菜園や草花の手入れを楽しんでいるそう。「草とりとお花の面倒を見るのは私の仕事。お父さんは野菜づくり。今こうしていただけることに感謝。草とりができることにも感謝」と充実した日々を送っているようです。

## 演奏を聴いたファンの方から ご推薦いただきました

若い頃から音楽が好きな讃岐さん。お兄さんの影響でギターを弾いたり、学生時代はコーラスにも参加していたそうです。ご友人に誘われて大正琴を習い始めたのは40年ほど前のこと。NHKホールで行われた全国大会や東日本大震災で被災された方を訪ねて仮設住宅で演奏するなど、幅広い活動をされてきたそうです。現在は市内の高齢者サロンで演奏を披露する機会もあるそうで、音楽を通じて多くの方に元気を届けています。大好きだという「千曲川」を披露いただきました。感動！



さぬき すみこ  
讃岐 澄子 さん  
(逆川)



のざき よしあき  
野崎 善晶 さん  
(新宿)

## ラジオ体操で素晴らしい一日のはじまりを！

発足から10年目を迎える「新宿ラジオ体操同好会」。早朝6時30分から始まる放送に合わせて20名以上の仲間が集まります。自治会活動で知り合ったイケオジ3人を中心として始動。健康維持・増進はもちろんのこと地域の人々の交流の場としても役立っているようです。「ひとり暮らしの高齢者も多いんですけど、ラジオ体操に来てちょっと話をするだけでも気持ちが和むんです」と野崎さん。夏休みには子どもたちも参加するそうで、世代を超えて交流できる貴重な取組です。



## 見かけたときは気軽に声をかけてください！

夫婦2人3脚で走り続けた46年間。地域の名店として親しまれてきた「若どりの松平」は2023年3月末をもって閉店しました。手作りの惣菜や焼き鳥が人気で、その味を懐かしむファンも多いはず。現在はご夫婦ふたりでピクニックに出かけたり、自治会館やコミュニティセンターなどで行われる体操や歌、塗り絵、そば打ち・うどん打ち…に参加したりするなど、変わらず忙しい日々を送っているそうです。セカンドライフを満喫するおふたりはハッピーオーラ全開です。



くさかべ たかし  
日下部 隆 さん  
はるこ  
春子 さん  
(人形)



とば ひでお  
**鳥羽 秀夫** さん  
(東)

## 趣味もボランティア活動にも積極的に

広報紙で偶然目にした「介護予防リーダー」に興味を覚え、令和4年度の養成講座を受講。現在は本町コミュニティセンターで開催される「ひだまりサロン」の運営や高齢者施設での傾聴ボランティアにも参加しているそうです。「いずれ自分も老人ホームのお世話になるだろうし、勉強のためにも」と、積極的に活動するその姿はまさにアクティブシニアそのもの。64歳から始めたという趣味の詩吟も今では準師範の腕前となり、今は師範を目指して練習に励んでいるそうです。

## 60歳からの挑戦。みんなで勝ち取ったNo.1

藤掛さんの卓球人生はまるで映画のよう。知人のすすめで60歳から本格的に卓球を始め、チーム「トライヤーズ（現：とらいあんぐる）」を結成。週3～5回の練習を重ね、気がつけば市内でも強豪と呼ばれるチームへと成長しました。挑戦の舞台は国内にとどまらず、ハワイや韓国など海外の大会にも出場。数々のメダルや賞状がその実績を物語っています。80歳を迎える今も現役の選手として「全日本卓球選手権大会」「東京卓球選手権大会」を視野に挑戦し続けています。



ふじかけ ともこ  
**藤掛 朝子** さん  
(赤見台)



すぎた たつえ  
**杉田 立江** さん  
(神明)

## いくつになっても続けられる 日舞の魅力を発信

軽快なリズムで踊る「長生きサンバ」を披露してくれたのは、杉田さんが代表を務める京雅立扇会きょうが りっせんかいの皆さま。毎年5月に行われる舞踊発表会や鴻巣さくら祭りで披露する演目のほか、ボランティアで訪れる施設の方に元気を届けるため流行の曲も練習しているそうです。35歳で踊りを始めたという杉田さんは凜とした佇まいが印象的で、お弟子さんたちからも「カッコイイ!」と自慢の先生です。先生曰く「楽しいのが一番。だから堅苦しいのは一切なし。ボケ防止で続けましょう!」と。



敬老の日、おめでとうございます。9月16日はご家族、地域でご長寿をお祝いしましょう。