

市老連 かめおか

第 23 号



本梅川添い あぜ道の彼岸花

令和3年度 11月発行

亀岡市老人クラブ連合会



『楽観主義で進もう!』

亀岡市老人クラブ連合会

会長 林 昭



全会員のみなさま、お健やかにお暮らしでしょうか。心からお見舞いを申し上げます。今年も残り少なくなってきました。

2021年は、新型コロナウイルスの爆発的な感染拡大と、緊急事態宣言が発出される中、1年延期の無観客による東京オリンピック・パラリンピックが開催され、日本は柔道をはじめ体操、野球、ソフトボール等で多くのメダルを獲得し、暗い日本を明るくしてくれました。

西日本や東海の豪雨は、熱海市の土砂災害をもたらし、多数の犠牲者が出ました。自然災害というより盛り土が崩れる人為災害でありました。政府はもともと防災減災に力を入れてもらいたいのです。

世界的にも、ヨーロッパでは、大洪水。北米、南米、アフリカでは熱波による山火事が続発し、多くの住民が命と家屋を失いました。このように世界的な大災害は、根本に「気候変動」があります。また、アフガニスタンでは米国の撤退によりあつという間にタリバンが政権を奪還しました。これにより多くの国民が自国を捨て国外に脱出をし数万人という難民が生まれました。女性や子供の犠牲が痛まれます。私たちも毎日の生活の中で、環境をよくする活動を考える必要があるのでは

ないでしょうか。

話は変わりますが、私はNHKで俳優の火野正平さんがスタップとともに自転車で全国を回る「こころ旅」という番組をよく見ております。70歳を超えた正平さんは登り坂は、さすがゼイゼイと息を切らしています。一方下り坂は「人生下り坂が最高!」などとギャグを飛ばしています。地方のこころ旅で気がかりなことがあります。それは道路わきにある農耕放棄された田んぼです。これは要するに、田んぼを作る後継者がいなくなつたために荒れ地になっている田んぼです。田んぼは一度荒れ地になると、元の状態に戻すことは困難です。これを私たちの老人クラブで考えてみますと様々な理由で単位クラブが消滅することや、単位クラブが市老連から脱会されることも似た現象と思えてなりません。単位クラブの高齢化が進み、新しい人の入会が思うように進まず新陳代謝がなく役員のなり手がない。老人クラブの活動も思う様にならない。魅力がない。メリットがない。ないないづくしというのが大方の理由であります。確かにその通りかもしれませんが、これを100回言つてもどうにもならないのです。確かに老人クラブは、年齢層の幅が大きく何をやるに

ことがあります。

動と静といいますが、2つの活動が大事だと思います。会員が自分に合った活動に自由に参加をするという柔軟性を持った事業計画が大切ではないでしょうか。

今年の市老連のスローガンに「ぶらすワン・1人」を掲げました。ありがたいことに、市老連の中で2つの単位クラブが会員増強運動に見事な結果を出しておられます。曾我部町犬飼老人クラブと曾我部町学ヶ丘老人クラブです。

この2つの活動体験を、本誌の中で両クラブの会長がその模様を熱く語っておられますので是非ご一読願います。

2つの単位クラブで言えることは、どちらも「何としても増強をやるぞ!」という粘り強い、楽観主義がありました。今もどこかの単位クラブで地道な「ぶらすワン・1人」活動の挑戦をされているクラブがきつ々しいと思います。どうかがんばって下さい。

みなさんで、市老連を盛り上げてまいりましょう。

後になつてしまいましたが、今年も全単位クラブから真心のこもった「友愛募金」にご協力をいただきまして本当にありがとうございます。厚く御礼を申し上げます。

大切な「友愛募金」を市老連の様々な活動に有効に活用させていただきます。

むすびにあたり、会員並びにご家族みなさまの益々のご健勝とご多幸を心から祈念申し上げます。わたくしのあいさつに代えさせていただきます。ありがとうございます。

令和3年度 亀岡市老人クラブ連合会 役員名簿

役職名	クラブ名	氏 名	役職名	クラブ名	氏 名
会 長	南古世らくじゅ会	林 昭	理 事	畑野町やまびこ会	横川 孝男
副 会 長	保津町第一百代会	伊豆田藤吉郎	理 事	宮前町宮川寿会	井内 亘
副 会 長	曾我部町穴太老人クラブ	上田 照勝	理 事	河原林町第一老人クラブ	山木 潤治
副 会 長	南古世らくじゅ会	河井美智子	理 事	見晴山水会	乙坂 優次
監 事	大井町亀楽会第三クラブ	塩瀬 潮実	若手理事	保津町第一百代会	伊豆田藤吉郎
監 事	穂田野町奥条老人クラブ	齊藤 孝雄	若手理事	畑野町やまびこ会	三浦 香澄
女性部長	南古世らくじゅ会	河井美智子	女性理事	(亀岡中ブロック)	
女性副部長	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美	女性理事	(別院中学ブロック)	
女性副部長	畑野町やまびこ会	三浦 香澄	女性理事	保津町第一百代会	酒井ひろ子
理 事	南古世らくじゅ会	林 昭	女性理事	曾我部町法貴老人クラブ	松倉 晴美
理 事	保津町百代会(連合会長)	吉田喜代志	女性理事	千代川町北老人クラブ	八木須美子
理 事	保津町第二百代会	藤野 勲	女性理事	畑野町やまびこ会	三浦 香澄
理 事	保津町第四百代会	酒井 泰弘	女性理事	河原林町第一老人クラブ	井内 幸代
理 事	曾我部町寺老人クラブ	服部 義行	女性理事	西山区寿会	吉岡 和
理 事	曾我部町法貴老人クラブ	上嶋 祥之	女性理事	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美
理 事	穂田野町柿楽会	稲荷 良一	幹 事	本梅町南老人クラブ	落田 毅
理 事	穂田野町下佐伯伯寿会	美馬 義幸	幹 事	東本梅町福寿会	日下部九州男
理 事	大井町亀楽会第二クラブ	齊藤 勲	女性代表委員	穂田野町柿楽会	大野加津子
理 事	大井町亀楽会第四クラブ	人見 靖	女性代表委員	大井町亀楽会第一クラブ	段本しげ代
理 事	千代川町老人クラブ(連合会)	湊 省太郎	女性代表委員	東本梅町福寿会	家垣 節子
理 事	千代川町西老人クラブ	俣野 義和			

令和3年度 各部実行委員名簿

	総 務 部	健 福 部	文 化 部	広 報 部
部 長	伊豆田藤吉郎	上田 照勝	河井美智子	井手口温美
副部長	齊藤 孝雄	三浦 香澄	上嶋 祥之	横川 孝男
部 員	人見 靖	湊 省太郎	美馬 義幸	藤野 勲
	山木 潤治	俣野 義和	齊藤 勲	乙坂 優次
	吉田喜代志	稲荷 良一	服部 義行	酒井ひろ子
	酒井 泰弘	塩瀬 潮実	八木須美子	松倉 晴美
	井内 亘	井内 幸代		
	吉岡 和	木村 一良	ワナゲ	
		中 龍雄	G・G	

令和3年度 亀岡市老人クラブ連合会単位クラブ役員

◇単位クラブ会長

No.	クラブ名	氏 名	男性	女性	会員数	増	減	合計
1	南古せらくじゅ会	林 昭	13	25	38	0	0	0
2	亀岡悠友クラブ	樺 則彦	14	36	50	0	5	-5
3	追分町健朗クラブ	谷口 進	13	26	39	4	2	2
4	保津町第一代会	酒井 清弘	38	52	90	1	3	-2
5	保津町第二代会	藤野 勲	17	25	42	3	5	-2
6	保津町第三代会	岩本 信晴	11	25	36	1	1	0
7	保津町第四代会	酒井 泰弘	27	32	59	5	3	2
8	保津町第五代会	村上 隆	24	30	54	1	1	0
9	保津町第六代会	塚田 勇	18	38	56	1	2	-1
10	保津町第七代会	桂 峰明	20	26	46	1	2	-1
11	保津町第八代会	吉田喜代志	14	22	36	0	2	-2
12	曾我部町穴太老人クラブ	斉藤 弘之	21	13	34	2	0	2
13	曾我部町重利老人クラブ	山本 武	18	19	37	0	5	-5
14	曾我部町西条老人クラブ	圓山 益久	16	12	28	0	3	-3
15	曾我部町寺老人クラブ	服部 義行	23	11	34	1	0	1
16	曾我部町犬飼老人クラブ	井口 信裕	37	42	79	8	1	7
17	曾我部町法貴老人クラブ	上嶋 祥之	20	20	40	4	7	-3
18	曾我部町春日部老人クラブ	和田 良一	16	15	31	2	0	2
19	曾我部町南條老人クラブ	鹿島 輝雄	11	18	29	0	1	-1
20	曾我部町学ヶ丘老人クラブ	出野 増男	78	87	165	23	2	21
21	穂田野町上佐伯伯寿会	石川 佳一	6	16	22	0	2	-2
22	穂田野町下佐伯伯寿会	美馬 義幸	14	11	25	0	1	-1
23	穂田野町天川老人クラブ	前田 圭司	8	16	24	1	0	1
24	穂田野町太田老人クラブ寿会	石野 行男	23	33	56	0	3	-3
25	穂田野町鹿谷老人クラブ寿会	村口 素高	12	15	27	0	2	-2
26	穂田野町柿花会	稲荷 良一	14	15	29	2	4	-2
27	穂田野町奥条老人クラブ	西村 克己	8	17	25	0	3	-3
28	大井町亀楽会第一クラブ	村上 喜信	6	17	23	3	6	-3
29	大井町亀楽会第二クラブ	斉藤 勲	12	14	26	1	2	-1
30	大井町亀楽会第三クラブ	塩瀬 潮実	6	12	18	0	4	-4
31	大井町亀楽会第四クラブ	人見 靖	13	27	40	2	4	-2
32	大井町亀楽会第五クラブ	近藤 隆茂	11	11	22	0	0	0
33	千代川町南第1老人クラブ	上塩入勝義	18	17	35	1	1	0
34	千代川町南第2老人クラブ	野々村 進	14	18	32	2	7	-5
35	千代川町西老人クラブ	俣野 義和	13	18	31	0	3	-3
36	千代川町中老人クラブ	川北 善司	21	15	36	0	4	-4
37	千代川町北老人クラブ	河原林正昭	6	15	21	1	1	0
	千代川町連合会長	湊 省太郎						
38	本梅町北老人クラブ	西村 久子	23	17	40	0	0	0
39	本梅町南老人クラブ	落田 毅	47	48	95	0	7	-7
40	畑野町やまびこ会	横川 孝男	24	37	61	2	9	-7
41	宮前町宮川寿会	井内 亘	28	46	74	3	5	-2
42	宮前町猪倉松寿会	休会	0	0	0		37	-37
43	東本梅町福寿会	日下部九州男	7	17	24	0	6	-6
44	河原林町第一老人クラブ	山木 潤治	31	32	63	2	8	-6
45	河原林町第二老人クラブ	八木 栄三	27	31	58	3	4	-1
46	篠町野條区むつみ会	高木 平夫	12	26	38	1	2	-1
47	見晴山水会	乙坂 優次	18	24	42	2	3	-1
48	西山区寿会	藤塚 康雄	20	12	32	0	0	0
49	東つつじヶ丘シニア友の会	中 龍雄	25	38	63	2	2	0
合 計			916	1189	2105	85	175	

◇単位クラブ女性副会長

地区名	No.	クラブ名	氏 名
亀岡地区	1	南古せらくじゅ会	河井美智子
	2	亀岡悠友老人クラブ	岡本美佐代
	3	追分町健朗クラブ	八木 幸代
	4	保津町第一代会	酒井ひろ子
	5	保津町第二代会	
	6	保津町第三代会	
	7	保津町第四代会	
	8	保津町第五代会	
	9	保津町第六代会	
	10	保津町第七代会	
	11	保津町第八代会	
曾我部町	12	曾我部町穴太老人クラブ	上田 玉美
	13	曾我部町重利老人クラブ	並河 文子
	14	曾我部町西条老人クラブ	渡邊 定子
	15	曾我部町寺老人クラブ	長野 房子
	16	曾我部町犬飼老人クラブ	谷口 元子
	17	曾我部町法貴老人クラブ	松倉 晴美
	18	曾我部町春日部老人クラブ	斎藤 久代
	19	曾我部町南條老人クラブ	澤 美智子
	20	曾我部町学ヶ丘老人クラブ	岩本 修子
穂田野町	21	穂田野町上佐伯伯寿会	石川美津子
	22	穂田野町下佐伯伯寿会	浪川嘉代子
	23	穂田野町天川老人クラブ	石田 和子
	24	穂田野町太田老人クラブ寿会	鈴木 康子
	25	穂田野町鹿谷老人クラブ寿会	高尾喜美子
	26	穂田野町柿楽会	大野加津子
	27	穂田野町奥条老人クラブ	
大井町	28	大井町亀楽会第一クラブ	段本しげ代
	29	大井町亀楽会第二クラブ	
	30	大井町亀楽会第三クラブ	谷口 清子
	31	大井町亀楽会第四クラブ	光嶋 幸子
	32	大井町亀楽会第五クラブ	小森アサ子
千代川町	33	千代川町南第1老人クラブ	
	34	千代川町南第2老人クラブ	野々村禮子
	35	千代川町西老人クラブ	
	36	千代川町中老人クラブ	
	37	千代川町北老人クラブ	八木須美子
本梅町	38	本梅町北老人クラブ	西村 久子
	39	本梅町南老人クラブ	河本 朱美
	40	畑野町やまびこ会	三浦 香澄
宮前町	41	宮前町宮川寿会	
	42	宮前町猪倉松寿会	休会
東本梅町	43	東本梅町福寿会	家垣 節子
河原林町	44	河原林町第一老人クラブ	井内 幸代
	45	河原林町第二老人クラブ	桂 文子
篠町	46	篠町野條区むつみ会	高木 正子
	47	見晴山水会	水畑 洋子
	48	西山区寿会	吉岡 和
東つつじヶ丘	49	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美

令和3年度 後半主要事業日程（予定）

月	日（曜）	会議・行事等	議題等の内容	備 考
10	7(木)1:30～ (5/13より変更)	単位クラブ会長会	報告・グラウンド・ゴルフ大会・ 定期大会・趣味の作品展等	ガレリア2階 大広間
	15(金)	京都府老人クラブ大会	第42回府老連大会 知事・府老連表彰	ホテルルビノ京都堀川
	26(火)午後準備	第22回市老連 グラウンド・ゴルフ大会	亀岡市長杯・議長杯・市老連会長杯争奪 第22回グラウンド・ゴルフ大会	新型コロナウイルス のため中止
	27(水)当日			
	(28(木)予備日)			
11	17(水)	全国老人クラブ大会	全国老人クラブ大会	香川県
	29(月)準備日	定期大会・指導者研修会・ 健康事業講演会	第39回亀岡市老連定期大会・指導者研修 大会・健康事業講演会	世代間交流室
	30(火)当日	定期大会・指導者研修 大会・健康事業講演会	第39回亀岡市老連定期大会・指導者研修 大会・健康事業講演会	ガレリアコンベン ションホール
12	3(金)	若手委員10周年記念	府老連 若手委員10周年記念	ホテルルビノ京都堀川
	8(水)9:30-	市老連 正副会長・女性副部長会	新春会長役員会・趣味の作品展について	世代間交流室
	16(木)1:30-	市老連 理事会	新春会長役員会・趣味の作品展について	ガレリア大広間
	未定	市老連 正副会長・女性副部長会	新春会長役員会・趣味の作品展について	世代間交流室
1	8(土)	新春会長・役員会		玉川楼
2	8(火)初日 9(水)2日目	第37回 趣味の作品展	初日 午前中：準備・搬入／午後 展示 2日目 AM10-展示／PM4.00-作品撤収	コンベンションホール
	15(火)	市町村老連事務局長会議	府老連会議（役員総会）	京都市
	24(木)	市老連 正副会長・女性副部長会	年間計画について・予算・決算等	世代間交流室
3	2(水)	市老連 正副会長・女性副部長会	R4年度事業計画・予算・日帰り旅行 業者選定・年間行事予定 他	世代間交流室
	10(木)1:30-4:00	市老連 理事会	R4年度事業計画・予算・日帰り旅行 業者選定・年間行事予定 他	ガレリア大広間
	17(木)1:30-	単位クラブ会長会	R4年度事業計画予算・日帰り研修旅行	ガレリア大広間

※変更になることがありますので、事前にお送りする案内で確認ください

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

私たちは、不動産業・建設業を通じて
地元亀岡のまちと、そこに住む人達のお役に立てるような
企業を目指しております。



きそ不動産グループ
株式会社イング

【定休日】水曜日

亀岡市篠町篠見晴9-8 きそビル1F

TEL.0771-22-7418

デイサービスセンター

さくら

亀岡市旭町年角27番地3

TEL.0771-25-5597

FAX.0771-25-5598

無料体験実施中
お気軽にご相談ください！

さかい司法書士事務所

司法書士 酒井 紀彦

亀岡市大井町土田2丁目12番19号

あしはらマンション2階

(JR嵯峨野線並河駅前)

☎0771-55-9601

——— お気軽にお電話ください ———

相続

遺言書

登記

等に関することはおまかせください

司法書士 武並事務所 年中無休
行政書士 相続かぜい相談室

司法書士・行政書士 武並 良見(京都司法書士会所属/京都府行政書士会所属)

南つつじヶ丘大葉台2丁目41番8号

☎ 0771-29-5786

携帯 090-4036-6568



わたしたちは「サンタの真実」を持って、
夢と喜びがあふれるお菓子をお届けいたします。

パティスリー シェ・サンタ

亀岡市大井町土田2-1-16 SYグランドビル1F

☎ 0771-25-7955

駐車場完備 5台有

営業時間 10:00~18:00 定休日/木曜日 www.chez-santa.jp

経営と暮らしをサポート

井木税理士事務所

税理士 井木悦夫

亀岡市古世町西向林28-2

TEL.0771-55-9133

令和3年度 市町村老連リーダー研修会に参加して

亀岡市老人クラブ連合会

会長 林 昭

7月21日の猛暑日に、京都府老連主催の市町村老連リーダー研修会に参加しました。亀岡市老連からは、わたしの他、副会長の伊豆田氏、上田氏、河井氏が参加されました。

この日の講師は、神戸市のmottoひょうごの事務局長をされている栗木剛氏でした。栗木氏は受付で参加者に弁当を配っておられました。講師が参加者に弁当を配られるということとはあまりみることがありませんが、その理由は後の講演で分かりました。

つまり、「弁当を配りながら参加者の目を見ていると参加者がどういう気持ちで参加されたのかよくわかります。」さすが一流の講師になるとそこまで物事を考えているんだということに感心しました。

実は、栗木氏は2年前に地元老人クラブに入会されたということでした。年齢から言うともまだお若いしどんな心境で入会されたのか非常に興味がありました。

それは、今は亡きお父さんが老人クラブの仲間と随分楽しく人生の最期を生きたということに老人クラブの魅力を感じ、お入りになったということでした。

栗木氏のお父さんは、昔の国鉄で保線区の仕事を長年勤められ、円満退職をされた方でした。奥さんを早く失われ趣味のカメラを担いでは旅をしたりして、のんびり余生をすごしておられたそうです。隣近所との付き合い合いもそんなに積極的ではなかったそうですが、ある時ご近所の老人クラブの女性役員が来られ、「栗木さん今度老人クラブで日帰り研修に行くのですが、記念写真を撮ってくれる人がいないので、是非とも栗木さんに

来てもらって写真を撮っていただきたいのですが、何とかお願いできないでしょうか」という甘い誘いがありました。

本来写真の大好きな父は二つ返事でOKをしました。研修日の当日父は両肩にカメラを担いで、手に3脚を持ち、子供が遠足にでも出かけるようにいそいそと出て行きました。それからというとは父は老人クラブからお声がかかるたび、服装を整えて会合に参加するようになりました。もちろんカメラ持参で。

そしていつの間にか老人クラブに入会していました。会合から帰っても今日は楽しかったと言って喜ぶようになり、その日撮ってきた写真を徹夜で現像をするなどこれまで見たことのないような父親の姿を見ていて老人クラブってそんなに楽しいもんかいなとわたしも不思議に思いました。その後、父はいつの間にか役職を持ち最後は事務局長になっていました。正に父は老人クラブに余生を賭けた人

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

永田歯科医院

歯医者さんが住診します

亀岡市千代川町千原2丁目
(国道9号千原交差点エネオス斜め前ローソン隣)

ハワヨイ
TEL.0771-24-8841



医療法人社団
飯野小児科内科医院

いいのデイセンター

介護について困った事・ご質問等があれば
いつでもお電話下さい。

亀岡市南つづじヶ丘大葉台2-44-1
TEL:0771-25-9779 FAX:0771-25-0037



田中歯科医院

●診療時間(予約優先)

午前9:00~12:30 午後2:30~7:00
土曜日~5:00まで

休診日:木曜・日曜・祝祭日

亀岡市曾我部町南条下河原12-3
ムシバゼロ

☎0771-23-6480



栗山内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM 5:00~ 7:30	○	○	休	休	○	休

【受付時間】AM8:40~11:40/PM4:40~7:10
休診日:水曜・木曜・土曜の午後、日曜祝日

亀岡市篠町篠向谷24-4
TEL 0771-29-6633



SATO CLINIC

佐藤医院

内科・消化器内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	×	○
午後 17:00~19:30	○	○	○	○	×	×

※小児科の夜診受付は19時まで
内科水曜午前受付は11:30まで

●休診日 日曜・祝日・木曜・土曜午後
亀岡市吉川町吉田段ノ坪23 ☎0771-21-2525

明日を、つなぐ。



ゆう薬局

吉川ゆう薬局

TEL.0771-21-0077

かめおかゆう薬局

TEL.0771-21-1077

千代川ゆう薬局

TEL.0771-21-1080

大井ゆう薬局

TEL.0771-56-9681

馬堀ゆう薬局

TEL.0771-56-9231

生でした。

考えてみればあの時2人の女性クラブ員が1日研修に誘いに來られてから父の人生は大きく変わりました。

こう考えると、女性の人を引き付ける力は実に大きな力があるのではないのでしょうか。これからの会員増強運動も女性の力が大きな力となるのではないのでしょうか。

父が生きがいを見つけた老人クラブには人生のオアシスがある



↑ motto ひょうご
事務局長 栗木剛氏



るのではないか? そう感じた私は、父の恩返しも兼ねて地元の老人クラブに2年前に入会し、活動をしております。

父はクラブ活動から帰ってきてますと、本当に充実した人生を送っているように感じました。家族もご近所の人も皆、貴方の背中を見ていますよ、その背中を見て老人クラブへの入会の1歩を決めることになりました。いつも下を見て歩いていたので誰も魅力を感じません。

「さあみなさん今日からは背筋を伸ばして上を向いて歩きましょう。」そんな姿に惚れて人は老人クラブの門を叩くのです。

京都の老人クラブの益々の発展とここにご参加のみなさま方のご健勝を心から御祈念いたしまして、わたしのお話を終わらせていただきます。長らくのご清聴ありがとうございました。

講話後、わたしももつと背筋を伸ばして魅力ある人間を目指して、地域の老人クラブ発展のために頑張ろうと決意しました。

柿花診療所の庭にパンジーを植えました。(亀岡園だよりにも紹介されました)



○ 柿田野町
柿楽会だより



奉仕活動として大井神社清掃
年3回の予定が1回のみの開催



わなげは月1回の予定ですが
コロナ禍で1年間で3回開催



サロン活動は月1回の予定が
1年間で3回の開催でした。

○ 大井町亀楽会
第四クラブだより

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Welfare Environment Legal Support
特定非営利活動法人
ウエルス

空家・空地管理
住宅介護
訪問介護
高齢後見相談

【TEL・FAX 無料相談受付中】
〒621-0804
0771-20-8092 京都府亀岡市追分町馬場通24番地5
FAX: 0771-25-3190 [E-mail] green-grass@npo-wels.org
[月曜・土曜 AM9:00-PM6:00/日曜定休] [HP] http://www.npo-wels.org

あおばリハビリデイサービスセンター
1F 機能訓練・食事・入浴対応・生活リハビリ ☎23-8941

あおばデイサービスセンター
2F 機能訓練・買物歩行・造作リハビリ ☎29-2100

あおばヘルパーステーション
2F 身体介護・生活援助・保険外サービス ☎21-2280

治療院やました接骨院 ☎23-8158
亀岡市三宅町2-10-5

小規模多機能型居宅介護・認知症高齢者グループホーム
ケアコミュニティ 株式会社 **亀岡清泉荘**

☎0771-22-8239
見学・体験ご相談承ります
〒621-0022 亀岡市曾我部町南条下河原8番
http://www.care-community.co.jp

社会福祉法人 **亀岡福祉会**

日中支援
・かめおか作業所 TEL.0771-24-2596
・第二かめおか作業所 TEL.0771-26-5434
・第三かめおか作業所 TEL.0771-21-2275
・デイセンターばれぼれ TEL.0771-21-2276

居宅生活支援 TEL.0771-24-2828 FAX.0771-24-3900
・ホームヘルプセンターゆめネット
・ショートステイ・グループホーム

相談支援
・亀岡市障害者相談支援センターお結び
・地域活動支援センター絆

亀岡市柿田野町佐伯大門30-1 ☎0771-24-2596
URL http://www.kamecomyu.net

あなたも元気 はい牛乳
川東牧場
人見 英作
亀岡市馬路町流川 15-1 番地
TEL.0771-24-1255

新築・リフォーム/設計施工
株式会社 **橋本工房**
亀岡市大井町並河検見ヶ上 1-5
TEL 0771-22-3717
FAX 0771-25-6406

令和3年度「丹波ブロック女性リーダー研修会」(中止)

亀岡市老人クラブ連合会 女性部長 河井美智子

経過

4月26日(月)

府老連女性委員会

総会プログラムの内容を説明

6月3日(木)

府老連事務局長、中川様を迎え各ブロックの方々と懇談

7月14日(水)

大本教の下見

7月21日(水)

大本教へ見学申し込み

7月28日(水)

女性実行委員会

9月7日(火)

丹波ブロック女性リーダー研修会中止決定

以上のようにやっとこれでよし、というところまで来た時に

京都府の新型コロナウイルス拡大防止緊急事態宣言が延期となり(9月12日〜同30日まで)研修会が中止というやむを得ない状況になってしまいました。

9月27日(月)

市老連女性理事、女性代表委員とで、記念品のマスクにメッセージをそえて、丹波ブロックの5つの老連へ送付。

準備段階でご協力をいただいた方々、また当日各部門で担当

していただく予定の方々には、

本当に申し訳ない次第です。どうかこれからも更なるご支援ご

協力をいただきますようよろしく

お願いを申し上げます。

お土産にとつくったマスクです(写真左)。各市老連には、

同じ柄・色にならないようになっています。

見くらべながら話題にしてくださいました。

このように予定を立て進めて来ましたが残念ながら研修会は中止になりました。

来年には開催できることを願っております。

→丹精を込めて作ったマスク(心からのメッセージを添えて)



亀岡市老連女性部実行委員のみなさん



丹波ブロック代表者会議の様子

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

水道衛生工事・リフォーム

『くらしと水』のネットワーク

株式会社 黒川

亀岡市西つづけ丘五月台
1-24-1

TEL.0771-24-7258

ふすまの
ことなら...

ふすま工房末次

亀岡市大井町並河1丁目33-2
TEL.090-9217-6567

株式会社 康生会

お気軽にご相談ください!

★グループホーム 三愛の里 TEL.0771-25-2948

★三愛の里・訪問介護事業所 TEL.0771-29-6628

亀岡市千歳町千歳白髭17番地

★グループホーム 三愛の里・うつね TEL.0771-20-9030

★小規模多機能ホーム 三愛の里・うつね TEL.0771-20-9031

亀岡市宇津根町土井ノ内48番地1

どうぶつ病院

ホームページ <http://www.ah-m.info>

亀岡市篠町篠空殿林8-9

TEL.20-2651 (0771) (予約制 お電話下さい)

診療時間 月火水木金土日祝

9:00~12:00 ●●●●●●●●

17:00~19:30 ●●●●●●●●

医療法人 清仁会

SSS 亀岡シミズ病院

京都府亀岡市篠町田1丁目32-15

TEL.0771-23-0013 FAX.0771-25-0551

<https://www.shimizu-hospital.or.jp>

●訪問ステーション 亀岡シミズ ●緊急対応型 つづけの家

●小規模多機能 寝まごころホーム ●亀岡シミズ居宅介護支援事業所

●亀岡市 つづけ丘地域包括支援センター

YASUKAWA Animal Clinic やすかわ動物クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00 (最終受付 11:30)	●	●	/	●	●	●	●
16:00~19:00 (最終受付 18:30)	●	●	/	●	●	●	/

休診日: 水曜日・日曜日(午後)・祝日
※午後 13:00-16:00 は手術・往診時間となっております

亀岡市千代川町今津2丁目15-10

TEL.0771-56-8322



●A～Hのエリアの中に まちがいのないエリアが一つだけあります。
それをさがして アルファベットで、答えてください。

はがきに

①答え ②氏名 ③年代 ④クラブ名(紹介クラブ名) または町名
を書いて

〒621-0806 亀岡市余部町樋又 61 番地の1(ふれあいプラザ内)
亀岡市老人クラブ連合会 事務局 行

までご応募ください。

応募の締め切りは、令和4年1月15日消印有効です
正解者の中から抽選で20名の方に、
健康バランスボールをプレゼントします。

答えと当選者は、次号に掲載させていただきます。



抽選で20名様に健康バ
ランスボールプレゼント

当選者以外の方にはもれな
く応募賞をお渡しします

※1人につき1つ

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あなたの身近な相談相手 お気軽に
御相談下さい

司法書士・行政書士

酒井合同事務所

司法書士 酒井 立子 行政書士 酒井佐治子
司法書士 澤田 進 行政書士 工藤 和之
亀岡市安野町々神38-2(簡易裁判所前)
☎(0771)22-2553(代) FAX.23-8261

地域密着 おまじなのつながりを大切に

ふすま 障子 畳 網戸

お見積りは無料となりますので、お気軽にお問い合わせください。

張替本舗 お気軽にお電話ください!!(完全後払い)

TEL.0771-20-4961

亀岡店 金沢屋 検索

認定補聴器専門店

補聴器 2週間 無料 貸出し

メガネの松山 亀岡店
亀岡市追分町馬場通り 27-4
☎0771-22-3453
営業時間/10:00~19:00 木曜定休

建物解体 不用品回収 NAKANISHI KAKUTSUJIKU, Ltd. DESTRUCTION

ナカニシ開発株式会社

亀岡市余部町法蔵寺10番地1

TEL.0771-55-9983
FAX.0771-55-9984

自分を愛するようあなたの隣人を愛しなさい

社会福祉法人 友愛会

亀岡友愛園

亀岡市本梅町平松ナベ倉 11
TEL: 0771-26-2115(代)
FAX: 0771-26-3557
URL: http://www.yuaien.or.jp

おばあちゃん 最近、元気かな?

Twitterでチェック
#ニチコミ 株式会社ニチコミ
#老人クラブ広報紙 @nichicom_tweet

ぷらすワン・1人

粘り強い勧誘を

曾我部町犬飼老人クラブ

会長 井口 信裕

加入者が増えないことは全国的な問題であり、市老連としても平成26年から「300人増加の5カ年計画」が

立てられ、本年度は「ぷらすワン・1人」のスローガン

が掲げられている中で、犬飼老人クラブとして市老連よりの要請を受け、5年前より当時の会長が本格的に増強問題に取り組み、入会依頼の文書を対象者へ配り戸別訪問を開始しました。

しかしまだ老人とは思っていない、いろいろな役が回ってくるのでいやだ、魅力を感じない等々の拒否反応が強く、即座に効果は上がってきませんでした。

その後、歴代の会長が中心となつてあきらめずに勧誘の結果、昨年あたりからその効果が

出始め、これまでの年0〜5人にに対し昨年は16人、今年は8人と予想以上の加入者となりました。

「粘り強い勧誘」が一番の要因と思われませんが「あの人が入るなら、あの人達が入るなら」といった気運が高まってきた事も大きかったと思います。

一方死亡に伴う会員の減少（一昨年は10人減少）とも考え合わせると、今後とも増強活動は続けてゆく必要がありますが、勧誘は会長を筆頭に役員、幹事も同行して断られたときのいやな気持ちを恐れず、粘り強い密着型勧誘活動を進めた方がより効果が上がってくるのではないのでしょうか（複数人同行勧誘効果）

現在の日本人の平均寿命が84・21歳、世界トップの長寿国となり、高齢者の比率がますます高くなつてくる中で、老人クラブへの入会員数が増え、組織的な活動ができるようになれば、老人クラブの存在も

見直されてくるのではないのでしょうか。

コロナが一日も早く終息し、入会して良かった、楽しい、と思われるようなクラブになるよう犬飼老人クラブとして今後とも役員、幹事一丸となつて努力してゆきたいと思っています。

犬飼老人クラブ新規入会者及び会員数の推移（単位：人）

年 度	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2	R3
新規入会者	0	1	4	0	3	5	2	0	16	8
会 員 数	69	67	67	63	65	68	66	64	72	79

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あらゆる物流を創造する

DSN
DELIVERY SERVICE NAGASAWA

有限会社 デリバリーサービスナカガワ

本 社 亀岡市馬路町森脇路7-1 ☎(0771)25-8115

業務管理センター 南丹市八木町水所前林25 ☎(0771)43-0077

村田鉄筋株式会社

鉄筋工事全般（建築・土木）
鉄筋の加工・販売配達

[本社・本社工場] 亀岡市曾我部町重利風ノ口19-2
[第二加工場] 亀岡市河原林町河原尻下五丹19-1

☎0771(22)8846

BODY SHOP

HOUKI

car professionals

有限会社 法貴鍍金工業

亀岡市曾我部町西条中久保16番地
TEL.0771-24-0868

車のことなんでもおまかせ下さい!

(有)関西整備車検センター

国産・外車各メーカー新車中古車販売、車検、整備

☎0771(23)1923

■電話受付毎日AM9:00~PM7:30 お気軽にどうぞ!!
日曜・祝日も車検OK!! FAX23-0247
本社/京都府亀岡市篠町篠新畑52-1

関西整備

検索

http://www.kansaiseibi.com

山徳工務店

亀岡市大井町並河神田 47

TEL 0771-24-8354



KINOSHITA

木下紙業株式会社

京都府亀岡市大井町小金岐 4-5

亀岡工場/ TEL 0771-29-5090

本 社/ TEL 075-661-6066

伏見工場/ TEL 075-622-7681

ぶらすワン・1人

老人会の活動報告

曾我部町学ヶ丘
老人クラブ

会長 出野 増男

・会員は、基本的に65歳以上から成る正会員である。

・行事に来て下さった時に参加費をいただきます。

・京都先端科学大学の廃品回収(リサイクル活動)を老人会メンバーでしている所を見て、この活動をビデオでとり、校内放送とDVDにまとめて、老人クラブへ寄贈してくれました。

・会員の中には、町内では何もできないので、社会奉仕したいという会員もおられます。

・いつも廃品回収で岩本商店様で集合し、廃品回収後には、商店でサロンをする。このことがつながりに良いと思う。

・コロナ禍になってしまい、せっかく買った新品のカラオケ

セットも使われず残念です。

・町内の行事(お地蔵さん、グラウンド・ゴルフ、子供会レクリエーション等)があれば、皆さんが仲良く生活できるのかもな。

・老人会の親睦を深めるため、鮎を60尾ぐらい用意ができるので、今ほどのように開催するかを検討中です。

・遺跡発掘に学ヶ丘より10名参加。

私のミニミニ体験

曾我部町六太老人クラブ

上田 照勝

昔からスイカと天プラを喰べると腹が痛くなります。うなぎとうめぼしも喰べると腹が痛くなるそうです。いろいろ昔から言い伝えがありますが、私は二応信じています。でも私の体験はちがいます。

以前、夜にムカデにかまれました。その時の話をするとうムカデにかまれたら酢みそが良いと聞きました。まさか?と思ってい

ました。その後何か月が過ぎた夜、また、ムカデにかまれました。その時酢みそが良いと聞いた事を思い出し、さっそく小皿にみそを少々と酢を少々を入れ手でまぜてかまれた所にぬりました。すぐかわきますが、またぬり3、4回めると15分位でいたみも無くなり、少々わくわく感はありませんが、朝にはハレも無くいたみもありませんでした。これも私の体験です(2度、体験しました)。

また、ハチにさされたらジャガイモが良いそうです。以前、和知地区の方に聞いたところでは山林作業の時、小さなジャガイモを持って行くそうです。さされたら半分に割り患部にぬるそうです(体験は無いです)。

ハチの巣駆除はハチ・アブバズーカーで夜、ものかげにかくれて、巣に向って噴射します。次の日の夜にもう一度噴射すると巣は取れました。

くだらない話ですが、一度ためしてみたいかがですか。



私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

有限会社 木崎製作所

機械加工 精密板金加工

技術力と行動力でどんなものにも挑戦
http://kizaki-ss.co.jp

亀岡市葺田野町鹿谷中村 15-1

TEL 0771-22-3445

FAX 0771-22-3890



顕微鏡外観検査・電子機器組立
産業機器ケーブル加工・組立



ふじはる
株式会社 藤大

亀岡市葺田野町太田竹ヶ花10-6

TEL 0771-24-3051

総合建設業

株式会社 暁

亀岡市葺田野町佐伯飼条 16-1

TEL.0771-25-7101

HITOMI
人見鉄筋工業株式会社

本社：亀岡市宮前町神前細原 16
事務所・工場：亀岡市宮前町神前畑垣内 20

TEL 0771-26-5599

金属全般・工業用機械・重機・被覆線・不用品回収

株式会社 亀岡リサイクルセンター

〒621-0826 亀岡市葺田野新畑田56-1
京都府公安委員会古物商許可証第612351330014号

TEL:0771-55-9498

FAX:0771-55-9499

krc0771559498@yahoo.co.jp

<営業時間> 8:30~18:30 <定休日> 日曜

LIXIL アルミサッシ・住設機器 販売施工

リフォーム工事 断熱・結露
玄関・システムキッチン・ユニットバス ご相談窓口

(有) ミヤケン住器

亀岡市大井町並河堂又97-5

TEL 0771-24-5250

http://www.ii-ie.net

令和3年度亀岡市老人クラブ連合会 『単位クラブ会長会』

於ガレリアかめおか
令和3年10月7日

林会長挨拶

・市老連監事並びに単位クラブ

・新会長の紹介

・議長に河原林町第一老人クラブ

山木 潤治氏

・司会は三浦女性副部長

林会長より

・10月15日（金）開催の第42回

京都府老連大会における亀岡

市老連被表彰候補者の発表



令和3年度 新会長 13名の紹介

・令和3年度新会長の13名を紹介
総務部

伊豆田副会長より

・11月30日（火）開催予定の第

39回亀岡市老連定期大会指導

者研修大会、令和3年度亀岡

市老連会長表彰について

・第38回市老連定期大会総括ア

ンケート集計結果より次回第

39回定期大会に反映させる

・コロナ禍の規模縮小化、簡

素化で開催する

健副部

上田副会長より

・10月27日（水）第22回亀岡市

老連GG大会中止

・各单位クラブ実施の「亀岡健

康ウォーキング」の推進につ

いて

（参加者21クラブ326名の予定）

文化部

河井副会長より

・丹波ブロック女性リーダー研

修会中止報告と御礼

・令和3年度「友愛募金」協力
の御礼

広報部

井手口女性副部長より

・11月発行予定の「市老連かめ

おか第23号」編集進捗状況の

報告

開会の前に

東京海上日動火災保険会社より

・令和4年度の保険内容の説明

がありました。

亀岡市高齢福祉課より

・助成金の収支決算報告書につ

いての要望がありました

亀岡市警察署交通安全課より

・高齢者の交通安全についての

話がありました



私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

祥 心の散策道場【亀岡のもみじ寺】
曹洞宗 丹山法窟 霊松山

苗秀寺

亀岡市蕨田野町佐伯大門 47

☎(0771)22-0811

お墓に関する
ご相談は、

谷石材店

0771-22-5024

〒621-0015 亀岡市吉川町吉田段/坪14
http://www.tani-sekizaiten.com/

各宗寺院・京都西山霊園 御用達
墓石・灯籠・記念碑・石工事一式

墓石の若林

☎0120-23-1434

年中無休

〈亀岡事務所〉亀岡市篠町広田2-31-15
〈西賀茂事務所〉京都市北区西賀茂北鎮守庵町72

ずっと、元気に。
誰もがいつまでも活躍できる社会へ



浄土宗
鏡智山大圓寺

亀岡市西町 11

0771-22-0993



五七五・十七文字の ひとりごと

見晴山水会では、毎月談話会を開催し、脳トレコーナーで会員さんに川柳を考えて貰っております。その一部を紹介します。

見晴山水会

血圧計 出るまで計る いい数字

談話会 来れるだけでも うれしいね

談話会 元気な顔みて ほっとする

朝寝して 昼寝もするし 早寝する

せみしぐれ 部屋の中でも ひびいてる

陽のひかり 全身に受け 感謝する

きき取れず 隣にならって 空笑い

遠い道 弁当うまし 歩こう会

石壁に ナメクジの跡 迷路かな

ふたりふえ ひ孫五人に 幸せよ



ポツリきた カミナリ様の 寝小便

なつかしき 友のなまへが 出てこない

この歳に なれば要らない 誕生日

卒寿すぎ 目だめ耳駄目 とりえなし

天高く 老はつらつと 寺社めぐり

毛なくても 安くならない 理髪代

老いの身は 暑さに負けて ひきこもり

湧きました 妻より優しい 風呂の声

怖いよね ウイルス持って 街歩き

感染が 終わりの見えぬ 恐ろしさ

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

「第6回ニチコミ大賞 川柳!!腕自慢!!」開催 シニア川柳作品募集中

【お題】
2021年

大賞:商品券 10,000 円 (1名)
優秀賞:商品券 5,000 円 (5名)
努力賞:商品券 1,000 円 (10名)

募集期間: 令和 3 年 12 月 31 日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索



保津文化センターで実施されている 保っと津〜っと健康講座

のご紹介

保津町第一百代会
酒井ひろ子

保津町では保津文化センターで、無理なく、楽しく続けられる音楽体操や筋力トレーニングを中心とした軽い運動の継続を行う「保っと津〜っと健康講座」をされています。平成29年当初は月1回でしたが、皆さんの要望で次年度から月2回になり参加人数もだんだん増えています。

介護状態にならないための運動でその一例を紹介します。

お口の体操(あご・ほほ・舌の運動)

曲名 Grace and Gratitude

- ①息を吐いたり吸ったり複式呼吸
- ②口を大きくアゴの運動と表情筋運動
- ③ほほの運動
- ④くちびるの運動
- ⑤唾液線のマッサージ



準備体操(身体ほぐし)

曲名 イエスタデイワンモア

- ①両手でグッパーツイスト
- ②ストレッチ
- ③胸の開閉
- ④身体をねじる
- ⑤肩まわし
- ⑥①～⑤の繰り返し
- ⑦指回し腕回し



軽やかにステップ

曲名 トップオブザワールド

- ①つま先とんとん、かかととんとん
- ②足ふみとかかと、つま先ステップ
- ③足ふみとパンチ、プッシュ
- ④足ふみとミックスステップ
- ⑤①～③の繰り返し



脳のトレーニング

- ①指あそび
- ②じゃんけんあそび
- ③グーパー
- ④数遊び…



楽しくリズムに乗って健康で長生きしましょう

友愛募金のお礼

**支え合い、励まし合いで、
安心して暮らせる地域へ**

高齢化の進む中、高齢者の全ての人が住みなれた地域で安心して暮らせるために助け合い・励まし合い・支え合いの力がとても重要で、老人クラブが果たすべき役割や期待感も大きくなっています。

また特別養護老人ホームなどの施設だけでなく、亀岡市内のあちこちにサービス付き高齢者住宅やグループホーム等、多様な施設が開設され、活動の場が増えてきました。

市老連では孤立しがちな高齢者等を訪問し、お話し相手や情報提供、お手伝いなどをさせていただきながら、心の触れ合いを行う（友愛事業）に取り組んでいます。

また、近年は災害が多発し、被災された老人クラブへの災害義援金活動も行っております。

本年度もこのような友愛活動の資金づくりとして友愛募金を皆様にご協力をお願いしましたところ、下記の善意の浄財を頂戴しました。

誠にありがたく厚くお礼申しあげますと共に、公平・公正なる助成金運営に努め、有効に活用させていただく所存です。

友愛募金活動のご報告

亀岡市老人クラブ連合会
会長 林 昭
女性部長 河井美智子



友愛募金

令和3年度 募金総額566,700円
(昨年度実績 615,153円)

みなさまのあたたかいご協力
ありがとうございました

- 1、友愛施設訪問助成金
 - 2、友愛地域活動助成金
 - 3、災害等義援金
 - 4、友愛活動推進費
 - 5、市老連会員全体の交流に係る事業補助
- 今回頂戴した資金は、右記の通りに使用させていただいております



		8		7		2	
		9		5		4	7
4		3		1		6	
	6	5	1		7		8
				3			
7	2		9		5	6	1
	9			6		2	8
1		2		9		3	
	3			4		5	

《ルール》

- (1)空いているマスに1から9までの数字のどれかが入ります
- (2)縦の列（9列あります）、横の列（これも9列あります）太い線で囲まれている3×3のブロック（それぞれ九つのマスのあるブロックが9個あります）のいずれにも、1から9までの数字が一つずつ入ります。



ナンプレ

1	6	5	2	7	7	9	3	8
9	7	3	8	6	5	2	7	1
8	7	2	1	9	3	7	6	5
3	1	9	5	8	6	7	2	7
2	5	7	4	3	9	1	8	6
4	8	6	7	2	1	5	9	3
5	9	8	6	1	2	3	7	4
7	3	7	9	5	8	6	1	2
6	2	1	3	7	4	8	5	9

そよ風のふり

スポンサーへのお礼

本誌の発行に際しまして、広告掲載のご協賛をいただきました各位に厚くお礼申し上げます。今後ともご支援を賜りますようお願い申し上げます。

亀岡市老人クラブ連合会

表紙を飾る写真 募集のお願い

- 亀岡市を象徴する観光地・祭りの写真、各クラブの活動の様子
- サイズー2Lサイズ以上 ● 期限ー毎年2月、8月末まで
- 送付先 亀岡市余部町樋又61-1
亀岡市社協内（ふれあいプラザ内）市老連事務局



きらっ都くん

【京都府老人クラブ連合会
マスコットキャラクター】



明智かめまる

【亀岡市観光マスコット
キャラクター】

編集後記

かめおか 23 号発行にあたりコロナ禍で大変な折にもかかわらず原稿を寄せてくださった皆様に心より御礼申し上げます。

広報部も3名の新メンバーを迎えつたない部分もありますが、力を合わせて作り上げました。ワクチン接種が終わり一安心も束の間、5波の大感染が始まり高止まりしている感染状況が続いております、終息には程遠い状況です。

新しい生活様式での不便な生活をいつまで続ければ良いのでしょうか。

会員の皆様、お体を大切に頑張りましょう！

市老連 かめおか

発行日 2021年11月

発行 亀岡市老人クラブ連合会

発行人 林 昭

編集・制作 株式会社ニチコミ

神戸市中央区元町通4-4-8 タイムスビル10F

☎078-351-3387 <http://www.nichicomi.com>

原稿募集

ウィズコロナでの工夫や巣ごもり期間の過ぎしかたなどのエピソードをご紹介ください。川柳・俳句・短歌などの募集もしています。

感想文・随筆など。また、写真や題名を含めてお出しください。

題名・住所・氏名・クラブ名を必ず記入してください。

※なお、紙面の都合上掲載できない場合があります。また、原稿の添削・見出しの変更・校正は広報部に一任ください。

※原稿はお返しいたしません。

原稿には必ず連絡先を明記してください。

投稿先

亀岡市老人クラブ連合会事務局または広報部員宛

令和3年度 広報部

役 職	氏 名	クラブ名
部 長	井手口温美	東つつじヶ丘シニア友の会
副 部 長	横川 孝男	畑野町やまびこ会
部 員	藤野 勲	保津町老人クラブ第二百代会
	乙坂 優次	見晴山水会
	酒井ひろ子	保津町老人クラブ第一百代会
	松倉 晴美	曾我部町法貴老人クラブ

本梅川添い あぜ道の彼岸花

本梅町北老人クラブ 立石 秀次郎氏 撮影

表紙の
写真

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

日本医療機能評価機構認定病院
強化型在宅療養支援病院

医療法人 亀岡病院

亀岡市古世町三丁目21番1号
TEL.0771-22-0341 TEL.0771-22-4305

関連施設

- 介護医療院はたごまち
- 介護複合施設けやき（デイサービス・グループホーム）
- しんまち小規模多機能ホーム

YAMA1
山一造園

建設業許可番号第42388号
<https://yamaichi-zouen.jp/>

- 造園工事 ●お庭の手入れ ●エクステリア
- 樹木リース ●マンション等外回り保全管理

亀岡市東つつじヶ丘曙台3丁目9-5
TEL:0771-20-8530
(緊急携帯)080-5366-3857 お気軽にお電話ください

御料理・仕出し
なみ

とくほ

とくなみ 検索

亀岡市篠町柏原上小井根13-6
TEL・FAX 0771-25-7300

老人クラブを応援する
お買い物サイト

か・エール

まずはクリック！
お買い物 かエール 検索

特定医療法人 福知会
クリニック「もみじ」

所長 岡 一太郎
診療科：精神科・心療内科
亀岡市余部町清水26番地1
TEL:0771-22-7516
FAX:0771-22-7666
<http://www.fukuchikai.or.jp>

しゅはら鍼灸整骨院

施術時間 月 火 水 木 金 土
午前 8:30~12:00 ○ ○ ○ / ○ ○
午後 4:00~ 7:30 ○ ○ ○ / ○ ○

亀岡市千代川町小林西芝 92-11
☎0771-25-8587
しゅはら 検索