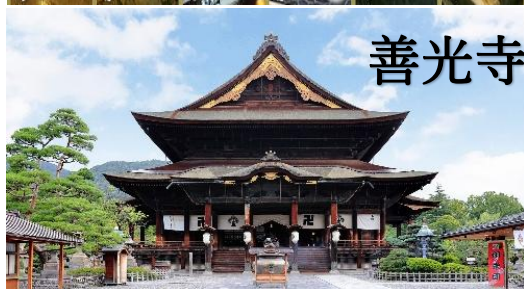


秋の一泊旅行のご案内

信州・紅葉の旅



行程案内

【1日目】

6:00 北茨城出発→各乗車場所→東海 PA(合流)7:55→信州フルーツランド(昼食)12:15
→小布施(散策)13:10→善光寺参拝 14:40→ホテル圓山荘(宿泊)16:20 頃

【2日目】

ホテル 9:00→松本城 10:05→東部湯の丸 SA12:20→軽井沢プリンス・ショッピングプラザ
13:15→太田強戸 PA16:35→笠間 PA(分散)17:40→日立～北茨城各下車場所(20:20)

【乗車場所】※代表乗車場所

大津駅前→磯原駅東 →高萩東口→小貝浜入口→十王駅東口 →小木津駅東口→神峰公園入口
→日立市役所前→日立駅海岸口→上の内→旧電鉄プラザ前 →金沢→石名坂→南部支所

日 時 10月27日(月)～28日(火)
募集人数 80名 参加費 34,000円
申込期間 9月8日(月)～10月1日(水)
申込方法 電話 0294-24-3305
FAX0294-24-3440 メール等
申込事項 お名前・携帯番号・乗車バス停名

県北年金

友の会会報

発行所

日立市幸町 2-9-1

県北年金友の会

☎ 0294-24-3305

FAX0294-24-3440

*県北年金友の会のホームページには、事業案内・行事案内・行事報告などを紹介しています。

スマホのカメラ機能で下のQRコードを読み込むと簡単にアクセスできます。

*行事に参加して仲間をつくり、健康寿命を伸ばしましょう



イベント案内

第6回	★健康麻雀大会★	10月1日(水)	受付8時30分～	申込締切 9月24日
		高萩文化会館(先着20名)	参加費:700円	
第50回	★ゴルフ大会★	10月2日(木)	受付8時30分～	申込期間 8月3日～9月21日
		ザ・オーシャンゴルフクラブ(先着50名)	プレー費:各自	
第17回	★TBG大会★	11月5日(水)	予備日11月6日(木) 8時30分～13時	
		申込期間 9月8日～10月20日	諏訪スポーツ広場(先着50名)	参加費 300円
第67回	★グラウンドゴルフ大会★	11月19日(水)	8時30分～15時	
		折笠スポーツ広場(先着300名)	参加費 300円	※詳細は4月号配布済年間行事計画
第11回	★新春芸能祭★	令和8年2月15日(日)	申込期間 9月8日(月)～令和8年1月15日(木)	※詳細 P.6
		ゆうゆう十王・Jホール(先着110名)	参加費1組2000円	
第68回	★グラウンドゴルフ大会★	令和8年3月9日(月)	8時30分～15時	
		折笠スポーツ広場(先着300名)	参加費 300円	※詳細は4月号配布済年間行事計画

第57回総会報告

令和6年度事業報告、決算報告、監査報告、令和7年度事業計画、予算計画、新役員は、提案通り可決承認されました。要点について報告いたします。

1 令和6年度事業実績

事業実績は、歌謡ショー、グラウンドゴルフ大会、ゴルフ大会など、年間行事は滞りなく実施できました。また、新規に健康麻雀大会及び研修会を実施し、会員獲得に結び付くことができました。新会員142名。

2 令和6年度決算及び令和7年度予算

(単位:千円・人)

	令和5年度決算	令和6年度決算	令和7年度予算
収入	8, 3 3 6	7, 9 4 6	6, 5 1 1
支出	7, 3 1 3	7, 0 3 5	6, 5 1 1
繰越	1, 0 2 3	9 1 1	0
会員数	3, 4 1 5	3, 0 9 4	2, 7 0 0

3 令和7年度の重点施策

1. 友の会ホームページの活用
2. 新規行事の立ち上げと会員増強
3. 会員の健康と福祉向上策の強化推進
4. 友の会運営事業の合理化推進



新会員獲得キャンペーン

年会費 1人2,000円 夫婦会員3,000円が
10月1日～12月31日に申し込むと **会費無料!**

さらに、紹介者には **1000円の商品券を進呈**

→
入会
申込
は
→

県北年金友の会事務所

住所・氏名・Tel・誕生日を添えて

Tel0294-24-3305 ・ Fax0294-24-3440

knpknen@net1.jway.ne.jp

または、最寄りの支部員・理事・正副会長へ

令和6年度退任

支部員退任

日立北西

蛭田 義勝

日立中南

鈴木 静子

川村 豊

友部 富美絵



おめでとうございます
昭和12年4月〜8月生
64名

【北茨城市】

鶴岡綾子 柳瀬てる 川崎博行 鈴木康之

鈴木ヒサ子 宮原真一

志賀豊 石貝武夫

【高萩市】

佐川正雄 阿部金治 上野達男 金澤弘明

佐川光司

【日立市】

和田欽伍 廣木平 大森圭子 助川正美

鈴木完二 長谷川哲 安西了道 山田傳夫

保坂幸四郎 鈴木和夫 石川義行 金子保

秋山竹彦 高村俊雄 小田哲夫 石井信次

岸三郎 山口照子 堀貞榮 相楽トシ子

岩田幸治 中山良雄 大平弘道 上原孝夫

清水正次 堀川清直 前柳余幸 安正善

武川潤一郎 高橋富雄 宮本定雄

仁平琴 湯佐けい子 茅根長久

藤野洋子 宮本みつ子 保坂朝 成田敏郎

相田定司 荻野とみ子 箭内義信 桑名勇兒

引田弘志 雲藤誠 錦織栄一 立花昭嘉 古徳勝

渡辺トシエ 黒澤睦夫 高野栄一

【常陸太田市】

山田邦夫

入会

ご入会ありがとうございます
令和7年3月〜7月

114名

【福島県】

齋藤均 瀬谷常子 大谷寛 山田正次 高木勝年

近藤好子 阿部クニ子 吉田久美子 青木ひろ子

清水富与 瀬谷一雄 瀬谷スエ 小野機八郎

長久保藤吉 長久保節子

【北茨城市】

小松勝子 鈴木徳穂 西野宮守 本田政夫

鈴木和夫 鈴木恵子 永山利光 遠藤弘子

加藤亨治 加藤真弓 豊田和子 石森みち子

鈴木年明 野村真弓 今井路江 村井ひろ子

渡辺憲一 渡辺多美子 小室美和子

【高萩市】

坂本勝子 大川みつ子 大高積 山口敏子

古川周子 高松ひろし 鈴木文子

【日立市】

永沼司 永沼滝子 比気孝則 川又一弘

永山恵美子 新井よし子 小貫政英

大町義典 舟生よし子 千葉ふち子

佐藤ゆう子 半澤伸男 柚木良雄 川嶋良美

小林恵子 太田良則 太田美恵子 遠藤真

遠藤ツヤ子 山下進 山下武子 生田目久昭

太田初江 斎藤春代 猪狩久男 高橋時男

斎藤常吉 斎藤貞子 佐藤武志 菊地元男

平岡俊二 鈴木康弘 中井川敏子 橋本昌一

久保田利政 山本千代子 関根久子

遠藤和子 大内弥栄子 鈴木峰子 磯崎雅子

黒沢和子 佐川幸吉 油座考吉 油座幸子

鴨志田勉 鴨志田時子 石川孝夫 高橋登

樫村義治 岡部光子 武藤宏子 川崎正祥

沢村道男 藤田雄二 武藤由美子 菊池民江

塩野目文夫 川崎良文 須貝範子

竹ノ下希一 佐川央子 鈴木あき子

中村佳史 斎藤正照 佐々木美代子

佐藤久江

【常陸太田市】

大高和雄

【東海村】

楠弘行 笹沼久子 藤田美智子

【石岡市】

入江健 入江喜美子

手帳配布終了のお知らせ

県北年金友の会の手帳は、今まで配布しておりましたが、2年前に役員会で会員数の減少及び物価高により、令和8年度版から廃止を決定しました。何卒ご理解の程、お願い申し上げます。

営業品目

- 木造軸組工法
- 内装リフォーム
- 浴室・トイレ・台所リフォーム
- 塗装・防水工事
- 外壁張替え工事
- 屋根瓦葺替え工事
- アルミサッシ工事
- エクステリア工事
- 雨漏り・水漏れ改修工事他

住まいのことで困ったら・・・

増改築

マイホーム改善センター(株)

日立店 TEL 0294-21-5599

〒317-0054 茨城県日立市本宮町2-4-42

http://www.re-myhome.jp/

業界初 他社から乗り換えキャンペーン実施中

入会金 実質 0円

年会費 0円 いばの会

入会金 1万円 のみ 他特典有

お葬儀の いばそう

詳しく知りたい方はお電話下さい 0120-32-4433

茨城県日立市川尻町5-35-9

本部行事報告

第4回健康麻雀大会

実施日 5月24日(土)

場所 金沢交流センター
参加者 20名

第5回健康麻雀大会

実施日 7月16日(水)

場所 宮田交流センター
参加者 22名



優勝者
金沢交流センター
豊田源次さん

宮田交流センター
小野寺孝市さん

第16回TBG大会

実施日 5月20日(火)

場所 諏訪スポーツ広場
参加者 33名



優勝者
男子 石川忠雄さん
女子 吉成京子さん

第65回GG大会

実施日 5月27日(火)

場所 折笠スポーツ広場
参加者 192名



優勝者
男子 江口市郎さん
女子 飯島安子さん

第49回ゴルフ大会

実施日 6月5日(木)

場所 ザ・オーシャンGC
参加者 34名



優勝者
水庭亮三さん



支部行事報告

北茨城・高萩・十王支部

日帰り旅行

実施日 6月25日(水)

場所 東館温泉

参加者 43名

第5回GG大会

実施日 6月7日(土)

場所 華川スポーツパーク

参加者 76名

団体戦のため、四組で

優勝、4位を決定

北・西支部

第5回GG大会

実施日 5月15日(木)

場所 折笠スポーツ広場
参加者 73名



優勝者
男子 安藤昭英さん
女子 窪木洋子さん



日帰り旅行 ランチピュフェ&さくらんぼ狩り

実施日 6月12日(木)

参加者 43名



中・南支部

第5回GG大会

実施日 6月9日(月)

場所 会瀬スポーツ広場
参加者 85名



優勝者
男子 篠原 昭裕さん
女子 木村 由美子さん



令和7年度歌謡ショー

7月6日(日)

場所

日立市民会館

高萩文化会館

2公演参加者

1100名



大川栄策 & 原田悠里



<スペース桃の営業案内>

当店は JR 常磐線十王駅から徒歩 10 分の場所に位置するカラオケスペースです。気兼ねなく一人でのご来店から団体様までカラオケしながら食事及び飲み物も楽しめます。

■営業時間：午前 11 時～午後 5 時まで。
■料金：1,200 円（2 時間歌い放題）
1,500 円（2 時間以上）
■定休日：毎週月曜日
■住所：日立市十王町友部東 3 丁目 3-8

【学割特典】
■大学生以下（学生証提示）
※カラオケ・飲食物…すべて 2 割引！

みなさまのご来店をお待ちしております

超人気店【とら食堂】一門のお店です。
直伝の美味しい白河ラーメンを十王町で
楽しめます！



5/29 (木) より
新店舗で開店しました！

【営業場所】
日立市十王町伊師 1355
電話：0294-33-7187



【営業時間】
■昼の部
11:00～14:30
※材料が無くなり次第営業終了。
■夜の部
17:00～19:00
■定休日：毎週水曜日

白河手打中華そば中村
店主 中村佳史

本部行事案内

第66回 グラウンドゴルフ大会

日 時 9月29日(月)
8時～

予備日 10月6日(月)

場 所 サンスポーツランド高萩

募集人数 300名

参加費 300円

申込締切 9月10日(水)

第6回 健康麻雀大会

日 時 10月1日(水)
8時30分～15時頃

場 所 高萩文化会館

募集人数 20名

参加費 700円(弁当・飲み物付き)

申込締切 9月24日(水)

第50回 ゴルフ大会

日 時 10月2日(木)
8時30分～

場 所 ザ・オーシャンゴルフクラブ

募集人数 50名

参加費 プレー費各自

申込期間 8月3日～9月21日



第17回 T B G 大会

日 時 11月5日(水)
8時30分～

予備日 11月6日(木)

場 所 諏訪スポーツ広場

募集人数 50名

参加費 300円

申込期間 9月8日～10月20日

第67回 グラウンドゴルフ大会

日 時 11月19日(水)
8時30分～

予備日 11月27日(木)

場 所 折笠スポーツ広場

募集人数 300名

参加費 300円

申込期間 9月8日～10月29日

第68回 グラウンドゴルフ大会

日 時 令和8年3月9日(月)
8時30分～

予備日 3月16日(月)

場 所 折笠スポーツ広場

募集人数 300名

参加費 300円

申込期間 令和8年1月7日～
2月19日

第11回 新春芸能祭

日 時 令和8年2月15日(日)

場 所 ゆうゆう十王・Jホール

募集人数 先着110組

参加費 1組2千円(弁当別売)

入場料 無料

申込期間 9月8日～

令和8年1月15日

申込項目

・お名前(芸名別途記入)

・電話番号

・人数

・曲目

・演目

・歌手名

・弁当数



会員の とくとか情報

- ① 勿来温泉関の湯:入館料 2040 円→1100 円
- ② ゆうゆうランドはなわ:入館料 850 円→550 円
- ③ ザ・オーシャンゴルフクラブ:プレー費 500 円引き
- ④ 茨城パシフィック CC:コーヒー代半額、60 歳以上は利用税半額
- ⑤ 格子屋駅前店・海鮮茶屋濱善:飲食料金を 5%割引
- ⑥ 穂積畳店:料金を 5%割引
- ⑦ 大高工務店・日高不動産:工事費の 1～5%割引



エアコン節電パネル「エアエコ」

エアコンの吸引口に置いて実現する節電

2023年商品化 NEXT STAGE

第3世代 節電パネル

SDGs

CO2削減

大平自動車メーカーの特殊技術から開発した「天然特殊鉱物の力」で冷暖房のコントロール。空調機内の空気抵抗が減少し、熱交換率が向上。電気代はもっと下げられる!

47%OFF

【製造元】株式会社サンライズコーポレーション

4枚セット 25,000 円(税込)

【お問い合わせ先】ウェルネスライフ「ラドンホルミシス取扱事業所」各種健康商品・第3世代節電パネル他

〒979-0402 福島県双葉郡広野町下北泊字東原 70-4

電話:0240-23-5722 携帯:080-5564-6731(担当 斎藤)

支部分行事案内

北茨城・高萩・十王支部

◎第6回グラウンドゴルフを楽しむ会

日時 11月12日(水)

予備日 11月17日(月)

場所 サンスポーツランド高萩

参加費 300円(昼食持参)

募集期間 9月8日～10月11日

申込先

加藤多門 Tel 090(5308)3300

春日正子 Tel 090(7942)9166

榎村勝一 Tel 080(3016)1824

日立北・西支部

◎第6回グラウンドゴルフ大会

日時 10月16日(木)

予備日 10月22日(水)

場所 折笠スポーツ広場

参加費 300円

募集期間 8月1日～9月23日

申込先

鈴木勝義 Tel・Fax (42)2352

日立中・南支部

◎第6回グラウンドゴルフ大会

日時 10月7日(火)

予備日 10月14日(火)

場所 諏訪スポーツ広場

参加費 300円

募集期間 8月1日～9月8日

申込先

瀬ヶ沼きよみ Tel・Fax (36)2803

◎日帰り旅行

日時 令和8年1月21日(水)

行先 いちご狩り(栃木県益子)と

宇都宮餃子の昼食、大矢資料館

参加費 8000円

募集人数 40名

募集期間 9月20日～10月31日

申込先

瀬ヶ沼きよみ Tel・Fax (36)2803

榎原愛正 Tel 080(2057)0488

※詳細は同封のチラシ参照



社会貢献活動について

このたび、地域に根差した社会貢献活動について、外部のNPO法人(設立予定)からのお誘いがありました。

まだ構想段階ではありますが、将来的には、こうした活動がひとつの顔として、友の会への関心が広がってゆくことを期待しています。

活動イメージ

- ・ 公共施設の案内、清掃
- ・ 地域イベントの支援スタッフ
- ・ 若者向けパネル討論会
- ・ 読み聞かせ
- ・ 地域史、文化伝承活動 など

「年を重ねた今、残りの人生を社会貢献活動に費やしてみよう」

※詳細は4月号でご案内いたします。



会員のお店紹介

会員の中でいろいろなお店をしている方がいらっしゃいます。仲間のお店を紹介します。是非ご利用の上盛り上げましょう



ぼんぽこ
(スナック)

平田ちか子さん
弁天町 1-22-2
Tel 0294-21-1660

大高工務店
(工務店)

大高道男さん
日高町 2-2-3
Tel 0294-42-2466

エピローグ
(スナック)

木村安子さん
弁天町 1-22-5
Tel 080-6613-7223

穂積畳店
(畳店)

穂積 保さん
相賀町 8-5
Tel 0294-21-4068

茨城 PCC
(ゴルフ場)

伊藤真理さん
北茨城市関南町
Tel 0293-46-4111

シニアライフを生き生きと

「温泉大好き」

高萩市石滝 花田 進

勤めている頃にはさほど好きでも無かったが、定年後自家用車で旅行をする様になり、旅先で温泉に入った事がきっかけで、温泉が大好きとなりました。特に露天風呂は格別です。北海道一周十六日間のドライブでは十勝岳中腹の「吹上露天の湯」、知床羅臼での「熊の湯」は数の中露天風呂で、入り口には熊が出没するので注意と書いてありました。雪中での秋田「乳頭温泉」、紅葉の中での岩手八幡平「松川温泉」や信州の「白骨温泉」、海と夕日を眺めながらの青森「浅虫温泉」等々、日光、那須、裏磐梯等へは毎年出かけますが、帰りには必ず温泉に浸かり、リフレッシュして帰ります。温泉には無色透明、乳白色、赤色、アルカリ質でお肌つるつる、酸性でお肌ひりひり、多種多様で楽しめます。



「私のシニア生活」

日立市相田町 鈴木 勝義

私の一日は、通学路の立哨から始まります。子供の人数は、年々少なくなりましたが、習慣になり立哨も自分では大変とは思って、子供との会話などで元気をもらっています。児童も一年生のころは、元氣よく挨拶をしても高学年になると、恥ずかしくなり挨拶も小さい声になります。これも成長のあかしだと思います。



他に地域のボランティアをしたりGGクラブの皆さんと練習をしたりしてコミュニケーションを取りながら健康管理に努めています。

今一番の楽しみは梅木を預かり手入れをして梅干しを漬けたり畑を耕すことです。素人の私ですが、近くで耕作している皆さんに親切にいただき、豊作不作はありませんが新鮮な野菜を収穫する楽しみがあります。肥沃な土地ですので、耕すと土器のかけらが出てきて太古のロマンを感じ胸が熱くなります。人生100年と言われますが、自助・共助・公助を肝に銘じ、毎日活動しています。

県北年金友の会は私たちの仮想通貨「たち」に加入しました



まちのコイン



まちのコインとは、ひと・まち・地球にうれしい体験で地域とつながるコミュニティ通貨（地域通貨）アプリです。スマートフォンを使って利用することができます。地域のちょっとしたお手伝いごとやSDGsにつながる活動に参加するとコインをためることができ、お金で買えない特別なことにつかうことができます。



日立市役所 HP

日立のコイン「たち」公式サイト(外部)

編集後記

コロナ禍がほぼ収束し、そして会員皆様のご協力により、ゴルフ大会、グラウンドゴルフ大会、歌謡ショー、日帰り旅行などを行なう事が出来ました。▲今後は、秋の一泊旅行会、健康麻雀、新春芸能祭などの行事を予定しています。皆様のさらなるご参加を願っています。▲近年の温暖化により全国的に猛暑日が増えていきます。上手に暑さと付き合いつながりながら生活する知恵が必要になってきました。▲「幸齢者」となるには、老いを受け入れ、出来ることを大事にし、一日十人以上の人と会話することが良いと言われています。▲我慢せず、無理せず、好奇心を持ちながら、毎日違った日々を送れることを願っています。

(櫻村)