

福老連

福知山市老人クラブ連合会
(愛称 ゆらがわクラブ福知山)

発行 福知山市老人クラブ連合会
福知山市内記10-18 福知山市総合福祉会館内 TEL 0773-23-0186
編集・制作 株式会社ニチコミ <https://www.nichicomi.com>
神戸市中央区栄町通 1-2-7 大同生命神戸ビル7階 TEL 078-333-7707

令和6年度 福知山市老連クラブ大会

健康づくり日本一めざして

2万5千ポイントに挑戦

令和6年度、老人クラブ大会は7月26日「ハピネスふくちやま」で200名の参加を得て開催された。松本会長は人生100年時代「健康と生きがい」を市民参加で推進。まず健康維持にラ

ジオ体操の薦めを提案、個人、地域に輪を広げていこうと呼びかけられた。休憩中には参加者全員でラジオ体操。

第1部は表彰式で育成功労者18名、優良老人クラブ3に授与された。長

年地域の世話役、活動に功績のあつた皆さんおめでとうございませす。まずのご活躍をお祈りいたします。

第2部の「アトラクション」では川口信子さんによる「詩吟」で幕開け、圧倒される声量と迫力で会場は聞き惚れしました。歌唱は、歌の会による懐かし

いメロディーに会場がひとつになって、みんな楽しく歌いました。トリはシルバー和太鼓「翔」、直前まで入念に練習、本番では素晴らしい太鼓の演奏に会場は熱気で大盛り上がりでした。

は、歌の会による懐かし

記の通りです。



御来賓の皆様	
本田 太郎	衆議院議員
大橋 一夫	福知山市長
奥野 昌徳	中丹広域振興局長
田淵 裕二	市議会議長
夜久 豊基	社会福祉協議会会長

○育成功労者 (敬称略)

氏名	クラブ名
福井 浩二	長町長寿会
飯田 直幸	岡ノ上老人クラブ
下林 やす子	岡ノ二町喜楽会
森 肇	猪崎喜楽会
森下 慈真	ゆうゆう会
塩見 越郎	中だるま会
塩見 紀子	中だるま会
澤田 澄子	前田老人クラブ
熊谷 隆夫	土師町寿会
阪梨 義春	大呂笑寿会
坂本 泰夫	日吉ヶ丘楽遊会
公手 均	西町老人クラブ
森山 龍彦	平野ひまわり会
関口 修	小倉幸福会
衣川 盡	奥老人クラブ
堀島 礼子	末広会
細見 毅	辻老人クラブ
井上 義治	尾藤口すこやか会

○優良老人クラブ

クラブ名 (地区)
岡ノ上老人クラブ (悼明)
和佳芽会 (雀部)
睦月会 (上豊富)

メッセージを頂戴した皆様	
家元 優	府議会議員
武田 光樹	府議会議員

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

桐村眼科医院

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前10時～午後1時	○	○	○	○	○	○
午後3時～午後6時	/	○	○	/	○	○

■日曜・祝日・祭日は休診
■火・水・金 白濁り手術(カールノケラトロジー実施)
福知山市駅北正面通アオイ通角
☎(0773)22-5044

株式会社ルネスアソシエイト
おだやかに、すこやかに、時をつむぐ
介護付有料老人ホーム
メゾンパルテール福知山
御入居相談、御見学等
お気軽にお問い合わせ下さい
京都府福知山市字天田107-1
お問い合わせ
☎0120-88-7273

新車・中古車販売・整備全般・板金塗装
DRESS UP・買取・オーディオ取付
事故対応・トラック買取・重機買取
AUTO SHOP
S.K-STYLE
オートサービス北京都株式会社
〒620-0803
福知山市観音寺 340番地の2
TEL0773-20-2992 FAX0773-20-3003

株式会社 **景福工業**
福知山市前田新町 348-2
☎0773-45-7701
■土木工事一式 ■産業廃棄物収集運搬業
■舗装工事 ■宅地造成工事

環境にやさしい会社
Environment
ケリア
福知山市夜久野町額田 51-1
TEL 0773-37-0304
KES1-0473

株式会社 **中垣石材**
墓石/庭灯籠/その他石工事一式
お見積りは無料です
お墓に関する御相談お聞かせください!
福知山市字岩井48の11番地
☎0120-29-9148
フリーダイヤル

令和6年度 福知山市老連クラブ大会



詩 吟

歌唱や演舞で
アトラクションは
大盛り上がり!

大会宣言

人生100年時代を迎える今、高齢者が健康で生き生きと暮らすことができる「健康寿命」を伸ばすことがより大切であると言われていています。

少子高齢化とともに人口減少が進行する中であって、すべての世代が輝き活躍できる社会の構築が期待されています。高齢者が、自分自身の健康を維持しながら、長年にわたり培ってきた知識や経験を若い世代に伝え、地域社会の一員として、社会に貢献できることは、我々高齢者の喜びでもあります。

令和6年度、福知山市老人クラブ連合会は、あらゆる世代や組織と連携し、全老連が提唱している「健康寿命・友愛・奉仕」の三大運動を基盤として、メインテーマ「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを」のもと、「健康づくり日本一」をスローガンに、それぞれのクラブの一層の活性化を図り、地域社会の期待に応える活動に取り組んでいくことを、ここに決意するものです。

令和6年7月26日
福知山市老人クラブ大会



歌の会のみなさん



シルバー太鼓“翔”

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あらかわ鍼灸接骨院

休診:土曜午後・日曜・祝祭日

	月	火	水	木	金	土
AM8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
PM15:00~19:00	○	○	○	△	○	休

△木曜午後のみ予約制

福知山市新庄709-7

TEL 0773-23-9771

由良産婦人科 総部本院 石原分院

眼科診療始めました
(木曜午前 0773-27-7198)

いなば内科クリニック
内科・消化器内科・肝臓内科
院長 稲葉 弘二(肝臓専門医・消化器病専門医)
福知山市駅南町1-278 ☎0773-24-5136

いなば眼科クリニック
眼科(コンタクトレンズ取扱い)
院長 稲葉 純子(眼科専門医) (白内障・白濁手術ご相談下さい)
福知山市駅南町1-277 ☎0773-24-5137

なかじ医院
上夜久野診療所

外科 内科 リハビリテーション科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後4:00~6:30	○	○	×	○	○	×	×

福知山市夜久野町直見6267-1
Tel.0773-38-1017 Fax.0773-38-1369

医療法人 修和会 かやの医院

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

休診日/火曜日・木曜日・土曜日の午後、日曜日、祝祭日
△第1・3土曜日 休診

福知山市前田新町33番地
☎(0773)27-8020

松木皮フ科医院

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~1:00	○	○	○	×	○	○	×
午後4:00~7:00	○	○	×	×	○	△	×

△3:00~4:00 まで

福知山市昭和町19
☎0773-22-3322

優良老人クラブ表彰

四季の花・憩の場

雀部学区 和佳芽会

日比野 修三

平成元年4月29日、初
 の「みどりの日」に私た
 ちの花壇「老佳園」は
 誕生した。以来36年、先
 輩たちの努力の積み重ね
 の結果、かくも長きにわ
 たつて。府道沿い、歩
 道橋下のこの花壇は今や
 近隣住民の憩いの場と
 なっている。また、雀部
 小学校の側にあるため、
 子どもたちが行き来し、
 中学生や高校生もここで
 一息入れている姿もよく
 見かける。

この度の努力に敬意を表
 し、これからも続けてい
 きたい。なお、ここは府
 の土地であり、花壇の礎
 も府の提供であり感謝し
 ている。そんな私たちの
 歩みを認めてくれた市老
 連にも感謝である。

5月頃と10月頃の年2
 回、花の植え替え作業を
 会員たちの協力で行つて
 おり、夏の盛りも雪の冬
 も1年中花が咲く近隣住
 民のやすらぎの場である
 この老佳園は私たちの誇
 りでもある。代々の会員



受賞の喜び

継続の力をクラブ活性化につなぐ

庵我学区 猪崎喜楽会

森 肇

この度育成成功労者表彰
 を授かり、まことにあり
 がとうございました。平
 成25年にこの猪崎喜楽会
 の会長を承りまして以
 来、令和5年度まで会長
 職8年と副会長1年、9
 年間の長きにわたり運営
 に関わってきました。

会員数は多いときは
 100名をも越えました
 が現在は80名に減少して
 きました。新入会員はあ
 りますが減少数が上回つ
 ている現状です。活動
 目的は親睦、奉仕、娯楽
 を交えた交流の場を提供
 し、会員相互の親睦をは
 かることです。年1回の
 バスでの研修旅行、芸能
 イベントの開催や趣味を
 生かした麻雀会の実施、
 奉仕活動は、二段の小グ



ラウンドの清掃、除草作
 業も毎年継続していま
 す。継続は力なりと良く
 言われる言葉ですが、こ
 れも会員の皆様のお力添
 えと諸先輩の今日までの
 ご努力の成果と思いま
 す。受賞にあたり会員並
 びに各方面の方々に感謝
 と御礼を申し上げます。

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

コンピューター会計・電子申告

衣川憲治税理士事務所

税理士 衣川 憲治

福知山市昭和新町206-2 I&Iビル2F
(自宅 福知山市夜久野町額田1030-3)

TEL 25-3711/FAX 25-3708

すそばに
あなたの身近なパートナー

相 続 ・ 贈 与
細見税務会計事務所

公認会計士 細見 祐介 税理士 細見 均
事務所/福知山市北栄町51-8 (細見産業ビル3F)
TEL.0773-22-2524 FAX.0773-22-0705
<http://hosomi.zei-mu.com/>

社会福祉法人 福知山学園

地域密着型
介護老人福祉施設 **橘**

- 入所者生活介護
- 短期入所生活介護 (介護予防)

福知山市三和町千束824番地
TEL0773-58-3339 FAX0773-58-3360

田淵完一
税理士事務所

福知山市駅南町3丁目110
TEL.0773-25-0835
FAX.0773-45-6600
携帯 090-9625-2283

TKCコンピュータ会計

岡田税理士事務所

税理士 岡田 博

福知山市内記6丁目北85の2
TEL(0773)22-4713
FAX(0773)22-1896

外科 内科 整形外科 皮膚科
リハビリテーション科

竹下 医院

福知山
駅前

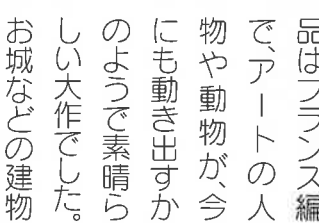
診療時間	月	火	水	木	金	土
AM8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
PM2:00~6:00	●	●	●	×	●	×

休診/木・土午後、日・祝
 ※午後からの診療についてはあらかじめ電話でご確認ください。

TEL(0773)22-2675(代)

市老連バス旅行に参加して 『夢とロマンの旅へ』

惇明地区 さくら会 田野島康子 (東岡町)



毎年、市老連の日帰り旅行を楽しみにしています。朝から晴天に恵まれ絶好のバス旅行となりました。砂丘に到着すると日本海を背景に全員で集合写真を撮り、昼食会場へ移動し楽し



い昼食をいただきました。今年は鳥取「砂の美術館」と「わらべ館」にきました。以前から砂アートを見たいと思っていたので念願がかないました。「砂の美術館」の作品はフランス編でアートの人物や動物が今にも動き出すかのように素晴らしい大作でした。お城などの建物

も雄大で感動しました。見る人にはその時代にタイムスリップしたような圧倒されるアートでした。「わらべ館」へとバスで移動。「わらべ館」は昔懐かしい教室で、椅子も机も昔のままです。鳥取県出身の作曲家、岡野貞の作品「ふるさと」「おぼろ月夜」を、袴姿の先生のオルガン伴奏に合わせて、それぞれがカステネットをたたき、童心に戻って合

唱しました。(先生からは大変すばらしい歌とお褒めいただいた)
館内には昭和初期の風景や遊びの

第46回 市老連 親善グリーントボール大会を開催

保健体育部

5月22日、曇りではありましたが絶好のグリーントボール日和、岩井の北部地域グラウンドで選手・役員

を深めながら日頃の練習の成果を競い合いました。競技・運営はグリーントボール協会にお世話になりました。この大会で3つのことを紹介します。
一つ目は、開会式前、次第には掲載していなかった

全員でのラジオ体操。これには、来賓の市長代理、柴田みどり福祉保健部長も夜久豊基社会福祉協議会会長も驚きの様子、「着てくる服装を考えない」との声があつてきこえて

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

総合建設業
株式会社丸協
marukyo
福知山市字上小田1397
TEL 0773-33-2980
FAX 0773-33-3004

GREENTEC INC.
グリーンテック合同会社
福知山市字新庄 457 番地の 1
TEL : 0773-45-8647

鷹工事一式請負
・枠組み・単管ブラケット足場・法面・吊り足場
・型枠支保工・システム足場・仮囲い
株式会社 タキノ組
業者様から一般の方までご依頼大歓迎
見積もりは無料ですので、お気軽にどうぞ！
福知山市荒河東町 115-1
☎0773-21-5201
【倉庫】福知山市字安井小字岩財谷 28

建築請負・設計・施工 建築業許可(般)第5551号
有限会社 油利工務店
代表取締役 油利英樹
福知山市大字報恩寺小字西左織 8 番地
TEL.32-0034 FAX.32-0283

レクサスホーム 福知山スタジオ 0120-036-044
舞スタジオ 0120-046-255
LIXILリフォームショップ 大立工業
DAIRITSU
大立工業株式会社
URL https://www.dairitsu.jp
本社 福知山市字立原 43 番地の 1 TEL 0773-33-3150

解体工事のご用命は
辰正開発株式会社
福知山市正明寺1番地36
TEL.0773-48-9390



喜び・歓声・はつらつ

事開始前には、健康日本一を目標し、必ずラジオ体操を行っていききたいと思えます。

一ツ目は、新年早々能登半島を襲った地震への災害募金箱を置きました。参加者の皆さんからの善意の募金は1万2千円を超えるものでした。本当にありがとうございました。そして三ツ目は、この大会に92歳の誕生日を迎えただばかりの参加者の最高

齢者で、始球式に臨まれた夜久野の松本克己さんです。そのお歳とは思えない正確なプレーや、仲間と

触れられるお姿に、松本市老連会長がお聞きしたところ①長生きは、人生全て健康②楽しみは、いろんな人との出会い③目標は、人に迷惑かけずに生きたい④理想は元気でコロリと笑顔でお話されたことです。

の功陰で、保健体育部の目標①心身ともに健康②活動を通して「健康づくり・仲間づくり・会員相互の交流・笑顔でわいわいがやがや」を達成することができました。大会結果は左記の通りです。

大会結果

コート	優 勝
第1コート	芦淵A
第2コート	戸田A
第3コート	石 原

消防・防災の知識に関する講習会に参加して

荒賀 正巳

7月12日に、福知山市消防本部で開催された講習会に参加しました。50人が参加され、盛況な講習会となりました。

講習では、市消防本部警防課稲垣救急担当課長から「火災も救急も予防が第一」という内容で、実際の現場

での経験なども交えて、事前の準備や予防することの大切さなどについて、分かりやすく講習していただきました。市民の命と財産を守る消防活動の大切さや日頃から緊急時の備えが必要なことなども学びました。

講習の後は、防災センター内の施設・機能の案内や今年から新設された亀岡市以北を所管する消防指令センターも見学させていただき、今後に活かせる大変有意義な機会となりました。

この防災センターは、20人程度の規模であれば、体験が可能なので、また訪問されていない単位クラブがあれば、ぜひ、利用されてはごっこでしょうか。

防災センターでの研修の様子



私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

福祉用具のレンタル・購入
住宅改修のお問い合わせは…

株式会社 コスモ
この街の元気生活を応援します

0120-70-2948

福知山市東羽合173
TEL25-1877 FAX25-2626

一般建設業
熊谷建設
京都府知事 許可(般-27)第40547号

〒620-0016 京都府福知山市字猪崎 1204-4
TEL/FAX0773-22-4060
携帯090-8382-1171

事業 土木工事業・外構工事業一式・水道施設工事業
案内 解体工事業・産業廃棄物の収集運搬業

SHINSEI Inc.
京都府知事許可(般-5)第43925号
福知山市字今安1607番地
TEL 0773-45-4130

Duat 車の買取ご相談下さい

株式会社 Duat (ドゥアト)
福知山市野花 784-5
TEL(0773)45-8806

純面

(株)井上嘉平商店
福知山市上荒河1530
TEL(0773)23-5211

グラウンドゴルフ
きれいな人工芝コートでゆっくり楽しめます
《営業時間》月～金(祝祭日を除く)9:00～16:30
終日お一人様**300円**
※サッカー予約のない時間に限ります。

福知山フットボールフィールド
府道前田方面からスシローの先の踏切を(株)エフスリー
渡って直ぐ左(福知山市土) **TEL.0773-45-3301**

クラブ活動報告

奉仕作業
地域の皆さんと共に

西町老人クラブ 会長 公手 均

年2回ボラン
ティア活動とし
て、古森稻荷神社
境内と昭和東集
会所の清掃作業
を行っています。

集会所の管理委
員会（西町自治
会長）が2か月
に1回清掃作業
にあたっております。

れます。地域の集会所として
地域の住民が管理清掃に携わ
ることが望ましいのですが、従
来の町内毎の作業が難しくな
り管理委員会が清掃に関わっ
ておられます。そのような事
情の中で、西町老人会が年1回
の清掃奉仕活動として協力し
ていきたいと年度当初に役員
会に諮り了承を得て役員、世話



西町老人クラブ役員会 集会所清掃奉仕活動
(2023年10月10日)



人さんにご無理をお願いする
ことになりました。みなさん
ご協力ありがとうございます。



奉仕作業

今年も元気で

仲良く作業

惺明地区（東岡、岡ノ上、北岡）

5月22日、三町合同で集会所の除草
作業を行いました。51名が早朝7時
から1時間作業をしました。この時
期の草は伸びて作業は大変ですが、皆
さん本当に良くやっていたき感謝し
があります。皆さんのパワーにあ
らためて感謝です。お疲れ様でした。



きれいになりました

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 上豊富福祉会
上豊富保育園
福知山市字樽水小字辻2399-1
TEL (0773) 34-0007 FAX (0773) 34-0121

社会福祉法人 丹陽福祉会
福知山で70余年の信頼と伝統と実績を大切に、
だいじなお子様の子育てのお手伝いをします。
福知山丹陽こども園
tel.22-3284 fax.23-2907
福知山市南栄町8番地
認定こども園 **みどり保育園**
tel.22-8637 fax.22-8667
福知山市旭が丘53番地

社会福祉法人 光福祉会
光 保 育 園
〒620-0841 福知山市駒場新町3丁目49番地
TEL.0773-27-6690
下六人部保育園
〒620-0846 福知山市字長田238番地の56
TEL.0773-27-4654

恵まれた自然環境の中で伸び伸び遊ぶ子
社会福祉法人 一成福祉会
一成保育園
●延長保育 他
福知山市新庄牛伏1-3 ☎23-1200
FAX.23-1913

社会福祉法人 みのり福祉会
理事長 芦田 道祥
みのりこども園
福知山市字拜師789-1 ☎23-3445
みのり修育こども園
福知山市字新庄111 ☎22-4653

おとのもり保育園
あいのもり保育園
福知山市長田大野下2737-12
TEL 0773-48-9022 FAX 0773-48-9023
E-mail otonomori0615@gmail.com (おとのもり保育園)
ainomori0615@gmail.com (あいのもり保育園)

サロン活動の喜び

川北壽楽会

幹事 塩見二三

私たちの川北壽楽会は13名で平均年齢は88歳、女性11名、男性2名で元気に楽しく活動しています。



私たちは壽楽会は、3年前から相互支援活動として友愛訪問、憩の場づくり、暮らしの支え合いなどの活動を始めました。

ふれあい喫茶でお喋りだけを楽しみだけでなく、

支援は高齢者同士の支え合いとして、軽く体を動かす内容も検討し、支

者側も一緒に楽しめる軽いスポーツを取り入れた「ふれあい喫茶地域活動」としてスタートしました。



軽スポーツでもなんでも

評。参加者からは楽しい1日でした。もっと回数を増やしてほしいと

一人暮らしの人もやから解放された気分になったそうです。私は「ス



得点は内緒です？

さん大喜びで感謝していただきました。

今年度の活動計画は、夏休みの子供達や自治会の方達に夏の朝のひと時の1日の元気をもらう「ラジオ体操」への参加の呼びかけ。またバス停の清掃3ヶ所を予定しています。

皆さんやる気満々でルールも得点もなく、打って投げ

また活動として、食欲の秋には幹事手製のちらし弁当をお配りし、冬の1月の寒い時には焼き芋を冷めないようにアルミ箔、厚紙で包み訪問。安

また今後の取り組みとして、免許返納後の生活環境の変化に伴う問題解決と、年甲斐にもグラウンド・ゴルフ同好会を立ち上げ人生の遅れを取り戻したいと意気込んでいます。

美味しくできましたよ



全員の歓声、大きな声を出し気持ち良かったと嬉

また今後の取り組みとして、免許返納後の生活環境の変化に伴う問題解決と、年甲斐にもグラウンド・ゴルフ同好会を立ち上げ人生の遅れを取り戻したいと意気込んでいます。

また今後の取り組みとして、免許返納後の生活環境の変化に伴う問題解決と、年甲斐にもグラウンド・ゴルフ同好会を立ち上げ人生の遅れを取り戻したいと意気込んでいます。

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

未来の水環境を美しく残すために。

株式会社 かんと→す

福知山市字牧小字狭間 228-27
TEL.22-3384-23-7686
FAX.23-6673
kanto-su@wonder.ocn.ne.jp
URL http://kanto-su.co.jp/

株式会社橋電

本社 福知山市字土1117-287
TEL.0773-27-8383

福知山工場 福知山市土師新町3丁目116番地の1
TEL.0773-27-0500代

長田野工場 福知山市字長田大野下2737-8
TEL.0773-20-1777

一般廃棄物収集運搬業務
福知山市指定ごみ袋指定販売事業所

ECONOS JAPAN

エコノスジャパン株式会社

福知山市字樽水1992番地の1
Tel 0773-34-1991 Fax 0773-34-1992

最愛の人に最高の「ありがとう」を伝えたい。

葬儀のことで分からないこと、不安に思われていることなど、どんなことでもお気軽にいつでもご相談下さい。

綾部での家族葬は **いかるがホール**
福知山での家族葬は **天寿庵**
リニューアルオープン!

TEL 0120-15-5969

合同会社EIKEN

福知山市土師新町四丁目6番地
TEL・FAX 0773-45-3535

お薬手帳はとっても便利です。

★お薬手帳をもっていると…

- ・処方された薬を一冊で管理できるので、飲み合わせの事故を防げます。
- ・過去の履歴が残るので、適切なお薬の処方に役立ちます。
- ・かかりつけ薬局を持つとより効果的です。



夜久野支部

公式ワナゲ大会

ビンゴ!!
歓声と拍手に沸いた会場

5月23日、健康維持、親睦交流を目的に、80名の参加で開催しました。今年4月、夜久野町支部は去年より1クラブ少ない9クラブ289名で出発しましたが、今回の輪投げ大会の参加者は過去最高でした。輪投げの台数も例年より2台増やし、8組に分かれて3ゲームを楽しみました。チーム分けも、ゲームの中で他の地域の人となるべく交流が出来るように工夫しました。

ゲームの最中には、ビンゴに輪が入ると、大きな歓声と拍手があちこちで起こり、にぎやかな交流の場になりました。



令和6年度 夜久野支部役員	
支 部 長	夜久 弘明
副 支 部 長	岡本 直明
理 事	関口 修
〃	白井 和夫
〃	堀島 礼子
〃	安達やよい
監 事	森山 龍彦
〃	片山 眞澄

今後の行事予定	
日 時	活動内容
9月25日	グラウンド・ゴルフ交流会
10月23日	日帰りバス旅行
12月	85歳以上の高齢者宅訪問
1月	「市老連やくの」発行
2月	卒業児童、生徒造花バラ作成
2月26日	夜久野いきいき大会



私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

GIFT SHOP
贈り物ならお任せください

サラダ館福知山前田店

☎27-3399

NISHU Inc. 福知山市前田新町 3-9

畿北冷熱株式会社
KIHOKU REINETSU Co.,Ltd.

福知山市字堀 2252 番地の 1

TEL.0773-23-5568
FAX.0773-23-5569

SEIWA

有限会社 精 和

福知山市三和町下川合139番地
TEL.0773-58-3855

電気設備・空調設備・設計施工

ケイエヌテック

福知山市岩井東町 26-2
TEL 0773-23-4554

食事のヒント

高血圧予防

ポイント
減塩は

- 1、だしを効かせる
- 2、香りを利用する
- 3、酸味を利用する
- 4、油を利用する
- 5、食材本来の持ち味を生かす

サガ工業株式会社

福知山市字報恩寺小字東黒田12番地
TEL 0773-32-9065

三和支部

支部交流ゲートボール大会

5月30日、第19回支部交流会ゲートボール大会を三和町運動広場で開催した。

他の地域会員と交流を目的に毎年開催しています。今年も夜久野町と旧市域から参加いただき9チームが3コートに分かれ熱戦、優勝を目指して日頃の練習成果を発揮しつつ、熱中症対策で水分補給しながらの大会でしたが怪我もなく和やかに交流ができた。最高齢は92歳の菟原中の岡本金夫さんで年齢を感じさせない元気印でした。皆さん羨ましいい。

世話役の皆さん前日準備続きご苦労さまでした。



みんなで元気にラジオ体操



狙い通りだよ



新入生にバラのコサージュを

今年も、女性部委員とJ A女性部ボランティアのみなさんに協力いただき、新入生の胸に飾るバラの花のコサージュを25本つくり三和学園に届けました。

今年も感染症防止の為にご来賓のご臨席のお願いがあり、4月9日入学式では、「真つ赤なコサージュを付けた新1年生12名と新7年生10人を



愛のコサージュが完成

今後の行事予定

日時	活動内容
9月 3日(火)	支部親睦グラウンド・ゴルフ大会
9月20日(金)	全国一斉社会奉仕の日(各地区)
10月下旬	支部日帰り親睦旅行(京都方面)
11月10日(日)	三和ふれあいフェスティバル、作品展に参加
11月12日(火)	支部公式ワナゲ大会

令和6年度 三和支部役員	
支 部 長	長澤与志郎
副 支 部 長	山内 菊夫
副 支 部 長	岡村 吉朗
体 育 部 長	山崎 満夫
体 育 副 部 長	水谷 栄治
女 性 部	水谷 久代 (事務局員)
監 事	藤田 洋嗣
監 事	上田 文弘

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

総合建設業

株式会社 **e-commit**
イーコミット

福知山市字今安971-7
TEL.0773-21-9029

鉄・ステンレス
レーザー切断・曲げ加工

株式会社 **衣川シャーリング**

福知山市字土1117-319
TEL.(0773)27-5048
FAX.(0773)27-6796

鉄筋工事・一般鋼材の販売

株式会社 **アキラステール**

福知山市字上小田小字住所 1761 番地 2
☎0773-33-5226
FAX0773-33-5260

自動車販売・修理・保険取扱店

GAJI AUTO

福知山市厚中町50番地
mobile:090-8930-0944
tel/fax:0773-22-2227

一般貨物自動車運送事業

株式会社 **TSone**

福知山市今安278番地
TEL 0773-45-8240 FAX 0773-45-8241
大切なお荷物をお運び致します。弊社にお任せください
短期貸倉庫あります

緑の山づくりから住まい造りまで

株式会社 **いとう**

福知山市字立原 10 番地
TEL.0773-33-2200
FAX.0773-33-2027

大江支部

たのしかった日帰りバス旅行

本年度は支部役員の大

選期に当たり選出には苦
 勞しました。少人数で
 が活動はスムーズに進め
 られるよう運営したいと
 考えております。

支部の単位クラブ数
 は前年の8クラブから7
 となり、会員数も減少し
 179名でのスタートと
 なりました。役員は下記
 の通りです。会員の皆さ
 まとともに楽しく、魅力
 ある活動が展開できれば
 と考えております。



いい笑顔です

昨年は秋に実施しまし

たが、支部行事が後期に
 集中しており、前期に実
 施することになりました。

反面、雨天(梅雨)が心配
 でしたが、何とか実施す
 ることが出来ました。今
 日も福知山市の「視察研
 修参加事業」の補助金交
 付を受けての実施でした。

7月1日(月)クラブ
 数・会員数の減少もありま
 したが、28人の参加をいた
 だき、バス旅行の1日を楽
 しんで来ました。尾藤口す



熱心に説明を聴く



昼食は日本酒で一杯

こやか会は、単位クラブの

行事としても取り組み、親
 睦を深めておりました。

天台宗「鶴林寺」は聖徳
 太子御創立の寺で、国宝・
 重要文化財など多くの文
 化財を有し、「播磨の法隆
 寺」と呼ばれています。寺
 では観光ガイドさんによ
 る案内があり、大変興味深
 く見学することができま

した。また、昼食と見学は
 全国でも珍しい女性杜氏
 が酒造りを担っている「灘
 菊酒造」で行い、お土産買
 いも楽しみました。そして

「キックコーマン食品高砂工
 場」では、日本の食卓に欠
 くことができない調味
 料の伝統の技術を近代化
 した醤油づくりの全工程
 を見学しました。
 さらに、バスの中では、
 会員によるクイズを楽し
 み、サービスエリアでも
 土産をしっかりと確保して
 帰路につきました。

世代間交流

大江高校でねんりんサロン

7月19日(金) 京都府

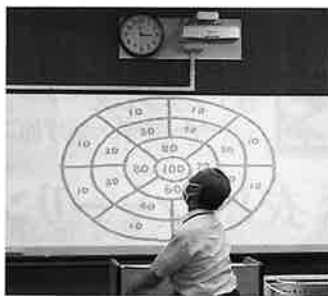
立大江高校と京都SKY
 センターとのコラボ企画
 となる世代間交流会が開
 催されました。

今回は、福知山市老人ク
 ラブ連合会(地元大江支
 部会員5名を含めた)会
 員19名と大江高校の生徒
 14名(2・3年生)が参
 加しました。

始めに、大江高校廣瀬副
 校長のあいさつがあり、引
 き続き交流会に入りまし
 た。6グループに分かれて
 生徒主導でねんりんサロ
 ンは進行。交流企画の取
 組内容は(1)「環境サイ
 エンスプレゼンツ」野菜
 クイズ、(2)「あなたは
 どれだけ知っていますか?
 日本の文化カルタ」そして
 (3)「紙飛行機名人は誰
 だ!」折り紙で紙飛行機づ
 くりの内容で、地域創生
 科の生徒さん・生徒会役



丁寧な説明



なんか難しそう

員・有志参加の生徒さん
 たちとの交流企画を楽し
 みました。
 最後に、京都SKYセン
 ター松本推進委員および
 生徒会長のあいさつで、お
 開きとなりました。
 短時間の世代間交流会
 ではありませんでしたが、大変有
 意義な時間を過ごすこと
 ができました。

市老連大江支部役員	
支 部 長	廉屋 巧
副 支 部 長	岩松 英昭
女 性 委 員	藤田美枝子
監 事	藤田 修市
〃	日置 昌代
事 務 局	廉屋 巧

支部活動	
日 時	活動内容
4月5日、11日	入園式(げん鬼子ども園) 大江学園入学式は支部長自粛不参加
5月29日	ゴーヤ苗本部より受取・支部内に配布、160本(7単位クラブ)
6月12日	市老連日帰り旅行;「鳥取砂丘の旅」支部参加者3人
7月 1日	支部日帰り旅行;鶴林寺(播磨の国宝)&キックコーマン見学
7月12日	消防・防災知識に関する講習会参加
7月19日	第1回大江高校ねんりんサロン、大江支部5人参加【京都SKYセンター/大江高校】
7月26日	市老連大会大江支部13人参加(ハピネスふくちやま)

令和6年度高齢者相互支援事業

「友愛活動」

- 趣旨:**老人クラブの会員が、高齢者等の家庭を訪問し、話し相手になることを基本に、地域での見守り・生活支援活動を行う。
- 対象:**ひとり暮らし・歩行困難・寝たきり・虚弱・認知症等の高齢者。高齢者のみの世帯、昼間ひとり暮らしの家庭(老人クラブの会員、非会員を問わず地域での支え合いや日常の声掛けを必要とされている高齢者についても対象とします)
- 活動内容:**話し相手、日常生活の支援、ふれあい集会(サロン)の開催、安否確認等の支援活動(自治会長・組長・民生児童委員また近隣の方と連携を図りながら実施する。)
- 実施にあたって**
 - (1)地域の友だちとして支え合う。←《暮らしの支え合いをひろげましょう!》
 - (2)情報を届けよう。←《役立つ情報を届けましょう!》
 - (3)ふれあい集会を開いてみよう。←《集まる機会を作りましょう!》
 - (4)無理せず柔軟にできる範囲で行う
地域で高齢者同士がお互いに助け合い、励まし合いましょう。《共助》

- 例年のように上記「趣旨・活動内容」等で友愛活動を始めました。5月31日に30弱のクラブの皆さんにお集まりいただき第1回連絡会を実施いたしました。活動に対してお支払する「補助金支給基準」を明確にし、スタートしました。
- 現在、昨年度と同数の22クラブが申請され、3支部も併せて取り組みを始めていただいております。高齢化社会、地域で孤立する高齢者がありませんように友愛活動を進めていただけましたら心強いです。クラブ内でお話し合いができましたら年度途中からでもご参加いただければ嬉しいです。是非お声をかけてください。
- 第2回連絡会を令和7年2月21日(金)に予定しております。詳細は別途ご連絡いたします。

令和6年度 女性委員会事業計画&報告

第1回 女性委員会 令和6年5月17日(金)

例年3分の2くらいの女性委員が交代されるので初顔合わせとなり自己紹介から始まります。女性委員の役割や地域での老人会の会議等に積極的に参加して発言していこう、そして活動状況などを報告していただき皆の参考にしていこうなど話し合います。

特に今年度は丹波ブロックリーダー研修会が5年に一度当番が回って来て福知山管内での実施が決まっており実行委員会を立ち上げ計画を話し合っているところです。

この女性委員会は福祉友愛部と合同で行っており互いに理解と協力をしあいます。例年年間を通してタオル、プルタブ、古切手等を集めていただき福祉施設に寄贈したり、現金に換えて福祉機器の購入に積み立てをする活動もしています。

第2回 女性委員会

令和6年7月11日(木)

7月26日に実施される市老連クラブ大会に向けての全員の参加と役割分担について、丹波ブロックリーダー研修会への参加者の確認を行いました。

その後、10月に開催される趣味の作品展へ毎年出品している作品作りをしました。今年は「福を招く」と言われるフクロウの置物を折り紙で作りました。



みんなで作る折り紙づくり

第3回 女性委員会 令和6年8月20日(火)

- ・丹波ブロックリーダー研修会の参加と役割について
研修内容：大江町の元伊勢内宮皇大神社、鬼の交流博物館見学～講演
- ・市老連シルバーリーダー研修会（11月）参加と役割分担についての話し合い

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

由良川水系の環境保全を担う

一般産業廃棄物収集運搬業務
貯水槽清掃・排水管つまり修繕
浄化槽設置工事、給排水衛生設備工事

株式会社 **アクアテック**

本社 福知山市字西 7-1
営業所 福知山市字猪崎 3412

☎0120-25-3416

各種伐採・樹木調査

株式会社 **夜久林業**

福知山市夜久野町小倉 1135 番地の 2

TEL 0773-38-0757

野菜育種業・採種販売

有限会社

夜久野育種農場

福知山市夜久野町
板生29

TEL/FAX 0773-38-1235



- × 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

退任のあいさつ

常任理事退任あいさつ



ご支援に感謝
前常任理事 福井 浩二

このたび、常任理事を
退任させていただきま
した。

令和元年度から2年間
事務局次長として、また
令和4年度から2年間常
任理事として市老連の
仕事をさせていただき
ました。

常任理事としては、
「社会活動部」として
主に「地域社会に貢献
するようなこと」（交通
安全・特殊詐欺のこと・
社会奉仕活動など）に
携わってきました。

全体行事としての、
ウォーキング、グラウン
ド・ゴルフなど保健体
育部の行事や日帰り研
修旅行に興味の作品展
といった文化教養部の行

退任のあいさつ

大江支部長退任あいさつ



災害支援に感謝
前支部長 和田 荘

令和6年1月1日、世
の中新しい年を迎え、「さ
あ、今年こそは」と、思っ
ている矢先に世の中を震
撼とさせる、北陸地方の
大震災のニュースで年が
明けました。北陸も老齡
化が進んでいて、悲しい
ニュースばかりが飛び込
んでくることが多くあり
ましたが、ようやく少し
でも前向きにと動き出し
ているテレビの画面に、
ほっとするこの頃です。

私も昨年8月14日に、
谷水による土砂災害に見
舞われ、家の床の上まで土
砂が流れ込みました。土
砂を取り除く作業に、市
老連の会長様をはじめと
する会員の皆さまがいち
早く駆けつけ下さり、

今までにない暑さの中、
2日間にかけて詰まっ
いた土砂を取り除いて下
さいました。
感謝でいっぱいでした。
その様な経験をしており
ますので、北陸の震災も
他人事とは思えません。
さて、市老連大江支部
に7年間、お世話になり
ました。皆さまとの交流
を続けてまいりましたが、
令和5年度で支部長の任
を退任させて頂くことにな
りました。今後は、地
元老人会で活動してい
たいと思っております。
長い間、ありがとうございました。

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

曹洞宗
大野山 善光寺
福知山市字多保市1077番地
電話 (0773)27-3744
FAX (0773)27-8958

曹洞宗
正眼寺
福知山市字寺 30
☎0773-22-3093

本尊十一面観世音菩薩
近畿楽寿観音第20番札所
室尾谷山 観音寺
福知山市大江町南山995-1
☎0773-56-0357

浄土真宗本願寺派
龍華山 専福寺
福知山市夜久野町直見371-2
TEL (0773)38-0335

臨済宗 妙心寺派
天祥山 長橋寺
水琴窟の寺
住職 越後 義昭
福知山市大江町南有路1378
TEL(0773)57-0525 FAX57-0655
E-mail: echigo@gaia.eonet.ne.jp

前田宝蔵山霊園 永代供養墓
曹洞宗 瑞龍山 東林寺
住職 尾垣 徹禅
福知山市字前田1750-1
TEL27-2376 FAX27-2698



支部長紹介

夜久野支部

すべての会員に声の届く活動を

夜久野支部 支部長 夜久 弘明

今年は、支部事業を... 通して、健康づくり、多... くの会員のふれあいの... 場、会員増につながるよ... うな事業を工夫していき... たいと思います。

り物を届け、会員と会話... をする取り組みもその一... つです。

お誕生日おめでとう



各単位クラブの中で... も、全ての会員の誕生日... にプレゼントをもつての... 訪問や総会、新年会には... 会員にお弁当を配布し会... 員と会話をする取り組... みもあります。また、単... 位クラブの行事の様子を... ニュースにして会員宅に... 届けるなどの取り組みも... あります。これらは夜久... 野支部だけではできな... い活動です。単位クラブ... の活動から学んで、地域... の高齢者のつながりが深... まってほしいと思います... ます。今後、支部と単... 位クラブの充実を目指し... てがんばります。

三和支部

今できることを全力で

三和支部 支部長 長澤 与志郎

4月に役員改選があ... り、私が三和支部長に就... 任しました。歴代の支部... 長様は皆さん大変優秀な... 方なので先輩のお知恵を... お借りしながら、自分の... ペースで進んでまいりた... いと思います。

問題点は、まず老人クラ... ブの役員のなり手がいな... い。入会者がいない。お... 聞きすると趣味の習い事... があるので忙しい、入会... すればすぐ役員をするこ... とになる、まだ仕事があ... る。などです。... 今年クラブの主な... 計画は、*10月に研修旅... 行。*神社の清掃奉仕... 作業(年6回) *輪投げ... 練習会(年6回) *ゲー...



私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ロコモティブシンドロームの予防



「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。

症候群(シンドローム)とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い □片足立ちの状態では靴下を履くことが出来ない
□手すりがないと階段の上り下りが困難 □2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
□15分以上連続して歩き続けられない □布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
□横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

*上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。

支部長紹介

大江支部

本部・支部の架け橋

大江支部 支部長 廉屋 巧

令和6年4月、大

ております。

江支部前支部長和田莊氏の後任として、支部長の大任をお引き受けることになりました。これまで10年間、支部の事務局をさせていただき、歴代3人の支部長の下、事務局として大江支部活動の運営に関わってきました。今後は、事務局との兼務をすることになりましたが、支部会員数の減少ということもあり、少数の支部役員体制で、この難局を乗り切りたいと考え、今後ともよろしくお願

丹波ブロック 女性リーダー研修会

9月26日、大江町で開催される。研修、見学は2か所の名所巡り。



元伊勢内宮皇大神社



鬼の交流博物館

クラブ活動報告

第20回修斉老連 グラウンド・ゴルフ大会

体育部 正明寺さわやか会

梅原 信和

猛暑の中、老人パワーを結集

コロナ禍で活動が途絶えていたが、二転、連動が途絶えていた。夏の猛暑となり、朝早くから多くの皆さんが開会式を待ちました。8時30分、第20回グラウンド・ゴルフ大会が、6月14日、岩井の「多目的グラウンド」で開催されました。梅雨前の時期で雨が心配された。大会には、修斉地区に居住している団体・個人にも呼びかけ7チーム、28名の参加がありました。この日は、朝から猛暑となり、「警戒アラート」の機械とにらめっこしながらのスタートとなりました。参加者は、猛暑に負けず、日頃の練習の成果をいかんなく発揮、歓声をあげながら楽しくプレーしました。まさに老人パワーの結集でした。皆さんお疲れ様でした。成績は以下のとおりです。3位まで掲載(敬称略)



プレーは、暑さも熱気もピークです

▼大会結果

団体の部			
順位	団体名	打数	
第1位	正明寺さわやか会B	154	
第2位	かしの木会A	155	
第3位	かしの木会B	162	
個人の部 (男子)			
順位	氏名	所属クラブ	打数
第1位	平野 豊	かしの木会A	28
第2位	芦田 増巳	大門A	29
第3位	今井 敬二	さわやか会B	33
個人の部 (女子)			
順位	氏名	所属クラブ	打数
第1位	田中フサ子	かしの木会B	37
第2位	高山 昭代	さわやか会B	38
第3位	森田喜代子	岩井A	38

Nestlé HealthScience 私? フレイル 予備軍!?

他人事ではないフレイル、予防の要に 栄養あり!

なんだか疲れやすい

歩くスピードが落ちている

そんな貴方に必要な対策、お教えます!

みんなの広場

俳句

◆猪崎俳句同好会

替へてすぐ風に応へる夏のれん

瑞代

満月に城は姫の間開け放つ

とし江

神体山御胸のあたりに朴の花

八重子

誰かふと我を呼びたる秋の声

弘子

秋日和舟屋に寄する波静か

芙美子

群れ咲くや直立不動の曼珠沙華

邦子

影法師障子に踊る吊し柿

待枝

秋深し砂袋付けりハビリス

美代子

◆夜久野俳句会

ふるさとの堂袋にむかえらる

六

木洩れ日の庭のベンチへ蝸牛

弥生

初成りの胡瓜のうまし夕の膳

幸子

老木の花房七十鉢の藤

直

亀虫もさすが十葉へ近付かず

正徹

◆シニア俳句会

うますぎる話に七味夏に入る

観音寺寿老会 牧田美代子

遠雷や下校の児等の走る走る

土師新町南寿会 四方登美代

夕立や橋のたもとの別れ刻

土師町寿会 佐藤 節子

梅千すや三日三晩の歌詞守りて

前田老人クラブ 芦田千代子

◆かしの木会俳句会

草いきれ電車静かに停車する

宮前 淳一

男物なりし日傘のすれ違ふ

牧 孝年

花立の水も涸れたり酷暑かな

宮崎 勝雄

夏めくや木々の平明濃くなりし

白波瀬裕二

夕餉膳先ずは箸出す冷奴

桐村 博之

短歌

◆上篠尾長寿会

遠く住む教師の孫は来春に
わが住む町で暮らすと言いぬ

バラ園に似たる玄閑妻植えし
真紅の大輪ひと際目立つ

竹下 正博

◆前田老人クラブ

ああ疲れた明日があるさそのあした
後悔残る帰らぬひと日

畑 慶子

川柳

◆南本町寿会

番茶煮て長寿の道をひた走る
水の事故哀歌を口に惚ふおり

大溝はま子

◆六人部部会

題「影・蔭」 荒田 直 選
深緑の木陰ですわり深呼吸
縁あつて生きた証の影を追う

田中きぬ魚

影法師追つて遊んだ遠き日々

大槻知津代

一休み木陰でもらう至福の茶

飛田きよ子

働いてばかりじゃつまらぬ影の声

吉良 啓子

前向きを影の努力が支えてる

吉良 郁江

幸せを探す寂しい影と逢う

田中 一郎

正面の姿に影をつけてみる

大槻 和枝

◆中だるま会

相棒が抜かれて暇な大白歯
ユーマアやうがちなければ一行詩

塩見 政美

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

食べ物数え歌♪

1日に食べておきたい食べ物とその量を
数え歌で覚えましょう。
鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

肉いち
魚(うお)いち
卵いち
牛乳2杯に豆ひとつ
野菜は5皿に
ご飯食べ
おやつは果物
かぞえうた♪

元気に長生きするための食生活

- 心掛けたい10項目です。
- 食生活をチェックしてみよう♪
- 毎日、朝・昼・夕の3食を食べている
 - 肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを毎食食べている
 - 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
 - 野菜やイモ類、海藻類は毎日食べている
 - 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでいる
 - お茶などの水分をこまめにとっている
 - 食欲が無い時はおかずから食べている
 - 体重を定期的に量っている
 - 噛む力を維持するために歯は(義歯も)定期的に点検している
 - 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている

今後の行事予定		
月 日	曜日	行 事
9月 5日	木	安心安全スマホ講習会
9月 20日	金	全国一斉社会奉仕の日
9月 26日	木	丹波ブロック 女性リーダー研修会
10月 4日	金	秋の健康ウォーキング
10月 26日		趣味の作品展
11月 14日	木	グラウンド・ゴルフ大会
11月 22日	金	シルバーリーダー研修会
12月 13日	金	情報交換会

趣味の作品展

【日 時】 10月26日 午前11時～午後5時
27日 午前 9時～午後3時

【場 所】 総合福祉会館（社協）2F

【出品物】 会員の自作の物、書道・絵画・写真・彫刻・古木・竹細工・短歌・俳句・川柳・和洋裁・手芸品・人形・押し花・編み物・陶芸など

お問い合わせは **事務局 (23-0186)**迄

観光ガイドクラブが誕生 ～観光・サロン活動をサポートします～

4月から準備を進めていましたガイドサークルが6年度総会で「観光ガイドクラブ」として誕生しました。会員の優れた特技を社会活動の一環として活かしサロンや地域で発表し「心の癒し」を広げる新たなサークルの誕生です。

現在は25名で観光機関や地域観光クラブと連携し活動しています。今後も市内各地から多士多彩の層を募り人材豊かなグループとして、府内でも有数のガイド総合クラブを目指します。サロンガイドご希望の方や観光にも興味のある方は奮って応募下さい。

観光は実務研修があり、サロンは登録制で自由な活動が成され、出る機会は多く事務局からも発表の機会が連絡されます。ぜひ余暇をお楽しみ下さい。



- 観光ガイドクラブ 会長 松本和徳/事務局 岩崎哲郎/世話人 宮田 昇
- 申し込み・問い合わせ事務局 23-0186 携帯(代表) 090-8989-6548 (松本)

事務局 だより

残暑お見舞い申し上げます。これから秋本番を迎えます。各種行事にご注目下さい。
岩崎哲朗（新任）旅行相談員として張り切っています。旅のご相談はぜひ。
電話：0773-23-0186 メール：f.sirouren@gmail.com

ご協力いただきました
皆さまへ

本紙の発行に際しましてご協賛頂きました各位に厚くお礼申し上げます。紙面の都合上、全て掲載出来ない場合があります、申し訳ございません。一層努力して参ります。引き続きご支援をお願いいたします。

福知山市
老人クラブ連合会

編集後記

猛暑、酷暑、今は常用語とか、各地では局地的大雨も、近くは台風シーズンに入ります。ご注意ください。

次号は8月～11月の地域行事を中心に編集します（11月末）寄稿お願いいたします。

（編集部）

事業協力への御礼

能登地震への皆様からの「災害支援募金」は20万円を超える募金が集まりました。京都府連を通して災害地へ送られます。ご協力ありがとうございました。

私たちは福知山市老人クラブ連合会の活動を応援しています

宝雲山 少林寺
岩ひばの寺

福知山市大江町公庄 318
TEL.(0773)56-0321
FAX.(0773)56-2493

お売り下さい!

切手 金・プラチナ ※買取の際は身分証明書が必要

メイクワン 福知山店
水曜定休日
福知山市和久市町309
Tel.0773-24-9900

お気軽にご相談下さい

“いえづくりはくらしづくり”

新築・リフォームをご検討の方ぜひお気軽にご相談ください。

くらしをつくる
道下工務店
0120-80-3190
福知山市荒河東町17番地

格別

建築リフォーム 専門店
cozy モデルハウス 公開中
広瀬産業
☎0120-27-6406

建築・不動産・不動産賃貸・ガス・飲食店・コインランドリー
広瀬産業株式会社 Tel.0773-27-3858
本社/〒620-0804 福知山市石原二丁目38番地

初めの方大歓迎! お気軽にお持ち込みください

金属全般 持込現金高価買取
リフト・重機 企業から一般家庭まで不要なスクラップは安心して当社にお任せ下さい!
農機具 買取価格に自信あり!!
工業用機械

TEL:0773-45-3891
携帯:080-4017-8773
FAX:0773-45-3892

大和産業
〒620-0913 福知山市字牧小字狭間1352-1

新量・表替・裏返し・上敷のことなら何でも

ダイケン豊 スタイロ豊
西村豊店
各種取替え お気軽にお問合せ下さい

見積無料 ☎(0773)22-8704
福知山市字堀2234-3