

第50号



おいちょう宇都宮（宇都宮市老人クラブ連合会） 宇都宮市中央 1-1-15 電話・FAX 028-634-4950 宇老連だより

雨にも暑さにも負けず積み重ねてきた 写真では撮りきれないほどの活動



紙面刷新

私たちと一緒に連合会を盛り上げよう！

2026年4月よりホームページを リニューアルしました!!

より見やすく、より使いやすい形で皆さまに情報をお届けします。

それにあわせて、本会報誌も装いを新たにリニューアル。紙面のデザインや構成を見直し、写真や記事をより親しみやすく、読みやすくお伝えできるよう工夫しました。

これからもホームページと会報誌、それぞれの特長を生かしながら皆さまに宇都宮市老人クラブ連合会の魅力を発信してまいります。



さあ！ 今すぐアクセス！



左のQRコードを読み取る、またはスマートフォンやパソコンで右記のURLを直接入力してください。

<https://www.utsunomiya-syakyo.jp/guide-ooicho-utsunomiya>

宇都宮市老人クラブ連合会

検索

ポイント1

連合会開催事業が
閲覧可能に



ポイント2

申請書式の
ダウンロードが可能に



ポイント3

過年度の機関紙が
ホームページで閲覧可能に



定期総会

満場一致で新たな一歩



5月21日(木)宇都宮市総合福祉センター大会議室において令和8年度定期総会を開催しました。出席者は理事・各地区連絡協議会長等合わせて32名、全体進行に当連合会副会長清水孝一氏、議長に河内地区老人クラブ連絡協議会長の川人四郎氏のもと、令和7年度事業報告および決算報告、令和8年度事業計画および予算(案)の4つの議案を審議し、すべて満場一致で承認されました。

令和8年度事業計画

I 基本方針 ※抜粋

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主的な組織であり地域のニーズに応じた様々な活動を通じて、高齢者の健康保持増進や相互の支え合い活動、地域づくりに取り組んできました。

老人福祉及び地域福祉の向上発展に寄与することを目的とする本連合会は、地区連や単位クラブで実施する健康づくりの推進や活動を支えているリーダーの資質向上を目的とした研修会等に対し、講師の紹介や情報提供等の支援を行います。

併せて、市内の老人クラブや各地区連絡協議会、自治会をはじめとする地域内の関係団体や関係機関と更に連携を密に図りながら、各種事業やクラブの活動状

況のPRに積極的に取り組み、老人クラブ活動の意義や有効性について広く地域の人々に周知を図るとともに、新規クラブの結成・既存クラブの解散防止に向けた加入促進運動を並行して行い、クラブ活動に参加することで一人でも多くの「元気高齢者」を輩出していくことを目指していきます。

II 重点事業

1 事業の充実強化

(1) 連合会から各地区連へ助成している地区連絡協議会活動助成金の1クラブあたりの助成割額の増額をしてクラブ活動の活性化を支援します。

(2) ホームページ

連合会や地区連、単位クラブが行っている地域貢献活動の「見える化」を図り、クラブ活動への理解を啓発するとともに新規会員の加入促進に努めます。

・ 私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

やなぞ リハビリ・整形外科クリニック

整形外科 リハビリテーション科 小児整形外科

診療時間 月・火・水 9:00～18:00 (受付時間 17:30まで)
木・金 11:00～19:00 (受付時間 19:00まで)

休診日 土曜日・日曜日・祝日

宇都宮市 東築瀬 1-42-3 TEL 028-614-1177

益田内科医院 内科 循環器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～13:00	●	●	●	●	●	●	●
15:30～17:00	●	●	●	●	●	●	●

休診/水曜・日曜・祝日
※診療時間に変更となる場合があります。
受診前にお電話でご予約をお願いします。

宇都宮市東宿郷6丁目8-23
TEL 028-635-4678

学校法人 さつき幼稚園

生きる力を育てる

宇都宮市針ヶ谷町297-3
TEL 028-653-8267

黒田内科・循環器科

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●
14:00～14:30	●	●	●	●	●	●
14:30～18:00	●	●	●	●	●	●

【休診日】…日曜・祝日・木曜午後
宇都宮市江曾島 2-7-15
TEL. 028-658-0505

武田内科クリニック 内科一般・生活習慣病・住民健診・健康診断

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○
14:30～18:00	○	○	○	○	○	○	○

休診/木曜・土曜午後・日曜・祝日
宇都宮市下荒針町3396-1
TEL 028-649-3717

医療法人社団宇光会 **村井クリニック**

整形外科・リハビリテーション科・内科
ペインクリニック・訪問診療

受付時間

【整形外科】	【内科】
月～土… 8:30～12:00	月・火・金 (全て午前)
月・火・木・金…14:30～18:00	休診・水・土午後・日祝

宇都宮市宝木町 1-2589 【ペイン】予約制
TEL.028-621-1541

2 関係団体・関係機関との連携強化

- (1) 各地域の老人クラブが生きがい健康づくり活動や介護予防・生活支援活動に取り組めるよう、地区や単位クラブの現状に見合った各種事業の内容や開催方法の見直しや体験型の情報提供を行うなど、単位クラブや連合会事業への参加を促して老人クラブ活動の活性化を図ります。
- (2) 行政や社会福祉協議会、自治会連合会、地域包括支援センター等の各種関係機関との連携を更に深め、より効率的・効果的なクラブ運営を目指します。

III 事業計画

1 地域福祉の向上を図る活動

- (1) 地域福祉を豊かにする活動の推進
 - ① 友愛活動など地域での支え合い活動の推進
 - ② 社会奉仕活動などのボランティア活動の推進
 - ③ 児童見守り活動や交通安全運動など地域安全活動の推進
 - ④ 世代間交流などの地域交流活動の推進
- (2) 地域組織の人材育成
 - ① リーダー研修会の開催
 - ② 女性部会・女性研修会の開催
 - ③ 老人クラブの組織運営に関する相談業務
- (3) 情報の発信
 - ① 機関紙「いちょう」の発行
 - ② 会員加入促進運動啓発チラシ等の作成、配布
 - ③ 関係機関発行福祉関係パンフレット等の配布
 - ④ 老人クラブ活動の積極的なPR活動の推進
(フェスタmyうつのみや、市役所市民ホール作品展示会)
 - ⑤ 老人クラブのつどいの開催
(式典、サークル活動発表会、作品展示会)

⑥ ホームページ内容の充実と活用

2 高齢者の福祉の向上を図る活動

- (1) 健康づくり活動の推進
 - ① 軽スポーツ大会
(グラウンド・ゴルフ、ペタンク、輪投げ) の開催
 - ② 体育系事業の開催
 - ③ 地区体育大会及び地区歩け歩け大会への支援
- (2) 生きがいづくり活動の推進
 - ① 作品展示会の開催
 - ② サークル活動発表会の開催
 - ③ 文化系事業の開催

3 加入促進運動の推進

- (1) 加入促進運動強化月間における取り組み内容の充実
- (2) 自治会及び地区社会福祉協議会などの地域の各種団体との連携
- (3) 新たなクラブの結成、既存クラブ解散防止に向けた相談体制の強化

4 連合会の運営

- (1) 会の運営
 - ① 総会の開催
 - ② 理事会の開催
 - ③ 正副会長会議の開催
 - ④ 監事会の開催
 - ⑤ 地区連絡協議会会長会議の開催
 - ⑥ 部会の開催
- (2) 関係機関との連携
 - ① 市や県などの行政機関並びに自治会連合会、社会福祉協議会など各種関係機関との連携
 - ② 全国老人クラブ連合会及び栃木県老人クラブ連合会との連携
 - ③ 宇都宮市民福祉の祭典など関連事業への参画

・ 私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています。 ・

医療法人 稲葉会 **稲葉眼科**

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	○
14:30～17:30	○	○	○	○	○	○	○

休診/水曜・日曜・祝日

宇都宮市中央1丁目4-13
TEL 028-633-3251

外科・内科・小児科・整形外科
消化器内科・訪問診療
いちばらファミリークリニック

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

休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日

宇都宮市中里町 322
TEL. 028-612-8350

金子耳鼻咽喉科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:00	●	●	●	●	●	○	○
14:15～18:00	●	●	●	●	●	○	○

休診/木曜・日曜・祝日
○土曜日は13時まで

宇都宮市松原2-3-14
TEL 028-622-8480

内科・小児科・アレルギー診療・放射線科・循環器内科
呼吸器内科
Shimizu Family Clinic
しむすファミリークリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30～19:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日…日曜・祝日

宇都宮市越戸 3-15-27
TEL. 028-683-1011

内科・小児科・消化器科・呼吸器科・循環器科
今野内科胃腸科医院

診察時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	●
14:00～18:30	●	●	●	●	●	●	●

休診/木曜午後・日曜・祝日 ▲土曜午後は17:30まで

宇都宮市西川田町933-1
TEL 028-645-6121

鈴木皮フ泌尿科クリニック
■ 泌尿器科・内科・小児科・皮膚科・性病科 ■

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
8:30～12:00	●	●	●	▲	●	●	●
15:00～18:00	●	●	●	●	●	●	●

休診/日曜・祝日・木曜午後・土曜午後 ▲11:00まで

宇都宮市柳田町1284-1
TEL 028-660-2022



渾身のスイング
ボールの行方は

激励の言葉を贈る
運営一同

おいちょう宇都宮グラウンド・ゴルフ大会

天も味方に快音響く

開催日 6月2日(火)
会場 宇都宮市屋板運動場
参加者数 238名
[団体戦] 25チーム 150名
[個人戦] 88名

季節はずれの台風到来で大会前日まで開催が危ぶまれましたが、予定どおり無事開催することができました。

参加された選手の皆さん、大会運営協力いただきました連合会健康部会員の皆さん、お疲れさまでした。



会話が弾むのも大会の醍醐味



ずらりと並んだ精鋭たち

団体戦

順位	クラブ名(地区)
優勝	天狗町ほのぼの会(雀宮)
準優勝	中島町熟年の会(雀宮)
第3位	グリーンタウンときわ会(河内)

個人戦

順位	氏名(地区:クラブ名)
優勝	渡辺 信昭(雀宮:栄町クラブ)
準優勝	高橋 一江(篠井:下小池南松寿会)
第3位	川田 滋子(雀宮:茂原西あさぎり会)

・私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科
おび歯科クリニック
Obi Dental Clinic

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

■休診日 水曜・日曜・祝日 14:00~17:00
宇都宮市屋板町 1114-10
TEL.028-680-4182

歯科一般 小児歯科 **中島歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
14:00~18:15	●	●	●	●	●	●	●	●

休診/日曜・祝日・木曜
宇都宮市中岡本町3669-26
TEL 028-673-6338

増山内科小児科 **クリニック**
内科・小児科・循環器科・呼吸器科・胃腸科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:30	●	●	●	●	●	★	●	●

休診/日曜・祝日・木曜 ★15:00~17:00
宇都宮市平松本町340-6
TEL 028-638-2311

すずめ歯科クリニック
一般歯科、口腔外科、インプラント

■診療時間 平日 10:00~1:00
3:00~8:00
土・日 9:00~3:00
■休診日 水曜・祝日

宇都宮市雀の宮6丁目2-34
TEL 028-655-2849

ますやま歯科クリニック
一般歯科・小児歯科・予防歯科・歯周病治療

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●	●	●	★	●	●

休診/日曜・祝日・木曜 ★14:00~17:30
宇都宮市平松本町1213-7
TEL 028-688-0888

医療法人社団 健歯会 **関歯科医院**
DENTAL CLINIC

診療時間/ AM9:00~12:00
PM2:00~ 6:00
休診日/日曜・木曜・祝日
宇都宮市末広1丁目11-15
TEL 028-653-5215



仲間と流す最高の汗

清原地区老人クラブ連絡協議会

会長 関口 益男



屋外活動ではじける笑顔

清原地区老人クラブ連絡協議会は鬼怒川の東部に位置しており、会員数約 730 名、11 クラブで構成されています。清原工業団地を中心にライトライン（LRT）が走り、また歴史資源である飛山城跡公園があり農業も盛んで自然豊かな地域です。

活動は大きく分けてスポーツ事業と文化系事業がありますが、特にスポーツ事業に力を入れています。地区で開催するグラウンド・ゴルフ、輪投げ、ペタンク大会においては多くの会員が参加します。輪投げ大会においては 20 チーム、総勢 100 名の参加となるので会場を確保するのにも一苦労です。

また、季節がよい春には井頭公園で「歩け歩け



白熱の試合！見上げるかごはもう満杯

参加があり盛大な大会となっています。

文化系事業の「歌声ひろば」は年 4 回開催しています。名前のごとく音楽を楽しむ事業です。演奏を聴いたり歌を歌ったり、日常の出来事の情報交換をしたり、会員同士が交流を深めています。

今後も会員募集に向けた取り組みを進めながら元気に活動していきたいと思ひます。



精神集中してそれっ!!

・私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

関根公認会計士事務所

公認会計士 関根 則次
税 理 士

宇都宮市下戸祭 1-5-10

TEL.028-650-4700

不動産の名義変更・相続登記・生前贈与
遺産調査・預貯金の相続・抵当権抹消
無料相談受付中 夜間・土日祝日予約可

高橋洋一司法書士事務所

TEL 028-666-8325

二荒山神社すぐ近く
宇都宮市宮町2-13 駐車場2台



・損害保険代理店

・生命保険代理店

Life Guard Management

有限会社ライフガードマネージメント

宇都宮市中戸祭 1-5-25

TEL.028-650-4329



相続に関するご相談

経営支援 税務相談

ウチノ税理士法人

宇都宮市下戸祭2丁目12-14

TEL 028-621-5014

税金のことなんでも相談

100 年企業のお手伝い

税理士法人 TOC 英和

宇都宮市滝谷町 10-1

TEL.028-634-6776

ー 身近な専門家がお伺いします。ー

税理士小磯富司事務所

税理士・行政書士 小 磯 富 司

宇都宮市西の宮1-1-2

TEL 028-601-8799



明るく！仲良く！楽しい活動

城山地区 古ざくら会

会長 大柿 定雄

私どものクラブは宇都宮市の西部にある城山地区に昭和47年に結成され、今年で54年目を迎えました。古賀志山のふもとにある城山西小学校の校庭に咲く樹齢約450年の孝子桜は市指定天然記念物になっていることもあり、地元で開催される春の孝子桜祭りは大変賑やかな光景がみられ、四季の自然が感じられる地域で活動に取り組んでいます。

○軽スポーツ活動

グラウンド・ゴルフ、輪投げ

○奉仕活動

日吉神社の清掃と古賀志山の清掃登山

○親睦事業

忘年会、新年会

○小学校児童との世代間交流

奉仕活動、運動会、昔遊び、農園作業

○地区連行事の参加

グラウンド・ゴルフ、輪投げ、歩け歩け大会、演芸大会

今後も無理をせず会員の健康づくり、生きがいづくり、楽しい生活が送れるよう、会員からの意見や要望を聞き入れながら全員参加の活動を目指し「明るく！仲良く！楽しい！」活動をしていければと願っております。



城山西小学校の孝子桜



和気あいあいとした練習風景

・ 私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・



一級造園施工管理技士

有限会社 **手塚造園**

宇都宮市白沢町2068

TEL 028-673-2318

木の薬局は地域に根ざした
“人に優しい薬局”



宇都宮市下荒針町3396-8

TEL 028-649-0809

医療法人
和宝会

渡辺 歯科

歯科・矯正歯科・小児歯科・口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	●
14:00～18:00	●	●	●	●	●	●	●

休診/木曜・日曜・祝日

宇都宮市戸祭2-9-31

TEL 028-622-3781



【豊富なアイデアと
確かな実績】

株式会社 **大勝建設**

宇都宮市兵庫塚町280-1

TEL 028-616-6202

宇都宮市の外構・造園工事店



株式会社 **中嶋造園**

宇都宮市鶴田町750-1

TEL 028-648-4462

地域の皆様に寄り添い心を届ける
「かかりつけ薬局」



さつき薬局 本店
宇都宮市上野町7001-14
TEL 028-666-8397

さつき薬局 河内店
宇都宮市中岡本町466-4
TEL 028-671-1260



みんなで育てる活動資金

篠井地区 下小池南松寿会

会長 高橋 秀夫

私どものクラブは宇都宮市の北西部にある篠井地区に昭和 42 年に結成され、今年で 59 年目を迎えました。

早速ですが、私たちのクラブで力を入れている活動である「健康増進活動」と「ふれあい活動」について紹介します。

健康増進活動

グラウンド・ゴルフ好きの会員で「グラウンド・ゴルフ愛好会」を平成 18 年に結成し今年ではや 20 年目を迎えました。メンバー構成は男性 7 名、女性 4 名、計 11 名です。活動は毎週火・金曜日の午前中に篠井地区市民センターグラウンドで活動しています。最高年齢は 93 歳!! 次いで 91 歳!! 他のメンバーの平均年齢 80 歳代と超高齢ですが、年齢はただの数字! 元気に楽しく活動をしています。ゲームをするにあたり愛好会の特別ルールとして、ホールインワンをすると 100 円を納めることとし、納めた資金は活動費へ充て、2 カ月に 1 回、大会を行っています。

また、宇都宮市や J A 主催の大会をはじめ宇都宮市や J A 主催の大会にも積極的に

参加し、健康増進を図っています。

ふれあい活動

地元小学校のクラブ活動において昨年度は年 5 回、18 名の児童へグラウンド・ゴルフの指導を行いました。若いこともあって上達も速く、指導する喜びと世代間交流を図ることで元気をもらっています。

また、篠井地区の 3 単位クラブ合同の親睦旅行へ参加をして会員同士の親睦、活動への団結を深めています。

今後も元気に楽しく活動していきたいと思います。



東洋のナイアガラ見学へ

・私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

プラント自動制御設備、設計、施工、調整、保守
空調調和 電気設備工事全般

E-Link
ONE'S OWN TECHNOLOGY
有限会社 イーリンク

宇都宮市西川田3-11-7
TEL.028-684-6924
<https://e-link-jp.com>

エコキュート販売・施工／蓄電池販売・施工
住宅リフォーム全般／解体工事・塗装工事

ecoena
株式会社 エコエナ

宇都宮市平松本町786-11
TEL 028-666-4649

造園工事 芝張工事 伐採・除草工事 種子吹付工事
法面処理工事 ワイルド・フラワー工事
薬剤散布 管理一切 土木・舗装工事

福田土木造園株式会社

宇都宮市下戸祭 1-8-13
TEL.028-625-1901

SENTO 舗装・土木工事

仙都工業株式会社

田下町営業所／
宇都宮市田下町837番地
TEL 028-611-1560

建設業
(特定)土木・水道施設
管・とび土工・舗装・解体

AI FIRST
アイファースト株式会社

宇都宮市野沢町366番地4
TEL 028-678-3700

各種建築用装飾金物製作・設計・施工
アルミ・スチール・ステンレス等加工
ステンレス手摺等
焼付塗装(パネル・フロント部材等)

TS オートティーエス工業株式会社

本社・本社工場
宇都宮市砂田町 448-4
TEL 028-656-0605



クラブで高める健康への関心

西地区 材木通り長寿会

会長 阿部 恵昭

私どものクラブは、昭和54年に結成され、はや今年で47年目を迎える会員数89名のクラブです。自治会からの各種補助や役員の協力を得ながら恵まれた環境で円滑に活動しています。



仲間と集い心豊かに



日常の喧騒を離れリフレッシュ

健康増進活動

毎月開催されるいきいきふれあいサロンに参加しています。みんなの保健室「歩こう会」に参加して、健康への関心を高めています。

交流活動

毎月20日に市内大通りから一筋北へ入った道路沿いにある「聖天さま」のご本尊をお守りしていただいている寺院生福寺の参拝、5月には参拝後に食事会を開催し、年2回地域自治会と共同で行った落語会の開催など、楽しみ満載のイベントを通じて会員同士の親睦を図っています。

その他、2年ごとに地域在住の会員外の方を対象に顔と顔を合わせた「声掛け運動」を行い新規会員の獲得に努めています。

今後も楽しく活動していきたいと思えます。



食事を前におしゃべりが弾む

・私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

庭じまい・庭木伐採

株式会社 山上土建

宇都宮市兵庫塚3-11-27

TEL 028-666-4141

使っていない土地
売ってください・貸してください

20坪以上の土地を
募集しています!



お問合わせ
TEL 0120-320-130

土木設計一般・開発行為・許認可申請
測量全般・弾性波診断・非破壊調査

株式会社 フクタ都市開発

【本社】宇都宮市みどり野町16-4

TEL.028-688-3618

Heart & Care
もう一つの我が家

株式会社 のず

のずの里 もばら・かいどう・北若松原・いわぞ
ぐるーぷほーむのずの家

宇都宮市瑞穂3-7-9

TEL 028-678-4070

tt

事業内容

- 管工事業 ●建築工事業
- 機械器具設置工事業
- 土木工事業

株式会社
ティーツーテクニカル

本社 宇都宮市東宿郷4-1-25
早川ビル1-2F

TEL 028-666-0341

FAX 028-666-0342

携帯 090-9366-1784

E-mail hatorit2@yahoo.co.jp

今宮営業所 宇都宮市今宮1-10-8

真岡工場 真岡市久下田1366-6



花に心を寄せて

宮の原地区 笑和の会

会長 新島 哲



不動前児童公園の桜



活動中の
うれしい交流



花壇の整備もクライマックス

「今年もダリアの花が見られるね！」これは、ある春の日の、公園の花壇での声です。冬の厳しさに耐えて芽吹いたダリアに、会員たちの安堵の声が響きました。

この不動前児童公園に設けられた花壇は、宮の原地区連傘下の『笑和の会』が園内西側の一角を活用し、十数年にわたり手入れを重ねてきました。この花壇は、当会の「社会奉仕の日」活動の場となっています。

この公園には大木の桜が2本ありますが、満開

を過ぎると寂しくなるため、ある会員が花を植え始めたことがきっかけのようです。

今では、四季折々の花が、花壇のみならず公園の周囲でも見られるため、児童公園の来訪者や隣接する自治会集会所の利用者の目に留まり、時には笑顔や会話も生まれます。

なお、不動前住宅自治会は、毎週日曜日の公園清掃や数カ月ごとの美化活動が評価され、令和5年10月に「みどりと公園の愛護」功労団体として、知事表彰を受賞しました。

・ 私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています。 ・

警備業
(機械警備・常駐警備・交通警備・その他)

株式会社 太陽警備保障

宇都宮市鶴田町 1961

TEL.028-648-1138

建築塗装工事 全般
塗床工事・防水工事・造園工事

株式会社 NTK

宇都宮市白沢町 2021-3

TEL.028-680-5343

建築・鉄骨塗装・各種吹付・足場・防水工事

株式会社 **池田建築塗装工業**

宇都宮市細谷町 579-27

TEL.028-621-4383

SWMP

しん ほう けん せつ

晋豊建設 株式会社

宇都宮市屋板町578-378

TEL 028-656-5551

有限会社みやの杜

(訪問看護事業)

訪問看護ステーションみやの杜

(居宅介護支援事業)

ケアプランみやの杜

〒321-0904
宇都宮市陽東2丁目4-5
電話：028-683-7821

一般貨物自動車運送事業
貨物自動車利用運送事業
産業廃棄物収集運搬業許可取得

株式会社 小野川トランスポート

宇都宮市川田町845-1

TEL 028-680-6263

訪問看護ステーション Fullness (ふるねす)

TEL.028-612-7453

居宅介護支援事務所 Fullness+

TEL.028-616-3782

アインスケア訪問介護事務所

TEL.070-2666-9464

株式会社 YTW

宇都宮市陽南 2-14-14 TEL.028-612-7453

TOHOKU 15TH Memorial 2011

The Great East Japan Earthquake

NOTO

Peninsula Earthquake
1/1/2024

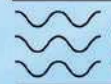


3.11

Memorial
15TH TOHOKU
The Great East Japan Earthquake

Peninsula
Earthquake
1/1/2024

NOTO



Oku-Noto
9/20-9/23/2024

復興は終わらない。
今、わたしにできること。
被災地の声と力が復興の鍵
声にならない想いと向き合い
誰も置き去りにしない

東日本大震災から15年余
令和6年能登半島地震から2年半余
飛行船では、
東北や能登への災害復興活動を、
震災直後から行なっています。



「買うを通じて
生産者を応援する」
をコンセプトに、
東北・能登の美味しいと
生産者の想いを、
お届けしています。

「買うを通じて
生産者を応援する」

飛行船では、
東北・能登で復興を
遂げた海産物や特産品を
ご提供しています。

美味しいは応援になる



岩手県釜石市にて
(東北便 2026年2月)



石川県 輪島朝市にて(能登便 2025年12月)



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

飛行船災害復興PJ HP(詳細はこちらから)



HIKOUSEN

災害で被害に遭われた皆様の 一日も早い復旧・復興を、心よりお祈り申し上げます。
【有限会社 飛行船】〒320-0857 栃木県宇都宮市鶴田2-11-4 (本社) TEL. 028-649-0180

老人クラブ会員向けに

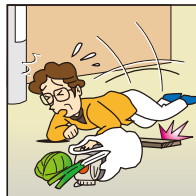
傷害保険・賠償責任保険で安心補償

ご自身のケガと熱中症の補償

老人クラブ**傷害保険**

24時間型
活動型

自分のケガと熱中症の保険

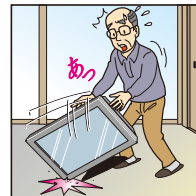
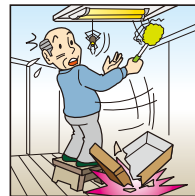


会員は所属クラブを通じての任意加入

相手の物、ケガの補償

老人クラブ**賠償責任保険**

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険



クラブ全会員での加入が条件



公益財団法人**全国老人クラブ連合会** 保険係

〒100-0013 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階

FAX.03-3597-8767 TEL.03-3597-8770

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> メールアドレス hoken@senior-ltd.com

〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社 TEL.03-3597-8768

〈引受幹事保険会社〉東京海上日動火災保険株式会社 医療・福祉法人部 TEL.03-3515-4143

受付時間 9:30から12:00まで
13:00から17:00まで

土、日、祝祭日、
年末年始休

2026年2月作成 25TC-005476

防災コラム

地震が起きたときガスはどうする？

皆さんは、地震が起きたときや地震の後にガスが止まってしまったときなどの対処方法を知っていますか。いざというときに安全に対処するための方法を覚えておきましょう。

- ①まずは自分の身の安全を確保しましょう。
- ②揺れが収まり、周囲の安全が確認できたら、ガスの火を確認し、火が点いていたときは消してください。ガス臭いときはガス漏れのおそれがありますので、ガスの使用をや

めて、換気扇や電気スイッチには触れず、窓や戸を開けて換気し、ガス栓、メーターガス栓、ガスボンベのバルブ（LP ガスの場合）を閉めて、ガス業者に連絡してください。
③避難するときは、ガス機器を止め、ガス栓、メーターガス栓、ガスボンベのバルブ（LP ガスの場合）を全て閉めてください。



出典：政府広報オンライン (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201412/2.html>)

・私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

不動産の売買・管理・査定は
お任せください

株式会社
**ちいさな星の
ふどうさん屋**
Small Star Real Estate Agency
宇都宮市鶴田町133-16
(ユニクロ鶴田店東方)
TEL.028-680-4223

思い出にのこる経験や
感動を共感して欲しい

社会福祉法人 笹の会
すみれ保育園
宇都宮市双葉 2-12-12
TEL.028-659-1773

世代をつなぎ 子どもの笑顔を育む

社会福祉法人 とも会の
あさひの保育園
宇都宮市平松本町327-3
TEL 028-614-4001

土木工事業 とび 土工工事業
舗装工事業 解体工事業
栃木県知事許可(般-6)第25974号

株式会社 **廣徳工業**
KOUTOKU
宇都宮市平出町802
TEL 028-689-9474

よく遊ぶ よく寝る
よく食べる 元気な子

つるた保育園
宇都宮市鶴田町 3361-22
TEL.028-637-1152

社会福祉法人 みちおせ福祉会

みちおせ保育園
宇都宮市細谷町 2565
TEL.028-624-6316
**みちおせ
デイサービスセンター**
宇都宮市駒生町 2494-11
TEL.028-652-7577

これからの主な行事予定

月	期 日	事業名	場 所
9月	4日(金) 予備日:9日(水)	輪投げ大会	宇都宮市体育館
	11日(金) 予備日:15日(火)	ペタンク大会	宇都宮市河内総合福祉センター
	28日(月)～30日(水)	作品展示会	宇都宮市文化会館
	29日(火)	サークル活動発表会	宇都宮市文化会館
10月	29日(木)	老人クラブのつどい(式典等)	宇都宮市文化会館

※諸般の事情により変更になる場合があります。

なごやかよもやまトーク

食べてお喋り 愛おしき「兄弟会」

毎年、兄弟が集まり「兄弟会」を行っている。長姉 98 歳を先頭に 82 歳の末弟の私までの 7 人兄弟です。2 人の兄は亡くなり残る 5 人が連れ合いや介護要員としての子ども（私の甥、姪）を含め 11 人が今年も集まりました。

「兄弟会」と言っても観光地を旅行するわけではなく、旅館で温泉に入り美味しい料理を食べ兄弟でお喋りをするだけの会です。小さかった頃の思い出話や近況を夜中まで語り合いました。亡くなった兄と私が似ていると甥と姪が驚いていましたが、遺伝子が同じなので当然です。今でも元気に活動できるのは、両親に丈夫な身体をいただいたおかげと感謝しています。

(河内地区 川人 四郎)

郷土を愛せる人に

自宅近くの小学校で、朝の読み聞かせボランティアをしています。子どもたちの輝く瞳に会えることが幸せです。

今月は県民の日にちなみ「かみなりちゃんとだるまちゃん」という絵本にしました。

地形的な理由で栃木県内は夏になると頻繁に雷雲が発生、古くから雷の都＝雷都と呼ばれ、これが新しい路面電車のアピール『ライトレール』にもなったのですよね!!

なんて素敵なのでしょう。児童の皆さんが雷様に親しみを持って郷土を愛する人になりますよう、これからも心を込めて読み聞かせボランティアをしていこうと思います。

(昭和地区 阿部 千恵)

同じ土俵で 初めて見える景色

ワールドカップも気持ちのよいスタートができた今日この頃、老人会のグラウンド・ゴルフには珍しくも若者の参加者があり、ホールインワンやら何やらと久しぶりの楽しい喧騒が巻き起こり、教えている後期高齢者も一緒になって我を忘れて大声を張り上げていました。

この世の中、さまざまな人々が同じ空間に暮らしながら違うことを考えている。だから普段はすれ違っているけれど、たまに同じ土俵で過ごしてみれば、きっと未踏の地が発見できるとか思いながら、次回の計画を練っています。多様なものに五感を刺激される日々を過ごせますように。

(細谷・上戸祭地区 渥美 亨)

・ 私たちは宇都宮市老人クラブ連合会の活動を応援しています・

池田呼吸器アレルギー内科クリニック
内科・呼吸器内科・アレルギー科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:00	○	○	○	—	○	●	—
14:00～18:00	○	○	○	—	○	—	—

休診/木曜・土曜午後・日曜・祝日 ●…9:00～13:00

宇都宮市鶴田町2126-5
TEL 028-678-5086

BST

**防犯カメラの事なら
何でもお任せください!**

設置工事だけでも承ります

有限会社
ビジネスシステム通信

宇都宮市上野町6076-15 TEL 028-661-0141

患者様のご自宅へ医療を提供します

「訪問診療」
24時間対応 365日対応

内科・外科
呼吸器内科 消化器内科

しばファミリークリニック
お問合せ 028-680-5277

大きな仕事はゼネコンへ
小さな仕事は当社へ

有限会社 YAKO KENSETSU
矢古宇建設

宇都宮市駒生町3328-6
TEL 028-652-4067

材木屋フロデュースの住まいをご提案

木の家
ぬくもり

株式会社 共栄
0120-910-630
宇都宮市元今泉7-4-13
リフォーム・増改築・新築工事
無料お見積もり承ります。

売りたい、買いたい
貸したい、借りたい
不動産管理
空家、マンション、駐車場
相続、コンサルティング
ご相談ください

七つ星不動産株式会社
宇都宮市東宿郷3-4-15
TEL 028-610-7724