

老ク連 きりり 第88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 (株) 博報社

大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎06-6797-0212

1部 コーラス



きりり合唱団の歌声

2部 式典



受賞者の皆さん

市長から感謝状をと、お言葉があり、ありがたくお受けしました。会員から「よかった」の声が多く届きました。(田中 修三)

市長より 事務局へ
サプライズ感謝状

50周年記念樹木目録贈呈

草津川跡地に植樹



本部役員 健康体操

「北国の春」に合わせて
「座って舟漕ぎ 座って歩こう」

創立50周年記念 第35回 高齢者福祉大会

十一月二十四日、草津市役所大会議室で、創立五十周年を記念する平成二十七年第三十五回高齢者福祉大会が、二〇〇名の参加のもと、盛大に開催されました。

第一部コーラスでは、老ク連きりり合唱団が華麗な歌声を披露。続く二部では、開会の言葉、君が代斉唱、物故者への黙祷の後、市民憲章・交通安全の誓いを会場全員で高らかに朗読。次に主催者を代表し、田中会長があいさつに立ち、五十年の歩みを感謝とともに振り返りました。その後、来賓紹介を経て、表彰状授与では受賞者の功績をたたえ、大きな拍手が送られました。

第三部では、橋川市長の記念講演が行われ、人間味溢れる市長のお話に参加者は真剣に、また微笑みを浮かべ聞き入っていました。最後に本部役員による健康体操で会場が一体となり、次の五十年へ向け、新たなスタートを切る集いとなりました。

創立50周年記念 草津市老人クラブ連合会 高齢者福祉大会

本老ク連は、昭和39年6学区54単位クラブで発足いたしました。50年の道程は平坦ではなく、諸先輩のたゆまないご尽力によってつながってまいりました。

3部 記念講演

「高齢者も元気なまち」

橋川 渉 市長

健康づくりは「明るいおしゃべり」
老人クラブ仲間と元気！げんき！
を期待してます！



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

サービス付き高齢者向け住宅

「かえで」

デイスサービス・訪問介護
株式会社 湖楓草津市追分南1丁目7-3
TEL(077)566-7532
FAX(077)566-7533
http://maple-kofu.com/水回り、台所、お風呂、トイレの改装
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
くさね

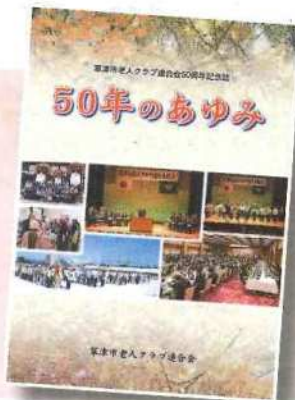
株式会社 ヤマキ

0120-172-123
☎077-564-0123
草津市青地町200番地の10ご高齢の方にやさしい
トイレ・お風呂の改装なら
地元で49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。50周年誌
発刊!

30周年誌から20年の歩み。会員皆さまに
各単位クラブ会長が回
覧しています。



特別養護老人ホーム

菖蒲の郷

ショートステイ デイサービス
居宅介護支援センター滋賀県草津市山寺837
TEL(077)566-3888内科、神経内科、循環器内科、小児科、外科
整形外科、心臓血管外科、耳鼻咽喉科
脳神経外科、乳癌外科、皮膚科、泌尿器科
産婦人科、眼科、放射線科、麻酔科
リハビリテーション科、人工透析内科、病理診断科医療法人徳洲会
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/

"Challenge and Changes"

社会医療法人 誠光会
草津総合病院〒525-8585 滋賀県草津市矢橋町1660
TEL 077-563-8866
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)

南草津病院グループ

よつばライフケアネットワーク

医療法人芙蓉会

南草津病院

MINAMI KUSATSU HOSPITAL

診療科目：内科・外科・整形外科・リハビリテーション科
消化器内科・循環器内科・老年精神科
入院：医療療養病棟・回復期リハビリテーション病棟
〒525-0059
草津市野路5丁目2番39号
☎077-562-0724
URL: http://www.373932hp.jp

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628番地1

体験入居受付中

お問い合わせ ☎562-8005

友愛募金

総額 504,952 円
ご協力に感謝します。

社会福祉協議会 共同募金寄付	100,000 円
草津市樹木寄贈	100,000 円
矢倉小学校車いす寄贈	45,000 円
介護予防出前講座講師料	80,000 円
単位クラブ友愛活動費	180,000 円
合計	505,000 円



第54回 滋賀県老人クラブ大会



11月12日、滋賀県立文化産業交流会館で、第54回滋賀県老人クラブ大会が開催され、草津市老ク連から24名が参加。下記の2名1クラブが表彰されました。(敬称略)

【滋賀県知事表彰】

◎老人クラブ育成指導功労者 畑 實 (老上)

◎優良老人クラブ 室木町室寿会 (矢倉)

【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 西藏 清彦 (山田)

第 54 回県大会参加者

大津市	54	彦根市	41
近江八幡市	36	草津市	25
守山市	19	栗東市	11
野洲市	36	湖南市	39
甲賀市	99	高島市	21
米原市山東	30	米原市伊吹	28
米原市米原	32	米原市近江	54
安土町	29	日野町	20
竜王町	29	愛荘町秦荘	22
愛荘町愛知川	13	豊郷町	23
甲良町	24		
計 685 人			

市老ク連 1 泊旅行のご案内

オリーブの島で過ごす島時間。
小豆島温泉の旅

■旅行期日 平成 28 年 2 月 22 日(月)～2 月 23 日(火)
■旅行代金 お一人さま 22,900 円

12月21日
締切

〈取扱旅行会社〉近江トラベル(株)大津支店 077-543-8103
お問合せ・お申し込みは各学区長までお願いします。

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

草津市老人クラブ連合会
第35回 高齢者福祉大会
受賞者一覧

(敬称略)

◎草津市長表彰

池田 良彦 (草津)

◎草津市老人クラブ連合会長表彰

優良老人クラブ表彰

悠鳩会 (老上)

御倉町老人クラブ (山田)

五条老人クラブ寿会 (山田)

北大萱老人クラブ光寿会 (常盤)

功労者表彰

山田 一郎 (草津)

中村 成行 (草津)

松田 富男 (草津)

遠藤 保男 (老上)

堀井 真二 (山田)

仲川 眞二 (山田)

春口 眞二 (山田)

小田 君子 (笠縫)

今井 孝三 (常盤)

講演
「高齢者も
元気なまち」

草津市長 橋川 渉

福祉大会おめでとうござ
います。元気な参加者の皆
様。このように盛大に大会
が開催されますこと老人ク
ラブは心強いです。
さて草津市の状況を説明し
ます。

●草津市の現状●

総人口…130,138 人
総世帯数…55,040 戸
65 歳以上人口…26,832 人
65 歳以上が同居世帯数…18,329 戸
65 歳以上の単身世帯数…5465 人
(平成 27 年 10 月 31 日現在)

元気なご活躍いただいで
いる高齢者ばかりではな
い、その方たちにも閉じ
こもらない、活動の場を
たくさん準備していくこ
とを考えています。私も
六十六歳になりましたが
まだ高齢者だという自覚
がありません。父や母が
元気に過ごしていたこと
を思い出し、フト高齢期
の準備もしなくてはと思
う時があります。(抜粋)

市長の講演は、現在の年齢や家
族の状況、両親の老いをどのよう
に感じたか、温かな語りでした。
最後に市長の三つの座右の銘を紹介
されました。「年齢を重ねるだけ
では人は老いない、理想を失う時
精神がさぼる。市として健康寿命
を延ばす取り組みを考えています。
皆さんいつまでも元気でお力を
貸してください。身近なお話でよ
かったと報告が届きました。

会長あいさつ

草津市老人クラブ連合会
会長 田中 修三

本日ご参加の皆さまと共に新た
な歴史を築いていきたいと決意し
ています。橋川市長記念講演、全
員参加の健康体操など、会場一体
になって元気あふれる老人クラブ
の様子も市長にお届けしたいと思
います。本日のご参加ありがとうございます。
ごさいます。



祝 辞

草津市議会議長
西田 剛

議会を代表して福祉大会開催の
お祝いと表彰者へのお祝いを申し
上げます。健康にご留意いただ
き、長年培った知識や経験を活か
し、明るい地域社会づくりに貢
献いただきますよう、期待します。
(抜粋)

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～
草津市西沢川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

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
定休日 木曜日
☎ 077-567-3333
草津市野村2-10-23

阪口法律事務所
弁護士 阪口 大樹
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

心のオアシス
幸福の科学
滋賀草津支部
悩み相談、無料で承ります。
まずはお電話下さい。
草津市上笠3-38-2
TEL(077)562-7774

社会福祉法人 ご縁会
さくら坂保育園
草津市青地町1248番地の4
TEL(077)566-5288
さくら坂南保育園
草津市矢橋町189番地
TEL(077)561-2155

日本キリスト教団 草津教会
牧師 奈良 啓夫
学校法人 草津キリスト教学園
信愛幼稚園
園長 奈良 啓夫
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
渋川あゆみ保育園
☎(077)564-7117
笠縫東児童センター
☎(077)563-9670
草津市平井2-13-3

楽しむ、学ぶ、貢献する。
わくわくした毎日、
明日から人生が広がります。

60歳代の皆さま、老人クラブの楽しさを実感してください!

3事業の
お問合せは

事務局 077-516-0350 まで

きりり3事業について ~笑って笑って健康づくり~

「きりり」とは老人と言われたくない60歳代の助言に応え、つくった愛称です。Kusatusi Roujinnkurabu Renngoukai KRRにi(愛)を込めてkiririと名づけました。

きりり事業を体験してください。高齢期の生きがいがづくりの場

と感じていただけます。講師陣はすべて人生の達人、本物です。そしてあなたも人の役に立ちませんか。あなたのできることを生かしてください。今、展開している3事業はとても喜んでいただき、仲間づくりができています。ぜひ一度参加してください。

きりり3事業の希望

きりり合唱団は各学区に出前講座に向かいます。「きりりは楽しい! きりりは仲間づくり!」の思いが会員に届きますように運営しています。

1. きりり歌の会



- ・月1回2時間練習
 - ・場所/社会福祉協議会
 - ・会費/1,000円(老人クラブ賛助会費 年間1,000円)
 - ・歌唱指導/平田 美音子 先生・ピアノ/武田 佳奈美先生
- 出前講座へは自由参加です。老人クラブ各種事業にも参加。素敵な歌声を披露する場合があります。レッスンは2時間びっしり、驚くほどハードですが楽しいです。自分の新しい魅力を発見! です。

2. きりり料理教室

- ・月1回
- ・場所/市役所調理室
- ・会費/500円
- ・講師/事務局

「おいしいおいしいと山盛り食べて楽しんでいきます」。料理教室の仲間だけでなく材料協力の仲間の輪も出来たそうです。スタッフに感謝です。

渋川学区広報部長 倉田正一



3. きりり健康ウォーキング 滋賀県各所

- ・会費/5,000円

滋賀の魅力を歩いてみよう! 名鉄観光に協力いただき、月1回のプチ旅行を楽しんでいます。単位クラブ旅行も企画運営が大変と聞き、試しに始めました。楽しい仲間が出来ました。

12月は25日 お買い物も楽しめるコースです。



きりり合唱団出前講座

1 女性研修会 in 常盤市民センター

参加者56名

会長・小枝さんの事業紹介。ピアノ演奏と歌唱指導。参加者が積極的で先生と会話のキャッチボール。なごやかな時間が流れました。叱咤激励のおかげで大きな声が出ました。

報告・常盤学区広報 松浦 敏夫



2 大きく発声 in 渋川市民センター

参加者40名

お腹の底から大きな声を出して、「もっと もっと」先生の指導に応じて大きな口を開けていました。「うれしかった」音痴で難聴の私にもできました。皆さんありがとう。

報告・渋川学区 野瀬 清雄



3 矢倉学区福祉大会で合唱 in ロクハ荘

参加者127名

「今年も福祉大会を格調高く」合唱団が舞台から3曲プレゼント。そして会場の歌指導。参加型は会員にとって楽しみの時間でした。

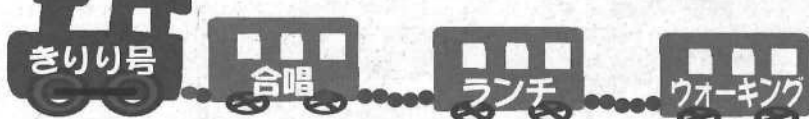
報告・矢倉学区会長 山本 勝之



きりり事業が各学区新会員加入促進に役立ちますように! 大きな声を出して元気がでますように!

きりり料理教室が各学区でも展開し、ワンコインで楽しい昼食の場ができますように!

月1回プチ旅行で暮らしの楽しみができますように! 希望を載せてきりり号は前へ前へ進みます。★



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています



みなさまのすぐなりに京都中央信用金庫がいます。

◎ 京都中央信用金庫

草津支店 JR草津駅西300m
☎077(563)5593 ☎077(563)5278
南草津支店 JR南草津駅西ロータリー前
☎077(565)9561 ☎077(565)2851
草津駅前支店 JR草津駅前「サ・草津タワー」1階
☎077(563)7951 ☎077(563)9051

小澤 税理士事務所
司法書士 社会保険労務士

草津市岡本町843番地の3
TEL(077)563-9852

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)

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

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

学区から行事紹介



9月&10月&11月
老人クラブ忙し月間

山田学区

浜名湖館山寺温泉
と航空自衛隊
エアパーク見学

広報部長

吉岡 一成

山田学区親睦旅行が、九月十四日・十五日の両日にわたって行われ、前日まで降っていた雨もこの二日間は快晴に恵まれ、心地よい旅行日和となりました。

で、初日は新名神・東名阪を使って一路浜松市へ。市内では花の舞酒造で試飲と見学。昼食後、うなぎパイ工場の見学、遊覧船による浜名湖の周遊と密度の濃い一日でした。宿泊は湖畔の館山寺サゴロイアルホテル。



二日目は今回のメイン、航空自衛隊エアパークの見学、蒲郡に移動し、海産物店。昼食後、えびせんべい共和国で試食後、帰路に就きました。車内ではビンゴゲームを行い、終了した時にはすでに新名神を走っていました。

今回の親睦旅行は、試飲、試食とホテルでの懇親会の盛り上がりなど一泊二日の旅行でしたが、大いに親睦が図られた旅行でありました。

草津学区

「健康ウォーキング」

報告

広報部長

原田 豊光

九月三十日(水)晴天
参加者十八名
出発に先立ち、集合場所の込田公園についての建物付帯施設に関する説明を受け、定刻に出発。途中、県立湖南農業高校の校舎、グラウンドと獣舎、温室、果樹園、農場を分断する水路の楠木の大木十七本並木の真ん中辺りで、同校に関する説明があった。



その後、市立図書館にてトイレ休憩し、旧草津川の土手

を經由して太田酒造株式会社、道灌蔵にて道向かいにあった草津宿唯一の問屋場・貫目改所ならびに、同社の同時の役割(問屋場の総取締)についての説明を受ける。

予定通り、込田公園に全員無事帰着し、終了する。

老上学区

健康ウォーキング
(建設中の新小学校
校見学など)

体育部長

今居 功

十一月十一日、老上学区老ク連の健康ウォーキングを実施、四十一名が参加しました。老上市民センターを出発し、はじめに建設中の老上西小学校を見学。校内は危険なので正門からの見学でした。

その後、石津寺などを見て矢橋シルバークエストで休憩。その後、清浄寺ではボランティアガイドの案内で近松門左衛門の名作「冥土の飛脚」のモデルとなった遊女梅川の墓などを見学。絶好の秋晴れの中、勉強しながら約四キロのウォーキングを楽しみました。



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内田内科

循環器内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
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

神吉医院

院長 辻村 吉紀

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

草津市大馬路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

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9時30分~12時	○	○	○	○	○	○	△
午後 5時~7時30分	○	○	○	○	○	○	△

休診日 火・土の午後、木・日・祝日
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	日祝
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	日祝
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

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	日祝
午前 9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	△
午後 5:30~7:30	○	○	○	○	○	○	△

◎月末の水曜は休診。
草津市西大路町11-10
☎(077)562-0209

医療法人 真心会

南草津野村整形外科

一般整形・リハビリテーション
スポーツ整形

院長: 橋 真一
午前診: 月~土 夜診: 月・水・金
草津市野路1丁目6番27号
☎077-561-3777

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	日祝
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	日祝
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

常盤学区

第2回学区老ク連ッ
ラウンドゴルフ大会

体育部長

尾田 末男

第二回学区老ク連ッラウンドゴルフ大会が雲一つない秋晴れの下、開催。常盤小学校のグラウンドに集まった各単位のクラブ選出の選手九十八名はじめ、審判員・役員等総勢一三〇名が参加して九時三十分、体育部長の合図で競技は開始されました。



十八ホールの激戦の結果、毎回上位入賞チームが練習の成果を遺憾なく発揮され、表彰を受けました。
入賞を逃されたチームの来季の奮闘を期待します。

笠縫学区

入会のお誘い

広報部長

中村 正義

むつみ会もなかなか入会してもらえず大変困っています。そこで役員会で考えました。
入会のお誘いのパンフレットを作り、役員二人一組で一軒一軒訪問して、わかりやすく、丁寧に、そして詳しく説明をすることにしました。



入会のお誘いパンフレット

ご理解をいただき、入会をしていただくパンフレットは写真を入れ、行事を書き入れました。
おかげさまで新しく十二名の方に入会してもらいました。役員みんなの努力が実りました。
そして十一月十三日秋の若狭小浜の日帰り旅行に三十五名参加いただきました。紙すき体験と海の幸の食事をしました。
皆さん満足して、お土産もいっぱい買って帰りました。

他団体
協力事業

常盤学区

女性部長

浅野千代子

小学生と
お餅つき

十月二十二日、常盤小学校五年生と「学校の田んぼ」で収穫した餅米を使って餅つき

を行いました。老人クラブからは女性部役員等六名が参加し、保護者と共にお手伝いしました。
つきあがったお餅は、元氣な子供たちの胃袋へと入っていきました。



他団体
協力事業

草津学区

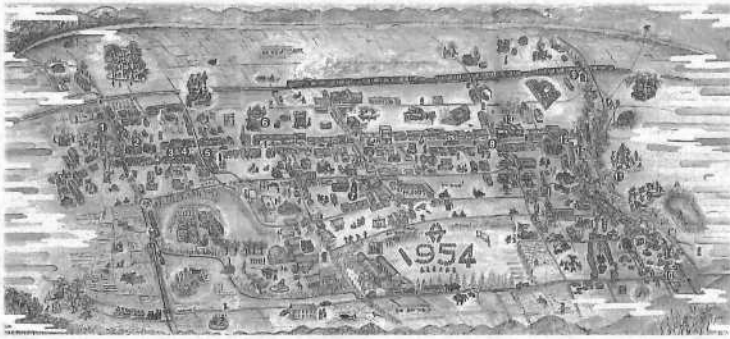
池田 良彦

「くさつ」風景の
記憶絵完成

ふるさと「くさつ」風景の記憶絵が、およそ二年半の歳月をかけてこのほど完成しました。

これは昭和二十年後半から、三十年代の草津学区の姿を絵にし、次の世代に伝え、地域のまちづくりに活用しようと、草津「ひとまちいきいき協議会」で決まり、「記憶

絵制作プロジェクト」を立ち上げ、これを作りました。
プロジェクトには老人クラブも加わり、すでに記憶絵の制作に携わられた方の指導の下、取り組んだものです。老人クラブ会員をはじめ、多くの方より絵のもととなる五感アンケートや聞き取りをし、それを絵にまた聞き取り、それを絵に、を繰り返しながら、幅三・五メートル、高さ一・七メートルの屏風絵ができました。
屏風絵は草津商店街マンボの近くの草津市民センター（公民館）二階ホールに常設展示をしていますので、お立ち寄りください。



他団体
協力事業

老上学区

広報部長

日野 勝也

運動パトロール

九月二十八日、老上小学校運動会の安全を守るため、他団体と協力してパトロールに協力、当老ク連は畑会長ら役員四名が十四時から十五時まで、二方所の入口の警備を担当しました。

ふれあい老上まつり

十一月八日、今年も模擬店を出店し、もち米・豆類および女性部手づくりのみようが寿司の販売を行い、大変好評を得ました。

また、体育館には来場者に老人クラブの活動を理解していただくよう、老上学区老ク連の活動状況のパネルを展示しました。今回は市老ク連発行の五十周年記念誌「50年のあゆみ」を置き、来場者に披露しました。



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

なかじま医院
循環器科・外科・内科
眼科(一般・コンタクトレンズ)
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・祝日)
草津市追分3丁目1-14
TEL(077)566-8118

井上整骨院
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
AM 9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
PM 4:00~8:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
◎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

加地眼科
眼科一般・小児眼科・コンタクトレンズ取扱
院長・眼科専門医 加地 まり
診療時間 月 火 水 木 金 土
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

板谷耳鼻咽喉科
みみ・はな・のど・めまい
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

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
TEL(077)567-0660

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
TEL(077)547-2021

加藤乳腺クリニック
外科・乳腺科・形成外科
消化器科・肛門科・麻酔科
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

宮本クリニック
小児科・皮膚科・内科
アレルギー科
医療法人 宮本 彩子
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

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 3:00~6:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
OPM3:00~4:00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
TEL(077)516-0060
TEL(077)516-0066(予約専用)

北山田診療所
内科・小児科・循環器科・消化器科
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

はっらっ いっばい 元気人

Part36

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



草津学区

人生に
チャレンジ
中川 栄次

自営業をやめて年金生活に入り、のんびりした生活もつかの間、気が付けば八十歳になり、老人クラブ会長という大役をいただき、日々忙しい毎日です。
週一回、百歳体操、グラウンドゴルフ、老人仲間などの交流会、町内の事業などの活動にと八十歳の年齢を忘れて頑張っています。
今後ともどれだけ動けるかわかりませんが、この健康を維持しながら活動を続けたいと思います。なお、それに自分の趣味を生かして、命のある限り頑張りたいものです。



渋川学区

人の輪、心の和、
絆でつながる元気
中村 良三

老人クラブの役と共に、百歳体操を立ち上げ、サロンの集いを取り入れたことで、そこに人が集ってまいります。会話が始まり、地域のコミュニティが生まれ、この体操をもって地域を盛り上げるべく活動が始まります。今では体操と会話、笑いが絶えない会に育ちました。こうして世話をさせていたことが、逆にお世話になっているのかもしれない。これが私の元気の源であります。
老人クラブの三大運動に、プラス感謝を入れたと思います。



矢倉学区

三世代は
元気のもと
奥村 昭子

私の家族は傘寿を迎えた私、登校時の立哨などボランティア活動する夫、共に働く息子夫婦、元気で部活に励む孫二人。核家族化する中、三世代で暮らし、夕食の用意など家事を手伝うのが元気のもとです。「お義母さん助かります」「今日のカレーはグー😊」そんな言葉を聞くと元気人になります。家事は限りがありませんが、続けていきたいです。老人クラブ活動にも参加し、雑談の中から元気をもらい、日々健やかにと祈っています。



山田学区

偶 感
岸本 茂己

お誘いを受けて「老人クラブ」と「グラウンドゴルフ愛好会」に入会させていただき、また、役員を拝命して行事や活動に参加して、知り合いが増えたことに大きな喜びを感じています。
旅好きの私は、北の大地、南の島々、各地の山海を訪れて、温泉や自然を楽しんでいます。また、詩吟教室の活動を通して知り合いも増えました。
松尾芭蕉は「奥の細道」の中で「日々旅にして旅を栖とす」と記しています。私たちの日々の行動は旅の延長にあるかと思えます。旅を続けることで知人や見識を得て成長したいと考えます。
これからも、そぞろ風に誘はれて旅を続けることとします。芭蕉の相棒は弟子の曾良でしたが、当方はわが女房殿であります。



常盤学区

皆さんに
安らぎを
一浦 軍三

琵琶湖総合開発で、志那町の浜、蓮海寺の前に池（地元では千蓮美那の池と呼んでいます）ができましたが、放置されていたので、清掃奉仕をさせていただくようになってから十七年になります。
五月末から九月が睡蓮の見頃で、梅雨の時期が真っ盛りとなります。
手入れは大変ですが、きれいな花と見学に来られる方の笑顔が、元気を与えてくれます。



常盤学区

毎日運動
西村 幸夫

十年前に家業の工務店を息子にバトンタッチしました。その後、家の前の田んぼで草津ホンモロコシの養殖を始めると、多くの趣味を持ちました。
現在は町内の地域サロン「ほのぼの会」の代表を務めさせていただいています。毎週一回、四十分の「いきいき百歳体操」を行っています。
週二・三回の町内や学区の「やすらぎ学級」でのグラウンドゴルフ、一日おきの五キロのウォーキングで元気いっぱいの毎日です。



笠縫学区

笑顔が好き
中村 正義

夫婦そろって家にゆっくり座っていることがありません。今年は単位クラブ会長・広報部会の仕事も頂きもっと忙しくなりました。
「忙しいことはいいこと」とにややかに動いています。先輩に誘われて老人クラブに入って4年、楽しかったです。もっと仲間を増やそうと入会お誘いをしました。2人1組で回った成果が12人の加入です。やっぱり、「話せばわかる」私のように新しい会員さんが楽しめる会に共に育ちたいと思っています。



老上学区

元気で
楽しんでいます
濱野 富子

健康維持のために始めたのが、歩くことです。また三年目ですが、一日八千歩を目標に頑張っています。
周辺の素晴らしい景色を眺め歩くことが私の健康の源であり、楽しみでもあります。おかげさまで、今日までけがや大病することなく健康で過ごせることに感謝しております。
これからも地域の行事などに参加しながら、日々楽しく過ごせたらと思っています。



山田学区

健康は唯一の財産
宇野スエノ

いつの間にか八十六歳の年を重ねて、「健康は唯一の財産」と思い、常に体を大切にしながら感謝の日々を送る中で、私の好きなグラウンドゴルフを町内老人クラブの方や、他の同志の方々と交流を深めながら、仲良く和気あいあいと週三回の練習を頑張っています。百歳体操も週一回、地元会館で若い方のパワーをもらって、みんなで仲良く楽しく体を動かして、自分の身は自分で守っていきたいと思っています。
私のもう一つの趣味は編み物です。ベストなど、いろいろと模様を考えて「ボケ防止のために楽しんで編んでいます。これからも常に転ばないよう足元に気を付けて、元気で楽しく生きていきたいと思っています。

山田 出屋敷団地悠々会

9月29日、町内の大溝内と坂道、自治会館周辺の清掃と除草作業、参加者18名、13袋を回収し、心地よい汗をかいたところで、全員無事故で終了しました。



老上 矢橋帰帆クラブ寿会

9月19日、今年も総勢68名のたくさんの方々の参加により、矢橋の浜の公園とシルバーセンターの掃除を行いました。



渋川 北条寿会

9月定例会。いつもより1時間早めて会館清掃。その後は皆で食事会。和やかな半日でした。



社会奉仕の日 活動報告

常盤 志那町老人クラブ 眉雪会



参加者：42名
志那神社、蓮海寺、護縁神社、境内および参道の除草、トイレ掃除

矢倉 松クラブ

清掃区域：町内周辺・草積川通路
矢倉～南山田線等



山田 南山田町老人会 ニコニコクラブ

年間5～6回の例会を開催。参加者全員で、①神社境内の草引き・枯葉掃除、②市交通政策課出前講座参加、③昼食懇親会。有意義な時間を過ごしています。



老上 橋岡かがやきクラブ

9月14日、19名で乗誓寺の草取りと清掃作業に汗を流しました。



おめでとうございます!!

草津学区永寿会会員・山口重三さんが百歳表彰（内閣総理大臣賞）を受賞されました。



文字を書くのが好きな山口さんの作品

編集後記

九月から三カ月を「忙し月間」と名付けました。電話してもお出かけ中！単位も学区も行事・行事、広報に活動報告がにぎやかです。きりり三事業も必ず参加して応援してください。人々により充実しております。誰かのお世話になり、バトンを受け取りお世話する側に。大変だけど「なんだか楽しい」そんな報告があふれる広報をお届けします。老人クラブに加入し、楽しみをつくり出してください。退屈のない日々を過ごしましょう。
(広報部)

50周年記念誌のお詫びと訂正

P11 広報原稿内2段123行目から4行重複しました。
P123 17年参加者 誤)2,101人→正)210人
P132 誤)片岡 悟→正)片岡 恒

訂正させていただくとともにお詫び申し上げます。

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

会員文芸

俳句

山田学区 出屋敷団地 橋本 峯治
くり返し繞る棹さす蜆舟
歳時記の古きしをりや草の花
高山寺うつそうとして紅葉さむ

短歌

渋川学区 北条寿会 久保 和知
銭太鼓の響き宿より伝わりて
月夜の蟹が砂に消えゆく
は叫ぶムンクの声あけて
瀧に干される大いなる口

渋川学区 北条寿会 若松 恭三
とき色にあたり鎮めて東天に
スーパームーンの今し上がりぬ
グラウンドを囲むテントに
学区別ゼッケンつけてお昼の弁当

にしだ歯科医院
一般歯科・小児歯科
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(レジェ南草津1階)
【南草津駅西口徒歩5分】
☎(077)562-8377

こばやし歯科
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:30~午後1:00 ●●●●●●●●
午後3:00~午後8:00 ●●●●●●●●
木曜・日曜・祝日休診 ※午後6:00まで
草津市矢橋町1518-6
TEL(077)561-0011

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 9:00~PM 1:00 ○○●●●○●○
PM 3:00~PM 7:00 ○○●●●○●○
☆PM5:30まで 休診日 木曜・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

医療法人 清明会 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
一般歯科・歯科口腔外科
小児歯科
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

1 タイムレース

男・女・男・女の順番でピッタリ 2 分 30 秒を目指してバトンリレー！



3 ビン立て

倒れているピンを足で上手に起こせるかな？



5 関所やぶり

じゃんけんレース

立ちはだかる“関所”をジャンケンポンで突破せよ！



常盤学区優勝の井「やったね！」
「チームワークが良かったおかげです！みんなの協力がうれしかった」と北出会長。
「良いチームでした！！」尾田体育部長

2 年連続優勝今年は 2 位の
渋川からコメント「悔しい！」
レース当日サプライズで 2 分 30 秒のタイムレースに！「2 分で練習したのに、これで優勝を逃しました！悔しい！」と笑顔です。

2 グラウンドゴルフゲーム(女子)

チーム全員の打数が勝敗を分ける！慎重かつ大胆にショット!!



4 満水ゲーム

こぼれないようカップでそーっと水を運んで



6 ビン転がし

一升瓶を 2 本の棒でコロコロコロコロ



9 グラウンドゴルフゲーム(男女混合)



10月2日開催 元気あふれる！ 第20回 健康フェスティバル



祝・優勝！常盤チーム

10 月 2 日、第 20 回健康フェスティバルが野村運動公園グラウンドで開催されました。

天気予報、確実に雨が降ると書いています。前日の体育部会「もう無理、今日やめると決めてしまいますか」。そんな話から始まりました。それでも「一競技ごとの打ち合わせだけしましょう」と会議が進みます。最後には「何とかやろう！」そんな話で会議が終わった 30 日の体育部会。

次の日、理事会も体育部会の意向を受けて「やりましょう」とグラウンドへ集合——雨がぽつぽつと降ってきました。「ポイントだけしっかり打とう」「道具の確認を！」。そして「どうしてもやる」と決めました。結果、体育部会の判断は大正解。グラウンドコンディションも上々。最終的には青空の下、すべてのプログラムを無事に楽しむことができました。

7 グラウンドゴルフゲーム(男子)



10 玉入れ競争

とにかく、玉を投げて投げて投げまくれ～！



8 事故再現型の交通安全教室

緊張感たっぷり！スタントマンによる体当たり講習会



11 江州音頭

さあ、全員で楽しく輪になって踊ろう！



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励んで参りますので、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

南草津米倉眼科

予約診療はじめました お気軽に電話下さい

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	※	休	○	○	○
午後 3:30~6:30	○	○	○	○	○	○

※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
TEL 569-1288
駐車場をご利用下さい。

種目	タイム	グラウンド	ピン	満水	関所	ピン	グラウンド	グラウンド	玉入れ	合計	順位
学区	レース	ゴルフ①	立て	ゲーム	やぶり	転がし	ゴルフ②	ゴルフ③	競争		
渋川	7	8	8	10	4	8	9.5	9	6	66.5	2
草津	2	4	9	9	10	6	7	5	4.5	63.5	4
常盤	1	5	10	4	8	10	7	9	9.5	72.5	1
笠縫	3	7	7	6	6	4	7	4	8	57	7
老上	5	6	4	7	5	9	9.5	6.5	4.5	57.5	6
山田	6	10	5	8	9	5	5	9	9.5	65.5	3
矢倉	4	9	6	5	7	7	4	6.5	7	58.5	5

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

YKK AP KITADE

住宅リフォーム・サッシュフロント設計施工
硝子工事・木製建具工事

北出産業株式会社

草津市志那中町 99-1
TEL(077)568-0080 FAX 568-0099

内科 循環器科 消化器科

岡森内科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30~12:00	○	○	○	休	○	○	休
午後 5:00~7:00	○	○	○	休	○	○	休

〒525-0036 草津市草津町 1540-1
グラシオ草津 1F
TEL(077)567-3220

(有)ムラセ薬局

保険調剤・一般医薬品

南草津店 TEL(077)563-4300

草津市野路一丁目 14 番 47 号

野洲店 TEL(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
TEL(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 FAX 532-9751

E-mail ittupo.konishi@nike.eonet.ne.jp

デイサービス 二歩

草津市矢橋町 52-48 TEL(077)562-8213

TEL(077)532-6963

草津市矢橋町 7-8

わかさ耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科専門医 院長：永田 智也

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
TEL(077)532-7071
http://www.wakajibi.com



古紙配合率 70% 再生紙を使用しています