



老ク連機関紙

ときめく ひこね

vol.89

発行:彦根市老人クラブ連合会

事務局

〒522-0056 彦根市開出今町1361-1
彦根市中老人福祉センター内

☎ 0749-23-1506

編集協力(株)博報社
大阪市平野区喜連西4-6-69
☎ 06-6797-0212

11月8日(金)午後1時半から、ひこね市文化プラザメッセホールで「令和元年度単位クラブリーダー研修会」が行われ、各単位クラブのリーダーが参加しました。

講師のSorako氏は自身の闘病体験の辛さや認知症の夫を介護する苦悩を明るくはつらつとした表情で語りながら、健長寿を生きる上での重要なポイントを参加者に呼びかけました。その中でも「周囲に心を持つこと」「人とのふれあい

「〇〇したい!」という意欲を持つことなど、人との交流を通じて刺激のある毎日を過ごすことなどが寝たきりや認知症の予防にも効果的であると強調。参加者は単位クラブでの活動に生かすべく、熱心に耳を傾けていました。また、簡単なストレッチやリズムに合わせての足ぶみやピアノ伴奏のもと童謡や懐メロを歌ったり、隣同士で手をつないだりと、参加者同士が「ふれあい」を実践しながら健康づくりへの認識を深めました。

令和元年度 単位クラブリーダー研修会



第56回 彦根市老人クラブ大会

11月8日(金)午前10時から、ひこね市文化プラザメッセホールで「第56回彦根市老人クラブ大会」が開催されました。中村昌和副会長の開式の辞で儀式になられた方々の冥福を祈り黙とうを捧げた後、会歌斉唱、物故会員と先般の台風災害で犠牲になられた方々の冥福を彰と長寿者お祝い(3面に掲載)の後、来賓祝辞とご紹介を経て郷野智恵子女性部長の閉式の辞で式典が終了しました。

第2部のステージ発表では女性部サークル・さわやか仲間が登場。「テン・リトル・インディアンズ」「ジパンング」の2曲に合わせて3B体操を披露しました。また、会場を華やかに彩った「手まり教室」作成のちぎり絵や干支飾り・ネックレス制作



講演 「人は心・そして花、この世は夢・幻・のごとく」
講師 昭和ロマンくらぶ代表 Sorako氏

第3部は彦根警察署南彦根駅前交番の方々から「振り込め詐欺の啓発」として、なかなか被害が減らない振り込め詐欺についての対策をお話しいただきました。某テレビ番組のパロディでニュースキャスター風に振り込め詐欺の現状を説明している



など女性部の活動についての報告がありました(女性部の活動についての詳細は6面に掲載)。

ところに振り込め詐欺の犯人が登場し、犯人の視点から被害に遭わないための具体策を聞くというユーモラスな展開に。笑い声に包まれながらも、改めて防犯意識を高めるきっかけとなりました。

講師プロフィール



フリーランス・ヴォーカリスト。1998年CBSソニーOPオーディションで特別賞受賞。2005年から3回にわたりブラジルサンパウロでチャリティーショー開催。フランス・ドイツ・アメリカなどの民間交流歴は30年にわたる。

私たち、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています

空家管理、相続対策、資産活用 ご相談承ります
ご不要な不動産の買取りも致します

AYAHAGROUP

アヤハ不動産株式会社

彦根営業所

宅建業免許国土交通大臣(10)第3088号

0120-27-8213

彦根市戸賀町130-2

医療法人 恵昭会

彦根中央病院

土曜・日曜通常診療

受付時間	日	月	火	水	木	金	土
AM 8:30~11:30	●	●	●	●	休	●	●
PM 1:00~3:00	●	●	●	休	休	●	●

休診日 水曜日午後、木曜日・祝日

彦根市西今町421

0749-23-1211

URL <http://www.hikone.or.jp/>

元気で明るい
長寿社会の実現が願いです

博報社は
老人クラブの活動を
応援しています

株式会社 博報社

全室レイクビュー。☑宿泊 ☑宴会
☑日帰り入浴
☑同窓会 ☑慶弔

京風会席が
自慢の温泉ホテル

かんぽの宿彦根

単純温泉、加水加温、循環ろ過、塩素系薬剤注入、一部真湯使用

0749-22-8090 彦根市松原町3759

彦根市老人クラブ連合会会員の皆様におかれましては、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。

また、平素から市政各般にわたり格別のご高配とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、日本人の平均寿命は2018年時点で、男性約81歳、女性約87歳と発表されており、1950年時点では男

性約58歳、女性約61歳であったことと比べると、男女ともに大きく平均寿命が伸びていることがわかります。

平均寿命が伸びているという事実は素晴らしいことです
が、その一方で、一人暮らしの高齢者や高齢者だけの世帯、
あるいは認知症高齢者が増加するとともに、高齢者の孤立
や閉じこもり、孤独死などが社会問題となつております。

が現状です。このような状況において、健康づくり事業や子供の見守り活動、サークル活動や友愛訪問等を行つておられる老人クラブの皆様には、高齢者の孤独を解消し、また、健康寿命を延ばす上で、非常に大きな役割を果たしていただいていると思ております。

彦根市では平成30年度から3年間の第7期彦根市高齢者

今後とも介護保険事業および高齢者施策の推進と、「強い彦根」の実現に向け、「」理解と協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、彦根市老人クラブ連合会および単位老人クラブのますますのご発展と、会員の皆様のご健康とご多幸を祈念いたしまして、結びの言葉とさせていただきます。



ごあいさつ

彦根市長 大久保 貴

今年の夏は各地で最高気温を更新するなど厳しい暑さが続きましたが、会員の皆さんにはお元気でお過ごしのことをお喜び申し上げます。

田頃は当連合会の諸活動に対し、格別のお力添えをいただき厚く御礼申し上げます。

私はこのたび北沢前会長よりバトンを引き継ぎました。この重責を果たせるかどうか不安の気持ちでいっぱいですが、全力で職務に励む所存で

す。会員の皆さまには、アマチュア指向をいたさきますようお願い申し上げます。

各単位クラブ（以下単ク）におかれましては、長年の経験や豊かな知恵を生かした地域での活動とともに、高齢者の居場所づくりや生きがいづくりに努めるなど、地域になくてはならない存在となっています。私たち会員に孤独という言葉はありません。なぜなら、いつでもどんなことでも

生労働省等が推進する「我が事・丸ごと」地域共生社会実現の取り組みとともに、彦根市が目指す「支えあい 信頼しあい つながりあえるまち彦根」の推進にも大きく寄与するものと存じます。

当連合会は現状をよく把握整理し、対応すべき課題を明確にし、その改善を図り、その実績を積み上げる活動を続けることが、行政をはじめ地域の方々からも理解と信頼が

就任のごあいさつ

彦根市老人クラブ連合会
会長 山中清次郎

支えあう仲間と共に
充実した活動を！

あう仲間と共に した活動を！

得られるものと思います。そして行政をはじめ各関係機関との連携を密にして、私たちの日常生活に必要な情報を発信共有し、支え助け合う地域づくりに努めたいと思います。ここに改めて、会員皆さまの「支援」指導をいただきますよう重ねてお願ひ申し上げます。

最後になりましたが、会員皆さまご家族のご健勝を心からお祈り申し上げ、「あいさつ」と致します。

自分よし・仲間よし・地域よしの「三方よし」で、豊かな長寿社会を目指しましょう！

地域の仲間と共に、充実した第二の人生を歩みませんか 一あなたの入会をお待ちしていますー



私たちは、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています



〈動物のことわざ〉

- ・猫の手も借りたい
- ・猫に鰯節の番をさせる
- ・猫に小判

犬と同じく古来から人間と共に生きてきた動物で従順な犬に比べ、気分屋で自由といったイメージ。その「当てにならなさ」も猫の魅力なのかも。

CEISHODO
<http://www.eishodo.co.jp>
株式会社 永昌堂印刷



**お出かけには
環境に優しい
安全安心の
公共交通機関を
ご利用ください。**

市内の交通には満61歳以上の
方が利用できる専用割引回数券
がお得で便利です。

ご購入場所:バス車内、近江トラベル
諏訪支店(諏訪駅東口)

湖国バス株式会社
25-2501

登記・測量
辻 事務所
土地家屋調査士 辻 博史
行政書士 北村繁隆
司法書士
彦根市芹川町1463番地24
(0749)22-6037
(0749)26-2238

表彰者等一覧

彦根市老人クラブ連合会長表彰

多年にわたり老人クラブ育成指導に貢献

◇老人クラブ育成功労者(敬称略)

谷口英子(城南学区 小泉老泉クラブ)



長年にわたり地域美化活動に貢献

◇感謝状(敬称略)

北村マスエ(平田学区 大沢清草会)



95歳以上長寿者お祝い(敬称略)

柴田春榮	城南
茶木作次	葛籠町
北川惣一	城南
奥居きく	岡町
牧之段シズ	城南
北川絹代	城南
河村きよ	平田

滋賀県老人クラブ連合会
会長表彰

◇老人クラブ育成功労者

郷野征男さん

おめでとうございます
ますますのご活躍を
お祈り申し上げます

大会結果(敬称略)

1位 北川 信夫(普光寺町) 448点
 2位 北村 勝(城南) 358点
 3位 北川 昌子(城南) 267点
 4位 山口 耕一(葛籠町) 193点
 5位 森田 武夫(平田) 191点
 6位 北川 司郎(平田) 178点
 ☆最高齢賞 藤島 正夫(葛籠町) 87歳



令和元年度ニュースポーツ講習会

第13回
ワナゲ大会

健康づくり・仲間づくり・生きがいづくりを高め、交流と親睦を深めよう!



7月5日(金)、彦根市中老人
福祉センター屋内ゲートボ
ル場で、第13回ワナゲ大会が
開催され、60名が参加しまし
た。
2メートル・3メートル・
4メートルの3コースでそれ
ぞれ9回投球し、一巡した後
の合計点で順位が決まりま
す。皆さん真剣な表情を浮か
べながらも、笑顔で仲間と過
ごすひとときを楽しんでいま
した。

私たち、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています

最後のセレモニーをお手伝い致します
毎月1回葬祭見学会実施中

葬儀・法要会館

愛昇殿

彦根市高宮町1431 ☎ (0749) 25-0004
(株)セレマ 彦根滋賀祭典 TEL (0120) 23-0004宗派問わずの
永代供養・永代納骨
赤門 宗安寺彦根市本町2丁目3-7
☎ (0749) 22-0801

頑張れシルバー

長寿社会の文化に貢献します

イキイキとしたシルバーライフは
高齢者だれもが望むところです。
わたしたちはそんなみなさまに
誠意で協力します。老人クラブ広報紙・名簿制作
高齢社会のパートナー
株式会社 博報社
本社 大阪市平野区喜連西4-6-69
名古屋支社 名古屋市北区田原二丁目13-23F-B
☎ 0120-021-209



小泉老泉クラブ 親睦旅行記

小泉老泉クラブ
会長 中 文子

9月19日(木)、9月例会
「宇治平等院鳳凰堂・宇治抹茶工場見学・伏見稻荷大社参拝」親睦旅行(日帰り)を実施いたしました。

よかつたので
は？車窓か
ら見える夏か
ら秋に向かう
自然の移り変
わりを目に焼
き付けまし
た。

途中、草津
PAで小休憩
をして、10時
過ぎに宇治平
等院鳳凰堂に
到着しまし
た。きらびや
かな極楽浄土
に導かれる不
思議な感覚を
身に染みて体

帰路大津SAで買い物をして、6時に無事帰つてきました。

参加していただきました方々、ありがとうございました。良い思い出となりました。

よかつたので
は？ 車窓か
ら見える夏か
ら秋に向かう
自然の移り変
わりを目に焼
き付けまし
た。

宇治川近くの「喜撰茶屋」で食事を堪能し、部屋から見る景色に目を奪われました。

◎ 健康増進活動
春にゲートボール大会、秋にはグラウンドゴルフ大会を行い、体力増進に努めています。また、

(ボランティア) 町内の神社および公園の清掃作業を年4回行っています。その後、茶話会・お誕生会を行い、睦を深めています。また、町内4カ所の花壇の水やり、除草を4月から12月まで会員が持ち回りで行っています。

会員は65歳以上の人を
もって構成しており、現
在会員は135名です。
最高齢者は100歳で
す。長寿社会を元気に樂
しく過ごすことを目標
に、日々の活動を行つて
おります。

クラブ活動や地域について、
会員の皆さんに語つていただきました

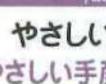


健康と友愛

葛籠町福寿会
茶木 義三



私たち、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています

 <p>忠水幸亭 仕出し配達・各種宴会・法事・鍋会席料理ご予約承ります お問い合わせは ☎(0749)26-1686 0120-26-1686 魚忠彦根市西今町572 水幸亭彦根市西今町567 お配達弁当1,500円(税別・税込可) 平日ランチミニ会席3,000円(税別)</p>	 <p>空調、給排水、電気、消防 ソーラー設備等 設計施工 ~快適環境づくりが私達の仕事です~ 一圓テクノス株式会社</p>	<p>~共に寄り添う暮らし~ 社会福祉法人 大樹会 彦根市野田山町1098番地 TEL(0749)30-3387 FAX 30-3386</p>	 <p>在宅介護 やさしい手 yasashiiite group</p>	 <p>医療法人青葉会 訪問看護ステーション 居宅介護支援事業所 彦根市中央町2-21 47-3212</p>
<p>△のことなら、 当店にご相談下さいませ。 お墓ディレクター 一級認定の店 寺村石材工業 彦根市日夏町1632-1 http://teramura.cc 25-2750</p>	<p>家族葬から一般葬まで 株式会社 公益社 24時間365日対応 0120-61-4000 本社:〒522-0054 彦根市西今町939番地 TEL.0749-22-5000 FAX.0749-22-0042</p>	 <p>Paper Recycle</p> <p>東陽紙業(株)</p> <p>代表取締役 社長 山田圭輔 彦根市高宮町2745-1 TEL(0749)21-5580 FAX(0749)21-5570</p>	<p>(長浜リサイクルセンター) 長浜市西上坂町286 TEL(0749)68-6008 FAX(0749)68-6011</p>	<p>建築◆土木・製材・下水工事 株式会社 若松工務店 彦根市川瀬馬場町333番地 28-1165(代) FAX(0749)28-1018</p>

春季 秋季
親睦
グラウンドゴルフ大会開催

5月23日(木)第22回春季親睦グラウンドゴルフ大会と10月10日(木)第23回秋季親睦グラウンドゴルフ大会が開催されました。参加された皆さんには日頃の練習の成果を発揮し、プレーを楽しみながら会員同士の親睦を深めました。

両大会共に競技終了後のホールインワンゲームが行われ、最後まで大盛況でした。※8ページに大会写真と上位6名のお名前を掲載していますので、そちらもご覧ください。

2番	春季大会	岡 北	野 川	建 保	夫 枝	(葛 高)	籠 町	宮)※
		大久保	太喜	古 賀	キミ子	(出 平)		町 田)
		大久保	きり江			(出)		町)
		長 岩	内 崎	史 愛	世 子	(松 原 緑会)		
		沢 小	川 村	田 八	重 子	(春日 クラブ)		
		西 川	村 村	洋 一	法 男	(高 (法	士 宮)	町)
		北	川	峰 代	代	(高 (法)	士 宮)	町)
				須賀子		(城 南)		
		※	ホールインワン 2回					

7番ホールインワン賞	秋季大会
宮	ラブ
町	町
町	町
宮	田
町	南
町	宮
田	南
南	町
宮	南
籠	籠
士	士
祐	(高)
逸	(春)
北	(新)
本	(葛)
田	(葛)
藤	(高)
木	(法)
口	(平)
橋	(城)
部	(高)
村	(城)
田	(葛)
本	(城)
村	(葛)
保	(高)
川	(春)
橋	(新)
野	(葛)
近	(高)
茶	(法)
山	(平)
高	(城)
堀	(高)
北	(城)
和	(葛)
尾	(葛)
久	(高)



◎俳句・短歌・川柳は用紙を問いません。ご自由に投稿ください。ただし、どの部門かを明記願います。

◎原稿締切 隨時

◎宛先 市老ク連事務局
までご送付ください。

◎原稿は、題名・氏名・
電話番号・単位・ラブ
名（所属老連名）を含
み460字以内。写真
があれば一緒にお送り
ください。

会員の皆さまが自由に参加していただける機関紙「ときめくひこね」の広報宣伝部です。普段思うこと、暮らしの情報、旅行記などなんでも結構です。会員の皆さまからの楽しい投稿をお待ちしています。

女性部
活動報告

地域を越えた仲間づくりを目指して

女性部長
郷野智恵子



私たちは、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています

 歯科一般・歯科口腔外科・小児歯科
慶祐会 むとう歯科医院

彦根市西今町363-5
TEL(0749) 21-0008
FAX(0749) 21-0341

カルシウムをしっかりとろう!

骨ぞうしょう症の予防や精神を安定させる効用のあるカルシウムは、高齢者には特に必要な栄養素です。

★カルシウムが豊富に含まれる食品
牛乳、チーズなどの乳製品、骨ごと食べられる小魚、豆腐やなっとうなどの大豆製品、野菜類や海藻など。

長寿歯科医院

診療時間
平日 AM 9:00~12:00
PM 2:00~6:00
土曜 AM 9:00~12:00

彦根市平田町422-13
(0749) 26-1993

内科・小児科・リハビリテーション科

松木診療所

往診時間 13:00~17:00 水曜 予防接種優先
木曜 予約診療
在宅医療・往診・漢方診療致します
彦根市平田町678-10
☎(0749)22-5185

循環器科・胃腸科・小兒科

きたむら内科
 診療受付時間 月火水木金土
 午前 8:50~12:15 ○○○○○○○
 午後 5:30~7:15 ○○○○/○○/休診日 日曜日・祝日・木曜日午後・土曜日午後
 彦根市長曾根南町448-25
 ☎(0749)22-9617

彦根市中老人福祉センターだより

クラブ発表会・展示会を開催

10月10日(木)～11日(金)、恒例のクラブ発表・展示会を開催しました。天候にも恵まれ400名を超える市民の皆さんのが来館され、クラブの演技発表や書道、水墨画、生け花などの展示を楽しめました。その他、喫茶・抹茶コーナー、バザー、フリーマーケットなどで大盛況でした。その一部をお知らせします。



社交ダンス



発表



江州音頭



赤とんぼ(よし笛)



各種展示



書道



展示



水墨画



体験コーナー



フリーマーケット

◎クラブ活動

当センターはクラブ活動が盛んで、現在下記のクラブが活動されています。身体を動かすクラブ、頭を使うクラブなど多種多様のクラブがあります。会員の皆さんにはクラブ活動を生きがいに、元気に参加されています。

クラブ	開催曜日	時間
憩(健康レクダンス)	毎週月曜	13:30～15:30
江州音頭	第1・3・4月曜	9:30～11:30
生花	第1火曜	9:30～11:30
カラオケ	第3火曜	11:00～15:30
エンジョイペーパー(折り紙)	偶数月:第1・3火曜 2回 奇数月:第3火曜 1回	13:30～15:30 9:30～11:30
囲碁	毎週水曜	9:00～15:30
赤とんぼ(よし笛)	第2水曜・第3・4月曜	9:30～11:30
水墨画	第3水曜	13:30～15:30
自力整体	第1・3木曜	10:00～11:30
書道同好会	第2・4木曜	9:30～11:30
ダンスタイム	毎週木曜	10:00～12:00
社交ダンス	毎週木曜	13:00～15:30
IT教室(パソコン)	第2・4木曜	9:30～11:30
詩吟	第2・4木曜	13:30～15:30
将棋	毎週金曜	9:30～15:30
(卓球)卓球の集いA	毎週木曜	13:00～16:10
(卓球)卓球の集いB	毎週火曜	13:30～15:30
(卓球)金卓クラブ	毎週金曜	9:30～11:30
(卓球)仲良しクラブ	第2・4火曜	9:30～11:30
(卓球)すみれ	毎週木曜	9:30～12:00
(卓球)共遊会	毎週月曜	9:30～12:00
燐々クラブ(レクダンス等)	第2・4金曜	13:30～15:30
穂希(新舞踊)	毎週水曜	10:00～12:00
ふたば会(銭太鼓)	第3水曜	9:30～11:30
ぞうりクラブ	第2・3水曜	13:30～15:30
チャレンジ(パソコン)	毎週月曜	9:30～11:30
健康マージャン	毎週水曜	9:30～16:30
悠々ヨガ	第2・4火曜	9:30～11:30
さくら(着付け教室)	第3木曜	13:00～15:00
詩の仲間 はあと・とおんの会	第3木曜	13:30～16:00
なかなか絵本の会	第4月曜	13:30～15:00
絵手紙教室	第3月曜	13:30～15:00

今後の行事

★毎月の行事

- お楽しみ映画会 每月第3金曜日 9:30～
- 健康体操 毎週水曜日 10:00～
- ちーぱー教室(歌声ひろば) 每月第3火曜日 10:00～



★その他の行事

- 年忘れ会(12月)

- 新春グラウンドゴルフ大会(1月)

その他のサービス

- ★入浴 火・金曜日 11:00～14:00

- ★健康器具 ヘルストロン(高電位治療器)・あんま器

老人クラブの皆さんへ

○老人クラブの活動でセンターを利用されてはいかがでしょうか。センターには屋内ゲートボール場、大集会室などの部屋、各種健康器具などが備えてあります。グラウンドゴルフ、大集会室での研修や映画上映、フリーの時間には健康器具の利用などいろいろな活動ができますので、ぜひご利用ください。

○老人クラブ活動やサークル活動で会場がなく困っておられる方はセンターにご相談ください。

○近隣の老人クラブで老人クラブ連合会に加入していない老人クラブがありましたら、ぜひ加入を勧説していただくようお願いします。加入クラブが多くなれば、老人クラブ活動も充実します。

5/23 第22回 春季親睦グラウンドゴルフ大会

大会結果（敬称略）※写真は上位3名

- 1位 石若雅夫（松田親和会）29点
- 2位 北川保枝（高宮）32点
- 3位 幾世保輝（金城GGC）34点
- 4位 小川洋子（法士町）35点
- 5位 大野顕（金城GGC）36点
- 6位 西村勘兵衛（高宮）36点



記事とホールインワン賞の方のお名前を6面に掲載していますので、そちらもご覧ください。

大会結果（敬称略）※写真は上位3名

- 1位 北川国男（高宮）35点
- 2位 辻正雄（城南）36点
- 3位 橋本逸夫（春日クラブ）37点
- 4位 和田喜義（高宮）38点
- 5位 川北祐二（高宮）39点
- 6位 野田保（新海町）39点



10/10 第23回 秋季親睦グラウンドゴルフ大会

集
編
後

日頃から意識しておきたい！
「災害への備え」

台風19号による東日本各地の被害の甚大さは、想像以上の災害でした。特に高齢者が逃げ遅れて住宅内や避難移動中などで亡くなるケースが多く報道されています。高齢者家庭の避難の難しさに大きな影響を与えるものになります。

近年、まさかの災害が多く発生しております。わが身にいつ起こるか分からない災害に対して「自分の身は自分で守る」を心構えに、安全対策の実施や見直しを行ってください。

◆
1. いざという時に安全に避難できるように、ハザードマップ、避難場所、避難経路等を確認しておきましょう。

2. ご家族と安否確認の方法を話し合っておきましょう。携帯電話がかりにくいときのために「災害用伝言ダイヤル（117）」や「災害用伝言板」などのサービスがあります。

3. 備蓄品・非常用持ち出しが止まつた場合を想定して「備蓄品」と「非常用持ち出せる範囲の備蓄品（体力

品）」などを備えておきましょう。

4. 地域の方との交流・支え合いを日頃から図り、防災訓練には参加しておことも大事です。

最後になりましたが、今回も皆さまには多数の原稿を寄稿いただき、厚く御礼申し上げます。今後とも一層のご支援、ご協力をよろしくお願い致します。

（広報宣伝部 郷野 征男）



広告にご協賛いただいた皆さんへ

「ときめくひこね」発行に際しご協賛いただきました皆さんに厚くお礼申し上げます。本紙は会員相互の交流と生きがい向上に、さらに内容の充実に励んでいます。今後も倍旧のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

彦根市老人クラブ連合会



私たち、彦根市老人クラブ連合会の活動を応援しています

涙がもたらす健康効果

細胞レベルで免疫力が高まる

過剰なストレスが免疫力を低下させますが、泣いてストレスを解消することで、免疫力を高めることができます。

常用持ち出し品（体力が止まつた場合を想定して「備蓄品」と「非常用持ち出せる範囲の備蓄品（体力

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

たかはし整形外科

彦根市長曾根南町395-7
（0749）27-6296 FAX(0749) 27-6297

いけだ歯科 高宮診療所

診察日	月	火	水	木	金	土
午前9:30～午後1:00	○	○	○	○	○	○
午後3:00～午後7:30	○	○	○	×	○	○

休診日 毎週木曜日午後、日曜日、祝日

彦根市高宮町702-5
（0749）27-1717

内科 指導器科 **塚本医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00～12:00	○	○	○	休	○	○	休
午後5:30～7:30	○	○	○	休	○	休	休

休診日 土曜午後・木曜・日曜・祝日

彦根市後三条町361-8
（0749）27-0101

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科

伊藤整形外科

彦根市西今町1041-18
(松田団地内・文化プラザ北側)
（0749）23-7787



古紙配合率70%再生紙を使用しています