

市老連

まづがわ



こころ豊かに
前向きに！
老人クラブは一人一人が主役です！

発行：木津川市老人クラブ連合会 木津川市木津川端 19 番地 木津老人福祉センター内 ☎ 0774-72-7434
編集協力：(株)博報社 大阪市平野区喜連西 4-6-69 ☎ 06-6797-0212

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

介護付 有料老人ホーム
(入居時 要支援・要介護)

サブリティ木津

24時間体制の
介護サポート・
医療支援体制



〒619-0213 木津川市市坂六本木76

資料請求・見学申込・お問い合わせは

☎ 0120-26-3410

「思いやり」をつなぐ。
ご利用者さまと職員の心の「居場所」を目指し、
私たちは介護の未来へと進みます。

社会福祉法人 芳梅会

特別養護老人ホーム木津芳梅園

ショートステイ・デイサービス

木津川市扇背山泉大池4-1 TEL(0774)72-8246

あすてるケアプランセンター

木津川市木津南垣外40-8 TEL(0774)72-7500

あすてる訪問介護ステーション

木津川市木津南垣外40-8 TEL(0774)75-2039

http://www.houbaikai.com/



福寿園 茶問屋ストリート

木津川市山城町上粕東作り道 16

TEL 0774-66-6280 (予約・問合せ)

寄り添い、その人らしい暮らしを支え合う
特別養護老人ホーム

きはだの郷

デイサービス
うみさき

お問い合わせ先はこちら

TEL 0774-66-2112

利用・介護に関するご相談受け付けております。
お気軽にお問い合わせ下さい。

三福福祉会 検索

一般歯科・歯科口腔外科
矯正歯科・小児歯科

医療法人 真善美会
ふじわら歯科クリニック

歯科・訪問歯科

木津川市梅美台4-12-17

☎(0774)75-1848

内科・小児科
吉村医院

出日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医

出日本老年医学会認定 老年病専門医

院長 吉村 陽

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

木津川市加茂町駅東2-6-12 TEL(0774)76-8424

http://www.yoshimura-iin.com



人生相談 TEL.0774-76-4956

先祖供養 木津川市加茂町銭司美ノ畑26

光明山聖法院

ごとう耳鼻咽喉科

みみ、はな、のど、めまい、みみなり

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~12:30	●	●	●	●	●	●
PM 4:00~7:00	●	●	●	●	●	●

林診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日

近鉄木津川台駅前 ハーベス南側 P有

木津川市吐師山下1番地 吐師医療ビル2F

☎(0774)73-8733

いよいよ

木津川市老人クラブ連合会

会長 兎本 久和



なければならぬため
行事実施に消極的な
る市町村老連もありま
した。

木津川市老連では、

主催する行事並びに主

幹する行事として3年間の行動制
限で中止になっていた次の行事を
計画・実施しました。

(1)「第9回京都府知事杯・山城ブ
ロック老人クラブ連合会親善グラ
ウンド・ゴルフ大会」

(2)「第6回木津川市老人クラブ連
合会会長杯・ゲートボール交流大
会」(知事杯山城ブロック老人ク
ラブ連合会親善ゲートボール大会
予選会を兼ねる。)

(3)「第6回木津川市老人クラブ連
合会会長杯グラウンド・ゴルフ大
会」(知事杯山城ブロック老人ク
ラブ連合会親善大会グラウンド・
ゴルフ予選会を兼ねる。)本大会
は、予備日も含めて雨天のため実
施できず、急ぎよ各支部から「知
事杯山城ブロック大会」への参加
者を決めてもらうように依頼しま
した。

(4)「木津川市老人クラブ連合会第

4回公式ワナゲ大会」

このように、新型コロナウイルス
感染症の影響は、いろいろあり
ます。外出を控えることにより、
「フレイル(虚弱)」が進行するな
ど、高齢者自身の健康にも大きな
影響が出つつあります。

今後はワクチン接種の普及によ
り、徐々に収束に向かうものと推
測されますが、収束後もコロナ禍
以前と全く同じ生活に戻れないこ
とを覚悟する必要があります。

アフターコロナ(コロナ後)に
おいては、「新しい生活様式」を
取り入れながら、創意工夫を凝ら
した多様な活動が一層重要になっ
てきます。

第8波の感染が拡大していく
中、法令が改正されましたが、従
来どおり感染予防を徹底しなが
ら、人と人との交流の機会を増や
し、健康寿命を延ばして「人生1
00年時代」を楽しみ、元気に過
ごしていこうではありませんか。
結びにあたりまして、会員の皆
様のご健勝とご多幸をお祈り申し
上げ、ごあいさつとさせていただきます。

「市老連きづがわ第5号」の発
行にあたり、一言ごあいさつ申し
上げます。木津川市老人クラブ連
合会会員の皆様におかれまして
は、地域の高齢者として健康づく
りやレクリエーションをはじめ仲
間同士の支え合いや清掃奉仕など
地域に役立つ活動に取り組んでお
られることに対し、敬意を表すと
ともに連合会活動に対してもご理
解とご協力を賜り厚くお礼申し上
げます。

さて、令和4年度は「新型コロナ
ウイルス感染症」の収束が見え
ないなか、ウィズコロナを模索す
るために「行動制限」が緩和され
ました。

それにより、各種行事が感染予
防を講じながら実施することがで
きるようになりました。

しかし、感染予防をどのよう
にするかを主催者等で考え、決定し

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ショー ルーム 新車&中古車 アフターサービス 保険

クルマの事なら何でも
お気軽にご相談ください!

ASADAJIDOSHA 株式会社 浅田自動車工業

木津川市市坂高座4-20
TEL(0774)72-0680

浅田自動車工業 検索

不動産・賃貸・管理

TKリアルエステート

TEL(0774)76-8181
FAX(0774)76-8178

tk-r-estate.com

金融・記帳・経営・税金・労務など
お気軽に商工会にご相談下さい。

木津川市商工会

本所 木津川市木津南垣外83-3
TEL(0774)72-3801 FAX72-6564
加茂支所 木津川市加茂町里南古田24
TEL(0774)76-2970 FAX76-7211
山城支所 木津川市山城町上狛北的場15
TEL(0774)86-3157 FAX86-4064
URL https://kizugawa.kyoto-fsci.or.jp

FCbrain

税理士法人 FCブレイン

木津川市相楽城西12 ラ・ピセル101
TEL(0774)75-2663
FAX(0774)75-2623
E-mail: uk@fc-brain.com
http://www.fc-brain.com

令和5年度 木津川市老連事業計画

月	事業内容	場所
4	令和4年度監査	事務局
	府老連女性委員会総会	京都市
	第1回理事会	木津老人福祉センター
	相楽老人クラブスポーツ大会打ち合わせ	山城保健所
5	府老連若手委員会総会	京都市
	第180回理事会(旧)	京都市
	第75回評議員会(旧)	京都市
6	第181回理事会(新)	京都市
	令和5年度市町村老連新任会長・事務局研修会	京都市
7	支部長会議	事務局
	第2回理事会	木津老人福祉センター
	府市町村老連リーダー研修会	ハートピア京都
8	山城ブロック会議	未定
	社会奉仕の日	全国一斉
9	支部長会議	事務局
	老人クラブ役員研修会	未定
	相楽市町村高齢者交通安全大会	未定
10	山城ブロック女性リーダー研修会	京田辺市中央公民館
	第7回市老連グラウンド・ゴルフ大会	木津ふれあいグラウンド
	第7回市老連ゲートボール大会	加茂赤田川グラウンド
	第5回市老連公式ワナゲ大会	アスピアやましろ
	第38回相楽市町村親善ゲートボール大会	木津川市
	第36回山城ブロック親善ゲートボール大会	京田辺市
11	第44回京都府老人クラブ大会	京都テルサ
	第3回理事会	木津老人福祉センター
12	第10回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	長岡京市
	公式ワナゲ京都府大会(若手リーダー研)	八幡市民体育館
1		
	第4回理事会	木津老人福祉センター
	広報編集委員会	木津老人福祉センター
2	市町村老連会長・事務局会議	京都市
	支部長会議	事務局
3	支部長会議	事務局
	広報編集委員会	木津老人福祉センター

令和5年度
木津川市老人クラブ連合会役員

役員名	氏名	支部役員等
会長	兎本 久和	加茂支部長
副会長	中森 啓之	木津支部長
副会長	富岡 利一	山城支部長
副会長	田中 健	加茂副支部長
女性部長	中川百合子	加茂支部女性部長
会計	藤山 哲朗	山城副支部長
監査	山本 康壽	木津副支部長
幹事	柳田 珠江	木津支部女性部長
幹事	川北早百合	山城支部女性部長
顧問	山守 和良	元・会長
顧問	大山 順子	元・女性部長
顧問	中島 英一	前・会長

創立60周年記念
全国老人クラブ大会
国技館で開催される

令和4年11月8日、天皇皇后両陛下をお迎えして、東京都両国・国技館において、創立60周年記念全国老人クラブ大会が開催され、850名のリーダーが参加しました。天皇陛下のおことばでは「老人クラブの皆さんが創意や工夫をこ



写真提供：全国老人クラブ連合会

参加者は、すべての世代が輝ける地域共生社会を築きあげていくために新たな一歩を踏み出すことを改めて誓い合いました。

らし、子どもたちや若い世代とも交流しながら、積極的に社会参加を進められていくことを、頼もしく思います。などと述べられました。

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

後水尾天皇勅願寺

鴨居
大智寺

木津川市木津雲村42-1
TEL(0774)72-2500
FAX(0774)73-9200

タイヤ販売・取付 お見積り歓迎



タイヤフィット京都

営業時間：10:00~17:00
定休日：水曜日・祝日

木津川市相楽川/虎87-1 TEL(0774)26-9223

www.tirefit.jp

まちの美化に努める

庄司圭佑株式会社

地域住民の皆様方に少しでもお役にたてるよう、日々努めてまいります。

木津川市木津雲村141-3
TEL(0774)73-2448 FAX73-2448
本社：木津川市山城町上狛鍵垣外2-3
TEL(0774)86-3252 FAX86-5440

美しく快適な生活環境づくりに貢献する
一般廃棄物収集運搬中間処理/産業廃棄物収集運搬

南京都リサイクルセンター
株式会社 南京都清掃社

木津川市山城町上狛西明官1番地1
TEL(0774)86-3717 FAX86-5313

不燃物処理センター

木津川市山城町上狛西殿17番地

木津川市老人クラブ連合会 令和4年度事業報告



のばそう！健康寿命 担おう！地域づくりを

○6月24日 令和4年度市町村
老連新任会長・事務局研修会

(ハートピア京都) 2名参加

○7月20日 府市町村老連リ-

ダー研修会(ハートピア京都)
6名参加

・講演①100歳まで生きる

覚悟生きがいづくりから
身じまいまで

春日キスヨ氏(臨床社会学

者・元松山大学教授)

・講演②「笑って笑って、健

康寿命もアップ！」

桂 三扇(落語家)

○8月9日 山城ブロック会議

(精華町)ゲートボール大会

の打ち合わせ等 2名参加

○9月6日 第6回市老連会長

杯ゲートボール交流大会(赤

田川グラウンド)参加者18名

☆大会結果

1位:木津Aチーム

2位:千寿会チーム

3位:木津Bチーム

敢闘賞:加茂チーム

○9月29日 山城ブロック女性

リーダー研修「神戸港クル-

ズと未来防災センター見学

□□ナ禍のため当会より参加
者なし

○10月13日 第43回京都府老人

クラブ大会(ホテルルビノ京
都堀川) 2名参加

※令和4年度当会表彰該当者なし

○10月19日 第4回市老連会長

杯公式ワナゲ大会(アスピア
やましろ)参加者109名

☆大会結果

1位:福井 吉弘

(不二荘園親友会)

2位:中村福清古

(不二荘園親友会)

3位:氏中 清

(いづみ長寿会)

飛び賞:6名

○10月26日 第35回山城プロッ

ク親善ゲートボール大会(打
越台グラウンド)

☆大会結果

1位:長岡京チーム

2位:精華Aチーム

3位:京田辺打田チーム

4位:木津川市チーム

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

相続・贈与等での土地建物の名義変更
遺言の相談・会社設立等

木津川司法書士事務所

司法書士 松本 尚

木津川市相楽城下100番地9
OKビル201号

TEL(0774)73-0565

相続・税務申告・記帳代行
税理士法人 **高瀬会計事務所**

税理士 高瀬 哲也

木津川市州見台4-5-1

TEL(0774)73-6370

相続手続・遺言書作成
建設業許可・産廃許可など

山城行政書士事務所

行政書士 西岡 邦晃

行政書士 西岡有希絵

木津川市山城町平尾不知田74-1
(JR榎倉駅西口から徒歩1分)

☎(0774)26-2306 [Pあり]

税務・会計、相続・贈与
会社設立、建設業許可他

藤原総合会計事務所

税理士・行政書士 藤原 義明

税理士・行政書士 藤原 庸貴

税理士・社会保険労務士 大倉 康

木津川市木津宮ノ内95-9(いずみホール前)

☎(0774)72-7711(代) [Pあり]

http://www.fujiharakaikai.com/



市町村老連リーダー研修会



京都府老人クラブ大会



第43回京都府老人クラブ大会

のほそ！健康寿命、担おう！地域づくりを



モルック



スカットボール



ボッチャ

若手リーダー研修会
ボッチャ&ニュースポーツ交流

ボッチャ&ニュースポーツ交流
ボッチャ&ニュースポーツ交流でも楽しい!

○11月1日 第6回市老連会長杯グラウンドゴルフ大会（ふれあい健康グラウンド）
※雨天のため中止
○11月25日 第9回知事杯山城ブロック親善グラウンドゴルフ大会（不動川グラウンド）
参加者9市町村、88名、22チーム
☆大会結果

《団体》
1位…精華町Cチーム
2位…久御山町Aチーム
3位…木津川市Cチーム
《個人》
5位…五十嵐清二
6位…戸田 あや
12位…新谷 進弘
15位…江藤 謙一
19位…木下富美子
○12月2日 若手リーダー研修会
ボッチャ交流試合&ニュースポーツ体験
ボッチャ・スカットボール・モルックほか（八幡市民体育館）2名参加
※令和4年度の相楽市町村親善ゲートボール大会、グラウンドゴルフ大会、ワナゲ大会は中止になりました。

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

— リサイクルは愛 —

株式会社 アライの森

古紙ドライブスルー®ユーカリ33店舗

本社 木津川市木津奈良道73番地
TEL(0774)72-1444(代)
FAX(0774)72-3912

<京都木津川市でお米一筋>

とみやま米穀店

木津川市木津町西垣外31
ご連絡はこちらから。携帯電話からでも繋がります。
☎0120-010-380
TEL(0774)72-0040 FAX72-3398
Mail:tomiyama-rice@nike.eonet.ne.jp
URL:https://tomiyama-rice.com
※ホームページからも商品をご購入いただけます。

社会福祉法人若竹福祉会
幼保連携型認定こども園

梅美台こども園

雑草のようになくましく
野辺に咲く可憐な花のように
愛らしい子に育てる

基本方針

木津川市梅美台1-10
☆一時預かり ☆学童かるがもクラブ
TEL(0774)71-8021 FAX(0774)71-8071
URL: http://ymbt-ds.jp/umemidai/
☆木津川市東部子育て支援センター
TEL(0774)71-8041

笑顔で地域を幸せに…

高橋商事株式会社

石油・LPガス・ガス器具・車検
自動車保険販売・中古車・レンタカー

木津川市木津川原田34-16
TEL(0774)72-2321
FAX(0774)72-0597
http://www.takasyoo.com

地区活動紹介



卓球歳時記 卓球クラブの紹介

北ノ庄老人会（互楽会・城西会） 清水 宏純 占部 稔佑

約10年前に発足したクラブです。当初15名の会員で練習日は、木・土曜日の週2回13時から2時間平均年齢は、70歳未満でした。現在では、平均年齢が約80歳前後になり練習日は、木曜日13時から2時間になりました。常時8〜9名参加され試合形式で行っています。昨年には、64歳位の女性に入っていたいただきました。練習のかがあって実績は、市の大会（シニアの部）で1位、3位獲得（女性）。男性も2位、3位獲得の実績があります。約3年続いているコロナ禍で年齢からくる体力、気力の衰えで大事な日々を家の中で過ごされ



ている皆さん、当クラブに來られ過ぎ去った青春を取り戻そうでは、ありませんか？ お気軽にお越しくださいね。



南加茂台シルバークラブ広報紹介

南加茂台シルバークラブ谷 和泉



当会員150名にお渡しするシルバークラブ広報は、22名幹事の中の総務班4名が担当しており、毎月1回20日に発行しています。月3回の編集会議を当地区のやすらぎセンターでこない、企画〜原稿作り〜校正〜印刷（加茂支所にて）〜製本し各丁目担当幹事に配達をしています。総務班広報発行には、委員ひとりひとりがかかっています。

員で作り上げた広報であるとの達成感を毎月味わい、また会員の方の読まれているお顔を思い浮かべながら努力をしております。

《新メンバーの広報1号である昨年5月号内容です》

表紙：方針、行事予定、会長一言

P2：令和4年度、役員、幹事紹介

P3：5サークル新規参加要領

P4：サークル開催日程表

P5：グラウンドゴルフ 紹介

P6：ご参考に、円安で家計直撃

P7：ワクチン接種4回目決定
P8〜10：暇つぶしクイズと解説入り解答
P11：古紙回収日程
P12：高齢者の相談窓口紹介

地域包括センター専門職員の職務紹介
《編集某委員の談話》

昨年5月号から担当しましたが、当初は何から手をつけたら良いのか全く白紙状態でした。それでも委員全員で四苦八苦しなから、A3サイズの表裏12紙面ができました。第1号完成には本当に感動しました。

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

外科・内科・整形外科
いさじ医院
最新鋭のオープンタイプMRI・CT・X線機器を導入/検査
診療時間 日 月 火 水 木 金 土
AM 9:00~PM 12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
PM 2:00~PM 4:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
PM 5:00~PM 7:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
第1・3・5日曜日・祝日は診療日です
木津川市木津西小林10-1 TEL(0774)75-2153
http://www.isaji.com/

地域のみなさまのかかりつけ薬局
ミタニ薬局
開局時間
平日 9:00~18:00
土曜 9:00~13:00
木津川市山城町平尾南払戸105-2
TEL(0774)86-5012
FAX(0774)86-3529

医療法人 周寿会
はただ診療所
在宅療養支援診療所
診療科目/内科・精神科
休診日/土曜・日曜・祝日
木津川市市坂六本木76
まずはお電話ください
TEL(0774)73-8880
FAX(0774)73-9552

適度な運動で健康寿命をのばそう!!
木津川市南加茂台の
ワンコインフィットネス
株式会社 アクティブ
ころばん塾PLUS
木津川市南加茂台5丁目11-6
TEL(0774)76-0666
FAX(0774)76-0778
(無料駐車場完備)

地区活動紹介

加茂
KAMO

コロナ禍の中、高齢化と死亡による構成員の減少が進んでいました。昨年度は、60歳台の新規加入者があり、活動ができる人数を保つことができました。

活動としては、男性は区の氏神様である祇園神社とその周辺道路の清掃作業、女性は区集会場兼お寺（大雲寺）の清掃活動を実施しています。年4度ほど行います。作業後お茶を飲みながら親睦をかねて懇談を行っています。



山城
YAMASHIRO

通学児童の見守り活動

二番区積年クラブ
会長 小西 公昭

おはようございます！おはようございます！おはようございます！
暑さも寒さもものともしない、子どもたちの「元気な声」「明るい笑顔」。

コロナ禍の中での活動

炭本 敏夫



全体としては、新年会・花見会・総会・忘年会等々の活動は、コロナ禍で実施ができていません。一日も早く平穏で安心できる日々が来ることを祈っています。

木津
KIZU

おもちゃの図書館

梅美台いきいきライフ 松岡恵美子

朝9時30分と11時、お母さんに抱っこされ、あるいは手を引かれて、子どもたちがやってくる。袋から取り出すのは、1ヶ月たっぷり遊んだおもちゃや絵本。私たちは、返却された全てを消毒し、時には電池交換や修理をします。



子どもたちは、広い部屋いっぱいのおもちゃで1時間遊び、気に入ったものを借りて帰ります。家では、なかなか買えないキッチンや掃除機・エレクターンなどの大型玩具も人気です。新しいおもちゃの購入は年

1回。子どもたちの笑顔を思い浮かべながら選んでいます。ボランティアは現在、梅美台在住の3名。こども園の先生に助けて頂きながら、芽生えばかりのまぶしい生命に触れ、喜びの内に活動しています。

私は、二番区積年クラブの会長小西公昭です。
当クラブでは、役員全員が輪番で子どもたちの見守り活動（朝の立番）をしています。
「明るい子」「元気な子」誰一人交通事故に遭わせない。
身体を張ってでも車に停まってもらう、そんな強い気持ちを



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・小児科
若菜医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM 6:30~8:00	○	○	○	○	○	○

休診日 日曜日・祝日・木、土曜日午後
木津川市山城町椿井舟戸27-1
TEL(0774) 86-2064

内科・消化器内科
◎胃カメラ・エコー有り◎

山口医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
17:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○	○

※午後予約診・往診あり
木津川市加茂町里南古田134
☎(0774) 76-0505 回有り
http://www.yamaguchi-iiin.net

処方せん受付
うさぎや薬局

加茂店 木津川市加茂町里南古田134
TEL(0774) 76-7711 FAX 76-7722
桜が丘店 相楽郡精華町桜が丘3-2-1
TEL(0774) 73-6718 FAX 73-2818
本店 相楽郡精華町桜が丘3-24-5
TEL(0774) 75-1166 FAX 75-1167

小児科・内科
つなもと医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 4:30~7:30	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜・土曜午後、水曜、日曜、祝日
木津川市兜台3-3-1
(兜台郵便局北隣)
☎(0774) 71-5400



山城 ちぎり絵2点
小仲小路会 出口千穂子



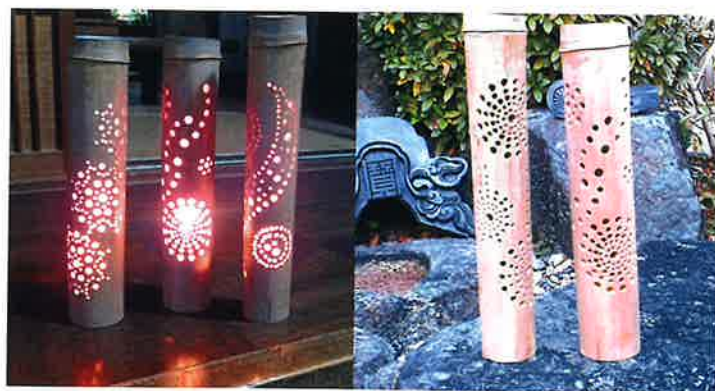
木津 絵画「茶畑と柿の木」
兜台ひだまり会 中森 啓之



山城
パッチワーク3点
野日代
城野 蓉子



山城 絵画
涌出クラブ 西岡 眞子



山城 竹細工
小仲小路会 竹田 定



山城
きもの上着・かばん
野日代 堀 美子

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

通所介護

めふき 芽吹

おひとりおひとりの個性と生活を大切にする
快適な環境で有意義な時間を過ごせる
地域の居場所

木津川市城山台8-1
☎(0774)39-4220



奈良東病院グループ
3つのおもな特色～
●食事
●高濃度炭酸泉
●理学療法士による
運動指導

医療法人 健和会

デイサービスセンター いずみ

木津川市相楽城下100-1
TEL(0774)75-2658 FAX75-2656

フロンティア薬局
木津駅前店

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~20:00	○	○	○	●	○	○	/

●木曜日は17:00まで

木津川市木津駅前1-24
(時間外は転送対応)
TEL(0774)71-3646 FAX71-3647

日本医療機能評価機構認定病院
京都山城総合医療センター
Kyoto Yamashiro General Medical Center

木津川市木津駅前一丁目27番地

TEL(0774)72-0235
FAX(0774)72-2155



山城 絵画

「琵琶湖沖ノ島にて」

永楽会 岸畑 慶子

打ち寄せるサザ波の音、日光に照らされた光が船底にうつってキラキラと揺れ動いている様子を描きました。



山城 押し絵

永楽会 藤山 克子



せ織 写真

小仲小路会 田中 輝夫



山城 絵画

涌出クラブ 大崎 順子



山城 絵画2点

亀甲会 木村 福能



山城

ニットソーイング

北吉野会 水嶋 喜子



津津 パッチワーク

福寿会 西谷 克子



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科

長澤歯科医院
NAGASAWA DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30 ~ 12:00	○	○	○	○	○	△
14:30 ~ 19:00	○	○	○	○	○	△

△土曜日の午後は14:00~16:00
休診日 木曜・日曜・祝日

木津川市木津駅前1-38 駐車場あり
TEL(0774) 72-0670



やなぎさわ
歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30 ~ 12:30	○	○	○	○	○	○	△
14:00 ~ 18:00	○	○	○	○	○	○	△

木津川市木津川原田54-1
☎(0774) 73-2046



訪問介護してます!

ヘルパー・め組

株式会社R&S

〒630-8102
奈良市般若寺町164-7
レインボーマンション般若寺103号

TEL 0742-93-3282
FAX 0742-93-3283



アットホームな環境で生活を!
スタッフ一同お待ちしております

住宅型老人ホーム

アムール城山台

〒619-0218
京都府木津川市城山台7丁目43番地2

TEL 0774-73-1881
FAX 0774-73-1882

地区活動紹介



木津 KIZU

長く続けられ、 会員も増えていくクラブ

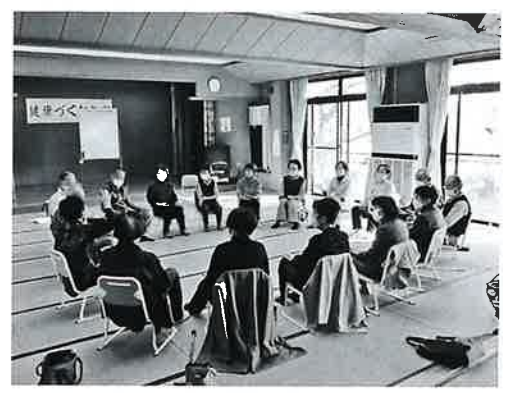
木津川台ゆーくクラブ 山本 康寿

設立当初30名ぐらいで始まり
ました。今年で27年を迎え、会
員も100名を超す年もありま
したが、現在では75名と増えて
います。ほとんどの方が、コロ
ミで入会されています。コロナ
禍前は、一泊旅行、一筆書きの
旅、ハイキング、お花見、近隣
のことも園との交流など課外活
動もしていました。
サークル活動も多く、短歌教
室、卓球教室、マーシヤン教



室、コーラス、健康教室、詩吟
教室、パソコン教室などをして
います。マジックショー、大正
琴演奏、地域の文化祭、作品展
等イベントも企画しました。
心と身体の健康促進を第一に
平均年齢100歳をめざしてい
ます。

しないで、自分らしく生きるに
は、適度な運動と頭の体操をし
て、人との会話も楽しく、日々
健康でありたいものです。
自分一人のできる脳トレ「一
人でじゃんけん」「一人でしり
とり」ができることにヒントを
いただきました。
身体も心もリフレッシュし
て、さわやかな時間を過ごさせ
ていただきました。早くコロナ
が収束して、元の生活に戻るこ
とを願っています。



山城 YAMASHIRO

コロナ緩和で健康体操

山城支部女性部長 川北早百合

今年は、コロナが少し緩和さ
れた中、健康体操を開催させて
いただきました。
講師は「NPO法人認知症予
防ネット」の横川ひとみ先生に
お越しいただきました。
11月10日上粕地区16日棚倉地

区と2日に分けて行いました。
令和4年9月、日本の人口は
12322万人、そのうち百歳
以上の方は約90500人おら
れ、昨年より4000人あまり
増加しているとのこと。人
生100年時代を迎え、無理を



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

おかだ 歯科クリニック
okada dental clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●	△
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	△

木津川市兜台7丁目6-1 回あり
TEL(0774)34-0520

小西 歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:15	○	○	○	○	○	○	△
14:00~20:00	○	○	○	○	○	○	△

(最終受付)午前11:45/午後19:30
木津川市南加茂台9-19-3
☎(0774)76-4726 予約制

星野 歯科クリニック
Hoshino Dental Clinic

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

△~6:00
木津川市梅美台2-19-30
☎(0774)72-2021

歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科
西 歯科クリニック

診療時間 8:30~13:00 15:00~18:30
土曜 8:30~13:00 14:30~17:00
休診日 木曜・日曜・祝日

審美歯科相談 託児サービスあり
木津川市城山台1-14-1
☎(ご予約)TEL0774-73-6767
<https://nishi-dc.net/>

加茂
KAMO

南加茂台 シルバークラブ

南加茂台シルバークラブ 三好 和正



サークル『公式ワナゲ』発足は2017年7月・8月に勉強会をへて9月1日に発足し早、7年が、経とうとしています。発足当時は、10名前後でスタートした『ワナゲ会』もコロナ禍を経て、現在は、17名で毎週金曜日

の13・30より、欠かさず練習に励んでいます。また毎月、月末には、練習の成果発表を兼ねて『月例会』を行っています。月例会は、点数によって全員に季節に合った賞品が、漏れなく当たる様になっています。皆さんはワナゲと言えば、祭りの夜店でのワナゲを、想像する方が殆どだと思いますが実は、ワナゲの起源は諸説有りますが、紀元前2000年頃、ヨーロッパで、馬の蹄鉄をステーク（目標棒）に投げ入れてゲームとして楽し

んだのが、最初とされています。日本では、戦後もなく、青木氏の指導により、台上数字の縦・横・斜めいずれかの『和』が15となる配列を施し、1967年に日本ワナゲ協会が発足しました。今では、全国の小学生から高齢者に至るまで、幅広く行われています。

開催され、参加しています。ワナゲは簡単なスポーツで奥が深く、激しい運動でもなく1年中雨天関係なく行えて誰でも気軽に参加できるスポーツと言えます。高得点が出ると全員が拍手喝采で称え各人事の点数はホワイトボードに点数を、記入しています。点数の計算は各自で行い簡単な足し算で脳の活性化に繋がっています。是非、皆さんも気軽に参加し、明るい前向きなひとときを過ごしてみてもいかがでしょうか。

山城
YAMASHIRO

グラウンドゴルフ 亀甲会クラブの活動

亀甲会 東村 員正

我々のクラブの活動は、福祉センターやすぎ苑のやましろ保育園に隣接する練習場で、園児の元気な声を聞きながら、明るく楽しく1月、8月休みで年10カ月、週1回木曜日、2時間程度お互いのコミュニケーションを大切にして練習しています。

コロナ禍で老人クラブ会合等

の活動が制限され中止になる中、グラウンドゴルフで親睦を図ることが欠かせない存在になっています。会員でできることは限られています。年2回6月、8月にグラウンドの除草等を行い、良好な環境で練習し、また春秋各1回不動川公園（コロナ禍前は一休グラウンド等）で大会を実施して、人生100



年代代と言われる中、健康づくりを目指していきたいと思えます。

山城支部老人クラブ 秋の親善グラウンドゴルフ大会

10月27日(木)、不動川公園グラウンドで山城支部秋の親善グラウンドゴルフ大会を開催。48名が参加し、熱戦を繰り広げました！



- | | | |
|----|-------|------|
| 1位 | 真田 茂子 | 30.2 |
| 2位 | 本村 敷 | 34.1 |
| 3位 | 江藤 謙 | 36.1 |
| 4位 | 花田 隆三 | 38.1 |
| 5位 | 福地 じほ | 38.1 |
| 6位 | 西島 義次 | 38.1 |
| 7位 | 藤原 博子 | 39.1 |

表彰者1位～7位 ホールインワン賞1名



山城支部 令和4年度友愛訪問



12月初旬〜中旬にかけて、木津川市山城町内85歳以上の高齢世帯、独居高齢者宅(185件…会員)を訪問し、近況伺いや話し相手、地域・社会の情報提供等を行いました。



加茂支部 お年玉グラウンドゴルフ大会

1月18日、赤田川グラウンドでお年玉グラウンドゴルフ大会を開催、70名が参加しました。



☆大会結果

《男子》

優勝 桑波田 茂
準優勝 山岡 佳正
第3位 深田喜太郎

《女子》

優勝 戸田 あや
準優勝 北岡千代美
第3位 淡田美代子



木津支部 令和4年度事業報告

○9月27日 女性部健康教室

(木津川市中央交流会館いずみホール) 参加者8名

「いつまでもおいしく食事ができるように〜オーラルフレイルとその予防」をテーマとして、内藤歯科院長の内藤邦夫氏にオーラルフレイルによって引き起こされる病気、障がい・誤嚥性肺炎などの説明や予防方法を教えていただきました。



○12月9日 憩いの集いの会

(木津老人福祉センター)
参加者28名

交通・生活安全教室「高齢者の交通事故防止、特殊詐欺被害



防止対策等について」(京都府木津警察署・学生ホランティア2名)・マシックスショー(マシックスサークルわかば3名)・お楽しみくじ引き

○2月15日 健康教室
(木津老人福祉センター)
参加者16名



健康体操の実践を行ったり、「ちょいたし習慣で栄養バランスあが」の講話を聞きました。

○2月22日 パーミングアート
(木津老人福祉センター)
参加者12名



パーミングアートとは、「木を焦がし絵や模様を描く技法のこと」。温かみのある作品が完成しました!



当尾老人クラブ連合会の現状

富久寿会 会長 大垣 裕路

当尾老人クラブ連合会は、喜楽会・千寿会・富久寿会の3会で構成されており、過去には5会あったようですが、どのような経緯があったのか分かりませんが、現在は3会で運営しております。年度末に各会の会長が話し合いにより当尾老人クラブ連合会の会長を決めます。今年度は私が受ける事になったのですが、私自身、富久寿会への入会は10年前ですが、本格的には2年前から行事に参加するようになったばかりで会の運営に付いてどのようにすべきか全く解らないままで1年が過ぎようとしております。

当尾老人クラブ連合会の年間行事は年5回のグラウンドゴルフ練習と(大会二回を含む)、年1回のゲートボール大会と親睦旅行の開催ですが、今年度は3年に渡るコロナ禍の中、活動は制限され親睦旅行は中止となりましたが、グラウンドゴルフ大

会・ゲートボール大会は実施する事ができました。

グラウンドゴルフは20数名の参加者で、ゲートボール大会は5チーム参加者23名で、2名の方々に2役をお願いする事で何とか大会を終える事ができました。参加者の現状は、会によっては役員と1名の参加のみでゲートボールに参加する方が殆ど

皆無です。私の属する会も高齢化及び新規の老人クラブ入会者が無い為によりゲートボール部を今年度で解散する事になりました。

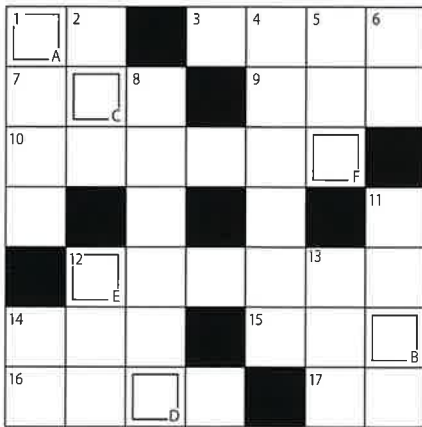
3会合わせて会員数が140名ほど在籍しているのに現状行事に参加したただけなのが、役員を除いて20名程です。今後どうなるのか心配になります。私も3月で役員を退任しますができる限り行事に参加し、行事を盛り上げていきたいと思っております。

令和4年度 木津川市生きがい大学閉講式

2月16日、アスピア山城で令和4年度木津川市生きがい大学閉講式が行われました。



ちょっとひといき 頭の体操 クロスワードパズル



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、A B C D E F に入ることばを見つけてください。

タテのカギ

- 雲の中にとまった電気が、空中に放電する現象
- トラック・自転車などの、荷物を載せる台の部分
- 幅の広い葉っぱを付ける樹木
- 他の動力によらず、自身の動力で走ること
- 植物が発芽するものになるもの
- 料理などを試しに食べてみるイベント
- アコヤ貝にできる美しい玉の宝石
- 国を象徴する歌曲または器楽曲
- めん類を、機械を使わずに手作業で打って作ること
- 破り捨てること。約束などを一方的に取り消すこと

ヨコのカギ

- 硬い殻に包まれ、一対のはさみと多くの足をもつ動物
- 熱いものをすぐに食べられないこと
- 記事などでタイトルの次にあり、文章の前に書いた大きく目立つ言葉
- 眠ったふりをすること。狸寝入り
- 直接目視確認できない箇所を確認・治療できる医療機器
- 言葉の意味を調べるために使います
- 田畑、河原、家屋などのさまざまな環境に生息している〇〇ねずみ
- 戦争や災害などが起こること。「〇〇の際には…」
- 人力のかわりに機械を使うこと
- 病気・けがなどが治ること。人間のもつ自然治癒〇〇力

答えは

A B C D E F

答えは15ページに掲載しています

会員のひろば

サロン「東町寿ひろば」
見聞録

加茂

東町寿会 兎本 久和

東町老人クラブ寿会にはサロン「東町寿ひろば」があります。主に「カラオケ」を中心に情報交換の茶話会を間に入れて、毎週木曜日の午後1時から3時までの2時間、東町集会所で実施しています。

サロンが開設されたのは、平成17年頃と聞いています。当時は「カラオケ」がブームであり、今のようなカラオケ装置ではなく、ラジカセとテーブ（ラジカセ）を使用していたようです。

開設当時は、大勢の高齢者が参加していましたが、現在は亡くなられて



たり、介護施設に入所されたり、施設のデイ・サービスを利用されたりして、サロンへの参加者が少なくなつてきています。

アガサ・クリステイの著作に「そして誰もいなくなった」という推理小説があります。

小説のタイトルのようにならないように考えていかなければならないと思いました。

会員文芸

◆俳句

兜台ひだまり会 中森 啓之
山里の納屋の軒下柿簾
夕立ちや海に消えゆく利尻富士
街路樹の銀杏拾ふ老夫婦



◆短歌

涌出クラブ 西岡 勝裕
秋野菜白菜大根ニンジンと鍋が
待つてる今年の冬も
みみずいて蝶いてトンボ今朝も
会う夢追うわれは農夫にて候

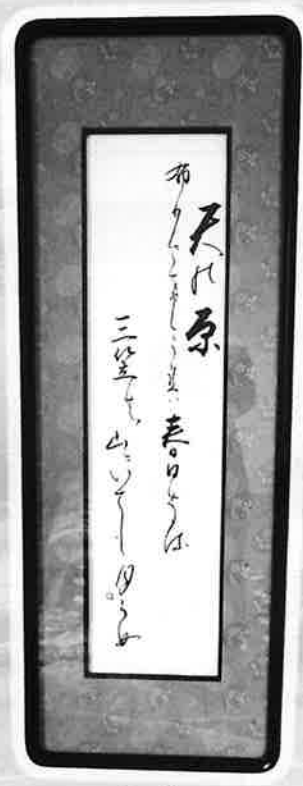


みんなの
書道
コーナー

山城 喜楽会 小泉久忍子



山城 亀甲会 木村 福能



山城 喜楽会 富岡 澄子

木津警察署からのお知らせ

防犯機能付き電話機の 購入補助事業を活用して下さい



京都府下において、特殊詐欺の予兆電話等、多数認知しています。

特殊詐欺や悪質商法、その他の迷惑電話に有効な対策として、木津防犯協会では防犯機能付き電話機の購入補助事業を行っています。

木津警察署管内に所在する京都府電器商業組合相楽支部加盟店7店(※)において、防犯機能付き電話機を購入する方には、木津防犯協会から電話機1台につ

き2,000円の補助がされます。

また、木津川市役所(担当危機管理課)が行っている購入補助事業と併用することも可能です。

木津防犯協会の行う補助事業の実施期間は、補助金予定金額に達するまでとなっておりますので、是非、ご活用願います。

京都府電器商業組合 相楽支部加盟店7店

① 富永電器

木津川市木津宮ノ裏220番地2
☎0774-72-3560

② 中村電気

木津川市木津神田6-47
☎0774-72-4939

③ (株)都らいぶアビック梅美台店

木津川市梅美台2-19-29
☎0774-71-3839

④ (株)徳山文明堂

木津川市木津町西垣外37
☎0774-72-2141

⑤ (株)モリタ電化

木津川市相楽神後原30-5-1
☎0774-72-0924

⑥ BELBE 狛田電気のいしづ

相楽郡精華町菱田八講田16-34
☎0774-93-1151

⑦ ヤマシロデンカテクノサービス

相楽郡和束町別所納豆122-1
☎0774-78-3583



お問い合わせ

京都府木津警察署生活安全課生活安全係 (電話 0774-72-0110)

- A か
- B じ
- C だ
- D い
- E こ
- F う

答えは
13ページ掲載
クロスワードパズル

でした

編集後記

コロナ禍の中で7月まで
 満足な活動ができない状況
 でした。そのような中で市
 老連「きづがわ」第5号に
 向けて準備を進めてきまし
 た。事務局、編集委員、博
 報社の三者で協議を行い、
 各支部に原稿を依頼しまし
 た。中止になった事業もあ
 りますが、各支部より活動
 報告等をいただきました。
 おかげさまで第5号の発行
 にこぎつきました。皆さん
 ご協力ありがとうございました。
 ご協賛いただきました
 皆様に感謝申し上げます。
 〈広報紙編集委員〉
 富岡 利一(山城支部)
 富満 通男(木津支部)
 田中 健(加茂支部)

老人クラブ 会員募集中です!

生活を豊かにする活動をしています

- 健康づくり・スポーツ
健康教室・健康体操・各種スポーツ
(ゲートボール、グラウンドゴルフ、
公式ワナゲ) など
- 趣味・レクリエーション
趣味・文化等のサークル活動・旅行
など
- 学習活動・リーダー研修
各種学習講座の開催・老人クラブ活
動のリーダー研修会など

地域を豊かにする活動をしています

- 友愛訪問・ボランティア活動・社
会奉仕の日
在宅福祉を支える友愛活動・地域の
ボランティア活動・社会奉仕の日活
動(空き缶拾いなど) など
- 伝統活動・世代交流
地域の文化などの伝承活動・子ども
などとの交流活動など
- 環境美化・リサイクル
公園や公共施設の環境整備・リサイ
クルなど
- 提言・提案
関係機関への提案など

お問い合わせは **お気軽にどうぞ!**
木津川市老人クラブ連合会事務局
☎0774-72-7434

10月19日(水)、アスピア
やましろ(山城総合文化
センター)の1階ホール
において、第4回公式



第4回公式ワナゲ大会

ワナゲ大会が開催され
124名が参加しまし
た。
初心者の方もしつかり
とルール説明を聞いて、
いよいよゲーム開始。1
人9投で3ゲームを行う
ルールで、個人戦で勝敗
を競いました。参加者は
12のワナゲ台に約10名ず
つ並んで投輪。近いよう
で遠い距離に苦戦する姿
も、「やった入った!」「こ
れ高得点やな」など、輪
が入ると童心に帰ったよ
うに、皆さん大喜びの一
日となりました。



【大会結果】 ※敬称略
優勝 福井 吉弘 (391点)
準優勝 中村福清古 (300点)
第3位 氏中 清 (285点)

◆ご協賛の皆様へ御礼

広報紙「市老連きづがわ」の発行にあたり、広告掲
載のご協賛を賜り、厚くお礼申し上げます。本紙は会員
の生きがい向上、交流のためにさらに内容の充実に励ん
でまいります。どうかこの趣旨にご賛同いただき、今後
も倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

木津川市老人クラブ連合会

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

JR奈良線たなくら駅西口
内科・眼科 呼吸器科 小沢医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:30~12:30	●	●	●	●	●	○	○
午後4:00~6:00	●	●	●	●	●	○	○

●:内科診察日 ○:眼科診察日
休診日 木曜、日曜、祝日、火曜・土曜午後
木津川市山城町平尾南戸112
TEL(0774) **86-0630**

内科 小児科 消化器内科
くろだクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:00~12:00	●	●	●	●	●	○	○
PM 16:30~19:00	●	●	●	●	●	○	○

木津川市城山台7-43-3
TEL(0774) **73-0255**
Web予約 <https://ssc8.doctorcube.com/kuro-clinic/>

呼吸器内科・消化器内科
河村医院

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

休診日 日曜・祝日・木曜午後・土曜午後
木津川市相楽台2-2-15 **P**
☎(0774) **72-0130** 有り

水まわり・リフォームの事なら
ご相談安心の地元業者へ
上下水道指定工事店
西脇産業
NISHIWAKI (株) 西脇産業

木津川市加茂町美浪瀬5番
30年の実績と信頼
家の修理・外構・太陽光・オール電化
お見積り無料 まずはお電話
☎(0774) **76-7070**

歯科・小児歯科・矯正歯科
インプラント・歯の健康相談
住岡歯科医院

歯学博士 住岡 龍一
医学博士 住岡 龍太郎 小児歯科医 住岡 純子

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

加茂町里東鳥口9-1 ☎FAX(0774) **76-2407**
<http://www.sumioka-dc.com>

内科 小児科
たけもとクリニック
TAKEMOTO CLINIC

生活習慣病(高血圧・糖尿病・高脂血症)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	○	○
17:00~18:30	●	●	●	●	●	○	○

木津川市梅美台1-1-1 フォレストモール木津川
TEL(0774) **75-1122**

冠婚葬祭ギフト専門店
(株)Aluco
サラダ館木津店

営業時間 9:00~19:00
定休日 火曜日・祝日
木津川市木津宮ノ内65-3
☎(0774) **72-0374**
FAX(0774) **72-8330**
ギフト木津

永代供養・樹木葬、一般葬
山田川霊園

木津川市唯師坊谷43-1
☎ **0120-39-0765**