



長座体前屈・開眼片足立
ち・十メートル障害物歩
行・六分間歩行、の六種
目について計測しました。
十二月五日、大津市役昌
交流グラウンドゴルフ大
会が龍華グラウンドで開
催され、会員四十名がグ
ラウンドゴルフ競技を通
じて楽しく交流しました。
私たち高齢者が日常生活
を楽しく暮していけるよ
うスポーツを楽しんだ
り、文化や趣味に親しみ、
社会活動ができる体力を
もって、より価値の高い
生活が維持できるよう心

近くになつてゐるそうです。また、高齢者ドライバーによる交通事故が増加しているそうです。県警としては、少しでも減少させるためには各高齢者ドライバーに事故防止意識をとらせることが必要と考え、そして交通安全のチラシが運転者の手にわたり目にふれる機会をつくり、情報伝達網を活用させていただいています。その他、施設掲示板などに掲示していただく方法などにより、交通安全対策を行つてゐることを説明されました。

広報・会報だより

部会長 大芝 哲郎

あけましておめでとうございます。すこしやかな正月を迎えたことと、広報会報部会員一同、お祝い由しあげます。

昨年は気候変動により、夏は猛烈な暑さで台風による被害が多く、今年は最少の年でありますように願っています。高齢者人口も年々増加しますが、人生いつまでも健康で楽しく生きたいと念願します。会報第

健康増進部会

矢野
幸一

新年あけましておめで
とうございます。



交通安全対策部会

部會長 曾我 紹九

九月二十七日、第四回大
津市老人クラブ連合会理事

昨年は台風と大雨に見舞われ、行事が延期や中止となり、大変な年でありました。九月十六日、台風十八号の影響により、

した。十一月十五日には

に小島会長があいさつをさ

平成二十五年度滋賀県交通

同編集に努めてまいります

部会だより

がけていきたいと思いま
す。今年も会員の皆様方の
ご健勝ご多幸を祈念申し
あげますとともに、ひきつ
づきの支援ご協力をお願い
申します。

平成二十五年度交通安全
運動の基本は、「子どもと
高齢者の交通事故防止」で
交通安全運動の重点は、
①歩行者と自転車の安全確

百十一号で、文芸・俳句の部で、会員の読者より批評の「はがき」をいただきました。ありがとうございました。

けいしん
京津法律事務所
弁護士 杉本 周平
大津市梅林1-3-25
大津駅前1筋目森田ビル2階
☎(077)526-2330
FAX(077)526-2221

合同司法書士事務所
あわうみ
Since April 1 2003
~Founders~
司法書士 山田 武史 司法書士 田村欣二
大津市今堅田二丁目26番8号

奥村事務所
司法書士 奥村輝弘
土地家屋調査士
司法書士 磯田宏治
事務所 大津市梅林1丁目3番33
大津(077)522-2804

① 太田建設株式会社
代表取締役 太田 永周
大津市際川4丁目12-40
TEL(077)578-1397
FAX(077)578-1414

年金のお受け取りは
「JAバンク」で!

河村法律事務所

小倉会計事務所

林計理事務所

山中
司法書士事務所

鈴木
当務会計事務所

女性部役員でお届けいたしました。また、寝たきりの会員さんは、香りのドレスをメッセージ添えて学区会長よりお届けしていただきました。石鹼のにおいがしてかわいらしく、喜んでいただいたこと思います。また、九月二十日は「社会奉仕の日」で、各学区・単位クラブで清掃活動に取り組んでいただき、ありがとうございました。

十一月三十日、第十二回生涯学習フェスティバルが、生涯学習センターで開催されました。中北部ブロックの当番で、紙飛行機づくり、風船によるアート明けましておめでとうございます。

女性部 新しい年に 向かって

部長 浅見 末子

日頃は、女性部の活動にご協力をまわり深く感謝申しあげます。いよいよ平成二十六年。今年は大津市老人クラブ連合会発足五周年のおめでたい年にあります。ますます健康長寿をめざして新しい年の出発をいたしたいと思います。

さて、女性部においては昨年もいろんなことがありました。女性部会員の一泊研修旅行からはじまって、

さつたサークル活動(鼓太鼓・手芸・コーラス)の三教室も今年で七年になりました。



(バルーンアート)、竹返し、その他昔の遊びを子供さんや、お母さんがたと一緒になって楽しめていた大きなった。小さな作品でもみなさんに喜びと感動を与えて、笑顔になれるステキな時間が持て、大変有意義な

一日でした。世代間をつなぐ機会となり、仲間が増えことを念じております。今後とも、ご支援よろしくお願いいたします。

教養部会だより

部会長 藤村 修



新年を迎えて、年度初めに「暮らしの中で困っていることを支え合い、助け合っていく活動」の推進目標に掲げました。みんなのクラブの中で取り組みが進んでいますか?

昨年十月一日～二日に開催された全国老人クラブ大会で発表していました。唐崎学区文化祭に招かれ、滋賀里コミュニティセンターにて練習の成果を披露させていただきました。

十一月三十日、大津市生涯学習センターにおいて、生涯学習フェスティバルが開催され、大津市老人クラブ連合会も参加いたしました。女性部からは、今年もバルーンアートを参加されたりました。

先輩方が立ち上げてくれた子供さんやご家族の方と一緒につくり、喜んでいた

す。銭太鼓教室は、毎年県大会で発表していましたが、昨年は講演会に変わったのでありませんでした。しかし、夏には保育園のお誕生会に出演。また、秋には唐崎学区文化祭に招かれ、滋賀里コミュニティセンターにて練習の成果を披露させていただきました。

手芸教室も、毎年十一月頃になると、次年度の干支の作品にかかります。年末には馬の「タペストリー」も完成しました。今年一年の無事を祈つて玄関に飾っています。

コーラスも最近では趣向を考え、大正琴の伴奏にあわせて歌つたり、カラオケで練習したり、また、発表会のあとや年末などにはお食事をしたりと楽しくつづっています。

人間は「笑うこと・歌う

なそういう日で見ていく」と問題提起。単位クラブごとに仲間同士がどれだけ助け合っているか、外向けに活動していても、足元がおろそかになつては? 体が弱つたら自然に活動から遠ざかるということでしょうか?

こと・感動すること」が大切といわれています。笑うことにより酸素がたくさん取り込まれるため、血行が促進され体温が上がりま

す。でも、意識的に笑うことは難しい。そんなときに歌を歌う、音楽鑑賞や映画鑑賞で感動することによって体温は上がりります。寒いからといってじっとしているのではなく、少しでも体を動かすようになります。年のはじめにあたり、今年も目標をもつて健康で楽しく明るく、そして横のつながりを大切に仲間づくりに努めましょう。

坂本名物
鶴糸そば
大津市坂本4丁目11-40
TEL(077)578-0002
(支店)アルセ店:アルセ平和堂坂本店3F
http://www.tsurukisoba.com/

湯処食処
やまと湯
10:00～夜1:00まで 年中無休
P大型無料駐車場完備
大津市柳が崎2番5号
TEL(077)521-8426
FAX(077)521-7526

15種類の温泉と人情芝居
ユラックス
◎団体様歓迎/20名様より送迎可◎
◎単位クラブ様のご旅行に◎
◎東名阪四日市ICより15分◎
三重県四日市市生桑町311
TEL 059-332-2611

不動産売買仲介・賃貸仲介・管理等
お気軽にお電話下さい
滋賀県1312号・滋賀宅建会員・全宅保証協会会員
(有)井上不動産事務所
◇ 定休日:火曜日・水曜日 ◇
大津市桜野町2-4-38-101
TEL(077)524-5247(代)
http://www.biwa.ne.jp/siga1312

法テラスは、法的トラブル解決のための総合案内所です。
国が設立した公的な法人です
日本司法支援センター
法テラス
0503383-5454
平日 9:00～17:00 お土日及び祝日は業務をおこなっておりません
法テラス滋賀 大津市浜大津1-2-22
大津商中日生ビル5階

暮らしの困りごとは、ございませんか?
まずはご相談ください
公益社団法人
大津市シルバー人材センター
シルバー会員募集中!
大津市中央2-2-5 中央市民センター3階
TEL(077)525-2528 FAX525-2261
http://www.sjc.ne.jp/otsu/

相続・遺言書作成・交通事故など
ひらい法律事務所
弁護士 平井建志 弁護士 古山 力
大津市京町2-1-18 初音ビル2階
【JR大津駅から徒歩4分】
TEL(077)527-6607

土地活用の事なら
FUJIKEN
株式会社 フジケン
大津市一里山一丁目24-24
TEL(077)545-0331(代)
FAX(077)543-3864
E-mail fujiken@crocus.ocn.ne.jp

平柿法律事務所
弁護士 平柿 完治
弁護士 多久 康二
弁護士 松林 慧
大津市中央2-4-28 錦ビル2F
TEL(077)524-8022
FAX(077)524-6752

社会福祉法人 荣福社会
優
真野デイサービスセンター
TEL(077)571-1185
AYA保育園
TEL(077)573-4511
大津市花園町13-36



唐崎学区

地域の動き

唐崎学区だより

などの説明をしていた。歩くことができ、楽しく歩くことがでました。最終は高砂公園スタッフのみさんが料しててくれたカレーを食べ、五チームに分かれて園児と一緒に童謡など歌って楽く過ごすことができました。参加された高齢者、児、スタッフ全体で三〇人ほどがありました。



瀬田学区

知事表彰を 受賞して

氏四十度以上となつた日が多く、体温より高く、部屋にこもりがちになり、運動不足のために、出前講座を希望して、大橋主査にお願いして、大橋主査に一日、ロコモティブシンポジウムについて講義していただき、足腰の老化防止運動方法などを教えていたたきました。

などの説明をしていただき、楽しく歩くことができました。最終は高砂公園でスタッフのみなさんが料理してくれたカレーを食べ、五チームに分かれて園児と一緒に童謡など歌って楽しめました。参加された高齢者、児童、スタッフ全体で三〇〇人ほどがありました。

石山学区

西武豊寿会の 活動について

西武石山団地は四十数年の歴史があり、はじめのころはみなさん若くて活気がありました。また、子どもたちも多く、子どもを通してコミュニケーションもとれておりました。しかし、子どもたちも成長し、それに家庭を持ち団地を離

千里会・谷真富会・大江西ハマクラブの三つの単位クラブが、瀬田学区老人クラブ連合会を構成している。四十七年の歴史があり、学区制になつて二十一年経ち、私で九代目の学区会長である。先輩諸氏の「苦労」があつての現在で、知事賞の栄誉は過去の業績と「苦労によるものであると感謝いたしております。

各単位クラブの現状は、千里会では、地域内の農業

れていきます。

このため団地の高齢化が進み、自治会活動も次第に縮小され、今後高齢者が孤独のうちに生活せねばならない状態がすぐにやってくると考え、「子どもたちとの遊び場」「他人と交流が図れる」場として、自治会館を有効に活用し、その取り組みを「ふれあいサロン」という名称で、平成十四年二月から、月二回（第一、第四日曜日）自治会主催豊寿会の運営で開催してあります。

しかし、最初の二～四年

谷真富会でも、年四回の懇親会で、「出前講座・ビデオゲーム・ディスコンゲーム・なつかしのメロディーの齐唱・花札・カードゲーム」で懇睦会を盛りあげ仲間意識を高めている。また会員募集の手段として、地域内の高齢者を集め、年二回のグラウンドゴルフ大会で親睦を図り、会員の勧誘

用水のため池で「釣り堀」をつくり、一般に開放し高齢者の親睦を図る手段とした。また、年四回の「やじたのしみ会」を開催し、会員の親睦と仲間づくりに懸命である。役員会は年六回開催し、「学区・単位クラブ」の情報を伝え、会員相互の意思疎通を図る努力をされている。

はなかなか地域住民を引つけるまでにいかず、平成十八年頃から、時々「大腸の落研による落語鑑賞会」や「音楽観賞会」「介護ミニナ」「大腸がんなど気にに関する講習会」「交通安全講習会」また、「子どもたちとの世代間交流」「五人なりべ・童話を聞く会」など、開催時には四十五名の参加者もありましたが、普段はいまひとつのが態がつき、そこで今年から定期的な活動として、カリナの伴奏で「懐かしメロディ」「童謡」など『

「二か演奏による歌声」
茶・カラオケ」などで仲間意識の向上を図る。初心者用グラウンドゴルフは地域児童公園をグラウンドゴルフができるように整備し、ハホールのコースを作った。これで二十名の会員達が得益ができ、現在も進行中。時代が変わつてもみんなじ悩みの中で職責をいかに

に努めている。

大江西ハマクラブでは、六年前に解散まで行つた新しく出発に成功したのは、「名前の変更・役員の増員・月報の発行・年四回の懇親会・誕生日に赤飯の配布・初心者グラウンドゴルフセミナー・記念品の交換会・ハーバード講座」などである。懇親会は「出前講座・ピンゴゲーム・記念品の交換会・ハーバード講座」などである。

A cartoon illustration of two young girls with dark hair, wearing grey long-sleeved shirts. They are standing side-by-side, facing forward with wide, joyful smiles.

(吉倉軍之進)

全うするか悩みながら努めているのは同じである。地域に限らず六十五歳以上は地域の老人クラブに必然的に会員になるシステムを作りたい。孫の子守も済んだ有能で元気なシニアのため、地域の向上のために役立ちたいと思う。

わたしたちは
大津市老人クラブ連合会の
活動を応援しています

〒520-0807 大津市松本1丁目5-13
TEL 077-522-3088
FAX 077-522-3167

日蓮宗
長照山 真常寺
(永代供養墓の寺)
宗派は問いません
大津市末広町4-7
TEL-FAX(077)522-0516

曹洞宗
おみあじ地蔵
宗清寺
大津市長等1-4-21
(077)522-4598
FAX(077)522-4533



恒例、保育園児との交流
種目では、手をつないで入

て、軽い運動や体操、ウォーキングを毎日行つ

くり、自ら健康保

持に努めることをアピールしたところです。他地区において同種事業がありましたら、ともに資料交換をして、老人クラブ活動にがんばりましょう。

(溝
好雄)

昨秋十月二日、晴天に恵まれて第八回大運動会

を、和邇市民運動広場で開催し、会員・保育園児など合わせて四八六名が参加して、盛大に開催しました。

今年度もプロックを四分し、対抗戦とはしましたが、対抗競技を「玉入れ」のみとし、楽しく気楽に参加できるようにプログラムを見直し、最後に「ジャンボビンゴゲーム」を入れるなど、一部種目も入れかえました。

志賀ブロック 大運動会

場しましたが、先生の「指導よろしきもあつて泣き」も園児もなく、私たちも、幼い可愛い手にあたたかみを感じ、交流意義を再確認しました。ペアになって野菜荷物を運ぶ競技や園児の「子どもソーラン節」も一緒に踊り、楽しく種目を終えました。

今年参加いただける年中組も大きな声で応援をいただき、にぎやかな運動となり感謝をしてあります。毎年ご協力くださる和邇保育園(土田恵子園長)、みなさまに厚くお礼を申します。この交流のほか、全十二種目を無事終え、会員大勢が一堂に会し、運動会が開催できることに感謝。プロック事業として自負いたすところです。

この運動会を契機として、軽い運動や体操、ウォーキングを毎日行つて、外出機会をつくり、自ら健康保持に努めることをアピールしたところです。他地区において同種事業がありましたら、ともに資料交換をして、老人クラブ活動にがんばりましょう。

恒例、保育園児との交流種目では、手をつないで入った。第一日目は、由比桜えび館で昼食。このとき館長の話で「本日は天気がよいのに富士山は見えませんが、私の写した写真の富士山を見てください」と慰めてくれました。結果で二日間とも見ることはできませんでした。

三嶋大社は二回目の参拝ですが、いつお参りしても時三十分に到着しました。六時から夕食。九時に終了したが、私たちは日吉台の部屋で雑談することにしました。メンバーは、坂本学区、滋賀学区、日吉台学区のみなさんで十人ほどが車座になり、女性二人も含まれています。

取り組み課題であります。それだけにおいて、会員増強運動を実施することが決議されました。運動の期間は、平成二十六年一月十六日～三月十五日の一ヶ月間と定め、目標二五〇名、単位クラブそれぞれ二名～三名を目標に実施することになりました。現在、大津市老人クラブ連合会の会員数は八千名を割り込み、減少に歯止めがきかない状態にあります。

今後ますます高齢者が増加する中、地域における高齢者の支え合い、助け合いの活動は、きわめて重要な

修善寺温泉と三嶋大社

研修旅行に参加して

神々しくて、境内には樹齢一二〇〇年、国指定の天然記念物の指定を受けた学名

を薄黄木扉という日本一の金木扉があります。開花時の芳香は風向によっては十キロメートルにおよぶといいます。見事な神木あります。つづいて狩野川のあたりにある名泉修善寺温泉へ直行し、その地で一番のホテル桂川に、四時三十分に到着しました。

六時から夕食。九時に終了したが、私たちは日吉台の部屋で雑談することにしました。メンバーは、坂本学区、滋賀学区、日吉台学区のみなさんで十人ほどが車座になり、女性二人も含まれています。

印刷物の発行はどうしているのか?枚数の少ないものは会長が個人負担しているのが多くあった。学区によつてそれぞれ違うのは困る。私の学区では年間五千円の事務費として会長はもらっている。慶弔費についてもそれぞれ違つてゐるが、あんまり大差があると、やはり問題が生じてくる。

た。一番はじめに会員増強はどうすればよいか、若い人にお願いして入会してもうようになります。くじけず何回でもお願いする。グラウンドゴルフ・ゲートボール・カラオケ、その他サークルへ勧誘などを並べて誘う。

このような雑談は、いろいろ参考になる面もあり、お互いのコミュニケーションをとるうえにも大歓迎だと私は思います。それぞれの学区の長として、役員として立派な方たちばかりです。信頼できる友人として、こんなに素晴らしい雑談ができるなんて、修学旅行バンザイと叫びたい。参加していただいた皆様のご健



滋賀学区、日吉台学区のみなさんで十人ほどが車座になり、女性二人も含まれています。

立派な方たちばかりです。信頼できる友人として、こんなに素晴らしい雑談ができるなんて、修学旅行バンザイと叫びたい。参加していただいた皆様のご健

康と多幸をお祈りしてペアンをおきます。それぞれの立場で老人クラブ連合会発展のために頑張りましょう。(瀬田南学区 水嶋 義信)

去る十一月二十二日開催の理事会において、会員増強運動を実施することが決議されました。

運動の期間は、平成二十六年一月十六日～三月十五日の一ヶ月間と定め、目標二五〇名、単位クラブそれぞれ二名～三名を目標に実施することになりました。現在、大津市老人クラブ連合会の会員数は八千名を割り込み、減少に歯止めがきかない状態にあります。

恒例、保育園児との交流種目では、手をつないで入った。第一回は、由比桜えび館で昼食。このとき館長の話で「本日は天気がよいのに富士山は見えませんが、私の写した写真の富士山を見てください」と慰めてくれました。結果で二日間とも見ることはできませんでした。

三嶋大社は二回目の参拝ですが、いつお参りしても時三十分に到着しました。六時から夕食。九時に終了したが、私たちは日吉台の部屋で雑談することにしました。メンバーは、坂本学区、滋賀学区、日吉台学区のみなさんで十人ほどが車座になり、女性二人も含まれています。

立派な方たちばかりです。信頼できる友人として、こんなに素晴らしい雑談ができるなんて、修学旅行バンザイと叫びたい。参加していただいた皆様のご健

康と多幸をお祈りしてペアンをおきます。それぞれの立場で老人クラブ連合会発展のために頑張りましょう。(瀬田南学区 水嶋 義信)

会員増強運動の展開

大津市老人クラブ連合会会長 小島 四郎

感謝状



去る十月一日から始まった「赤い羽根共同募金運動」への寄付金の協力に對して、(社)滋賀県共同募金会から市老人クラブ連合会が贈呈されました。



北部ブロック 北部ブロック活動報告 防災・介護予防 研修会

北部プロック老人クラブ連絡協議会は、去る十一月二十七日、午後一時より大津市堅田公民館三階大会議室において、プロック内老人クラブ連合会会員を対象に一二五名の参加のもと「防災・介護予防」について研修会を実施いたしました。

まず、防災研修については、たかしま災害支援ボランティアグループ「なます」代表・太田直子さん他の方によるクイズ・防災グッズなどによるさまざまな材料を使い、分かりやすい内容で、しかもおもしろおかしく笑顔で説明されました。参加者は熱心に聞き入り、災害発生の前後の備えと対応について日常何を事前に準備すればよいのか、また、

創造推進員

ちよつと
聞いてね

ウォーキングのすすめ③

本欄で高齢者の健康保持に「ウォーキング」をすすめてまいりました。みなさんは毎日実践いただいていますか。血液の循環がよくなり、しかも心臓や膝に負担をかけない運動ですからぜひともおすすめしています。ある医師は、最大心拍数が一七〇から自分の年齢を引いた数値以上になると心臓に負担がかかります。が、ウォーキングはそれ以下の数値で行え、理想的な運動だそうです。極力歩幅を広げて体に負担をかけない程度に速足で歩いて、両腕を大きく振り、胸を張つてお腹をへこまして歩くと全身の筋肉を使うので、体操を兼ねたウォーキングと

歩けば充分ですといわれています。さらにかかとにも充分注意し、外側が極端にすり減る人は足の外側に荷重がかかりすぎて、膝を痛めるおそれがあるそうですから注意しましょう。もう一点、ウォーキングは継続することが重要ですから、日常生活のなかで実践するようにしましょう。

外出や買い物の折、電車・バスを一つ手前で降りるなどを実行してはどうですか。誰にでもできる一番簡単なスポーツの「ウォーキング」を継続して、健

震災に
あつた
時ま
自分は
何をど
のよう
に行動
すべき
かを勉
強されたことだと思います。

つづいて、瀬田北学区松
田会長さんの紹介で、老人
クラブの仲間たちで、サー
クルクラブを結成されてい
るブルーレークスターズ神
山グループの皆様による吹
奏樂と、大道芸十笑会片山
グループの南京玉すだれの
披露などがあり、大変なこ
やかなひとときを会員の皆
様は楽しまれました。

担をかけない運動ですからぜひと、おすすめしています。ある医師は、最大心拍数が一七〇から自分の年齢を引いた数値以上になると心臓に負担がかかります。が、ウォーキングはそれ以下の数値で行え、理想的な運動だそうです。極力歩幅を広げて体に負担をかけない程度に速足で歩いて、両腕を大きく振り、胸を張つてお腹をへこまして歩くと全身の筋肉を使うので、体操を兼ねたウォーキングと

九月二十五日 秋の晴天
下で今年度も恒例による坂本学区老人クラブ連合会主催の福祉バス日帰り研修旅行を開催しました。坂本生源寺前に配車され、坂本老人クラブ会員六十二名が参加集合して、八時二十分に出発しました。

坂本学区

なり効果が増し、四十分も歩けば充分ですといわれています。さらにかかとにも充分注意し、外側が極端にすり減る人は足の外側に荷重がかかりすぎて、膝を痛めるおそれがあるそうですから、一日常生活のなかで実践するようにしましょう。

外出や買い物の折、電車・バスを一つ手前で降りなどを行なうなどを実行してはどうで

十一時三十分に工場を発して、湯の花温泉渓山ホテルに到着。昼食会場お食事処「はなかれん」へテーブルの前に行くとそれはおいしそうな懐石湯葉膳でした。参加されたみなさんには楽しく食べ終えて温泉に入浴されました。一刻も十四時になり、バス乗車して丹波ワインハウに案内され、四ヘクタールのブドウ畑やワイン工場を見学。ブドウの収穫からワイン酒になるまでの

簡単なスポーツの「ウォーキング」を継続して、健康に暮りましょう。ぜひ実行してください。また、加齢とともに脳も低下する一方です。「歳だから」と何もしないでいると、やはり脳は低下します。思考や判断、記憶、計算などを司る前頭葉を活性化させれば、脳はまだまだ元気になります。体と頭をつかって元気に暮りましょう。

そして、バスをあとに
て、丹波やまがた屋に到着。
会員は最後の土産を両手
持ち、バスに乗り込みました。
また、バスは京都へ
貴道を通過して琵琶湖へ
進み、車中では参加され
六十二名は互いの親睦と
情を深め、助け合ってい
うと万歳三唱で最後のあ
さつとなり、坂本生源寺
に無事到着。笑顔で解散
ました。

に到着。最初に百席ぐら
ある映像室に案内され、
場の概要とビデオ上映。
成製品までの徹底された
生管理および品質管理
行っている工場を見学し
した。検品された商品は
売店に出荷されます。

造工程、多品種などの説を受け、最後にワインとワインの試飲で最後の研になりました。私はその物をつくり商品として世に認めていただけには大きな苦労が必要であるとい、改めて感謝しました

<h1>吉田医院</h1>	<h1>やまもと あなたのパーソナルドクター ファミリークリニック</h1>	<h1>ひらた 医院</h1>	<h1>たか耳鼻咽喉科医院</h1>	<h1>茶話本舗 SAWA HONPO</h1>
(社)日本糖尿病学会 糖尿病専門医 吉田 澄	内科・小児科・循環器内科(禁煙治療)	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 午前9:30~12:30 ●●●○/○○○ 午後3:30~6:30 ●●●○●●○/	24時間365日安価で良質なサービスを
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 土曜・祝日・木曜・土曜午後 大津市中央1丁目2-9 ☎(077)522-1567	診療時間 月火水木金土 午前8:30~12:00 ○○/○○○○/○○○ 午後4:30~7:00 ○○/○○○/○○/	院長 川西 正高 <休診> 木曜午前、土曜午後・日・祝日 大將軍1丁目27番1号	茶話本舗デイサービス 近江本店
休診日 土曜・祝日・木曜・土曜午後 大津市におの浜2-2-5 大津スカイハイツ108 ☎(077)526-8970	休診日 土曜午後・水曜・日曜・祝日 石山寺3-15-10 http://hirata-clinic.net ☎(077)537-5537	休診日 土曜午後・水曜・日曜・祝日 石山寺3-15-10 http://hirata-clinic.net ☎(077)547-2021 □有り	大津市丸の内町4-43 TEL(077)532-9376 FAX532-9378	保険調剤薬局 指定居宅介護支援事業所 TEL(077)572-5936
<h1>ののむら眼科</h1> 回眼科一般 回コンタクトレンズ取扱 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:30 ○○○○○○○/○○○ 午後4:00~6:00 ○○○○/○○/○○/ 休診 第4土曜・日曜・祝祭日 大津市大将軍1丁目13-12 (瀬田北中学校前) ☎077-543-5439	<h1>川会内科医院</h1> 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:00 ○○○○○○○/○○○ 午後5:00~8:00 ○○○○/○○/○○/ [休診] 木・土曜の午後、日曜、祝日 大津市一里山二丁目22-3 ☎(077)545-6789	 <h1>矢沢耳鼻咽喉科医院</h1> 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:00 ○○○○○○○/○○○ 午後4:00~7:00 ○○○○/○○/○○/ 大津市大江3丁目24-15 みみ110番 ☎(077)544-3110 順番受付サイト http://paa.jp/t/118201/	<h1>藤田整形外科</h1> 整形外科・リハビリテーション科 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:00 ○○○○○○○/○○○ 午後5:00~8:00 ○○○○○○○/○○× 休診日 /土曜日の午後・日曜日・祝日 大津市粟津町11-6(山田ビル) TEL・FAX(077)534-7615	(有)もも薬局 膳所公園前店 大津市丸の内町9-30 TEL(077)510-0301 FAX510-0302 神領団地店 大津市三大寺6-8 TEL(077)543-0132 FAX543-0136 穴村店 草津市穴村町314-1 TEL(077)568-8525 FAX568-8526

ラブの設立、および若手高
生がそう③未組織地域のク
ラブの活性化・加入促進ブ
ラン」と題して、①全員参
加型のクラブをめざして②
若手と女性の発想を行動に
しました。

第一分科会は、「わがク
ラブ連合会」においても、
全国の多くのクラブが活躍
しています。今後も、より一
層の活性化を目指すため、
各地区で活動を展開してい
ます。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざまな災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

第二分科会は、「わがク
ラブ連合会」においても、
全国の多くのクラブが活躍
しています。今後も、より一
層の活性化を目指すため、
各地区で活動を展開してい
ます。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざまな災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

第三分科会は、「女性会
員による元気なクラブづく
り」と題して、全国老人ク
ラブ連合会女性委員長の永
井愛子氏より、女性委員会
二十年のあゆみと現状と、
十五名の代表が参加しまし
た。

第四十二回全国老人クラ
ブ大会が、十一月一日・二
日の一日間にわたり、岩手
県盛岡市で開催されました。
全国より一六〇〇名あまりが参加され、本県から
十五名の代表が参加しまし
た。

第一回目は、五つの分科
会にわかれ、各クラブ活動
の実践事例が発表され、熱
心に意見交換がされました。
第一分科会は、「健康づ
くり・介護予防活動の推
進」をテーマに、①「健康
づくり推進員」など、健康
機関・団体と連携した健康
リーダーによる実践②関係
づくり介護予防活動③会歌
に集う健康づくりなど、健
康・筋術の効果を主張され
ました。

第二回目は、五つの分科
会にわかれ、各クラブ活動
の実践事例が発表され、熱
心に意見交換がされました。
第一分科会は、「健康づ
くり・介護予防活動の推
進」をテーマに、①「健康
づくり推進員」など、健康
機関・団体と連携した健康
リーダーによる実践②関係
づくり介護予防活動③会歌
に集う健康づくりなど、健
康・筋術の効果を主張され
ました。

第42回 全国老人クラブ 大会に参加して

大津市老人クラブ連合会
会長 小島 四郎



齢者の加入など、今、老人
クラブがかかる最大の課
題をテーマに、その実践活
動の報告がありました。

第三分科会は、「女性会
員による元気なクラブづく
り」と題して、全国老人ク
ラブ連合会女性委員長の永
井愛子氏より、女性委員会
二十年のあゆみと現状と、
十五名の代表が参加しまし
た。

震災について、震災・原発災
害などいたましい姿を、な
まなましく、その生きる努
力が報告されました。各老
人クラブは、全国の多くの
みなさんから寄せられた元
氣袋や多くの義援金などに
支えられ、今私たちはふる
さとの復興と老人クラブの
再生にむけ、ゼロからの出
発に向けがんばっているこ
とが報告されました。

どの分科会においても、
重要な取り組み課題につい
て報告され感銘いたしまし
た。

引き続き第二回目は、
オーブニング、アトラク
ションと東北の文化「さん
さ踊り」「鹿踊り」「鬼剣舞」
など、すばらしい披露があ

続いて全国老人クラブ連
合会会長表彰（活動賞）の
伝達があり、健康づくり活
動部門で唐崎学区老人ク
ラブ連合会が受賞したことが
報告されました。

その後滋賀県知事祝辞
(代読)、謝辞のあと大会宣
言が読み上げられ式典は終
了しました。

御 賛 助

第52回 滋賀県老人クラブ大会開催

大津市から4名3クラブが受賞



終了。午後からはヨット
ひょうご事務局長栗木剛氏
による講演があり、最後に
全員で「青い山脈」を合唱
して本年度のクラブ大会は
終了となりました。

【受賞者一覧】（敬称略）
○老人クラブ育成指導功労者
西村 源一（唐崎学区）
○優良老人クラブ
瀬田学区老人クラブ連合会
日吉老人クラブ
○老人クラブ淡海の郷づくり
推進事業 優良老人クラブ
西村 源一（唐崎学区）
○優良老人クラブ
瀬田学区老人クラブ連合会
日吉老人クラブ
○滋賀県老ク連会長表彰
老人クラブ育成指導功労者
大江 房一（瀬田南学区）
水嶋 義信（瀬田南学区）
○優良老人クラブ
南郷学区老人クラブ連合会
主張 入賞者
佳作 山口 信治
（仰木の里学区）

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者
への精神的支援など、多岐に
わたる活動が行われています。
今後も、被災地への支援を継
続していきたいと思います。

震災から一年七ヶ月が過
ぎ、岩手県・宮城県・福島県・
仙台市とさまざま災害が
発生しました。このため、
多くの人々が支援活動を行
っています。また、被災地へ
向かう支援物資や、被災者<br



コスモスの道

和邇學區

杉本 藤太郎

平成十九年　自宅前の
川の堤防道三〇〇メートルにわたり、コスモスを植えて、みなさんの散歩道にとスタートして七年になり、今では秋には地元のみなさんに楽しんでもらっています。

和の匠石の金に『決意して宣言すれば、実現する』です。コトバの創る力の活用ですが、コトバ通りにいろいろと希望が実現できました。感謝！
（付記）参加者を募つてます。

平成二十五年には、大津市のパワーアップ市民活動支援事業に採択されまして、散歩道の途中に休憩所を建てることとなり、ある篤志家の支援で『花のお地蔵尊』をお祀りすることになりました。

近年、人と人との絆を結ぶつながりが薄くなつてきましたが、東日本大震災後は、絆の大切さがいわれてきています。

唐崎学区
太辻 芳彦

絆について

九月に申請書を提出するための世話人会を五人で持ち、あわただしい提出にこぎつけました。世話人会の下地は、日吉台小学校で五年前からはじまつた夏休みラジオ体操会の常連の老人会の仲間であった。現在の活動状況は、会員各自が家で毎日ラジオ体操をやり、シミイブルでの朝食会です。十月に行われた日吉台文化祭に、備品として購入した「体重体組成計・オムロンカラダスキヤン」三台を使って、「体験教室」に参加し、二日間で五十五名の参加者の「体年齢」などの健康管理情報提供を行いました。

絆といふことばの語源は、平安時代に牛や馬の脚につなぎとめる綱のことです、「ほだし」とも呼ばれます。自由を拘束するということでもあり、離がたい人情があるということでもあります。

もちろん、常に古い人情にほだされてばかりでもいけません。例えば、「こどもが親から自立しようとする

九月に申請書を提出するための世話人会を五人で持ち、あわただしい提出にこぎつけました。世話人会の下地は、日吉台小学校で五年前からはじまつた夏休みラジオ体操会の常連の老人会の仲間であった。現在の活動状況は、会員各自が家で毎日ラジオ体操をやり、それを共通の記録紙に自分で毎月提出する。十月に行われた日吉台文化祭に、備品として購入した「体重体組成計・オムロンカラダスキヤン」三台を使って、「体験教室」に参加し、二日間で五十五名の参加者の「体年齢」などの健康管理情報提供を行いました。

では家族のため、会社のために
でも六十歳を過ぎたら、公
のために『余生』を『与生
（与える生活）』に変えて樂
しんで生活しましよう」と
教えてくださいました。



日吉ラジオ体操同好会の歩み

日吉台学区 岡崎一郎

坂本学区
南端
高三

尔は秋には
及ばない

あなたの町の健康管理に奉仕する
かすが調剤薬局
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

仰木の里クリニック
内科 消化器科 放射線科

診察日(○印)						
受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	✓	○	○
午後 4:15~7:30	○	○	○	○	✓	✓

祝祭日は休診です

大津市仰木の里1丁目14-7
☎(077)573-2330

おかだ歯科医院
院長 岡田俊彦
診療時間 AM 9:00～12:00
PM 14:00～19:00
(土曜はPM17:00まで)
休診日 木曜・日曜・祝日
大津市鳥居川町4-15
☎(077)537-0117

松井歯科医院
訪問診療も行っています
☎(077)578-0012

大津市坂本4-14-8
京阪 松ノ馬場山手すぐ

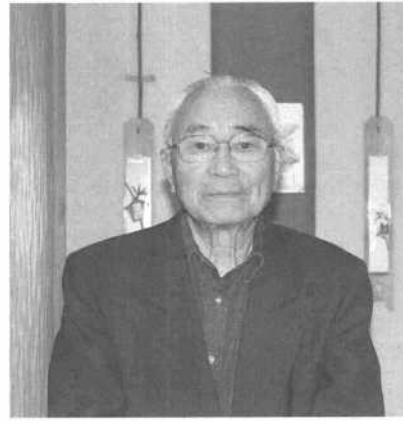
P 有り

富士見台の歯科医院
やまざき歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	/	○	○	○
15:30~19:30	○	○	○	/	○	/	/
休診日	木曜・祝日	※土日は午前診療					

大津市園山2-15-20
☎(077)533-1221

いきいきシルバー ⑯

老いを否定せず
今を楽しむ

瀬田南学区 井上 昇さん(84歳)

平成二十五年五月までの九年間を市老連の会長、また同年六月までの三年間を県老連の会長として活躍してきた井上さん。現在は大津市老連の顧問として在籍している。会長職を退任してまだ数ヶ月しか経っていないこともあり、

今もなお老人クラブの今後を考える日々が多いそう。

頼まれると断れないタイプと自身を分析する井上さんは、大学卒業後、数学や理科を子供たちに教える中学校教員を経験し、その後電電公社員を経験し、その後電電公社(現:NTT)に入社。以来三

十四年間、技術者として第一線で活躍する。在職中、一番印象に残っているのは沖縄返還の時。その時の様子を「それまで沖縄にはテレビ中継の設備がありませんでした。そこで、本土と沖縄に敷設された海底同軸ケーブルを介して、映像を中継する技術を整えました。結果、沖縄返還の式典模様を本土と沖縄の人たちが同時に見ることができたんですよ。この業務に参画できたことが本当に嬉しかったですね」と目を輝かせて話す。また、当時は管理職だったためリーダーとしての技術も磨き、仕事を通して生きがいを感じて

いた。
気付けば六十歳目前。そんな時、地元の方々の推薦で大津市の「農業委員」に選ばれ。それまで地域との関わりはなく、農業に関して全く知識はなかったが「わかりました。やってみましょう」と快諾。一から農業六法をひも解き、十五年間滋賀の農業行政を担う委員として農地の相談などに注力した。

また、同時期に先輩の勧誘で老人クラブに入会し、その後会長に就任。あつという間に市老連、県老連の会長になっていたというから驚きた。在任中は、やはり会員の加入

小倉百人一首には、大津縁の歌人の歌・逢坂山(関)を詠んだ歌が、数首選ばれています。そのうちのいくつかを紹介しましょう。

◎天智天皇(近江神宮)
小倉百人一首の第一番目の歌です。

秋の田のかりほの庵のとまあらみ
わが衣手は露にぬれつ

(註) みのりの秋に、稻の穂を守る仮小屋に宿つて番をしていると、屋根の苔があらいので、私の袖が夜露にぬれていことだ。

◎清少納言(枕草子)
夜をこめて鳥のそら音ははかるとも
谷関での、孟嘗君の手をつかおうとなさつても、あなたと私の間の逢坂山の関所(男女が相逢うという名のある関所)は、決して通しませんよ。

瀬田学区 谷真富会 梅景 宏

◎蟬丸(蟬丸神社)

これや此の行くも帰るも別れては
知るも知らぬも逢坂の関
なのだなあ。

津波にともなう
原発事故の
その後を思う

和邇学区 伊達 稔

(註) 夜の明けないうちに、暁を告げる鶏の鳴き声を真似て、関所を通った函谷関での、孟嘗君の手をつかおうとなさつても、あなたと私の間の逢坂山の関所(男女が相逢うという名のある関所)は、決して通しませんよ。

大自然の猛威を前にしさいものかと思はざれられた。安全神話に洗脳されて慣れっこになっていた時、自然は牙をむいた。人智ではコントロールできない物の上にあぐらをかいていた人間の思い上がりが、三年近くを経てもいまだ全く復興の目途が立っていない現実。当地の人びとの苦悩は

知人に電話を入れたが全く通じなかつた。私は無事退院した。だが、現地には我が家にいつ帰れるか分からない人たちがほとんどといつてよいかもしねない。

今となっては天地に、神仏に祈りを通じての願いのみしかないのか。

いかばかりか。現場で作業しておられる方々の「苦労も我々には想像もできない。ましてや我々と同じ年老いた人々、病気を抱えた老人にはなんと申しあげればよいか、慰めの言葉もない。3・11のあの日、私は大津赤十字病院に検査入院をしていた。早々に現地の

◇健康コラム
骨粗しょう症予防

骨の中のミネラルの量が減り、骨がスカスカになって骨折しやすくなるのが骨粗しょう症です。予防として、カルシウムを補給しましょう。一般的にカルシウムが豊富に含まれているのは、小魚類、海藻類、乳製品、小松菜、厚揚げなどです。

カルシウムはビタミンDと一緒に取ることが大切。ビタミンDが多く含まれるのはキクラゲや干しシイタケ、サケやサンマなどの魚です。小魚と干しシイタケと一緒に食べるとか、豆腐にカツオ節をかけて食べても良いですね。

また、日光に当たることで体内でもビタミンDは作られます。15分~30分程度の日光浴を心がけましょう。



湧き上がる霧に伊吹や見え隠れ
秋ふかくかねの音ひびく十夜かな
滋賀学区 福島 達基
秋雨に雲の連山重たげや
時に背を又前を向く焚火かな
唐崎学区 山本喜久子
石庭の川のせせらぎ式部の実
唐崎学区 伊藤 信子
唐崎学区 川端早智子
路地猫や我感せずと日向ぼこ
朝夕の秋の気配や風やよし
唐崎学区 中村 富枝
秋草の深きに蝶のみえかくれ
秋の山彩り抱き招きをり
唐崎学区 下伸 善一
隊道を抜けて眩ゆし竹の春
唐崎学区 廣瀬 吉隆
身の大を越ゆる蘆刈近江の子
南郷学区 小島 央子
手を上げて会釈交わすや落葉掃く
南郷学区 志賀 薫
初鏡しわも年輪紅うすし
唐崎学区 川端 栄子
短日や紐引くよう夕日落つ
瀬田北学区 近藤みつ江
舞い降りる鶯の清しき刈田原
瀬田北学区 松田 敏子
立木さん歩いて参る樂しきは
瀬田南学区 水嶋 義信
年老いたれど友数人で
瀬田東学区 木村 五郎
広重の描く近江の景勝地
一つに選ぶ瀬田の夕照
瀬田東学区 木村 五郎



班の影や通草の招く鳥の客

石山学区 岩本 利明

日差しあび縄目にかかる吊し柿

石山学区 鈴木 恵子

雨音が語りかける秋の夕

石山学区 岡 寿恵美

ここ数年虫干ししない服に穴

唐崎学区 西川 潔

秋刀魚焼く裏も表も焼きすぎて

唐崎学区 樹山 唯一

どの家も秋刀魚焼いてる夕べかな

唐崎学区 吉村 貞子

帰宅道秋刀魚焼く家二軒あり

唐崎学区 佐藤 敏夫

野分立つもがきもがきの木立かな

唐崎学区 樹山 裕子

野分過ぎ菜園見廻る姫あり

唐崎学区 佐藤クミ子

星一つ残して月は比叡の峰

唐崎学区 下伸 善一

隊道を抜けて眩ゆし竹の春

唐崎学区 廣瀬 吉隆

身の大を越ゆる蘆刈近江の子

南郷学区 小島 央子

手を上げて会釈交わすや落葉掃く

南郷学区 志賀 薫

初鏡しわも年輪紅うすし

唐崎学区 中村 富枝

短日や紐引くよう夕日落つ

瀬田北学区 近藤みつ江

舞い降りる鶯の清しき刈田原

瀬田北学区 松田 敏子

立木さん歩いて参る樂しきは

瀬田南学区 水嶋 義信

年老いたれど友数人で

瀬田東学区 木村 五郎

一つに選ぶ瀬田の夕照

瀬田東学区 木村 五郎



短歌

今朝聞いた事は忘れてナツメロの
歌詞はすらすら出て来る不思議遠く住む旧き友等に送らむと
われは湖魚煮る今日もあしたも

和邇学区 辻野 伸

運・不運あるが人の世秋桜

笛の音にからくり跳ねる湖都の秋

歌を詠み日記付けてお茶を飲む

達者で居たい散歩も熟す

和邇学区 山川 清子

年賀状書ける幸せ貰う幸

和邇学区 辻野 伸

歌を詠み日記付けてお茶を飲む

門扉の閉ざされしまま冬日落ち

独り夕飼の膳に坐りぬ

坂本学区 田辺千代子

身辺の整理はじめし捨てがたく

坂本学区 向川 洋子

狭き住いに想出積みて

坂本学区 向川 安一

朝霜や刻訊く夫の声細く

坂本学区 向川 安一

曾爾の山ススキたなびく青い空

南郷学区 古賀 彩子

風にのり舞いつ飛ぶや紅葉種

南郷学区 志賀 薫

木槿の姿何にたとへむ

唐崎学区 廣瀬 吉隆

瀬田川のあふる川面眺めつつ

唐崎学区 西村 信子

初春の夢思いけるわれ

南郷学区 松田 松之助

音もなく小雨に落ちて花たどむ

山中比叡平学区 小林 幸夫

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

山中比叡平学区 岩瀬 明

老いて今おなじ思いの鐘を聞く

友逝つて絆を消すか住所録

川柳

真中に大きく大事な父の椅子

和邇学区 伊達 稔

又来てね別れし友は今はなく

和邇学区 橋村 温榮

飲む順にならべし薬もみぢ宿

和邇学区 山川 清子

つまずいて段差無いのにがわらい

下坂本学区 吉田 照子

友逝つて絆を消すか住所録

山中比叡平学区 高山須美子

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

山中比叡平学区 岩瀬 明

老いて今おなじ思いの鐘を聞く

山中比叡平学区 小林 幸夫

理不尽に素人が作る設計図

瀬田東学区 木村 五郎

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

瀬田東学区 木村 五郎

山中比叡平学区 小林 幸夫

理不尽に素人が作る設計図

瀬田東学区 木村 五郎

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

瀬田東学区 木村 五郎

山中比叡平学区 小林 幸夫

理不尽に素人が作る設計図

瀬田東学区 木村 五郎

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

瀬田東学区 木村 五郎

山中比叡平学区 小林 幸夫

理不尽に素人が作る設計図

瀬田東学区 木村 五郎

ほおずきを鳴らして遠い風を呼ぶ

瀬田東学区 木村 五郎

山中比叡平学区 小林 幸夫

書

山中比叡平学区 谷 都満子



みゆみつ
みゆめと
みゆめづ
みゆめよ

平成二十六年 元旦

鶴によう



趣味のコーナー (2)

大津絵



瀬田学区 真謝 長照



石山学区 東 順子



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へ尽力を続けます。なにとぞ末長きご厚誼、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

ご協賛いただいた
皆様への御礼



今年も会員のみなさまから幅広い活動のようすをどしどしあ届けいただき、ひとりでも多くの方にお伝えできればと願っています。

新規も四半世紀が過ぎ、新しい年を迎えるました。昨年は、あちこちの地域が異常気象により水害に見舞われた中、いつもおり元気なみなさまから沢山の活動のようすが届けられ、部員一同、感動しながら編集しました。

編集後記



写真で見る老ク連活動

生涯学習フェスティバル
11月 30 日

ぜせ診療所 ☎ 524-8114
大津市昭和町7番16号

ぜ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 コスマス
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

安心感ある医療と介護
有料老人ホーム

住宅型有料老人ホーム
ハーネスト唐崎
Hernest 医療法人社団 あかつき会
大津市坂本1丁目13番12号
☎ (077) 526-7077

近江フリーサービス

配車センター ☎ (077) 537-0106

大津市石山寺4丁目3-13
☎ (077) 537-0230
FAX (077) 537-0266
http://www.ohmitetudo.co.jp/taxi/

たかやま歯科医院

診察時間 月火水木金土 休診日

AM9:00~PM1:00 ●●●●● 木曜午後

PM3:00~PM8:00 ●●●×● 日曜・祝日

● 土曜日はPM6:00まで

大津市馬場三丁目13-31

JR膳所駅徒歩4分 P 有り

☎ (077) 524-8241

http://www.takayama-dental-clinic.com/

びわ湖畔 天然温泉
政府登録国際観光旅館

アヤハレーカサイド ホテル

大津市におの浜3丁目2の25
☎ (077) 524-2321 (代)

遺言・任意後見契約で
老後の安心を確保

大津地方法務局所属

大津公証役場

公証人: 室田 源太郎・木野 秀器

相談無料

実費による出張説明会も行います。

大津市中央3-2-1 セザール大津森田ビル3階

TEL(077) 523-1728 FAX(077) 523-5028

http://www3.ocn.ne.jp/~kosyo/

病院創立30周年

医療法人 幸生会
琵琶湖中央病院

大津市御殿浜22番33号

京阪瓦ヶ浜駅
徒歩3分

TEL 077-526-2131

介護付き有料老人ホーム

コンソルテ瀬田

大津市大江一丁目3番20号

TEL(077) 544-7311 FAX 544-7488

☎ 0120-185-789

リハビリ特化型
生活行為特化型

純夢デイサービスセンター感謝

健康な体のため、夢をあきらめないため、
実りある生活のため、ご利用者様と
ご家族様の幸せを叶えます。

JP 純夢プロジェクト

大津市唐崎3丁目21-8

TEL(077) 572-8875



古紙配合率70%再生紙を使用しています