

かがやき

令和3年2月15日発行

《発行》

八幡市老人クラブ連合会
京都府八幡市男山美桜18(八寿園内)
TEL.983-3868

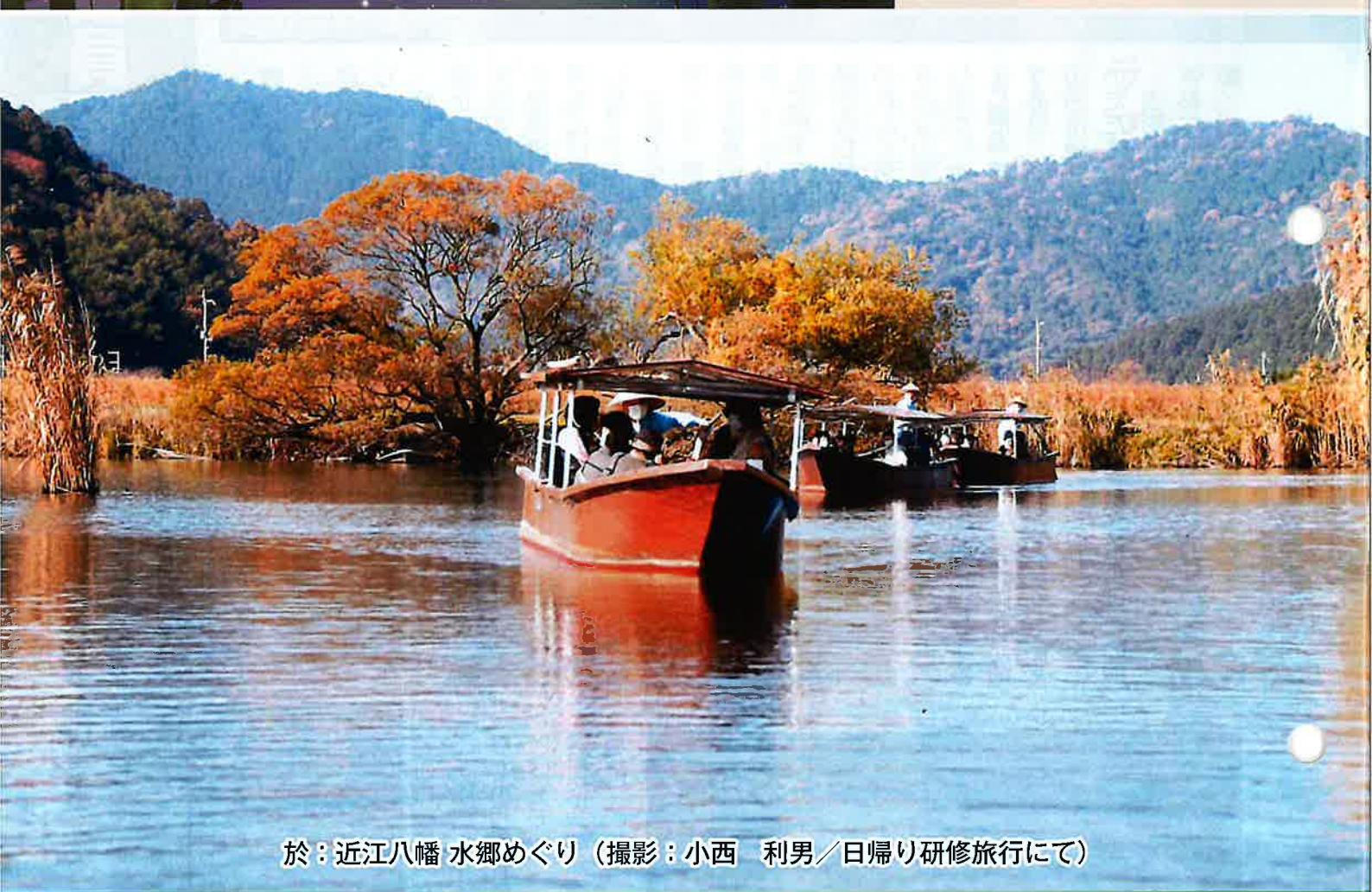
《発行人》

小山 文明

《編集協力》

(株)博報社

<http://hakuhousha.com>



於：近江八幡 水郷めぐり（撮影：小西 利男／日帰り研修旅行にて）

目次

令和2年度八老連役員研修会	2	第4回八老連健康マージャン大会	9
令和2年度八老連会長表彰	3	第7回八老連ペタンク大会	9
八老連機関誌名称変更のお知らせ	3	事務局だより	9
第41回京都府老人クラブ大会	4	令和2年度若手部主催健康ウォーキング	10
府老連役員研修に参加して	5	元気ハツラツ！クラブ活動だより	11
市町村老連リーダー研修会	5	八老連会員の隨想	13
「かがやきクラブ教室」開催によせて	5	会員文芸～八老連川柳・俳句・短歌～	14
友愛活動報告(絵本・雑巾用タオル寄贈)	6	令和2年度八老連「趣味の部会」一覧	14
令和3年度八老連主要行事予定	7	令和2年度八老連日帰り研修旅行	20
第22回八老連グラウンド・ゴルフ大会	8	編集後記／次号の原稿募集	20
第19回八老連スカイクロス大会	8		

令和2年度 八幡市老人クラブ連合会

役員研修会

謝辞を述べる西野会長

令和2年10月27日㈫、八幡市文化センター4階小ホールにおいて、令和2年度役員研修会が開催されました。

新型コロナウイルス感染防止対策として、当日はマスク着用、入場時の検温と手指消毒、さらに座席の間隔を広げての開催となりました。

式典では、物故会員への默とう、鹿野副会長による開会宣言の後、主催者を代表して小山会長が「コロナ禍の中、こうして皆さんと顔を合わせることができてうれしく思います。運営スタッフの努力に心から感謝します」とあいさつを述べました。続いて、来賓紹介があり、堀口市長ならびに山田市議会議長から祝辞をいただきました。

表彰式では、八老連会長表彰ならびに京都府知事表彰、京都府老連会長表彰の

受賞者が読み上げられ、それぞれの代表者が表彰状を受け取りました。最後は、受賞者を代表して長樋寿会の西野会長が謝辞を述べ、式典は満りなく終了しました。なお、八老連会長表彰一覧は3面、京都府知事・京都府老連会長表彰一覧は4面を参考してください。

研修後は、女性部会による手話コーラスの披露があり、小西副会長の閉会のこじばをもって、今年度の役員研修会は無事に閉会しました。



女性部会による手話コーラス

空気)で行う、簡単かつ効果的なリハビリテーションのことで、何かを引っ張ったり、押しのけたり想像しながら行う動作を、日常の一部として自然にできるようになることが重要であると、実演を交えて説いていただきました。

研修後は、女性部会による手話コーラスの披露があり、小西副会長の閉会のこじばをもって、今年度の役員研修会は無事に閉会しました。

令和2年度

八幡市老人クラブ連合会会長表彰

(敬称略・順不同)

★個人の部（21名）

岩田 泰子 (志水第二クラブ)	長命クラブ (会長..鹿野 侑良)
今中 敏博 (志水第四クラブ)	男山Eクラブ (会長..内藤 晓)
上野 房子 (志水第四クラブ)	
上野 康江 (志水第四クラブ)	
村上 悅子 (志水第四クラブ)	
西野 三彦 (長樋寿会)	
野崎 英男 (白扇会)	
奥村三枝子 (白扇会)	
前田 基善 (悠悠クラブ)	
新舎ふみえ (悠悠クラブ)	
高石 誓雄 (明野シニアクラブ)	
高木 彰造 (明野シニアクラブ)	
木崎 治 (南ヶ丘第七クラブ)	
内藤 紅子 (南ヶ丘第九クラブ)	
星野登茂一 (内里長寿会)	
下里 吉貢 (柿ヶ谷睦会)	
石田江津子 (柿ヶ谷睦会)	
伊藤 醇子 (足立会)	
和田 和弘 (足立会)	
奥野 烫 (西山気楽会)	
向井 弘治 (西山気楽会)	

★団体の部（2クラブ）

長命クラブ (会長..鹿野 侑良)	男山Eクラブ (会長..内藤 晓)
----------------------	----------------------

★趣味の部会（8名）

奥村 勇 (園碁部・美濃山グリーンクラブ)	矢来 敏夫 (園碁部・平野山和会)
奥村 昌平 (園碁部・男山すみれクラブ)	筒嶋 敏晴 (ダンス部・男山第二クラブ)
松本 ハル子 (カラオケ部・八望みどり会)	山本 保夫 (ダンス部・志水第一クラブ)
松本 孟 (ビリヤード部・美濃山グリーンクラブ)	(白扇会 奥村三枝子)

喜びの声

このたびの表彰、誠にありがとうございました。女性部長としての6年、皆さまに支えていただきたおかげさまでございます。そして1年目から始まりました手話コーラスが、難しそうと思っていたのが自分にもできて、仲間も増えて、とても楽しく過ごせましたことに感謝でございます。

お役を受けて少しでも人さまのために働けることは、みんな自分に返つてくると分からせていただきました。これらも微力ながら精いっぱい励ませていただきます。

(白扇会 奥村三枝子)



八幡市老人クラブ連合会 会員の皆さまへ機関誌名称変更のお知らせ

これまで「八老連」として親しまれてまいりました八幡市老人クラブ連合会機関誌が、今号から「かがやき」に名称変更することとなりました。

昨年、会員の皆さまに八老連のニックネームを募集し、たくさんの応募の中から「かがやき」が選ばれました。“生き生きとして明るさがあふれる”との意味合いで慣れ親しんでいただきたいと

思います。機関誌以外でも「かがやきクラブ」「かがやきクラブ八老連」と称する場合もありますので、よろしくお願ひいたします。

今後とも、機関誌「かがやき」には大勢の会員の皆さまに紙面参加していただき、会員増強につながることを切に願っております。

八幡市老人クラブ連合会 役員一同

優良老人クラブ4クラブが、京都府老連会長表彰として育成功労者34名、優良老人クラブ6クラブが

最後は塙見副会長による閉会のことばをもつて、大会は終了しました。

喜びの声

でした。

平成27年の中崎会長時代に

八老連からクラブとして受賞し、今回は府老連からの受賞

とランクアップできたことは、

会員の皆さま方が各種行事に積極的に参加していただいて

いることが評価されたのだと

番だからと説得され受賞の運びとなりました。今、ジワジ

ワと受賞の喜びに浸っています。本当にありがとうございます」とござい

ました。

先日、私の誕生日に子どもや孫たちが集い、頂いた額縁

に賞状を收め、主人の賞状の横の鴨居にかけてくれました。

残り少ない人生、少しでも皆さまのお役に立てるよう身体

に注意して過ごしたいと思い、感謝の言葉といたします。

横の鴨居にかけてくれました。や孫たちが集い、頂いた額縁に賞状を收め、主人の賞状の横の鴨居にかけてくれました。

残り少ない人生、少しでも皆さまのお役に立てるよう身体

に注意して過ごしたいと思い、感謝の言葉といたします。

先日、私の誕生日に子どもや孫たちが集い、頂いた額縁に賞状を收め、主人の賞状の横の鴨居にかけてくれました。

残り少ない人生、少しでも皆さまのお役に立てるよう身体

に注意して過ごしたいと思い、感謝の言葉といたします。

先日、私の誕生日に子どもや孫たちが集い、頂いた額縁に賞状を收め、主人の賞状の横の鴨居にかけてくれました。

残り少ない人生、少しでも皆さまのお役に立てるよう身体

に注意して過ごしたいと思い、感謝の言葉といたします。

先日、私の誕生日に子どもや孫たちが集い、頂いた額縁に賞状を收め、主人の賞状の横の鴨居にかけてくれました。

残り少ない人生、少しでも皆さまのお役に立てるよう身体



第41回 京都府老人クラブ大会

お、八老連の受賞者は一覧をご参照ください。

西脇京都府知事と田中府議会議長の来賓あいさつと来賓紹介の後、受賞者を代表して、香村京田辺市老連副会長が謝辞を読み上げました。

その後、福本府老連副会長の大會宣言と喜多方老連副会長による

- ◆八幡市老連受賞者(敬称略)
【京都府知事表彰】
◎育成功労者表彰
- 西村 勇(中部百年会)
佐野よ志子(西部百年会)
- ◎優良老人クラブ表彰
千歳会(会長・田村 貞敏)
- 【京都府老人クラブ連合会会長表彰】
◎育成功労者表彰
- 叶 勇(志水第四クラブ)
(会長・植村 俊子)
- 安居塚・きつつきクラブ
(会長・植村 俊子)
- ◎優良老人クラブ表彰
女性津軽三味線ユニット 来世楽



10月15日(火)、ホテルルビノ京都堀川2階みやこの間にあって、第41回京都府老人クラブ大会が開催され、京都府下の個人・クラブへの表彰式と講演会が行われました。

第一部の式典では、橋本府老連会長が主催者あいさつを行いました。

模は縮小となりましたが、25市町村の皆さんにご協力いただきたことに感謝申しあげます」と述べました。

続く表彰式では、京都府知事表彰として育成功労者14名、

優良老人クラブ4クラブが、京都府老連会長表彰として育成功労者34名、優良老人クラブ6クラブが表彰されました。な



京都府老人クラブ大会において、「コロナ禍の中で大会規模は縮小となりましたが、25市町村の皆さんにご協力いただきたことに感謝申しあげます」と述べました。

続く表彰式では、京都府知



植村 俊子

京都府老人クラブ大会において、「安居塚・きつつきクラブ」として会長表彰を受けることができました。当日は府下での受賞6クラブを代表して壇上に上がり賞状を受け取

り、久しぶりに緊張した時間

でした。

平成27年の中崎会長時代に八老連からクラブとして受賞し、今回は府老連からの受賞とランクアップできたことは、会員の皆さま方が各種行事に積極的に参加していただいていることが評価されたのだと

思っています。

平成2年8月に西牟田さんに発足したクラブが、吉田さま、松尾さま、中崎さまと引き継がれ、私がバトンを受け取っています。歴代会長・役員の方々に感謝し、お札を申し上げます。

コロナ禍が収束して「老人クラブに入つていて良かつた」と言つていただけるように、役員一同、気持ちをひとつにして頑張っていく所存です。(安居塚・きつつきクラブ)



植村 俊子

京都府老人クラブ大会において、「安居塚・きつつきクラブ」として会長表彰を受けることができました。当日は府下での受賞6クラブを代表して壇上に上がり賞状を受け取

り、久しぶりに緊張した時間

でした。

府老連役員研修に参加して

府老連副会長 福本 淳子

令和2年11月12日㈭～13日㈮、静岡県老連との1泊2日研修に、府老連の副会長として参加しました。丹後・丹波、山城ブロックから合計15名の参加がありました。

令和2年度、府老連では高齢者の生活機能の低下を防ぐフレイル予防の活動を推進することにしています。そこで、本活動の先進地である静岡県に訪問することになりました。

フレイルとは、健康な状態と要介護状態の間の「虚弱状態」のことをいいます。静岡市では、音楽に合わせて腕や足を動かし、また、指、口、手足を同時にきらきら動かすなど、脳活性化の体操を勧めています。

本研修では他に、登古遺跡で歴史を、芹沢鉢介美術館で染め物について学び、富士山本宮浅間大社では旅の無事を祈りました。雲に隠れていた富士山でしたが、途中で雲も晴れ、きれいな姿を見るこ

とができました。翌日は淨蓮の滝へ。300段の階段にギブアップ。日本平山頂に行き景色を眺望し、帰路につきました。

コロナ禍での開催だつたため、充分な交流ができるお世話いただきました。方々、本当にありがとうございました。



令和2年8月28日㈮、ハートピア京都において市町村老連リーダー研修会が開催され、八老連から小山会長はじめ4名が参加しました。

①助け合い、支援の文化を地域に広げる
②地域問題、地図づくりに取り組もう
③若手世代と共に活動を進める

以上のテーマが議題にのぼり、中でも若手世代の新規加入が少ない問題について、積極的な声かけを行つなど、さまざま意見交換がありました。

「かがやきクラブ教室」開催によせて

八老連文化教育委員長 鹿野 侑良

「かがやきクラブ教室」の第1回目が令和2年11月19日㈭、八幡市文化センターホールで開催されました。

昨年は早春より新型コロナウイルスの感染拡大を恐れ、外出や人の集合が自粛となり、八老連でも諸行事がほとんど中止・延期に追い込まれ、心のやすらぎが得られない日々を送つておられた会員もおいでになつたこの時期に、八老連の愛称となった「かがやきクラブ教室」を開催できたことは、とても有意義でした。

当初、参加募集人数を抑えたため、申込者は少なめでしたが、それでも当日は天候に恵まれ、約50名の会員が参加して落語を楽しめた。交遊亭樂笑さんの最後の「南京玉すだれ」では、舞台と会員が一体となつて



八幡市老人クラブ連合会の皆様

初秋の候、ますますご健のこととお喜び申し上げます。

このたびは 大型絵本『てぶくろ』を子ども達にご寄贈いただき、誠にありがとうございました。

お忙しい中、直接本園までお越しいただき、心より感謝申し上げます。

早速、0歳児から年長児までの各クラスにおいて、読み聞かせの時間をみんなで楽しみました。

今年度は残念ながら本園においても、皆様との交流の機会を持つことができませんでした。新型コロナ感染症が一日でも早く収束することを願い、次回の交流を楽しみにしたいと思います。

季節の変わり目です。体調をお崩しになりませんよう、おいたわりください。

令和2年9月吉日

幼保連携型認定こども園

山鳩こども園職員一同



山鳩こども園さまから 絵本寄贈に対する お礼の手紙が届きました

老人週間の行事の一環として、毎年9月中旬に市内の保育園・幼稚園との交流会を行うのですが、今年度は新型コロナウイルスの感染拡大で、残念ながら中止せざるを得なくななりました。

しかし、恒例として行っている絵本の寄贈だけでも続けようと、大型絵本「てぶくろ」

を贈呈したところ、山鳩こども園さまから写真付きのお礼状（左写真）が届きました。八老連では、令和3年度も引き続き交流会を開催する予定にしています。



雑巾用タオルを 寄付しました

八老連では、会員から集めたタオル約3600枚を雑巾として使ってもらおうと、市内の特別養護老人ホームなどに寄付しました。



雑巾が今よりも貴重だった約55年前から毎年、会員の家庭で不要になったタオルを市内の高齢者施設や小・中学校へ贈つており、今年も会員約4000人に呼び掛けて回収しました。

市内で特別養護老人ホームなどを運営する京都八勝館さまに250枚を寄付したところ、「新型コロナウイルス対策の消毒のため、例年以上に雑巾を使っています。寄付はとてもありがとうございます」と、

お礼の言葉をいただきました。また、10月21日にはこの取り組みが評価され、堀口市長から感謝状を贈呈されました。八老連では今後も寄付を続け、介護などの現場で少しでもお役立ていただくことで地域貢献に寄与していく所存です。



No.		実施予定時期	備考
1	八老連三役会	毎月会長会前週(月曜)	八寿園
2	八老連理事会	5月・8月・11月・2月の下旬	福祉会館(2階) 八老連事務所
3	単位クラブ会長会	毎月第1月曜 午前9時30分	福祉会館(3階) 会議室
4	単位クラブ女性部長会	奇数月第3月曜 午前10時	福祉会館(3階) 会議室
5	単位クラブ若手部長会	偶数月第3月曜 午前9時30分	福祉会館(3階) 会議室
6	第5回 健康マージャン大会	5月26日(水)	福祉会館(2階) 八老連事務所
7	趣味の部会長会	5月・8月・11月・2月の中旬	福祉会館(2階) 八老連事務所
8	ぞうきん贈呈(学校・老人施設等)	6月7日(月) 定例会長会 席上	福祉会館(3階) 会議室
9	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会	6月10日(木)~11日(金)	和歌山県
10	趣味の部会 舞台発表会(第31回・第32回)	6月11日(金)・2月中旬	八寿園 他
11	単位クラブ・女性部・若手部・趣味の部会 役員研修会	6月22日(火)	行先 未定
12	第26回 ワナゲ大会	6月25日(金)	市民体育館
13	第12回 マグダーツ大会	7月9日(金)	文化センター
14	市町村老連リーダー研修会	7月21日(水)	ハートピア京都
15	機関誌「かがやき」発行	8月・2月	
16	第38回 演芸大会	8月20日(金)	文化センター
17	老人の日・老人週間 全国三大運動(健康・友愛・奉仕)【社会奉仕の日】	9月15日~21日 9月20日(月・祝)	全国一斉 全国一斉
18	市内保育園との交流	9月中旬	
19	会員日帰り研修会	9月24日(金)	行先 未定
20	第42回 宇治市老連との親善囲碁大会	9月27日(月)	宇治市
21	山城ブロック女性リーダー研修会	9月29日(水)	木津川市山城町
22	令和3年度 第42回 京都府老人クラブ大会	10月15日(金)	会場 未定
23	第36回 山城ブロックゲートボール大会	10月中旬	開催地 未定
24	第23回 グラウンド・ゴルフ大会	10月22日(金)	市民スポーツ公園
25	第47回 八幡市文化祭	10月30日(土)~31日(日)	文化センター
26	令和3年度 八老連役員研修会	11月5日(金)	文化センター
27	第8回 ペタンク大会	11月12日(金)	馬場市民公園
28	第50回 全国老人クラブ大会	11月16日(火)~17日(水)	香川県
29	八老連ゲートボール大会	11月中旬	つばき公園
30	第9回 山城ブロック知事杯親善グラウンド・ゴルフ大会	11月中旬	開催地 未定
31	第6回 健康マージャン大会	11月24日(水)	福祉会館(2階) 八老連事務所
32	第20回 スカイクロス大会	11月26日(金)	馬場市民公園
33	府老連若手リーダー研修会「設立10周年記念事業」	12月3日(金)	京都平安ホテル
34	会員一泊研修会	2月下旬	行先 未定
35	「かがやきクラブ八老連入会のお誘い」チラシ発行	2月	

※新型コロナウイルス感染症の状況により、やむを得ず中止する場合があります。
※未定の行事については、決まり次第お知らせします。

大会結果・男性の部(敬称略)			
優 勝	服部 勇	美濃山グリーンクラブ	30
準優勝	寺坂 守正	千歳会	33
第3位	川嶋 正之	白扇会	34
第4位	横田 實	西部百年会	36
第5位	村田 清夫	東部百年会	37



《優勝者コメント》

今朝は目覚めが良かったんです！ 運が8割、実力2割、優勝できてうれしいです！

大会結果・女性の部(敬称略)			
優 勝	小澤 洋子	第2寿会	35
準優勝	伊藤 君子	美濃山グリーンクラブ	37
第3位	平尾 静子	第2寿会	39
第4位	佐野よ志子	西部百年会	41
第5位	丸山 昭代	美濃山グリーンクラブ	41



《優勝者コメント》

2度目の優勝で信じられない気持ちです。好きなことを健康第一にお友達と楽しんでいます。

スポーツの秋にふさわしい好天に恵まれた令和2年10月30日(金)、11月1日(土)参加のもと八幡市民スポーツ公園グラウンドで開催しました。

山会長から「これだけ大勢が集まつて体を動かすのは本当に久しぶりです。今日は皆さんプレーを楽しんでください」とあいさつがあり、優勝トロフィー返還、準備体操を行った後、プレーヤー全員が一斉にスタートしました。

プレー中は笑顔が絶え



第22回 八老連 グラウンド・ゴルフ大会



ず、「入った！ 嬉しい！」
「うーん、また外れた…」
といった声があちこち
で聞かれたほか、チー^{ムメイト}と久しぶりの再
会を喜び合い、親睦を深める姿が見られました。

表彰式では、男女上位5名と指定ホールのホー

ルインワン達成者4名、ラッキー賞の皆さんに小山会長から賞品が手渡されました。

面で計10コ一
スを回り、個
人成績で順位
を競います。
遠投を成功さ

せたかと思うと、
コーン目前の投輪
が狙い通りに飛ば
ないなど、スカイ
クロスならではの
難しさと楽しさを

堪能できた2ゲー



第19回 八老連 スカイクロス大会

大会結果・男性の部(敬称略)			
優 勝	奥村 正之	白扇会	29
準優勝	田辺 隆	南山熟年クラブ	31
第3位	小宮山袈裟人	南山熟年クラブ	32
第4位	奥西 昭夫	長命クラブ	32
第5位	亀井 節哉	明野シニアクラブ	32



大会結果・女性の部(敬称略)			
優 勝	奥村三枝子	白扇会	31
準優勝	杉村 和子	明野シニアクラブ	33
第3位	時盛勢津子	双栗九十九クラブ	37
第4位	堀 京子	明野シニアクラブ	37
第5位	山田テイ子	南山熟年クラブ	38



令和2年11月6日(金)
52名参加のもと馬場市民運動公園で開催しました。

優勝カップ返還やルール説明の後、ゲームスタート。今大会は芝と砂の

ムでした。
今大会、なんどご夫婦がペアで優勝。この結果に参加者も「こんなに初めてやな」と驚きを隠せませんでした。代表して

いました。気楽に一緒にプレーしていただいた皆さんに
も感謝しています。次回も良い成績を目指して頑張ります」とコメントを寄せてくださいました。

夫の奥村正之さんが、「才
リンピック精神で参加し
たこの大会で、優勝でき
たことに驚き、とてもう
れしく思っています。天

候や幸運にも恵まれ、実力以上の結果となりました。感謝に一
面で計10コ一
スを回り、個
人成績で順位
を競います。
遠投を成功さ



大会結果(敬称略)			
優 勝	小山 文明	南ヶ丘第九クラブ	48
準優勝	内形 征洋	明野シニアクラブ	46
第3位	室谷 昇	悠悠クラブ	35
第4位	井上 博司	南山熟年クラブ	26
第5位	増田 清司	白扇会	11



《優勝者コメント》

はじめの半チャンはマイナス5000点でした。次はラスト半チャンで上位(点数を多く取った人)から1番目、2番目と座っていきます。私は4番台(下から2番目)です。

それからは他人のことは一切無視する作戦に出ました。自分の感じるままに打ちました。すると上がる上がる…ツキまくりました。

開会式のあいさつで、「優勝の方には良い景品が当たりますが、機関誌「かがやき」に感想文を書いてください」とお願いしましたが、なんと、私が優勝して感想文を書くことになるとは…人生はおもしろいものですね。

令和2年11月25日(水)
八幡市立福祉会館2階の
八老連事務所で「第4回
八老連健康マージャン大
会」を開催しました。
本年度最後の行事とあ

試合中には「リーチ」
制限時間内に得た点棒で
得点を競います。密を避
けるため、参加人数も予
選を勝ち抜いた20名に絞
られました。



第4回 八老連 健康マージャン大会

つて、皆さん開始
前から腕慣らしに
卓を囲むなど気合
十分。コロナ禍の
影響で5月の大会
が中止となりまし
たが、マージャン
を愛する会員の要
望に応え、第4回
大会が実施となり
ました。大会ルー
ルは90分×2本の
時間制で行われ、
得点を競います。密を避
けるため、参加人数も予
選を勝ち抜いた20名に絞
られました。

「ロン」と鋭い目つきで
牌を見ながらも、勝負が
終わると仲良く談笑。久
しぶりのマージャン大会
とあって、参加者の表情
は笑顔にあふれていまし
た。



★機関誌「かがやき」第75号発行のお知らせ

原稿締切日：令和3年4月30日(金)

発行予定日：令和3年8月

★第5回 健康マージャン大会

5月26日(水) 福祉会館2階(八老連事務所)

★第31回 趣味の部会 舞台発表会

6月11日(金) 八寿園 ほか

★第26回 ワナゲ大会

6月25日(金) 市民体育館

★第12回 マグダーツ大会

7月9日(金) 文化センター

★「八老連川柳」を募集しています

八老連では、「八老連川柳」募集の企画を設けております。参加は八幡市老人クラブ連合会の会員に限ります。ペンネームは自由で、実名でも無名でも、ニックネームでもOKです。提出用紙も自由です。募集は事務局で随時受け付けますので、多数の投句をお待ちしております。

人間模様や社会に対する風刺など、日常にあるさまざまな場面をユニークに詠んでください。難しく考えず、今感じたことを5・7・5に当てはめ、リズミカルに、シンプルに表現してください。

ご投句いただいた作品は、8月発行予定の機関誌「かがやき 第75号」に掲載いたします。

事務局だより



第7回 八老連 ペタンク大会

大会結果	
優 勝	白扇会 Aチーム
準優勝	安居塚・きつつきクラブ
第3位	美濃山グリーン Aチーム



令和2年11月24日(火)、八幡市民スポーツ公園グラウンドで「第7回八老連ペタンク大会」が開催され、昨年と同様14チーム・70名が参加しました。

令和2年度 ハ老連若手部主催 健康ウォーキング

初秋の府立植物園を歩く

吉井松里グリーンクラブ
山口 晴美



第12回健康ウォーキングは令和2年11月17日火、雲ひとつない小春日和の奈良公園周辺で実施された。行程は、奈良県庁屋上から眺望を楽しんだ後、東大寺大仏殿、



観光客でごった返していたが、ご存じのとおりコロナ禍の影響で閑散としていた。おかげで、現存する世界最大の木造建築の大仏殿や、その中

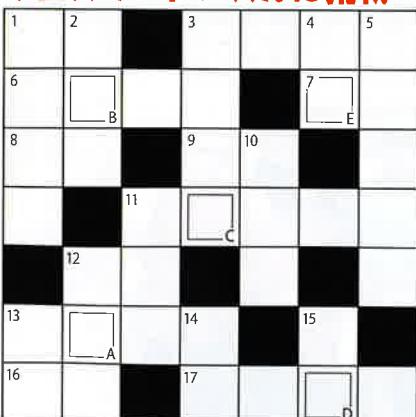
康ウォーキングで、初秋の府立植物園に行きました。まだ暑さの残る日でしたが、鴨川沿いのウォーキングはとても気持ちの良いものでした。川べりで鴨や青鸞も見ました。植物園は初めてでしたが園内は美しく整備されており、色鮮やかな花々が強烈でした。どこか

の小学生が小グループで楽しそうに回っていました。外に見慣れた京阪バスが止まっていて少しうれしく思いました。



参加は12名でした。が、記念写真でマスクを取るのは化粧しないからどうとか、70歳ぎりぎり入場料は無料で良かったとか、帰りは話題のパ

クロスワードパズルに挑戦！



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、A B C D Eに入ることばを見つけてください。答えは13ページにございます。

タテのカギ

- 日本の幕府といえば、江戸幕府、室町幕府、_____幕府
- 古事記に登場。ワニをだまして痛い目にあう「因幡の白_____」
- 直径が0.5mm未満と定義されている細かい雨のこと
- 「彼は会議の途中で_____を立った」
- 幕末・明治時代に欧米人が居住した住宅。神戸などが有名
- _____のメガネは水色めがね♪
- したり落ちる水滴のこと。雨上がりの葉などでよく見られます
- 三つ編みや編み込みをして下ろした髪型。
- 鍋料理は食べる前に_____抜き。元は煮込んだら出てくる野菜や肉の成分。
- 昔はリヤカーにいっぱい乗せて「_____竹～」と元気な声が聞こえてきました
- 主に6～10月が釣り解禁となる人気の魚。友釣りなどあります

ヨコのカギ

- 西部劇などでおなじみ、牧場や畜産業に従事する労働者。____ボーイ
- 太陽系で太陽から2番目に近い惑星。____
- 担いだ金太郎～♪
- 本州、四国、九州に留鳥として分布している日本の國鳥
- 失敗が起きないように、しっかりと____を刺した
- ____いも。____帰り。ふる____
- 項羽と劉邦の戦いで生まれた四字熟語の諺。周囲を敵で囲まれた状態
- 1900年、アメリカで発表された児童文学。「____の魔法使い」
- 雷門や花やしきなど、名所がいっぱいの東京の町
- 明治維新前は、幕府は武家、宮廷貴族一般は____と呼ばされました
- アンデルセン童話のひとつ。チューリップから生まれた小さな_____姫

◎屋内での活動について
3月から8月まで新型
コロナウイルス感染防止
のため、すべて中止。9
月より様子を見て再開を
考える。
歌聲クリップ(カラオケ)、
囲碁・将棋、健康麻雀、
サロン。

用例行事中止のため、
年会費（1200円）の
ほぼ半額の600円程度
の菓子を配布し、役員が
手分けして集金中。

○その他の
京都府、大阪府の新型
コロナの発生状況はテレ
ビや新聞で分かるが、ハ
幡市関係のニュース、発
生数、発生日などはイン
ターネットで調べる必要
がある。本部からの速報
がほしい。

◎毎月の定例活動について
屋外での活動であるが
ハンド・トルフは、休
むことなく継続中。毎週
土曜日。

各単位クラブの活動について

男山第二クラブ
会長 中川 瞳義

元気ハツラツ！
クラブ活動だより



日	月	火	水	木	金	土
<連絡先> ◎鶴田 981-8292 ◎伊藤 881-7122 ◎高瀬 881-8384 ◎中野 080-8378-8027			◎林田 881-4681 ◎田中 981-7948			1 グランド ゴルフ 8時～ くすのき 小学校
2	3	4	5	6	7	8 グランド ゴルフ 8時～
新規ロゴマイルも流行るため 8月もグランドゴルフ祭りの活動は<中止>です。						
三倍 ◎密島 ◎密島 ◎密島 ◎マック 午後はお休み						くすのき 小学校
9	10	11	12	13	14	15
歌声クラブ <中止> 企画公会堂						
16	17	18	19	20	21	22 グランド ゴルフ 8時～ くすのき 小学校
		園芸、農場 <中止> 第二住宅 集会所				
23	24	25	26 種苗販賣 園芸耕作 <中止> 企画公会堂	27	28	29 グランド ゴルフ 8時～ くすのき 小学校
30	31		8月中秋より各種活動の西湖を予定しているところ。 新型コロナウイルスの影響で、西湖が混雑しない。 混雑の予想がなかったと発表されました。 そのため、西湖での各種活動のグランドゴルフ祭りの活動は 8月も中止いたします。			

の活動について

らの講演などを明確に示してほしい。他クラブの活動の状況を参考にしたいので、ぜひ活動の実績を知りたい。

第9回「ロボット」会議と
り会の特徴と、主な活動
内容を紹介させていただ
きます。はじめに役員構
成ですが、輪番制ではな
く年度ごとに有志の人を
募っています。また、特

と「カラオケ」の同好会
があり活動しています。
この他に、「会報わかば」
をおおむね月1回発行し
て八老連の決まり事をお
知らせしていますが、す
ぐに近々125号を発行
する予定になります。

りも閉じこもりを出さない」ということで、行事の選択にも工夫をしていきます。このことと、頭の体操を考えて、これから行事のひとつ、「ハンド



单位クラブ活動紹介

八望みどり会
会長 小西 利男

徴的には単位クラブの役員は全員地域の福祉委員を兼ねていて、加えて一般会員からもお願ひして福祉委員を構成してお



「ドベル」での演奏に取り組むことにしました。決してうまく演奏ができないとても、自分がベルを振るタイミングに集中できればと考えて、ます。はじめて、この日の舞台での演奏を聴いて、ます。

第二寿会では毎年、老人週間行事の一環として橋本公民館周辺の除草清掃活動を行っています。今年は、コロナ禍の影響を心配しましたが、11



月9日(月)に「つロナ禍の時」、「町の美化」と庭師姿の藤原博さんをリーダーに公民館の方も加わり、総勢10名で効率よく除草清掃活動を行いました。

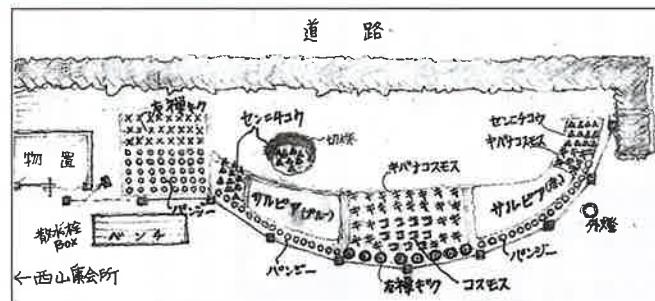
花のまちづくり 事業実施報告

足立会
会長 藤本キク工

足立会で花壇を作りました。西山集会所にうさぎ公園があり子供たちの楽しい遊び場です。3年ほど前の台風で「ラタナス」の大木が倒れ、殺風景になってしまったので足立会の皆さんのが協力を得て花壇を作ることになり、八幡市の「花のまちづくり事業」に申請し、花苗180本を植えました。

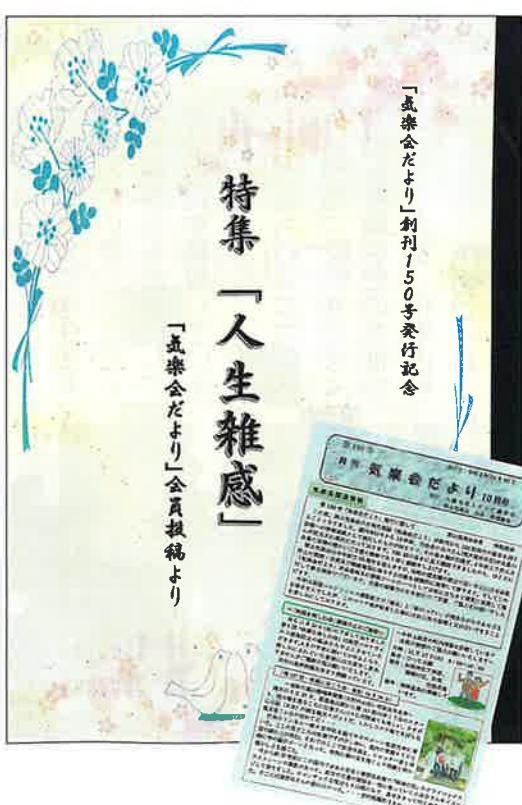
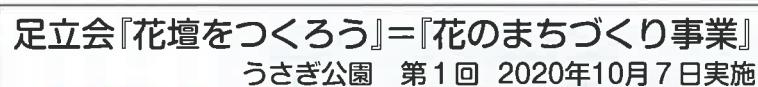
「気楽会だより」
創刊150号発行記念
小冊子「人生雜感」発行

西山氣樂会
会長 仲地 義幸



「スモス、友禅菊など色々
とりびの咲き早速ちよつ
ちよも飛んできました。

「のたび、西山風楽会では情報誌「風楽会だより」創刊150号発行を記念して、余賀の投稿による「人生雜感」記事を小冊子にまとめ発行することになりました。



じいさまが昔昔と自我じいさん
預貯金はないのも親の愛と説き
（正）あかね空流れ橋をや
（誤）あかね空流れ橋をや
茶葉の香りを漂わせつつ
太る悩み言いつ、ランチの打ち合わせ
老女ふたりランチおしゃべり早日暮れ
歩かねば足を引き引き足を出し
一人住まいお前が頼りとボチに告げ
千人力

若見えと言われて気持ちはクラス会
コロナ禍に友愛訪問垣根越し
第二寿会 居上 善彦
西部百年会 佐野よ志子



◆ 八老連川柳
マージャンで頭のたいそう若がえり
男山Eクラブ 福本 淳子
平野山和会 内海 昭幸



冬を越え人生の庭春の花
生きている一人一人が思いやり
神妙ではにかむ笑顔お年玉
下区寿会 岩城 信子



◆ 短歌
閉じこもりはやり病の拡がりを
三密避けてきょうも主夫
落葉踏む音も十色の嵐山
寒椿静寂を破る古寺の鐘
無名人
平野山和会 内海 昭幸

◆ お詫びと訂正
前号の「会員文芸」におきまして、内海昭幸さま（平野山和会）の短歌に誤りがございました。ここに訂正させていただきます。とともに、ご投稿いただいた内海さまに深くお詫びいたします。

ナイスクロット

八老連 趣味の部会一覧

部会名	部員数	稽古日	部会長	連絡先
詩吟部	14人	毎月第2・第4金曜日	森田綾子	982-8659
カラオケ部	31人	毎月第1・第3・第4火曜日	中野和夫	080-1427-7200
民舞部	12人	毎月第1・第3・第4金曜日	小林美佐子	982-4784
卓球部	23人	毎月第1・第2・第4木曜日	上辻幸雄	982-5647
ダンス部	18人	毎月第1・第3・第4金曜日	小野進	080-9476-2311
ビリヤード部	15人	毎月第1・第2・第3水曜日	浅井光博	982-4005
フラダンス部	14人	毎月第1・第2・第3月曜日	斎藤美佐子	982-8014
民謡部	17人	毎月第2・第4木曜日	宮里益枝	982-9511
百人一首の会	10人	毎月第1・第3木曜日	川上聰子	982-6358
将棋部	23人	随時(大会:年4回)	水野保	982-1276
囲碁部	39人	随時(大会:年4回)	溝畠俊彦	971-0062
陶芸部	12人	年30~33回(偶数月2回・奇数月3回)	内藤暁	982-0921
あるこう会	29人	年6回	小澤延之	981-9072
手芸部	13人	毎月第2・第4水曜日	小泉千鶴子	982-7672

趣味の部会へ入会希望の方は、必ず地域の単位老人クラブへ入会してください。
お問い合わせ先…八幡市老人クラブ連合会 事務局 TEL/FAX.075-983-3868



協賛廣告

ご協賛いただいた皆さまへの御礼

八幡市老人クラブ連合会機関誌「かがやき」の発行にあたり格別のご支援・ご協力をいただき誠にありがとうございました。今後も高齢社会の心の糧となる機関誌をめざして内容の充実に努力してまいりますので、なにとぞ末永きご厚誼、ご支援を宜しくお願ひ申し上げます。

八幡市老人クラブ連合会

 社会医療法人 美杉会 救急指定 日本医療機能評価機構認定 男山病院 人工透析・デイケア・訪問看護・訪問介護 病床数:199床(一般127床・回復期47床・緩和25床) 八幡市男山泉19 TEL(075)983-0001 <small>詳しくはこちら 美杉会 検索</small>	在宅療養支援病院 みのやま病院 在宅医療・人工透析・デイケア 病床数:50床 八幡市欽明台北4-2 TEL(075)983-1201	 医聖会グループ 八幡中央病院 八幡市八幡五反田39-1 TEL(075)983-0119 京都八幡病院 八幡市川口別所61 TEL(075)971-2001																																													
内科 わたなべ 医療法人 団 渡部医院 八幡市男山八望3-1 男山団地中央センターB52 TEL(075)982-2525	内科・外科・整形外科 在宅訪問診療 医療法人 昭洋会 中村診療所 <table border="1"> <thead> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> <th>日曜</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9:00～12:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>13:00～16:00</td> <td>/</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>16:00～18:00</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>★</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>18:00～20:00</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>★</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> </tbody> </table> <small>整形外科… 第1、3、5週の木曜 18時～20時 第2、4週の木曜 16時～18時</small> 急患随時 八幡市八幡山柴17 TEL(075)981-0510 http://nakamura-med.com/	診療時間	月	火	水	木	金	土	日曜	9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	/	13:00～16:00	/	●	/	/	/	/	/	16:00～18:00	/	/	★	/	/	/	/	18:00～20:00	●	/	★	/	/	/	/	 もりおか 医療法人 もりおか耳鼻咽喉科医院 診療時間 AM 9:30～12:30 PM 4:00～7:00 休診日 水曜・日曜・祝日・土曜午後 電話診療予約(当日のみの予約) 予約受付 AM 8:00～12:00 / PM 2:30～6:30 TEL 050-5840-5605 (おかげで通いやすい) 八幡市男山金振1-32 R-Bビル101 男山病院南角 075-972-5733 URL http://www.morioka-jibika.com/					
診療時間	月	火	水	木	金	土	日曜																																								
9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	/																																								
13:00～16:00	/	●	/	/	/	/	/																																								
16:00～18:00	/	/	★	/	/	/	/																																								
18:00～20:00	●	/	★	/	/	/	/																																								
すがぬま医院 心療内科・精神科 <table border="1"> <thead> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> <th>日曜</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9:00～13:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>●</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>17:00～19:00</td> <td>/</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> </tbody> </table> 八幡市八幡五反田37-9 五反田中央ビル1F TEL(075)201-7204 http://www.suganuma-iin.jp	診療時間	月	火	水	木	金	土	日曜	9:00～13:00	●	●	●	●	/	●	/	17:00～19:00	/	●	/	●	/	/	/	 日本眼科学会認定眼科専門医 重光眼科医院 EYE CLINIC SHIGEMITSU EYE CLINIC 院長 医学博士 重光 利郎 診察時間 月・火・水・金・土 予約制につき 前もってお電話をしてご来院下さい 枚方市楠葉朝日3丁目6-23 TEL(072)866-2238	 おおにし耳鼻咽喉科 クリニック 院長 大西 純夫 <table border="1"> <thead> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>午前10:00～12:30</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> </tr> <tr> <td>午後5:00～8:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> </tr> </tbody> </table> 休診日 水曜午前・土曜午後・日曜・祝日 枚方市楠葉朝日3-6-21 P有り TEL(072)855-4520 www.onishi-jibika.or.jp	診療時間	月	火	水	木	金	土	午前10:00～12:30	●	●	/	●	●	●	午後5:00～8:00	●	●	●	●	●	/
診療時間	月	火	水	木	金	土	日曜																																								
9:00～13:00	●	●	●	●	/	●	/																																								
17:00～19:00	/	●	/	●	/	/	/																																								
診療時間	月	火	水	木	金	土																																									
午前10:00～12:30	●	●	/	●	●	●																																									
午後5:00～8:00	●	●	●	●	●	/																																									
西村歯科医院 診療時間 平日 AM 9:00～12:00 PM 3:00～7:00 土曜 AM 9:00～12:00 休診日 土曜午後・木曜・日曜・祝日 八幡市八幡長谷56-1 TEL(075)983-0888	 医療法人 天心会 松本歯科医院 <table border="1"> <thead> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>9:00～12:30</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>14:00～19:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>/</td> </tr> </tbody> </table> 休診日 土曜・日曜・祝日 八幡市西山和氣13-12 P10台有 TEL(075)971-1050	診療時間	月	火	水	木	金	土	9:00～12:30	●	●	●	●	●	/	14:00～19:00	●	●	●	●	●	/	医療法人社団医泉会 小川医院 在宅療養支援診療所 <table border="1"> <thead> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>AM 9:00～11:30</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>PM 5:00～7:30</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>/</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>/</td> </tr> </tbody> </table> 八幡市男山泉2-1 TEL(075)963-5790	診療時間	月	火	水	木	金	土	AM 9:00～11:30	○	○	○	○	○	○	PM 5:00～7:30	○	○	/	○	○	/			
診療時間	月	火	水	木	金	土																																									
9:00～12:30	●	●	●	●	●	/																																									
14:00～19:00	●	●	●	●	●	/																																									
診療時間	月	火	水	木	金	土																																									
AM 9:00～11:30	○	○	○	○	○	○																																									
PM 5:00～7:30	○	○	/	○	○	/																																									

協賛廣告

**なかじま整形外科
リウマチクリニック**

NAKAJIMA CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
16:00~19:30	●	●	/	●	●	/

受付終了時間／午前11:30、午後19:00
休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日
八幡市欽明台中央55番3 P有り

☎ (075) 971-0012

なかじま整形外科・リウマチクリニック

宮谷眼科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	/	○	○
PM 4:30~7:00	○	○	○	/	○	/

休診日 土曜午後・木曜・日曜・祝日
八幡市橋本向山1-6

☎ (075) 983-6324

CHUISHO CLINIC **・内科・**
ちゅうしょクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	※	○	/
午後 4:30~7:30	○	※	○	/	○	/	/

※は心療内科(完全予約制)
京田辺市山手西2-2-10
日東センタービル2F

☎ (0774) 68-1002

かみむら歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	/
午後 2:30~7:00	●	●	●	●	●	/	/

休診日 土曜午後、日曜、祝日
八幡市内里南ノ口32-1 P有り

☎ (075) 982-2227

KC CLINIC

医療法人くわばら歯科医院
京都CTインプラントセンター

月・火・金	9:00~12:00
14:00~20:00	
水・土	9:00~14:00

八幡市美濃山一ノ谷8-1

☎ (075) 972-3666

カルシウムをしっかりとろう!

骨そしょう症の予防や精神を安定させる効用のあるカルシウムは、高齢者には特に必要な栄養素です。

★カルシウムが豊富に含まれる食品
牛乳、チーズなどの乳製品、骨ごと食べられる小魚、豆腐やなっとうなどの大豆製品、野菜類や海藻など。

サンてらす

お気軽にお電話ください。

登録ヘルパー募集中!

お問い合わせは
TEL.075-983-5030(代)

株式会社サンてらす 八幡市八幡科手30番4
http://santerasu.com/

家族が寄り添うような家庭的な温かさ

ケアビレッジ こころ 伏見・淀
サービス付高齢者向け住宅
デイサービス併設

京都市伏見区淀際目町193-1

☎ (075) 631-2289

デイサービス 訪問・泊り
小規模多機能型介護施設

ぱんぽこ

八幡市男山指月15-9

☎ (075) 983-7765

社会福祉法人イエス団

ぶどうの木保育園

八幡市男山美桜6-5

TEL(075) 982-9013

FAX(075) 874-2500

E-mail: budounokihoikuen@diamond.broba.cc

TEL 075-971-5687

認定こども園

歩学園幼稚園

「今より一步」
みんな違って
みんないい

AM 7:00~PM 7:00 開園

**緑茶がもたらす
効果と効能**

胃腸の働きを助ける

緑茶に含まれるタンニンが胃の働きを活発にし、腸の蠕動(ぜんどう)運動を盛んにします。

協賛廣告

開発・設計・測量・建築・登記



会社 グローバルエンジニア

八幡市男山長沢17-7
TEL(075) 983-0303
FAX(075) 982-0456

にしゅう 司法書士事務所
行政書士事務所

(旧 清水口司法書士事務所)
八幡市八幡沓田5番地7
TEL(075) 981-8828
FAX(075) 982-6213

金属リサイクル

K 株式会社
キムラメタリックス

八幡市八幡久保田6-2
TEL(075) 982-3111
FAX(075) 982-4698

高齢者の交通安全

安全確認は十分に

道路を横断するときは、必ず止まって左右の安全を確かめましょう。
渡りはじめより、渡り終わるころに事故に遭いやすいので、車が遠くに見えても無理せず、通過してから横断しましょう。



税理士法人
大高事務所
Otaka Accounting Office

八幡市男山松里12-32
TEL(075) 983-3156
FAX(075) 971-1971
<http://www.otctax.com>

みやび司法書士事務所

不動産登記 会社登記 相続
遺言 贈与 成年後見

相続登記や抵当権抹消登記手続は
早めに済ませておきましょう。

八幡市八幡旦所28-2
八幡石清水郵便局・旦所バス停前
TEL(075) 972-2890

T 治工具・フレーム・製作及機械加工
各種精密機械部品加工・量産対応
各種表面処理・焼入・研磨仕上
工業用シン製造販売及び輸出入

株式会社 遠山製作所

本社工場 宇治市槇島町十一-68-3
TEL(0774) 21-8168 FAX 21-8167
八幡工場・事務所 八幡市内里砂畠18-25
TEL(075) 925-5599 FAX 925-5085

各種自動車・販売・修理・钣金・塗装
車検整備一式・定期点検・任意保険・ローン取扱い

有限会社 **中原モータース**

八幡市内里松ヶ外25-6
TEL(075) 981-1160 (代)
FAX(075) 981-1092



株式会社 小北商店

八幡市下奈良小宮10番地
くうならいちばんいいたまご
TEL(075) 971-1105
FAX(075) 971-1111

** 老人クラブ広報紙・名簿・回覧板制作 **

元気で明るい長寿社会の
実現が願いです



高齢社会のパートナー

H 株式会社 博報社

本社 大阪市平野区喜連西4-6-69
TEL 0120-021-209

協賛廣告

<p>F 電 A X 話 ○○七五五・九八一・九三〇〇八一</p> <p>石清水八幡宮</p>	<p>国宝</p>	<p>みなさまのすぐとなりに 京都中央信用金庫がいます。</p> <p>京都中央信用金庫 八幡支店 八幡市役所前 ☎ (971) 1321 FAX (971) 1325</p>	<p>遺言・相続・生前贈与・不動産登記 民事信託・成年後見・事業継承・年金請求</p> <p>あくひし 総合法務事務所 司法書士 行政書士 社会保険労務士 奥村 浩文 八幡市八幡園内23-14 0120-874-270</p>
<p>お酒との上手な 付き合い方</p> <p>週に2日は休肝日を作る 肝臓を解放して休める「休肝日」。この習慣を身につけることで、肝臓を健康な状態に保つことができます。</p>	<p>不動産 賃貸・売買 仲介</p> <p>不動産総合サービス 有限会社 山繁 八幡市八幡月夜田2-3 981-5991</p>	<p>OUGI 株式会社 扇物流サービス 八幡市戸津谷ノ口34番地 TEL(075) 971-7191 FAX(075) 971-7192</p>	<p>足場鳶職人募集</p> <p>〈建設現場の足場の組立〉 〈解体作業・資材運搬業務〉 ・未経験もブランクも大歓迎 ・学歴、年齢不問</p> <p>(株)三共京阪センター 京都事務所 八幡市川口小西1-3 問合せ先 TEL(075) 983-5930</p>
<p>各種リフォーム・各種塗装工事請負</p> <p>M 光井建装 株式会社</p> <p>外壁 屋根 御見積り 防水 リフォーム 無料</p> <p>八幡市八幡双栗17-1 874-6934</p> <p>光井建装 検索</p>	<p>総合建設業 IWAOK ISO9001認証</p> <p>株式会社 巖建設 八幡市八幡吉原52-2 TEL(075) 981-2826 FAX 982-2872 http://www.iwaokensetsu.com</p>	<p>豊かな未来のために、 快適な暮らしに安心を</p> <p>M 株式会社 道原建設</p> <p>八幡市八幡軸27番地19 981-2835 (代) FAX(075) 983-5153 https://www.michihara.jp</p> <p>K-T-M 《現地調査・お見積書無料》 株式会社 K-T-M 八幡市八幡軸27番地19 2F 982-7717 FAX (075) 982-7550 http://www.kaitai-ktm.com</p>	
<p>高齢者にも 飼いやすい犬 ポメラニアン</p> <p>感情表現が豊かでわかり やすく、賢いのでしつけ やすい犬種です。</p>			

協賛廣告

総合建設



土木・建築・管・設計・施工

京田辺市・八幡市・精華町上下水道指定
給排水衛生・空調冷暖房設備 設計・施工



八幡市八幡三反長21-5

☎(075)981-1212(代) FAX(075)981-1539

冷え性には大根の葉?

大根の葉をざく切りにして1週間ほど干します。これを木綿の袋に入れてお風呂に水から入れて沸かします。お湯を入れるタイプのお風呂の場合は大鍋で木綿袋を煮出し、この液をお風呂に入れれば同じ効果を得られます。ぜひお試しを!



浄土真宗

浄泉寺

八幡市八幡馬場41-7

☎(075)971-2201

家庭でできる!

かんたんエコ

～家電製品～



待機電力を減らす



しばらく使用しない家電は主電源を切り、外出時にはコンセントを抜きましょう。

葬儀に関する不安・お困り事は、事前相談で安心。各飛翔殿までご連絡ください!



メモリアルホール
枚方 飛翔殿

家族葬・一般葬・法要
枚方市養父東町51番5号
(牧野高校前)

☎ 0120-63-0042



メモリアルホール
くずは 飞翔殿

1日1組の家族葬
枚方市東船橋1丁目37番地の2
(船橋交差点すぐ)

☎ 0120-25-0042



涙がもたらす 健康効果

ストレス解消

泣くことで副交感神経の働きが良くなることやストレスに関連してたまつた物質が涙から排出されストレス解消になります。



むくみ、クマの解消

泣くことで涙腺の詰まりが解消され、血流がよくなり、その結果むくみやクマが解消されます。



寝つきが良くなる

泣くことでリラックスし眠気を誘います。寝る時にはリラックスしていないと睡眠の質を下げてしまう可能性があります。



令和2年度八老連日帰り研修旅行

陶芸の里・信楽と近江八幡・水郷めぐり

八老連副会長 小澤 延之

八老連恒例の日帰り研修旅行を、令和2年11月18日に開催しました。

当初はコロナ禍で開催が危ぶまれましたが、ちょうど感染拡大が収まっていたこともあり、万全な対策のもと決行しました。

当日は絶好の秋日和に恵まれ、20単位クラブから計76名が参加、バス3

台に分乗して信楽の陶芸教室や近江八幡の水郷めぐりを体験しました。

信楽では、陶芸教室にて焼き

物に挑戦。思ひ思ひの作品づくりで楽しいひと時を過ごしました。立派な作品に仕上がっていることを楽しみに

しています。

お昼は、近江牛のすき焼きに

その後、ラコリーナ近江八幡に立ち寄りお買い物。

今回の旅行はGOTOトラベル適用で、地域クーポン券が提供され



6~8人乗りの舟に乗り込み、熟練船頭の手漕ぎで約2時間の水郷めぐり。周囲の山々はすっかり紅葉し、自然保護されてい

舌鼓を打ち、一行は近江八幡へと向かいます。

牛のすき焼きに

今年8月発行予定の「かがやき第75号」に、会員皆さまからの投稿をお待ちしております。クラブ活動だより・随想・紀行文は市販の原稿用紙1枚(400字)程度で関連写真を添えていただければ幸いです。また、文芸作品と八老連川柳はおひとり2句・2首までとさせていただきます。

原稿にはクラブ名・氏名を明記して、八老連事務局までお届けください。

原稿募集中

編集担当 西林千代美
栗井 正

(事務局)



八老連機関誌「かがやき」が無事に発刊できたことは、ご協賛いただいた皆さま方や会員各位のご協力の賜物と、深く感謝申し上げます。これからも一層、どなたからも愛される機関誌「かがやき」を発行してまいりたいと存じますので、どうかよろしくお願ひいたします。

編集後記