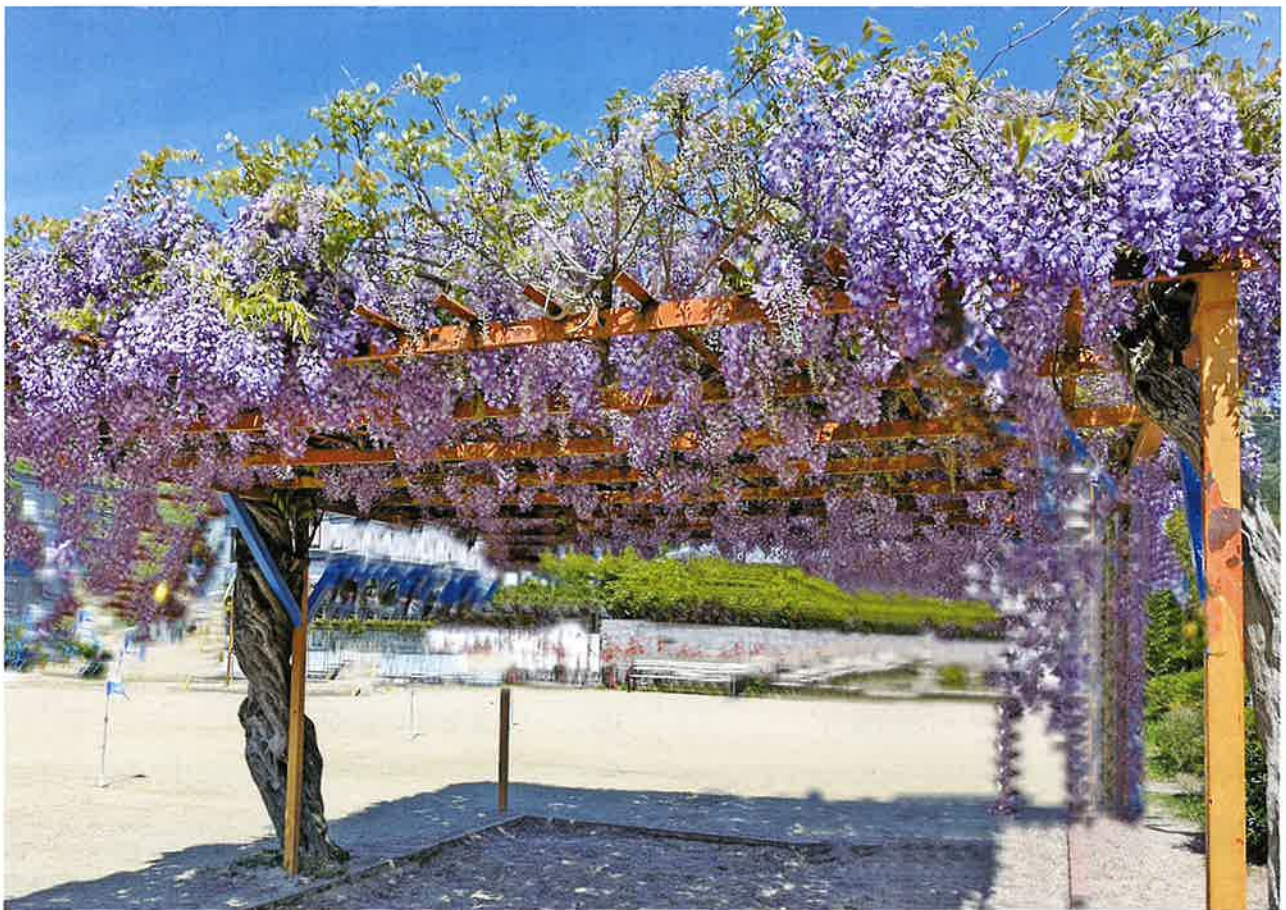


# 市老連 かめおか

第 32 号



藤棚（亀岡市篠町見晴）

令和8年 5月発行

亀岡市老人クラブ連合会

## 主な内容

新任・退任役員あいさつ	3頁
第43回定期大会	6頁
第41回趣味の作品展	12～13頁



就任あいさつ



# 市老連の活動推進に お力添えを

亀岡市老人クラブ連合会 会長 **井手口 温美**

私はこの度、亀岡市老連の会長という大任を仰せつかり、その責任の大きさに身の引き締まる思いでいっぱいです。副会長の乙坂様、鹿島様、吉岡様と、経験豊富で実践力もお持ちの役員さんがおられますので、真に心強く感じておりますが、お受けしたからには全会員の皆さまとともに力を合わせて、市老連の発展のために一生懸命頑張りたいと思っています。

林前会長はじめ役員を退任されます皆さま、長年にわたり市老連の発展にご尽力を賜り、そのご労苦に心からお礼を申し上げます。これからもますますお元気で活躍いただき、私たちに温かいご指導・ご鞭撻をお願い申し上げます。

皆さま方のご協力・ご支援と温かいお力添えを賜りますようお願い申し上げます。就任のあいさつとさせていただきます。

## 目次

頁

1	表紙	8~9	老人の日／老人週間
2	会長あいさつ・目次	10	令和7年度市老連グラウンド・ゴルフ大会 市民福祉のつどい
3	市老連 新任役員あいさつ 市老連 退任役員あいさつ	11	亀岡市老連と 宇治市連合喜老会との交流会
4	令和8年度 主要事業日程予定	12~13	第41回趣味の作品展
5	新春会長・役員会	14	丹波支援学校との交流会
6	市制70周年記念事業 第43回定期大会	15	健康ウォーキング報告 みんなの広場／編集後記
7	市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会 市老連会長杯ワナゲ大会 保津町老人クラブ活動報告	16	まちがいさがし

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

外壁塗装・雨漏防水・屋根工事 専門店

**株式会社 京・塗・屋**  
(きょう・と・や)

〒595-0210 亀岡市荒塚町2-10-2  
TEL.0120-434-199

**永田歯科医院**

歯医者さんが往診します

〒595-0210 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〕  
TEL.0771-24-8841

**田中歯科医院**

●診療時間(予約優先)  
午前9:00~13:00 午後2:30~6:00  
土曜日~5:00まで

休診日:木曜・日曜・祝祭日

〒595-0210 亀岡市曾我部町南条下河原12-3  
TEL.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  
〒595-0210 亀岡市三宅町2-10-5

**栗山内科クリニック**

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

休診日:水曜・土曜の午後、木曜・日曜・祝日  
〔受付時間〕 AM 8:40~11:40 / PM 4:40~7:10  
〒595-0210 亀岡市篠町篠向谷24-4  
TEL 0771-29-6633

**りょうり 酒落**

〒595-0210 亀岡市追分町大堀17の1  
TEL 0771-25-8441

## 新任役員あいさつ

### 井手口会長のサポートに尽力

亀岡市老人クラブ連合会 副会長兼事務局長 乙坂 優次

この度、前年度に引き続き副会長および事務局長に任命いただきました乙坂です。今年度新たに会長に就任されました井手口温美会長を盛り上げるべく、誠心誠意尽くすことを亀岡市老連会員の皆さまにお誓いいたします。

今年度も恒例の行事実施を計画していますが、年々参加者減

少の傾向にあり、事務局として危惧しております。

今後とも、亀岡市老人クラブ連合会の運営に絶大なるご協力ご支援をくださいますようお願い申し上げます。よろしくお願ひ申し上げます。実施される行事に多くの方が参加されることを願って就任のごあいさつとさせていただきます。

### 副会長就任にあたり

亀岡市老人クラブ連合会 副会長兼会計主幹 鹿島 輝雄

この度、亀岡市老人クラブ連合会の副会長を任じられました。この二年半余り、事務局主幹として市老連の会計を担当させていただいておりますが、そのうえ副会長という重責を担うことになりました。

地元の多くの役割に就いている中で、どこまでお役に立っているか?…不安は尽きませんが、皆さまのご支援、ご協力を賜りながらなんとか頑張つて行く所存です。どうぞよろしくお願ひいたします。



### 就任にあたり

亀岡市老人クラブ連合会 副会長兼女性部長 吉岡 和

初夏の候、会員の皆さまには、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。平素は市老連に格別のご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

私、本年度より副会長兼女性部長に就任させていただきます。西山区寿会の吉岡和です。

若輩の身ですので、先輩の指

導や皆さま方のお力をお借りし、友愛活動やいろいろな活動に皆さまが楽しんで参加いただきますように、皆さま方のご指導とご協力を承りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。簡単ですが就任のあいさつとさせていただきます。

## 退任役員あいさつ



### 6年間を振り返って

亀岡市老人クラブ連合会 前会長 林 昭

市老連の大役をお受けしてからは、はや6年の歳月が流れました。新型コロナウイルスの大流行で、市老連の事業が中断を余儀なくされた時期もありました。いろいろな方達に助けられてやつの思いで、事務所を亀岡市総合福祉センターに構えることができました。

この6年間、「ふらすワン・1人」をコンセプトに運動を展開してまいりましたが、会員増強とはなりませんでしたが、地域の中で唯一残る任意団体の老人クラブは大事な

仲間であります。

どうか地域に見合った良き方法で導き出していただきたいと思います。お待ちしております。

終わりに市老連にご協力いただきました行政ならびに諸関係機関の皆さま、そして私を支え共に苦勞してくださった役員、理事、単位クラブ会長、全会員の皆さまに心から御礼を申し上げます。皆さまのご健勝とご多幸、ご長寿を祈念申し上げ離任に際しましてのあいさつとさせていただきます。



### 楽しい思い出に感謝

亀岡市老人クラブ連合会 前副会長兼女性部長 三浦 香澄

全ての生物が躍動の春を迎える季節となりました。

私はこの度、市老連副会長兼女性部長を退任させていただくこととなりました。市老連の役員として十数年余り、たくさんの方々との出会い、また様々な経験をさせていただき、とても充実した日々でした。

女性リーダー研修会では、京都府内、大阪、兵庫、奈良など、いろいろな所へ参加することができ、

とても楽しい思い出を作ることができました。

会員の皆さま、役員の方々には大変お世話になりました。また、温かく見守っていただき、本当にありがとうございました。

最後になりましたが、市老連のますますの発展、そして皆さまのご健康・ご多幸を心よりお祈り申し上げます。退任のあいさつとさせていただきます。

令和8年度 主要事業日程(予定)

月	日(曜)	会議・行事	会場	議題・内容
4	13(月) 9:30	監査	事務所	会計監査
	13(月) 13:30	執行役員会	事務所	決算・監査報告、友愛活動報告
	16(木) 13:30	旧役員 理事会	社協	決算・監査報告、友愛活動報告
	27(月) 13:30	執行役員会	事務所	女性部長会、日帰り研修、グラウンド・ゴルフ大会 活動助成金準備、ワナゲ大会
5	上旬	会報「市老連かめおか」発行		
	14(木) 14:00	単位クラブ女性部長会	福祉3階	決算監査報告、日帰り研修会、グラウンド・ゴルフ大会 ワナゲ大会
	18(月) 14:00	第1回 理事・会長会	福祉3階	決算監査報告、日帰り研修会、グラウンド・ゴルフ大会 活動助成金配布、ワナゲ大会、部顔合わせ
6	12(金)	日帰り研修旅行		
	22(月)	年会費納金日	事務所	締め切り16:00まで
	29(月) 13:30	執行役員会	事務所	公式ワナゲ大会、市民福祉のつどい
7				
8	3(月)	公式ワナゲ大会	ガレリア	ガレリアかめおかコンベンションホール
	10(月) ~ 14(金)	お盆休み		
	28(金) 10:00	友愛募金納金日	事務所	締め切り16:00まで
	31(月) 13:30	執行役員会	事務所	老人週間、福祉のつどい、GG大会、定期大会、趣味の作品展 等
9	15(火) ~ 21(月)	老人の日、老人週間		
	28(月) 14:00	第2回 理事・会長会	福祉3階	老人週間、福祉のつどい、GG大会、定期大会、趣味の作品展 等
10	11(日)	市民福祉のつどい	ガレリア	バルーンやワナゲのブース (予定)
	30(金) 9:30	グラウンド・ゴルフ大会	未定	今年度より毎年開催
11	上旬	会報「市老連かめおか」発行		
	24(火) 13:00	第44回 定期大会準備	社協	
	25(水) 12:00	第44回 定期大会	ガレリア	
12	7(月) 13:30	執行役員会	事務所	新春会長役員会、趣味の作品展、令和9年度事業計画、予算 研修旅行、年間行事予定
	28(月) ~ 1月5(火)	年末年始のお休み		
R9 1	9(土) 11:00	新春会長・役員会	玉川楼	全単位クラブ会長、女性理事出席
2	3(水) 13:30	第42回 趣味の作品展準備	社協	前日準備会
	4(木) 12:00	第42回 趣味の作品展	ガレリア	ガレリアかめおか 響ホール
	5(金) 10:00			
	8(月) 13:30	執行役員会	事務所	令和9年度 事業計画、予算、研修旅行、年間行事予定等
3	1(月) 13:30	執行役員会	事務所	令和9年度 事業計画、予算、研修旅行、年間行事予定等
	29(月) 14:00	第3回 理事・会長会	福祉3階	令和9年度 事業計画、予算、研修旅行、年間行事予定等

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

**めまい**を和らげるツボ

手の甲と手首のシワから指3本分の場所にあるツボをしっかり押しや揉みましょ。

外関 (がいかん)

疲れや頭痛の軽減にも！

※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。

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>

**デイサービスセンターあさひ**

亀岡市篠町柏原久保垣内1-3  
オプトカワモトビル1階

TEL.0771-22-5004

**デイサービスセンターあさひ 並河**

亀岡市大井町並河新戸1-1

TEL.0771-51-2470

お気軽にご相談下さい

**認知症に勝つ!**

楽しい脳トレ

クロスワード  
クイズ など

まずはクリック!

脳トレ ニチコミ 検索

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

体験実施中  
お気軽にご相談ください!

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

**居宅生活支援** 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

亀岡市藤田野町佐伯大門30-1 ☎0771-24-2596  
URL <http://www.kamecomyu.net>



会場:玉川楼



見晴山水会  
北本さん(左)、中川さん(右)

令和8年1月10日(土)、今年も、恒例の市老連新春会長・役員会がお正月の気分も漂うなか市内でにぎやかに開催されました。

オープニングに見晴山水会の中川様と北本様による新春を祝う初春の舞があり、会長・役員会に花を添えていただき感謝いたしました。

ご来賓として、桂川孝裕市長代理で石野茂副市長、川勝哲也教育長、木村好孝社協会長、竹岡敏自治会連合会会長、森永正幸民生委員児童委員協議会会長のご参加をいただき、日頃なかなかお話できない方々との交流を図ることができ、有意義な新春会となりました。

いろいろな方との実りある語らいがゆつくりとできてよかったです。

令和8年度 広報部

役職	氏名	クラブ名
部長	井手口温美	東つつ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
	八木 愛子	河原林町第一老人クラブ



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

NPO法人  
訪問看護ステーション  
こころ

亀岡市篠町広田1-37-12 メゾン H&D IV 1階

☎0771-23-6723

【ご相談時間】9:00~17:00

土日、年末年始は、お休みいたします。



お墓に関する  
ご相談は、



公式ライン

谷石材店

0771-22-5024

〒621-0015 亀岡市吉川町吉田級ノ坪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

# 市制70周年記念事業 第43回定期大会 開催

令和7年11月28日(金) ガレリアかめおかコンベンションホール

## 【第一部 式典】



表彰式の様子

### 京都府老連会長表彰 育成功労者

南古世らくじゅ会	木山 幸子
南古世らくじゅ会	中島 直江
曾我部町重利老人クラブ	山本 武
穂田野町下佐伯伯寿会	美馬 義幸

### 亀岡市長表彰 育成功労者

南古世らくじゅ会	米津 シヅ子
東つつじヶ丘シニア友の会	山田 音弘

### 京都府知事表彰 育成功労者

東本梅町福寿会	日下部 九州男
曾我部町学ヶ丘老人クラブ	岩本 修子

### 亀岡市老連会長表彰 育成功労者

曾我部町犬飼老人クラブ	山上 静枝
畑野町やまびこ会	豊田 順子
大井町亀楽会第一クラブ	齋藤 勲
大井町亀楽会第五クラブ	近藤 隆茂



## 【第二部】

〈いきいきクラブ体操〉

〈講演・寸劇〉

亀岡警察署生活安全課  
京都府警部補 池田 勝昭様

〈ミュージック〉

みんなで歌おう  
レインボートーンズ様



講演の様子



ミュージック



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

**腰痛・肩こり**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。

社会福祉法人 愛善信光会  
幼保連携型認定こども園

**亀岡保育園**

〒621-0811  
京都府亀岡市北古世町1丁目18-1  
**TEL.0771-22-0469**

素材・製法・人にこだわり『縁』を繋ぐパン作りを。

*Boulangerie &*

ブランジャリーエン

〒621-0807  
亀岡市亀岡駅北1丁目4-12  
15th SQUARE 1-C

営業時間  
8:00~17:00  
定休日  
火・水・不定休

[ Instagram ]

「ニチコミ」のブログで  
全国の老人クラブの  
活動を紹介しています！  
詳しくはホームページで！

**ニチコミ**

nichicom: <http://www.nichicomi.com/>

花と植物

**KUSANOMI**

9:00-18:00  
木曜日定休/駐車場2台有り  
〒621-0864  
亀岡市内丸町44-1 1F  
**☎0771-45-8334**

JR亀岡駅前

**理容 スマート**

平日 8:30~18:30 日・祝 8:00~18:00  
★60歳以上の方は300円OFF!★  
年中無休 **TEL 0771-24-9800**  
正月3ヶ日のみ定休

# 第1回 市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会



東つつじヶ丘シニア友の会・地区社協の皆さん



**優勝**  
井手口 幸男さん

東つつじヶ丘シニア友の会・地区社協共催  
令和7年10月20日(月) 参加人数：33名



# 第4回 市老連会長杯公式ワナゲ大会

見晴山水会・西山区寿会合同 令和7年11月23日(日)



優勝した  
乙坂 正子さん



### 【大会結果】

- 優勝 乙坂 正子さん (見晴山水会)
- 準優勝 渡辺 純子さん (西山区寿会)
- 第3位 西村 綾子さん (西山区寿会)

ラッキー賞もたくさんあり、参加者の皆さんに大変喜んでいただきました。



## 保津町老人クラブ百代会



令和7年11月16日(日) 保津文化センターに集合し、軽い体操をして宇津根方面へのウォーキングを実施しました。(保津町老人クラブ百代会)



3日間、練習日を設けた後、令和7年10月11日(土)に保津町老人クラブ百代会グラウンド・ゴルフ大会を実施しました。



令和7年6月15日(日)、八幡・請田神社清掃奉仕活動の実施。(保津町老人クラブ連合会第五百代会)

# 老人の日・老人週間

老人クラブは「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動として全国各地で日常的に社会貢献活動、ボランティア活動、健康づくりや世代間交流活動を推進しています。



東つつじヶ丘シニア友の会

## 奉仕活動



西山区寿会



大井町亀楽会



見晴山水会



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

### 寝苦しい夜は...



#### ぬるめのお風呂に入る

体温が低くなるほど寝付きがよくなります。38度くらいぬるめのお風呂で汗をかき、体温を下げましょう。

#### 寝る前に軽い運動をやる

運動をしたあとは体温が下がりやすくなるので、寝る前に軽いストレッチをしてみましょう。

### 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

成年後見の申立  
不動産登記(相続・売買など)  
商業登記・裁判手続書類作成

### 杵川《きねかわ》

司法書士事務所

亀岡市篠町篠八幡裏24-6

☎(0771)20-1216

毎日1分!脳トレに効く!

### グーパー体操



痛くならない程度にギュッと握る

指先をしっかり伸ばし、そろまで大きく開く

1分ほどゆっくりとグーパーを繰り返しましょう。朝起きた時や寝る前がおすすめですよ。



ホームページ  
<http://www.ah-m.info>

亀岡市篠町篠空殿林8-9  
☎20-2651  
(0771) (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 ●●●●●●●●●●●●●●●●●●  
16:30~19:00 ●●●●●●●●●●●●●●●●●●

お任せ下さい  
**空家・古民家の解体工事!**  
安心 適正 見積 無料  
施工 価格 無料 お気軽にお問い合わせ下さい

**ナカニシ開発** 株式会社  
解体業員登録番号可(社)第38167号  
商業高等検定受験通過者(資格:大阪・兵庫・福井)第177976号  
亀岡市安町釜ヶ前50番地1 亀岡市役所徒歩2分  
TEL.0771-55-9983



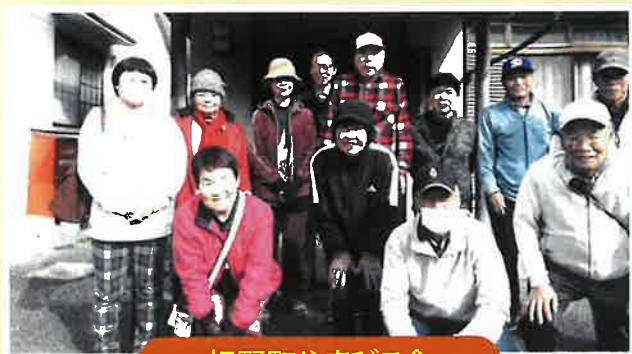
東つつじヶ丘シニア友の会



# 健康づくり



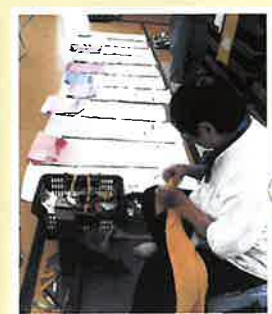
西山区寿会



畑野町やまびこ会



曾我部町犬飼



## 東つつじヶ丘シニア友の会



## 河原林町第一老人クラブ



8月19日(火)  
「納涼、夏祭り懐かしのカラオケ大会」  
会員さん宅で眠っていたレーザーディスクによるカラオケを楽しみました。



# 仲間づくり



見晴山水会



曾我部町犬飼



# 令和7年度 亀岡市老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ大会

令和7年10月30日(木)、並河けやき公園で98名の参加を得て市老連グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。開会式では桂川孝裕亀岡市長をはじめ4名のご来賓をお迎えし、ご祝辞をいただきました。始打式ではホールインワンが出て大いに盛り上がりました。

ゲームは3コース、全24ホールで競い、優勝(市長賞)は笠松司さんに手渡されました。



桂川市長からご祝辞



和気あいあいと競技を楽しむ



入賞者 左から  
笠松様・石本様・山木様

# 令和7年度 市民福祉のつどい

令和7年10月12日(日)、ガレリアかめおかで社会福祉協議会主催の市民福祉のつどいが開催されました。

亀岡市老連のブースでは、ワナゲ、折り紙、バルーン作りを多くの皆さまに楽しんでいただきました。また、他のブースでも多彩な企画が行われ、多くの来場者でにぎわいました。



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

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

ふじはる  
**株式会社 藤大**

亀岡市穂田野町太田竹ヶ花10-6  
**TEL 0771-24-3051**

金属全般・工業用機械・重機・被覆線・不用品回収

**株式会社 亀岡リサイクルセンター**

〒621-0826 亀岡市篠町篠新畑56-1  
京都市公安委員会古物商許可証第612351330014号

**TEL:0771-55-9498**  
FAX.0771-55-9499  
krc0771559498@yahoo.co.jp

<営業時間> 8:30~18:30 <定休日> 日曜

KINOSHITA

**木下紙業株式会社**

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

あらゆる物流を創造する

**DSN**  
DELIVERY SERVICE NAKAGAWA

**有限会社 デリバリーサービスナカガワ**

南丹市八木町水所前林 25-1  
総合管理センター ☎(0771)43-0077  
本社 ☎(0771)25-8115

金属切削加工

**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

**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  
[第二加工工場] 亀岡市河原林町河原尻下五丹19-1

**☎0771(22)8806**

## 亀岡市老連と宇治市連合喜老会との交流会

令和8年2月12日(木)、51名が参加し、湯の花温泉里山の休日京都・烟河にて、亀岡市老連と宇治市連合喜老会との交流会を開催しました。

各市の自己紹介からはじまり、事業説明、会員増強、友愛活動について話し合い、質疑応答が行われました。

宇治市連合喜老会では、たくさんの行事を実施されているお話を聞き、亀岡市老連も頑張っている行事を増やしたいと思いました。

昼食会&交流ではマグネットの帽子を作ってもらい、フリータイムでは温泉、足湯などで有意義な一日を過ごしました。



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

非鉄金属・特殊金属リサイクル  
OA機器・通信機器リサイクル  
産業廃棄物処理業

有限会社  
**カメキンリサイクルシステムズ**

亀岡市西別院町笑路頭木田1-8  
TEL 0771-27-2546  
FAX 0771-27-2554

BODY SHOP  
**HOUKI**  
car professionals

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

電気・空調・防犯カメラ・設計・施工

(有)長谷川電製工

亀岡市葎田野町奥条大西2  
TEL 0771-25-7895

国土交通大臣認定工場

有限会社  
**M grade 桑原鉄工所**

重量鉄骨 軽量鉄骨 金物工事

亀岡市本梅町平松八百分10-1  
TEL.0771-26-3926  
FAX.0771-20-7502

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  
Mail: takemo@mbox.kyoto-inet.or.jp

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

# 第41回 趣味の作品展

令和8年2月5日(木)・6日

(金)の2日間にわたり、ガレリアかめおか響ホールにおいて第41回趣味の作品展を開催しました。

会場には、19クラブ160名より出品された書道や絵画、手芸など、熟練の技術が光る355点が展示されました。桂川市長をはじめ、約600名が来場し、高齢者の創作意欲の高さに感嘆の声が寄せられました。



体験コーナーを楽しまれる桂川市長(左)



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

 **MEMOCRAFT**  
株式会社 メモクラフト

<本社工場>  
〒621-0007 京都府亀岡市河原林町河原尻上正善坊42-1  
TEL 0771-25-2488(代) FAX 0771-25-2450

<第2工場>  
〒621-0037 京都府亀岡市蕪田野町鹿谷中村58番地  
TEL 0771-29-5354 FAX 0771-29-5422

 **堤建設株式会社**  
TSUTSUMI CORPORATION

亀岡市馬路町堂ノ西 25-1  
TEL.(0771)22-0662

京都府環境整備事業協同組合  
京都府産業資源循環協会

 **南丹清掃株式会社**

- ・家庭の粗大ごみ
- ・排水管のつまり、清掃

亀岡市荒塚町2丁目14-10  
TEL 0771-22-4488  
FAX 0771-25-4095

建築・土木施工  
リフォームもおまかせ下さい

 **山和建设株式会社**  
Senwakensetsu CO., LTD

京都府亀岡市荒塚町1丁目31-6  
TEL:0771-23-1889

 **イズテック株式会社**

亀岡市保津町荒金 24-2  
TEL (0771)23-5717  
FAX (0771)23-9925

送迎から小グループ旅行まで— 楽しい旅は

**(有)亀岡小型バス**

亀岡市本梅町西加舎西条  
TEL (0771)26-3592



# 彩り豊かな 力作が勢ぞろい



## 来場者 アンケート



- 手作り作品が楽しい。見ていて嬉しくなる物ばかり。
- 一つひとつの作品がとても丁寧に作られており、また既存の品を上手に使った作品もあって、私自身、大いに感動し、良い刺激になりました。
- 力作揃いで勉強になりました。この活動が広まることを期待します。
- 体験コーナーでは丁寧に準備をくださったので、可愛い作品を作ることができました。ありがとうございました。
- どれを見ても良くできている。自分も出せるように頑張りたい。
- 趣味の作品展を毎年楽しみにしています。生きがいや趣味を持っておられることは素晴らしいことです。これからも楽しく過ごしてください。

アンケート総数41通。  
ご協力ありがとうございました！

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

真言宗 大覚寺派

清瀧山 谷性寺

亀岡市宮前町猪倉土山39  
TEL 0771-26-2054

寶林寺

亀岡市宮前町神前狭間27  
TEL 0771-26-2228

**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

【お題】  
宝物

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:2026年4月1日~6月30日まで



まずはクリック!

川柳 ニチコミ

検索

各種浄化槽維持管理・清掃・修理

日進浄化槽センター株式会社

本店/京都府亀岡市安町大池 11 番地

TEL (0771)22-5809  
FAX (0771)22-1110

### 丹波支援学校との交流会

南丹市にある丹波支援学校から、亀岡市社会福祉協議会を通じて、「小学校の児童たちと『昔の遊び』を通じた交流会を1月23日に開催していただけないか」とのご依頼がありました。

これを受け、市老連を代表して曾我部町南條老人クラブの3名が参加してくださいました。

授業中、子どもたちはみんな懸命に取り組み、あっという間に1時間が過ぎました。



丹波支援学校小学部6組と16組の皆さん

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

# 保津川下り

## 保津川開削420周年

保津川下りの船頭が、400年以上続く伝統の操船でご案内!

保津川遊船企業組合  
〒621-0005 京都府亀岡市保津町下中島2  
TEL 0771-22-5846

保津川開削 420 周年

角倉了以の像 創業者 角倉了以の保津川開削の図

## 令和7年度健康ウォーキング報告書

No.	グループ	内 容	人数
1	南古せらくじゅ会	毎月第3土曜日3時間1万歩のあるこう会	30
2	保津町老人クラブ百代会連合会	11月16日(日) 宇津根大橋→サンガスタジアムのコース 12月13日(土) 雨のため中止	32
3	曾我部町重利老人クラブ	11月10日(月) 1班: 亀岡運動公園/2班: 走田神社	9
4	曾我部町犬飼老人クラブ	会員がそれぞれの日常的な取り組み(3,000歩~5,000歩目標に歩く)	
5	曾我部町南條老人クラブ	毎日5,000歩目標 会員それぞれが目標を持ち取り組んだ	9
6	菫田野町上佐伯伯寿会	菫田野町自治会↔神蔵寺の往復(神蔵寺で説話を聞く)	31
7	菫田野町下佐伯伯寿会		
8	菫田野町天川老人クラブ		
9	菫田野町老人クラブ柿楽会		
10	菫田野町奥条老人クラブ		
11	畑野町やまびこ会	ふれあいセンター→西山神社→ふれあいセンター	16
12	見晴山水会	4月3日(木) 亀岡南郷公園(花見)・大本花明山植物園 11月6日(木) 山本浜へ紅葉狩り	15
13	西山区寿会	中 止	
14	東つつじヶ丘シニア友の会	11月雨のため中止 3月25日(水) ふれあいセンター出発→長尾山(篠方面)→ふれあいセンター	12
15	大井町亀楽会第一クラブ	11月21日(金) 河原林町「勝林島」元大井神社お参りと散策→昼食 丹波七福神めぐり第2番「養仙寺」お参り	14

## みんなの広場

## 川柳

後期でも 高貴になれず 悩むだけ  
物忘れ 忘れたい事 忘れない  
水命 都の水は 守ろうよ

満林 俊宏

## 〈談話会での川柳(抜粋)〉

歳重ね 機転がきかぬ 身があわれ  
高齢者 ペイペイ払いで 四苦八苦  
朝歩き コロコロ押して ゴミ拾い  
コンニチワ 顔はわかるが 名が出ない  
物価高 スーパー値札 はねあがり  
うたを詠む 五七五の ボケのうた  
またこけた 畳の縁の 段差かな  
まわり皆 老々介護の 家が増え  
通学路 子供らの声 元氣得る  
年寄りの ボヤキ聞きつつ ストレッチ

見晴山水会

## スポンサーへのお礼

本紙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

## 編集後記

春の訪れとともに、新年度が始まり、あつという間に初夏の季節になりました。  
市老連季節紙「かめおか」を、お読みいただきありがとうございます。どうぞございます。

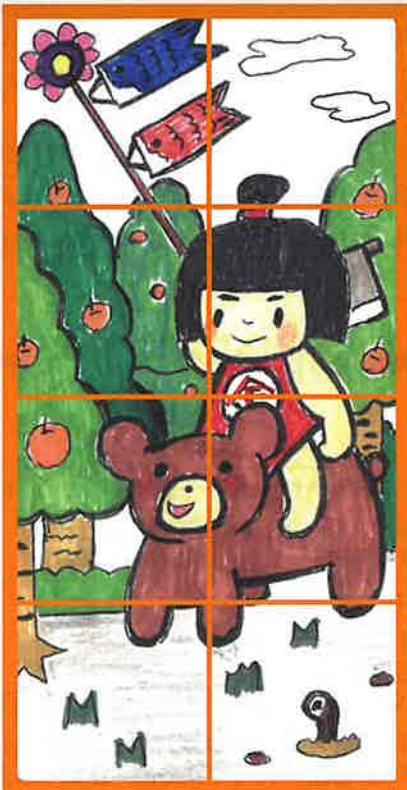
今号「32号」の制作において、新年度の多忙にもかかわらず、新旧役員の皆さまをはじめ寄稿にご協力いただき、心より感謝申し上げます。

感謝拜

編集部一同

プレゼントコーナー

まちがいさがし



A~Hエリアの中に大きなまちがいさがしがあります。それを探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) ④ 本号(32号)紙面で面白かった箇所を書いて市老連事務局までFAXかハガキでご応募ください。プレゼントをお楽しみに(9月末締切)

〒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  
 FAX 番号 0771-20-9064

■31号(11月号)の間違ひ探し応募者 31号の答えは(B・D・E・F・G)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	クラブ名	名前	クラブ名	名前
東つづじヶ丘シニア友の会	S・Y	東本梅町福寿会	K・N	見晴山水会	S・M	西山區寿会	H・K	種田野町天川老人クラブ	Y・M	種田野町天川老人クラブ	Y・M
〃	K・S	〃	M・N	〃	Y・M	〃	R・M	畑野やまびこ会	T・H	畑野やまびこ会	T・H
〃	S・H	保津町第一百代会	K・M	〃	H・I	〃	K・H	追分町健朗クラブ	K・M	追分町健朗クラブ	K・M
〃	Y・I	〃 第五百代会	A・M	〃	H・M	〃	S・W	〃	M・S	〃	M・S
〃	M・S	〃	N・M	〃	H・S	〃	H・M	〃	M・T	〃	M・T
〃	K・O	〃 第六百代会	A・Y	〃	K・N	〃	K・Y	〃	K・I	〃	K・I
〃	O・Y	〃	T・Y	〃	Y・N	〃	T・H	〃	M・S	〃	M・S
〃	S・Y	〃	C・I	〃	Y・O	〃	M・O	〃	M・H	〃	M・H
〃	Y・K	〃	M・Y	〃	M・O	〃	M・N	〃	S・Y	〃	S・Y
〃	T・K	〃	A・K	〃	H・O	〃	Y・H	〃	H・M	〃	H・M
〃	T・N	河原林第二老人クラブ	S・S	〃		〃		〃	T・M	〃	T・M
		南古世らくじゆ会	I・K								

市老連 かめおか

発行日 2026年5月 発行 亀岡市老人クラブ連合会 発行人 井手口温美  
 編集・制作 株式会社ニチコミ 神戸市中央区栄町通1-2-7 大同生命神戸ビル7階 ☎078-333-7707 <https://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

**買取大吉** スーパーマツモト 荒塚店限定  
 身の回りのお品も大切な資産です  
 100円銀貨 600円買取保証  
 年中無休  
 亀岡市荒塚町鍛冶ケ嶋6 スーパーマツモト荒塚店1階駐車場前  
 【営業時間】10時~19時 TEL.0120-11-8639

建設業許可番号第42388号  
**YAMA1** 株式会社 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全管理  
 亀岡市東つづじヶ丘階台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

医療法人睦会  
**ムツミ病院介護医療院**  
**ムツミ医院**  
 京都府亀岡市下矢田町君塚8  
**TEL 0771(23)1231**  
 関連施設 ●デイサービス ●ムツミ老人介護支援センター ●南部地域包括支援センター

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

株式会社 **川勝建設工業**  
 一般土木工事 舗装・解体工事  
 本社:〒621-0001 亀岡市旭町広保垣内31番地1  
 事務所:〒621-0016 亀岡市大井町南金岐又ケ田16-1  
**TEL.0771-24-0627 FAX.0771-55-9347**

**車の処分** 困っていませんか?  
 車のお悩み、ご相談ください  
 車の買取 廃車手続き 名義変更  
 ピリアロハ 株式会社 **PiliALOHA** 京都府亀岡市河原町122-4  
**TEL 0771-20-4731**