

## 鮮やかな市老連活動に



### 大御堂観音寺

観音寺周辺の田園には一面に菜の花が植えられ黄色の絨毯のようです。菜の花摘みも行えます。

引用元：京都府観光ガイド

### 目次

● 会長あいさつ ..... 2	● 単位クラブ紹介 ..... 6~7
● 市老連研修旅行 ゲートボール大会とウォーキング大会 ..... 3	● 令和4年度 京田辺市老人クラブ連合会収支決算書 ..... 8
● 令和4年度 事業報告 ..... 4	● 令和5年度 京田辺市老人クラブ連合会収支予算書 ..... 9
● 令和5年度 事業計画 ..... 5	● ちょっとひといき漢字クイズ ..... 10
	● 文芸コーナー・特殊詐欺ニュース ..... 11
	● 老人クラブ会員募集・編集後記 ..... 12

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

### 新築好評分譲中

オーダーメイドハウス 学研 京田辺

分譲住宅 設計 施工 土地建物 売買 仲介

## 小林商事株式会社

京田辺市草内沢 29-1(山城大橋西詰信号南 600m)  
TEL:(0774)62-1256 FAX(0774)63-5417

小林商事 京田辺

排水の詰まりや、匂いでお困りでしたら解消できます  
産業廃棄物・収集・運搬 排水管洗浄清掃・下水工事

## 平安衛生開発株式会社

京田辺市多々羅中垣内 7

TEL.0774-62-1732  
FAX.0774-63-5520

地球環境の21世紀を考え、地域の未来に貢献する!!

総合建設 土木・建築・管 設計・施工

## 吉田工業株式会社

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

京田辺市山手東 1 丁目 6-2  
TEL.0774-63-6316(代) FAX.0774-62-7212

墓地 墓石 石材

## 石幸 江守石材店

我が心  
形に表す  
思いやり

明治元年創業

京田辺市田辺南里 2-1  
TEL.0774-62-0450  
展示場：TEL.0774-62-3966

### 家電販売はじめました!

LPガス・灯油・米・ガス器具(各ガス種)  
住宅設備機器工事

## 株式会社 田辺ガス

0120-79-4141

京田辺市興戸塚の本 18-1(田辺警察署南 150m)

ブランド品・時計・宝飾品の買取り  
生前整理・遺品整理

## リカチ

出張買取 店頭買取 無料査定  
即日現金 遺品整理 生前整理

京田辺市大住真谷 1-3  
グランデイズ 623 1F 何でも無料お見積り

TEL.0774-39-7716

会長あいさつ

# 仲間づくりに取り組み、 楽しい老人クラブに！



京田辺市老人クラブ連合会  
会長 柳田 正廣



広報誌「市老連ひとやすみ」第3号を発行するにあたり、ひと言ごあいさつ申し上げます。  
会員の皆様、日頃から市老連の活動にご協力いただき心から厚くお礼申し上げます。

昨年、概ね計画通り事業を実施することができました。特に、3年ぶりに開催しました市老連研修旅行は、日帰りに変更しましたが、多くの方にご参加いただきました。また、女性部管外研修やゲートボール大会、ウオーキング大会も同じく3年ぶりに開催することができました。いずれも各役員、会員の皆様のご協力の賜物と感謝申し上げます。

さて、これまで我々の活動を阻害していたコロナウイルスについては、感染症法の位置づけがら類感染症へ移行しました。もちろんウイルスはなくなっていないため、今後も最低限の感染防止の対策を講ずる必要はあると思いますが、令和5年度は計画どおりに事業を進め、老人クラブを活性化したいと考えております。

各単位クラブにおかれましてはこの3年間は、思うように事業ができませんでしたと思えます。先に申し上げたようにこれからも最低限の感染防止対策は必要だと思えますが、様々な事業を通じて、身近な人々との話し合い、仲間づくりに、もう一度取り組んでいただき、皆で楽しい老人クラブにしていきたいでしょう。これからも会員の皆様が元気に積極的に地域活動に参加され、健康寿命を延ばしていかれますようご祈念申し上げます。ごあいさつとさせていただきます。

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**いのくま歯科クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	/	/
14:30~19:00	○	○	○	○	○	○	/	/

【休診日】第1.3.5土曜、日曜、祝日  
京田辺市三山木野神 56-7  
TEL.0774-62-1182

**やました歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:30~ 5:00	○	○	○	×	○	○
午後 5:30~ 7:30	○	○	○	×	○	×

【休診日】木曜午後・土曜夜/日曜・祝日  
京田辺市山手西 1丁目 2-9  
TEL/FAX.0774-34-5454

**内科 ちゅうしょクリニック**

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

○は内科(予約可) ※は心療内科(完全予約制)  
【休診日】木曜・土曜午後/日曜・祝日  
京田辺市山手西 2-2-10 日東センタービル 2F  
TEL.0774-68-1002

**西村外科**

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	/	○	○
午後 5:00~ 7:30	○	○	/	/	○	/

【休診】木・日・祝 夜診水、土  
京田辺市大住ヶ丘 1丁目 16-3  
TEL.0774-62-3633

**岡崎歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~PM12:30	○	○	○	○	○	○
PM2:30~PM 5:00	○	○	○	×	○	×

【休診】木・土曜日午後・日曜日・祭日  
京田辺市河原平田 8の18  
TEL.0774-62-4525

**クローバー薬局**

本店 TEL:0774-65-3700

営業時間	月	火	水	木	金	土
9:00~20:00	○	○	○	17:00まで	13:00まで	【定休日】日・祝

京田辺市山手西 2-2-2  
東店 TEL:0774-94-6767

営業時間	月	火	水	木	金	土
9:00~19:30	○	○	○	17:30まで	12:30まで	【定休日】日・祝

京田辺市山手西 2-2-10 日東センタービル 1階

市老連研修旅行

167名参加！来年度も！



水郷めぐりをしました

11月11日に行われた市老連研修旅行に167名が参加。今回の研修旅行は、信楽で陶芸体験、近江八幡で近江牛のランチ、ラコリーナ近江八幡とかねふくめんたいパークびわ湖で買い物、そして水郷めぐりといった盛りだくさんの内容でした。そのため、時間的には少しタイトになりましたが、参加者からは、「来年も行



信楽焼きを作りました

きたい」という声が聞かれました。今回の研修旅行はコロナ禍もあり、ご応募いただけただけの心配していましたが、本当にたくさんの方にご参加いただき、また参加者の皆さんに喜んでいただけ良かったと思います。令和5年度も多くの方にご参加いただける研修旅行を実施したいと考えています。

ゲートボール大会とウォーキング大会

3年ぶりの開催で好評！

9月22日に第40回ゲートボール大会、2月22日にはウォーキング大会をいずれも3年ぶりに開催しました。

ゲートボール大会は、小雨降る中でのスタートとなりましたが、参加者の熱気で晴天に変わりました。この日は5チーム(26名)が参加しました。総当たり戦で打田チームが優勝をおさめられました。



みんなでウォーキング大会



ホールインワン狙うぞ!!



した。

令和4年度のウォーキング大会は2回開催する予定でしたが、1回目はまさかの雪で中止。2回目は宝生苑から竜王野外活動センターまでの往復のコースに19名が参加し、全員無事に歩き終えました。

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

宇治茶・抹茶スイーツ  
 有限会社  
**今村芳翠園本舗**  
 京田辺市河原神谷3番地  
 TEL.0774-62-0018

宇治茶の産地問屋  
 JA全農京都 指定業者  
**仲井芳東園**  
 京田辺市草内一ノ坪15-1  
 TEL.0774-62-2458

**わたせ歯科医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 2:30~ 7:30	○	○	○	○	○	×

休診日：第一金曜日・日曜・祝祭日・土曜午後  
 京田辺市花住坂1丁目2-5  
 TEL:0774-65-2155

有限会社 **フシミ**  
 京田辺市薪狼谷8-19  
 TEL.090-8233-0313

**山城繊維工業**  
 株式会社  
 京田辺市薪泥々50  
 TEL.0774-62-0471

ハンドバッグ・製造・卸売・企画販売  
**リエール** 株式会社  
 京田辺市河原御影30番26号  
 Fビル502  
 TEL.0774-66-2584  
 FAX.0774-66-2590

令和4年度事業報告

月	日	事業内容
(R4) 4	11	第1回本部役員会
	18	第1回全体理事会・第1回女性部役員会
	25	<b>女性委員会総会</b>
	28	<b>若手委員会総会</b>
5	2	第1回広報理事会
	11	令和4年度市老連総会 第1回健康推進理事会
	23	第2回女性部役員会・第1回旅行理事会
	31	<b>第179回府老連理事会</b> <b>第74回府老連評議員会</b>
6	6	第2回本部役員会
	15	市老連学習会
7	4	第2回旅行理事会
	20	<b>市長村老連リーダー研修会(6名)</b>
	25	市老連ゲートボール大会役員会
8	4	第1回市老連グラウンド・ゴルフ大会役員会
	8	第3回本部役員会、第3回旅行理事会
	29	第4回旅行理事会
9	22	ゲートボール大会(26名)
	26	女性部管外研修(11名)
	28	第2回市老連グラウンド・ゴルフ大会役員会
	29	<b>山城ブロック女性リーダー研修会(7名)</b>

月	日	事業内容
10	3	第4回本部役員会
	13	<b>第43回京都府老人クラブ大会(4名)</b>
	18	第5回旅行理事会
	28	市老連グラウンド・ゴルフ大会(122名)
	31	市長要望及び懇談
11	11	管外研修旅行(参加者167名)
	25	体力測定会(21名)
	29	女性部雑巾等整理(3,749枚)
12	2	<b>若手委員リーダー研修会(4名)</b>
	5	第5回本部役員会・第6回旅行理事会
(R5) 1	16	女性部雑巾贈呈(大住小、他22施設)
	25	第1回ウォーキング大会(中止)
2	15	<b>市町村老連新会長・事務局長会議</b>
	22	第2回ウォーキング大会(19名)
3	6	第6回本部役員会
	13	全体理事会
	15	<b>第181回府老連理事会</b>
	22	会計監査
		市老連会長表彰状授与(12名)

※太字は府老連事業  
○単位クラブ実施事業

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

鳥の専門店  
**田中屋**  
京田辺市新高木7-2  
TEL・FAX(0774)62-5409

資材倉庫軽作業員募集中!  
型枠工事業  
株式会社  
**神組**  
jin gumi  
京田辺市水取寺ヶ谷55  
TEL.0774-29-9081

土木・建築 総合請負  
京田辺市上下水道指定工事店  
**東 株式会社 東 建設**  
京田辺市多々羅東平川原30  
TEL.63-0405 FAX.63-7272

株式会社 **小野木鉄工**  
京田辺市打田埜田野48-1  
TEL.0774-68-0111

株式会社 **西川造園**  
庭 魂の開発  
京田辺市興戸郡塚70-1  
TEL.0774-62-1425

旭化成パワーボード工事  
サイディング工事  
コーキング工事  
株式会社 **アスリート商工**  
京田辺市大住八河原71  
TEL.0774-34-0144

令和5年度事業計画

月	日	事業内容
4	7	女性部長会
	10	第1回本部役員会
	17	全体理事会・第1回女性部役員会
	28	<b>若手委員会総会・女性委員会総会</b>
5	17	<b>第182回府老連理事会</b>
	19	令和5年度市老連総会・健康推進理事会
	22	第1回旅行理事会・第2回女性部役員会
	31	<b>第75回府老連評議員会</b>
	下旬	市老連ゲートボール大会役員会
6	5	第2回本部役員会
	14	市老連学習会
	22	<b>市町村老連新会長・事務局長会議</b>
	23	市老連ゲートボール大会
	29	<b>近畿ブロックリーダー研修会</b>
7	3	第2回旅行理事会
	20	<b>市町村老連リーダー研修会</b>
8	4	市老連グラウンド・ゴルフ大会役員会
	7	第3回旅行理事会
9	1	<b>山城ブロック女性リーダー研修会</b>
	29	女性部管外研修
	中旬	第1回市老連会長会
	下旬	<b>洛南寮交歓会</b>

月	日	事業内容
10	2	第3回本部役員会
	6	市老連グラウンド・ゴルフ大会 (予備 10/13)
	11	<b>第44回京都府老人クラブ大会</b>
	16	第4回旅行理事会
	下旬	第2回市老連会長会
11	9~10	市老連研修旅行
	21	<b>若手委員会リーダー研修会</b>
	24	体力測定会
	28	女性部雑巾等整理
	中旬	女性部雑巾等収集
	下旬	市長要望及び懇談
12	4	第4回本部役員会・第5回旅行理事会
	15	<b>第183回府老連理事会</b>
	上旬	女性部雑巾等贈呈・配布
(R6)	中旬	市老連新年懇親会 第1回ウォーキング大会
2	上旬	第2回ウォーキング大会
	中旬	<b>市町村老連会長・事務局長会議</b>
3	4	第5回本部役員会
	14	全体理事会
	中旬	<b>第184回府老連理事会</b>
	下旬	会計監査

※太字は、府または府老連事業  
○単位クラブ実施事業

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**鼻炎・花粉症**を和らげる**ツボ**  
指でツボをしっかりと押さえましょう。

※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。  
異常を感じたら止めてください。

信頼と実績の企業経営相談

**京都社会保険労務士事務所**

京田辺市薪西窪 21 番地  
TEL.0774-62-2471

土地・建物・売買  
不動産管理・設計・施工

**株式会社 ミライホーム**

京田辺市田辺深田 52  
TEL.(0774)63-6511  
FAX.(0774)63-6512

型枠工事

**株式会社 京都井口組**

京田辺市草内大切 36-3  
TEL.0774-65-5596

**作業員募集中!**

**株式会社 能勢鉄筋**

京田辺市普賢寺淵尻 87  
TEL.0774-63-2212

**PPi 工業株式会社**

京田辺市大住池嶋 25  
TEL.0774-63-7247



単位クラブ紹介

「老人クラブ山崎喜寿会」の歴史と活動

山崎喜寿会

会長 竹下 一吉

会 映画会等の開催

二 見学旅行等の実施

ホ 軽スポーツの実施

これらの活動指針に基づき、年間活動を実施しています。

\*4月中旬 清掃奉仕。

みどり公園、地区内の道路や店舗周辺のゴミ拾い、草引き等の清掃。

\*10月中旬 座談会、講習会、食事を公民館で開催

一つのテーマを取り上げ、講師の指導で実施し、終了後食事会。

\*2月初旬 総会、新年会

事業報告、会計報告、その他の連絡。総会終了後、新年会の会食。

\*ゲートゴルフ練習会

毎月2回、みどり公園グラウンドで開催。

コロナ禍での活動中止3年間を乗り越え、今後は「山崎喜寿会」の活動が、楽しく行えるよう運営に取り組んでいきます。

また、令和5年度の本会 会員数は42名（男性21名 女性20名）。小さな地区で70歳後半以上が半数の老人クラブですので、無理のない活動をしていきたいと思っています。



特殊詐欺ニュース

予想される事例（他県で同種のアポ電が発生しています）

- 市役所職員等をかたって電話をかけ義援金を振り込ませる！
- 市役所職員等をかたって自宅を訪問し「義援金を集めている。」などと言って現金を受け取る！
- 新型コロナウイルスに感染した身内を装い電話等で現金を要求する！



防犯ポイント

- ◆公的機関などがこのような電話をかけることは、絶対にありません！！
- ◆必ず誰かに相談する！絶対に現金等を渡してはいけません！！必ず家族や知人、警察に相談してください。

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

健康  
コラム

とってもべんり  
お薬手帳を持ちましょう！

お薬手帳を持っていると…

- ・複数の病院にかかっている場合、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- ・過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- ・災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- ・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により適切な処方に役立ちますよ。



— 単位クラブ紹介 —



**会員の親睦と交流を目指して**  
**江津和光会**

会長 林 恒夫



私たちの江津和光会は  
会員相互の親睦と交流  
高齢者の健康福祉の向上  
などを目的に昭和42年12  
月に結成されています。

江津地区は、近鉄宮津  
駅西側の農村と新興住宅  
地・マンションが混在す  
る環境の中にあり、今も  
区内の人口が増加しつづ  
あります。現在の会員数  
は99歳の会員を最高齢に  
164名が集う和やかな  
雰囲気を保つ集まりと  
なっています。

これまでの年間活動  
は、講師を招いての健康  
教室や時節に応じたテー  
マでの講話等の聴講、新  
緑の時期の日帰り管外研  
修、夏には会員が栽培・  
収穫した「スイカを食べ  
る会」が開催されたこと

もありました。秋には文  
化祭として菊花展と手作  
り作品等の展示や憩いの  
場を設けての交流会を開  
催。晩秋には宿泊研修旅  
行を実施し、会員相互の  
親睦と交流の機会として  
例年多くの参加を得なが  
ら実施してきました。年  
度末には1年の活動を総  
括する場として会員総会  
を開催しています。

こうした取り組みも、  
コロナ禍にあったここ3  
年間は開催することが出  
来ず、残念ながら年3回  
の友愛訪問活動と菊花展  
の開催、江津区から補助  
金を受けて実施している  
墓地周辺の草刈り等のみ  
を継続的に実施してきた  
ところです。その他、江  
津地区には新年の風物

詩として親しまれてい  
る「おんごろうん」があ  
ります。この継承に取り  
組んでいる子供会の活動  
を支援するため、「おん  
ごろうん保存会」と連携  
しながら準備作業等のサ  
ポートにも参加していま  
す。

一方で、地域内の高齢  
者に江津和光会への加入  
を呼びかけていますが、  
転入者も多い中で対象者  
の情報把握も難しく、一  
部で声かけが出来ていな  
いという課題もありま  
す。  
そんな中で、コロナ禍  
を脱しつつある今年度か  
らは、再び、会員の親睦  
と交流に寄与する取り組  
みを進めていきたく考え  
ています。

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**お任せください**

**句集・記念誌・自分史**  
**「パソコン苦手」でもOK!**



見積り  
無料

「1冊から作成」まずはご相談を!

TEL 078-351-3389

株式会社 二チコミ

## 令和4年度 京田辺市老人クラブ連合会収支決算書 (単位:円)

収入の部				
科目	予算額	収入金額	比較増減	摘要
1. 分担金収入	1,054,000	1,054,000	0	市老連分担金 10,700円×62=663,400円 府老連分担金 6,300円×62=390,600円
2. 補助金	1,026,040	1,006,280	△ 19,760	連合会運営費補助金(市) 88円×3,060人+194,000円=463,280円 友愛活動補助金 480,000円社協補助金50,000円 府老連補助金13,000円
3. 寄付金	40,000	20,000	△ 20,000	
4. 雑収入	550,000	1,520,924	970,924	利息、GG大会参加費(122名)、女性管外研修自己負担分(12名)、管外研修旅行自己負担額(167名)
5. 繰越金	2,437,514	2,437,514	0	前年度繰越金
収入合計	5,107,554	6,038,718	931,164	
支出の部				
1. 会議費	800,000	188,358	△ 611,642	
総会費	750,000	168,517	△ 581,483	
役員会費	50,000	19,841	△ 30,159	全体理事会
2. 運営費	380,000	273,561	△ 106,439	
報償費	90,000	14,000	△ 76,000	講師謝礼等
旅費	100,000	123,020	23,020	研修等旅費
交際費	40,000	16,000	△ 24,000	会長交際費
手数料	10,000	6,930	△ 3,070	振込手数料
需用費	140,000	113,611	△ 26,389	消耗品、通信、印刷製本費等
3. 事業費	2,500,000	3,697,852	1,197,852	
表彰費	60,000	34,267	△ 25,733	記念品等
保養保健費	600,000	266,113	△ 333,887	体力測定会、市老連GB・GG大会、 綴喜・山城GB大会、ウォーキング大会
老人福祉推進費	480,000	480,000	0	友愛訪問活動
研修会費	160,000	32,000	△ 128,000	府老連リーダー研修会参加費
視察研修費	1,100,000	2,815,104	1,715,104	女性管外研修費、管外研修旅行費
学習会費	100,000	70,368	△ 29,632	学習会費
4. 補助金	1,020,000	82,500	△ 937,500	GOTO補助金
5. 分担金	399,900	344,000	△ 55,900	府老連分担金
6. 予備費	7,654	0	△ 7,654	
支出合計	5,107,554	4,586,271	△ 521,283	

次年度繰越 6,038,718円-4,586,271円=1,452,447円

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

京都府公安委員会指定  
**山城自動車教習所**  
綴喜郡井手町多賀西北河原 49  
TEL.0774(82)2165

京都府公安委員会指定  
**山城田辺自動車学校**  
京田辺市普賢寺中島 4-9  
TEL.0774(63)6600

  
**松葉コーポレーション**  
京田辺市田辺中央 1丁目 1-10  
REFLET1st 202  
TEL.0774-66-6458

皆様の立場に立って考える地元業者  
分譲住宅・土地造成・不動産売買仲介  
**木津川土地株式会社**  
京都府宅地建物取引業協会会員 全国宅地建物保証協会会員  
免許証番号 京都府知事 (15) 2164号  
京田辺市田辺平田 15-36  
TEL.0774-62-0237

浄土宗  
**光明山 阿弥陀寺**  
京田辺市飯岡東原 11 番地  
TEL.(0774)62-3819

**西正縫製(有)**  
京田辺市飯岡権田 92  
TEL.0774-66-6071

金属スクラップ回収業  
現金高価買取  
**日星商事**  
京田辺市普賢寺湊尻 95-1  
TEL.0774-63-8820



令和5年度 京田辺市老人クラブ連合会収支予算書 (単位:円)

収入の部				
科目	本年度予算額	前年度予算額	比較	摘要
1. 分担金収入	954,800	1,054,000	△ 99,200	単位クラブ市老連分担金 10,700円×62=663,400円 単位クラブ府老連分担金 4,700円×62=291,400円
2. 補助金	1,013,280	1,026,040	△ 12,760	連合会運営費補助金(市) 88円×3,060人+194,000円=463,280円 友愛活動補助金 480,000円 社協補助金50,000円 府老連補助金20,000円
3. 寄付金	40,000	40,000	0	各事業での来賓祝金等
4. 雑収入	2,500,000	550,000	1,950,000	総会 管外研修祝金 新年懇親会 研修参加費、グラウンド・ゴルフ 参加費、 新年懇親会参加費、貯金利息 等
5. 繰越金	1,452,447	2,437,514	△ 985,067	前年度繰越金
収入合計	5,960,527	5,107,554	852,973	
支出の部				
1. 会議費	650,000	800,000	△ 150,000	
総会費	600,000	750,000	△ 150,000	総会・新年懇親会
役員会費	50,000	50,000	0	役員会・各理事会
2. 運営費	390,000	380,000	10,000	
報償費	90,000	90,000	0	講師謝礼等
旅費	130,000	100,000	30,000	会長会議等
交際費	40,000	40,000	0	会長交際費
手数料	10,000	10,000	0	振込手数料
需用費	120,000	140,000	△ 20,000	消耗品、通信、印刷製本費等
3. 事業費	3,990,000	2,500,000	1,490,000	
表彰費	60,000	60,000	0	記念品等
保養保健費	400,000	600,000	△ 200,000	体力測定会、市老連GB・GG大会、 緑香・山城GB大会、山城GG大会、ウォーキング大会
老人福祉推進費	480,000	480,000	0	友愛訪問活動
研修会費	50,000	160,000	△ 110,000	府老連、山城ブロック等、研修会参加費等
視察研修費	2,900,000	1,100,000	1,800,000	女性管外研修費、管外研修旅行費
学習会費	100,000	100,000	0	学習会費
4. 補助金	510,000	1,020,000	△ 510,000	登録クラブ活動補助金、活性化補助金
5. 分担金	399,900	399,900	0	府老連分担金、京田辺市を美しくする会費
6. 予備費	20,627	7,654	12,973	
支出合計	5,960,527	5,107,554	852,973	

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

備えて安心! 防災グッズあれこれ

いつ起こるか分からない災害。いざという時、慌てないためにも、必需品をリュックなどにまとめておきましょう。

<基本グッズ>

- 貴重品(現金・保険証など)
- 救急セット(常備薬または処方箋も)
- 飲料水(最低でも水500ml)
- 非常食(ナイフ・缶切り・栓抜きも)
- 懐中電灯・ロウソク
- 携帯ラジオ(予備乾電池)
- ポケットティッシュ(ウェットティッシュ)
- 手袋(軍手)
- タオル
- ライター
- 雨具
- 予備の着替え



紙おむつ

- 生理用品
- メガネ・コンタクトレンズなどの日用品
- ※家族写真もあると、探す際に役立ちます。

<あると役立つグッズ>

- 折りたたみポリタンク
- アルミ保温シート(体温の低下を防ぐ)
- カイロ
- おしりふき(大判で、体ふきに便利)
- 裁縫セット
- 帽子
- ランタン
- キャンプ用品



忠魂山 正覚寺

京田辺市三山木野神 16  
TEL.0774-62-0230

浄土真宗本願寺派

南寶山 光西寺

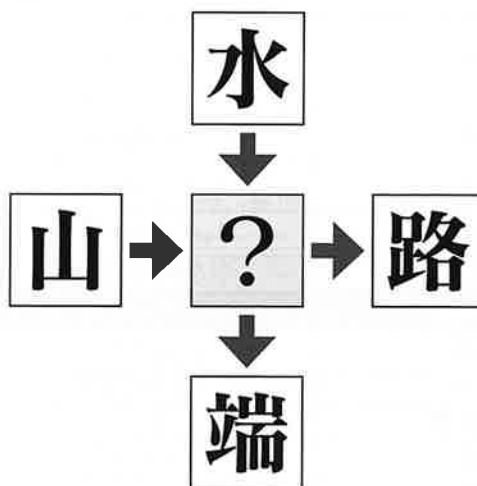
京田辺市三山木谷垣内 28  
TEL.0774-62-0398

# ちょっとひといき 漢字クイズ

(問題)

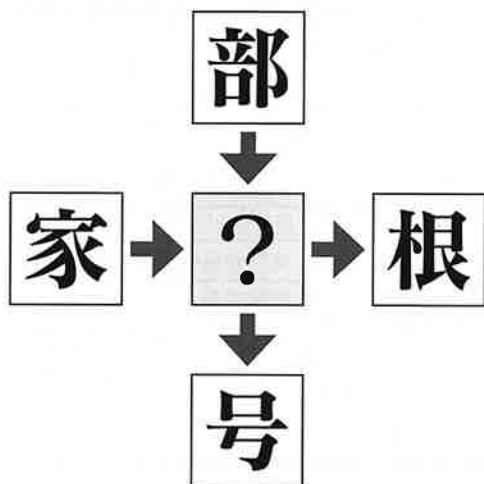
□に入る漢字は何でしょう？

【第1問】

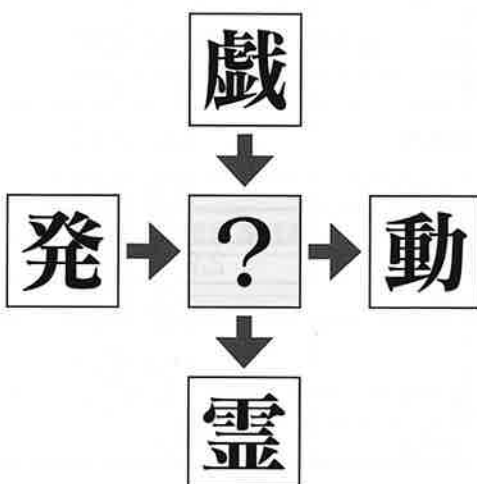


答えは欄外

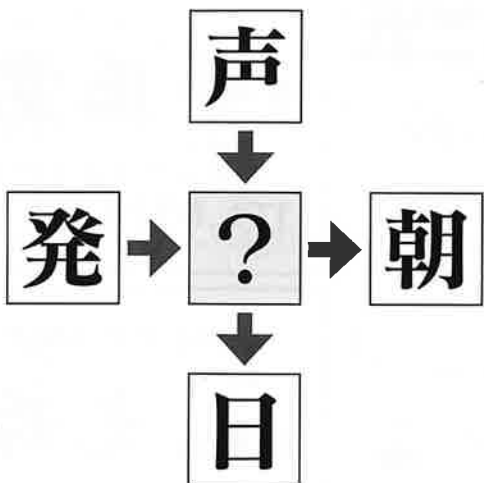
【第2問】



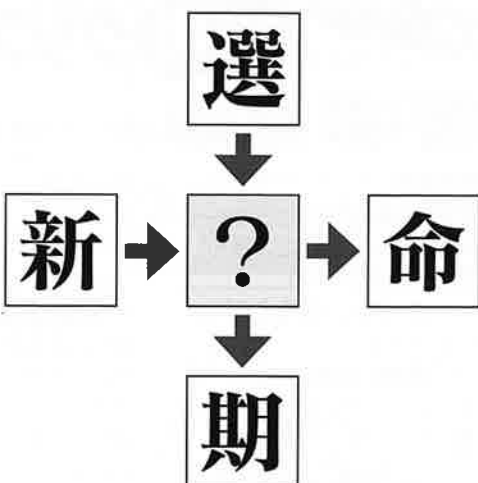
【第3問】



【第4問】



【第5問】



**文芸コーナー**

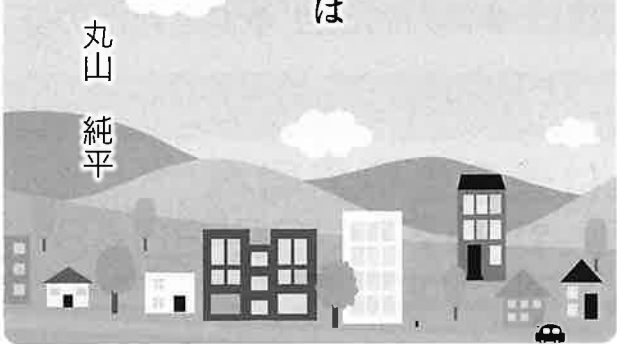
**短歌**


◎山手南熟年クラブ 南口ーズ会

アメリつ差し出しマスク取らせては  
その隙に顔急ぎ見て居り

この世には鬼はいないと思いが  
世界は広しロシアに居たり


丸山 純平





**熱中症に気をつけよう**

- ・温度に気をくばろう  
今いるところの温度を知ろう!
- ・飲み物を持ち歩こう  
いつでも水分補給ができるように!
- ・休息をとろう  
ぐっすり眠れる工夫をしよう!
- ・栄養をとろう  
バランスよく食べよう!
- ・声をかけ合おう  
家族、会員、近所同士「だいじょうぶ」!



**広報誌『市老連ひとやすみ』**

**募集内容**

- ・単位クラブ紹介、随想、文芸  
(俳句・短歌・川柳など)、絵画、写真等々。
- ・文章は400字詰め原稿用紙2枚程度。  
文芸作品は1人2句(首)まででお願いします。  
なお、投稿の際は、単位クラブ名、氏名、連絡先を明記ください。
- ・紙面の都合により一部割愛または次号掲載になる場合がありますのでご了承ください。
- ・たくさんのご応募をお待ちしております。

**原稿募集**



**原稿送り先**

京田辺市老人クラブ連合会  
京田辺市草内五ノ坪6番地  
☎0774-62-3643

次回発行予定  
**令和6年6月**

---

原稿締め切り日  
**令和6年3月31日**

老人クラブに入会して 生きがいを見つけましょう

# 老人クラブ会員募集

仲間づくりと健康づくりをご一緒に

京田辺市老人クラブをご存じですか？  
 私たちは「健康・友愛・奉仕」に基づき  
 活動をしています。  
 概ね60歳以上なら誰でも仲間になれます。

健康・友愛・奉仕



あなたのお知り合いをご紹介ください



【主な活動内容】

- ◆グラウンド・ゴルフ大会
- ◆ゲートボール大会 ◆研修旅行 ◆体力測定会 ◆他世代との交流



入会に関するお問い合わせは

お知り合いの会員、役員または連合会事務局へ

京田辺市老人クラブ連合会事務局 ☎ 0774-62-3643

## 編集後記

会員の皆さまいかがお過ごしでしょうか。今回も皆さまのご協力により、無事、「市老連ひとやすみ」第3号を発刊することができました。

新型コロナウイルスが2類からインフルエンザと同じ5類に引き下げられました。今年はコロナ禍以前とまではいかないまでも、活動の幅も広がる1年になるかと思えます。

紙面での、市老連研修旅行や単位クラブの活動、事業を元気に取り組まれている姿は、皆さんに活力を与えてくれます。

令和5年度も様々な事業が予定されており、計画的に行われることを願っています。



## スポンサーへのお礼

広報誌「市老連ひとやすみ」を刊行するにあたり、協賛・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誌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。

京田辺市老人クラブ連合会

私たちは京田辺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

義肢・装具・靴・医療福祉機器  
 スポーツインソールの開発・製造・販売

**株式会社 P.O.ラボ**

京田辺市松井山川 1-7  
<http://www.po-labo.com>  
 TEL.0774-62-9566

**遥かの家族葬**  
 シンプル生花祭壇 39万円～  
税込42.9万円

故人葬 社葬 寺葬 法要  
 誠心堂 葬祭事業 セレモニー 遥

もしもの時は… **24時間体制**  
 ☎ 0774-63-0009 (代)

YOUR Life Station 医療法人社団 石鑑会  
Medical Corporation Isekani

秋吉示病院・老坂町産期母子医療センター  
**京田辺中央病院**  
 ☎0774-63-1111  
近鉄新田辺駅より徒歩2分  
 京田辺駅より徒歩3分

回復期リハビリテーション病棟・人工透析  
**京田辺記念病院**  
 ☎0774-63-1112

小児科・内科・脳神経内科  
**同志社山手病院**  
 ☎0774-63-1113

**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