



このコーナーでは、市内で元気に生き生き活動しているシニア世代の方々を紹介します。

雲ひとつない冬晴れの空の下、広々としたコースに元気な声が響き渡ります。今回は、パークゴルフサークル「さくらそう」の活動取材しました。



「いいね!」「うわ～惜しい!」「次はもう少し強く打ってみようか」。あちこちから聞こえてくるのは、プレー中の仲間を励ます温かな言葉。18ホールを回る個人戦ですが、3～4人の組に分かれてコースを回るため、まるでお互いのスコアを伸ばそうと作戦を練るチーム戦のようにも見えます。ナイスショットには自然と拍手が起こるなど、一人で黙々とプレーするのではなく、みんなで一喜一憂するのが、このサークルの醍醐味です。アットホームな雰囲気



の秘訣は、毎回行うグループ分けのくじ引き。誰とでも交流できる仕組みがワクワク感を生み、会話の輪を広げています。「歩く・考える・笑う」が健康の源だと言う皆さんからは、冬の寒さをも吹き飛ばすパワーがみなぎっていました。

**取材先**

戸田市シルバー人材センター  
パークゴルフサークル「さくらそう」  
31人のメンバーで構成され、月2回荒川水循環センター 上部公園で活動している。



パークゴルフサークル「さくらそう」の皆さん

**こどもアート館**

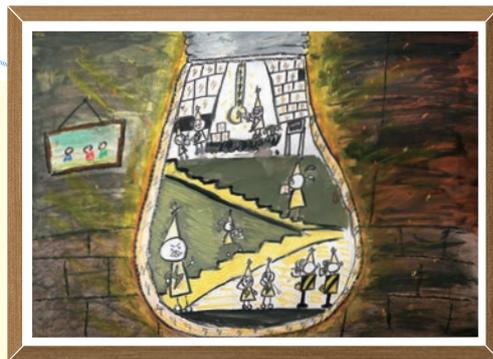


たかはし みなぎ  
**高橋 美凧さん**  
(笹目東小学校 6年)  
※令和7年度時点

**作品名**

**「明るい労働者」**

この作品は、みんなが寝ている間に明日の準備をしているような感じにしました。暗い中ほんやりと静かに光っているような表現をしたいと考えました。周りは真っ暗ではなく、部屋の背景もしっかり見えるようにしたかったので、絵の具やクレヨンを使い、重ねて表現しました。また、床も汚れや模様をしっかり再現することにこだわりました。



**手話でコミュニケーション**

**第67回**

今月は、「手伝う」「もう一度」についての手話を紹介します。

問い合わせ 障害福祉課(内線 297)

● **手伝う**



親指を立てた左手を体の前に構え、その親指の背を右手のひらで前に押し出すように2回たたく。

● **もう一度**



手の甲を前方に向けて右手を握り、額の下から前へ出しながら人差し指を伸ばす。

(広告)

**埼玉未来大学**  
[学長：埼玉県知事]



対象 **50歳以上の方**

埼玉未来大学 検索



講座内容・募集等についてホームページでご案内しています

埼玉県北足立郡伊奈町内宿台 6-2-6

☎048-728-2299

(公財) いきいき埼玉