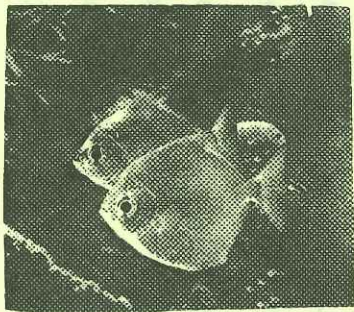


福寿草

東京土建一般労働組合
板橋支部シニア友の会
イキイキ会
編集部発行
会長 伊藤和雄

お魚漢字



鯖

背中の部分が青く見え
るからだそうです
写真と文はちがいます

運動会 野村 誠

仲間を増やす春の拡大
月間です。65歳以上の組
合員ならどなたでも加入
できます。毎年色んな企
画を提案しています。

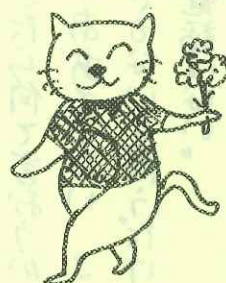
バスハイフ、健康体操
教室など多彩多彩、これ
からも色々提案するつも
りです。あなたも是非参
加して下さい。

みんな仲間にな

65歳になったらイキイキ会へ



14000人が声をあげ
青空の下、メーデーへ



住宅デー

6月8日(日)

熟年の腕の見せどころ

みんなでガンバロー

みんなでデモ行進



野村 誠
今日は、オリーブ回車メ
ーデーに行ってきました。
朝から天候にも恵まれ
会場内は大勢の組合員、
家族で、いっぱいになり
ました。
ステージでは、労働の
要求を訴え、代々の生活
を語りました。

と賛金を定めてもらいま
した。

デモ行進は旧代々木方
面に向いました。アコレ
ーションを中央に、声を
あげ、板橋支部全員で団
結カンパローを最後、

終了しました。ごとううさ
まふした。

縄文時代への想い

城北公園の古代住居

大山・生駒署

途中、くちばしの先が

ご先祖様に感謝です

今回は、家から城北

公園まで、石神川に沿

ってのりバー・サート

ウォーキングです。

黄色い花だったので、カシ
かその親子でしょうか
木草を啄んでいるのを
見ました。この公園の
一面には、縄文時代の
住居が紹介されている
場所があります。

お母、またその母と
百代も遊ると縄文時代
の母になるそうです。

帰路は、電車に乗って
大山へ、駅近くの古く
うらんに、なまの寄り道
生ビールとビール、お母の
相性、ピタカンカン、
美味しかったです。

次回予定は、見えて
公園です。

じいじの①

お散歩

お母、またその母と
百代も遊ると縄文時代
の母になるそうです。

次回予定は、見えて
公園です。

人生は明るく前向きに

死は無為ではない



曾野綾子さん

永からぬこのとき自然の性
に従って生きた通し、オリ
アの笑が熟すれば、自分
を笑わせてくれた大地を
も讃え、自分を生んでくれ
た、幹に感謝しつつ、大地
に落ちる知く、機わかにそ
の時を終えることである。

ければならぬ。私には死
ぬという任務がある。と民
うようになつた。地球上で
は、老いと古びたものが新
しい命に席をゆめる。
それが自然なのである。
死はたがら無為ではない。
仲宿分芸 伊藤和雄

試してみよう楽々ヨガ

バッタのポーズ
(シャラバーサナ)



①



②

(イラスト/広浜綾子)

効能

胸を広げ、肺機能を高める	★★★★
呼吸器系の機能向上	★★★
便秘の解消	★★★
消化不良や胃炎の緩和	★★★★
腰痛の緩和	★★★★
背中や背骨の強化	★★★
ストレス軽減	★★★
気持ちを落ち着ける	★★★

続・奥途のみやげ話

「お母さん？ 僕の男

と若い男性から電話が

あった。息子からそん

な可愛い言葉を聞いた

のは小学生のとき以来

か。思い出しにひたっ

るわけでもないが、て

っさく息子の友だちが

ふざけているのかと思

い、「あんた誰？」僕

だよ男だよ、そんな

やりとりの最後、「死

ね！クソババア」と電

話を切られた。お姉さ

んと言え、ムリか。な

ぜババアとわかつたん

だろう。

その後息子も名乗

る男性から「上司とや

らかして、」凡邪を

ひいて声が、「お母

さんの携帯電話を教

えて、」などと電話が

あった。ひとまず息子

の名前以外の情報はな

いらしい。

土建のある人は、騙

用心、用心。H

あの手この手で騙して

くるだろう。みなさん

被害にあわぬよう、ご

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

オレオレって誰？

？？

それにふりをして警察
と一緒には詐欺師をつか
まえたそう。詐欺師
を騙すってなかなかだ
よね。

そんな話を聞くと、
次にオレオレ詐欺らし
き人から電話がかかっ
てきたら何て言おうか
な。ああでもない、こ
うでもないと思うだけ
で電話はない。

相手は騙しのプロ。

あの手この手で騙して

くるだろう。みなさん

被害にあわぬよう、ご

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H

用心、用心。H