

八幡市老人クラブ連合会 機関誌

第75号

かがやき

令和3年8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>



第12回マグダーツ大会の様子

目次

八老連会長あいさつ	2	令和2年度八老連主要事業報告	12
令和3年度単位クラブ一覧	2	八老連会員の随想	16
令和3年度八老連主要行事予定	7	会員文芸～八老連川柳・俳句・短歌～	16
第25回ワナゲ大会	8	令和3年度八老連「趣味の部会」一覧	17
第12回マグダーツ大会	9	ご協賛いただいた皆さま	18
八老連若手部主催健康ウォーキング	10	「かがやきクラブ」に入会しませんか？	23
事務局だより	10	第2回かがやきクラブ教室	24
元気ハツラツ！クラブ活動情報	11	編集後記／次号の原稿募集	24



会員の皆さまには、ますます
すぐ健勝のこととお喜び申し
上げます。

私が会長職を拝命して、は
や2年目となりました。これ
まで会長職を続けられたのは、
各単位クラブ会長をはじめ役
員の方々、会員の皆さまの温
かいご支援とご協力の賜物と
深く感謝しております。

今、全国的な新型コロナウイルス
イルス感染症の影響で、あら
ゆる活動が充分にできません
でした。しかし、ようやく高
齢者からワクチンの接種が進
み始めました。このことと向
かい合いながら、止まってい
た各年間行事が始められるか
と思います。

私たち老人クラブのスロー
ガンである「健康・友愛・奉仕」
の三大運動をはじめ、子ども
見守り活動など地域との交流
を積極的に進め、支え合える



明るい豊かな長寿社会を共に
創りあげる必要があります。
そのためには、なお一層会
員同士の仲間の輪を強く持ち
ながら、クラブの組織の充実
と活性化を進めたいと思いま
す。そして、会員の皆さまに
楽しい八老連と思っていただ
けるよう努める覚悟でござい
ます。

今後とも、よろしくご協力
をお願い致します。

令和3年度 八老連 単位クラブ会長・女性部長・若手部長 一覧

顔写真は単位クラブ会長

ブロック長および理事（令和3年4月現在）

第1ブロック			会 長	西村 美弥子	☎981-2116	会 員 数：42人
1	志水第一クラブ		女性部長	吉川せい子	☎982-0435	女性会員数：24人
			若手部長	道上美智子	☎981-0660	若手会員数：11人
第1ブロック			会 長	石井 正孝	☎090-3354-2897	会 員 数：34人
2	志水第二クラブ		女性部長	小村 澄子	☎983-5882	女性会員数：20人
			若手部長	前川 孝一	☎981-1620	若手会員数：15人
第1ブロック			会 長	符川 和夫	☎981-2025	会 員 数：33人
3	志水第三クラブ		女性部長	深川 文子	☎971-0626	女性会員数：21人
			若手部長			若手会員数：15人
第1ブロック			会 長	叶 勇	☎982-1820	会 員 数：49人
4	志水第四クラブ		女性部長	濱田多賀子	☎090-8123-0299	女性会員数：28人
			若手部長			若手会員数：12人
第1ブロック		休 会				
5	南山熟年クラブ					
第1ブロック			会 長	山本 講一	☎982-9737	会 員 数：86人
6	月愛つばき会		女性部長	片山 菅子	☎981-7321	女性会員数：48人
			若手部長	山本 講一	☎982-9737	若手会員数：36人
第1ブロック			会 長	植村 俊子	☎982-3957	会 員 数：82人
7	安居塚・きつつきクラブ		女性部長	上羽富美子	☎981-9295	女性会員数：51人
			若手部長	平河美恵子	☎982-8516	若手会員数：43人

第2ブロック			会 長	吉田 亮	☎981-2437	会 員 数：31人
8	北部百年会		女性部長	濱 和子	☎981-0079	女性会員数：16人
			若手部長			若手会員数：18人
第2ブロック			会 長	西村 勇	☎981-2366	会 員 数：61人
9	中部百年会		女性部長	山上とし子	☎981-0377	女性会員数：36人
			若手部長	吉田 重幸	☎981-7008	若手会員数：15人
第2ブロック			会 長	藤本 昇	☎981-5293	会 員 数：27人
10	南部百年会		女性部長	小嶋由紀江	☎981-2720	女性会員数：17人
			若手部長	藤本 昇	☎981-5293	若手会員数：1人
第2ブロック			会 長	小川 和彦	☎981-4508	会 員 数：44人
11	西部百年会		女性部長	佐野よ志子	☎981-2840	女性会員数：27人
			若手部長	西坂 豊	☎981-1843	若手会員数：15人
第2ブロック			会 長	堤 憲幹	☎981-5516	会 員 数：75人
12	東部百年会		女性部長	小泉千鶴子	☎962-7672	女性会員数：39人
			若手部長	宇治川春子	☎090-7492-8090	若手会員数：13人
第3ブロック			会 長	近川 吉延	☎983-0312	会 員 数：71人
13	双栗九十九クラブ		女性部長			女性会員数：41人
			若手部長	近川 吉延	☎983-0312	若手会員数：22人
第3ブロック			会 長	家村 正夫	☎981-1230	会 員 数：54人
14	放生クラブ		女性部長	辻 明美	☎981-0021	女性会員数：40人
			若手部長	奥村千加子	☎981-1901	若手会員数：6人
第3ブロック			会 長	吉川 栄一	☎981-4709	会 員 数：33人
15	高良クラブ		女性部長	河貝 博子	☎981-3352	女性会員数：18人
			若手部長			若手会員数：17人
第3ブロック			会 長	鹿野 侑良	☎983-3536	会 員 数：67人
16	長命クラブ		女性部長	末光 和子	☎982-8950	女性会員数：43人
			若手部長	奥村清一郎	☎981-3463	若手会員数：17人
第3ブロック			会 長	川北 四十二	☎631-2695	会 員 数：51人
17	長樋寿会		女性部長			女性会員数：31人
			若手部長			若手会員数：20人
第3ブロック			会 長	小澤 延之	☎981-9072	会 員 数：123人
18	白扇会		女性部長	奥村三枝子	☎981-0005	女性会員数：67人
			若手部長	野崎 英男	☎982-5173	若手会員数：38人
第3ブロック			会 長	井上 秀利	☎981-9627	会 員 数：94人
19	悠悠クラブ		女性部長	緒方 昭子	☎972-0891	女性会員数：57人
			若手部長	岡本 信一	☎972-1580	若手会員数：31人
第4ブロック			会 長	田村 貞敏	☎981-9132	会 員 数：77人
20	千歳会		女性部長	吉岡真知子	☎982-8129	女性会員数：59人
			若手部長	山崎タミ子	☎982-6178	若手会員数：25人
第4ブロック			会 長	松井 照雄	☎981-3981	会 員 数：84人
21	第一寿会		女性部長	大西 克子	☎981-3577	女性会員数：48人
			若手部長			若手会員数：14人

第4ブロック			会 長	居上 善彦	☎982-8765	会 員 数：116人
22	第二寿会		女性部長	小林 典子	☎982-1592	女性会員数：80人
			若手部長			若手会員数：20人
第4ブロック			会 長	内海 昭幸	☎981-1305	会 員 数：124人
23	平野山和会		女性部長	中野香代子	☎982-3671	女性会員数：71人
			若手部長			若手会員数：50人
第4ブロック			会 長	水川 典枝	☎982-9424	会 員 数：60人
24	狩尾寿会		女性部長	大針マサコ	☎983-5060	女性会員数：36人
			若手部長			若手会員数：16人
第4ブロック			会 長	藤原 洋	☎982-1292	会 員 数：117人
25	明野シニアクラブ		女性部長	竹ノ内洋子	☎983-3248	女性会員数：56人
			若手部長	藤原 洋	☎982-1292	若手会員数：44人
第5ブロック			会 長	岩城 朗	☎981-8093	会 員 数：23人
26	下区寿会		女性部長	関西三知子	☎981-8425	女性会員数：12人
			若手部長			若手会員数：6人
第5ブロック			会 長	狩野 重幸	☎981-3153	会 員 数：54人
27	上奈良御園クラブ		女性部長	村上美恵子	☎981-2052	女性会員数：31人
			若手部長	狩野 重幸	☎981-3153	若手会員数：32人
第5ブロック			会 長	河原崎 淳	☎981-1119	会 員 数：49人
28	下奈良親友クラブ		女性部長	河原崎廣枝	☎981-3155	女性会員数：27人
			若手部長	服部 明夫	☎981-2252	若手会員数：25人
第5ブロック			会 長	巽 正純	☎981-1567	会 員 数：73人
29	岩田呉竹第一クラブ		女性部長	北村美智子	☎981-4003	女性会員数：40人
			若手部長			若手会員数：30人
第5ブロック			会 長	森 淳夫	☎981-4893	会 員 数：50人
30	岩田呉竹第二クラブ		女性部長	岸本 晴美		女性会員数：22人
			若手部長			若手会員数：22人
第5ブロック			会 長	菊岡 優	☎981-4059	会 員 数：48人
31	中区第一老盛会		女性部長	石田美根子	☎981-5118	女性会員数：19人
			若手部長	菊岡 優	☎981-4059	若手会員数：17人
第5ブロック			会 長	豊田 茂	☎981-5273	会 員 数：66人
32	中区第二老盛会		女性部長	森井 泰子	☎981-3330	女性会員数：32人
			若手部長			若手会員数：26人
第6ブロック			会 長	内藤 征男	☎971-1738	会 員 数：66人
33	南ヶ丘第一クラブ		女性部長	榊井 博子	☎981-1372	女性会員数：44人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：26人
第6ブロック			会 長	辻 貞三	☎982-4898	会 員 数：53人
34	南ヶ丘第二クラブ		女性部長	福本千恵美	☎981-7431	女性会員数：36人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：19人
第6ブロック			会 長	吉本 忠明	☎981-7430	会 員 数：63人
35	南ヶ丘第三クラブ		女性部長	吉本 栄	☎981-7430	女性会員数：44人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：14人

第6ブロック			会 長	山田 絹代	☎090-3262-5700	会 員 数：58人
36	南ヶ丘第四クラブ		女性部長	崑 雪美	☎090-9252-3966	女性会員数：44人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：17人
第6ブロック			会 長	吉岡 智富美	☎981-0951	会 員 数：78人
37	南ヶ丘第五クラブ		女性部長	笹井美津子	☎982-8333	女性会員数：49人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：21人
第6ブロック			会 長	木崎 治	☎983-3278	会 員 数：62人
38	南ヶ丘第七クラブ		女性部長	木崎 昭子	☎983-3278	女性会員数：42人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：37人
第6ブロック			会 長	伊藤 十四年	☎981-4341	会 員 数：50人
39	南ヶ丘第八クラブ		女性部長	大野 雪子	☎982-7949	女性会員数：31人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：23人
第6ブロック			会 長	小山 文明	☎090-6379-3380	会 員 数：89人
40	南ヶ丘第九クラブ		女性部長	内藤 紅子	☎971-1738	女性会員数：58人
			若手部長	内藤 紅子	☎971-1738	若手会員数：28人
第7ブロック			会 長	北村 修	☎981-1577	会 員 数：62人
41	内里長寿会		女性部長	長村 幸子	☎981-4973	女性会員数：32人
			若手部長			若手会員数：6人
第7ブロック			会 長	小西 佳明	☎981-1585	会 員 数：169人
42	戸津福寿会		女性部長	北村佐喜子	☎981-4010	女性会員数：97人
			若手部長	佐野 良夫	☎981-4534	若手会員数：84人
第7ブロック			会 長	藤林 公夫	☎981-3855	会 員 数：96人
43	美濃山第一さつきクラブ		女性部長	今井 孝子	☎981-1120	女性会員数：54人
			若手部長			若手会員数：50人
第7ブロック			会 長	吉川 公雄	☎981-3701	会 員 数：40人
44	美濃山第二さつきクラブ		女性部長	早川嘉代子	☎983-4081	女性会員数：25人
			若手部長	吉川 公雄	☎981-3701	若手会員数：16人
第7ブロック			会 長	山田 俊一	☎983-7637	会 員 数：78人
45	美濃山グリーンクラブ		女性部長	山本 博子	☎981-7044	女性会員数：35人
			若手部長	西林千代美	☎983-7517	若手会員数：29人
第7ブロック			会 長	清水 博	☎971-0086	会 員 数：29人
46	美濃山幸水会		女性部長	日垣婦美子	☎971-2891	女性会員数：18人
			若手部長			若手会員数：7人
第8ブロック			会 長	笹本 吉算	☎982-6294	会 員 数：30人
47	男山第一クラブ		女性部長	秋山 鶴子	☎983-8875	女性会員数：17人
			若手部長	明石 良一	☎981-2924	若手会員数：1人
第8ブロック			会 長	中川 睦義	☎982-7115	会 員 数：76人
48	男山第二クラブ		女性部長	金子 啓子	☎982-9047	女性会員数：39人
			若手部長	西口 勇	☎982-9401	若手会員数：21人
第8ブロック			会 長	沢辺 久雄	☎982-2628	会 員 数：48人
49	男山若葉会		女性部長	杉島由美子	☎090-9695-0631	女性会員数：32人
			若手部長	杉島由美子	☎090-9695-0631	若手会員数：10人

第8ブロック			会 長	三浦 重忠	☎983-1363	会員数：146人
50	吉井松里グリーンクラブ		女性部長	勝山 弘美	☎982-5845	女性会員数：69人
			若手部長	草信 勝之	☎982-3654	若手会員数：33人
第8ブロック			会 長	橋本 義久	☎983-6257	会員数：130人
51	柿ヶ谷睦会		女性部長	石田江津子	☎982-7366	女性会員数：84人
			若手部長	牧野 洋	☎981-3108	若手会員数：31人
第8ブロック			会 長	治金 一男	☎982-8854	会員数：113人
52	第3住宅はるかぜ会		女性部長	中村 房江	☎981-6203	女性会員数：75人
			若手部長	税所 實行	☎971-2878	若手会員数：23人
第9ブロック			会 長	南 忠夫	☎981-8211	会 員 数：40人
53	男山すみれクラブ		女性部長	小林 孝子	☎982-0792	女性会員数：23人
			若手部長			若手会員数：6人
第9ブロック			会 長	内藤 暁	☎982-0921	会 員 数：61人
54	男山Eクラブ		女性部長	福本 淳子	☎982-1618	女性会員数：33人
			若手部長	内藤 暁	☎982-0921	若手会員数：22人
第9ブロック			会 長	上岡 隆	☎982-4610	会 員 数：72人
55	バンブークラブ		女性部長	上岡 悦子	☎982-4610	女性会員数：34人
			若手部長	上岡 隆	☎982-4610	若手会員数：19人
第9ブロック			会 長	小西 利男	☎982-4418	会 員 数：96人
56	八望みどり会		女性部長	国武 幸子	☎983-1140	女性会員数：67人
			若手部長	辻 恵美子	☎982-4145	若手会員数：21人
第9ブロック			会 長	小泉 秀雄	☎983-1876	会員数：120人
57	銀泉会		女性部長	川崎富士江	☎982-6905	女性会員数：69人
			若手部長	松本 正實	☎982-2534	若手会員数：31人
第10ブロック			会 長	藤本 キクエ	☎983-1391	会 員 数：68人
58	足立会		女性部長	澤田 順子	☎982-5672	女性会員数：36人
			若手部長	高橋 敏夫	☎983-2288	若手会員数：9人
第10ブロック			会 長	仲地 義幸	☎983-1943	会 員 数：58人
59	西山気楽会		女性部長	大西 ちさ	☎982-4451	女性会員数：31人
			若手部長	坂本 隆司	☎204-6867	若手会員数：11人
第10ブロック			会 長	井上 博實	☎981-5924	会 員 数：33人
60	丸尾クラブ		女性部長	北村 峯子	☎982-6537	女性会員数：20人
			若手部長			若手会員数：3人

区 分	クラブ数	会 員 数
全国老人クラブ連合会	92,836	4,988,999名 ※令和2年3月末日現在
京都府老人クラブ連合会	1,048	48,037名 ※令和3年4月1日現在
八幡市老人クラブ連合会	60クラブ／4,082名 (男性1,687・女性2,395)	※令和3年4月1日現在

◎事務局	副 長	副 長	副 長	副 長	副 長	若手部長	◎若手役員	副 長	副 長	副 長	副 長	副 長	◎女性役員
金川	奥村	辻	岡本	奥村	草信	西林		山本	日垣	山田	片山	佐野	福本
富子	千加子	恵美子	信一	清一	勝之	千代美		博子	美子	預子	菅子	志子	淳子

令和3年度も、ハ老連をよろしく願い申し上げます

令和3年度 八老連主要行事予定

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	「かがやきクラブ教室」	7月・11月・3月	会場 未定
7	第5回 健康マージャン大会	5月26日(火)【延期】	福祉会館(2階) 八老連事務所
8	趣味の部会長会	5月・7月・11月・2月の中旬	福祉会館(2階) 八老連事務所
9	ぞうきん贈呈(学校・老人施設等)	8月2日(月) 定例会長会 席上	福祉会館(3階) 会議室
10	趣味の部会 舞台発表会(第31回【中止】・第32回)	6月8日(火)・2月中旬	生涯学習センター 他
11	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会【中止】	6月10日(水)～11日(金)	和歌山県
12	第26回 ワナゲ大会【中止】	6月11日(金)	文化センター
13	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)【延期】	行先 未定
14	第12回 マグダーツ大会	7月9日(金)	文化センター
15	市町村老連リーダー研修会	7月21日(水)	ハートピア京都
16	機関誌「かがやき」発行	8月・2月	
17	第38回 演芸大会	8月20日(金)	文化センター
18	第5回 健康マージャン大会	8月25日(水)	福祉会館(2階) 八老連事務所
19	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	全国一斉
		9月20日(月・祝)	全国一斉
20	市内保育園との交流	9月中旬	
21	会員日帰り研修会	9月24日(金)	行先 未定
22	第42回 宇治市老連との親善囲碁大会	9月27日(月)	宇治市
23	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
24	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
25	第36回 山城ブロックゲートボール大会	10月中旬	会場 未定
26	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
27	第47回 八幡市文化祭	10月30日(土)～31日(日)	文化センター
28	令和3年度 八老連役員研修会	11月5日(金)	文化センター
29	第8回 ベタンク大会	11月12日(金)	馬場市民公園
30	第50回 全国老人クラブ大会	11月16日(火)～17日(水)	香川県
31	八老連ゲートボール大会	11月中旬	つばき公園
32	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
33	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
34	第20回 スカイクロス大会	11月26日(金)	馬場市民公園
35	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
36	会員一泊研修会	2月下旬	行先 未定
37	「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	奥西 昭夫	長命クラブ	161
準優勝	野崎 英男	白扇会	150
第3位	三浦 重忠	吉井松里グリーンクラブ	131
第4位	奥村 正明	白扇会	126
第5位	井上 誠	安居塚・きつきクラブ	126

※得点が同じ場合は、第1ラウンドの得点が高い人を上位とします。



写真右が男性の部優勝の奥西さん

《男性の部 優勝者コメント》

ワナゲ大会で優勝するなんて、考えられないことが起きました！

老人クラブに入会して2回目の参加、普段は練習も何もせず今回もぶっつけ本番でしたが、1投目は自分でも驚くような準パーフェクト！「なんだ、これは？」と思いました。しかし2投目は1本しか入りませんでした。まったくのまぐれの連続でした。しかし、自分では一生懸命に頑張ったつもりです。

これからは、何事も一生懸命前向きに頑張っていこうと思いました！

大会結果・女性の部(敬称略)

優勝	岡本 邦子	第3住宅はるかぜ会	158
準優勝	多賀 治子	白扇会	98
第3位	奥村三枝子	白扇会	98
第4位	田渕 睦美	安居塚・きつきクラブ	97
第5位	植村 俊子	安居塚・きつきクラブ	79

※得点が同じ場合は、第1ラウンドの得点が高い人を上位とします。



写真右が女性の部優勝の岡本さん

《女性の部 優勝者コメント》

私は「第22回ワナゲ大会」で初優勝し、運良く2回目の優勝ができました。今回はコロナ禍で開催が危ぶまれましたが、日程を変更して開催されることになりました。コロナ感染予防のためなのか、参加者が少なく感じました。

今回はスコアが悪く「ああ、ダメだったな」とあきらめていましたが、成績発表で名前を呼ばれた時、「えっ！本当に私？」と驚きました。

わが第3住宅はるかぜ会は、月2回「ワナゲ・マグダーツ・おしゃべり」で集まり、コミュニケーション重視の練習を行っています。治金会長からは「平成25年に八老連に再加入し、第19回ワナゲ大会に参加してから、7年間で優勝が4人も出ています」と聞きました。この好成绩を維持したく、仲間と子ども練習に頑張ります。



3月19日(金)、八幡市文化センター小ホールにおいて、八老連主催の第25回ワナゲ大会が開催され、92人(14クラブ)が参加しました。会場に並んだ10台のワナゲ台に、地区混合で約10人の参加者が整列。1人につき9投×2回の合計点数で個人の順位を競いました。シンプルながら奥が深いワナゲは全国の老人クラブでも多くの大会が開催されている人気競技。縦・横・斜めなど1列が揃うと得点が30点、さらにパーフェクトには60点が特別に加算され、300点の高得点にな



ります。当日は緊急事態宣言が解除されたとはいえ、コロナ禍における開催とあつて随所に消毒液やタオルを設置。プレー前後に指先や器具を消毒するなど、参加者全員が感染予防を意識しながら大会が進みました。

ゲームが始まると皆さん真剣な表情で投輪し、狙った得点棒に輪が入ると「よしっ！」とガッツポーズ。高得点が出ると周囲からは「すごいー」といった声が聞こえてくるなど、勝負を忘れて互いのプレーをたたえ合う姿も見られました。また、ゲームの合間には小休止をとってマスク越し



に談笑したり、成績発表を待つ間に自由にワナゲをプレーするなど、参加者は短い時間ながらもワナゲ大会を大いに楽しみました。



大会結果・男性の部(敬称略)

優勝	税所 実行	第3住宅はるかぜ会	353
準優勝	清水 清行	第3住宅はるかぜ会	322
第3位	守屋 秀之	銀泉会	313
第4位	金輪 彌	第3住宅はるかぜ会	258
第5位	松本 正寛	銀泉会	250



写真中央が男性の部優勝の税所さん

《男性の部 優勝者コメント》

「練習した甲斐がありましたね」と、開口一番この日のプレーの手応えを話してくれた税所さん。所属クラブではグラウンドゴルフやワナゲなど、さまざまなサークル活動を行っており、マグダーツも週一回の練習で楽しく汗を流しています。一緒に出場したサークル仲間も上位入賞を果たしており、自身も見事初優勝の栄冠に輝きました。

大会結果・女性の部(敬称略)

優勝	川崎富士江	銀泉会	292
準優勝	水谷 逸子	銀泉会	262
第3位	河本 幸子	白扇会	249
第4位	磯尾久美子	双栗九十九クラブ	242
第5位	近川 恵子	双栗九十九クラブ	241



写真中央が女性の部優勝の川崎さん

《女性の部 優勝者コメント》

なかなか思い通りのプレーができず、前半戦は少し苦戦したという川崎さん。しかし、後半の2巡目で巻き返し好成績を獲得。一気に優勝まで昇り上がり、劇的な大逆転で初優勝となりました。「グラウンドゴルフを月2回、マグダーツは月1回のサークル活動を楽しんでいます。また別の大会でも頑張ります」と、笑顔で話してくれました。



7月9日(金)、八幡市文化センター小ホールにおいて、八老連主催の第12回マグダーツ大会が開催され、参加した79名が10組に分かれて

白熱したゲームを展開しました。
開会式では小山会長のあいさつから、前回優勝者によるトロフィー返還へと続きました。その後、ルール説明と準備体操を行い、いよいよゲームスタートとなりました。
今大会は1人6投を2回
行い、計12投で個人成績を



競いました。的までの距離は2.5メートルあり、的高さは1.5メートル。目線の高さほどの的を狙って、皆さん慎重にダーツを投じていきます。
ゲーム中には、互いのプレーを見ながら「惜しい」「うまいなあ」などの声が聞かれ、高得点をゲットした人には「すごい」「お見事」と、ギャラリーから拍手が起るなど、皆さん勝負も

忘れて大いに楽しんでいる様子でした。
成績発表では男女各上位1位から5位までが発表され、参加者全員から大きな祝福の拍手が送られました。その後、ラッキー賞50名の発表も行われ、第12回マグダーツ大会は大盛況のうちに閉会しました。



八老連若手部主催 健康ウォーキング

★第13回

「京都・東山を訪ねて」

1月19日(火)、少々肌寒い京都市内でしたが、約15人の参加者が参集しました。私は以前から参加したいと思っていたのですが、なぜか開催日と私用が重なり、今回が初めての参加となりました。

京阪電車の清水五条駅に集合し、まずは六波羅蜜寺へ。天暦5年に京都で伝染病が蔓延した時に、伝染病退散を祈念し護符を授けたとの由来の寺で、新型コロナ



ナウィルスの終息を願いつつ、次の六道珍皇寺へ。

六道の分岐点で、いわゆるこの世とあの世の境の辻が、この寺の境内であるといわれており、冥界への入口とも信じられている場所です。われわれも一度は冥界へ入ってみたくなり、恐る恐る入山し、無事に戻ってきました。

次に安井金比羅宮を訪れ、これまでの悪縁を切り、良縁に結ばれるよう祈願して、最後の目的地・八坂神社へ。面倒見の良い若手部長の草信さん(吉井松里グリーンクラブ)の案内で、冬の1日を楽しく過ごせました。

(男山Eクラブ
内藤 暁)

★第14回

「淀の河津桜を満喫」

3月6日(土)、当日は曇りの天気予報ながら薄日が差し、しかも現地は前日の雨にもかかわらず、ほぼ満開の状態で私たちを迎えてく

れました。

河津桜は早咲きとして有名で、花期が1カ月くらいと他の桜に比べて長いという特徴もあり、鮮やかなピンク色は目をひきつけさせられます。

59人と多数の参加者だったので、お互い「密」に注意しながら行動することを申し合わせ、約1時間の花見を満喫しました。

(美濃山グリーンクラブ
西林千代美)



事務局だより

★第38回 演芸大会

8月20日(金) 文化センター

★第5回 健康マージャン大会

8月25日(水) 福祉会館2階(八老連事務所)

★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

★令和3年度 八老連役員研修会

11月5日(金) 文化センター

★第8回 ペタンク大会

11月12日(金) 馬場市民公園

★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)

★第20回 スカイクロス大会

11月26日(金) 馬場市民公園

★第3回 かがやきクラブ教室

11月下旬 会場未定

★機関誌「かがやき」第76号発行のお知らせ

原稿締切日：令和3年10月29日(金)

発行予定日：令和4年2月

★「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、リズムカルに、シンプルに表現してください。

ご投句いただいた作品は、令和4年2月発行予定の機関誌「かがやき 第76号」に掲載いたします。

元気ハツラツ！ クラブ活動情報



コロナ禍での活動紹介

美濃山グリーンクラブ
会長 山田 俊一

梅雨の間に、友愛活動の一端を覗いてきたので紹介します。

らって、何から何まで手助けしていただいて本当にありがたいです」とのお言葉。



DKさまは、MMさま（喜寿）にもお声がけをしていただいています。MMさまはご主人を亡くされ、不安で何かと心細い毎日ですが、近隣の方々から声をかけていただき気分が紛れます」とのことです。普段は庭の花の

DKさま・DYさまご夫婦は、お隣のSSさま（米寿）宅を訪れ、世間話を楽しむのと同時に、買い物・散髪・通院と、いろいろお手伝いをしてもらえます。

SSさまは神戸で生まれ、子供の頃に滋賀県の野洲（お母さまの故郷）へ疎開され、現在まで30数年間生活されています。SSさまご夫婦は「運転免許証を返納してから、いつも車に同乗させても



世話、草取りなどで元気に過ごされています。

その他、何人かのおひとり暮らしの方にボランティア活動・趣味の会、当時のつながりからの声かけを行っています。「遠くの親戚より近くの他人」との言葉があるように、近隣の方々との普段のお付き合いが大切であると言えます。皆さまが楽しく元気に暮らすために、いろんな仲間づくりをしていくことをお勧めします。



当クラブでは、毎月2回30分程度「自分たちの体操教室」を自治会集会所で行っています。小さな輪ですが、続けることで皆さんの「健康寿命」を延ばしていきたいと思います。

わがEクラブ

男山Eクラブ
会長 内藤 暁

国宝の石清水八幡宮を背に、わが男山Eクラブは活動しています。

男山美桜、男山指月、男山笹谷と男山雄徳の4地区の皆さんに、いろいろな行事に参加していただいています。今回は行事の一部を紹介したいと思います。

コロナ禍での出前講座

安居塚・きつつきクラブ
会長 植村 俊子

昨年の11月25日と12月3日に、密を避けるために2回に分けて「マイナン

ラジオ体操はNHKに合わせ、毎朝6時30分に約30人の朝に強い元気な元若者が集い、年間約350日健康のために頑張っています。この取り組みは老人クラブのみではなく、地域の福祉委員会と共同で行っており、夏休みには子どもたちへの参加も促して、朝のひと時を楽しんでいます。ラジオ体操の前にはキャッチボールもやっていますよ！



日頃の活動では、月2回の健康マージャン教室、月1回の健康体操教室など、皆さんが気軽に参加できる取り組みを努力中です。

わがクラブは「Eクラブ」ではなく「いいクラブ」＝『良いクラブ』を目指します。

バー制度について」の勉強会をしました。例年なら43人の参加者全員が一同に会し、互いに元気な顔を見ながら日頃の情報交換をして、楽しい時間を過ごしています。講座の後、早々



にカード申請をした会員さんもおられました。ワクチン接種が進み、コロナの終息が見え始めた時には、みんなが集える楽しい催しをしたいと思っています。

令和2年度 主要事業報告

1. 研修

〔1〕近畿ブロックリーダー研修会 **〔中止〕**

・期 日 令和2年6月11日(木)～12日(金)
・場 所 白浜ホテル キーテラスシーモア(和歌山県)

〔2〕市町村老連リーダー研修会

・期 日 令和2年8月28日(金)
・場 所 ハートピア京都
・参加者 88名(八老連から4名参加)
・内 容

講演…元日本福祉大学福祉経営学部教授 中川 晴夫氏
テーマ…「転換期を迎えた老人クラブの活動とこれからの課題」

〔3〕女性リーダー研修会(山城ブロック) **〔中止〕**

・期 日 令和2年9月30日(水)
・場 所 山城総合文化センター(木津川市山城町)
・参加者 100名(予定人数)
・担 当 木津川老連

〔4〕若手リーダー研修会

・期 日 令和2年12月3日(木)
・場 所 ハートピア京都
・参加者 46名(八老連から2名参加)
・内 容
①講演 大道芸人たつきゆうさん
「大道芸で笑って健康に」

②ニューススポーツ体験(ボッチャ・スカイクロス・マグダーツ・スカットボール)

〔5〕第41回 京都府老人クラブ大会

・期 日 令和2年10月15日(木)
・場 所 ホテルルビノ京都堀川
・参加者 108名
(八老連から9名参加)

・内 容
①京都府知事・府老連などの表彰式
②講演 女性津軽三味線ユニット・来世楽(らせら)氏
テーマ「歌と津軽三味線で心も体もイキイキ」

〔6〕令和2年度 八幡市老人クラブ連合会役員研修会

・期 日 令和2年10月27日(水)
・場 所 八幡市文化センター4階小ホール
・参加者 約150名
・内 容

①八幡市老人クラブ連合会会長表彰
◆個人の部(21名・団体の部(2クラブ)・趣味の部会(8名)
②京都府老人クラブ連合会会長表彰の伝達
◆育成功労者表彰(2名)・優良クラブ表彰(1クラブ)
③京都府知事表彰の伝達
◆育成功労者表彰(2名)・優良クラブ表彰(1クラブ)

④講演 日向亭 葵氏「エアリハで笑涯現役!」

〔7〕第33回 全国健康福祉祭 ねりんピックぎふ大会 **〔中止〕**

・期 日 令和2年10月31日(土)～11月3日(火・祝)
・場 所 岐阜県岐阜市ほか
・テーマ 「清流に輝け
ひろがれ 長寿の輪」

〔8〕第49回 全国老人クラブ大会(山形県) **〔中止〕**

・期 日 令和2年11月17日(水)・18日(木)
・場 所 やまぎん県民ホール・山形テルサ(山形市)
・内 容

◆第1日目 活動交流部会
◆第2日目 講演・式典

◆講演…講師 秋葉 四郎氏

(公益財団法人 斎藤茂吉記念館館長)
テーマ「高齢時代と茂吉の歌」

◆式典…全労連会長表彰(京都府老連で受賞)
育成功労章 谷 義治(府老連監事・南丹市)
優良クラブ 佐山楽友会(久御山町)

〔9〕女性部長会(会場は八幡市福祉会館)

・期 日 令和2年5月18日(月) **〔中止〕**
・内 容 新年度役員等の名簿交付他
・期 日 令和2年7月20日(月) **〔中止〕**
・内 容 新年度活動補助金等について他

・期 日 令和2年9月23日(水)

・内 容 「第41回京都府老人クラブ大会」について他

・期 日 令和2年11月16日(月)

・内 容 「令和2年度会員日帰り研修会」について他

・期 日 令和3年1月18日(月) **〔中止〕**

・内 容 「第31回舞台発表会」中止について 他
・期 日 令和3年3月15日(月)
・内 容 「令和3年度八老連主要行事予定」について他

〔10〕若手部長会（会場は八幡市福祉会館）

・期 日 令和2年4月20日（月）**【中止】**

・内 容 「八老連日帰り研修会」の延期について他

・期 日 令和2年6月29日（月）**【中止】**

・内 容 「八老連の愛称（ニックネーム）募集」について他

・期 日 令和2年8月17日（月）

・内 容 「第11回健康ウォーキング」について他

・期 日 令和2年10月19日（月）

・内 容 「令和2年度八老連役員研修会」について他

・期 日 令和2年12月21日（月）

・内 容 「第13回健康ウォーキング」について他

・期 日 令和3年2月15日（月）

・内 容 「第25回ワナゲ大会」について他

〔11〕八老連役員・会員合同研修会

・期 日 令和2年11月18日（水）

・場 所 信楽たぬき村と近江八幡水郷めぐり
・参加者 76名

2. 社会奉仕活動

〔1〕ぞうきんの贈呈

・期 日 令和2年10月20日（火）

・場 所 八幡市福祉会館2階八老連事務所

・趣 旨 幼稚園・保育園・小学校・中学校・老人ホームなどで役立てて頂きたいとの気持ちから3630枚を寄贈

・寄贈先 八幡市教育委員会・八幡市内保育園
京都八勝館・京都ひまわり園・梨の里
有智の郷・やまばと・YMBT・ぽんぽこ・くろろぎ・八寿園・動物園 など

〔2〕「老人の日・老人週間」の推進（9月15日～21日）

①全国一斉「社会奉仕の日」活動（9月20日前後）

◆単位クラブ各地域実施

バス停・公園・神社・仏閣・公会堂など公共施設の清掃・地域の自治会・子供会との交流

②老人ホームへの訪問（老人の日・老人週間）**【中止】**

*例年 老人施設へ訪問していたが今年度は中止

〔3〕八幡市「まちかどのごみ」ゼロの日運動に参加

・期 日 令和2年9月下旬

・地 域 各地域の周辺清掃

〔4〕共同募金運動に協力・街頭募金活動（街頭・図書カード募金）**【中止】**

*例年 10月初旬に街頭募金活動を行っていたが今年度は中止

*役員研修会と女性部長会で共同募金に協力

〔5〕「愛の貯金箱」運動**【中止】**

*今年度からこの事業を中止

〔6〕地域（いども）見守りパトロール活動への参加

・実施クラブ数 11クラブ

・実施会員数 62名

・実施地域 市内各地域小学校通学路（登下校時）
・協力団体 自治会・PTA・民生委員・防犯パトロール隊

3. 地域活動

〔1〕保育園との交流**【中止】**

*例年 敬老週間の行事として各地域の会員が市内13保育園と交流していたが今年度は中止

〔2〕幼稚園との交流会**【中止】**

*例年 以下の通り交流をしていたが今年度は全て中止

◆八幡第三幼稚園へ地域会員が訪問し交流（年間2回）

◆園児が八寿園へ来園し交流（年間2回）

◆八幡第四幼稚園との交流（年間1回）

◆八幡第二幼稚園との交流（年間1回）

◆市内公立幼稚園（5園）との交流（随時）

〔3〕世代間交流（第三幼稚園と地域老人クラブ会員との交流）**【中止】**

*例年12月中旬 八幡第三幼稚園でお餅つき等の交流を行っていたが今年度は中止

〔4〕地域老人クラブの会員と小学校との交流**【中止】**

*例年8月 さくら小学校で学習支援として当クラブ会員の作品展示をしていたが今年度は中止

〔5〕洛南寮入所者と地域老人クラブとの交歓会**【中止】**

*例年9月下旬 京田辺市の洛南寮に於いての交流会に趣味の部会が参加していたが今年度は中止

〔6〕市内の保育・幼稚園へ絵本を贈呈

*市内の民間と公立の保育園・幼稚園（全19か所）に、絵本「ウクライナ民話でくろろ」の普通版と大型版をセットで贈呈しました

4. スポーツ等の振興

〔1〕第39回 綴喜地区ゲートボール大会(2市2町) **〔中止〕**

* 例年10月中旬 大会が実施されていたが今年度は中止

〔2〕第36回 山城ブロックゲートボール大会(5市町村) **〔中止〕**

* 例年10月中旬 大会が実施されていたが今年度は中止

〔3〕第22回 グラウンド・ゴルフ大会

・期 日 令和2年10月30日(金)
・場 所 八幡市民スポーツ公園
・参加者 112名

〔4〕第19回 スカイクロス大会

・期 日 令和2年11月6日(金)
・場 所 馬場市民公園
・参加者 52名

〔5〕八老連ゲートボール大会

・期 日 令和2年11月17日(火)
・場 所 つばき公園
・参加者 3チーム 15名

〔6〕第6回 ペタンク大会

・期 日 令和2年11月24日(火)
・場 所 馬場市民公園
・参加者 70名



〔7〕第9回 京都府知事杯山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会 **〔中止〕**

* 令和2年11月25日(火)に開催の予定が中止

〔8〕第11回 マグダーツ大会 **〔中止〕**

・期 日 令和3年2月26日(金)
・場 所 八幡市文化センター 小ホール

〔9〕第24回 ワナゲ大会

・期 日 令和3年3月19日(金)
・場 所 八幡市文化センター 小ホール
・参加者 92名(14クラブ)

〔10〕健康マージャン教室

・開催回数 年間23回
・場 所 八幡市福祉会館(2階) 八老連事務所
・参加者 年間延べ 約460名
・その他 「健康マージャン大会」を11月に開催

5. 健康づくり事業への参加

* 八老連若手部主催「健康ウォーキング」(年4回開催)

◆ 第11回 令和2年9月11日(金)

「京都府立植物園」

◆ 第12回 令和2年11月17日(火)

「奈良(東大寺・春日大社・興福寺)」

◆ 第13回 令和3年1月19日(火)

「八波羅蜜寺・八坂神社」

◆ 第14回 令和3年3月6日(土)

「淀河津桜花見ウォーキング」

6. 広報活動

◆ 機関誌「八老連」第73号(令和2年8月)発行

◆ 機関誌「かがやき」第74号(令和3年2月)発行

◆ 機関誌第74号からは「かがやき」の愛称で表紙リニューアル

◆ 「かがやきクラブ八老連 入会のお誘い」を広報「やわた」に掲載

◆ 「かがやきクラブ八老連 入会のお誘い」を定例会長会及び女性部長会・若手部長会・趣味の部会長会で配布



7. 文化活動

〔1〕第38回 演芸大会 **〔中止〕**

・期 日 令和2年8月28日(金)
・場 所 八幡市文化センター 小ホール
・内 容 会員による演芸を披露

〔2〕第47回 八幡市民文化祭に参加 **〔中止〕**

・期 日 令和2年10月26日(土)・27日(日)
* 例年 手話コーラス・趣味の部会が参加していたが今年度は開催中止

〔3〕第31回 舞台発表会 **〔中止〕**

・期 日 令和2年6月9日(火)

・場 所 八寿園

・内 容 趣味の部会による日頃の練習成果を発表

〔4〕第32回 舞台発表会 **〔中止〕**

・期 日 令和3年2月

・場 所 八幡市生涯学習センター(ふれあいホール)

・内 容 趣味の部会による日頃の練習成果を発表

〔5〕第1回 「かがやきクラブ教室」の開催

・期 日 令和2年11月19日(木)

・場 所 八幡市文化センター小ホール

・内 容

①八幡警察署の講演「詐欺被害の現状と防止対策」

②大笑い福祉使・楽語家 交遊亭楽笑による講演

テーマ「いつもこころに逢うクラブ遊」

〔6〕第2回 「かがやきクラブ教室」の開催

・期 日 令和3年3月25日(木)

・場 所 八幡市文化センター小ホール

・内 容 大道芸人たつきゆうさん(田久 朋寛氏)による講演

テーマ「大道芸で笑って健康に」笑いの効果で高齢者の健康を促進するユーモアセラピー」

8 シルバーヘルプ友愛活動

*平成10年度〜11年度モデル地区に指定された「高齢者総合支援推進啓発事業」「安否の声かけ運動」を継続実施

9 交通・生活安全教室

〔1〕八幡警察署 生活安全課の警察官による講話

・期 日 令和2年11月19日(木)

・場 所 八幡市文化センター小ホール

・内 容 「かがやきクラブ教室」で「詐欺被害の現状と防止対策」

〔2〕交通安全運動の行事 **〔中止〕**

*例年春と秋の行事に参加していたが今年度は中止

10 趣味の部会

*現在は14部会あり、稽古日を決めて講師の指導のもと練習

*発表会などを開いて成果を発表(今年度は発表会中止)

*幼稚園・老人ホーム・福祉の集い・他市町村との交流・文化祭などに出演(今年度はすべて中止)

*八老連会員は八幡市立さくら小学校で授業の一環として世代交流を実施(今年度は中止)

11 その他の諸活動

〔1〕宇治市喜老会と八老連の囲碁部による囲碁親善交流会 **〔中止〕**

・期 日 令和2年11月19日(木)

*10月下旬 宇治市開催予定を今年度は中止

〔2〕令和2年度 山城ブロック役員研修会 **〔中止〕**

*今年度は宇治市が担当のところ開催中止

〔3〕会員一泊二日の研修旅行(社会見学) **〔中止〕**

・期 日 令和3年2月16日(火)〜17日(水)

・場 所 瀬戸内海に浮かぶ島「きのえ温泉」(広島県)

〔4〕会員増強運動の取り組み

・期 日 令和2年4月〜令和3年3月

・内 容 ①チラシ配布

「かがやきクラブ八老連入会のお誘い」
②機関誌「かがやき」の配布

○定例会長会議

毎月第一月曜日

○定例女性部長会議

毎奇数月の第三月曜日

○定例若手部長会議

毎偶数月の第三月曜日

○三役会議

毎月最終月曜日

○役員会

随時

○健康相談日の受診

毎月第四木曜日



随想
すべてに感謝

下区寿会
岩城 信子

私自身、年齢を重ねるごとに1年があつという間に過ぎていくような気がします。生きていく限りの毎日を大切に、笑って暮らしていきたいものです。

私事ですが、長女に生まれ母の苦労を見て育ち、学校を休んで弟妹たちの面倒を見ながら家の手伝いをし、母によく学校に行きたいと泣いたのを、今は懐かしく思います。若い頃は人さまから頼まれたことはできる限り「これも使命」と思い、断ることなく引き受けてきました。4年前に心臓の手術を受け、心配もなくおかげさまで元の元気をいただき、うれしく感謝しております。

本当に、人間いつどこで何があるか分かりません。これまで80年の中でいろんなことがありました。次女にハンデがあり、大声を出しては暴れ、

落ち着かせようとすることも収まらず、不安、心配、悩み…何十年と続いてきました。当時は心配しながらの生活を送っていました。その暴れまわった娘が今は学園生活を送っており、落ち着いて普通の子と変わらないほどしつかりし、学園でのお手伝いも先生方に喜んでいただきうれしいです。何度か崖っぷちに立ち、いくつもの試練を乗り越え、泣いたり笑ったりの人生でしたが、良い人生に恵まれ家族5人で助け合ってきたことに感謝しております。今は長女の娘にひ孫の顔も見られ、うれしい限りです。これからも残された人生、前向きに頑張っていきたいと願っております。

かがやき写真館



美濃山グリーンクラブ 木村 温子

見事でしたよ、イチヨウの木。イチヨウの枝が朝日を受けて悠々とそびえ立つ一本の木。龍神様のお社の横で、両手を広げたような枝と枝、青色と黄色の取り合わせにじっと見上げてしまいました。

会員文芸

◆八老連川柳

浴衣地で昔はオムツ今はマスク
美濃山グリーンクラブ 木村 温子

ウチワならあるけど俺はセンスなし
Toyドクター

コロナ禍で皆とついでに生きてきた
春からは新たな趣味と切り換える

K・ますだ

土筆摘む今年は遅れて四本だけ
夢でまたイスタンブールただで行く

リベラル・きよし

秋の夜胡弓の音色風の盆
酒持ってさくら公園コミバスで
白扇会ナイト

コロナ禍で俺とばあちゃんお近づき
マスクして我が家の犬にほえられる
千人力

今の間に庭木の葉刈り妻は留守
やりたいなりモートワークけど無職
ナイスちよつと

◆俳句

花火師の姿を映す闇一閃
子燕や大口開けて五重奏
ブルースカイ義久



淀の瀬や河津桜と翡翠と
平野山和会 内海 昭幸

からまつ若葉清しき朝の窓
平野山和会 内海 壽美

◆詠歌

分かれの片方の堤みを遡上して
河津桜の咲き初めを知る
カタコトと竹の触れあう音がして
裏参道をコゲラが動く

男山Eクラブ 倉川 強

◆お詫びと訂正

第74号の表紙写真につきまして、撮影者の氏名に誤りがございました。ここに訂正させていただくとともに、小西さま、小澤さまに深くお詫びいたします。

(誤)小西 利男 → (正)小澤 延之

◆お詫びと訂正

第74号8ページ「スカイクロス大会」の大会結果におきまして、男性の部優勝者の奥村さまの名前に誤りがございました。ここに訂正させていただくとともに、奥村さまに深くお詫びいたします。

(誤)奥村 正之 → (正)奥村 正明

令和3年度 八老連 趣味の部会一覧



民謡部

部員数：16人

稽古日：毎月第2・第4木曜日
部会長：前川美智子 ☎981-3026

百人一首の会

部員数：12人

稽古日：毎月第1・第3木曜日
部会長：奥村三枝子 ☎981-0005

将棋部

部員数：23人

稽古日：随時(大会：年4回)
部会長：水野 保 ☎982-1276

囲碁部

部員数：36人

稽古日：随時(大会：年4回)
部会長：溝畑 俊彦 ☎971-0062

陶芸部

部員数：12人

稽古日：年30回～33回(偶数月2回・奇数月3回)
部会長：内藤 暁 ☎982-0921

あるこう会

部員数：28人

稽古日：年6回
部会長：小澤 延之 ☎981-9072

手芸部

部員数：12人

稽古日：毎月第2・第4水曜日
部会長：小泉千鶴子 ☎982-7672

詩吟部

部員数：12人

稽古日：毎月第2・第4金曜日
部会長：森田 綾子 ☎982-8659

カラオケ部

部員数：23人

稽古日：毎月第1・第3・第4火曜日
部会長：中野 和夫 ☎080-1427-7200

民舞部

部員数：13人

稽古日：毎月第1・第3・第4金曜日
部会長：福本 淳子 ☎982-1618

卓球部

稽古日：現在は休部しています
部会長：上辻 幸雄 ☎982-5647

ダンス部

部員数：18人

稽古日：毎月第1・第3・第4金曜日
部会長：小野 進 ☎080-9476-2311

ビリヤード部

部員数：15人

稽古日：毎月第1・第2・第3水曜日
部会長：浅井 光博 ☎982-4005

フラダンス部

部員数：13人

稽古日：毎月第1・第2・第3月曜日
部会長：斎藤美佐子 ☎982-8014



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

協賛広告

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い申し上げます。

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・デイクア・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

在宅療養支援病院

みのやま病院

在宅医療・人工透析・デイクア

病床数:50床

八幡市欽明台北4-2

TEL(075)983-1201

詳しくはこちら [美杉会](#) [検索](#)

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

すがぬま医院

心療内科・精神科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●
17:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●

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>

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

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
16:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●
18:00~20:00	●	●	●	●	●	●	●

★整形外科...第1,3,5週木曜 18:00~20:00
第2,4週 木曜 16:00~18:00

急患随時

八幡市八幡山柴17 TEL(075)981-0510

<http://nakamura-med.com/>

医療法人 もりおか MORIOKA 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 (おかけ間違いありません)

八幡市男山金堀1-32 R-Bビル101 男山病院南角

TEL 075-972-5733

URL <http://www.morioka-jibika.com/>

日本眼科学会認定眼科専門医

重光眼科医院 SHIGEMITSU EYE CLINIC

院長 医学博士 重光 利朗

《診療時間》

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

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前10:00~12:30	●	●	●	●	●	●
午後5:00~8:00	●	●	●	●	●	●

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 有り

TEL(072)855-4520

www.onishi-jibika.or.jp

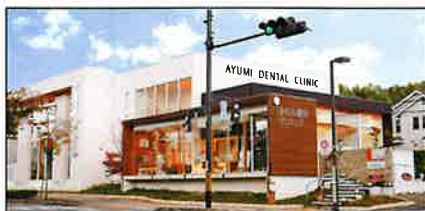
医療法人社団医泉会

小川医院 在宅療養支援診療所

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~11:30	○	○	○	○	○	○
PM 5:00~7:30	○	○	○	○	○	○

八幡市男山泉2-1

TEL(075)963-5790



〒614-8297 京都府八幡市欽明台西31-8

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●

松井山手のご予約・お問い合わせはこちらまでどうぞ！

TEL 075-981-6874

あふれる笑顔ですべての人に...

あゆみ歯科クリニック - 松井山手 -

こうの歯科クリニック

KOHNO DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~PM 1:00	○	○	○	○	○	○
PM 2:30~PM 7:00	○	○	○	○	○	○

受付は終了30分前まで

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

八幡市美濃山宮道25-16

TEL(075)982-3200

訪問診療(往診)も行っております

やまもとファミリー 歯科医院

外来	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●	●

往診	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~18:00	●	●	●	●	●	●	●

八幡市男山松里13-1

[外来] TEL(075)983-8241 [往診] TEL 983-8249

協賛広告

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い申し上げます。

八幡市老人クラブ連合会

健康な毎日のために
クローバー薬局がお手伝いします。

クローバー薬局 本店
京田辺市山手西2-2-2
TEL(0774)65-3700 FAX65-3730

クローバー薬局 東店
京田辺市山手西2-2-10 日東センタービル1F
TEL(0774)94-6767 FAX94-6765
<https://www.kyoto968.com>

かたやまクリニック
内科・呼吸器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
午後診 月・水 16:00~18:00	●	●	●	●	●	●
火・木 金 16:30~19:00	●	●	●	●	●	●

★印 14:00~16:00は予約診療・検査
休診日 木曜午前・土曜午後・日曜・祝日

八幡市欽明台中央55-6
☎(075)982-8181

ちゅうしょクリニック
内科

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

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

**お薬手帳を持つ
メリットを知りましょう**

- ・薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。
- ・同じ薬による副作用の再発を防止できます。
- ・旅行先で病気になった時など
お薬手帳があれば飲んで
いる薬を正確に伝えられます。

サテラス
お気軽に
お電話ください。

福祉用具
ヘルパー
デイサービス
ケアマネジャー

登録ヘルパー募集中!
お問い合わせは
TEL.075-983-5030(代)
株式会社サテラス 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**

ぽんぽこ

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: budounokihoukuen@diamond.broba.cc

TEL075-971-5687
認定こども園
歩学園幼稚園

満3歳 ぞう組♪入園受付中♪ 保育料無償

「今より一歩」 AM7:00~PM7:00 開園
みんな違って みんないい!

目指そう8020!
歯の健康を保つコツ

何でもよく噛んで
食べましょう

協賛広告

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い申し上げます。

八幡市老人クラブ連合会

庭のことならご相談下さい
最高のスタッフがお待ちしております

山本造園(株)

代表取締役 山本 均

和洋造園・設計・施工
ガーデニング・エクステリア・ガレージ

八幡市岩田茶屋ノ前27番地
TEL(075)983-9128 FAX982-1177



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.otoctax.com>

造園・土木・環境石材・外構・石積・貼石・車庫
一般邸宅・寺社・仏閣・公園・工場緑化



株式会社 上田造園

八幡市八幡園内15

☎(075)981-4008(代)

FAX(075)981-0185

にしうら 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

住まいのトラブルお任せ下さい!



JYONAN 城南開発グループ

八幡市上下水道指定業者
下水切替工事・給排水設備工事・粗大ゴミ処分

株式会社 城南開発興業

八幡市八幡軸68番地7

TEL(075)981-0500(代) FAX982-6000

台所、トイレの詰まり・水のトラブルからリフォームまで

城南開発グループ (株)ジェイアントジェイ

まかせて安心! ☎0120-841064



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
工業用マシン製造販売及び輸出入

株式会社 遠山製作所

本社工場 宇治市榎島町十一-68-3

TEL(0774)21-8168 FAX21-8167

八幡工場・事務所 八幡市内里砂島18-25

TEL(075)925-5599 FAX925-5085

金属リサイクル

株式会社 キムラメタリックス

八幡市八幡久保田6-2

☎(075)982-3111

FAX(075)982-4698



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

☎(075)981-1160(代)

FAX(075)981-1092



自転車の交通ルール

●並んで走るのとは?



並進可の標識のある道路
では、2台まで並進できま
すが、それ以外の並列進
行は禁止となっています。

** 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



株式会社 博報社

本 社 大阪市平野区喜連西4-6-69

☎0120-021-209

心の介護 家庭のやすらぎ しっかり・安心

デイサービスセンター



くつろぎ

八幡市男山吉井27-12

TEL・FAX(075)983-9269

介護サービスのことなら何なりとご相談下さい



協賛広告

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い申し上げます。

八幡市老人クラブ連合会

京阪神商事株式会社

八幡市八幡五反田26-15

TEL(075)982-6668

FAX(075)971-2979

一緒にうれしい
On Your Side

みなさまのすぐとりに
京都中央信用金庫がいます。

京都中央信用金庫

八幡支店

八幡市役所前
☎(971)1321
FAX(971)1325

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

おくむら

総合法務事務所

司法書士 行政書士 奥村 浩文
社会保険労務士

八幡市八幡園内23-14

☎0120-874-270

不動産の売買・仲介・管理



土地・建物を
貸したい方・借りたい方大歓迎!!

(株)キャン・ドウ山手

定休日：毎週日曜日(祝日)

八幡市美濃山一ノ谷2-2

TEL(075)972-2728

FAX(075)972-2738

不審なお電話にご注意下さい

不動産 賃貸・売買 仲介

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

☎(075)981-5991

足場職人募集

〈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

(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

豊かな未来のために、
快適な暮らしに安心を



株式会社 道原建設

八幡市八幡軸27番地19

☎(075)981-2835(代)

FAX(075)983-5153

<https://www.michihara.jp>

解体工事はお任せください!

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

☎(075)982-7717

FAX(075)982-7550

<http://www.kaitai-ktm.com>

各種リフォーム・各種塗装工事請負



光井建装 株式会社

外壁

屋根

御見積り

防水

リフォーム

無料

八幡市八幡双栗17-1

☎(075)874-6934

光井建装 検索

熱中症予防法メモ



水分を我慢せず、
こまめな水分補給を
心掛けましょう。汗を
かいた時は、適度な
塩分補給も必要です。

部屋の見やすい場所に
温湿度計を置き、温度が
上がったならエアコンを
つけるなど、常に
注意しましょう。



エアコンや扇風機が
苦手な人は、温湿度
設定に気を付けたり、
風向きを調節するなど
工夫してみましょう。



協賛広告

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い申し上げます。

八幡市老人クラブ連合会



お気軽にご相談下さい ☎(075)981-2150

高齢者に人気の趣味

家庭菜園・ガーデニング

自然に触れながら行うので癒し効果があり、健康にも良い趣味として人気。



京都・滋賀・大阪・兵庫に直営70ホール



家族葬の
らくおう

☎0120-30-8343

365日24時間いつでも対応いたします

八幡ホール

八幡市八幡五反田18-7
【山城八幡郵便局東隣】

浄土真宗

浄泉寺

八幡市八幡馬場41-7

☎(075)971-2201



浄土宗安心院

住職 本庄 良文

八幡市八幡清水井77

TEL・FAX (075)981-0379

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
(枚野高校前)

☎0120-63-0042



メモリアルホール

くずは 飛翔殿

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



運動を行わない場合、筋力の衰えだけでなく体全体の機能が落ちやすくなります。日々運動をすることでそれを予防しましょう。



有酸素運動(ウォーキング・水泳など)

呼吸循環器系の機能強化や持久力を維持できます。無理はせず自分のペースで行いましょう。



下半身の筋トレ(スクワットなど)

歩行を安定させることに効果的。ハーフスクワットや椅子を使ったスクワットがおすすめです。



ストレッチ・ヨガ

筋肉や関節の柔軟性や集中力の向上を維持することができ、肩こりや腰痛の改善にも効果あり。



フラフープ・バランスボール

バランス感覚や体幹・姿勢を鍛え、転倒予防や歩行速度を高めます。肩こり・腰痛予防にも効果的。

おすすめ運動4選

八幡市老人クラブ連合会 「かがやきクラブ」 入会しませんか？

健康寿命をのばして、

素敵なシニアライフを！



あなたの笑顔が、地域の笑顔につながります！
老人クラブに参加して、一緒に活動してみませんか？

八幡市老人クラブ連合会 事務局

〒614-8362 京都府八幡市男山美桜18番地 老人憩いの家「八寿園」内
TEL. 075-983-3868

第2回 かがやきクラブ教室を開催!



3月25日(木)、八幡市文化センター4階小ホールにおいて「第2回 かがやきクラブ教室」を開催し、60人が参加しました。

第1部は大道芸人の「たつきゅうさん」と田久朋寛氏を迎え、



飛び出すなど、バラエティーに富んだ内容に会場は笑顔に包まれ、次々と拍手が起りました。

「大道芸で笑って健康に」笑いの効果で高齢者の健康を促進するユーモアセラピー」と題した講演を行っていただきました。



続く講演では、スライドを使って笑いの満足感・幸福感の説明がありました。「笑いは周囲に伝染するもので、周りの人たちを明るくさせて、そこから人とのつながりが実感できます」と、まずは自分自身が笑うことの大切さを説明しました。

講演の後半には認知症の予防を目的とした脳トレゲームやフレイルについての説明など、まさに盛りだくさん

かがやきクラブ教室に参加して

第3住宅はるかぜ会 会長 治金 一男

“たつきゅうさん”の懐かしい多彩な技の大道芸を見て、そして健康に対してのお話を聞いて、「高齢者が生き生きと楽しく健康で過ごすのには、“笑い”を外すことはできない」と力説されていましたが、その通りだと同意できました。“笑い”を取り入れて生活できる方は幸せです。感謝しましょうね!

でも、私たちの高齢者仲間でごにかかるといわれる方がおられます。それは「外出が困難な方」「集まりに來ないなど、あまり人と交わりのできない方」「老老介護をされている方」「障がい者を介護されている高齢者」など、困窮されている方々に、「かがやき」を感じてもらえるような、「多彩な魅力あるかがやきクラブ教室」であってほしいと望みます。私がこれから意識を高めていきたい一番の好動です。

んの内容で、参加者も大いに満足しました。続いて、アンジェリカ」の皆さんによる大正琴の演奏を楽しみました。「上を向いて歩こう」でスタートし、「高校三年生」「瀬戸の花嫁」「長崎の鐘」「六甲おろし」「栄冠は君に輝く」と、誰もが一度は聴いたことのある曲を次々に披露。5人の息の合った演奏に、参加者も惜しみない拍手を送っていました。



編集後記

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、ご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いいたします。

(事務局)

編集担当 西林千代美 栗井 正



原稿募集

来年2月発行予定の「かがやき第76号」に、会員皆さまからの投稿をお待ちしております。クラブ活動情報・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。

◎原稿締切日 10月29日(金)