

舞老連

舞鶴市老人クラブ連合会広報紙

103号

春号

令和5年4月1日 発行

【発行】舞鶴市老人クラブ連合会

京都府舞鶴市溝尻150-11

多世代交流施設 まなびあむ

☎0773-77-8155

【編集・印刷】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9階・10階

☎078-351-3387

演芸大会 寸劇「水戸黄門」



もくじ

演芸大会	1	単位クラブ会長会議	4	舞鶴市社会福祉大会	11
会長あいさつ	2	ご長寿インタビュー	5	女性部活動報告・	
令和5年度の主な事業計画・		写真コーナー	6~7	編集後記	12
(新)多世代交流	3	単位クラブ紹介	8~10		

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

眼科一般 白内障 網膜疾患 緑内障
眼形成 (まぶたなど) 涙道 コンタクトレンズ
各種日帰り眼科手術対応 (手術は西舞鶴で行います)

西舞鶴 さくら眼科 クリニック
☎0773-76-5252 舞鶴市伊佐津112番12

東舞鶴 さくら眼科 クリニック
☎0773-77-5155 舞鶴市森町13番18

「こんにちは。お弁当をお届けにまいりました。」
毎日のお食事は、お任せください!!

1食からでも
ご自宅まで
お届けします

舞鶴市円満寺168-3
宅配クック123 舞鶴店・綾部店
TEL・FAX **76-2090**
(0773)

医療法人 舞鶴正峰会
舞鶴正峰会クリニック
Maizuru Seihoukai Clinic
外来診療時間【内科・糖尿病内科・脂質代謝内科・人工透析内科】

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	☆	○	○	○	△
17:00~19:00	○	○	○	○	○	○	△

人工透析内科診療時間 休診日：日曜日

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	△
午後	○	○	○	○	○	○	△

舞鶴市字引土 19-5 TEL.0773-78-3250

■一般歯科 ■予防歯科 ■小児歯科 ■口腔外科

高田歯科医院
TAKATA DENTAL CLINIC

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝 ●水曜

9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ / 9:00~13:00

14:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ /

【休診日】水・土曜日午後・日曜日・祝祭日
※お持たせすることが無いよう予約制とさせていただきます。
お電話にて症状とご都合をお聞かせください。

舞鶴市 丸山口町 23-3 ☎0773-64-1230

内科・循環器内科

高田内科医院
TAKATA CLINIC

診療時間 月 火 水 木 金 土 日

9:00~12:00 ● ● ● ● ● ● /

16:00~19:00 ● ● ● ● ● ● /

休診日／木曜午後、土曜午後、日曜、祝日

舞鶴市 倉梯町 17-11 ☎0773-77-5522

<http://takatanaika.com>

貸切バスから国内旅行、海外旅行まで...

株式会社コスモ観光

京都府舞鶴市字公文名 70-1
☎0773-77-1555
<http://www.cosmo-kanko.com>

会長あいさつ



舞鶴市老人クラブ連合会
会長 新谷 一幸

楽しい行事で 「健康寿命」を伸ばし、 会員増強を!!

いまや人生100年時代と言います。しかもこの長い人生を「健康で生きる」という事は、自分の人生において非常に大事になってきます。会員相互での楽しい交流、世代間交流で子どもたちに自分の経験した事や技術、伝統を伝え継承していく事での生き甲斐、やりがいで「健康寿命」を伸ばしていく事が可能になります。

地域の人との繋がりを持つて楽しくいろいろな行事に積極的に参加していく事が大事だと考え、「舞老連」では、その手助けとなるべく、今後いろいろな行事を企画実行していきます。地域に老人会がないので参加できない等、そのために閉じこもりや引つ込み思案に成っていませんか？

私たちが、「舞老連」では、その様な人たちを待っています。会員の方にお願ひです。前述のようなお友たちが居られましたら、ぜひ一人でも舞老連の会員になれる「人会員」の制度がある事を知らせてあげて下さい。そして舞鶴市の高齢者が楽しく集える「舞老連」をつくって行くことではありませんか。

舞老連の現状は、会員の高齢化、役員のなり手がいない、若い人が会員になつてくれない等で会員数が激減しています。私たち本部役員も一生懸命に会員増強に努力を致しますが、会員一人ひとりが楽しい仲間を増やすべく頑張つて頂き、「老人会に入つたらすぐ楽しい」、「生き甲斐が来た」と思つて頂ける組織にして行きたいと考えています。その事が会員相互の「健康寿命」を伸ばす事になると考えます。

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

いとう 歯科

◆診療時間

平日 10時～13時 / 14時～19時
土曜 10時～13時 / 14時～17時

◆休診日 / 水、日、祝祭日

舞鶴市溝尻町 12-6

☎0773-66-2611



KOTOHIKI
INSURANCE SERVICE

有限会社 寿保険サービス

舞鶴市浜町 8-14

TEL.0773-62-4533

相続・贈与 に関するご相談は

上原正夫税理士事務所

舞鶴市字上安 40 番地 2

☎0773-76-0096



まつえ歯科 クリニック

時間	日	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
PM 14:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日・・・日・祝祭日

舞鶴市字七日市小字西庄尺 339-1

☎0773-75-0099 (予約制)

【お題】
花見

シニア川柳 作品募集中

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 5 年 6 月 30 日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

令和5年度 事業計画(案)

月	日	舞老連事業	日	京都府老連・全国老連事業
4	4日(火)	広報部会(広報紙発送)		
	11日(火)	春の交通安全運動スタート式	25日(火)	令和5年若手委員会総会(ハートピア京都)
	11日(火)	企画運営会議		
	14日(金)	理事会(R4年度事業報告・決算、R5年度事業計画・予算案、役員人事)(中総合会館)	25日(火)	令和5年度女性委員会総会(ハートピア京都)
5	8日(月)	監事会(R4年度会計監査)	11日(木)	監事会(ハートピア京都)
	18日(木)	令和5年度舞老連総会(中総合会館)	17日(水)	第182回理事会(京都市)
		各部会・委員会開催(5月中に開催)	31日(水)	第75回評議員会(京都市)、第183回理事会(新)(京都市)
6	6日(火)	企画運営会議		
	15日(木)	理事会(年間活動計画・部会活動)(中総合会館)	22日(木)	市町村新会長・事務局長会議(京都市)
	21日(水)	舞老連ワナゲ大会(東体育館)	29日(木)	近畿ブロックリーダー研修会(大阪市)
7	4日(火)	企画運営会議		
	12日(水)	女性委員会(女性リーダー研修)		
	未定	多世代交流(内容未定)	20日(木)	市町村老連リーダー研修会(ハートピア京都)
8	2日(水)	福祉部・調理教室(まなびあむ)		
	8日(火)	企画運営会議		
	9日(水)	福祉部・調理教室(西公民館)		
9	5日(火)	企画運営会議		
	8日(金)	総務広報部会(編集会議・10月号)	14日(木)	丹後ブロック女性リーダー研修会(与謝野町)
	15日(金)	「老人の日」「老人週間(～21日) 20日：全国一斉社会奉仕の日		
	27日(水)	女性委員会・若手委員会合同研修会	21日(木)	丹後ブロックグラウンドゴルフ大会(東舞鶴公園)
10			28日(木)	丹後ブロックグラウンドゴルフ大会(予備日)
	3日(火)	企画運営会議	11日(水)	第44回京都府老連大会(京都テルサ)
	12日(木)	理事会(第2四半期実績報告)(中総合会館)	28～31日	第35回全国健康福祉大会(愛媛)
	18日(水)	舞老連グラウンドゴルフ大会(伊佐津運動公園)		
	25日(水)	舞老連グラウンドゴルフ大会(予備日)		
11	7日(火)	企画運営会議		
	15日(水)	舞老連舞バック交流大会(東体育館)	8・9日(水・木)	全老連大会(秋田県)
	未定	若手委員研修旅行		
			21日(火)	若手委員会リーダー研修(八幡市)
12	5日(火)	企画運営会議		
	14日(木)	福祉部会(友愛活動・施設訪問)		
		女性委員会・寄せ植え教室	未定	第184回理事会(京都市)
令和6年				
1	9日(火)	舞鶴市への年頭あいさつ		
	10日(水)	企画運営会議		
	18日(木)	理事会(第3四半期実績報告)(中総合会館)		
	24日(水)	総務広報部会(4月号編集会議)		
2	6日(火)	企画運営会議		
	10日(土)	みんなの集い・演芸大会(中総合会館)		
	21日(水)	舞老連ニューススポーツ講習会(東体育館)	未定	市町村老連会長・事務局長会議(京都市)
3	5日(火)	企画運営会議	未定	第185回理事会(京都市)
	28日(木)	理事会(令和6年度予算・事業計画・会員数・役員異動確認)		
		相互支援活動報告締切		
	29日(金)	令和4年度補助金使用報告・令和5年度補助金申請	29日(金)	京都府老連・令和年度活動内容等調査報告提出締切

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています



(一社)全国警備業協会会員
(一社)京都府警備業協会会員
京都府公安委員会認定第24号

日本海警備保障 株式会社

舞鶴市大字小倉小字宮ノ前 4-5
TEL:0773-63-4567



学校法人 朝来学園
幼保連携型認定こども園

朝来幼稚園
あせくキッズキャンパス

舞鶴市字吉野 499 番地 3
電話 (0773)63-3426
FAX (0773)63-9055

健康 コラム とっても便利 お薬手帳を持ちましょう

★お薬手帳を持っていると…

複数の病院から処方された薬を一冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
過去の副作用なども履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます

かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことでより適切な処方に役立ちますよ。



松下 弘税理士事務所

税理士 松下 弘

舞鶴市字下福井 1 番地の 15

☎0773-75-7088

バリアフリー構造となっており、車椅子の方もそのままお入りいただけます。
地域に根ざしたかかりつけ医として患者様にやさしい診療をめざします。

馬場歯科医院 歯と歯茎の健康相談
BABA DENTAL CLINIC

診療時間 月 火 水 木 金 土
8:45～12:30 ○ ○ △ ○ ○ △
14:30～18:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○

休診日/第2・4水曜日、日・祝日
△9:00～13:00 急患随時・予約制

駐車場あり
舞鶴市伊佐津 66-8
(バザールタウン前) ☎0773-78-4075

誰もが楽しめる行事の開催と 人のつながりで会員拡大を!!

会員拡大に向け 単位クラブ会長 会議を開催!

舞鶴市老連・単位クラブ会長会議を、

「地域の仲間を舞老連に楽しく活動し、福祉の輪を広げよう!」のテーマの下、令和5年2月8日(水)午後1時から、舞鶴中総合会館で33名の出席により開催されました。

新谷会長の開会あいさつの後、京都府老人クラブ連合会事務局長・中川剛様に講演をしていただきました。

講演は、「老人クラブの『組織活動』は地域の財産」と題して行われました。

1、「舞老連改革」の経緯
2、市役所・市議会との意見交換

①「老人クラブ」はなぜ必要か?

②老人クラブの役割は?

③舞老連の会員減少の原因は?

④では、どうすればよいのか?

3「会員拡大」に向けての府老連の取り組みを以下の内容で提起されました。

①5つの実践目標の推進・「情報発信」で老人クラブの「イメージアップ」を・会員みんなで分担し役員の負担を軽く・地道な「声かけ」で粘り強く勧誘を・自治会や社協など地域の団体と「協力関係」を

②解散防止に全力を挙げる

③新たな加入促進策・個人会員の勧誘受け入れ・

めざすべき老連像など会員増強の基盤づくり

に向けて他のクラブの具体的な実例を交えながら話がありました。

続いて、場所を移動し、4班に分かれ、グループ

討議を行いました。討議

テーマは、「老人クラブの会員拡大とクラブの存続

に向けて」とし、テーマ毎に各自提案メモを台紙に

貼り付けながら、約1時間

間にわたり活発な意見交換を行いました。

討論テーマは、

①各クラブの現状について

②会員拡大につながった

これまでの取り組みについて

会員増強委員会

委員長 鍋師 廉弘

おうとし、様々な意見

が出され、各グループ

の座長からまとめとして

出た意見や討議内容について発表していただきました。

現状として会員の高齢

化、役員の後継者不足、

会員数の減少等の悩みが

出されました。



クラブを
よりよくするために
忌憚のない意見をかわしあう

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

Y.R
株式会社 大和ルーフ
舞鶴市福来問屋町 17-56
TEL 0773-77-8311

運動の新世界を切り拓く
YASUDA
株式会社 弥栄電設工業
【本社】舞鶴市字引土 275 番地の 1
TEL 0773-75-3180
http://www.yd-net.co.jp

総合建設業
ツバサ工業株式会社
舞鶴市字市場 26
TEL 0773-66-0414
FAX 0773-66-0403

電気工事・消防施設工事・電器販売
有限会社 山陰電気工業社
舞鶴市字魚屋 261 の 11 (魚屋住吉 261)
TEL 0773-75-0251

建築資材販売
株式会社 ナシモト
舞鶴市字引土 709 番地
TEL 0773-76-2544

不動産売買・賃貸・管理
相続・空き家相談
住宅リフォーム
カワカミハウジング
Kawakami Housing Co., Ltd.
舞鶴市桃山町 3 番地 7 ゼウスビル 1F
TEL (0773) 66-5377
https://www.kawakami-inc.co.jp



繋がりを広げて、
会員拡大を図る

会員拡大に向けては、できるだけ人の繋がりを利用して、対面で声かけ対応すること、女性や若手のパワーも活用し、誰もが楽しめる行事を企画すること、生きがいづくり・健康づくり・仲間づくり・地域づくりを通して会員拡大が少しでも推進できるようにしようと発表がありました。

全体まとめを、府老連・中川事務局長からいただき、最後に会員増強委員会の鍋師より閉会あいさつを行いました。有意義な会長会議を終りました。

ご長寿インタビュー

「その時その時で勝負!」がモットー

福来団地シニアクラブ 佐久間 敏明さん(92歳)



今回は、福来団地シニアクラブの会員の佐久間敏明さんに、2月19日にインタビューさせていただきました。(聞き手：小和田宏子)

Interview

Q：老人会の行事にはよく参加されるのですか？

A：地域のクラブで、毎週のワナゲ、健康体操に行き、みんなと顔を合わせて話ができるのが楽しい。クラブの日帰り旅行やワナゲ大会にも参加します。先日も舞老連のワナゲ大会に参加して、賞品をもらった。

Q：毎日の生活で気を付けていることは何ですか？

A：「その時その時で勝負!」がモットーです。朝、ストレッチをして、ウォーキングは土手の遊歩道を午前・午後の2回、歩行不安にならないよう、いつまで動けるように足を丈夫にしたい。食事は毎日三食を自分で食べたいものを作り、おいしく食べている。固いものでも平気です。食事は楽しみです!

Q：趣味は何ですか？

A：趣味は、園芸全般です。読書も大好きです。それと、物づくりが好きですね。

※所属クラブから…… クラブに対してとっても協力的で、多くの行事に参加されます。

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

不動産仲介業 売買・賃貸・管理

FRONTIER

株式会社フロンティア

舞鶴市倉谷 1627 番地

TEL.0773-60-5906

設備機器管理業
電気工事業
警備保障業全般

近畿環境サービス株式会社

舞鶴市字伊佐津 200-15

TEL.0773-76-0985



車検・一般修理専門工場
LPGハイブリッド施工販売店
SAKODA 各種新車中古車販売 保険代理店

株式会社 **迫田自動車**

舞鶴市万願寺 166 番地

TEL.0773-76-3443
FAX.0773-77-1639

建築・エクステリア・土木工事一式



株式会社 **赤星工業**

Architecture Exterior Engineering

安心と信頼の施工 癒しの空間をご提案 豊富な経験と技術力

〒625-0085 舞鶴市字和田 294-5

TEL:0773-63-8220

FAX:0773-63-2222

<http://www.akaboshi-k.co.jp>

松井アーキメタルは
「人のために」を大切にしています。

松井アーキメタル株式会社

舞鶴営業所 京都府舞鶴市喜多 1 番地 48

tel.0773-76-2281

fax.0773-76-2283

email:maizuru@matsui-archmetal.co.jp



www.matsui-archmetal.co.jp

北海道から
沖縄まで
全国の老人クラブ活動を紹介!

まずはクリック!

クラブ特集 ニチコミ 検索

仲間と集い、 広がる交流の輪！



舞老連 103号

グラウンドゴルフ大会



舞ハック大会



ワナゲ大会



丹後ブロック
女性リーダー研修



施設訪問



わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

老人クラブを応援する
お買い物サイト



まずはクリック！

お買い物 かエール 検索

シニアにうれしい商品が盛りだくさん！

配管溶接加工取付工事・給排水衛生設備工事
消火設備配管工事・空調設備配管工事
京都府知事許可（般-2）第42651号

藤田設備工業株式会社

舞鶴市字大波下 314

TEL/FAX.0773-60-6232

E-mail: fujitasetubi@nike.eonet.ne.jp

ふるもり歯科クリニック

FURUMORI Dental Clinic

セレッコ・インプラントセンター

●歯科 ●歯科口腔外科 ●小児歯科 ●矯正歯科 ●訪問診療
院長/歯学博士・古森 賢/日本口腔インプラント学会専門医

診療時間 月 火 水 木 金 土 日

AM 9:00~12:30

PM 14:30~19:00

▲土曜日の診療時間は18:00まで

※休診日：日曜日、祝日 ※当日、電話予約可

☎0773-62-1376 舞鶴市字浜200 (P)第(12台)

SEIBU CONSTRUCTION COMPANY 一級建築士事務所

西舞建設株式会社

舞鶴市字森小字勘尻 97-4

TEL.(0773)65-3150

FAX.(0773)65-3155

七条バス停下車 JR 東舞鶴駅より 15 分

黒田神経内科医院

医療法人社団 黒田会

会 長 黒田 彦男
理事長・院長 黒田 友基

こころの健康相談 神経内科・心療内科・精神科

◆ストレス、不安、イライラ、倦怠感、うつうつに関する健康相談
◆不眠症相談 ◆人間関係に関する相談 ◆もの忘れ相談

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00

17:00~19:00

☎ (0773) 63-0137 舞鶴市字浜 537 駐車場あり

女性委員会 寄せ植え教室



調理教室



会長会議



みんなの集い・演芸大会



ポッチャ大会



わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

5方よし
売り手よし・買い手よし・働き手よし・
地域よし・未来よし

江守石油株式会社

舞鶴市字浜 158 番地

TEL.0773-62-2590

★お客様の信頼と満足を得る住まいづくり★

新築から増改築まで設計・施工

有限会社 **JK 住幸工務店**
JYUUKOU

〒624-0825 舞鶴市字十倉 33 番地

TEL 0773-76-4569
FAX 0773-76-1885

山根 建築

総合建築

代表 山根 仁志
yamanane hitoshi

舞鶴市上安久 179

Tel&Fax: 0773-60-7189

買いたい あなたの
住まいの事を考える 売却 求む
不動産

LIXIL不動産ショップ

(有)Jアクティヴ

お気軽にご相談ください

TEL (0773) **65-0170**

舞鶴市倉梯町9番地1

建設業 京都府知事(般-27)第33052号
宅地建物取引業 京都府知事(4)第12063号

総合建設業

株式会社 京舞開発
Kyobu Kaihatsu

代表取締役 倉橋 裕貴

□本社 舞鶴市字市場 223-1
□事業所 舞鶴市字森 291-1

☎0773-64-1405
FAX0773-64-2135

携帯 090-3351-6890
E-mail kurahashi@kyobu.co.jp
URL https://www.kyobu.co.jp

中舞鶴 西村医院

内科・外科・リハビリテーション科

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

■休日 土午後・日祝

往診随時 各種健康相談 駐車場有り

舞鶴市字余部 830 **TEL.0773-62-1495**

クラブ名 東引土友愛クラブ

会長名 岡安 昇

年間を通しての取り組みは、「毎月の古紙回収と町内清掃」「高齢会員宅への毎月訪問」を実施しています。古紙回収は新聞紙、段ボール、書籍・雑誌、アルミ缶を回収しています。町内の各自宅前に朝出していたき、会員が車で回収しています。

また、高齢者宅訪問では、訪問ニュースを手渡し、健康状態やクラブへの要望などを聞いています。毎月楽しみにしている人もいます。

今年は、コロナ感染拡大はありましたが4月の花見ウォーキング、7月の納涼バスツアー、11月の紅葉見物バスツアー、2月の新年食事会を行うことが出来ました。

コロナ感染拡大で公民館での懇親会が出来ず、代わりの行事は何とかおこないましたが、皆さん楽しみにされていたので、残念です。その他、大正琴サークルが新たにでき、今練習に励んでいます。



会員数	男性	女性	合計
	30名	22名	52名

単位クラブ紹介

クラブ名 喜多寿楽会

会長名 櫻井 康彦

例年の活動は、春秋の日帰りバス旅行、まなびあむ研修、年3回の公民館・神社の清掃活動、忘年会などですが、近年は事業に参加できなかった会員宅を訪問し様子を伺う「お元気ですか訪問」事業にも取り組んでいます。コロナ禍の中この3年程あまり集まっていた活動が出来ていませんでした。今年久しぶりに小浜・高浜への日帰りバス旅行を行いました。20名の参加がありにぎやかに懇親を深めることが出来ました。



会員数	男性	女性	合計
	16名	25名	41名

クラブ名 上安五老会

会長名 堂田 政巳

活動報告として、新年親睦会の様子を報告します。

寒い中でも出合いの機会を作るために、1月中旬に親睦会を開催し、20名の参加者がありました。当日は、近所の神社へ参拝した後、昼食となりました。食事会では近況の報告で会話に花が咲きました。その後、輪投げやビンゴゲームなどを行い、景品の福袋を用意し、大変盛り上がりしました。福袋には、鉢植え花や末広がりの縁起物の傘などを準備し、早いもの勝ちにならないように工夫に苦勞しました。参加者は、参加費を上回る景品をゲットし、大喜びでした。

会員の満面の笑顔で新年の行事を行うことが出来ました。準備した役員の苦勞が報われる一瞬でした。

会員数	男性	女性	合計
	37名	29名	66名



わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

OKUDA 電気工事・消防防災・空調

株式会社 オクダ電工

舞鶴市字泉源寺 218-1

TEL.0773-62-9227

FAX.0773-62-9216

鳶・鉄骨・仮設・土木工事一式

株式会社 瀬野工業

舞鶴市字福来 1002 番 1

☎0773-75-2783



～見えないことが見える会社～

舞鶴厚生株式会社

舞鶴市字朝来中 815-6

舞鶴厚生

検索

<https://www.kosei-m.co.jp>句集・記念誌・自分史など
パソコン苦手でもOK!予算に合わせて
作れます!

株式会社 ニチコミ

TEL 078-351-3389



西村工務店

舞鶴市丸山中町 24 番地

TEL.0773-64-7153

FAX.0773-77-6373



株式会社 土田設備

舞鶴市北吸243-2

Tel:0773-60-1031

クラブ名 寿町長寿会

会長名 村尾 昌治

～会員皆さまの健康と絆を大切に元気で活動しております～



昭和52年に発足してから、46年になります。世の移り変わりで色々な事がありますが、絆を大切に活動しております。

主な事業は月2回のサロンでストレッチ体操、環境整備で広場の草刈り、町内地蔵盆参加手伝い、舞老連スポーツ大会参加、年2回高野地域の団体研修参加、高野小学校と昔の遊びを一緒にして交流等持ちました。しかし入会者が少なくなってきた、一人でも多くの方に入会していただくよう運動していきたいとおもいます。

女性部の
ゴキブリ団子作り



会員数	男性	女性	合計
	12名	18名	30名

クラブ名 野村寺年輪会

会長名 亀中 弘邦

コロナウイルス感染もあり、過去3年ほどの活動はあまりできていませんが、「まなびあむ団体利用」事業に参加、地元高野小学校児童とのふれあい事業、地域の環境美化運動、注連縄の作成、地域内の社寺の清掃、スポーツやゲーム大会の実施、新年互例会の開催、総会の開催と物故者法要などを年中行事として行っています。

60～70歳の新規加入がなく、毎年平均年齢が上がっていく悩みがあります。



会員数	男性	女性	合計
	14名	6名	20名

クラブ名 城屋そよご会

会長名 壺内 邦夫

会長任期が今年3月末になり、1年間を振り返ってみると、コロナ、コロナの1年間であったと思います。

舞鶴市老連と舞鶴市主催による諸行事には、城屋そよご会会員、役員の皆さまに行事参加をお願いしました。

城屋そよご会では、年間行事の会員間の親睦交流、地元にある永福こども園の園児との交流などについては、コロナ感染拡大もあり、実施できませんでした。

令和5年度は、今年度出来なかったことを反省し、諸行事を実施していきたいと思います。

会員数	男性	女性	合計
	21名	19名	40名

単位クラブ紹介

クラブ名 吉原静溪会

会長名 新田 繁邦

1. 転倒予防体操毎月3回、水曜日
2. グラウンドゴルフ練習
毎週土曜日の午前に実施(2・8月除く)
3. 銭太鼓の練習
火曜・土曜の夜に1年間練習
4. しめ縄作製9月中頃から11月末
5. 吉原小学校での子どもたちとのふれあい
百人一首大会、舞バック大会、しめ縄教室、
魚さばき方教室、あいさつ運動、登校時などの見守り
6. 神社清掃・草刈り年1回3か所



しめ縄体験

会員数	男性	女性	合計
	14名	40名	54名



あいさつ運動



魚さばき方教室

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

あなたのお家のハウスクター
タカラパートナーショップ加盟店

株式会社 真下工務店

☎0120-62-4676

舞鶴市字小倉 699

影井鉄工 株式会社

舞鶴市字東吉原 1-67

TEL.(0773)75-1912

反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



の着用を!!

反射材

夜間外出の際は



油

大

断

敵

ルールを守って
安全運転

× 歩行者妨害

× 傘さし運転

× 一時不停止

× 走行中の携帯電話使用

× 二人乗り

× 飛び出し

× 無灯火

自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう

クラブ名 引土福寿会

会長名 臼井 知史

引土福寿会は年度当初からは1名減で現在の会員数は37名です。会全体として年度初めに総会、年2回(6月・2月)の「お楽しみ会」、秋の日帰り研修、若宮神社・八幡神社清掃(7月・10月)、独居老人慰問(12月)などがあります。それぞれに多くの方の参加を得ています。

ほかには、サークルとして「カラオケ(月1回)」「公式ワナゲ(月1回)」

「グラウンドゴルフ(週2回)」「詩吟(週1回)」「囲碁(週1回)」等盛んに活動しています。

ただ新規会員の入会促進がなかなか進まず、思案中です。

(写真は2月のお楽しみ会の様子です。)



会員数	男性	女性	合計
	16名	22名	38名

単位クラブ紹介

クラブ名 堀ことぶき会

会長名 安達 猛

年間を通して下記のような活動を行ってきました。

4月 花見大会

6月 清掃活動(運動広場・境内の草刈り、剪定)、グラウンドゴルフ大会

7月 清掃活動(運動広場・境内の草刈り、剪定)

10月 研修会、ワナゲ大会、それぞれ各活動の参加者は20人～22人

会員数	男性	女性	合計
	20名	19名	39名

※令和5年1月末現在。活動可能な会員は28名

クラブ名 布敷常盤会

会長名 辻 泰

布敷地区では、舞鶴市にゲートボール場を整備していただき、また、池内川の「五郎の滝」の整備もしてもらいました。老人会として、「五郎の滝」の草引きと清掃を会員全員で行っています。大変きれいな川になり、おかげで夏場になると市内から家族連れでたくさん来ていただいています。ゲートボールは毎日練習し、他の地域からもたくさんお方が来られています。



訪問活動

また、12月ごろになると正月用の「しめ飾り」を、地元の小学生に教えながら小学校で老人会と一緒に作っています。小学生児童の見守り活動として、老人会2人で2年～3年で交代しながら、学校の行き帰りの見守りをしています。

また、布敷地区のクリーン

キャンペーンに老人会として35名ぐらいで参加しています。

会員数	男性	女性	合計
	18名	26名	44名

クラブ名 大川ときわ会

会長名 森下 義美

加佐地域で唯一舞老連に加盟しています。市内部とは離れていることもありますが、舞老連の他のクラブとのつながりを強めたいと思い、活動しています。加佐地域の他の老人クラブやサークル活動している方々が舞老連に加入してくれることを願っています。

大川ときわ会では、加佐元気サロン主催のゲートボール大会や一泊の旅にも参加しています。会として、環境整備でゴミや空き缶拾い、日之宮神社境内の掃除、いきいきセミナー研修会への参加、新年互例会などを開催し、会の親睦を深めています。



会員数	男性	女性	合計
	11名	9名	20名

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

株式会社 舞鶴葬祭センター

セレモニーホール

やすらぎ 24時間受付

本社：舞鶴市字森小字峠 55-4 番地

TEL.0773-62-1700

綾部営業所：綾部市下八田町オケ花 13-2

TEL.0773-42-9186

浄土宗

瀧谷山 松林寺

舞鶴市字西 74 番地

☎0773-75-2403

顕本法華宗

法光寺

舞鶴市北浜町 3-5

TEL.0773-62-2147

身体の柔軟性を高め、
けがや事故を防ぎましょう!

ストレッチの一般原則

- ①反動をつけずに、ゆっくりと引き伸ばすように
- ②呼吸は止めずに、自然にリラックスして
- ③痛みのない範囲で、最低でも 30 秒はその姿勢を保持する
- ④引き伸ばす筋肉に意識を集中して行う
- ⑤なるべくひとつの筋肉ごとにストレッチを行うようにする
- ⑥特定の筋肉だけを行うのではなく、なるべく全身の筋肉に対して行う
- ⑦運動の前、後に行う

無理せず、
体を動かしましょう!



ご賛助

舞鶴市社会福祉大会

社会福祉功労者として舞老連前会長の
内海均さんらが表彰される！舞鶴市老人クラブ連合会
会長 新谷 一幸左から
小和田宏子さん、内海均さん、
一人置いて真下賢一さん

会福祉協議会会長賞を受
賞されました。

また、舞老連の副会長
であり長年民生児童委員
を務められた功績で小和
田宏子さんが市長表彰を
一人会員の真下賢一さん
は自治連からの推薦で社
会福祉協議会会長表彰を受
賞されました。

受賞された方々には、
心よりお祝い申し上げる
とともに、今後ともお元
気で福祉活動に精勤され
ますことをお祈りいたし
ます。

2月25日(土)午前10時
より中総合会館4階ホー
ルで開かれた「舞鶴市社
会福祉大会」において、
前会長の内海均さんが、
長年の老人福祉に対する
功績と舞老連での事務局
および会長職として勤め
られたご苦労に対して社

表彰式の後、舞鶴市社
会福祉協議会設立70周年
記念講演として、岩手県
大槌町の幼保連携型認定
こども園おおつちこど
も園園長の八木沢弓美子

(やぎさわゆみこ)さんの
「ここに生きる」と題し
て、東日本大震災での苦
労と苦悩の日々での教訓
を涙ながらに話され、出
席者ももらい泣きをしな
がら聞き入っていました。
話は、震災の当日命か
らがら園児を連れて避難
した話や当日登園してい
た113名のうち保育士

とともに避難した園児
は無事だったが、保護者
に引き渡した9名の園児
が保護者とともに犠牲に
なったことが非常に悔や
まれてならない事、災害
の時の現場での判断の大
切さなど、私たちにとつ
ても他人ごとではないと
深く考えさせられました。



講演中の八木沢弓美子さん



震災直後の状況

わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

臨済宗 東福寺派

倉谷山 東光寺

舞鶴市朝来中 428

☎0773-62-5827

臨済宗 天龍寺派

神龍山 雲門寺

舞鶴市字余部上 45 番地

☎0773-62-5313

誠実と信用を大切に

セレモニーホール

かがやき

どなた様でもお電話ください

☎0773-62-2121

365日・年中無休・24時間受付

お迎えに伺います ご安心ください

舞鶴市字堂奥29番地

浄土真宗本願寺派

文英山 明教寺

舞鶴市字余部上315

☎(0773) 62-4890

御協賛

有限
会社

三星社

24 時間電話受付

葬儀式場

家族葬から一般葬までお世話させていただきます

三星社セレモニーホール TEL.0773-78-3232

舞鶴市字境谷 129-2 FAX.0773-78-3210

三星社ゆら川ホール TEL.0773-83-9000

舞鶴市字志高 112-1 FAX.0773-83-9010

女性委員会活動

魅力ある楽しい活動を展開！

(報告：女性委員長・小和田宏子)

各地域の女性リーダーの育成と交流のため、女性委員研修会や丹後ブロックリーダー研修を開催しました。

研修会では日頃の取り組みや活動を報告してもらい、交流を深めました。魅力ある、楽しい活動で女性委員会の強化を目指して取り組んできました。

また、社会福祉部に協力し参加した「調理教室」や「花の寄せ植え教室」「施設訪問」では、新地域支え合い活動や健康づくり、介護予防の観点からも有意義な取り組みであったと思います。

特に、「寄せ植え教室」は講師の大橋さんの指導の下、和やかに進み、素敵な寄せ植え鉢が出来上がりました。施設訪問用の寄せ植えも参加者で協力して見事に仕上げる事ができました。午後舞老連役員が各施設を訪問され、新・古タオルと作成し

い活動で女性委員会の強化を目指して取り組んできました。施設訪問では、「お花は心と癒されま〜す」と喜んでくださいました。主な事業は次の通りです。

● 7月22日(金)

女性委員研修交流会

(中総会会館)

23名

各クラブの活動発表と意見交換

● 9月14日(水)

府老連丹後ブロック

女性リーダー研修会

(中総会会館・舞鶴市揚子館)

80名

● 12月7日(水)

社会福祉部主催「調理教室」

(まなびあむ調理室)

24名

● 12月12日(月)

花の寄せ植え教室

(舞鶴市勤労者福祉センター) 25名

※女性委員・役員会 随時開催



編集後記

スポンサーへのお礼

広報紙「舞老連」を刊行するにあたり、協賛・ご協力いただきました方々に厚くお礼申し上げます。

今後も情報発信の場として各クラブの活性化に寄与できる広報紙をめざしていきますので、皆様のご協力のほどよろしくお願い致します。

舞鶴市老人クラブ連合会

令和4年度は新しい体制になり、舞老連体制の確立を最重要課題として取り組んできました。広報紙「舞老連」も前号同様単位クラブの紹介と舞老連活動写真紹介を特集しました。ぜひ舞老連活動に参加いただく方が増えることを祈っています。「ひとり会員」制度もあり、地域に老人クラブがない方は会員になっていただきたいと思います。ご連絡を待っています。

【広報紙編集委員】部長：岡安 昇 部員：鍋師 廉弘、一瀬 芳子、金森 典子(事務局)



わたしたちは 舞鶴市老連の活動をサポートしています

社会福祉法人 成光苑
地域密着型介護老人福祉施設

ライフ・ステージ 舞鶴
介護のことから日々のお困りごとまで
お気軽にご相談下さい。介護サポーター募集集中！

舞鶴市宇桑上小字深田 1088-1
詳しくは HP で！

☎0773-83-0221

親子4代110年お墓、仏事は…

墓地紹介・墓石・戒名彫刻・お墓の移転
仏壇・仏具・位牌・寺院用品

辻石林店
西舞鶴 日赤病院前
いしやさんに

☎0120-148327

金属スクラップ・中古農業機械・建設機械の買取・輸出
京都府公安委員会許可 第612521030005号

山川商会
業種 中古農機具、重機、金属くずの回収・買取リサイクル

(本社) 舞鶴市志高小字大田493-1
(東舞鶴店) 舞鶴市小倉53番地

営業時間：8:00～18:00 定休日：日曜日

☎0773-83-0062

住みよい安心のまちづくりを応援！
不動産に関すること、トータルにサポートいたします！

株式会社 **住建 ネット**

●売買・仲介・宅地開発・物件買取

不動産売却相談 お任せください

☎0120-932-522

営業時間／9:00～18:00 定休日／水曜・祝日
http://www.jyuken.net 舞鶴市宇七丁目387番地6

不動産売買・賃貸・管理

仲介 相続 空き家 買取

このまちとこれからも。
アイシックス不動産(有)
TEL 0773-62-0505
京都府舞鶴市宇浜7 6 7 番地の 3

西舞鶴シティホール

舞鶴市宇倉台 1720-4 TEL 0773-75-4444

東舞鶴シティホール

舞鶴市宇市場 739-4 TEL 0773-64-4040

白鳥シティホール

舞鶴市宇森 421-3 TEL 0773-63-4224

舞鶴ホテル

舞鶴市宇松陰 20-1 TEL 0773-76-0705

あまのり

株式会社 セレマ

葬儀・法要
承ります