

大津老ク連会報

第129号

編集協力

(株)博報社

大阪市平野区喜連西4-6-69

☎06(6797)0212

発行：大津市老人クラブ連合会(愛称：おおつ豊熟シニア倶楽部)
大津市浜大津4-1-1 明日都浜大津5階 ☎077(525)6273 FAX077(525)6311



「涼を求めて」

天台真盛宗総本山 西教寺(坂本)



ごあいさつ

大津市老人クラブ連合会
会長 松田 輝男

皆さん、こんにちは。
平素は、各地域において老人クラブの活動にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。誠にありがとうございます。

わが国において、新型コロナウイルスの感染が確認されて約二年八カ月になりますが、高齢者に対するアンケートによると、長い自粛生活により半数以上の方が「外出や人と話をする機会が減った」「運動不足により体力や筋力が落ちた」「日常生活において不安やストレスを感じている」と答えておられます。このアンケートからも、老人クラブがこれまで取り組んできたいろいろな活動が、私たちの心身の健康にいかにか効果があるかは明らかであります。

第六波の感染者も春頃から徐々に減少傾向にあり、政府は六月頃から社会、経済活動に向けて外国からの観光ツアー客の受け入れ、大型イベントの入場者の制限撤廃やマスク着用の条件緩和などに取り組んでおりましたが、七月になると新型コロナウイルスによる新規感染者が全国各地で過去最多を更新し、医療現場を含め厳しい状況となり、市老ク連では八月二十六日(金)に予定しておりました「第四十八回大津市老人クラブ大会」の開催にあたり検討の結果、感染予防対策の観点から当分の間見合わせることにし、今後の感染状況や政府の政策などを考慮し、開催の可否を判断したいと思っております。被表彰者をはじめ参加を予定しておられた会員の皆さまには、ご理解いただきまますよう、よろしくお願いたします。

今、世界ではロシアによるウクライナへの侵略や、世界各地での人種差別が、またわが国においても新型コロナウイルス感染当初には、感染者に対する近隣住民の誹謗中傷や差別などが大きな社会問題になっております。今、私たちに最も求められることは、九世紀初頭に真言宗の開祖空海と天台宗を広めた最澄によって用いられた言葉「他人を思いやる」「他人のために生きる」という「利他」の心ではないでしょうか？

諏訪中央病院の名誉院長鎌田實先生の著書「1%の力」には、「99%は自分のため、家族のために生きています。でも、残りの1%は誰かのために生きてみたい。1%って思うとちょっと楽になります。1%ならできそうに思えます。誰かのために汗をかくのいい。みんなが1%誰かのために動き出せば、世の中はもっとあったかくなります。」とあります。

会員のの中には、何十%も友愛、奉仕活動などに取り組んでいる方もたくさんおられると思いますが、「1%の力」の最後は、「不思議なことに誰かのために動いた1%が、やがて自分のところにブーメランのように不意に帰ってくる」ことがあります。人生はうまく出来ていきます。」と締めくくられております。

今後、ますます高齢化が進む中、老人クラブには誰もが安心して暮らせる地域づくりや、援助を必要とする高齢者を支援する担い手としての役割などが求められております。会員におかれましては、全老連の掲げる活動テーマ「のぼそう!健康寿命、担おう!地域づくりを」の実現に、より一層取り組んでいただきますようお願いいたします。

最後に、大津市老人クラブ連合会の基盤強化に皆さまのなご一層のご尽力をお願いし、併せて皆さまのご健康、ご多幸をお祈り申し上げます。

「大津市老人クラブ大会」開催延期のお知らせ

第一回理事会(総会)を五月十三日(金)に開催しました。令和三年度の事業報告・決算、令和四年度の事業計画・予算および役員を選任などを審議し、すべての議案が承認されました。

「第四十八回大津市老人クラブ大会」は、十一月二十八日(月)に延期することと致しました。

事業実施については、体温チェックや消毒の徹底など新型コロナウイルス感染拡大防止対策を講じながら進めることと

希望いたします。

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 華頂会
琵琶湖養育院病院
若い方にも、お年寄りにも、安心して診療を受けていただける病院です。

滋賀県大津市大堂七丁目7-2
電話：077-545-9191(代)

HPはこちら <http://www.kachokai.or.jp/>

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

アヤハ不動産株式会社

大津営業所 大津市馬場2丁目7-7 (JR膳所駅スグとぎめき坂沿い) ☎0120-40-9439

堅田営業所 大津市本堅田5丁目21-14 (JR堅田駅東口ロータリー) ☎0120-88-2662

瀬田営業所 大津市一里山1丁目9-9 (JR瀬田駅徒歩ダイエー瀬田店前) ☎0120-46-3443

宅建業免許国土交通大臣(10)第3088号 建設業/滋賀県知事許可(特-1)第11785号

手ぶらでのんびり♪ 2つの天然源泉
ゆめがらみ温泉

特別割引券 本券1枚につき4名様までご利用可。
入館料 大人全日1,200円+入湯税50円に!
有効期限 2022年9月26日(月)~12月23日(金)
※この広報紙をご持参ください。

JR湖西線おごと温泉駅からシャトルバス運行
TEL(077)577-3715 FAX577-1926

山王総本宮 日吉大社
比叡山の守護神 方除・厄除の大社

山王神使 神猫(まさる) 「魔が去る・勝る」

〒520-0113 滋賀県大津市坂本5-1-1
電話：077-578-0009
J月比叡山坂本駅より20分 京阪坂本駅より10分

パール **デンタルクリニック**
歯科一般・予防歯科・歯科定期検診
入れ歯・CERECセラミック治療

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~11:30	●	●	●	●	●	▲	△	△
13:30~18:00	●	●	●	●	●	▲	△	△

予約優先 ▲土曜日は8:30~13:30
大津市平津1-3-8 TEL(077)548-6090
◇当院HPより24時間初診ネット受付中◇
<https://pearl24.dental-net.jp>

スズギ調剤薬局
信頼される薬局・地域に根差した薬局として皆様の健康生活をサポートします。

瀬田店 南郷店 におの浜店
西大津店 粟東店 南草津店
大宝店 野路店 粟東駅前店
能登川店 山科店 精華台店

大津市大堂1-16-1 アパホテル瀬田駅前1F
TEL(077)543-3331

お子様からシニアの方まで
家族みんなで選べる歯医者さん
ろこファミリー歯科
安心の院内バリアフリー設計
入れ歯の製作・調整もおまかせください

大津市中庄一丁目6-15
(中庄児童公園前) P 完備
京阪瓦分駅徒歩3分<予約制>
TEL.077-576-0474

高島屋質店
TAKASHIMAYA
ブランドバッグ、時計、宝石の高価買取、買取り
ご不要なバッグ・ジュエリー・時計など
地域No.1の実績で査定致します

査定無料
買取・売却・お買取り・売却

高島屋質店 営業時間/10:00~19:00 定休日/日曜日・祝日
お気軽にお問い合わせください 駐車場3台有り 京阪びわ湖浜大津駅から徒歩5分
大津市中央1丁目6-8 ☎0120-78-02-78

令和4年度 役員名簿 及び クラブ数・会員数

令和4年4月1日現在

Table with 7 columns: ブロック, 学区, 役職, 所属部会, 氏名, クラブ数, 会員数. Lists members across various districts like 志賀, 北部, 中北部, etc.

部会だより

新型コロナウイルス第七波を乗り切り、創意工夫しながら事業推進に努めます!

健康増進部会 グラウンドゴルフで健康増進を!

部会長 初田 茂

会員の減少が続いていますが、コロナの流行も高止まりが続く、新年度になっても会員が集まるの行事はできていません。

そんな中でも唯一にぎやかなのが、屋外でのグラウンドゴルフの練習です。



私も会員の顔と名前を覚えないといふことから始め、今や常連となつていきます。

老人クラブ活動の活性化や、会員の拡大を考えると、地域貢献や親睦の要求は薄れ、公民館利用者のように趣味や健康づくり、介護や誕生日など、老人に共通する趣味や練習を束ねる会に「特化する」のではと思う毎日です。

令和4年度 主要事業計画

Table with 3 columns: 開催日, 事業名, 開催場所. Lists events like 友愛訪問及び環境美化活動, 体力測定記録会, etc.

*上記の日程及び開催場所は、都合により変更する場合があります。

広報・会報部会 皆さんの投稿を

お待ちしています

部会長 岡村 敬市

地球温暖化の影響が、前年は五月に入梅、今年は六月に梅雨明けと宣言されたものの梅雨の戻りと、うつつらしい日が続いています。

最近よく耳にする「線状降水帯」が各地で発生し、集中豪雨による被害が多発しています。



方、ヨーロッパでも水害や四十度を超える猛暑日が続いています。これも二酸化炭素のせいでしょうか。

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Advertisement for 京津法律事務所 (Keikin Law Office) with contact info for 杉本周平.

Advertisement for あわうみ (Awaumi) legal office, Since April 1 2003.

Advertisement for 奥村事務所 (Okumura Law Office) with contact info for 奥村輝雄 and 磯田宏海.

Advertisement for 山中 司法書士事務所 (Yanaguchi Legal Office) with contact info for 山中 諭, 山中 浩充, 吉川 英之.

Advertisement for 税理士法人 鈴木税務会計事務所 (Suzuki Tax Accounting Firm) with contact info for 鈴木 康敏, 高倉 雅宏, 鈴木 康夫.

Advertisement for 太田建設株式会社 (Ota Construction Co.) with contact info for 太田 永周.

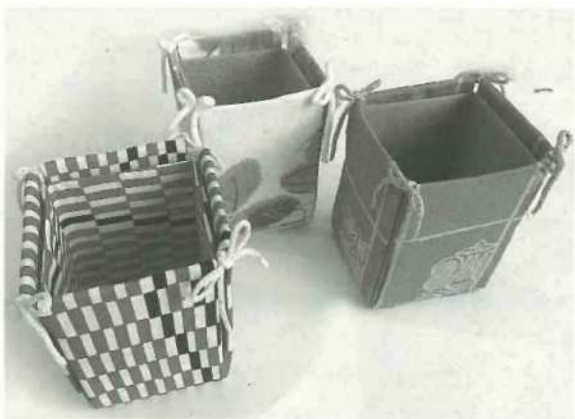
Advertisement for 無料相談受付中 相続・遺言・生前贈与 (Free consultation for inheritance, wills, etc.) with contact info for 滋賀・大津相続サポートセンター.

Advertisement for 永井法律事務所 (Nagai Law Office) with contact info for 永井 ユタカ.

Advertisement for 困ったら法テラス (If you're in trouble, call Legal Aid) with contact info 0570-078374.

奉仕部会 牛乳パックと着物地で 小物入れを作りました

部会長 木津 和子



会員の皆さまには、日頃より奉仕部会の事業にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

大津市老ク連女性部会の後に「牛乳パックと着物地で作る小物入れ」の講習会を開き、九月の敬老月間の友愛訪問の活動に、今年も寝たきりなどの会員の方に小物入れをお届けすることになりました。

お見舞い
今年、牛乳パックと着物地で作る小物入れを作りました。メカヤリソーシキを入れて下さり、ありがとうございました。
女性部 奉仕部会

嫁入りの際に母に作って

もらった仕付けの付いたままのコートなど、皆さんからいっぱい頂戴し、もったいないなあ...と思いつつ、解き、使用させていただきました。会員の方が一人でも多く喜んで利用して下さるのならばと頑張っていました。携帯電話やテレビのリモコンなど、何を入れても便利です。自分なりに楽しんでいただければありがたいです。

今年も奉仕部員一同頑張っていますので、ご支援とご協力をよろしく願っています。

女性部会 コロナ禍でもできる 活動を模索しています

部会長 松田千江子

コロナ禍の生活が三年目に入っています。ワクチン接種で減少傾向になるのではと思いましたが、七月に入って全都道府県で増加し、第七波に入ったとの発言が相次ぎ、コロナ疲れも気がかりですが二年前の心持ちを思い出し、自衛策の徹底を続けたいものです。この状況を踏まえながら五月九日(月)、第一回女性部長会を開催。役員の変更もあり、副部長一名の選任と令和四年度の事業計画が承

認されました。恒例の一泊研修旅行は六月十六日(木)十七日(金)、飛騨高山方面へ行きました。参加人数が減少したため男性の会員さんにも参加していただき、三十三名で出発しました。幸い天候にも恵まれ、ホテル到着後に入った露天風呂では、夕日の沈む景色がなんととも素晴らしいらしく心安らぎました。

また、敬老月間に友愛訪問品としてお配りする「小物入れ」を奉仕部会で七十個余り作っていたいただきました。牛乳パック一個で十センチと九センチの長さの



箱二つを重ねたかわいいもので、不用になった着物のリサイクル作業は頭と手を使ったりハビリのよつです。創意工夫をこらして現状でできることを模索し、活動継続に取り組みたいものです。皆さまのご意見やご要望をお待ちしております。

プリザーブドフラワーづくりに挑戦!



石山学区・西武豊寿会 松田 淳子

県老ク連の職員を講師に迎え、昨年12月の「しめ縄リース」づくりに続き、7月6日(水)西武団地自治会館において女性部会員9名が参加し、「プリザーブドフラワー」づくりを体験しました。

作品には作者の感性が現れると言われる、最初のうちは緊張と慣れない手つきで「ああでもない、こうでもない」とつぶやきながら四苦八苦しましたが、講師の親切な指導と、慣れるにしたがって緊

張もほぐれ、和やかな雰囲気の中で各自想像力を発揮し、個性豊かな「プリザーブドフラワー」をつくることができました。

完成後はコーヒーとお菓子をいただきながら、お互いの作品を褒め合っていました。内心「自分の作品が一番」と思っているのでは...? みんなの笑顔が印象的な会でした。



完成!

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

<p>大津市石山寺一丁目 077(537)0013</p> <h2>石山寺</h2> <p>厄除・福德・健康祈願 西国三十三所第十三番札所</p>	<p>「ささえあいたすけあい」 介護・薬局・福祉用具 介護タクシー・保育園</p> <h2>まごころグループ</h2> <p>〒520-0026 大津市桜野町1-14-18 TEL(077)527-5305 まごころ 大津</p>	<p>福祉用具のレンタル・販売 リフォームのご相談</p> <h2>YASAKA</h2> <p>株式会社ヤサカ 滋賀南支店 大津市月輪1丁目4-65 TEL.077-547-2661</p>	<p>人生100年!! 笑って生きる</p> <p>60歳からのお仕事説明会を 毎月行っています! 詳細はお電話、ホームページで</p> <p>公益社団法人 大津市シルバー人材センター 大津市中央2丁目2-5 中央市民センター3F 「大津市シルバー」で検索! https://otsu-sjc.or.jp ☎(077)525-2528</p>	<h2>小柳 司法書士事務所</h2> <p>司法書士 小柳 明 司法書士 小柳 圭 司法書士 戸島 茂雄</p> <p>大津市一里山2丁目33-8 TEL(077)545-1048(代)</p>
<p>御賛助</p>	<p>坂本名物 名代手打 本家 鶴巻そば</p> <p>大津市坂本4丁目11-40 ☎(077)578-0002 http://www.tsurukisoba.com/</p>	<p>2020年NHK大河ドラマ「麒麟がくる」 ~明智光秀ゆかりの地 坂本さかもと~</p> <h2>びわこ楽園</h2> <h3>ホテル井筒</h3> <p>大津市下坂本一丁目29-9 TEL(077)577-2235 FAX577-2236</p>	<p>税理士法人横井会計</p> <p>大津市長等1-3-25 TEL(077)523-2023 FAX(077)523-2028 e-mail office@yokoi-kaikei.com</p>	<h2>小倉会計事務所</h2> <p>税理士 小倉 一訓</p> <p>大津市梅林1-3-13 リンカーンビル4階 TEL(077)522-5164 E-mail: asahi@tkcnf.or.jp https://abs.tkcfnf.com</p>



大津市老人クラブ連合会主催 第2回グラウンドゴルフ大会

6月6日(月) グリーンパーク思い出の森(高島市朽木)
参加者: 35人

コロナ禍を乗り越え昨年からスタートした新事業、大津市老ク連のグラウンドゴルフ大会が今年も開催されました。

大津市内からバスに乗り込み、一同は朽木のグリーンパーク思い出の森へ。残念ながら悪天候のため芝のグラウンドゴルフコースは使用できませんでしたが、施設内にある屋根付きの多目的広場で無事開催となりました。

縦・横が31メートルという多目的広場は移動もほとんど必要なく、時間をかけずにテンポよくコースを回れる利便性の良い会場で、砂地の広場は高台のように作られています。コースアウトすれば会場外に落下してOBとなるため、皆さん力加減をコントロールしながらナイスショットを繰り出していました。

午前のプレーを終え、朽木里山れすとらん「天空」でおいしい昼食の後は、施設内の温泉を楽しむ参加者の姿も。続く午後のプレーも無事終了し、結果発表では上位入賞者に大きな拍手が送られました。帰りには道の駅「くつき新本陣」に立ち寄ってお買い物タイム。地元名物の鯖寿司コーナーも大人気で、皆さん笑顔で買い物をして帰路に着きました。



全員で和気あいあいと昼食タイム



道の駅では思い思いに土産物を購入

◆大会結果(上位5名・敬称略)

順位	氏名	学区	スコア
優勝	深田 英夫	仰木の里	69
準優勝	太田 好子	堅 田	70
第3位	松田 輝男	石 山	74
第4位	松山 昇	坂 本	76
第5位	井田 久雄	滋 賀	76



上位入賞おめでとうございます!

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

360度毛歯ブラシ ぽぽたん ゆう 優 10本セット



送料無料

代引手数料無料

税込 3,500円

Made in Japan

360° 運命の歯ブラシかも!

歯も歯ぐきも舌もこれ1本でケア

360度毛

特許技術

毛先が丸い 痛くない!

回らない!

直径 0.08mm 極細毛
15000本以上の大量毛

やわらかい!
歯垢除去率が高い!

製造者/株式会社STI-IR(スティーア)

今すぐお電話を!! 通話料無料

ご注文のご連絡はこちらまで

☎0120-021-209

(電話受付時間)平日のみ 午前9時~午後6時
株式会社 博報社
〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69

六月三十日(木)、大阪府社会福祉会館三階五階において、令和四年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開催され、近畿二府四県から各老人クラブ連合会の会長ならびに役員が参加しました。滋賀県老人クラブ連合会からは、松田会長はじめ十六名が参加しました。

コロナ禍の影響により、多くの会合が中止・延期あるいは書面決議となりましたが、本年度の研修会は無事開催にいたしました。研修会には参加者一同による物故者への黙とうで開会し、近畿老人クラブ連絡協議会の大辻正忠会長のあいさつへと続きました。その後、来賓の大阪府福祉部高齢介護室長の片伯部真由氏と大



阪府社会福祉協議会常務理事の田中進氏が祝辞を述べ、全国老人クラブ連合会理事の河野敦子氏による「老人クラブの現状と課題」と題した基調報告が行われました。

続いて、テレビでも活躍した『おもしろ旅企画ヒラタ屋』代表の平田進也氏による「生涯青春、いくつになっても人生楽しもう」の講演がありました。平田氏が考案されたさまざまな旅行プランやツアーの出来事、旅を通じた人とのつながりや愛情の大切さを熱弁し、大きな拍手を受けました。また、四セクションに分かれて開催された分科会の研究討議では、

- ◆ 第一分科会 「フレイルを予防する健康づくり活動の推進」
- ◆ 第二分科会 「つながりを絶やさない友愛活動の推進」
- ◆ 第三分科会 「コロナ後に向けた会員増強の取り組み」
- ◆ 第四分科会 「ICT(情報通信技術)を活用した活動」



「分科会終了後は、府老連女性部会のいきいきクラブ体操で体をほぐして閉会へと移りました。大阪府老人クラブ連合会の杉本茂会長のお礼のあいさつから兵庫県老人クラブ連合会の中村美津子会長による次回開催地のあいさつへと続き、最後は近畿老人クラブ連絡協議会の野口一郎副会長が閉会のあいさつを述べ、令和四年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会は無事終了しました。



座長を務めた松田会長

いきいきシルバー29
水墨画・大津絵・カラオケ!
多彩な魅力で周囲を笑顔に



東順子さんは昭和十年、京都市に誕生。神社仏閣や自然に囲まれた桂で、家族の愛情を受け元氣いっぱいに育ちました。家では編み物などに興味が多く、手先の器用さが光ったという子ども時代。一方で小学校では、いつも周りを笑顔にする人気者の面もありました。

二十一歳で結婚、やがて二女を授かりました。主婦として子育てに励みながら学校のPTA役員などを務め、娘さんの成長とともに幼稚園から小学校・中学校と、父兄として地元の教育に携わってきました。そんな東さんが大津市に移ったのは昭和五十一年のこと。友人の付き添いで訪れたのがきっかけでした。瀬田川沿いを彩る桜並木の景観に一目惚れし、一家で大津市へと移りました。新天地でも自治会活動に参加し、福祉委員として地域に貢献。大平会館で開催

されるふれあいサロンで地元の方々と談話や食事を楽しんだり、ボランティアとしてリハビリ体操の手助けも行ってきました。しかし平成十六年にご主人が永眠。気落ちする東さんが市民センターに誘うと、そこで水墨画と地元の伝統文化・大津絵との出会いがありました。元来芸術家肌の東さんは絵画の世界に魅了され、創作の世界に没頭。月二回の教室に熱心に通い、多くの作品を製作してきました。



そして平成十八年、知人の紹介で寺辺老人クラブ石光会に入会。「スポーツは大の苦手」と笑う東さんですが、グラウンドゴルフをプレーするなど新しい仲間とアウトドアを満喫してきました。もう一つ楽しみにしているのが大津市老ク連主催の慰安旅行です。食事を楽しんだ後のカラオケタ



大津絵「外法梯子剃(無病長寿)」

イムでは、用意した衣装をまといカラオケ教室で鍛えた喉を存分に発揮。さらに他のメンバーが歌っているときにはリズムに合わせて即興ダンスを披露するなど、東さんの一挙手一投足で会場は大きく盛り上がり、周囲を笑顔にする「盛り上げ役」の力を自然に発揮しています。クラブで人気者の東さんですが、実は市老ク連の広報紙でも大活躍しています。会員文芸のタイトルを飾る挿絵は、なんと東さんが描いた水墨画。豊富なストックの中から、いつも見事な作品を提供してもらっています。さらに



水墨画

趣味のコーナーにも出品し、得意の大津絵で紙面の最終ページを彩ってきました。近年はコロナ禍で市民センターにもなかなか行けないと嘆く東さん。そんな中での過ごし方は、学生時代に得意だった数学。認知症予防もかね、問題集を手脳トレしながら解いていたとのこと。最近、弟さんから中学時代の恩師が数学を褒めていたことを聞き、「もつと早く教えてよ」と苦笑いしたそうです。現在はお孫さんも四人おり、娘さんからは朝、夕、就寝前の一日三回連絡があるなど、家族の愛情を一身に受けて充実した毎日を過ごしています。



瀬田東学区(朝倉寿会)

憩いの広場で活動

朝倉寿会は七十、八十代がほとんどの四十名ほどの会員で構成されています。憩いの広場の活動を紹介します。憩いの広場とは瀬田公園体育館の一部の広場です。土曜、日曜、祝日は小学生から中学・高校・大学生まで、さらに幼児連れの家族が朝・昼・夕にかけて運動不足解消、芝の上の散歩などを楽しみます。月曜日から金曜日は幼児連れ

は小学生から中学・高校・大学生まで、さらに幼児連れの家族が朝・昼・夕にかけて運動不足解消、芝の上の散歩などを楽しみます。月曜日から金曜日は幼児連れ

Gコースの準備や地ならしなど、皆さんの協力で準備が整います。G・Gはラジオ体操から始まり、参加人数を確認して幹事の作成した「くじ引き」により組み合わせが決まり早速開始、G・Gモードに入ります。前半(8ホール×2ラウンド)を終えると休憩です。飲み物や食べ物、そして雑談、前半の記録にも注目。そんな流れが落ち着くと、各種担当幹事さんから近々実施される行事内容の連絡があり、次週の憩いの広場での活動など今後の予定が報告されます。



位まで発表し、その日のG・Gは終了します。そして毎月初めのG・Gの日が月例杯として優勝トロフィーがかかった大会となります。賞品ももらえる日です。こんなみんなのくつろぎの場が憩いの広場です。

また、奉仕作業について、今年憩いの広場だけでなく、自治会館周りの草刈りと樹木の枝切りなども行いました。(日野浦 稔)

和邇学区

第41回ゲートボール大会

令和四年七月十四日(木)、和邇学区老人クラブの第四十一回ゲートボール大会を、市民グラウンドで開催しました。



当日は朝から小雨で開催が危ぶまれてきたが、曇りがちながら梅雨の晴れ間もあって試合ができました。またまた新型コロナウイルス感染症の収束目処が立

たないことから、地域社会との交流が少なくなり、梅雨で屋外に出る機会も限られ、高齢者が久しぶりに屋外でスポーツできる喜びを分かち合いながら、また喜怒哀楽を表に出しながら楽

しく過ごしました。次の予定は、雨で中止になったグラウンドゴルフ大会です。(岡村 敬市)

健康で老後の生きる喜び、楽しみ、仲間との協働と社会奉仕することがあります。定例として、月二回のG・Gを始める前、いつもより時間を取って広場と周辺道路、排水口周りの清掃を行います。最近、花壇を広げ花や野菜を植え、水やり、草取りの世話が増えました。花が咲く頃、皆さんに楽しんでもらえたらと励んでいます。

さらに、子供たちの長期休暇となる夏休み、冬休みと春の四月～五月の休みがあります。G・Gは



私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Advertisement for Yamamoto Family Clinic (やまもとファミリークリニック) with contact info and services.

Advertisement for Otsu Family Clinic (大津ファミリークリニック) with contact info and services.

Advertisement for Fujii Dermatology Clinic (藤井皮膚科クリニック) with contact info and services.

Advertisement for Takahashi ENT Hospital (たか耳鼻咽喉科医院) with contact info and services.

Advertisement for Ishimaru Clinic (石場診療所) with contact info and services.

Advertisement for Senjia Home (勢多夕照苑) with contact info and services.

Advertisement for Sangajapan Co., Ltd. (株式会社サンガジャパン) with contact info and services.

Advertisement for Okumura Forest Clinic (オクムラフォレストクリニック) with contact info and services.

Advertisement for Okuyama Pharmacy (おくやま薬局) with contact info and services.

Advertisement for Aochi Ueda Clinic (青地うえだクリニック) with contact info and services.

唐崎学区

第32回唐崎学区老人クラブ大会

第三十二回唐崎学区老人クラブ大会は令和三年十一月三十日(火)学区内の全十クラブ参加のもと、コロナ対策として席の間隔をあけ四十名の人数限定で地元公民館にて開催



斉唱、会長あいさつ、当老人クラブ連合会の育成功労者四名の方の表彰、そして来賓の三名から祝辞をいただきました。

公民館利用のこの時点での規則を守りながら大変静かな大会になりました。

人生一〇〇年時代の今、「のばそう！健康寿命、担おう！地域づくりを」の老

日吉台学区(げんきクラブ)

佐川美術館で平和を祈る

毎日二ユー スでロシアによるウクライナ侵略のすさまじい写真に出合います。そこでげんきクラブでは三月のカラオケの例会で佐川美術館で開催

入館の際には体温チェックを済ませ、予約してあった車椅子に一人乗ってもらい仲間が押し、一時間半で各自、自由に美術鑑賞を行いました。

「平和の祈り」サラエボ戦跡を鑑賞して平和を祈ろうという提案がなされ、四月のカラオケの日の特別行事とセットで実施することが決まりました。

「藤井フミヤ展」もみんなしっかりと鑑賞できました。

人クラブの原点をテーマとし、この街、この地域の会員全員が健康で明るく楽しい生活を送ることができるよう、お互いに助け合いながら、また各世代、関係団体とも連携しながら、さまざまな経験と知識を生かして、いかなる状況にも対処できる長寿社会の仲間の会活動の実践を誓い、宣言いたします。

1.健康長寿のための活動の推進
2.全10クラブの連携と協力を高め合う活動の推進
3.老人クラブの有意義性、必要性、有効性を内外に宣伝する活動



4.会員の新規加入の促進のための声かけ運動
5.交通事故と消費者被害の防止・防犯・防災などの地域の安全のために各団体、各世代との連携を深める活動の推進

次いで講演会は大津市出前講座「転倒防止・骨折について」で、理学療法士から一時間ほど講習を受けました。
1.転倒は屋外より屋内、主に居室寢室の発生が多い。
2.居室寢室は特に整理整頓、床に物を置かない。
3.高齢者は転倒の危険性が増加し、特に大腿骨頸部骨折は大変危険。
4.無理をしない生活環境をつくる。

皆さんも、日頃から慎重な行動を心がけ、どうか転倒しないようにご注意ください。 (堀井 正雄)

げんきクラブの行事はいつも盛りだくさんで、この日も美術鑑賞の後、集会所でお弁当を囲み歓談を楽しみました。そしてカラオケの準備作業を含めて少し間を置き、定例のカラオケでさらに元気を養いました。

が、八人の子供たちが生きていくよう、正面、左、右どこから鑑賞してもしっかりと見つけてくれ、生きていくようでした。 (石津 正明)

入館の際には体温チェックを済ませ、予約してあった車椅子に一人乗ってもらい仲間が押し、一時間半で各自、自由に美術鑑賞を行いました。期間中は特別展もあり、「バンクシー&ストリートアーティスト展」「藤井フミヤ展」もみんなしっかりと鑑賞できました。

さらにおまけに、佐川美術館での「ピカソーひらめきの原



私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

眼科・整形外科・内科 リハビリテーション科 医療法人さんらく会 遠藤クリニック 遠藤クリニックリハビリセンター (通所リハビリ) 大津市千町二丁目15番22号 (077) 533-3133

皆様の健やかな生活をつくる地域医療をめざす ひひらた医院 診療科目/内科・循環器科 院長 平田和人 診療時間 月火水木金土日祝 午前8:30~12:00 午後4:30~7:00 休診日 土曜午後・水曜・日曜・祝日 大津市石山寺3-15-10 (077) 537-5537

大西医院 <診療科目>内科・循環器科 診療時間 月火水木金土 午前 予約検査~9:00 9:00~12:30 午後 5:00~7:00 休診日 水・日・祝日 大津市中央3-1-16 (077) 522-2967 http://www.onishi-iin.com

内科・消化器科 ふくた診療所 診療時間 月火水木金土日祝 午前9:00~12:00 午後5:00~7:30 来院が夜7:30以降になる場合はお電話ください。 往診 随時(お電話下さい) 大津市八屋戸971-5 (JR蓬萊駅前信号西すぐ) (077) 592-8003 FAX (077) 592-8033

整形外科・リハビリテーション科 西村整形外科 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:00 午後6:00~8:00 休診日 日曜・祝日 〒520-0814 大津市本丸町3-5 (077) 522-9737

大津やまもと内科クリニック 内科/消化器内科/内視鏡内科 診療時間 月火水木金土日 9:00~12:00 17:00~19:00 休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日 大津市大平2-1-3 (077) 531-0200

内科・消化器科 桂田医院 診療時間 月火水木金土日祝 AM9:00~12:00 PM5:30~7:30 大津市長等3-1-33 TEL(077) 522-2298

あしはら整形外科 リウマチ科・リハビリテーション科 診療時間 月火水木金土日祝 午前9時~12時 午後4時~7時 休診日 水・日・祝日 JR比叡山坂本駅より湖方向へ徒歩約5分 (077) 578-2886

あなたの町の健康管理に奉仕する かすが調剤薬局 あなたの町の健康管理に奉仕する 全国の病院・医院の処方せんお受けします 大津赤十字志賀病院向かい TEL(077) 594-5652 FAX(077) 594-5682

医療法人社団 加音 瀬田西クリニック 内科・外科 リハビリテーション科・がん治療 高気圧酸素治療 訪問診療、ハイパーサーミア (外来リハビリテーション、訪問リハビリテーション) 大津市瀬田3丁目37-9 TEL(077) 545-5255 FAX 574-7500 https://www.setanishi.jp

健康コラム

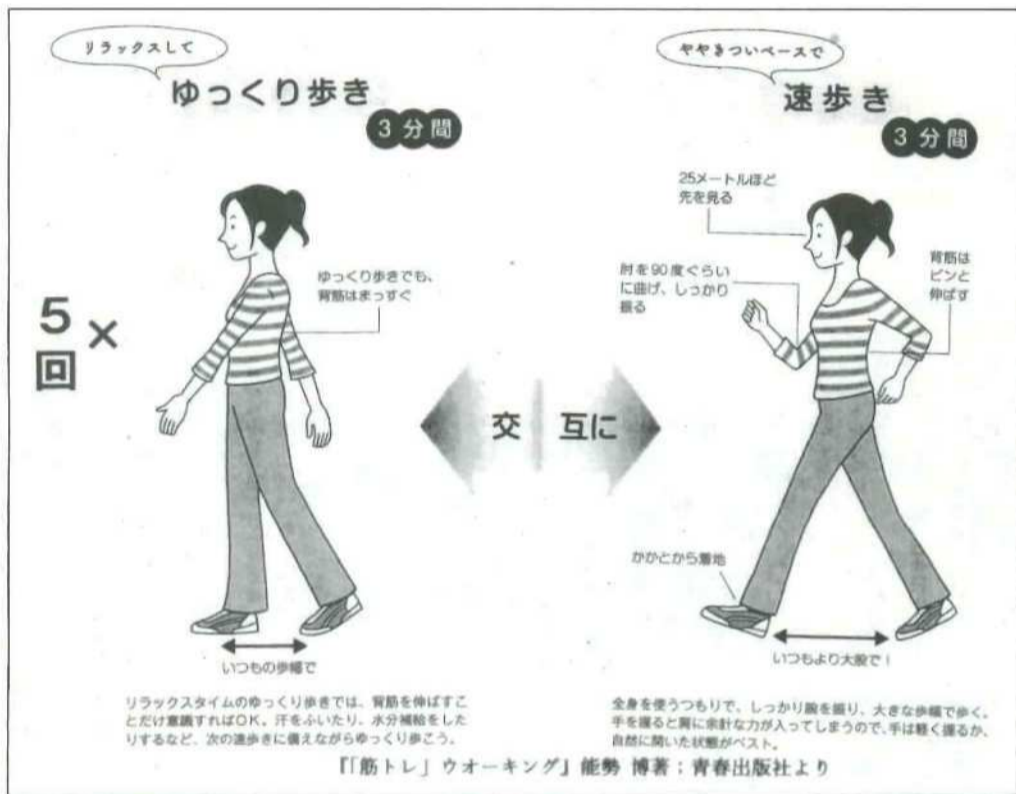
『ウォーキングインターバル速歩』

理学療法士 並河 孝

私は、毎朝散歩するのが日課となっていて、近所の人から「ウォーキングですか」と聞かれ「はい」と答えています。しかし散歩とウォーキングでは、少し意味が違います。散歩はただ歩くことですが、ウォーキングは健康になるために体重を減量するとか、筋力強化・体力向上といった、しっかりとした目的があるものです。最近明らかになってきたことですが、普通に「一日一万歩」を歩くだけでは明確な効果が得られません。つまり、近所の友達としゃべりながら、だらだらと歩くのでは運動効果は期待できないという事です。しかし、ウォーキングには有酸素運動の代表的なもので、効果は多岐にわたっています。多くの本に書かれています。本に書かれています。体重が増えてきてダイエットの為に、寝たきりを含む介護予防や転倒予防にまで広範囲です。それでは、ウォーキングを効果的にするにはどうしたら良いのでしょうか？

「はい」と答えています。しかし散歩とウォーキングでは、少し意味が違います。散歩はただ歩くことですが、ウォーキングは健康になるために体重を減量するとか、筋力強化・体力向上といった、しっかりとした目的があるものです。最近明らかになってきたことですが、普通に「一日一万歩」を歩くだけでは明確な効果が得られません。つまり、近所の友達としゃべりながら、だらだらと歩くのでは運動効果は期待できないという事です。しかし、ウォーキングには有酸素運動の代表的なもので、効果は多岐にわたっています。多くの本に書かれています。本に書かれています。体重が増えてきてダイエットの為に、寝たきりを含む介護予防や転倒予防にまで広範囲です。それでは、ウォーキングを効果的にするにはどうしたら良いのでしょうか？

図1 『インターバル速歩』の方法



長引くコロナ禍の中、インターバル速歩で体も心もリフレッシュさせましょう！！

※より効果を出すためには、運動後三十分以内にコップ一杯の牛乳を飲みましょう

それが、速歩きばかりすればもつと効果があるのではと思われませんが、負荷が大きいとやる気が起きず、継続が出来ません。また逆に負荷が少ないと運動効果が表れません。『ややきつい運動』くらいの負荷が一番効果的で、これを行うことによって傷んだ筋肉の修復機能が働き、結果的に筋肉が増えるのです。人間の体の中で脳からの命令で動くものは筋肉だけです。この筋肉の大きさに早く気が付いた人から体力低下を防ぐ生活が出来るのです。なぜなら何歳からでも『筋トレ』の効果は表れ、体は若返れます。今日から時計がタイムーを持ってウォーキングに出掛けましょう。

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Advertisement for Sawamura Dental Clinic (さわむら歯科クリニック) with contact info and hours.

Advertisement for Mori-ji Eye Hospital (森寺眼科医院) with contact info and hours.

Advertisement for Onishi Hospital (小西医院) with contact info and hours.

Advertisement for Bamba ENT Hospital (ばんば耳鼻咽喉科医院) with contact info and hours.

Advertisement for Yoshida Hospital (吉田医院) with contact info and hours.

Advertisement for Calcium (カルシウムをしっかりとろう!) with benefits and food sources.

Advertisement for Nakamura Dental Hospital (中村歯科医院) with contact info and hours.

Advertisement for Kohara Dental Clinic (こはらデンタルクリニック) with contact info and hours.

Advertisement for Okada Dental Hospital (おかだ歯科医院) with contact info and hours.

Advertisement for Fujita Dental (藤田歯科) with contact info and hours.

その住宅修理の契約、待った！ 「自宅を大事に思う気持ち」につけ込まれます！

【相談事例】

近所で工事をしているという業者が訪ねてきて「お宅の屋根がめくれてるのが見えた。これから屋根に登って点検したい」と言うので依頼した。点検後、屋根が浮いている写真を見せられ「このままでは雨漏りするかもしれない。すぐに工事をした方がいい」と急かされ、それは大変だと思いきその場で100万円の工事を契約した。後日やはり高額なので契約をやめたいと連絡したが「もうキャンセルはできない」と怒鳴られた。



〈このようなトラブルに遭わないために〉

1 「点検させてほしい」と訪問してくる業者には決して対応しない。

- 「いません」「必要ありません」とインターフォンで断る。玄関の扉を開けて対応しない。家に入れない。
- 「今は忙しいので」などは断ったことにはなりません。断るときは「はっきり」「きっぱり」と。



2 業者に言われるがままその場で契約しない。

- 業者の話をするのみにしない。業者が撮影した画像や写真を見せられても、屋根や床下などは自分の目で確認できないため、本当に自宅の写真かどうか判断できません。
- 不安になっても焦りは禁物。



3 複数の業者から見積もりを取る。

- 複数の業者から見積もりを取り、落ち着いて比較検討する。工事内容なども納得するまで確認する。



4 消費生活センターに相談する。

- 不安に思ったり、トラブルになった時は、ひとりで悩まずすぐに相談する。契約後でもクーリング・オフができる場合があります。



(イラストの一部は「消費者庁イラスト集」よりイラストを加工)

大津市消費生活センター ☎077-528-2662
(相談時間 平日午前9時から午後5時まで)

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

健康食品の **インシップ**
「腸内環境対策サプリ(ビフィズ菌)」
商品番号 1210
【通常価格】1,400円(税込1,512円)のところ
半額700円 (税込756円)
送料無料で

●インシップのご利用が初めてのお客様限定 ●1家族様1袋限り
●1袋内容量11.4g (1粒380mg 内容量320mg×30粒)
●一回摂取目安1粒
【機能性表示成分】
（一日摂取目安）(1袋あたり)
ビフィズ菌3536…10億個
アレルギークイ乳

機能性表示食品
届出番号:E203
【届出番号】本品にはビフィズ菌BB536が含まれます。ビフィズ菌BB536は、腸内環境を整えて、腸の動きを促す働きが認められています。

●産地指定：中国、台湾、野菜栽培に、農薬の使用を認めず、新鮮な野菜に由来する成分で、安全な成分であることを確認し、最終製品の検査、製造工程の透明性を確保しています。

毎日お通じ！
朝の爽快感！

他的高いビフィズ菌と効果に違いありません！

生きて腸に届く
乳酸菌・オリゴ糖も
贅沢に配合！
1日たったの1粒！
安心の植物性カプセル
しかも50円以下で
体もお財布に優しい！

【24時間受付/年中無休】
【8時～20時/年中無休】
【24時間受付/年中無休】
【8時～20時/年中無休】
【24時間受付/年中無休】
【8時～20時/年中無休】

【受付時間】9:00～19:00 年中無休
【お電話】0120-217-111
【FAX】047-390-9545
【商品に関するご相談・お問い合わせ】047-390-9546 (10:00～16:00 / 土日祝は休み)

ハガキのご注文は右記の内容をご記入の上、切手を貼ってご返してください。

60・70・80代
TVCM
放映中

赤ちゃん由来の
ビフィズ菌
BB536が
100億コ！

腸スッキリで
体の根っこが
健康に。
自己防衛力
増強！

便通改善
出ない
ゆるい
臭い

初回商品はメールにて受付後10日後までお届け。●お支払いは、商品到着後、1週間以内に郵便局もしくはコンビニエンスストアで。 (送料手数料はお客様ご負担) ●お客様のご都合によるご注文品は、商品到着後8日以内で未開封に限り返金。 (送料はお客様ご負担) ●他の特典・割引等との併用不可。 ●お客様の個人情報、インショップグループ全体で厳重に一元管理させていただきます。詳しくはウェブサイトを(http://www.inship.jp)をご覧ください。

株式会社インシップ
〒279-8686 千葉県浦安市高洲2-4-10
TEL.047-361-1111(代表) http://www.inship.jp



太湖汽船が浜大津港から長浜港へ接続していた「船車連絡運輸」は、明治二十二年に終航となりました。

それは東海道線最後の区間として、石山II馬場(膳所)間が開通したのです。なんと短い七年間のお役目でした。国は就航中に補助金も出していました。が、終航にあたり鉄道局営業費から十万円(当時米一俵二円、現在で八億余円)の打ち切り特別補助金として下付(琵琶湖汽船100年史

大津鉄道歴史見聞録②

和邇学区 和邇シニアクラブ親和会 溝 好雄

会員のひろば

会員の皆さまからの投稿を紹介いたします!



より)されました。顧みまずと、東海道線を馬場からスイッチバックし、汽船と連絡しなければならなかったのでしょうか?

湖東線は田畑の減少や蒸気機関車の煤煙で火事が発生するなどを理由に沿線町村の猛反対と、逢坂山隧道出口との標高差四十五メートルを克服する策として、スイッチバックと船車連絡方式を採らざるを得ないほど、東海道線の開通は国の命題でした。これが廃止になって馬場II大津間は盲腸線となり、貨物線に変わりました。この時、馬場駅が「大津駅」と改称(二代目大津駅)されました。

その後、明治末期の四十四年に設立された大津電車軌道(京阪石山坂本線)が大津市街を通る計画を、官営鉄道用地使用に変更し、軌間(レール幅)の違いから、外側に一本敷設する三線共用方式(写真)を採ることにしました。

次は京阪石山坂本線の歴史です。

※前号で記載された「%」は、「%(パーセント)」の誤りでした。お詫び申し上げます。



浜大津方面を望む



膳所方面を望む

昭和44年頃の様子(撮影場所は現在の島の関付近)

酷暑の夏が過ぎ去っても、まだまだ油断は禁物です!

熱中症の予防対策

こまめな水分補給と適度な塩分補給



外出時には日傘や帽子を着用



エアコンや扇風機を上手に使用



暑い場所を避けて日陰を利用



十分な睡眠とバランスの良い食事



人との間隔を開けてマスクを外す



~暑さ対策をしっかり行いましょう~

原稿募集

次号「大津老ク連会報」第一三〇号(令和五年一月発行予定)に、会員皆さまからの投稿をお待ちしております。

「地域の動き」「会員のひろば」は、指定の原稿用紙二〜三枚におさめ、関連写真があれば添えていただければ幸いです。また「会員文芸」への投稿はお一人さま一首・一句、「趣味のコーナー」への出展は一作品とさせていただきます。

必ず学区とクラブ名、住所、氏名、電話番号、文芸作品の場合は種類を明記してください(問い合わせをする場合があります)。未発表のものに限りません。なお、作品は原則として返却いたしませんのでご了承ください。

■原稿締切:十一月二十五日(金)
■宛 先:大津老ク連事務局
大津市浜大津四一ー一
(明日都浜大津五階)

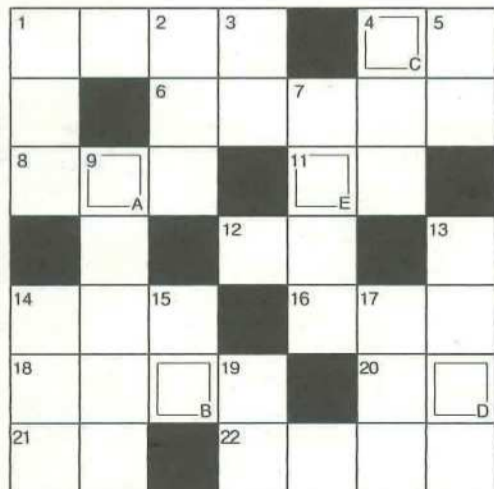
編集後記

毎回、文芸や随筆などにたくさんのご応募をいただき、誠にありがとうございます。

広報・会報部会員五名が力を合わせ、作者の「心」を正しくお伝えできるように頑張りますので、今後とも皆さま方のご支援、ご協力を賜りますよう、よろしくお願いたします。

Let's 脳トレ!

クロスワードパズル



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEに入ることばを見つけてください。

答えは12ページ欄外下にあります

タテのカギ

- げたや草履で切れるものといえば?
- 国定忠治が言った有名なセリフ。「_____の山も今宵限り」
- 2013年流行語大賞のひとつ。講師でタレントの林修先生の「_____でしょ」
- 1975年の太田裕美のヒット曲「_____のハンカチーフ」
- 人口の集中した地域。政治や経済の中心になっている大きな町
- 屋外で寝泊まりすること
- この男がいれば、きっと雨は降らない
- まっすぐ帰らず、どこかに回り道
- 「細工は流々_____を御覧じろ」
- 円周_____、視聴_____、確_____
- 「男はつらいよ」シリーズにも出演していた俳優。_____ 蛾次郎
- 中国で書かれた書物で、3世紀の日本を記した史料。「_____倭人伝」

ヨコのカギ

- 人種や国家などの違いを越えて、等しく人類は愛し合うべきであるとする主義
- 生兵法は大怪我の_____
- 同じ_____を食った仲間
- 秋のお彼岸などで食べられる粒あんで包まれた和菓子
- 大麦、ライ麦などを原料とした蒸留酒。カクテルのベースとしても人気です
- 昆虫や動物が保護などのため体を包む覆い。糸状や粘液で固めるものがある
- 読書の途中でページにはさむもの
- 防具のひとつ。_____かたばら
- 家督や仕事を先代・先人から引き受けて継承する人
- 巨万の_____を得る
- お酒に弱い、飲めない人をこう呼びます
- 落語・漫才で最高の位。トリに登場

会員文芸



俳句

オミクロン祇園囃子で退散か

和邇学区 岡村 敬市

ばらの花いく年月の想い咲く

和邇学区 宮本千代子

青梅をひ孫に送るのりのびん

和邇学区 大道 裕子

麦の秋海上封鎖で危機悲し

唐崎学区 井上 敏夫

芒種に梅の実熟し香り満つ

唐崎学区 井上美耶子

優艶と赤白百合がガラス越し

唐崎学区 下仲 善一



友人の心使いの百合香る

唐崎学区 下仲タケ子

元気でねカーネーションに添書す

唐崎学区 樹山 裕子

新緑や心も弾む好プレイ

唐崎学区 白川 淳一

咲形の口を開けたや油照

唐崎学区 清水 優

石山の巖も仏青嵐

石山学区 田中伊須木

夕闇を光る海なる稲の花

南郷学区 青山 知子

黄金色稲穂の波に赤トンボ

南郷学区 安藤 進之

八十路前良きこと浮ぶ秋の空

南郷学区 小島 央子

空梅雨や歳時記録りて空廻り

南郷学区 大下倉淑子

おためしの補聴器つけて遠花火

南郷学区 志賀 薫

金婚の秋の旅路は夢となり

南郷学区 倉井佐知子

短歌

ありがとう美味しかったと去る孫の

明日の昼飯あれこれ迷う

和邇学区 山川 清子

堰の水落つる所に小さき虹

陽の陰る時消えてまた立つ

南郷学区 塩田 至

川柳

老いの身に日々安らぎの日をさがす

和邇学区 宮本千代子

高齢になる程菜種類ふえ

和邇学区 岡村 敬市

A1で計算してよ世界平和

唐崎学区 西本 雄三

喜寿祝ふ命ある今同窓会

南郷学区 上田 幹夫



詩

「夏おわる」

石山学区 石内 秀典

夕暮れ

涼しい風が細く過ぎ

部屋の

小さな机に

少し痩せてしまった白い

ヨーヨーが

ぼつんとある

夏祭りの広場で

少女が小さな子供達に混じって

釣り上げて帰ってきたヨーヨー

浴衣の朝顔が少し濡れて

顔をしかめていた少女

街へ帰っていったあと
残されたヨーヨーが
萎みかけて机にある

遠い日

真つ青の空に立つ

入道雲や

透き通る川の淵の
きらめく魚たちの貌した夢を

一杯こめて

白いヨーヨーを

憧れのマドンナに渡そうとした
とおい夏

令和4年度 秋の親睦旅行のご案内

日本三古湯のひとつ・白浜温泉の旅
(宿泊先：ホテルシーモア)

- ☆旅行期日 令和4年11月10日(木)～11月11日(金)
- ☆参加費用 お一人様 27,000円
(交通費、宿泊費、昼食、観光費、旅行傷害保険代含む)
- ☆申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、旅行代金を添えて
大津市老ク連役員までお申し込みください。
- ☆申込締切 令和4年10月5日(水)

令和4年度 いきいきウォーキングのご案内

歴史と文化の宝庫
若狭・おばまウォーキングの旅

- ☆旅行期日 令和4年12月2日(金)
- ☆参加費用 お一人様 4,500円(交通費、拝観料、昼食、保険代含む)
- ☆申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、参加費用を添えて
大津市老人クラブ連合会事務局までお申し込みください。
(先着35名様限定ツアーとなります)
- ☆申込締切 令和4年11月2日(水)

※新型コロナウイルス感染症の状況により、予定が変更になる場合がございます。

楽しい仲間づくりを
一緒にしましょう！

健康づくりで人とつながる 健康づくり・介護予防活動

◆健康ウォーキング◆グラウンドゴルフ◆ゲートボールなど



大津市老人クラブ連合会では、地域の仲間づくりを目的に、さまざまな活動に取り組んでいます。気軽に参加できる活動があり、退職後の活躍の場としても、これまでの知識や経験が生かされます。



支えあって生きていく 仲間づくり・地域支えあい活動

◆友愛活動◆子ども見守り活動◆世代間交流、伝承活動◆環境美化・リサイクル活動◆文化・レクリエーション活動◆サロン活動など

お問い合わせ先：大津市老人クラブ連合会事務局 TEL. 077-525-6273 FAX. 077-525-6311

大津絵「十牛図六番騎牛帰家」
 傍務得乃自帰家
 翁笠裏衣帯晚露
 歩歩清風何空粒
 ふ好寸草掛存年

坂本学区 木津 和子



押し花「溪流」



南郷学区 倉井佐知子

絵はがき

趣味のコーナー

石山学区 東 順子



順子

南郷学区 五十樓三代



絵はがき

南郷学区 志賀 薫



絵はがき

和邇学区 西澤 孝



大津絵

大津絵「風神」

南郷学区 天谷 邁



絵画「白百合」

南郷学区 青山 知子



俳画「秋を楽しむ」

「大津老ク連会報」128号におきまして、西澤孝さまの学区に誤りがありました。謹んでお詫び申し上げます。
 (誤)石山学区 → (正)和邇学区

ご協賛いただいた皆さまへの御礼

このたびは『大津老ク連会報』の発刊にあたり広告掲載のご協賛を賜り、まことに有難うございました。本紙は今後も会員の交流・市老ク連の発展に貢献できるよう紙面の充実に向けてまいります。なにとぞ末永きご厚誼、ご支援をよろしくお願い申し上げます。
 大津市老人クラブ連合会

「新しい生活様式」を實踐して、クラブ活動を楽しみましょう!



距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

私たちは、大津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

介護付き有料老人ホーム
コンサルテ瀬田
 大津市大江一丁目3番20号
 TEL(077)544-7311 FAX544-7488
 ☎0120-185-789

住宅型有料老人ホーム
コンサルテ新緑苑
 大津市瀬田4丁目1-2
 TEL(077)548-6110 FAX548-6116
 ☎0120-106-006

サービス付き高齢者向け住宅
はなまるケアハウス石山
 デイサービス・訪問介護 併設
 日々の暮らしをはなまるに
 大津市光が丘町4番77号
 TEL(077)533-5311
 Mail: info@ihc.co.jp

湖西形成外科
 形成外科・皮膚科・美容皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
PM						
16:00~18:00	●	●	●	●	●	●

 ※完全予約制となります ※休診日 日曜・祝日
 大津市本堅田6-20-25
 TEL(077)574-1233

せせ診療所 ☎524-8114
 通所リハビリ げんき 大津市昭和町2番17号
 せせ在宅ケアステーション 陽だまり・ほっこり
 訪問看護・ヘルパー・デイサービス・居宅介護支援
 代表電話 ☎524-0380
坂本民主診療所 ☎579-7121
 大津市坂本6丁目25番30号
介護老人保健施設 日和の里
 ☎579-0309
在宅ケアステーション コスモス
 訪問看護・ヘルパー・デイサービス・居宅介護支援
 代表電話 ☎579-0442

10ページクロスワードパズル 正解は **A B C D E** は つ も み じ でした。

