

老ク連

第85号



老人クラブの三大運動

健康
友愛 奉仕

発行者 草津市老人クラブ連合会広報教養部会
〒525-0041 草津市青地町1086番地 草津市老人クラブ連合会事務局 TEL 516-0350 FAX 516-0351

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



▲「今の幸せに気づかぬか！」



「やさしいらんから」
「おいしい大根、愛彩
菜」…もつと会員入っ
てほしいな」



草津市老人クラブ連合会 第33回高齢者福祉大会

平成25年12月11日



▶長官「この金は
正直親子に天が
下さったもの」
「これにて一件
落着」



芝間氏による謝辞

続いて来賓祝辞、来賓紹介
のち、受賞者を代表して芝
間晴三郎氏(草津)より謝辞
が述べられ第一部式典が終了

次に、主催者を代表して伊
吹会長よりあいさつがあり、
表彰状の授与に移りました。
草津市老人クラブ連合会長表
彰として、優良老人クラブ四
団体、育成功労者表彰九名が
表彰され、受賞者を讃える大
きな拍手が会場を包みまし
た。

午後一時三十分、開会のこ
とばで式典が始まり、君が代
斉唱、物故者への黙祷に続
き、市民憲章・交通安全の誓
いが参加者全員で唱和されま
した。

平成二十五年第三十三回
高齢者福祉大会が、草津市役
所大会議室で開催されまし
た。



▶合唱団の皆さん
「楽しい舞台に立て
てよかった」



▶「思わず一緒に歌い
ました」

しました。
休憩後、第二部の寸劇、創
造推進員小枝さん作「安心の
街!元氣な街!」が始まりま
した。

出演は理事会役員のみなさ
ん、「セリフが覚えられない
ので台本片手に演じます」と
の紹介がありました。百万円
が入った鞆を貪婪な家庭の息
子が拾うところから始まり、
一旦はお金に目がくらみ家に
持ち帰るが、両親に諭され落
とし主に返却。しかし落とし
主は二百万円入っていたと嘘を
主張し始め、しかし最後は
裁判で見事解決。「落とし物
が落とし主に届く、草津の町」
温かな人間関係を作りまし
う、と幕が閉じ、豊かな表現
力と見事な台詞まわしを披露
した会長等に大きな拍手が
おこられました。中でも息子役

の山田学区会長西蔵さんと悪
役の常盤学区の葛原さんのや
りとりには会場は大爆笑でし
た。
また、寸劇の間には「仲
良し小道」「四季の歌」「花は
咲く」の合唱が豊かな表現で
歌われ、より舞台を引き立て
ました。草津市老人クラブ合
唱隊が一年間の楽しい授業の
成果を見せてくれました。会
場全体が優しい歌声で包ま
れ、今後も草津の街づくりに
貢献する、老人クラブとして
頑張ろうと締めくくられまし
た。

社会福祉法人 ご縁会
小規模多機能居宅介護サービス
フェイス
365日24時間いつでもご利用できます
①デイサービス有り
②お泊り有り(全室個室)
③訪問介護有り
草津市草津2丁目14番32号
TEL(077)565-6442 FAX 565-6452
ホームページ <http://hirataface.wix.com/face>

認知症高齢者グループホーム
介の羽
草津市南笠東3丁目21-60
☎(077)564-1212
FAX(077)598-0253
<http://www.homemama.net>
サービス付き高齢者向け住宅
パークピア滋賀

ご高齢の方にやさしい
トイレ・お風呂の改築なら
地元で48年、信頼の当社へ
クサネン
株式会社 クサネン K-style
草津市青地町138番地
☎(077)562-0501
福祉住環境コーディネーターが
ご相談を承ります。

医療法人 社団 よつば会
住宅型有料老人ホーム
すまいるI号館
所在地: 草津市矢橋町
空室あり
お問い合わせ ☎ 562-8005

内科、外科、心臓血管外科、脳神経外科
整形外科、産婦人科、小児科、眼科
耳鼻咽喉科、放射線科、泌尿器科、皮膚科
リハビリテーション科、日帰り手術センター
通所リハビリテーション
医療法人 徳洲会
近江草津徳洲会病院
草津市東矢倉3丁目34-52
☎ 077-567-3610
FAX 077-567-3650
www.oumi-kusatsu-hp.jp/

社会医療法人 誠光会
草津総合病院
☎(077)563-8866(代)
〒525-8585 草津市矢橋町1660
<http://www.kusatsu-gh.or.jp>
介護老人保健施設 草津ケアセンター
草津市野村2丁目13-13 ☎567-1122(代)
草津看護専門学校
草津市矢橋町1824 ☎516-2567(代)

内科 外科 整形外科 消化器内科
循環器内科 リハビリテーション科
もの忘れ・認知症外来
医療法人 芙蓉会
南草津病院
理事長 遠藤 衛
草津市野路五丁目2番39号
(JR南草津駅より徒歩5分)
☎ 077-562-0724
<http://www.373932hp.jp>

水回り、台所、お風呂、トイレの改築
住まいのことなら何でも御相談下さい
リフォーム
大阪ガス サービスショップ
株式会社 ヤマキ
☎ 0120-172-123
☎ 077-564-0123
草津市青地町200番地の10

単位クラブ会長さん ありがとう！

平成 25 年度 草津市老ク連単位クラブ交流会

十二月四日、市役所大会議室において単位クラブから二人の参加者を迎えて、「単位クラブ交流会」を開催しました。

体操の交流の場が設けられました。

◆第一会場

単位クラブの取り組みを話し合う

セブロックに分かれて、会長さんたちの話の場とデイスコン・筋力測定・健康

九人の輪で学区座長が単位クラブの取り組みの聞き

活発な意見交換が行われました！

・九人の輪
単位クラブ会長による、取り組み発表がありました。



広報部座談会

草津市老ク連単位クラブ交流会

◆新しい取り組みの交流会はいかがでしたか。
「忙しいから、事業が増えるのは困るなあ」
「皆さんの話は有意義でした」
「この事業をして会員が増えました」
「『こんな問題を抱えてる』等、具体的な話ができるようになったですね」

◆第二会場について

「第二会場の取り組みが説明不足だった」
…三つの取り組みの紹介は今後単位クラブで実施される際は事務局まで依頼いただければ講師派遣をお手伝いします。単位クラブに役立つ事務局を目指しています。

◆次回に向けて

「新しい事業で良い勉強になりました」
「来年はもう少し踏み込んで話し合いができると期待しましょう」
「広報部会で毎回前向きな話し合いができて良かった」



デイスコン指導



筋力測定



健康体操

取りをしました。さすが熱心に運営をされている会長の話は具体的でした。
主な発言を以下にまとめてみました。
ざわざわとした会場で聞き取りにくい点もあり、すべてを書き込めませんでした。が、このような話を頂きました。

- ⑤ 事業に講座を解説、健康について、交通事故や詐欺などに関心を持つ
- ⑥ 花見の会、誕生会、食事会、例会、物故者の法要と役員の負担が多い
- ⑦ 年会費と自治会よりの助成の現状
- ⑧ 福祉バスの時間・値段面で利用がしにくい
- ⑨ 地域貢献につとめているので市にもう少し認めてもらいたい
- ⑩ 次回は女性も加わって話し合いたい

◆第二会場

健康づくりを通じての交流

もう一つの会場はデイスコン指導者をお迎えして試合形式でやってみました。
室内でもコートを小さくしてできるなど、楽しく実践しました。
中原先生の健康体操指導では身体を動かすことの楽

しさを教わり、全身がポカポカしてきました。
野村のデイスコン暖団から来てくださり、筋力測定のおかげでわかりやすい表を頂き、自分の筋力が目に見えて理解しやすかったです。
初めての試みでざわざわとした運営になりましたが、「こんな有意義なことだったから参加します」との声を頂き、次回は課題を出してしっかりと話し合いたいと思います。参加して頂いた皆様に感謝致します。

ふるさと近江の味、こころ。——
お弁当の **南洋軒**
お菓子処 **うばがもちや**
名代 **宿場そば**
草津市追分1丁目1番33号
☎(077)564-4649

パナソニックエイジフリー介護チェーン 草津
LIFE CARE SUPPORT
有限会社 **草津介護センター**
・訪問介護（ホームヘルパー）
・福祉用具貸与（福祉用具レンタル）
・特定福祉用具販売
～住宅改修～
草津市西波川1丁目15-10
☎(077) 563-2615

社会福祉法人 あさひ保育園
草津市南笠デイサービスセンター
あさひ
草津市笠山1-1-46
TEL(077)569-0936
FAX(077)569-0937

YKK AP KITADE
住宅リフォーム・サッシフロント設計施工
硝子工事・木製建具工事
北出産業株式会社
代表取締役 北出 慶彦
草津市志那中町99-1
TEL(077)568-0080 FAX568-0099

阪口法律事務所
弁護士 阪口 大視
弁護士 三田村 愛
弁護士 横山 和之
草津市野村1丁目25番27号 増井ビル1階
☎(077)566-4220
http://www.s-l-o.jp

（霊園のご案内）
草津市青地町
西方寺墓園
●聖地は1.9聖地より各サイズをご用意
●全区画東南向き
●駐車場完備・お手洗い・休憩所完備
草津市青地町1146
☎077-564-2277

浄土宗
常善寺
草津市草津3丁目9-7
浄土宗滋賀教区教務所
☎(077)565-0529

日本キリスト教団 草津教会
牧師 宮田 誉夫
学校法人 草津キリスト教学園
信愛幼稚園
草津市大路1丁目17-11
☎562-1064 FAX565-4082
http://shin-ai-kindergarten.com/

社会福祉法人 良友会
あゆみ保育園
☎(077)563-8989
笠縫東児童センター
☎(077)563-9670
草津市平井2-13-3

社会福祉法人
志津保育園
〈早朝延長保育〉
午前7時～午後7時45分
草津市青地町946番地
☎(077)564-3611

平成26年度総会のご案内

開催日時 平成26年4月25日(金)
12:30 受付開始

場 所 アミカホール

午後1時より

「草津市老人クラブ連合会合唱団」

◆平田先生より指導を受けた歌声をお届けします。「シャボン玉」「四季の歌」「青い山脈」など心あたかな時間をお過ごし下さい。

午後1時半～ 総会

午後2時半～ 指導者研修

講演:「知っておきたい制度」 講師:行政書士
小島俊明先生

◆「一人暮らしで身寄りが近くにいません。将来のことを考えると不安です」こんな声に応える研修です。

「成年後見制度ってなんなの?」「後見人を立てるって、どういうこと?」…「知って得する」研修会を企画しました。ご参加ください!



甲賀市役所にて
田中副会長、甲賀市長、伊吹会長

募金・寄贈のご報告

友愛募金ご協力ありがとうございました。

総額 553,566 円
信楽高原鐵道 300,000 円
社会福祉協議会 100,000 円
車いす寄贈 153,566 円

※草津市内の介護施設および市民センター等4カ所に寄贈

滋賀県社会福祉事業功労者等表彰

標記表彰式において、日頃の共同募金運動の功績をたたえて草津市老人クラブ連合会が感謝状を頂きました。中村副会長が出席いたしました。

平成25年度 受賞者一覧

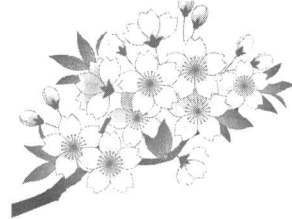
草津市老人クラブ連合会
第33回高齢者福祉大会

◆優良老人クラブ表彰(4団体)

新浜老人クラブ寿会 (老上学区)
井ノ元老人クラブ (笠縫学区)
上笠第4老人クラブ(みのり会) (笠縫学区)
下物町老人クラブ相生会(常盤学区)

◆功労者表彰(9名)

芝間晴三郎(草津学区)
東郷 治(渋川学区)
野瀬 清雄(渋川学区)
吉川 啓一(矢倉学区)
濱田 和一(老上学区)
馬場 克己(山田学区)
徳田 正三(山田学区)
福山 和子(笠縫学区)
川井 欣司(常盤学区)



第52回滋賀県老人クラブ大会

【県知事表彰】

◆優良クラブ表彰

砂原町白扇会老人クラブ(草津学区)

【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表彰

畑 實 (老上学区)

◆優良クラブ表彰

木川老人クラブ (山田学区)

草津市社会福祉協議会
草津市社会福祉功労者表彰

行岡 勇 (渋川学区)

※氏名すべて敬称略



第33回福祉大会 受賞者のみなさん

伝言板 事業のご案内

60歳以上の方、だれでも参加ください!
老人クラブが素敵な時間をプレゼント!

「笑って歌って健康づくり」年間12回開催

歌唱指導:平田美音子先生

会場:草津市社会福祉協議会 大会議室

開催日:5月26日(月)・6月24日(火)・7月28日(月)・8月26日(火)

時 間:10:00~12:00 参加費:1000円

いつからでも、一回でも参加下さい。驚くほどパワフルで感激の時間をすごせますよ!!



料理教室

26年度は「楽しい料理教室」と名前を変えて男女一緒に!

講師:小枝美代子

会場:草津市さわやか保健センター3階調理室

※参加者25名先着順

第3金曜日開催

6月20日(金)・7月18日(金)・9月19日(金)

10月17日(金)・11月21日(金)・12月19日(金)

時 間:9:30~12:30 参加費:500円

◆福祉バスでの交流会を実施します



しあわせを最高のかたちに

見積無料
新築、増改築、リフォーム
水まわり、手摺、バリアフリー等
快適生活を応援します。

大工歴35年の豊かな
経験と技を活かし、若い営業マンが
フレッシュなご提案をさせていただきます。
お気軽にご相談ください。

http://www.ganse.co.jp

株式会社 雁瀬工務店
フリーダイヤル 0120-561-035

TEL(077)565-6611 FAX(077)566-0099

雁瀬工務店 検索

草津市矢橋町7-158

E-mail info@ganse.co.jp

井上整骨院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM4:00~8:00	○	○	○	○	○	○	△

◎土曜日はAM9:00~PM2:00まで

休診日 日曜日、祝日、土曜午後

但し、急患はこれに限らず

草津市野村4丁目7-19

TEL・FAX(077)532-7084

草津イトマン KIFC
フィットネスクラブ

— 60才以上入会金無料 —

草津市西渋川1-9-44

JR草津駅西口

☎(077)564-6031(代)

草津市農業協同組合

年金のお受取は
JAへ

草津市上笠四丁目3番17号

TEL(077)562-2391

FAX(077)562-2187

メガネ・補聴器

オオツカ

お気軽に御相談下さい。

メガネのオオツカ野村店

☎077-567-3333

葬儀・法事式場

年中無休
24時間体制

草津シティホール

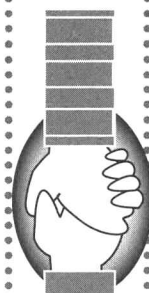
〒525-0025 草津市西渋川1-2-4

Tel.(077)567-1101

Fax.(077)567-8980

無料送迎バス・駐車場完備

学区から行事紹介



老人クラブが担い手です！

矢倉学区 矢倉学区福祉大会を開催

吉川 啓一

一月十七日、一二五名参加のもとで草津市立ロクハ荘において矢倉老人クラブ連合会と矢倉社会福祉協議会との共催で矢倉学区福祉大会を開催し、第一部は矢倉社主催での老人の福祉保健学習会を開催し、会長挨拶に続いて比叡ゆば社長・八木幸子さんの講演を受け、演題は「一度きりの人生を活かす気持ちを大切に」を拝聴し、その演題から私たちの今日までの生き方に「活」を入れたらどのような感銘を受けました。

第二部は老人クラブ連合会の福祉大会となり、物故者会員への黙祷、役員功労者表彰、来賓者からの祝辞を受けた後昼食となりました。会場の皆様期待のアトラクションには、「アンサンブル・トリオ」



常盤学区

山田・常盤学区 役員交流会報告

葛原 孝司

いつ頃から始められたものが二町の交流会、今年は常盤の当番だった。

正月気分もぬけ月末の三十日、あいにく朝から肌寒い雨でしたが予定通り午前九時三〇分より開催。歴史の宝庫、芦浦町観音寺を拝観し、西川住職より寺歴を聞き「信長・秀吉の信任も厚く、安土・桃山時代・江戸初期まで一〇年あまり琵琶湖の水運権を任せられ、湖上奉行としてその栄華を誇った」とのお話だった。その後重要文化財の阿弥陀堂や書院を見学した。

十一時から常盤東総合センターに於いて、両町自己紹介から各単位クラブの特殊な取り組みや運営上の悩み等話しあった後、昼食を交え和やかに懇談をする。

十三時三十分から草津ハーフトセンター・循環器・内科医長の大屋秀史医師により「生活習慣病・心臓疾患及び動脈硬化による高血圧症の予防と食生活や運動等について」の話聞き、その後質疑応答の後、最後に全員血圧を測定していただき、その対策や日常生活での注意事項などをお聞きして終了した。

健康で長生きすることで家族に迷惑をかけず、また国家に貢献することになることを確認して終了した。

老上学区

小学校への 授業協力参加

畑 實



老上小学から協力依頼を受け、一月八日と十五日の二日、一年生に冬の遊びを教えました。

当老上学区老ク連からは十七名が参加、こま回し、けんだま、あやとり、折り紙、皿回しなど八種類の遊びを、一年生六クラス（児童数二〇六名）に指導しました。



渋川学区

三世代輝きのつどい

行岡 勇

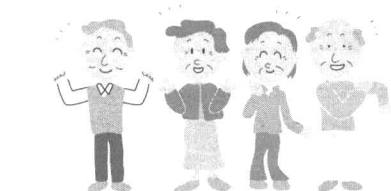
小学校（渋川）六年生が司会の大役を引き受けてくれて、その親の世代と老人クラブの我々が語り合おうという催しが行われました。

どんな司会をしてくれるのか楽しみにして参加しましたが、見事に戦争時代の話、戦後の衣服や食べ物、おやつのことなど語らせてくれて、大いに盛り上がりました。

平成二十三年で市の助成がなくなり、その時点でほとんどのクラブが実施しなくなりましたが、渋川小学校の賢明な判断でその後も続けられました。

一日目の八日は遊びの種類ごとのクラス混合で、二日目十五日は、練習成果発表ということで、クラスごと三世代参観でしたが、早い上達ぶりには保護者も私も驚きで、大きな拍手で褒めてやりました。

今回の交流では、気軽に教えるを求めている子ども、また先生方の真摯で熱心な対応ぶりを目の当たりにするなど新しい発見もあり、有意義な取り組みとなり、先生方からも感謝されました。



内田内科
循環器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 4:30~7:30	○	○	○	○	○	○	△

〒525-0026 草津市渋川1-2-26
草津駅東口直結1分 ザ・草津タワー2階
TEL(077)516-0200

内科・循環器科・心臓血管外科・外科
神吉医院
院長 神吉 豊 医師 辻村 吉紀

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
午後 4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	△

草津市大路2丁目10-7
TEL(077)514-9012
FAX(077)514-9013
JR草津駅東口から徒歩5分

皮膚科・泌尿科・アレルギー科
漢方専門医
木村診療所

草津市西大路町9-13
西大路ビル2F(サークルK前)
TEL(077)565-0251

加藤内科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
午前 9:00~午後 12:00	○	○	○	○	○	○	△
午後 4:30~午後 8:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日 日曜日・祝日・土曜日午後
草津市野路一丁目6-5-103
(JR南草津駅より徒歩2分)
TEL077-567-6234

日本眼科学会 眼科専門医・医学博士
くぼた眼科

受付時間	月	火	水	木	金	土	祝
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	△
午後 4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	△

休日/水曜、日曜、祝日 △土曜日は午後2時まで、
◎第2木曜は午前9:00~12:30、午後5:30~7:00
草津市野路1丁目7-21
☎(077)561-0789

皆様のご健康と
ご長寿を祈念致します。

眼科一般・小児眼科・コンタクトレンズ取扱
加地眼科
院長・眼科専門医 加地 まり

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
午前 9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	△
午後 3:30~6:30	●	●	●	●	●	●	△

土曜午後、木・日・祝日は休診
草津市野路町694-6「南草津西口駅前」
TEL(077)565-3388
加地眼科

整形外科・リウマチ科
リハビリテーション科
こばやし整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	△

◎9:00~12:30 休診日：日曜、祝日
渋川1-2-26-202 クリニックモール草津内
☎(077)566-6003

脳神経外科・内科・小児科・整形外科
おうみクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
AM 8:50~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 3:50~7:00	○	○	○	○	○	○	△

※受付は、午前診は再診AM11:45(初診AM11:30)まで、午後診は再診PM6:45(初診PM6:30)までに済ませてください。
草津市新浜町85-19
TEL(077)569-5525 FAX569-5515

ナイキ漢方薬局
営業時間
月～金 AM 9:00~PM 20:00
土 AM 9:00~PM 16:00
日・祝 定休日
草津市西大路町7番7号
TEL(077)562-4539
FAX(077)562-9468

老上学区

老上の歴史探訪

今居 功



十一月十三日、老上学区主催の健康ウォーキングを開催しました。今回は、老上歴史探訪として新コースを設定したこともあり、参加者はこれまでの最多の三十六名。コースは老上公民館をスタートに、南笠古墳群（ひょうたん塚）↓新小学校建設予定地↓石津寺（重要文化財）↓大銀杏の木・矢橋シルバースンター↓矢橋港跡（常夜灯）↓鞭寄神社（重要文化財）↓歸路の約5km。

石津寺では、この日は特別にお堂を御開帳いただき、また矢橋シルバースンターでは休憩と矢橋の歴史ビデオを披露いただくなど、矢橋帰帆クラブ寿会の皆様には大変お世話になりました。感謝です。

笠縫学区

笠縫学区活動だより

伊吹美賀子



単位クラブ十、会員約五〇〇人で活動しています。

理事会年八回、一泊親睦旅行、日帰り親睦旅行のほか、スポーツでは文化財見学を入れた健康ウォーキング、年三回のグラウンドゴルフ大会などを実施。

山田学区

山田幼稚園児との交流会

馬場 貢



雨空の合間をぬって、十一月十三日に湖岸緑地「北山田一区」で、山田幼稚園児十一人と山田学区老人クラブから十二人が参加して、二三〇〇個の水仙の球根植えをお手伝いしました。

公園緑地課の方から園児たちに、球根の植え方を丁寧に指導していただき、園児たちが泥んこになって球根を植えていく後を老人クラブの人たちが手直しをしながら一緒に楽しく植え終えることができました。時間を忘れさせるひと時でした。三月頃には、花が一杯咲くのを楽しみにして幼稚園児との交流会を終えて、帰路につきました。

草津学区

神社清掃奉仕作業

清水 晃



歳末恒例事業の立木神社境内の落葉掃除に、白扇会老人クラブ三十名が汗を流した。

各々体力に見合った熊手や箒などを手に、参道から木々の間を二時間かけてかき集めた落ち葉は、神社専用ダンブ五杯ほどとなった。また、女性のきめ細やかな作業は、参道脇や手水所廻りの溝をも清々しくしてくれる。

前の大戦のような恐しい経験をした私たち、あのようなことは二度と起こさないよう、新しい年始めに声を大にして確認をし、また伝えたい。今の平和に感謝したい。

なんでも投稿作品

◆短歌

山田学区 久保 光子
凍てる夜のわが腕に泣きし子が
今ひとり娘の襟懐えいる

◆今の平和に感謝

草津学区 臼井 司

新しい年を迎えて米寿となり、今日も元気に支援センターで、将棋・カラオケで楽しく健康保持に努めているが、友達が少なくなるのが淋しい。一方途上国では悲惨な内戦で、弱い老人、婦人子供が苦しんでいる。

◆発展の高穂

草津学区 山口 重三

雑材で 荒れ地 保留の有様
現在では立派なる 団地で
西洋風 瓦ふきはなく 外国へ行ったような 感じが致します

戦前では 高穂へ 野兔を取りに行きました。投網を利用 子供心で 一生懸命。丘の上から琵琶湖1/3が見眺める

◆俳句

笑顔が花が咲きにけり
眞つ白な雪黄色の花畑に変わり、

循環器科・外科・内科
眼科(一般・コンタクトレンズ)
なかじま医院
院長 中嶋康彦 副院長 中嶋順子
時間 曜日 月 火 水 木 金 土
AM 9:00~12:00 ○ ○ ○ × ○ ○
PM 4:00~7:00 ○ ○ ○ × ○ ○
(休診日: 木・日曜・祝日)
草津市追分3丁目1-14
☎(077)566-8118

内科・循環器科
中神内科クリニック
★受付時間★ 月 火 水 木 金 土
午前9:00~12:00 ○ ○ ○ × ○ ○
午後5:30~7:30 ○ × ○ × ○ ○
草津市西大路町11-10
☎(077)562-0209

あらい眼科
診療時間 月 火 水 木 金 土
AM 9:30~PM 1:00 ○ ○ ○ ○ ○ △
PM 4:00~PM 6:00 ○ ○ × × × ×
△の診療は、第2・第4土曜日に致します。
休診日 日曜日・祝日・第1・3・5土曜日
草津市大路二丁目1-27
伽羅ガーデンスクエア1F
☎(077)567-0660

外科・乳腺科・形成外科
消化器科・肛門科・麻酔科
加藤乳腺クリニック
受付時間 月 火 水 木 金 土
午前診 9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●
午後診 14:00~16:00 ● ● ● ● ● ☆
夕 診 17:00~18:45 ● ● ● ● ● /
☆土曜午後は13:00~14:45
休診日 日曜・祝日
西大路町8-12(JR草津駅西口徒歩4分)
TEL 077-566-7808

かさやま小児科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
AM 8:45~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ×
PM 2:00~5:00 ○ ○ × ○ △ × ×
○PM2:00~3:00は予防接種外来
△予約の健診と予防接種のみ
〒525-0072 草津市笠山4-12-57
☎(077)516-0060
☎(077)516-0066 予約専用

Shibata Dental Clinic
芝田歯科クリニック
【診療時間】
平日 午前9:00~1:00 午後3:00~7:00
土曜 午前9:00~1:00 午後3:00~6:00
【休診日】 木曜・日曜・祝祭日
草津市矢橋町1168-5
TEL(077)569-2022

みみ・はな・のど・めまい
板谷耳鼻咽喉科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
午前9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
午後3:30~7:00 ○ ○ / ○ ○ /
休診日: 日曜・祝日 水・土の午後
草津市西大路町8-28-101
TEL(077)561-0618

たか耳鼻咽喉科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
午前9:30~12:30 ○ ○ ○ / ○ ○ /
午後3:30~6:30 ○ ○ ○ ○ ○ /
休診: 木曜午前、土曜午後、日曜、祝日
大津市大將軍1丁目27-1
☎(077)547-2021

小児科・皮膚科・内科
アレルギー科
医療法人 **宮本クリニック**
院長 宮本彩子
朝 9時~12時
夜 5時~7時
(木、土曜は正午まで)
休診 日曜・祝日
草津市上笠4丁目6-6
TEL 077-564-0878

内科・小児科・循環器科・消化器科
北山田診療所
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝
午前9:00~12:20 ○ ○ ○ × ○ ○ ○ ×
午後4:30~7:00 ○ ○ ○ × ○ × × ×
往診、在宅診療可
草津市北山田町245-1
TEL(077)566-2560

ようこそ！ 新入会員のみなさん



山田学区
藤池 秀子

役員の方々の熱心なお誘いで八千代会に入会。さっそくに丹波地方への日帰り旅行に参加させて頂いて、久しぶりに楽しい一日を過ごすことができました。これからもよろしくお願いします。



常盤学区
吉田 茂子

私の町内では、月に一回神社清掃が行われています。学区では、子供たちと一緒に餅つき、また文化財の見学会、市のお料理教室、旅行等に参加させて頂き交流を深めました。
先輩の方々の生活ぶりを学び、日々生かしていきたいと思っています。



常盤学区
井上 恭彦

長藤会に入会させて頂き、間もなく3年になります。年々会員減少の中、町内や地域との絆を深めるために諸先輩方が元氣一杯活動されております。
これからも積極的に活動に参加して、会員の皆様と交流を深めていきたいと思っています。



老上学区
小寺 正幸

私は70歳で寿会に入り、週2回のグラウンドゴルフを仲間と楽しく続けています。また、新浜町寿会の班長として活動しています。
これからもウォーキング・スポーツ等行い、健康の維持に努めていきたいと思っています。



老上学区
南 秀美

今年、会長さんから入会の誘いがあり、良い機会と思い熟年クラブ南草会に入会しました。会員の皆様が、色々な奉仕作業、クラブ活動の計画を立て、活動されていることを聞き、私も活動に参加して楽しい一日を過ごしたいと思っています。



山田学区
斉藤 剛

いつまでも若い若いと思っておりましたが、馬齢を重ね、前期高齢者の仲間入りになり、諸先輩のお誘いもあり入会しました。
まだ仕事を続けており、極力老人クラブに参加しようと思っています。ご指導よろしくお願いします。



矢倉学区
坂爪 東英

壮寿会に入会させて頂き、先輩の方々のご指導の下で、町内会及び矢倉学区の地域活動に参加しております。得意分野に力を注ぎ、自由に楽しく、自分らしく生きたいと思っています。



渋川学区
久間ツヤ子

平成25年4月に長寿会に入会させて頂きました。主人も生前中は大変お世話になり、ありがとうございました。
入会後皆様とお会いでき、とても元氣をもらいうれしく思っております。
どうぞこれからもよろしくお願い致します。



渋川学区
西澤 栄治

老人クラブに入会のお誘いを頂き、入会させて頂きました。
現在は現役で、毎日東大阪まで通勤しています。会の行事には参加できませんがよろしくお願いします。
今後時間のある時は参加させていただきます。ご指導のほど宜しく。



笠縫学区
山下 保

定年退職時に町内会長を引き受け、続いて両親の介抱、看病、看取りと一連の役目を済ませて入会のお願いを受けました。近々後期高齢者入りですが、歳は気にせず、「元氣な老人」を目標に会活動を楽しんでいます。



笠縫学区
福嶋 隆敏

入会させて頂いて一年が経ちました。先輩の皆様方とグラウンドゴルフができ、老人クラブの行事にも楽しく参加させて頂き感謝致しております。
今後も元氣で前向きに余生を過ごしたく思っております。
ご指導ご鞭撻の程、宜しくお願いします。



矢倉学区
長山 孝

グラウンドゴルフがきっかけで入会しました。会員の中では、最年少のグループになりますが、諸先輩方の元氣さには脱帽するばかりです。
グラウンドゴルフ以外の行事にも多数参加させて頂き、楽しく過ごさせていたでています。



草津学区
斉藤 辰男

70歳でお誘いをうけ老人クラブに入会しました。月に一度のアルミ缶集めや、定例会に出席しています。健康農園ではさつま芋、エンドウ豆、タマネギ等の植え付け収穫をし、定例会で豆ご飯やふかし芋を食し、雑談に花が咲きます。



草津学区
岡田 三郎

傘寿前後の数年に亘る腰痛の苦悩から脱却して米寿を目前にしての新入会ですが、西一会館主催の百歳体操やヨガ、またさわやか会の例会やグラウンドゴルフ等のイベントに積極的に参加して健康維持に挑戦しております。

皆さんとの出会い、楽しみにしています！





草津学区

私の楽しい生き方

辻 日出夫

退職して三十年、来年は米寿ですが、楽しい人生を送る信条は、広く深く趣味をもち、長続きするよう私達は心がけています。
目下 GG にはまり、時には闘争心を燃やしながら老青春を楽しみま



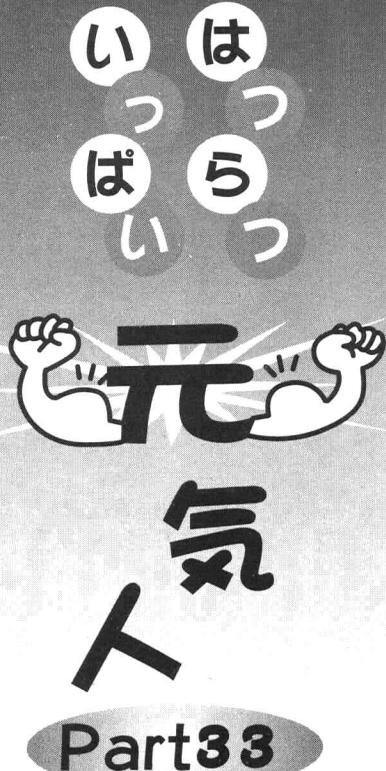
山田学区

幸せとは気付くもの

木村 政夫

国民学校で教育を受け、大戦が終わり、衣食住の苦しみを通りぬけ、静かに今、目を閉じればとどまるところがありません。
当時とくらべれば今はすべてが夢と言っても過言ではない。幸せなのか？グラウンドゴルフで絆を深め、楽しく過ごせるのも先人の偉大な努力、感謝の一言。
保険証が後期高齢者となった今、腕力も知恵もなく、小さなことながら環境美化をグループの協力により続けられることを願っております。
「幸せとは気付くもの」

高齢期をいきいき生きるには？ 各学区の元気人から健康法や信条、趣味についてメッセージをいただきました



元気人の心得

よく笑い
よく学び
よく遊び
いつでも
心に花を
咲かせましょう



老上学区

茶道一筋 60 年

遠藤 勇

昭和の始めに生まれ、今日まで人生を楽しんできました。私の人生は茶道一筋で裏千家の教えに従い、茶道文化で極め、翠光会入会後は茶道部に入り、会員の指導にあたって参りました。
また、グラウンドゴルフも同好会発足から活動し、大会で賞をいただくほどに腕を磨いています。
毎日がお茶に始まりお茶で終わる生活により、今日の健康があるものと信じます。
これから残り少ない人生を、一杯楽しみたいと思います。



常盤学区

健康の秘訣

片岡 恒

おかげさまで満八十一歳になりました。日常は体を動かす生活と仲間づくりを心がけております。
約一三〇アールの稲作と五アールの野菜・果物を作り、汗を流して収穫の喜びに浸っております。
健康法は、湯舟につかり、深呼吸を十回以上し、手足の指先をもむことです。また、グラウンドゴルフの練習と大会参加を夫婦で楽しんでおります。
いずれもが健康の秘訣と思い、感謝の気持ちで頑張っております。



渋川学区

え？泳いでびわいち

野瀬 清雄

そうなんです。目下三周目挑戦中です。六十歳から始めて、一周二三五キロを泳ぎ切った時は七十一歳になっていました。
それからは水中歩行と水泳で現在八十一歳になりました。びわこ三周に挑戦中です。
友達に「びわこ一周を泳ぐ」目標を公表したことが動機となり、さらに二周への自信となり、もっと三周目への挑戦力を天から授かったと感謝しています。



笠縫学区

趣味は野菜作り、元気の源です。

宇野 好枝

朝起きますと一番に野菜畑に足を運び、元気に成長している野菜に満足を感じ仏様に礼拝して朝食に入ります。昭和二年三月生まれ八十六歳です。新鮮な野菜は食卓に一番。自転車に野菜を乗せ、近くの草津おおばな館に出荷。買って下さいましたお客様から「おいしい野菜です」といついていただきますと大変うれしいです。
まだまだ年齢には負けません。町内老人クラブとして火の用心、夜回りは除いておりますが環境整備、奉仕活動には頑張っております。



矢倉学区

老々パワー

黒川 敬三

定年退職後、趣味の会など遊んで十年あまりの年月が経過。誘われ昨年四月に老人クラブに入会。会の催し物への参加者は女性の方が多く、その元気で活発な老女パワーに圧倒。七十八歳代の女性たちは男社会の中に育ち、私の記憶にはおとなしく淑やかな人間像しかない。
ばあさんとは呼ばせない女性たちのエネルギーに接して、私は彼女達から何か活力を貰って若返ったような気にさせられた。

志津歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	△
午後2:00~6:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日/木曜、日曜、祝日、土曜の午後

草津市青地町1603-2
☎(077)569-0118

にしだ歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:30~PM 12:30	○	○	○	○	○	○	×
PM 3:00~PM 7:00	○	○	○	○	○	○	×

予約制・駐車場有り

草津市南草津2-4-5(レジエ南草津1階)
【南草津駅西口徒歩5分】
☎(077)562-8377

草津いりえ歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:30~PM 1:30	○	○	○	○	○	○	△
PM 3:30~PM 8:00	○	○	○	○	○	○	△

☆PM5:30まで 休診日 水曜・日曜・祝日
渋川1-2-26 ザ・草津タワー2F
近鉄百貨店2Fから直結
☎077-569-4880

Ayukawa Dental clinic
あゆかわ歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	△
14:30~19:00	○	○	○	○	○	○	△

◎15:00~19:30まで ☆14:30~17:00まで
草津市川原1丁目8-10
TEL(077)564-8011

戸崎歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~午後1:00	○	○	○	○	○	○	×
午後2:30~午後6:30	○	○	○	○	○	○	△

◎木曜午前9:00~11:00 △土曜午後2:00~4:00
草津市西大路町6-9
☎(077)566-8086



全員で立ち上がって琵琶湖周航の歌を大合唱

女性部旅行
写真コーナー



交流の笑顔・口福の笑顔



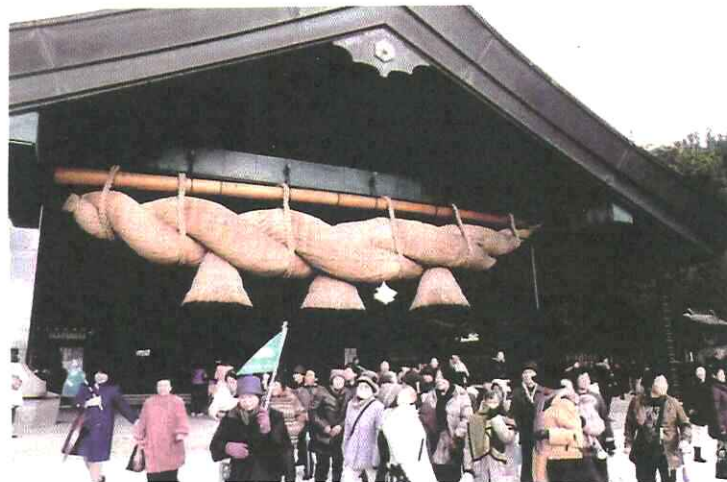
皆生温泉での宴会は、大変盛り上がりました!



おみやげ選びも楽しみのひとつ



今後もよい人との出逢いを!



草津市老人クラブ連合会
平成 25 年 11 月 27・28 日 女性部一泊旅行

60 年に一度の大遷宮、出雲大社と皆生温泉

女性部長 中村登美子

女性部最大の事業の一泊旅行、今年度は一人でも多くの皆さんに参加していただきたく十一月に計画、実施いたしました。

参加者二百数十名バス六台でにぎやかな旅に出発しました。

皆生温泉での夕食・宴会は大賑わい。楽しませて下さる人が沢山!最後は「琵琶湖周航の歌」を大合唱、大きな輪ができました。

参拝当日は雪がちらつく寒い日となりましたが前日の熱

気が残っており、「寒さを感じることなく参拝できました」との笑顔に接し、責任者としてホッとした次第です。

また皆さんと一緒に思いつつ、出雲を後にしました。

全員無事帰着できましたことは、参加者皆様のご協力の賜物であり、改めて皆様に感謝申し上げます。



水木しげるロードを散策

二十五年度最後の広報となりました。

発行が遅れて皆様にご迷惑をおかけしました。どのような紙面が一番いいのかわからないけど、伝えたいことがたくさんある、わかりやすく伝えたい!そんなこんなで何度も紙面検討をして遅れてしまいました。

二十六年度は急いで伝えたいことと写真で楽しんでいたきたいことを分けて広報紙づくりをしたいと考えています。

募金や社会奉仕と地域に役立つ組織として、今後も元気で楽しみましょう。ご協力ありがとうございます。

編集後記

作って楽しい!ランチ仲間です!



男の料理教室
おせちづくりに挑戦

毎回大好評の男の料理教室。12 月 13 日の料理教室ではおせちづくりに挑戦、煮豚・筑前煮・田づくり・黒豆・紅白なますを作りました。

【田づくりレシピ】

材料：片口イワシ 一袋（350 g）、白いりごま 大さじ 1
クルミ 一握り、醤油・酒・砂糖 各大さじ 1

①イワシ・クルミをフライパンで弱火で炒ります。

※ 焦がさないでね!

②砂糖・醤油・酒を 1:1:1 で混ぜ、レンジでチンしておきます。

③①に②を入れて白いりごまを加える。

④ 弱火にして酒を飛ばして出来上がり。

※ すぐ違う入れ物に移します。焦がさないようにして下さい

ご協賛各位への御礼

本紙の発行にご協力いただきました皆様各位に、厚く御礼申し上げます。今後もさらに紙面内容の充実に関心を持ちますので、倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

草津市老人クラブ連合会

創業32年
滋賀ペット葬儀社
年中無休
栗東セレモニーホール
お迎え・個別火葬
納骨供養
日本ペットランド 栗東市坊袋207-1
☎(077)554-5515

わたしたちは
草津市老人クラブ連合会の
活動を応援しています

(有)ムラセ薬局
保険調剤・一般医薬品
南草津店 ☎(077)563-4300
草津市野路一丁目14番47号
野洲店 ☎(077)586-5252
野洲市小篠原958-34
介護保険 指定事業所
ムラセ介護サービス事業所
ムラセ居宅介護支援事業所
☎(077)566-7515
草津市野路一丁目14番38-201号

ケアステーション 一歩
居宅介護支援事業所
デイサービス 一歩
草津市矢橋町155-4
TEL(077)565-7301 FAX532-9751
E-mail ittuppe.konishi@nifty.ne.jp
デイサービス 二歩
草津市矢橋町52-48 TEL(077)562-8213
デイサービス 三歩
草津市矢橋町7-8 TEL(077)532-6963

南草津米倉眼科
予約診療はじめました お気軽にお電話下さい
診療時間 月火水木金土
午前 9:00~12:30 ○○休○
午後 3:30~6:30 ○○休○
※火曜日午前受付は12:00迄
休診日/水曜、日曜、祝日
JR南草津駅徒歩3分
MNK-3ビル3F
☎569-1288
駐車場をご利用下さい。

わかき耳鼻咽喉科
耳鼻咽喉科専門医 院長：永田 智也
医学博士
診療時間 月火水木金土日祝
午前 8:40~12:00 ○○/○/○/○/○
午後 4:00~7:30 ○○/○/○/○/○
草津市若草5-13-1 若草医療ビル1F
☎(077)532-7071
http://www.wakajibi.com