

市老連 きづがわ

明るく、元気に、健康長寿!!
～仲間と過ごす楽しい毎日～



令和5年度 第6回 市老連 会長杯グラウンド・ゴルフ大会

※詳細は12ページ

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)

サンシティ木津

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
木津川市鹿背山東大池4-1 TEL(0774)72-8246

あすてるケアプランセンター
木津川市城山台11-5-2 TEL(0774)72-7500

あすてる訪問介護ステーション
木津川市城山台11-5-2 TEL(0774)75-2039
<http://www.houbaikai.com/>

福寿園

山城茶問屋の文化を伝える

山城館 茶問屋ストリート

木津川市山城町上狛東作り道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
うみね

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>

金運向上 銭司聖天

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	●	●	●	△	●	●

休診日 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

就任ごあいさつ



老人クラブのつながりを生かし 安心・安全な地域に

木津川市老人クラブ連合会

会長 中森 啓之

異常に暑い夏によりやく終わりが
見えて、稲穂が黄金色に輝く季節へ
と向かっている今日この頃、老人ク
ラブ連合会の会員の皆様には暑い夏
を乗り越えられ益々ご清祥のことと
存じます。また、日頃は老人クラブ
連合会の活動にご理解・ご協力を賜
り厚くお礼申し上げます。

さて、私、令和六年度・令和七年
度の二年間本会の会長を務めさせて
いただくことになりました木津支部
の中森啓之でございます。微力では
ございますが皆様のご協力をいただ
きながら、本会のさらなる発展のた
めに全力であたりたいと思えますの
で、変わらぬご支援・ご協力をお願
いいたします。

新型コロナウイルス感染症により
外出の機会が減り身体や栄養面での
虚弱が進むなど高齢者の生活に大き
な影響が出ています。新型コロナウイルス
イルス感染症が昨年五月に感染症法
上の位置づけが五類に移行されこと
から、新しい生活様式を取り入れ工
夫を凝らした生活が始まり一旦は落
ち着きが見られたようでしたが、最
近では電車に乗っても高齢者以外の
方はほぼマスクなしで七月には変異

ウイルスによる第十一波が来ている
と言われ患者数が増えている状況の
中では、外出には安全を考慮した対
応が必要ではないでしょうか。

また、今年も異常気象による豪雨
災害が各地で起こり多くの方々が大
けがや被災されています。また、日
本列島全体に熱中症アラートが発せ
られ異様な状況となっています。高
齢者は暑さを感じする能力が弱くな
っているため地域でのお互いの見守
りや声掛けなどが必要です。これま
でに培ってきた経験や知識・地域の
つながりを生かして暮らしやすい地
域づくりを今後も進めて参りましょ
う。

今年も身近な各支部単位クラブで
は、各種のスポーツや健康に関する
取組み等に取組んでいただき会員の
皆様が活動されておられます。また、
市老連としても皆様に楽しく参加い
ただけるワナゲ大会やグラウンドゴ
ルフ大会またリーダー研修等に取り
組んで参りますので多くの方のご参
加をお願いいたします。

結びにあたり皆様のご健康と益々
のご活躍をお祈り申し上げます。
就任のご挨拶いたします。

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!

4 ASADAJIDOSHA CO., LTD.

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

無限の可能性を形にsince1974
有限会社 **森川製作所**

木津川市山城町椿井水垣内9-1

TEL(0774) **86-5454**
FAX(0774) **86-4754**

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** FAX **72-6564**
加茂支所 木津川市加茂町里南古田24
TEL(0774) **76-2970** FAX **76-7211**
山城支所 木津川市山城町上北北的場15
TEL(0774) **86-3157** FAX **86-4064**
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・ビセル101

TEL(0774) **75-2663**

FAX(0774) **75-2623**

E-mail: uk@fc-brain.com

<http://www.fc-brain.com>



ごあいさつ

いきいきと暮らし続けられる健康長寿社会の実現を

木津川市長 谷口 雄一

木津川市老人クラブ連合会会員の皆さまにおかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

また、平素は市政推進に格別のご理解とご協力を賜りまして、厚く御礼申し上げます。

さて、世界でも最も長い平均寿命を記録する日本では、人生100年時代の到来が予見されており、高齢者の皆様が年齢や性別にとらわれず、地域で共に支え合い、生涯にわたり様々な形で社会参加できる地域づくりが求められています。

また、少子高齢化の影響で、生産年齢人口が急激に減少することが見込まれ、地域を支える担い手不足が懸念されます。

このような中、地域コミュニティの一役を担う木津川市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、平素から地域を支える重要なパートナーとしてご活躍いただいておりますことは、感謝の念に堪えません。

市といたしましても、本年3月「ともに支え合い、いきいきと幸せに暮らし続けられる心豊かな健康長寿社

会づくり」を基本理念とする「第10

次高齢者福祉計画・第9期介護保険事業計画」を策定いたしました。この計画に基づきまして、高齢者の社会参加の促進、地域での支え合い、見守り体制の充実および生活支援体制整備事業を推進していく中で、高齢者の皆様が意欲や能力を活かし、地域社会でさらにご活躍いただけますよう、様々な高齢者施策の取組を進めてまいりますので、皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたりまして、木津川市老人クラブ連合会のみますますのご発展と、会員の皆様方のご健勝・ご多幸を心より祈念申し上げ、ごあいさつとさせていただきます。

ごあいさつ



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
鴨粒小
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
TIRE FIT kyoto
 タイヤフィット京都
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
 木津川市相楽川ノ尻37-1 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 FAX 73-2448
 本社：木津川市山城町上狛鍵垣外2-3
 TEL(0774) 86-3252 FAX 86-5440

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 FAX 86-5313
 不燃物処理センター
 木津川市山城町上狛西殿17番地

令和6年度 木津川市老連 事業計画

月	事業内容	場所
4	府老連女性委員会総会	京都市
	府老連若手委員会総会	京都市
5	第185回理事会(旧)	京都市
	第76回評議員会(旧)	京都市
	第186回理事会(新)	京都市
6	第1回市老連理事会	木津老人福祉センター
	近畿ブロックリーダー研修会	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
	令和6年度市町村老連新任会長・事務局研修会	京都府
8	山城ブロック会議	未定
	広報編集委員会	木津老人福祉センター
9	広報編集委員会	木津老人福祉センター
	社会奉仕の日	全国一斉
	市老連支部長会議	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
	山城ブロック女性リーダー研修会	久御山町
	第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	木津ふれあいグラウンド
	第8回市老連会長杯ゲートボール大会	加茂赤田川グラウンド
10	第6回市老連会長杯公式ワナゲ大会	アスピアやましろ
	第37回山城ブロック親善ゲートボール大会	未定
	第45回京都府老人クラブ大会	京都テルサ
11	第3回市老連理事会	木津老人福祉センター
	第22回相楽市町村親善グラウンド・ゴルフ大会	笠置町
	第11回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	未定
12	府老連若手リーダー研修会(講演会とニューススポーツ体験)	ハートピア京都
	第1回相楽親善公式ワナゲ大会	※令和7年度実施予定
2	第187回府老連理事会	京都市
	第4回理事会	木津老人福祉センター
3	市町村老連会長・事務局会議	京都市
	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
	第188回府老連理事会	京都市

令和6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	中森 啓之	木津支部長
副会長	吉田 紀昭	山城支部長
副会長	田中 健	加茂支部長
副会長	岡田 一良	木津副支部長
女性部長	柳田 珠江	木津支部女性部長
会計	福井 淑隆	加茂副支部長
監査	森本 剛史	山城副支部長
幹事	宮木 政美	山城支部女性部長
幹事	石川 敏恵	加茂支部女性部長
顧問	山守 和良	元・会長
顧問	大山 順子	元・女性部長

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
- 趣味・レクリエーション
- 学習活動・リーダー研修

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
- 伝統活動・世代交流
- 環境美化・リサイクル

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

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棚倉駅西口から徒歩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(いづみホール前)

☎(0774)72-7711(代) Pあり

http://www.fujiharakaikai.com/

令和6年度 木津川市老連 各支部事業計画

月	木津支部	加茂支部	山城支部
4		新役員会議	①会長会議
		生きがい大学運営委員会	女性部長会議
			環境美化活動 4月～11月
5	三役会議	会計監査	
	第1回常任理事会・分科会(総務・体育保健・福祉・女性各部会)	令和6年度事業計画会議 第185回理事会	
6	第1回女性部会	役員会議	
	理事会(総会)	総会	
	第32回支部長杯グラウンド・ゴルフ大会 全単位クラブ「社会奉仕の日」		
7	役員会議		
	第2回福祉部会		施設感謝デー
	第5回支部公式ワナゲ大会男子の部		木津川市及び相楽郡老人クラブ連絡協議会合同会長会議
	第5回支部公式ワナゲ大会女子の部		府老連市町村老連リーダー研修会
	第2回総務部会		
	趣味の会 市町村老連リーダー研修会		
8	支部長杯公式ワナゲ大会(男女混合)	役員会議	
9	第2回女性部会	補助金配布	②会長会議
	市老連役員研修会	相楽市町村高齢者交通安全大会	老人クラブ役員研修会
	全単位クラブ「社会奉仕の日」	社会奉仕の日	相楽市町村高齢者交通安全大会
	第2回常任理事会	公式ワナゲ大会	山城ブロック女性リーダー研修会
	ゲートボール交流会 相楽市町村高齢者交通安全大会		
10	カラオケ交流会	役員会議	グラウンド・ゴルフ大会
	第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会
	第6回市老連会長杯公式ワナゲ大会	第6回市老連会長杯公式ワナゲ大会	第6回市老連会長杯公式ワナゲ大会
	第37回山城ブロック親善ゲートボール大会	第45回京都府老人クラブ大会	第45回京都府老人クラブ大会
	第45回京都府老人クラブ大会	第8回市老連会長杯ゲートボール大会	
	第8回市老連会長杯ゲートボール大会	第37回山城ブロック親善ゲートボール大会	
11	第3回女性部会	地域ふれあい事業 高齢者声掛け	健康づくり教室
	第22回相楽市町村親善グラウンド・ゴルフ大会	第22回相楽市町村親善グラウンド・ゴルフ大会	第22回相楽市町村親善グラウンド・ゴルフ大会
	第3回常任理事会	第11回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	第11回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会
	親睦日帰り研修旅行 第11回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会		
12	憩いの集い	役員会議	山城支部友愛訪問
		加茂支部長杯グラウンド・ゴルフ大会	施設感謝デー
		地域ふれあい事業 小学生とのふれあい事業	
1	リーダー研修会(新年懇親会)	お年玉グラウンド・ゴルフ大会	高齢者ふれあいサロン新年会
		地域ふれあい事業 小学生とのふれあい事業	
2	第4回女性部会	役員会議	第9回カラオケ交流会
	健康教室	公式ワナゲ大会	
3	第4回常任委員会	会計監査	山城支部決算監査

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35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

建設コンサルタント

測量・設計業務

株式会社 **望月測量設計事務所**

木津川市木津奈良道64-2
TEL(0774) 72-0834
FAX(0774) 72-5961

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

基本方針
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

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:https://ymbt.or.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



朝の子ども見守り活動

三ツ郷会 会長 福田 廣由

「おはよう」「おはようござい
ます」「今日もがんばりや」な
どの言葉が毎回飛び交います。
子どもたちの登校マナーの向上
とあいさつの励行のため、上狛
小学校近くの横断歩道と三叉路
で、約55名が通行する子どもた
ちの見守り活動をしています。

有志の方々がボランティアとし
て、子どもたちを安全に渡らせ
るため、代々受け継がれてきて
いる活動です。
通学路の府道は、国道24号線
の抜け道となっており、車が集
団登校する子どもたちの列の側
を通り過ぎる時や、路上駐車
を避けて車道に膨らむこともあ
り、大変危険な場面もあります。

減速を促す路面表示が描かれて
いるが、守られていないことも
多い。走行量の減少、速度30キ
ロ以下の励行、運転者のマナー
向上にも貢献できる活動であり
たいと思います。
近年は新入会員が少なく、平
均寿命が高くなりました。定年
後や転職後も、第二の職場で就
労しやすい環境になってきてい
ることも一因であると思われま
す。
これからも、会員の皆さんと
当番日には、元気で明るく、子

どもたちにあいさつや声掛けを
続けていきたいと思っています。
す。



吐師老人クラブ女性部の活動

吐師老人クラブ 女性部 吉元 夏子



吐師老人ク
ラブには研寿
会と千歳会が
あり、常に行
動をともしし
てきました
が、令和4年
3月で研寿会
が休会とな
り、千歳会は
単独で行動す

ることになりました。そのこと
により危機感を持ち、女性会員
で地域の中で何かできることは
ないか話し合い、2カ月に1度
ほど吐師会館に集まり、おしゃ
べりをしながら楽しくお菓子作
りをするようになりました。1
月は「ミカン大福」を作り、自
分たちで作ったお菓子は格別で
コーヒーとともに頂きました。
お土産も持って帰りました。3
月は「おはぎ」を作る予定をし
ています。
今後、お菓子作りを通じ会員
相互のコミュニケーションを図



り、魅力ある老人クラブにな
り、新会員入会の一助になれば
と思っています。

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

総合建設業
相楽土木建築(株)
木津川市木津南垣外46-2
TEL(0774) **72-0018**
FAX(0774) **72-6630**
E-mail souraku-co@d3.dion.ne.jp

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** FAX **75-2656**

駐車場 **10** 台完備
2024年2月
梅美台に開院
聞こえ・補聴器 めまい 摂食・嚥下
ほりなか耳鼻咽喉科
木津川市梅美台2-10-12
☎ (0774) **72-3387**

地域医療支援病院
京都山城総合医療センター
居宅介護支援事業所(ケアプランセンター)やましろ
介護老人保健施設やましろ
〒619-0214 京都府木津川市本津駅前一丁目27番地
TEL:0774-72-0235(病院代表) FAX:0774-72-2155
HP: http://www.yamashiro-hp.jp

加茂
KAMO

南加茂台シルバークラブ文化部「発足

南加茂台シルバークラブ 矢野 澄子

文化班は令和5年に発足しました。

3・4回勉強会を経て11月18日に元木津川市文化財資料調査員の芝野康文様による「ふるさとの歴史と文化」の講演会を催しました。



内容は仏教伝来と釈迦信仰、仏教信仰の広がり、木津川流域の仏達等でした。南山城は歴史、文化がた

くさんあります。11月25日岩船寺から浄瑠璃寺、当尾の石仏めぐりをしました。石仏では笑い仏が最も代表的です。この他にもたくさん石仏があります。これらは平重

衡（平清盛の五男）が平安末期、南都焼討を行って、東大寺、興福寺を焼亡させました。東大寺再興のため、遠

く中国（南宗）から招かれた石工伊行末らは東大寺再興のため、当尾にきて石仏を彫り続けました。わらい仏の作者は伊行末の子孫の伊末行といわれています。当尾ではこの石工達の石仏がたくさんあり、中国の石工達の思いが伝わってきます。特に笑い仏の視線の先には中国があります。彼らは望郷の念にかられていたでしょう。



木津
KIZU

西木津川台老人クラブなごみ会の活動紹介

西木津川台老人クラブなごみ会 安田 靖子



私達は、令和5年4月に会長になりました。「楽しく、明るく、和やかに」をモットーにしています。

毎月、イベントを実施しています。ポッチャ、体操、ピアノで歌おう、などです。9月には敬老会の会食とともに、会員の方の作品展。10月は秋祭りゲーム大会。12月は忘年会を兼ねたクリスマス会で、ポッチャ大会をして、その後、会員全員でマツケンサン



バを踊りました。3カ月ごとにお誕生会をして、写真を撮り、お祝いの品を渡しています。11月には木津川台公園の清掃をしました。

令和6年度は、椅子ヨガ、フラダンスなど、新しいイベントも考えています。近くに南山城支援学校もあるので、ポッチャ交流も考えています。これからも、楽しく、明るく、和やかな「なごみ会」を目指していきます。



従来通りの会報と別に「みんなの広場」という会員の方の活動の様子や、作品を載せた文書も配布しています。

コモンズという集会所で活動しているので、管理して下さっている方たちが住民の方に「楽しそうですよ」と、話してくださったり、会員の方が友人を誘って下さったりして、4月から会員が11名増えました。

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

岡田国神社

木津川市木津大谷1

TEL(0774) 73-2011
FAX(0774) 72-1350

日本園芸協会・庭園管理士 認定
相談・見積もり無料

何か困った事はありませんか!
お庭のお手入れお任せください!

- ・樹木剪定
- ・草刈り(3,000円~)
- ・伐採
- ・消毒全般
- ・除草害虫駆除(年間管理も承ります。)

造園 にしむら (木津川市相楽大里)
☎・FAX (0774) 73-1622



訪問介護しています!

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

TEL0742-93-3282
FAX0742-93-3283



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

TEL0774-73-1881
FAX0774-73-1882

地区活動紹介



笑和クラブの令和5年度活動状況

泉川団地笑和クラブ事務局 白井 繁夫



にできるスポーツ（輪投げゲーム）が中心になりました。

最初の頃は市老連の応援を仰ぎ、ゲーム機器をその都度借用して開催しましたが、開催時の準備と労力が必要のため、クラブ員みんなの協力を得て機器を購入（2セット）し、集会所にその機器の置き場所を確保しましたので、現在は年間を通して、輪投げゲームが中心の集いになっています。

泉川団地の老人クラブ（秀寿会）を笑和クラブが令和2年2月に承継して4年近く経ちました。

私たちの計画はコロナ禍となり、大勢の人の集いや行動を実行する催しをとにもすることが大変難しくなりました。そのため、少人数でも集い会話を楽しみながら体を動かす、和やか

ます。

最近の集いは、毎月の第1水曜日は自由な練習日に当て、第2、第4木曜日の2回は公式輪投げゲームを楽しむ会として午後の貴重な時間研鑽？ をしています。

したがって、月に2、3度の集いもお互いに話題も弾み、体を動かす楽しむゲームになって

きました。

木津川市老連、木津支部老連のグラウンドゴルフ大会や輪投げゲームにも参加し、健康増進を目的にがんばっております。

老人クラブとして社会奉仕活動については、市老連の呼びかけに呼応して、泉川団地内の公園（4カ所）や通学路の瓶缶やごみなどの収集を実施しました。私たちの居住区は公德心の良い人たちに恵まれているので、ごみは少量でした。

今期の秋の社会奉仕活動として、私たちのクラブは町会の清



掃年間スケジュールの実施力所以外の場所に重点を置き、中央公園の北端（三角公園）、市の防災倉庫近辺やイチヨウの太木付近の除草作業を10月初旬の早朝に実施しました。

作業成果は前年度より量は少し減りましたが、40リットル袋が10個ほど集まったので、前回同様、市のまち美化推進課に回収依頼しました。

昨年度と違い今回は早朝作業でしたので、私にとっては初めての経験でしたが、汗ばむ作業を終えて、すがすがしい気持ちになりみんななどの会話も弾み、帰宅後の朝食も実においしくいただきました。

今期の教養活動は、老連主催の教養講座に希望者を募り参加しました。そして、教養娯楽行事としては、クラブ員そろって11月に会食し、今までを振り返り、楽しい思い出や苦労話などに花が咲き、和やかなひとときを過ごしました。

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/検診

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

自分に合った運動を見つけて
健康寿命をのばそう!!

選べる600円フィットネス
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)76-2323
FAX(0774)76-0334
(無料駐車場完備)



老人クラブ「湧出クラブ」

湧出クラブ 会長 中谷 充克

我々はコロナ禍にも負けずがんばってきました。湧出クラブ1年間の行事予定は次の通りです。奉仕活動では鎮守の森、湧出宮の参道の落ち葉などの清掃を月2回、10数名で冬・日も真夏日も欠かさずやっています。クラブ運営のためにも、古紙回収を年5回実施しています。年2回の日帰り旅行も楽しみに待っています。



今回のテーマは一番楽しんでるグラウンドゴルフです。会員も増え、14名で週3回の練習日を設け、さらにアスピアや木津川市などの大会には優先的に参加するように心掛けています。



我がグラウンドゴルフ部はフレンドリーサークルとして英気を養い、思い通りにいかない時もほんの少しのユーモアで前に向かい進んでいます。「気楽で楽しく一生懸命にプレーしよう」をモットーに、まい進していくつもりです。これからも健全な心身を持ち続け老人クラブのために!!



輪になって健康体操

山城支部女性部会 会計 小西 啓子

令和5年は、11月を過ぎても25度を越える日々が続く中、11月9日上粕小学校区、11月16日棚倉小学校区に分かれて、老人福祉センター「やすらぎ苑」にて健康体操教室が開催されました。前年に引き続き「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。まずは円陣を組み、二拍子で「うさぎとかめ」、三拍子で「故郷（ふるさと）」を歌いながら指先を動かす、タオルを使って体をほぐす運動まで行いました。この体操は椅子に座ったま

まで行えるため、足やひざにも負担が掛からない運動です。そのため、どなたにも楽しく、和気あいあいの時間を過ごすことができました。私たちのなじみの深い童謡や唱歌、昭和歌謡などの音楽とリズムに合わせて、昔の良き思い出を振り返りながら、話しながら花を咲かせることができました。体を動かすことが、認知症予防につながっていくと言われています。ぜひ皆さんも、健康体操に参加されてはいかがでしょうか。



会員文芸

◆俳句

兜台ひだまり会 中森 啓之
旅の宿土佐の地酒に初鯉
川霧の茶山を被う茶源郷
茶畑の柿の木一本鈴生りに
夕雲雀急降下する内裏跡
山里の納屋の軒下柿簾

◆短歌

湧出クラブ 中谷 充克
じいばあが一球二球打ち合えば
脳も喜ぶグラウンドゴルフ
やみつきでグラウンドゴルフする仲間
笑顔で今朝も打ち揃えたり

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
TEL(0774)76-0505 回有り
http://www.yamaguchi-iin.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 FAX76-7722
桜が丘店 相楽郡精華町桜が丘3-2-1
TEL(0774)73-6718 FAX73-2818
本店 相楽郡精華町桜が丘3-24-5
TEL(0774)75-1166 FAX75-1167

お薬手帳を持つ
メリットを知りましょう
・薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。
・同じ薬による副作用の再発を防止できます。
・旅行先で病気になった時などお薬手帳があれば飲んでいい薬を正確に伝えられます。

木津川市老人クラブ連合会 令和5年度事業報告



○7月20日 府市町村老連リー

ダー研修会(ハートピア京都) 2名参加

・講演「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」

合田 亨史氏(まっすくクラブランニング代表)

・事例発表「地域団体との連携で組織を活性化」

中田 正史氏(やすらぎクラブ長岡京会長)

○第36回山城ブロック親善ゲートボール大会(京田辺市) 今年度 中止

○9月1日 山城ブロック女性リーダー研修(京田辺市) 2名参加

・講演①「綴喜郡古墳群の概要と史跡指定の経緯について」

上野あさひ氏(京田辺市文化スポーツ振興課 主事)

・講演②「後姿が美しくなる体操」

木下 静子氏(元京田辺市スポーツ推進委員)

○9月21日 第10回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会(京都府洛西浄化センター公園)

15名参加 (全体 市町村100名、25チーム)

☆大会結果

《団体》

第1位：久御山町Aチーム

第2位：長岡京Bチーム

第3位：八幡市Aチーム

第13位：木津川市Bチーム

第15位：木津川市Aチーム

第17位：木津川市Cチーム

《個人》

第2位：江藤 謙一 (木津川市Bチーム)

○10月17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)

117名参加 ☆大会結果

第1位：木村 武治 (兜台ひだまり会)

第2位：廣部喜美枝 (南加茂台シルバークラブ)

(南加茂台シルバークラブ)

第3位：小森 豊 (松寿会)

第4位：中井 節 (東愛会)

第5位：谷本 昌敏 (東木津川台ゆーくクラブ)

○10月11日 第44回京都府老人クラブ大会(京都府民総合交流プラザ 京都テルサ)

10名参加 《知事表彰※1名受賞》 宗像 好男(恵寿会)

《府老連会長表彰※4名受賞》 中川百合子(南加茂シルバークラブ)

前部 好毅(三睦千代寿会)

二瀧 泰輔(あひす会)

太田 一夫(南後背秀寿会)

・講演「人生100年時代 笑いの効能で長生きしましょう」

久志 則行氏(雲迎寺住職)

落語家 高座名 てんご堂 我楽)

○10月24日 第5回市老連会長杯ワナゲ大会(アスピアやましろ)

53名参加

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

目指ろ580207
歯の健康を保つコツ

栄養バランスの取れた食事を心がけましょう

小西歯科

診察時間	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

診察時間	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 15:00~18:00
土曜 8:30~13:00 14:30~17:20
休診日 木曜・日曜・祝日

審美歯科相談 予防歯科相談

木津川市城山台1-14-1
☎(予約)TEL 0774-73-6767
<https://nishi-dc.net/>

☆大会結果

第1位…大内 重好

(不二荘園親友会)

第2位…宮嶋 和子

(亀甲会)

第3位…中谷 充克

(湧出クラブ)

飛び賞…2名

○11月7日 第7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)

23名参加

☆大会結果

第1位…梅谷チーム

第2位…船屋恭仁チーム

第3位…当尾チーム

敢闘賞…兜台木津チーム

○11月14日 第38回相楽老人クラブスポーツ大会(ゲートボール大会)(赤田川グラウンド)

15名参加(木津川市から3チーム) ※全体73名参加(12チーム・5市町村)

☆大会結果

第1位…精華Cチーム

第2位…南山城Bチーム

第3位…木津川Aチーム

敢闘賞…精華Bチーム

○11月21日 若手リーダー研修会(公式ワナゲ大会)(八幡市民体育館)

23名参加(木津川市から4チーム) ※全体290名参加(58チーム・21市町村)

☆大会結果

《団体》

第1位…京丹後Aチーム

第2位…綾部Aチーム

第3位…向日Aチーム

第4位…長岡京Bチーム

第5位…城陽Aチーム

第11位…木津川Aチーム

(上位20チームにおいて)

《個人》

第1位…向日Aチームの方

第2位…亀岡Aチームの方

第3位…京丹後Aチームの方

第4位…京丹後Aチームの方

第5位…南丹Bチームの方

第26位…大内 重好(木津川Aチーム)

(上位30名において)

○2月15日 市町村老連会長事務局会議(ハートピア京都)

2名参加

・令和5年度報告6年度計画他

・山城ブロック会議

○5月26日 生きがい大学

開講式(アスピアやましろ) 207名参加

○8月22・24日 生きがい大学 近隣大学講座(奈良大学) 226名参加

○11月7・10・22日 生きがい

大学 社会見学(ふるさとミュージアムと傘松公園・宮津市) 167名参加

○2月16日 生きがい大学 閉

講式式典(アスピアやましろ) 169名参加

本年度受講生347名

・講演「落語家による講演」 笑福亭 生喬・生寿氏

※令和5年度の山城ブロック親善ゲートボール大会は中止になりました。



「能登半島地震」被災者支援活動についてのご報告

木津市老人クラブ連合会から災害救援拠金 総額 30,000円 応援させていただきました。

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

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**

やましろ
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**

目指そう8020!

歯の健康を保つコツ

歯科で定期的に歯石を除去しましょう

何でもよく噛んで食べましょう

みんなの作品コーナー



木津 バーニングアート
「富士山」
兜台ひだまり会 中森 啓之



木津 絵画 「奥入瀬溪流」



「奥蔘科御射鹿池」
州見健遊会 高橋 實

令和5年10月17日(火)、
木津ふれあい健康グラウ
ンドにおいて、第6回木

令和5年度 第6回 市老連
会長杯グラウンド・ゴルフ大会



津川市老人クラブ連合会
会長杯グラウンド・ゴル
フ大会が開催され115
名が参加しました。
参加者は日頃の練習の
成果を十分に発揮し、笑
顔あふれる素晴らしい大
会となりました。

【大会結果】

優勝 木村 武治

(木津) 写真中央

準優勝 廣部喜美枝

(加茂) 写真右

第3位 小森 豊

(木津) 写真左

※敬称略



◆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も励んでまいります。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
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弘戸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	日祝
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.doctorqube.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
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
☎(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
NISHIWAKI (株)西脇産業

木津川市加茂町美浪門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・口腔外科
住岡歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
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	日祝
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

木津川市吐師坊谷43-1
☎0120-39-0765