

市老連

目次

会長あいさつ……………2	単位クラブ一覧……………5
市老連役員一覧……………2	歳入歳出予算書……………6
市長あいさつ……………3	市老連事業報告……………7
市老連行事予定……………3	会員からの投稿……………10
老人クラブ大会・被表彰者名簿…4	市老連事業報告……………16

《発行》向日市老人クラブ連合会

向日市寺戸町小個5番地の1 向日市役所高齢介護課内 ☎ 075-874-2576

《編集協力》株式会社 博報社

大阪市平野区喜連西4-6-69
☎ 06-6797-0212

コロナに負けずに 進み続けよう!!



向日市老人クラブ連合会では、老人福祉センター「琴の橋」において毎月1回役員会を開催しています。感染対策をきちんとした上で、お互いに顔を合わせ、意見交換ができる場を持つことは非常に意義のあることです。これからも会員の皆さまに喜んでいただけるよう新たな活動をしていきます。

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

医誠会診療所

Tel.075-921-0661 fax.075-934-1628

通所リハビリテーション Tel.075-934-5522
訪問リハビリテーション Tel.075-921-1400
医誠会訪問看護ステーションにじ Tel.075-950-2088
居宅介護支援事業 Tel.075-932-6221
訪問介護ステーション Tel.075-932-6232
Tel.075-931-2398
fax.075-932-6232



乙訓医療生活協同組合 (事務局・組織部)

〒617-0002 京都府向日市寺戸町殿長37番地

Tel.・fax.075-921-0667

新規加入・増資・寄付・会費予約・配金サービス等
お問い合わせは上記電話番号へ

日東薬品工業HDグループ

Noster株式会社
日東薬品工業株式会社

京都府向日市上植野町南開 35-3

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。



不動産・商業登記・売買・相続・贈与等 役員変更等

山田茂事務所

司法書士・行政書士
山田 茂

土地・建物 調査・測量・登記等

大橋一隆事務所

土地家屋調査士
大橋 一隆向日市鶏冠井町 ☎ 075-931-1551
大極殿66-10 FAX 075-931-7197

解決に向かって一歩踏み出してみませんか?

成年後見 相続・遺言・不動産登記
会社登記・債務整理

笠尾寛司法書士事務所

秘密厳守
簡裁訴訟代理
関係業務認定

向日市寺戸町東野辺35-11

☎ 075-924-2543

堀 医 院

内科
消化器内科
呼吸器内科

日本消化器病学会認定専門医 日本肝臓病学会認定専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	●	／
午後5:00~7:30	●	●	●	／	／	／	／	／

◆在宅医療 ◆往診可 経鼻胃内視鏡可

☎ (075) 921-3850 向日市 堀医院 検索
向日市寺戸町淡川3-23 (阪急東向日駅徒歩3分)



ごあいさつ

向日市老人クラブ連合会
会長 上崎 勝彦

6月末からの30℃を超える猛暑に続き、7月、8月の例年になく暑さと電力不足に伴う9月末までの節電要請、地球温暖化による水害被害の異常気象を乗り越え、やっと秋らしい季節を迎えることができました。いまだマスクを完全に外して、コロナ以前の生活には戻ってはいません。

7月初旬まではコロナ感染も減少傾向にあり淡い期待が持てる状況でした。国から屋外では条件が確保されていれば、マスクを外すことが可能の方針が出され、そのため、7月中旬以降感染者が爆発的に増え、第7波がきたといわれています。しかし、あえて行動制限はしない方針のため各自が自己責任で行動することが義務付けられています。まわりの状況をよく見ながら生活スタイルを決めていかねばなりません。早く落ち着いた生活をしたいものです。

さて、本年実施した5月のグラウンドゴルフ大会、6月の公式ワナゲ大会には安田守市長に来賓として3年ぶりにご出席いただき、すばらしい激励のメッセージを頂戴し、又、始球式も行っていたいただき、誠に有り難く感謝しております。

日頃の運動不足を解消していただくため、今後共

出来るだけ多くのスポーツ行事を計画していく所存です。会員の皆様におかれましては、3年越しのコロナのために、イライラや不安などを抱えておられる方もいらっしゃると思います。十分な事は出来ませんが、市老連の行事にご参加いただき、日頃のウップンを晴らしていただきたいと思います。外へ出て体を動かす、ゲームの時も頭を使う、みんなとワイワイガヤガヤと話をする。この事が健康寿命を保つ基本的なことではないでしょうか？

本年も定期役員総会を书面決議に致しました。新たに大橋勢津子氏を副会長に迎え、運営して参ります。よろしくお願い致します。

令和4年度の活動も以前に比べると半分も出来ず、また会員の減少も歯止めがかからず39人減という残念な結果になっています。新しい会員を増やすため、魅力的なクラブにするためにはいろいろな要素が考えられますが、まず第一は老人クラブの名称を変更することが重要と思われます。以前の理事会で名称変更の決議をした所、反対多数で否決された経緯があります。それぞれの単位クラブでは老人の名称を使っていることがないのに全体の名称は向日市老人クラブ連合会が良いという考えが理解できません。昔の老人とは違います。今は「若きシニア連合、向日」です。何事も一つ一つできることから改善していかねばなりません。今後共、連合会へのご支援を賜ります様お願い申し上げます。

最後に会員の皆様がますます元気で活躍されることと、ご家族のご多幸を祈年し、私のあいさつとさせていただきます。

令和4年度 向日市老人クラブ連合会の役員会開催

老人福祉センター「琴の橋」では、毎月1回向日市老人クラブ役員会が開催されています。

役員会では、事業開催の申し込み状況や活動費、また広報誌の発行予定、さらにスポーツ行事の開催日、来期執行部体制の準備確認等を討議しています。

また、令和4年度の向日市老人クラブ連合会役員は、右記一覧表のとおり選任・再任されましたのでご報告します。



令和4年度 役員一同

令和4年度 役員一覧

役 職	名 前
会長	上 崎 勝 彦
副会長	杉 本 雅 子
	浅 野 哲 男
	上 仲 信 義
	松 村 幸 雄
	大 橋 勢 津 子
会計	上 仲 信 義
女性部	杉 本 雅 子
	大 橋 勢 津 子

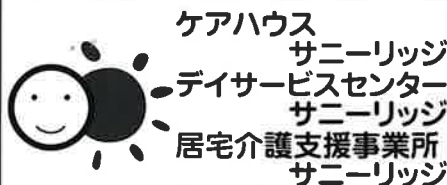
私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

処方せん受付・保険調剤・一般用医薬品

(株)マルナカ薬局

定休日 日曜・祝日
阪急東向日駅前

TEL 921-0459 FAX 932-5322



ケアハウス
サニーリッジ
デイサービスセンター
サニーリッジ
居宅介護支援事業所
サニーリッジ
社会福祉法人 物集女福祉会
☎ 075-921-0032 FAX 075-921-0039

年金のお受取りはJAで

ふれあいを大切に
細やかなサービス
をお届けします



JA 京都中央

向日支店 〒617-0002 向日市寺戸町向畑53番5
TEL/075-933-1161 FAX/075-934-6185



ごあいさつ

向日市長 安田 音

夏の厳しい暑さも日に日に和らぎ、秋の涼しさを感じる季節となりました。

向日市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、ますますご健勝にてお過ごしのこととお喜び申し上げます。

さて、本市は今年10月に市制施行50周年という記念すべき節目の年を迎えますが、これまで本市が持続的に発展を遂げて来れましたのも、多くの諸先輩や、関係各位が地域発展のためにご尽力頂いた賜であり、改めて心から感謝申し上げますとともに、この佳節を皆様とともに迎えられたことに大きな喜びを感じています。

しかしながら、一昨年から続く新型コロナウイルス感染症は、発生から2年以上が経過しても未だ終息が見通せない状況にあり、昨今では様々な活動が少しずつ再開されたとはいえ、コロナ禍以前の生活に戻るにはまだまだ時間がかかると思わ

れます。

こうした厳しい社会情勢の中ではありますが、向日市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、上崎勝彦会長を中心に、スポーツを通じた親睦の場づくりや道路等の清掃活動など、様々な工夫をしながら、高齢者の皆様の多様な社会参加に貢献いただいておりますことに改めて御礼申し上げます。

今後におきましても、向日市老人クラブ連合会の皆様には、地域を支える担い手、特に高齢者間の交流の要としてより一層のお力添えを賜りますようお願い申し上げます。

本市といたしましても、市制施行50周年という記念すべき節目を契機として、こうふくプラン向日（第9次向日市高齢者福祉計画・第8期向日市介護保険事業計画）に掲げる「住み慣れた地域で高齢者がいきいきと安心して暮らせるまち」を目指し、市民の皆様がこれまで以上に暮らしやすい魅力あふれるまちづくりに取り組んでまいります。

結びにあたりまして、向日市老人クラブ連合会のますますのご隆盛と皆様のご健勝を心より祈念申し上げます。私のごあいさつとさせていただきます。

令和4年度 向日市老人クラブ連合会 行事予定

主 催	日 時	予備日	内 容	場 所
市老連	10月 5日(水)	10月 6日(木)	秋季ゲートボール大会	市民ふれあい広場
乙老協	10月12日(水)	10月14日(金)	乙老協ゲートボール大会	長岡公園ゲートボールコート
府老連	10月13日(木)		第43回京都府老人クラブ大会	ホテルルピノ京都堀川
市老連	10月25日(火)	10月26日(水)	秋季グラウンドゴルフ大会	市民ふれあい広場
山 城	10月26日(水)	10月28日(金)	山城ブロックゲートボール大会	精華町打越台グラウンド
乙老協	10月27日(木)	11月10日(木)	乙老協グラウンドゴルフ大会	洛西浄化センター
市老連	11月 8日(火)	11月 9日(水)	ペタンク大会	市民ふれあい広場
市老連	11月15日(火)		秋季公式ワナゲ大会	市民体育館
乙老協	11月22日(火)		乙老協公式ワナゲ大会	市民体育館
市老連	2月15日(水)		向日市老人クラブ大会	福祉会館（予定）

市老連＝向日市老人クラブ連合会

府老連＝京都府老人クラブ連合会

乙老協＝乙訓地区老人クラブ連絡協議会

山 城＝山城ブロック老人クラブ連合会

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

河村司法書士事務所

不動産売買・相続・贈与・遺言
お気軽にご相談ください

司法書士 河村慈高
司法書士 河村祐三子

TEL 075-934-0600
向日市鶏冠井町大極殿65番地22

清水尚史ガレージ

※タイムズコインパーキングあります

申込先 TEL 075-921-4054

野菜苗と懸崖菊
菊のトビアリーの 清水園芸

TEL&FAX 075-931-1799

森本町下森本10

社会福祉法人
洛西永正福祉会



幼保連携型認定こども園

あひるが丘こども園

向日市物集女町北ノ口65-2

☎075-921-0005

FAX 075-921-0040



令和3年10月15日(金)、ホテルルピノ京都堀川2階みやこの間において第42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。

第一部の式典は物故者の黙とうの後、橋本府老連会長が主催者あいさつを行い「私たち老人クラブは高齢者が孤立しないよう皆で支え合い、励まし合うことが大変重要だと思います」と、述べました。

表彰式では、京都府知事表彰として育成功労者15名（市老連から杉本雅子副会長が受賞）、優良老人クラブ4クラブが表彰されました。続く京都府老

連会長表彰では育成功労者44名、優良老人クラブ7クラブ、会員増強運動「特別賞」に2クラブが表彰され、全老連会長表彰は活動賞に舞鶴市から1クラブが表彰されました。

次に、西脇京都府知事と菅谷府議会議長の来賓あいさつと来賓紹介があり、全老連の清家会長の祝電が読み上げられた後、福本府老連副会長の大会宣言と塩見府老連副会長の閉会の言葉で、第一部の式典は終了しました。

第二部は、お笑い理学療法士の日向亭葵氏による「エアリハで介護予防～認知症予防はMCIが分岐点



～」と題した講演会が行われました。落語で笑いを取りながら、小唄の合間に認知症の一步手前であるMCI（軽度認知障害）について説明。また脳トレとして、皆で手足を使った軽運動も行いました。

最後は森口府老連副会長による閉会の言葉で第42回京都府老人クラブ大会は無事終了しました。

令和3年度 向日市老人クラブ連合会 被表彰者名簿（敬称略）

育成功労者表彰（市長表彰）6名		連合会会長表彰 14名			
松山 静子	寺戸町南第1楽寿	飛鳥井佳子	寺戸町西白寿第2	秋山 明	イトーピアシニアクラブ(B)
清水 降司	寺戸町南第1楽寿	伊藤 信子	寺戸町西白寿第2	太田 辰美	イトーピアシニアクラブ(C)
四方 延子	寺戸町南第2楽寿	田中せつ子	寺戸町西白寿第2	中野 初美	イトーピアシニアクラブ(C)
薄田 暁子	寺戸町南第2楽寿	五十棲文子	鶏冠井町第1寿	塩崎 光義	向日町長寿会
小野 貞子	鶏冠井町第2寿	神林富美子	鶏冠井町第3寿	山岡 光子	向日町長寿会
井上 好子	上植野東長寿	鎌田 豊一	上植野北長寿	井上きみ子	さくら西向日
		八田 悦子	イトーピアシニアクラブ(A)	風間 加代	さくら西向日
敬老表彰 31名					
河西八千代	物集女町更寿	中村 暁美	寺戸町永坪祥年		
川村 富子	物集女町更寿	冬木 克子	森本町東長寿		
波多野愛子	物集女町更寿	熊谷 綾子	森本町東長寿		
畑中 誠二	寺戸町第1東寿	藤村 稔	森本町東長寿		
山下 秀男	寺戸町第1東寿	迫田 栄子	森本町西長寿		
伊藤 清子	寺戸町西白寿第1	小野 廣一	上植野東長寿		
瀬津 貞子	寺戸町西白寿第2	橋本 梅次	上植野西長寿		
大槻 恭子	寺戸町西白寿第2	赤堀 章男	上植野西長寿		
佐藤マチ子	寺戸町西白寿第2	永井その江	上植野南長寿		
中塚 康子	寺戸町南第1楽寿	伊達 規予	イトーピアシニアクラブ(B)		
松田 昇	寺戸町南第1楽寿	佐崎 久子	向日町長寿会		
立口美智子	寺戸町南第1楽寿	岩村タミエ	さくら西向日		
長谷川寿賀子	寺戸町南第2楽寿	嶋田 靖子	さくら西向日		
正田 定男	寺戸町永坪祥年	船橋 照子	上植野団地洛友会		
石田 司	寺戸町永坪祥年	吉田 節子	上植野団地洛友会		
高田 善博	寺戸町永坪祥年				

令和4年度 向日市老人クラブ連合会 単位クラブ一覧

地 区	クラブ名	会長名	副会長名
物 集 女 地 区	物集女更寿クラブ	小倉 盛秋	安田 悟
寺 戸 地 区	寺戸町第1東寿クラブ	浅野 哲男	森 貞三・勝見 佐世
	寺戸町第2東寿クラブ	納谷 玲子	大橋勢津子
	寺戸町第3東寿クラブ	米津 惟	山口 勝利
	寺戸町第4東寿クラブ	舟木 広志	杉本 雅子
	寺戸町西白寿第1クラブ	橋本 榮	森崎 正彦
	寺戸町西白寿第2クラブ	飛鳥井佳子	尾本 明美・沼田 勝彦
	寺戸町南第1楽寿クラブ	清水 隆司	別所喜美代
	寺戸町南第2楽寿クラブ	芳賀 信三	西川庄三郎
	寺戸町永坪祥年クラブ	正田 定男	久保田久子・吉住 一成・紙谷 政信
森 本 地 区	森本町東長寿会	大井 攻	井上 孝男
	森本町西長寿会	上仲 信義	井上 國治
鷄 冠 井 地 区	鷄冠井町第1寿クラブ	生嶋 弘	杉原 征子・五十棲文子
	鷄冠井町第2寿クラブ	橋本 正治	五十棲和子
	鷄冠井町第3寿クラブ	福永 茂樹	吉田 悦子
上 植 野 地 区	上植野東長寿クラブ	中村 高一	仲澤佳江子
	上植野西長寿クラブ	渋谷 三郎	村上 紘志
	上植野南長寿クラブ	山本 茂	植田 進
	上植野北長寿クラブ	伊藤 信正	
	上植野町東寿クラブ	松村 幸雄	齋藤 巧・加藤フミエ
	イトーピアシニアクラブ(A)	松縄 隆	新城 貞幸・殿北 順一・松本 明生
	イトーピアシニアクラブ(B)	千葉 忠夫	坂本 邦彦・池田 博美
	イトーピアシニアクラブ(C)	古畑 正人	上崎 勝彦・太田 辰美・杉谷 伸夫
	上植野団地洛友会	菊池みどり	小野寺栄子
	さくら西向日	奥村 昭	西村 勲・山下 昌之
向 日 町 地 区	向日町長寿会	塩崎 光義(代理)	亀山 照美
	向日台松寿会	中尾文太郎	金子 光子・前 孝雄

区 分	クラブ数・会員数
向日市老人クラブ連合会	27クラブ／1,024名 (男性334名・女性690名) ※令和4年4月1日現在

令和4年度も
向日市老人クラブ連合会を
よろしくお願い申し上げます

「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう!



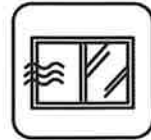
距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

令和4年度 向日市老人クラブ連合会 歳入歳出予算書

【歳入の部】期間(令和4年4月1日～令和5年3月31日)

(単位=円)

科 目	本年度 予算額(A)	前年度 予算額(B)	比 較 (A)-(B)	摘 要
会 費	243,000	243,000	0	9,000円×27クラブ
補 助 金	2,557,000	2,810,400	△253,400	
市 補 助 金	2,127,000	2,380,400	△253,400	
単位クラブ分	1,555,200	1,555,200		4,800円×27クラブ×12カ月
会員数分	424,000	425,200		400円×1,060名
スポーツ振興補助金	100,000	300,000		
事務費補助金	47,800	100,000		
府老連補助金	30,000	30,000	0	グラウンドゴルフ大会助成金
市社協補助金	400,000	400,000	0	
雑 収 入	30,000	30,000	0	市長・市議会・磯野府議会議員祝金
繰 越 金	1,366,915	1,399,816	△32,901	
合 計	4,196,915	4,483,216		

【歳出の部】期間(令和4年4月1日～令和5年3月31日)

(単位=円)

科 目	本年度 予算額(A)	前年度 予算額(B)	比 較 (A)-(B)	摘 要
総 会 費	30,000	30,000	0	総会参加者記念品等
事 務 諸 費	200,000	100,000	100,000	資料コピー代・通信費・文具等
研 修 会 費	130,000	130,000	0	府老連研修会参加費・交通費等
活 動 費	1,050,000	1,000,000	50,000	
広報誌発行	50,000	50,000	0	広報誌郵送料
スポーツ関連費	700,000	700,000	0	施設利用料・賞品代・保険代・看護師謝礼等
老人クラブ大会	150,000	150,000	0	受賞者記念品・賞状代等
友愛訪問活動費	50,000	0	50,000	料理教室開催等
女性部活動費	100,000	100,000	0	研修会等
助 成 金	1,667,000	1,668,050	△1,050	
単位クラブ助成金	1,296,000	1,296,000	0	4,000円×27クラブ×12カ月
会員活動助成金	371,000	372,050	△1,050	350円×1,060名
分 担 金	234,100	234,100	0	
府老連分担金	170,100	170,100	0	6,300円×27クラブ
乙老協分担金	64,000	64,000	0	2,000円×27クラブ 均等割10,000円
雑 費	500,000	500,000	0	備品購入費・会議交通費等
予 備 費	385,815	821,066	△435,251	
合 計	4,196,915	4,483,216	△286,301	

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科(胃カメラ・大腸ファイバーあり)・外科・小児科

医療法人 晴楓会 洛西医院

診療案内	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00～午後1:00	●	●	●	●	●	●	／
午後5:00～午後7:30	●	●	／	●	●	／	／

向日市寺戸町東田中瀬3-2

☎075-921-0609

食事の前後は
ほうじ茶を

野菜などに含まれる鉄分は、お茶のタンニンと結びつくとタンニン鉄となり、体内で吸収されなくなります。食事の直前直後はタンニンが含まれないほうじ茶や番茶などを飲む方が、栄養分が無駄なく吸収されるのです。

快適空気
しっかり省エネ冷暖房設備・給気排気設備 設計・施工
フロン類回収業

R 有限会社 洛西設備工業所

営業所 向日市上植野町堂ノ前5-1

TEL 935-5388 FAX 935-5389

令和3年度 向日市老人クラブ連合会 事業報告

秋季ゲートボール大会

開催日: 令和3年10月20日(水)
場 所: 市民ふれあい広場 参加者: 24名(5チーム)

大会結果

優 勝	上植野町東寿
準優勝	鶏冠井
第3位	森本 A
第4位	上植野長寿
第5位	森本 B



秋季グラウンド・ゴルフ大会 (中止)

開催日: 令和3年10月25日(月)
場 所: 市民ふれあい広場

第8回レディースグラウンドゴルフ大会

開催日: 令和3年11月12日(金)
場 所: 市民ふれあい広場 参加者: 47名

大会結果

優 勝	柏原 幸子
準優勝	勝見 佐世
第3位	小野 道子
第4位	森崎 道子
第5位	見越 晴美



第26回ペタンク大会

開催日: 令和3年11月25日(木)
場 所: 市民ふれあい広場 参加者: 40名(20チーム)



グループ優勝

コート①	鶏冠井B
コート②	イトーピアA
コート③	上植野長寿C
コート④	森本D
コート⑤	鶏冠井A

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

家庭でできる!

かんたんエコ

～エアコン～



目冬夏
安...2
に...8
し...度
ま...度
し...度
よう。



エアコンの設定
温度は外気温に
近付けましょう



建築工房 うえ かく 株式会社

注文住宅 リフォーム リノベーション

向日市寺戸町大牧1-184 TEL 075-935-2140

知ってるようで知らない日本語

しのつく雨

ーしとすと、ざあざあ、...どんな雨?

篠突く雨の「篠」は篠竹(野生の竹)のこと。
激しい雨は、細い篠竹を何本も束ねて、突き降
ろすようにみえることから、勢いの激しい雨を
「篠突く雨」というようになった。

令和4年度 春季ゲートボール大会



5月25日(水)、市民ふれあい広場において春季ゲートボール大会が開催され、参加4チーム20名(1チーム5名)が優勝を目指して熱戦を繰り広げました。

司会の浅野哲男副会長の進行で開会式が始まり、上崎勝彦会長から激励のあいさつがありました。この日は各チームが2ゲーム対戦で計4ゲーム行い、勝ち数、得失点差、得点率で順位を競いました。

ゲームが始まると「それええやん」とか「もっとこっちこっち」など、チームメイトに指示を送りながら応援する声が聞かれました。また、休憩中の選手もプレーを見

守りながら「がんばれ」と声援を送り、大会を盛り上げました。

今大会、全勝で優勝の栄冠に輝いたのは上植野町東寿チーム。表彰式では各順位の発表と順位賞・参加賞が手渡されました。参加者は互いに大きな拍手で健闘を讃え合うなど、春季ゲートボール大会は大盛況で幕を閉じました。



優勝した上植野町東寿チームの皆さん

大会結果

優勝	上植野町東寿
準優勝	上植野長寿
第3位	森本
第4位	鶏冠井

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

向日市物集女町森ノ下12-1

TEL:075-922-1700



特別養護老人ホーム
サンフラワーガーデン

安全と信頼の



モルガン警備保障株式会社
京都府警備業協会会員



向日市上植野町吉備寺3番地1MRG

TEL (075) 922-1133
FAX (075) 922-1139

「護(か)美(み)」を心に。



株式会社

タカノ

〔本社〕向日市上植野町南淀井17番地
TEL075-921-8120 FAX075-921-8121

京都支店 長岡京支店 大山崎支店
(京都市) (長岡京市) (大山崎町)



令和4年度

春季グラウンドゴルフ大会

5月30日(月)、市民ふれあい広場において春季グラウンドゴルフ大会が開催され、参加者107名が熱戦を繰り広げました。

司会の上仲信義副会長の進行で、少し早めに開会式が始まりました。まずは、主催者として、上崎勝彦会長から熱中症、感染症対策についての注意と激励のあいさつがありました。次に、来賓あいさつとして、安田守市長のお言葉をいただきました。この後、競技説明があり、市長と会長の始球式が行われ、笛の合図で競技開始となりました。

A組、B組それぞれが8チームに分かれ、各2ラウンドを8ホールずつ回ります。持ち時間は40分ずつですが、始まるとあっという間に時間が流れます。「久しぶりやから、気を遣いますね」とか「前回のときは成績よかったんやけど」など、最初は様子見でしたが、徐々

に調子を上げていき、仲間に「ここ狙うんや」と指示をしたり、「決めてや」と応援する声が聞かれました。

今大会は大接戦となり、同数が並ぶこともあり、ジャンケンやホールインワンの数で判定することもありました。優勝したのはホールインワンを2回叩きだした森崎正彦さん。準優勝の小島昭彦さんも暫定1位でしたが、ジャンケンで惜しくも敗れました。表彰式では各順位の発表と順位賞・参加賞が手渡されました。参加者は互いに大きな拍手で健闘を讃え合い、春季グラウンドゴルフ大会は幕を閉じました。



上位入賞おめでとうございます!!

※Hはホールインワン

大会結果(敬称略)

優勝	森崎 正彦	37(H2)
準優勝	小島 昭彦	37(H2)
第3位	杉本 忠男	37(H1)
第4位	高田 廣子	38(H2)
第5位	寺島 栄	38(H1)

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

結婚記念日の呼び方♡

1周年 紙 婚 式
5周年 木 婚 式
10周年 アルミ婚式、錫婚式
15周年 水晶婚式
20周年 磁器婚式、陶器婚式
25周年 銀 婚 式
30周年 真 珠 婚 式

35周年 珊瑚婚式
40周年 ルビー婚式
45周年 サファイア婚式
50周年 金 婚 式
55周年 エメラルド婚式
60周年 ダイヤモンド婚式
70周年 プラチナ婚式



※呼び方には諸説あります。

オーダー家具・オーダーキッチンならお任せください

山海木工
Made to order Furniture

株式会社 山海木工

向日市鶏冠井町十相32-7 TEL075-933-0801
info@sankai-mokkou.com

www.sankai-mokkou.com

市老連

会員の投稿



スポーツ大好き男

向日台松寿会

会長 中尾文太郎

私は40号、41号、43号と市老連に投稿させていただきました。自分は、昭和10年生まれです。スポーツといえば、ヤッパ見ることも大好き。そして試合に出場することもモチロン大好きです。よろしくお願い致します。

実は松寿会ではカーリンコン、そしてクロリティーとカラオケ、次に公式ワナゲと練習を予定しています。ところが、現在は新型コロナウイルスのため、公式ワナゲ1本で皆さんと一緒にワイワイと元気いっぱいやっています。メンバー全員の方々が楽しんで参加しています。もちろん健康づくりが第一です。

それから松寿会では、毎月1回第2木曜日に団地内のビンとカンを拾って一斉に清掃しています。1月と2月と3月は中

止です。奉仕後は、オニギリとお茶を出しています。次に、スポーツのお知らせがあります。実は、会員の山口綾子さんが6月11日(土)、公式ワナゲ

練習試合での2回戦目に300点出されました。これは前回ともで300点が2回目です。おめでとうございます。そして、マタマタ新たに会員の中にヒーローが出ました。吉村富美子さん、令和4年4月20日(水)に、練習試合の2回戦目に300点出されました。おめでとうございます



令和4年4月20日
300点
吉村富美子さん

います。その他、180点のメンバーが続々と出ています。皆さん、頑張っています。

そして、私、中尾ですが、まず令和2年10月25日(金)第5回の公式ワナゲ大会—そのときは63名参加でした—の優勝が、私が公式ワナゲにトリコになった理由です。そして、令和4年度は練習試合で2月12日(土)、6月15日(水)、2回とも300点出しました。マダマダ挑戦します。実は、今回6月20日(月)、市民体育館にて市老連の公式ワナゲ大会に参加しました。一昨年は二位でしたが、ところがドッコイ今年は念願の1位で優勝しました。思い出にします。

私はマダマダ300点の目標に挑戦します。よろしく。そして、後述になりましたが、上崎会長は問題の新型コロナウイルスといったこの時期に会員1000人余りを見守っていただき、本当にありがとうございます。最後に一言、新型コロナウイルスはモウーたくさんです。今以上に住みよい街づくりにしましょう。

森の宮「ピースおおさか」や大阪大空襲の跡地を見学しました。

寺戸町西白寿第2クラブ

副会長 尾本 明美



5月22日新緑の大阪城の周りを友人たちと一万歩も歩く平和学習会に参加しました。大阪空襲は1945年3月13日から8回も続き、私たちは8回目の8月14日の京橋空襲の跡地に行きました。軍需工場があった

ので、150機ものB29でもって約700個におよぶ1トン爆弾を集中投下され、近くの国鉄京橋駅周辺にも4発落下し、駅にいた乗客など600名以上が犠牲となりました。この地獄の様子を目撃した方が、自費で昭和22年の8月14日、

納経塔を建立され、そののち、大阪城東ライオンズクラブが平和像を建立され、今も語り継がれています。また、森の宮神社こまいぬに行く、石の狛犬こまいぬの像にいくつもの穴の弾の跡があり、本当に怖ろしいと思いました。

ピースおおさかには、多くの資料の中に実物大の広島、長崎に落とされた原爆の模型のリトルボーイとファットマンが展示されていました。二度とこんな悲劇を繰り返さないようにと祈りつつ、帰路に着きました。

愛宕山

上植野西長寿クラブ

植田 守

京都における高い山といえ
ば、京都市内を北西・北東から
見下ろし住民の健康と安全を見
届けている有名な山が二つあり
ます。その山の名は「火の要慎」
「千日詣り」で知られる愛宕山
(924m)と織田信長によって焼
かれたといわれ延暦寺で知られ
る比叡山(848m)があります。
愛宕山は老若男女誰しもお参
りや、山登りで親しまれており
ます。登り口は多々あり山登り
する人によっては絶好の鍛錬場
として愛好されております。

ここで一度愛宕山のルーツ

を調べましたのでご紹介
いたします。愛宕山には
「伊勢へ7度 熊野へ3
度 愛宕様へは月参り」
と古歌で歌われている愛
宕神社があります。全国

に800余社あるといわれ愛宕
神社の総本山であります。愛宕
神社は781年和氣清麻呂公に
よって築かれ貴船神社、比叡山
延暦寺とともに平安京都の守り
神社として重要な位置付けで
ありました。愛宕山は古くは修練
場でもあり、祭神も天狗の姿を
した愛宕大権現太郎坊とも考え
られ、火神ともされ今では防火、
火伏せの御利益があるとのこと
で有名であります。以上で紹介
を終わります。

私は在住が向日市で愛宕山に
近いのでいつでも登れると思っ

ていたのですが、目的がなけれ
ばなかなかその気にはなりませ
んでした。おかげさまで「こも
れび山岳会」に入ってから何度
も登ることができ、心身鍛錬お
よび健康維持のためにお世話に
なっております。また、向日市
近くには、ポンポン山や天王山
があり時間つぶしに登ろうと思
えばいつでも登れるのですが、
私は何ごとも一人行動が苦手で
回りに仲間がいないと行動しに
くい人間なのです。

愛宕山短歌

石段の歩幅合せに苦勞する

愛宕の神にこうべ(頭)たれる
久しぶり愛宕の雪を踏みながら

私の体力年(とし)相応

愛宕道男と女行き交(か)るも
話弾むも生き方それぞれ

私とソフトテニス との出会い

上植野西長寿クラブ

会長 渋谷 三郎

威勢の良い「セリ人」の声、
京都市中央卸売市場、全国から
集荷された魚類に値段を付ける
仲卸業者に売り渡すセリ人の声
です。セリ人に憧れて入社した
荷受会社、そこが私の職場で
す。市場には体育連盟がありま
した。私がソフトテニスと出合

うきっかけで、生まれて
初めてラケットを握った
瞬間です。場内外や京阪
神大会にも出場、場内の
人たちとソフトテニス
を通じて親交を深めるこ
とができました。

平成2年3月に向日市軟式
庭球協会(現・ソフトテニス連
盟)を組織化、向日市スポーツ
文化協会、京都府ソフトテニス
連盟にも加盟、連盟独自の大会
はもちろん、向日市、京都府の
大会にも出場、特に平成18年
ねんりんピック(全国健康福祉

祭)静岡大会に府代表の監督と
して出場、全国3位に入賞し
た思い出が最高です。ソフトテ
ニスを通じて各界の人たちとの
出会い、向日市連盟の代表を退
いた今でも多くの人たちから親
しくお声をかけていただき、喜
びもひとしおです。苦労も多く
ありましたが、今では、ソフト
テニスとの
出会いが私
の人生の宝
物です。



私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

向日市老人クラブ連合会と
団体特約割引契約を結んでいます。

特別な日のために

冠 婚 葬 祭 安心のセレマ

ご葬儀に関する 株式会社 セレマ
お問い合わせは、

☎0120-094110

お供養110番

中京区西ノ京中御門東町134番地

ご 賛 助

北 眞 経 寺

〒617-0004 向日市鶏冠井町御屋敷28

☎075-933-7563

母校で戦争体験の講演

寺戸町第3東寿クラブ
会長 米津 惟



豊中市蛸池小学校で6年生に戦争体験の講演

ロシアのウクライナ侵攻で無残に破壊された街並の映像を見るたび、戦時中大阪や豊中は終戦の前日まで爆撃に遭い、私は家も家族もすべて失うという怖ろしい大空襲を体験した恐怖の思い出がよみがえってくる。戦争を知らない世代の人たちも改めて戦争の怖ろしさを認識して心に留めていただきたい。私は今一度、大阪大空襲の記録を図書館で調べ、目ぼしい記事や写真はコピーしてファイルにしている。また、インターネットでも調べてみた。

なぜか、西宮市役所の「人権平和推進課」のホームページが表示されて神戸・大阪・豊中で被災された人の体験談が多数掲載されている。また、戦争体験談の募集もしていた。早速問い合わせると、あなたの体験談を送ってくださいと応募に必要な書類が送られてきた。書類に必要事項を記入し、以前に書き留めていた「私の戦争体験の回想」と題した原稿を一式送りました。数日後、西宮市役所から体験者の談話集の本一冊と人権平和推進課のホームページに「あなたの体験談を掲載しました」

と書状が送られてきた。何と迅速な計らいに驚きとともに感激しました。また、豊中市の「人権平和センター豊中」を紹介していただき、後日行ってきました。

「大阪豊中の大空襲時の遺物」、「空爆に遭った市街の写真」、「1トン爆弾の実物大模型」、「戦闘機の残骸」など多数展示しており、職員さんが丁寧に説明してくださいました。また、^{ひろさね}広実輝子さんという女性が描かれた絵。豊中高女時に学徒動員で働いていた工場が爆撃に遭い、麦畑に避難するときの絵。空が真黒に塗り潰してあり、私にも覚えがあるので衝撃を受けました。

4月に豊中市立蛸池小学校から、6年生が修学旅行で広島に行く前に戦争体験について講演してほしいと依頼を受けました。突然のことに驚きました。西宮市役所のホームページに掲載された私の体験記を読んで依頼したと言われました。戦時中在籍していた母校でもあるので引き受けました。5月中旬ごろ78年ぶりに懐かしい蛸池小学校に行ってきました。

校長先生や担任の先生と打ち合わせをして体育館で6年生全員約80名に私の戦争体験記録のコピーを配布し、持参した「空襲時の写真」や「人権平和センター豊中からお借りした大きな写真」を元にして休憩も挟み、2時間講演をしました。児童たちはメモをとりながら私の話を熱心に聞いてくれました。また、質問も多数受け、すべてに受け答

えができて内心ほっとしました。

広島に行くときは、全校の児童たちが作った折り鶴を6年生が代表で持参、奉納するそうです。「原爆資料館」では戦争の怖ろしさ、悲惨さを一つしっかりと学習してきてほしい。後日、校長先生から、お礼の手紙と児童全員の感想文を送っていただきました。文面から私の話と違い、今自分たちはいかに幸せな暮らしをしているという文面がすべてでした。

大空襲を受けた都市や学校は、戦争の悲惨さを後世に伝えていくことにすごく努力されているなと思いました。また、私たちの年代が戦争の怖ろしさ悲惨さを伝えていく最後の語り部になるのではと思っています。

豊中市人権平和センターの展示作品



「燃える十三」

絵：広実 輝子

所蔵：公益財団法人大阪国際平和センター



「ほむら野に立つ」

絵：広実 輝子

所蔵：公益財団法人大阪国際平和センター

フレイル予防に ＜ご近所食事処めぐり＞

向日町長寿会
会長代理 塩崎 光義

昨年末、市役所・高齢介護課の方から「フレイル予防の出前講座をしますよ」と市老連の集まりで案内があった。フレイル (Frail) とは「加齢により心身が衰える状態」を指すそうで、その防止には次の3つが大切だという。

①バランスのとれた食事をする。

特にたんぱく質を十分に取る。

②楽しく運動をする。ラジオ体操や散歩を楽しむ。

③友だちと楽しく過ごす。サークル活動やボランティアなど興味のあることに積極的に参加する。

誰もが年齢を重ねた後も、誰かのお世話にはなりたくないし、いつまでも自分のことは自

分でできる生活を願っている。向日町長寿会では正月明け一番の行事としてこの出前講座を計画、「高齢者の栄養と運動、さらに物忘れ予防のための脳トレ」など、専門家のお話を聞くことにした。

ところが年明けのコロナ第6波で、感染者数が激増、集団活動は断念せざるを得なくなった。このままコロナに負けてしまうのも悔しい。そこで皆で知恵を絞った結果が＜ご近所食事処めぐり＞の企画となった。

長寿会の会員の半数以上は1人住まい、一人でする食事はいかにも味気なく、時にはいい加減になることが多いという。それなら誘い合わせてご近所の食事処で、小人数でする食事会を応援しようと、参加費は100円玉1個、1000円までの費用は長寿会で負担することとし

た。1人3回までの参加としたが、会員数33名に対し14回開催、延べ45名の方が参加され、大好評だった。

その理由は、①きちんとした食事ができる、②ご近所とはいえ結構歩き、運動になる、③会員同士、小人数で会話が弾み楽しく食事ができる、などのフレイル対策のほかに、④ご近所に住む者同士の理解が深まり、気楽に声掛けができるようになった、⑤コロナ禍のご近所経済に貢献、⑥会員外の方をお誘いできれば新会員勧誘の機会にもなる(会員外でも1回だけ応援)など一石六鳥もの効果があった。

「フレイル予防」の出前講座は、コロナが落ち着き次第再開を予定している。



俳句で遊ぶ 楽しい脳トレを！

寺戸町西白寿クラブ
会長 飛鳥井佳子

四季折々の風景や気分を五七五のパズルにはめ込んで楽しい思い出にしています。俳句は紙とペンさえあれば何もいりませんし、感じたことをシャッターチャンスで表現すればよいのですが、案外奥が深くてなかなか気に入ったのができませんので、あのテレビの「プレバト!!」の夏井先生に叱られるかなあ? と思いつつ、下手くそでも続けています。漢字を調べたり、季語を考えたり、脳トレには最適ですね! 皆さ

んもぜひ俳句会にご参加を!

(春)

人生は空蟬のよな菰衣
菜の花や川をはさみて
呼び合えり

衰えし氣力に着せる花衣

青葉雨一期一会の雨やどり

それなりにペンペン草と我が余生
(夏)

向日葵は役目果たしてうつむきぬ
病院の屋上にぎわう大文字
大西瓜切りて思案の配り先
品評会農夫茄子と同じ顔
強がりのカンナ俯くこともあり
(秋)

暮れ残る一人案山子の影法師
秋の蚊を見のがしてやる深情け
倒れ菊野仏の足隠したり
秋の夜は星座に語る胸の内

水路閣れんがに揺れる秋模様
(冬)

ようやくに孤独に慣れて冬支度
落日や枝野を染めて山染めて
冬田道遠き記憶の母の背や
有りし日の母を偲びて雪うさぎ
枯れるまで今ひとたびの雪女郎
(向日神社にて)

どの宮の化身なりしか黒揚羽
(はり湖池にて)

甲羅干す亀点々と水の春

向日市内のいろんな名所を俳句にしても楽しいですね! 皆さん、どうぞお元気で歩きながら四季をお楽しみ下さいませ!



思い出

森本町東長寿会

一古老

明治生まれの両親が何もなし昭和の初期に産めよ、殖やせよの時代に元気な子どもとして生んでくれました。食べ物は家が農家のため米、野菜、鶏と食べる物はあった。だが、家族は合わせると野球チームが組めました。

朝は3升、夜は1升の飯を炊き、弁当箱は大小5、6個ぐらい並んでいました。私は兄

弟の中ほどです。小学校入学の年に、大東亜戦争が始まりました。わらを打ち、学校に行く。そうり作りです。学校から帰ると農家の手伝いで畑仕事、非農家の友だちは遊んでいるのにうらやましかった。5年で終戦、6年生の修学旅行は嵐山の清滝でした。中学生のとき、6・3・3制度ができました。1期生の中学生校舎の窓は枠だけで、風除けに新聞紙を貼って勉強しました。運動場はいも畑の上を走っていました。陸上部に入り、軽い運動靴を買ってもらい、嬉しかった。皆楽しい友人

で仲の良い友だちがたくさんできました。3年生のときは進学組は1組から4組、農業は5、6組、商業は7、8組、工業は9、10組でした。修学旅行は勝浦で1泊2日。米4合持参で汽車に乗って行きました。ヤミ米、ヤミ市と品物の無い時代でした。

今、わが人生を考えると、よくこれまで生き延びてきたと思います。子ども、孫が米寿の祝いをしてくれます。人に助けられ、励まされて生きてきました。今後の人生は楽しく、愉快地にスポーツに楽しみたいと思います。がんばりましょう。

花のある人生

寺戸町南第2楽寿クラブ

長谷川寿賀子

令和4年もはや6月となります。人生100年時代を生き抜くためにしっかりと力を身につけて、陰しい日々の生活も病気に負けないで毎日を楽しく過ごすことを心に秘めて、勇気と力と健康を第一にまだまだ先の見えない病気にかからないで、マスク、手洗いを守っていきましょう。私もデイサービスに参

加してはや4年も過ぎてしまいました。出席するたびに思います。新しい場で新しいことの発見ばかりです。年齢は違いますが、話す内容は昭和の良き時代、それぞれ生活してきた場所は違いますが、勉強になります。生きる勇気をもらって帰ります。元気いっぱいです。

自分が歩いてきた道のりは、その足あととは何か花が咲いているだろうか。美しい花、それとも小さな花、小さくても元気な花、良い姿で力強く、いつまでも大空に向かって手を広げるそ

んな花でと願うのです。

私は一人ぼっちで寂しいときがある。でも、友だちがいる。大きな空もある。私は大きく思い切り深呼吸する。ああ、気持ちが落ち着く。さあ、また歩こうと、楽寿クラブの友だちもいる。きっと、もっと私にも朝が来る。力強く生きよう、まっすぐ前を見て生きていく。がんばりましょう。皆、手を取り合っていこう。

私は88歳になる。まだ、がんばるわ。もうちょっと、こちらにいてやりたいこともあるのです。それは秘密です。

転倒にご用心

上植野町東寿クラブ

長谷 篤

私は本年2月、自転車で買物に行く途中、車道から歩道に移ろうとしたときわずかな段差を

乗り切れず転倒しました。救急車で、新河端病院に搬送されました。手術を受けてその後、洛西シミズ病院に転院してリハビリを受けました。96日間の入院生活でした。リハビリのスタッフの皆さまはいつも笑顔で優しく接してくださいます。

80歳を超えた年代になりましたが、若いころから山登りが好きで、今なお近くの山を中心に山歩きを楽しんでいます。寒いときは温かいうどんやコーヒーを大満喫しています。

これからも地域貢献と自然界に親しみながら健康で長寿を目指したいと思っています。

会員文芸

◆俳句

ひぐらしのひそかに鳴ける空に吊る
花好きの母に一輪感謝する
明り窓夢にかさむる秋気かな
降り暮れて紫陽花のいろ玉明かり
まぼろしの長岡京や秋さくら

寺戸町永坪祥年クラブ 岡田エミ子

カーネーションいつもにこにこみているよ
青葉若葉に雨がしとしとふりかかる
マスクとり空にむかつてしんこきゅう

寺戸町南第二楽寿クラブ 長谷川寿賀子

◆短歌

水無月の光を曳きて雨は降る

水から生れおとす風かも

文月のはじめ雨降るひと巾の道

ぬらす雨にも雨がいとしく

たつぷりと眞水を抱きてしずもれる

昏き器を近江と言へり

過しこと遠くなりつつある春の

夜の湯舟にくつろげる幸

桃の木はいのりの如く葉がゆれて

輝く庭に朝日がひかる

寺戸町永坪祥年クラブ 岡田エミ子

向日市老人クラブ連合会 入会募集のご案内

向日市老人クラブ連合会では、地域の仲間づくりを目的に、さまざまな活動に取り組んでいます。気軽に参加できる活動があり、退職後の活躍の場としても、これまでの知識や経験が生かれます。

健康維持につながる

健康づくり

心と身体の健康づくりを図る目的で、さまざまなスポーツ活動を実施しています。

仲間を増やし人生を豊かに

あなたが主役

地域に多くの仲間ができることで、孤独感がなくなり、心のやすらぎが得られます。

知的好奇心が刺激される

仲間づくり

手芸や踊り、囲碁・将棋など、同じ趣味をもつ仲間とのつながりができます。

健康寿命をのばして、素敵なシニアライフを！



今、お住まいの地域で「生きがいつくり・健康づくり・仲間づくり」の場に参加して、健康で生き生きとした人生を過ごしませんか？ 60歳以上の皆様に入会をお勧めしています。ぜひ、この機会にご入会ください。お待ちしております。

スローピング運動の効能

スローピング運動とは「傾斜を利用した健康運動」です。

スローピングは、「坂道健康法」ともいわれ、効率を高めるために階段や坂道を利用する方法です。

普通のウォーキングの2～3倍の効果があるといわれています。

単純明快な健康運動法ですが、心肺機能の強化をしながら体内脂肪の燃焼を促進する効果もあり、続けることで足腰の筋肉がしっかりしてきます。

また、基礎代謝を高め、生活習慣病などの予防にも効果があるとされています。



令和4年度 第7回公式ワナゲ大会



6月20日(月)、向日市民体育館小体育室において、令和4年度第7回公式ワナゲ大会が行われ87名が参加しました。

開会式では向日市老連の上崎会長が「ケガをしないよう頑張ってください」と主催者あいさつを述べ、次に安田向日市長の来賓あいさつと泉衆議院議員からの祝電披露がありました。ルール説明の後、上崎会長と安田市長による始球式となり、ギャラリーが見守るなか見事な投輪で大会スタートに花を添えました。

今大会は2ゲーム投輪で個人成績を競いました。公式ワナゲは縦・横・斜

めのいずれか一列がそろくとピンゴとなり、本来の15点の得点が倍の30点になります。皆さんピンゴを狙って慎重に投輪しますが、中々思うように入らず「あ～惜しい」「もうラストの一投かあ」と、少し悔しそうな声をあげつつも笑顔を覗かせるなど、大会をおおいに楽しみました。



上位入賞おめでとうございます！

大会結果(敬称略)

優勝	中尾文太郎	210
準優勝	古畑 正人	164
第3位	井上 孝男	150
第4位	千葉 忠夫	132
第5位	水野 敬一	122

原稿募集

「市老連」では、会員の皆さまからの投稿をお待ちしております。
単位クラブの活動情報や紀行、随想は市販の原稿用紙2〜3枚程度で、関連写真があれば添えてください。また、「会員文芸」「市老連写真館」への投稿もお願いいたします。

ご投稿の際はクラブ名・氏名を明記し、役員または単位クラブ会長にお渡しください。なお、文芸作品の場合は種類も明記してください。



ご協賛各位への御礼

本誌の発行にご協力いただきました方々に、厚く御礼申し上げます。今後さらに誌面内容の充実に励んでまいりますので、倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

向日市老人クラブ連合会

私たちは、向日市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ホームページリニューアル!

<https://hakuhousha.info>

各地域の情報が見やすくなりました!



地域ニュース募集中!

(審査後、掲載させていただきます)

株式会社 博報社

大阪市平野区喜連西4-6-69

☎(06)6797-0212(代)



こうよう整形外科

(旧ふじもと整形外科)

リウマチ科・リハビリテーション科

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:00	●	●	●	／	●	●	／
午後 4:30~7:00	●	●	●	／	●	／	／

向日市寺町山縄手22-11 サンピエール1F

☎075-921-3300