

# 市老連 かめおか

第 27 号



多賀大社

令和 5 年 11 月 発行

亀岡市老人クラブ連合会

## 会長あいさつ

# 「全単位クラブとの懇談」を全力で!

亀岡市老人クラブ連合会  
会長 林 昭



10月も後半に入りやっとの思いで朝晩の涼を感じる頃となりました。全会員の皆さま並びに、ご家族の皆さまお変わりなくお暮らしてでしょうか。心からお見舞いを申し上げます。

国連のグティレス事務総長が「地球は沸騰している。」と強い危機感をもって世界の人人々に訴えました。正に気候危機は待ったなしの状況に置かれていることは、誰もが感じているところです。

曾我部町犬飼老人クラブの井口会長は、御年82歳ながら今もコツコツと地域の知り合いの方を訪問し、老人クラブの会員増強に挑戦をされている。先日もYさんという民生委員をされている女性の方をクラブのメンバーに招かれたそうです。井口会長はおだやかな口調で「人生最後は、老人クラブですよ!」とお話をされたそうです。なかなか言葉だけでは相手の心を揺さぶることはできませんが、井口会長の何としてもという思い

がYさんの心に伝わったのでしよう。頭の下がる気持ちです。南古世らくじゅ会では、先ごろ自治会とタイアップして集会所で生バンドの演奏会を開催されました。猛暑の中40人の参加者があり、そのうち10人が未老人クラブの方々でした。暑さも一息ついたらそれらの方々を訪問し、老人クラブへの入会を勧めたいと栗田会長は意気込んでおられます。

この他にも、それぞれの単位クラブにおいても、日々地道に会員増強に御尽力をいただいていると思いますが、どうか皆様方の努力が報われますよう心から祈っております。

この夏の暑さも尋常ではありませんでした。昼間は熱中症アラート警報が発令されており、余程のことがない限り、外出も出来ないのが60年以上も楽しんできた夏の甲子園を観戦するの

が戻ってきた。この夏、気になっている方への暑中見舞状をと思っておりますが、思いだけにとどまってしまうました。ポストには、年賀状の申し込みが届いております。

6月に開所させていただきました市老連の新事務所も伊豆田事務局長を始め、林美樹事務推進員、本部役員の皆さまの御尽力によりお陰様で順調に運営させていただいております。先日桂川市長もご多忙の中、激励に駆けつけて下さり役員と懇談の場を持つことが出来ました。

同じ屋根の下で、皆が顔を合わせながら様々な事を協議していることは、本当にありがたい事だと思っております。会員の皆さまもどうかお気軽にお立ち寄りくださいますようお願いしております。

今、市老連では、新事業の環境として「市老連役員と各単位クラブの皆さまとの懇談会」をスタートさせていただいております。

ます。まだ緒についたばかりなので大きな成果はありませんが、この事業を地道に進めさせていただくことが非常に大事だと考えております。

現場を見、現場の苦勞を知り、課題を発見し、本部と単位クラブが一体となり、市老連全体として、単位クラブの会員増強と活発な地域貢献を展開し、会員のフレイル予防の健康増進を進めてまいりたいと考えております。どうかお一人お一人がこのことを心から御理解をして下さってお力を頂ければ真に幸いです。でございます。

社会情勢は、益々混沌として参りますが、市老連の私たちは子や孫たちのために一つでもいいものを残してやっていると、いう気概と誇りを持って日々の活動に邁進をして参りましょう。

終わりに皆さまの益々のご健勝とご多幸を心からご祈念申し上げます。ありがとうございます。ありがとうございました。

## 令和5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	見晴山水会	乙坂 優次
副会長	保津町第一百代会	伊豆田藤吉郎	理事	東つつじヶ丘シニア友の会	中 龍雄
副会長	見晴山水会	乙坂 優次	若手理事	保津町第一百代会	伊豆田藤吉郎
副会長	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美	女性理事	保津町第五百代会	武田 綾子
監事	保津町第四百代会	酒井 薫	女性理事	菫田野町柿楽会	大野加津子
監事	菫田野町奥条老人クラブ	齊藤 孝雄	女性理事	大井町亀楽会第五クラブ	上杉 誼子
事務局長	保津町第一百代会	伊豆田藤吉郎	女性理事	畑野町やまびこ会	三浦 香澄
女性部長	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美	女性理事	河原林町第一老人クラブ	西田 克子
女性副部長	畑野町やまびこ会	三浦 香澄	女性理事	西山区寿会	吉岡 和
女性副部長	西山区寿会	吉岡 和	女性理事	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美
理事	南古世らくじゅ会	栗田 征扶	幹事	保津町第四百代会	酒井 薫
理事	保津町第五百代会	村上 達郎	幹事	菫田野町下佐伯伯寿会	美馬 義幸
理事	曾我部町南條老人クラブ	鹿島 輝雄	幹事	曾我部町犬飼老人クラブ	井口 信裕
理事	菫田野町柿楽会	稻荷 良一	幹事	東本梅町福寿会	日下部九州男
理事	大井町亀楽会第一クラブ	齊藤 勲	女性代表委員	南古世らくじゅ会	米津シヅ子
理事	畑野町やまびこ会	横川 孝男	女性代表委員	曾我部町犬飼老人クラブ	谷口 元子
理事	河原林町第二老人クラブ	八木 榮三	女性代表委員	東本梅町福寿会	家垣 節子

## ◇単位クラブ女性副会長・部長名簿

クラブ名	氏名	クラブ名	氏名	クラブ名	氏名
南古世らくじゅ会	米津シヅ子	曾我部町学ヶ丘老人クラブ	岩本 修子	河原林町第一老人クラブ	西田 克子
亀岡悠友クラブ	岡本美佐代	菫田野町上佐伯伯寿会	石川美津子	河原林町第二老人クラブ	桂 やす子
追分町健朗クラブ	八木 幸代	菫田野町下佐伯伯寿会	桂 美恵子	見晴山水会	水畑 洋子
保津町第五百代会	武田 綾子	菫田野町天川老人クラブ	石田志麻子	西山区寿会	吉岡 和
曾我部町重利老人クラブ	並河 文子	菫田野町太田老人クラブ寿会	鈴木 照子	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美
曾我部町西条老人クラブ	原田千恵子	菫田野町鹿谷老人クラブ寿会	高尾喜美子		
曾我部町犬飼老人クラブ	谷口 元子	菫田野町柿楽会	大野加津子		
曾我部町法貴老人クラブ	江見 正子	大井町亀楽会第五クラブ	上杉 誼子		
曾我部町春日部老人クラブ	桑原みどり	畑野町やまびこ会	三浦 香澄		
曾我部町南條老人クラブ	澤 美智子	東本梅町福寿会	家垣 節子		



令和5年度 亀岡市老人クラブ連合会単位クラブ会長

◇単位クラブ会長

No.	クラブ名	役職	氏名
1	南古せらくじゅ会	会長	栗田 征扶
2	亀岡悠友クラブ(会長代行)	会長代行	森 穰介
3	追分町健朗クラブ	クラブリーダー	向出 和義
4	保津町第一百代会	会長	村上 喜好
5	保津町第二百代会	会長	関口 学
6	保津町第三百代会	会長	田中 周二
7	保津町第四百代会	会長	酒井 薫
8	保津町第五百代会	会長	村上 達郎
9	保津町第六百代会	会長	井上 平作
10	保津町第七百代会	会長	渡辺 文一
11	保津町第八百代会	会長	吉田 弘文
12	曾我部町重利老人クラブ	会長	山本 武
13	曾我部町西条老人クラブ	会長	藤江 良寛
14	曾我部町犬飼老人クラブ	会長	井口 信裕
15	曾我部町法貴老人クラブ	会長	法貴 良好
16	曾我部町春日部老人クラブ	会長	酒井 美明
17	曾我部町南條老人クラブ	会長	鹿島 輝雄

No.	クラブ名	役職	氏名
18	曾我部町学ヶ丘老人クラブ	会長	和家 誠
19	蒔田野町上佐伯伯寿会	会長	井上 英二
20	蒔田野町下佐伯伯寿会	会長	美馬 義幸
21	蒔田野町天川老人クラブ	会長	前田 圭司
22	蒔田野町太田老人クラブ寿会	会長	堤 完治
23	蒔田野町鹿谷老人クラブ寿会	会長	村口 素高
24	蒔田野町老人クラブ柿楽会	会長	稻荷 良一
25	蒔田野町奥条老人クラブ	会長	西村 克己
26	大井町亀楽会第一クラブ	会長	斉藤 勲
27	大井町亀楽会第五クラブ	会長	近藤 隆茂
28	畑野町やまびこ会	会長	横川 孝男
29	東本梅町福寿会	会長	日下部 九州男
30	河原林町第一老人クラブ	会長	林田 隆
31	河原林町第二老人クラブ	会長	八木 榮三
32	見晴山水会	会長	乙坂 優次
33	西山区寿会	会長	中村 富男
34	東つつじヶ丘シニア友の会	会長	中 龍雄

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

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!

京都・丹波大納言

**あずきの里**

Pâtisserie *Haricots Village* 京菓子 ふじま

焼きたてパンの店

**Boulangerie 絆**

亀岡市北古世町1丁目20-8  
TEL.0771-21-1272

電気・空調・防犯カメラ 設計・施工  
給排水衛生工事・リフォーム  
家電製品 販売・修理

**有限会社 橋本電機**

亀岡市馬路町住吉 14-7  
TEL:0771-22-1135  
FAX:0771-24-8486

**山徳工務店**

**山徳ファーム** 株式会社

亀岡市大井町並河神田 47  
TEL 0771-24-8354

**株式会社 石村組**

亀岡市篠町馬堀広道 19-1  
TEL.(0771)22-1232

亀岡市老人クラブ連合会

新事務所の開設について

伊豆田事務局長



亀岡市老人クラブ連合会（市老連）の事務所が内丸町の市総合福祉センター2Fで6月14日からスタートしました。

事業費100万円の助成を受けて実現しました。同センターは月

事務所開設の主たる目的は「34単位クラブ加盟への支援を強化する基地にしたい」そして各単位クラブが抱えている問題点、課題点を現場レベルで捉え、共有化してコミュニケーション力を更に高め各単位クラブ活動への後方支援を積極的に行います。

本事務所開設につきましては亀岡市に3年前から要望し23年度に

水く金曜の午前9時〜午後5時までオープンしています。お気軽にお立ち寄り下さい。そして単位クラブの近況報告、お困りごとのご相談等がございましたら是非お聞かせ下さい。お待ちしております。

共に悩み、共に知恵と汗をかきながら、それぞれの単位クラブが充実発展できますよう活動してまいります。



亀岡市総合福祉センター内に新設

《新住所》  
〒621-0864  
亀岡市内丸町45-1  
亀岡市総合福祉センター2階  
TEL 0771-20-9063  
FAX 0771-20-9064

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

相続 遺言 成年後見 不動産登記  
会社法人登記 会社設立サポート  
**司法書士井木博事務所**  
亀岡市古世町西向林 28-2  
TEL.0771-24-4144

経営と暮らしをサポート  
相続税の申告・相談  
**井木悦夫税理士事務所**  
亀岡市古世町西向林28-2  
TEL.55-9133 FAX.24-6262

**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

**山崎経営事務所**  
**亀岡経営労務協会**  
税理士 社会保険労務士 所長 **山崎博実**  
亀岡市古世町3丁目15-25エコビル3F  
TEL/FAX.0771-24-0285

Welfare Environment Legal Support  
特定非営利活動法人  
**ウエルス**  
家業・空地費用  
原宅介護 訪問介護 成年後見相談  
[TEL・FAX 無料相談受付中]  
〒621-0804  
0771-20-8092  
FAX: 0771-25-3190  
[月曜・土曜 AM9:00-PM6:00/日曜定休] [HP] http://www.npo-wels.org

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  
・デイセンターほれほれ TEL.0771-21-2276  
【帰宅生活支援】 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  
亀岡市舞田野町佐伯大門30-1 ☎0771-24-2596  
URL http://www.kamecomyu.net

## 単位クラブ会長会

# 単位クラブ会長会報告

畑野町やまびこ会  
会長 横川 孝男

林会長の開会のあいさつの後、各単位クラブより選出されました新会長の紹介があり代表の方より力強い挨拶を頂きました。

議長が選出され、式次第により令和4年度の市老連一般会計歳入歳出決算報告があり、



- ・ 令和5年度市老連会長表彰申について
- ・ 友愛募金のお願について
- ・ 単位クラブとの懇談会推進について

塩瀬監査役より会計監査報告がありました。

次に、令和5年度市老連一般会計歳入歳出予算案の一括審議を行いました。

令和5年度市老連主要事業計画案の審議を行いました承されました。

連絡事項(林会長より)

・ 令和5年度市老連会長表彰申について

・ 友愛募金のお願について

・ 単位クラブとの懇談会推進について

## 女性部長会

### 「明るい声は健康のしるし」と題して研修会を開催!

令和5年5月19日(金)  
ギャラリーかめおか大広間



・ 講演

講師の村井守氏による講演の中の一つに、笑顔で健康な生活を送るために明るく元気な声を出すことが大切で、その為には、お口の体操(50音をゆっくり、しっかりと動かす)特に舌の動き唇をきたえる。コロナ禍で3年間マスク生活で口から下が老けた人が増えてきているとの事で口を開けて笑う表情筋を使う事が大事だと学び、納得しました。とても

楽しい講座でした。

・ いきいきクラブ体操

皆さんも楽しそうに体を動かしておられました。機会あることにやりたいと思っています。

・ 交流会

女性理事、女性代表委員の紹介、女性部の仕事の内容とお願いの話。この一年間が楽しく、仲良く市老連女性部活動の推進に皆様のご協力をお願いをしました。

・ 友愛募金のお願

・ 丹波ブロックリーダー

研修会の参加のお願い

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

**整形外科・リハビリテーション科**  
(医療法人)

## 吉岡整形外科医院

院長 吉岡 克己

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM5:00~ 7:30	○	○	○	○	○	○

※水曜・日曜・祝日/休診 亀岡市河原町192  
TEL.0771-25-4121

## 永田歯科医院

歯医者さんが往診します

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

## 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

**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

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

<b>吉川ゆう薬局</b> TEL.0771-21-0077	<b>かめおかゆう薬局</b> TEL.0771-21-1077
<b>千代川ゆう薬局</b> TEL.0771-21-1080	<b>大井ゆう薬局</b> TEL.0771-56-9681
<b>馬堀ゆう薬局</b> TEL.0771-56-9231	<b>うまほり駅前ゆう薬局</b> TEL.0771-22-7088

## 近畿ブロックリーダー研修会 乙坂 優次

6月29日に近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が兵庫県民会館で開催されました。全老連の笹尾常務理事による基調報告で『老人クラブの現状と課題』について、令和3年から令和4年にかけて、全国人口は556,000人の減少で124,947,000人となり、老人クラブの現状も3,693クラブが退会及び休会となり、会員数においては324,949人の減少で推移しているとの報告がされました。

この報告を聞いて私は、当亀岡市老連の現状も同様の傾向で推移しており、会員減少を止める何らかの手立てを講じなければいけないと感じた次第です。

全国的な取り組みとしては『高齢者の孤立を防ぐ仲間づくり活動の展開』活動を通じた声かけ、加入促進。『高齢者の在宅生活を支える活動の推進』友愛活動の更なる推進、見守りや健康づくりや情報伝達。地域住民や関係者・行政と連携した取り組みの強化等々の推進が提案され、また、クラブ向けの課題については、役割分担による（会長・役員負担軽減）不測の事態への構え（会長代行や筆頭副会長の取り決め）等の提案がされました。クラブ役員負担軽減については、私もおつくづく感じるところです。

記念講演は、人材養成コーディネーターの浅見真一氏が登壇され、会場の皆さんを交えての質問形式で「今の気持ちは?」「何でここにいるの?」や「クラブに在籍して思う事は?」「困っていることは?」という質問や、皆さんを立たせて身体を動かしたり、隣の人とのコミュニケーションを取らせるという少し通常とは変わった講演内容で、会場の皆さんの笑顔が印象的でした。

その表題は『いきいきとした老人クラブに向けて』ということで『楽しい気持ち、楽しいクラブ、楽しくなければ人は寄らない』という提案がされました。



## 府老連『市町村老連リーダー研修会』での講演を聴いて

南古せらくじゅ会 栗田 征扶

令和5年7月26日、京都ハートピアにて、まっすぐプランニング代表の合田亨史氏による「老人クラブが元気になる7つのヒント～大阪府内の活動事例に学ぶ～」と題した講演を拝聴しました。

大変興味深く、クラブの活動に大いに参考になるものでした。

老人クラブが元気になるために、まず現在の活動のスタイルやそのメニューを見直す。そして変えるべき部分と守るべき部分に整理が必要と提言の上、大阪での7つの具体的事例を紹介。

①「今の流行りを取り入れる」

スマホの操作講習とその活用。あるいは、認知症予防やフレイル予防を取り入れたプログラム。

②「オトコだけの活動があってもよい」

男ばかりでサービスする食事会や男だけのビアパーティーなど。

③「皆の困りごとに目を向ける」

お助け隊と称したワンコインで生活上の困りごとを支援する。

④「現役時代の経験と技術を活動に生かす」

クラブに入会を条件に訪問パソコン指導など、その人のやりたいことをマンツーマンで指導。

⑤「地域の資源を活用する」

学校開放事業を活用し、広い体育館で卓球を楽しむ。あるいは地元の飲食店などを借りて低額で本格的料理を提供。ただし、これには調理師免許を持つボランティアスタッフが必須。

⑥「認知症の人もそうでない人も集える場を」。

決まったメニューはなく、集まった人が自由に過ごす場。

⑦「活動がみんなに見えるように」

会報の全戸配布や、掲示などで会の活動を広報する。

以上の活動事例紹介の最後に「これからは誰もが生きている価値を認め合う時代で、老人クラブはその最先端に立っている」と聴講者にエールが送られました。



# 「良かった」

## 日帰り研修旅行

藤田野町奥条老人クラブ 齊藤 孝雄



いざ家康ゆかりの地へ！



参加者アンケートでも

令和5年6月16日、NHK大河ドラマ「どうする家康」ゆかりの地を訪ねて、多賀大社参拝、花伊吹(昼食)、胡麻の郷見学、関ヶ原合戦場跡見学、道の駅「あいとう」買い物行程にて実施の旅行は参加者異口同音に「良かったです」の感想でありました。参加者のイレギュラー発生もなくスムーズな行程となりました。

「日帰りのには丁度いい感じであった」「今、話題の場所等の見学が出来て良かった」「お土産のメロンも良かった」等々の回答があり、良い思い出づくりができました。反面、全ルートの時間配分が、少しゆとりの無い感じで、

ゆとりがあつたなら最高でした。「また、行つてみたいな」という感想もあり、全体感では好評であつたと思います。反省点として、昼食会場内での市老連会長の挨拶がマイクの調子が悪く、聴きづらかったことが少し残念でした。



多賀大社参拝



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

空き家の解体工事お任せ下さい！

安心施工 適正価格 見積無料

株式会社 ナカニシ開発

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

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

亀岡市西つつじヶ丘五月台 1-24-1

☎0771-24-7258

いずみ新店

追分町馬場通り 21-12 石川ビル 1F

TEL:0771-24-1187

定休日：火曜日

izumi garden

河原林町河原尻上六反田 5-1

TEL:0771-25-2515

定休日：木曜日

どうぶつ病院

えび

ホームページ http://www.ah-m.info

亀岡市篠町篠空院林8-9

☎20-2651 (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 ●●● / ●●● / ●●●

土木・建築工事/左官・タイル・外構工事

京都府知事許可(般-3)第36842号

株式会社 渡邊巧業

亀岡市大井町並河1丁目33-2

TEL.0771-55-9164 FAX.0771-55-9174

あなたの身近な相談相手

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

亀岡市安町野々神38-2(簡易裁判所前)

☎(0771)22-2553(代) FAX.23-8261



# 女性リーダー同士で交流

## 丹波ブロック女性リーダー研修会



保津町第二代会 武田 綾子

### 全員でパシャリ

頭上には沢山のカメラが、昔の娘さんたちを歓迎しているかのように飛びかっけていました(笑)

昼食時、田中府老連局長のあいさつに始まり、各ブロックの報告を受けながら、美味しい海鮮料理を味わいました。

その後、ふるさとミュージアム丹波にて丹波の歴史と文化を学びました。中でも復元された入母屋造りの大庄屋永島家住宅では昔の暮らしの道具等を体験し、懐かしい想いに触れることができました。

また、ワイナリー見学、海産物産、お菓子の館でお土産を買い求め、車中ではワイワイと楽しく、添乗員さんの笑いある流暢な話し方に心が和みながら一同帰路に着きました。

交流を深めることができ、1日有意義な研修になりました。

9月28日、丹波ブロック女性リーダー研修会二行80名は曇り空のもと伊根方面へと出発しました。丹後天の橋立の美しい海と松林を眺ながら海沿いの道を走り伊根に着きました。

展望台から海に沿って並ぶ舟屋を一望、伊根の町は、静かで穏やかなたたずまいでした。遊覧船にて伊根湾めぐり、230あまりの木造作りの舟屋の美しい姿とは別に、漁業労働の厳しさも感じました。



歴史と文化を五感で味わいました

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

鉄骨建築 設計 施工

株式会社 **エムエス機工**

南丹市八木町北屋賀北川 1-1  
TEL: 0771-56-8824  
FAX: 0771-56-8842

住まいの建材  
土木・建築・左官・造園材料

**(有)竹岡建材**

亀岡市篠町浄法寺中村 50  
TEL.(0771)24-3488  
FAX.(0771)24-5221

**ama shin**

株式会社 **山信不動産**

京都府亀岡市三宅町 22 番地 7  
**☎0771-22-0494**

鋼構造物工事業 重軽量鉄骨工事 金物工事

株式会社 **BONDS.**

亀岡市千歳町千歳北所 74-1  
TEL:0771-20-9045  
FAX:0771-20-9046

金属切削加工

**MN** 株式会社 **N.P.F.**

亀岡市曾我部町重利中嶋 24-1  
TEL (0771)22-6711  
FAX (0771)22-6612

・擬木の加工・設置工事  
・塩化ビニールの分離粉砕  
・アスファルトの加工  
・道路補修材

有限会社 **ニタミズ工房**

亀岡市蕨田野町佐伯岩谷ノ内向山 67 番地  
TEL/FAX 0771-23-1940

公式ワナゲ予選大会

ワナゲの魅力は  
人と人を繋げる力

乙坂 優次

7月21日に表記大会が亀岡市総合福祉センターで開催されました。当初は、ガレリアかめおかのコンベンションホールを予定しておりましたが、今回の市老連事務所移転で、福祉センターにもホールがあることが分かり、急遽会場を変更いたしました。

午後1時からの開催で、理事や関係者の皆様には、準備の為に12時集合で案内をしま



な会場でしたが、皆さん和気藹々で爽やかな笑顔が会場いっぱい広がっていました。得点集計では、敵味方なく協

したが、ホールの開錠が午後1時とのこと、皆様には大変迷惑をお掛けしたと申し訳なく思っております。

大会には、各地域から90の方が参加してください、ワナゲ台を9台用意して開会を迎えました。保津及び東つつじヶ丘の皆様には台貸与をはじめ色々とお世話になり、ありがとうございました。

大会中は、少し手狭な会場でしたが、皆さん

力し合いながらの情景があちこちで見受けられ、ワナゲの魅力は人と人を繋げる力があると実感した次第です。

表彰は、チーム賞1位から5位と個人賞1位から15位を設定し、個人賞の方には、11月21日に開催される、府老連公式ワナゲ京都府大会に選手として参加して頂くことになりました。皆さんの健闘をお



得点集計アプリを作った  
鹿島氏



第1位 木村一良氏

祈りいたします。この記事を目にされる頃には結果が出ていると思います。派遣された皆さんには、お祝いの言葉や優しい声かけをお願いいたします。

終わりに、ワナゲ指導をして頂いた木村様、得点集計に協力して頂いた鹿島様、車移動をして下さった方及び参加して下さった皆様、そして健福部の皆様に感謝です。次回も元気なお顔をお見せ下さるよう願っております。



得点集計係も協力体制で

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



有限会社 デリバリーサービスナカガワ

本社 亀岡市馬路町森西脇7-1  
TEL: (0771) 25-8115  
業務管理センター 南丹市八木町水所前林25  
TEL: (0771) 43-0077

下水工事業・木造解体・家の整理など

有限会社 友光建設

亀岡市ひえ田野町佐伯出山地 19 番地  
TEL: 0771-23-2582  
FAX: 0771-21-9333  
E-mail: y-matsumoto0417@camel.plala.or.jp

心やすらぐ

木のぬくもりある住まいづくり

株式会社 沼田工務店

亀岡市篠町浄法寺土井 51 番地 2  
TEL: 0771-25-7686  
https://numata712.com/



KINOSHITA

木下紙業株式会社

京都府亀岡市大井町小岐 4-5  
亀岡工場 / TEL 0771-29-5090  
本社 / TEL 075-661-6066  
伏見工場 / TEL 075-622-7681

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

亀岡市篠田野町鹿谷中村 15-1

TEL 0771-22-3445  
FAX 0771-22-3890



BODY SHOP

HOUKI

car professionals

有限会社 法貴板金工業  
亀岡市曾我部町西条中久保 16 番地  
TEL: 0771-24-0868



第44回京都府老人クラブ大会

栄えある受賞  
笑いの舞台に拍手

知事表彰

小笠原 克子 (見晴山水会)

知事表彰クラブ

南古せらくじゅ会

府老連育成功労者会長表彰

栗田 征夫 (南古せらくじゅ会)

妹尾 公典 (南古せらくじゅ会)

吉岡 和 (西山区寿会)

令和5年10月11日(水)、京都アルサにて第44回京都府老人クラブ大会が開催されました。

**第1部 式典**  
クラブ活動に尽力した育成功労者38名と優良老人クラブ6クラブへの表彰が行われました。

来賓としてご参加された西脇隆俊京都知事と石田宗久京都府府議会議長のお二人からあいさつをしていただきました。知事表彰6クラブを代表して南古せらくじゅ会の栗田征夫会長が受賞を受けられました。市老連では4

名の受賞者・受賞クラブの皆様へ心からお祝い申し上げます。これからも益々お元気にご活躍されますことをお祈り申し上げます。

**第2部 講演**  
「人生100年時代笑いの効能で長生きしましょう」と題して、雲迎寺住職兼落語家の久志則行氏による落語講演がありました。初めから観客の心を惹きつけられるような軽快な語りで持ち味の笑いを広げられました。どつと会場が沸く瞬間が幾度と訪れ、温かな雰囲気の中幕を閉じました。



前列左から 小笠原様、妹尾様、栗田様、吉岡様

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

**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。

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

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>

**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	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

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>

整形外科 **あんどろクリニック**  
整形外科・リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	/	○	○	○	/
17:00~20:00	○	○	○	○	○	○	/

休診日:水曜午前、日曜、祝日  
亀岡市古世町 1-48-9  
TEL.0771-29-1173

自分を愛するようになあなたの隣人を受しなさい  
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>

# 令和5年度 健康ウォーキング計画書



地域	クラブ名	会長	実施内容	実施日・時間	参加人数
亀岡地区	1 南古せらくじゆ会	栗田 征扶	1万歩を目標に月例ウォークする。別に遠隔地ウォークを実施する。		8
	2 亀岡悠友クラブ	森 譲介	会員各自が毎日の目標を決めて実施する。11月を強調月間とする。	11月中 随時	20
	3 追分町健朗クラブ	向出 和義	亀岡市交流会館周辺を散策する。現地までは公共交通機関利用。	4月	12
保津地区	4 保津町百代会連合	村上 達郎	土曜日3回に分け実施する。明神道・元愛宕・保津五ヶ寺コース)	10月7日～12月2日	50
曾我部町	5 西条老人クラブ	藤江 良寛	運動公園ウォーク(3km)を力量に合ったコースを選択する。	11月3日 午前	13
	6 犬飼老人クラブ	井口 信裕	年間を通して各人が毎日歩く。秋に全員でのウォーキングを計画。	1年間	31
	7 法貴老人クラブ	法貴 良好	各人が各自に合ったコースで歩くようにする。	1年間	38
	8 南條老人クラブ	鹿島 輝雄	毎日3000歩を目標に、その距離を地図上でたどり、県薬師如来を巡る。	7月～10月末	13
	9 学ヶ丘老人クラブ	和家 誠	クラブ行事としてウォーキングを実施する。	11月7日 午前	20
穂田野町	10 上佐伯伯寿会	井上 英二	佐伯公民館・神蔵寺の往復	11月8日 10時～	15
	11 下佐伯伯寿会	美馬 義幸	神蔵寺周辺の散策・紅葉めぐり		10
	12 天川老人クラブ	前田 圭司	毎日午後4時頃から30～40分歩く。	1年間	6
	13 柿花 柿楽会	稲荷 良一	神蔵寺 紅葉ハイキング 自治会→神蔵寺→各自宅	11月8日 10時～	10
大井町	14 亀楽会第1クラブ	斉藤 勲	旧亀山城城下町周辺の散策を実施する。	10月8日 9時～	10
千代川町	15 希望クラブ連合		神社仏閣コースから各自の体力に合わせて実施する。	11月3日	40
畑野町	16 畑野町やまびこ会	横川 孝男	健康ふれあいセンターから西山神社の往復ウォーキングを実施。	11月1日 午前	15
篠町	17 見晴山水会	乙坂 優次	春は南郷公園までお花見を兼ねて歩こう会を実施。 秋は見晴団地からトロッコ亀岡駅を経由して山本浜までの往復の歩こう会を計画している。	4月6日 10時～ 11月2日 10時～	28
	18 西山区寿会	中村 富男	地域の三杉山周辺までの散策。毎日5000歩を目標に歩く。	9月11日 10時～	15
東つつじヶ丘	19 シニア友の会	中 龍雄	本梅町神前方面、丹波自然運動公園コース。 毎日10000歩目標。 府民の森、ひよし散策の森コース	10月 午前 3月 午前	15

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

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

お墓に関する  
ご相談は、

公式ライン

**谷石材店**

0771-22-5024

〒621-0015 亀岡市吉川町吉田段ノ坪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

京都市右京区花園巽南町 15-21  
亀岡市追分町八ノ坪 26-6-106  
京都市北区西賀茂北鎮守庵町 72

◆総合建築金物 ◆造園・エクステリア  
◆土木建築・下水工事 ◆資材施工一式

亀岡市下水道工事指定業者

**(有)あき建材店**

TEL.0771-26-2067  
FAX.0771-26-3626 亀岡市宮前町猪倉宮ノ下6番地

●見積り等ご相談は  
お気軽にお電話下さい

亀岡市 あき建材店 検索

回り道

無駄と思うが  
それも人生の  
大事な道のり

祥 心の散策道場【亀岡のみみじ寺】  
Open Your Mind 曹洞宗 丹山法窟 霊松山

**苗秀寺**

亀岡市穂田野町佐伯大門 47  
☎(0771)22-0811



施工前

園のイメージは児童から募ったが、実際に盛りだくさん。予算



希望のガーデン

曾我部小学校から曾老連に「校内の一角に花いっぱい庭園を作りたいのだが、協力願えないか」との要請が入った。協議の結果「諾」となり、11ある単位クラブの会長と教師先生、鉄工所を経営されていた会員の十三名でチームを結成。庭園のイメージは児童から募ったが、実際に盛りだくさん。予算

### 小学校に「庭園」を造る



曾我部町老人クラブ連合会  
会長 鹿島 輝雄

内では叶えられる範囲を探したが、外せないのは「花壇」「川の流れ」「フェンス。また今ある銅像にアーチを掛けバラで覆う案と、花壇の縁石は圃場整備で出た石を使う案は即決。一方、フェンスの木材、塗装用の柿渋、アーチ等の提供を受けた。鉄製品の下さる会社もあり、まさに曾我部町が一体となった造り上げた庭園となった。公募していた名称は「教育長賞」を受賞した。

曾我部町では古きより8月23日に「曾我部六ヶ村地蔵巡り」が行われている、六ヶ村の内、旧川上村だけが3地区に分かれ、村のお地蔵様には毎年祭祀場を変えて頂いている。今年の当番は南条区。老人クラブが運営にあたるが、引継ぎに始まり、自治会館を借りての祭祀、そして後片づけまで3日かかり。祭祀当日は

### 曾我部六ヶ村地蔵巡り



曾我部町南条老人クラブ  
会長 鹿島 輝雄

曾我部町では古きより8月23日に「曾我部六ヶ村地蔵巡り」が行われている、六ヶ村の内、旧川上村だけが3地区に分かれ、村のお地蔵様には毎年祭祀場を変えて頂いている。今年の当番は南条区。老人クラブが運営にあたるが、引継ぎに始まり、自治会館を借りての祭祀、そして後片づけまで3日かかり。祭祀当日は



旧川上村地蔵尊

朝4時から夜の10時まで、「1チーム3〜4名・3時間交代」のシフトを敷いて参詣者を迎えて頂いたが、いつもの行事より遙かに多い会員の参加を得ることが出来た。偏にお地蔵様の御利益?!



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

## 株式会社 京都帝酸

亀岡市保津町今石 56 番地

TEL: 0771-22-3364  
FAX: 0771-22-2249

## 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  
[第二工場] 亀岡市河原林町河原尻下五丹19-1

☎0771 (22)8846



手作り醤油舗・酒類販売

## タケモ株式会社

亀岡市保津町沢目 52

TEL: 0771-22-0278  
FAX: 0771-22-4174

総合建設業 京都府知事許可 (特) 第 29728 号  
砂・砂利・砕石販売/一般貨物自動車運送事業/産業廃棄物収集運搬業

## 株式会社 西田建材

亀岡市吉川町吉田後代 39 番地

TEL (0771)22-5357

## タカスギ

BODY WORKS & PAINT

## 株式会社タカスギ

亀岡市旭町北垣内 44

0771-23-6375

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5丁目141番地

TEL 0771-24-5250  
http://www.miyaken-kyoto.co.jp



# 陶芸サロン 開催!

追分町健朗クラブ  
クラブリーダー 向出 和義

- 場所：追分町自治会
- 日時：6月18日(日)
- 講師：満林俊宏様
- 人数：11名参加  
(内男性4名)

午前中は、古紙回収を男性陣中心に行い、午後から陶芸とハードな1日でしたが、皆、笑顔が絶えない1日になりました。

満林先生より『陶芸の粘土は、すでに練り上げ空気抜きをしております』とのこと。説明をお聞きし、用具の使い方を理解してからスタートしました。葉っぱや縄などの模様を使うものや、厚みを

一定にするための木材など全て用意がしてありました。

出来上がった作品は、自然乾燥(1週間)ののち、素焼き(750℃数時間)をしてから本焼き(1250℃〜1300℃)をする。粘土に気泡が入ると膨張し、割れてしまう。焼くと小さくなるので、希望の大きさの120%の大きさに作ると良いそうです。

健朗クラブは心遣いと優しさにあふれたクラブです。入会をお待ちしています。



お隣と和気あいあいと♪



個性溢れる素晴らしい陶器が完成



満林 俊宏先生の指導のもと丁寧に

- カラオケクラブ活動  
※毎月第1火曜日 午後1時～5時
- 各支部のサロン活動  
※毎週水曜日 午前10時～15時
- グラウンドゴルフクラブ活動  
※毎週金曜日 午前10時～12時
- 麻雀クラブ活動  
※毎週土曜日 午前9時～15時
- 誕生会の開催  
※隔月第4水曜日 午前11時～15時

令和4年度より始めた活動で、コロナ感染症で疎遠になっておりました会員の親睦を図るために始めた活動です。地元のボランティアの方に用意していただいた特弁をいただき、和気あいあいの、ひと時を持ちお互い親睦を深めております。

●その他  
市老連事業への参加  
日帰りバス旅行・ワナゲ大会・グラウンドゴルフ大会・趣味の作品展・ウォーキング 他



お誕生日会



## クラブ活動 報告



畑野町やまびこ会  
会長 横川 孝男

「畑野町やまびこ会」は、町内の高齢者が集まって仲良く交流し、励ましあいながら『友愛・奉仕・懇親・趣味』などの取り組みを通して、健やかで生きがいのある暮らしづくりを目指しております。

会員減少の中、会員増強を目指し、次のようなクラブ活動をしてまいります。

カラオケ (畑野やまびこ会)



グラウンド・ゴルフ (畑野やまびこ会)



合同グラウンド・ゴルフ大会 (河原林町第一・第二老人クラブ)



合同グラウンド・ゴルフ体験会 (河原林町第一・第二老人クラブ)



小学生・幼児・親・シニア友の会とのふれあい交流での輪投げ遊び (東つつじヶ丘シニア友の会)

私たちは  
こんな活動を  
やっています!

友愛募金のお礼

今年度も皆様方のあたたかいご支援、ご協力を賜り、誠にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

【令和5年度 募金総額:378,116円】

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

亀岡市老人クラブ連合会

忘年会・新年会 特別プラン



京都・亀岡 湯の花温泉

里山の休日

京都・畑河

☎ 0771-26-2345

担当 西田 (080-6227-7909)

- 15名様以上での利用
- 4,000円以上の料理ご注文の方

【特典】

- 亀岡市内の指定の場所へ無料送迎バス運行
- 宴会時、カラオケ使用料 (5,500円) 無料
- 温泉入浴料割引

編集後記

今夏は連日の猛暑に見舞われ、一方では大雨の影響で甚大な被害を受けられた方にお見舞い申し上げます。また、コロナ感染から私たちの生活を守り、ともに元気に過ごしましょう。

市老連では魅力ある広報誌づくりのため、皆様の御意見、御感想を心よりお待ちしております。よろしくお願い申し上げます。

広報部一同

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

(お題) 虫

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12月31日まで

まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

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

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

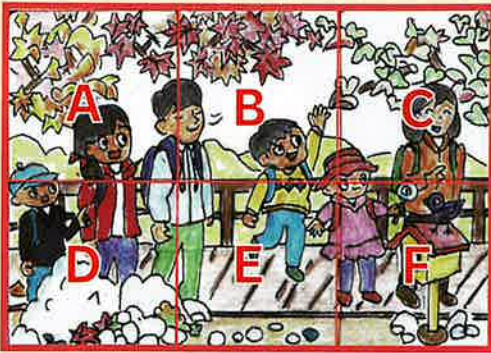


株式会社

ふじはる 藤大

亀岡市穂田野町太田竹ヶ花10-6

TEL 0771-24-3051



● A～Fのエリアの中に大きなまちがいが3つあります。それをさがしてアルファベットで、教えてください。  
 ①答え②氏名③クラブ名(紹介クラブ名)を書いて市老連事務局までFAXまたはハガキで応募下さい。  
 毎回、プレゼントがあります。お楽しみに…。



プレゼントコーナー  
まちがいさがし

FAX 番号 0771-20-9064  
 〒621-0864 亀岡市内丸町 45-1  
 亀岡市総合福祉センター 2階  
 亀岡市老人クラブ連合会 事務局行



26号(5月号)の間違ひ探し応募者 (26号の答えはA・C・Eでした)

クラブ名	名前	クラブ名	名前	クラブ名	名前	クラブ名	名前
保津町第四百代会	S・Y	見晴山水会	O・Y	追分町健朗クラブ	H・M	東つづじヶ丘シニア友の会	I・T
保津町第一代会	H・T	追分町健朗クラブ	K・T	追分町健朗クラブ	M・T	東つづじヶ丘シニア友の会	K・K
大井町亀楽会第五クラブ	I・M	追分町健朗クラブ	M・K	追分町健朗クラブ	S・M	東つづじヶ丘シニア友の会	H・S
見晴山水会	N・T	追分町健朗クラブ	M・H	追分町健朗クラブ	I・K	東つづじヶ丘シニア友の会	Y・S
見晴山水会	O・M	追分町健朗クラブ	M・T	追分町健朗クラブ	S・M	東つづじヶ丘シニア友の会	I・M
見晴山水会	S・H	追分町健朗クラブ	Y・Y	追分町健朗クラブ	T・M	東つづじヶ丘シニア友の会	I・Y

令和5年度 広報部

役職	氏名	クラブ名
部長	井手口温美	東つづ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	鹿島 輝雄	曾我部町南條老人クラブ
	武田 綾子	保津町第五百代会
	西田 克子	河原林町第一老人クラブ

表紙の  
 日帰り研修旅行：多賀神社 撮影 横川 孝男氏

市老連 かめおか

発行日 2023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

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

**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 FAX.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

建設業許可番号第42388号  
**YAMA1**  
 山一造園  
<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安全管理  
 亀岡市東つづじヶ丘曙台3丁目9-5  
**TEL:0771-20-8530**  
 (緊急携帯)090-3495-1224お気軽にお電話ください

地域密着  
**お客さまのつらさを大切に**  
 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

ニチコミ  
 ずっと、元気に。  
 誰もがいつまでも活躍できる社会へ

**油断敵 大**  
 ルールを守って 安全運転  
**自転車の無灯火運転 カサさし運転はやめましょう**

医療法人社団 蔵本会  
**八木診療所**  
 内科・耳鼻咽喉科・皮膚科  

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
13:30~16:00	訪	訪	訪	×	訪	×	×
16:30~19:30	○	○	×	○	×	×	×

 [休診日] 祝日 在宅医療：訪問診療(上記時間帯)+往診(随時)  
 〒621-0821 亀岡市篠町柏原町頭18  
**☎0771-24-0123**