

老ク連 きりり 第98号

老人クラブの三大運動



発行者 草津市老人クラブ連合会 広報部会
〒525-0047 草津市追分7丁目11番1号 草津市老人クラブ連合会事務局 TEL.516-0350 FAX.516-0351

編集協力：株式会社 博報社
大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎06-6797-0212

4月28日(水)、令和3年度草津市老人クラブ連合会総会がロクハ荘大広間にて開催されました。

新型コロナウイルス感染症予防対策のガイドラインに従い、必要最小限となる23名が各学区から参加。全員マスク着用の上での開催となりました。

望月理事の司会のもと、会員物故者への黙とう、君が代の斉唱、草津市民憲章の朗読が行われた後、柴田会長が登壇し令和2年度を総括するとともに、「コロナも大変ですが、人と語り合わない日々はストレスで

いっばいですね。私たち老人クラブはその社会になじめません。大変な1年で、老人クラブの活動も今まで通りになると信じて、もうしばらく辛抱してください」と会員に呼びかけました。

次に、橋川市長ならびに西田市議会議長、大田長寿の郷ロクハ荘所長から祝辞をいただき、来賓紹介を経て議事へと移行しました。

議案審議に先立ち、草津学区の田中さんを議長に選出し、以下のとおり議案が審議されました。



令和3年度 草津市老ク連 総会を開催



- ▼ 第1号議案 令和2年度事業報告
 - ▼ 第2号議案 令和2年度決算報告
 - ▼ 第3号議案 令和2年度監査報告
 - ▼ 新役員承認 新会長挨拶
 - ▼ 第4号議案 令和3年度活動方針
 - ▼ 第5号議案 令和3年度事業計画(案)
 - ▼ 第6号議案 令和3年度会計予算(案)
- 質疑応答では、活発な意見が出る議案もありましたが、いずれも賛成多数の挙手により承認されました。

新たに就任した馬場会長は、「この3月に1学区12単位クラブが脱会し、草津市老人クラブ連合会は苦境に立たされていますが、スローガンである『健康・友愛・奉仕』の精神を胸に、明るく楽しく、『きりり』と光る、魅力ある草津市老人クラブ連合会を目指し、会員の皆さまと一丸となって活性化に努めてまいりたいと思います。よろしくお願います」と決意を表明。コロナの終息を願いつつ、新たな一歩を踏み出しました。



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

かえで

サービス付き高齢者向け住宅
かえで1号館
かえで2号館

デイサービス
・地域密着型
・機能訓練型

訪問介護
訪問看護
居宅介護

草津市追分南1丁目7-3
TEL(077)566-7532

シニアのためのリフォーム

ケガや事故のリスクを軽減し、日々の生活の負担を減らすことが大切です。水回り、台所、お風呂、トイレの改装等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

ガス給湯器・ガスコンロ
オール電化

お気軽にご相談ください

クサネン

草津市青地町138番地
☎0120-118-932

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

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・神経内科
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

三王不動産グループ

空家の有効活用
売買・借地・管理
ご相談窓口

三王トラスト不動産(株)
草津市東矢倉四丁目2番2号
TEL(077)563-3055
(かがやき通り沿い)

内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科
人工透析内科、外科、脳神経外科、乳腺外科
整形外科、産婦人科、小児科、耳鼻咽喉科
皮膚科、眼科、泌尿器科、放射線科
麻酔科(林 裕二)、リハビリテーション科

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/

いつも笑顔をやさしく
素敵な日々を

草津ケアセンター

介護老人保健施設 草津ケアセンター
入所サービス・ショートステイ・通所リハビリ
訪問リハビリ・訪問看護・訪問介護

草津市野村2丁目13-13(野村運動公園前)
☎077-567-1122

社会医療法人 誠光会

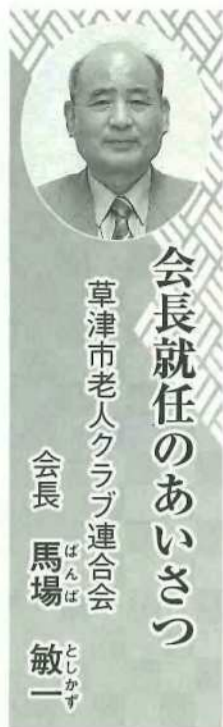
介護老人保健施設 草津ケアセンター

草津市野村2丁目13-13(野村運動公園前)
☎077-567-1122

野菜と健康 “きゅうり”

さっぱり夏野菜、利尿作用あり

ビタミンC、ビタミンK、カロテン、カリウムなどがバランスよく含まれています。利尿作用があり、むくみ解消などに効果的です。また、95パーセント以上が水分で、体を冷やす効果もあるので熱中症対策に良いでしょう。



会長就任のあいさつ

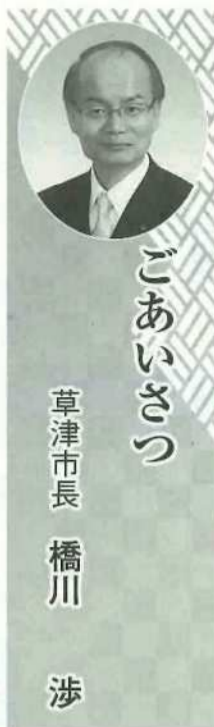
草津市老人クラブ連合会

会長 馬場 敏一

草津市老人クラブ連合会の会員の皆さまには、平素より本連合会の事業運営に対し、格別のご理解とご協力を賜わり、ありがとうございます。

令和3年度総会を4月28日(水)、ロクハ荘大広間

で開催いたしました。コロナ禍の影響により学区代表のみの参加でしたが、橋川市長・西田市議会議長・大田ロクハ荘所長を来賓に迎え、貴重なお言葉をいただき、続いて各議事の審議に入り承認を



ごあいさつ

草津市長 橋川 渉

高齢化が進む中、本市では65歳以上の方が3万人を超え、その数は、今後もさらなる増加が見込まれており、活力のある地域社会づくりのためには、高齢者の皆様がいかに生きがいを見い出して活動していただけるかが、重要となってまいります。

今後とも、市と老人クラブ連合会とが相互に協力しながら、全ての高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことのできるまちづくりを推進してまいります。御支援ならびに御協力を申し上げます。

このような中、本市においては本年3月に「草津あんしんいきいきプラン第8期計画」を策定し、取組みを進めておりますが、高齢者が自らの有する能力に応じて、あらゆる世代とともに、安心していきいきと暮らすことができる「地域共生社会」

を実現するため、高齢者が相互に親睦を深めあいながら、健康づくり、生きがいづくり、仲間づくりを進めておられる貴クラブの活動がより活発に行われるよう願っております。

令和3年度 事業計画

月 日	事業	会場
4月28日(水)	令和3年度 総会	ロクハ荘
7月 2日(金) ☂ 9日(金)	グラウンドゴルフ大会	野村グラウンド
10月22日(金) ☂ 29日(金)	健康フェスティバル	野村グラウンド
11月	高齢者福祉大会	
未 定	会員親睦旅行	行き先未定
きりりウォーキング/毎月1回	笑って歩いて健康づくり ポールウォーク(第3水曜日)	ロクハ公園
きりり料理教室/年間6回	笑って食べて健康づくり	すこやか保健センター
きりり四季を楽しむ会/毎月1回	笑って作って健康づくり	ロクハ荘
毎月 第1火曜日	理事会	
随 時	各種事業・研修会	
年間2回	広報紙発行「老ク連くさつ」	
随 時	「きりり通信」発行	

- 県老ク連事業
 - 11月25日(水) 滋賀県老人クラブ大会/野洲文化小劇場
 - 2月24日(水) 高齢者相互支援活動・女性委員会主催研修会/長寿社会福祉センター
- 学区活動事業・加入促進事業(老人クラブ以外の方も誘い合いましょう)
 - 健康ウォーキング日程
(山田…6/25、草津…未定、渋川…未定、矢倉…未定、老上…未定、笠縫…未定)
- 単位クラブ活動事業
 - 全国社会奉仕日 9月20日を中心に実施
 - 友愛募金活動 10月1日～

いただきました。このたび、草津市老人クラブ連合会の会長に就任し、微力ではございますが本連合会のさらなる発展に尽力してまいりますので、よろしくお願ひします。

の減少、高齢化、役員のなり手不足などの課題を抱えています。しかし、高齢者が豊かに生きがいをもって、安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めるため、老人クラブの活動が大変重要であると思っております。

このたびのロクハ荘への減少、高齢化、役員のなり手不足などの課題を抱えています。しかし、高齢者が豊かに生きがいをもって、安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めるため、老人クラブの活動が大変重要であると思っております。

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

デイサービスセンター
にじの家くさつ
草津市野村7丁目9-17
電話:077-514-7010
FAX:077-514-7011

社会福祉法人 あさひ
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

パナソニック
エイジフリーショップ
草津介護センター
介護用品販売・レンタル
介護リフォーム・補聴器
草津市西渋川1丁目15-10
☎(077)563-2615

三原康郎税理士事務所
「三方よし」の理念で
トータルワンストップサービスを提供
詳細や質問等、お気軽にお問合せください
草津市東矢倉2丁目36-7
TEL(077)598-1137
FAX(077)562-7910
HP:https://sanpoyoshi.tknf.com
E-mail:miharakaikai@tknf.or.jp

阪口法律事務所
弁護士 阪口 大視
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

学校法人 草津仏教同心会
草津幼稚園
草津市草津2丁目13-24
TEL(077)562-1413
FAX(077)567-5380

社会福祉法人 千草会
草津大谷保育園
草津市北大萱町296
TEL(077)568-1106

LEMOND NURSERY SCHOOL
社会福祉法人 檸檬会
レイモンド東矢倉保育園
草津市東矢倉1-5-18
TEL(077)516-2850
E-mail:manami.n@lemonkai.or.jp

社会福祉法人 良友会
あゆみこども園
☎(077)563-8989
草津市平井2丁目13-3
笠縫東児童センター/のびっ子笠縫東
渋川あゆみこども園
☎(077)564-7117
草津市西渋川2丁目7-7
のびっ子渋川

TAMランド 大事に育てる未来の芽
保育所型認定こども園
TAMランド野路こども園
〒525-0059 草津市野路8-16-10
http://www.seiki.co.jp

令和3年度 会計予算書

◆歳入の部

科目	3年度予算額	2年度決算額	附記説明
①会費	418,750	631,250	会費250円×1,675人 418,750
②市補助金	2,696,958	3,282,032	老人クラブ活動補助金 1,345,320 市老連活動事業補助 841,638 創造推進員設置補助 480,000 人権教育助成金 30,000
③県老連助成金	341,950	375,975	活動助成交付金 20,950 介護予防事業助成金 300,000 花ある街づくり事業助成金 5,000 ニュースポーツ講習会 16,000
④市社協助成金	70,000	72,000	市老ク連活動助成(介護予防事業)
⑤事業協力金	2,750,000	1,057,280	参加費(会員親睦旅行、GG大会、料理教室、ウォーク売上還元金 ほか)
⑥雑収入	110,000	173,347	後援料、広報紙協力金、利息等
⑦友愛活動資金	50,000	84,334	友愛活動資金
⑧繰越金	663,683	620,986	
歳入合計	7,101,341	6,297,204	

◆歳出の部

科目	3年度予算額	2年度決算額	附記説明
①会議費	30,000	4,152	総会、役員会、委員会等
②事務費	1,600,000	1,680,000	事務職員・創造推進員給与 1,360,000 事務職員・創造推進員交通費 240,000
③本部事業費	3,611,000	1,610,619	事業 指導者友愛役員研修 200,000 高齢者福祉大会 86,000 健康フェスティバル 100,000 ニュースポーツ事業 100,000 健康ウォーキング 20,000 広報発行 50,000 会員親睦旅行(日帰り旅行) 2,500,000 地域支え合い事業 100,000 きりり歌の会(介護予防事業) 305,000 きりり料理教室 70,000 きりりウォーキング 80,000
④活動補助金(単位クラブ)	1,254,750	1,742,250	人数割り 418,750 22,000円×34クラブ 11,000円×8クラブ 836,000
⑤慶弔費	20,000	0	
⑥県老ク負担金	209,500	306,500	クラブ割1,000円×42クラブ 会員割100円×1,675人
⑦予備費	376,091	290,000	
		663,683	令和3年度への繰越金
歳出合計	7,101,341	6,297,204	

令和2年度 会計決算書

◆歳入の部

科目	2年度予算額	2年度決算額	附記説明
①会費	631,250	631,250	会費250円×2,525人 631,250
②市補助金	3,208,532	3,282,032	老人クラブ活動補助金 1,801,206 市老連活動事業補助(事務所移転費含む) 970,772 創造推進員設置補助 480,000 人権教育助成金 30,000
③県老連助成金	387,375	375,975	県老ク連 事業助成金
④市社協助成金	70,000	72,000	市老ク連活動助成(介護予防事業)
⑤事業協力金	2,900,000	1,057,280	参加費(GG大会、歌の会、料理教室、きりりウォーキング、会員親睦旅行、そつめん売上金、ちらし配布手数料 ほか)
⑥雑収入	210,000	173,347	後援料、広報紙協力金、利息等
⑦友愛活動資金	20,000	84,334	友愛活動資金
⑧繰越金	620,986	620,986	
歳入合計	8,048,143	6,297,204	

◆歳出の部

科目	2年度予算額	2年度決算額	附記説明
①会議費	50,000	4,152	総会、役員会等
②事務費	1,680,000	1,680,000	事務職員・創造推進員給与 1,440,000 事務職員・創造推進員交通費 240,000
③本部事業費	3,819,000	1,610,619	事業 指導者友愛役員研修 63,830 高齢者福祉大会 86,019 健康フェスティバル 100,071 ニュースポーツ事業 44,096 広報発行 48,400 健康ウォーキング 20,012 会員親睦旅行(日帰り旅行) 900,600 地域支え合い事業 108,000 きりり歌の会(介護予防事業) 88,098 きりり料理教室 69,176 きりりウォーキング 82,317
④活動補助金(単位クラブ)	1,742,250	1,742,250	人数割り 631,250 22,000円×47クラブ 11,000円×7クラブ 1,111,000
⑤慶弔費	20,000	0	
⑥県老ク負担金	306,500	306,500	クラブ割1,000円×54クラブ 会員割100円×2,525人
⑦予備費	430,393	290,000	事務所移転備品購入
		663,683	令和3年度へ繰り越し
歳出合計	8,048,143	6,297,204	

令和2年度 特別会計決算報告書

◆歳入の部

科目	本年度決算額	附記説明
友愛活動資金	393,334	友愛募金活動
歳入合計	393,334	

◆歳出の部

科目	本年度決算額	附記説明
市社協共同募金	100,000	市社協への寄付金
単ク友愛活動資金	159,000	単位クラブ活動助成金
熊本災害義援金	50,000	熊本県へ災害義援金
市老ク連友愛活動資金	84,334	一般会計 友愛活動資金へ
歳出合計	393,334	

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

一緒にうれしい
On Your Side

みなさまのすぐそば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[草津タワー]1階
☎077(563)7951 ☎077(563)9051

茶葉を捨てずに有効活用

お茶を飲んだ後、急須には出がらしと言われる余りの茶葉が残ります。その茶葉をしっかりと乾燥させ、臭いの気になるところ(下駄箱や靴、冷蔵庫の中など)に入れることで、茶葉が乾燥剤、脱臭剤の役目をしてくれます。

植平法律事務所

弁護士 植平朋行
(滋賀弁護士会所属)

草津市野路1-4-16 MNK-3ビル4階
TEL(077)569-5802
<https://uehira-lo.jp>

税理士法人
社会保険労務士法人

小澤事務所
小澤司法書士事務所

草津市岡本町843番地の3
TEL(077)563-9852

社会福祉法人
さくらがおか

**さくらがおか
こども園**

草津市桜ヶ丘1-1-2
TEL(077)562-7511
FAX(077)562-7512
<http://sakuragaokakids.net/>

☆体育部 ※太字は部長

氏名	学 区
野田 和男	草 津
西村 高治	渋 川
水谷 務	矢 倉
芝田 敏夫	老 上
片淵 源二	山 田
山本 巡	笠 縫

☆広報部 ※太字は部長

氏名	学 区
村田 高三	渋 川
村田 重治	草 津
黒川 敬三	矢 倉
山本 幹雄	老 上
中島 清明	山 田
外村 治郎	笠 縫

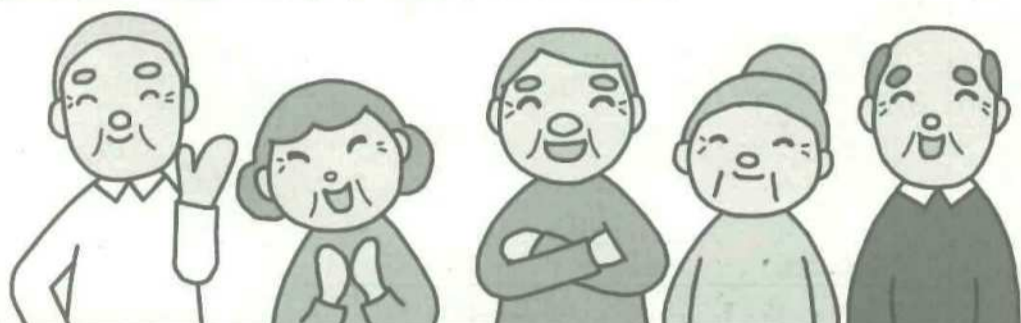
☆女性部 ※太字は部長

氏名	学 区
太田 禮子	矢 倉
北川 征子	渋 川
植西 小雪	山 田
伊吹美賀子	笠 縫

専門部役員名簿

役職名	氏 名	学 区
会 長	馬場 敏一	山 田
副会長	柴田 弘三	矢 倉
副会長・女性部長	太田 禮子	矢 倉
会 計	木村 兼久	草 津
理 事	末下 信哉	渋 川
理 事	今居 功	老 上
理 事	望月 雅治	笠 縫
理 事・体育部長	野田 和男	草 津
理 事・広報部長	村田 高三	渋 川
監 事	北井 信弘	山 田
監 事	外村 治郎	笠 縫

令和3年度 本部役員名簿



草津学区 8クラブ / 248人(男性118人・女性130人)			老上(老上・老上西) 3クラブ / 185人(男性81人・女性104人)		
単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数	単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数
上東町老人クラブ楽遊会	北島 忠典	11	南笠老人クラブ寿会	山本 幹雄	72
砂原町なかよし会	田中 正治	61	悠鳩会	今居 功	33
元一福寿会	木村 兼久	21	矢橋帰帆クラブ寿会	芝田 敏夫	80
元二永寿会	池田 良彦	27	会 長 今居 功 体育部長 芝田 敏夫 副 会 長 山本 幹雄 広報部長 山本 幹雄		
元町みよご会	野田 和男	20	山田学区 15クラブ / 680人(男性300人・女性380人)		
本四共寿会	村田 重治	30	単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数
宮町壮寿会	伊岐見 豊	46	北山田町一部いきいき健幸クラブ	横江 廣康	35
グリーンピア草津緑寿会	野口 藤志嗣	32	北山田町二部いきいき健幸クラブ	横江 清隆	38
会 長 木村 兼久 体育部長 野田 和男 副 会 長 北島 忠典 広報部長 村田 重治			北山田町三部いきいき健幸クラブ	中島 清明	33
渋川学区 2クラブ / 91人(男性43人・女性48人)			五条老人クラブ寿会	濱口 修治	44
単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数	山田町老人クラブ八千代会	杉江 一善	73
渋川北楽寿会	米本 哲男	57	南山田町老人会第一クラブ	園田 増雄	32
渋川南かがやきクラブ	末下 信哉	34	南山田町老人会第二クラブ	中瀬 不二雄	49
会 長 末下 信哉 体育部長 西村 高治 副 会 長 米本 哲男 広報部長 村田 高三 副 会 長 北川 和男 女性部長 北川 征子			南山田町老人会第三クラブ	岸本 栄一	48
矢倉学区 8クラブ / 254人(男性120人・女性134人)			不動浜福寿会	馬場 敏一	73
単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数	御倉町老人クラブ	北井 信弘	18
矢倉第一老人クラブ	中村 和子	30	木川いこいの会	木村 芳昭	80
矢倉第二老人クラブ	種村 勝	30	陽ノ丘老人クラブ	植西 小雪	21
矢倉第三老人クラブ	小林 正達	30	出屋敷老人クラブ親愛会	佐々木 清信	56
大塚団地桜クラブ	佐藤 淳敏	30	出屋敷団地老人クラブ悠々会	片淵 源二	50
三楽長生老人クラブ	斉戸 猛	30	新田町ほほえみ会	須佐美 正二	30
室寿会老人クラブ	太田 禮子	30	会 長 馬場 敏一 体育部長 片淵 源二 副 会 長 木村 芳昭 広報部長 中島 清明 副 会 長 植西 小雪 女性部長 植西 小雪		
馬池かがやきクラブ	柴田 弘三	35	笠縫学区 5クラブ / 187人(男性106人・女性81人)		
玄甫壮寿会	長山 孝	39	単 位 ク ラ ブ 名	会 長 名	会 員 数
会 長 柴田 弘三 体育部長 水谷 務 副 会 長 種村 勝 広報部長 黒川 敬三 副 会 長 太田 禮子 女性部長 太田 禮子			上笠第二老人クラブ(寿楽会)	川原 啓嗣	23
コロナに負けず 元気に活動していきます！ 今年度も草津市老ク連を よろしくお願いいたします！			上笠第三老人クラブ(むつみ会)	奥村 國男	59
きりり 1クラブ / 30人(男性10人・女性20人)			上笠第四老人クラブ(みのり会)	外村 治郎	45
きりり 30			野村第二老人クラブ	伊吹美賀子	23
			松原シニアクラブ	望月 雅治	37
			会 長 望月 雅治 体育部長 山本 巡 副 会 長 川原 啓嗣 広報部長 外村 治郎 女性部長 伊吹美賀子		

令和3年度 学区別単位クラブ一覧

(4月1日現在 / 42クラブ・1675人)

新型コロナウイルスワクチン 接種会場運営訓練に参加

◎接種担当部署
草津市健康福祉部 新型コロナウイルスワクチン対策室

4月10日(土)、午後2時から草津市役所2階特大会議室において、新型コロナウイルスワクチン接種会場運営訓練が実施されました。草津市老人クラブ連合会には45人の参加要請があり、そのうち矢倉学区老人クラブ連合会から20人、山田学区老人クラブ連合会から25人が参加しました。

訓練では、車いすの方や耳の聞こえない方など障害のある方も想定し、それぞれの区画内で訓練を受けておられ、安心して接種が受けられると感じました。1日も早く高齢者すべてがワクチン接種を終了し、老人クラブ活動が再開できることを願っています。
(山田学区 中島 清明)



新型コロナウイルスワクチン接種が市内医療機関でも可能になりました

新型コロナウイルスのワクチン接種について、草津市では従来の集団接種会場(草津市役所・近江草津徳洲会病院)での実施に加え、6月7日から順次、草津市内の病院や診療所でも接種ができるようになりました。

実施医療機関の詳細は、草津市ホームページに掲載しております。掲載している医療機関以外にも接種可能な医療機関がありますので、まずはかかりつけ医にご相談ください。また、医療機関によって、かかりつけ患者以外の接種を行わない場合や、ご予約の際にかかりつけ患者を優先する場合があります。

従来どおり、集団接種会場での接種をご希望の方は、下記コールセンターまたはインターネットでご予約をお願いします。

※市役所では予約できません。

コールセンター ☎ 0570-009-300
受付時間 9:00~17:00(土・日・祝は対応外)

★草津市内のワクチン接種実施医療機関一覧

しづ井上内科、おがわ耳鼻咽喉科医院、あさの内科クリニック、いうら皮膚科クリニック、西岡医院、井上医院、岡森内科医院、のぞみクリニック、津田皮膚科、中野クリニック、ひつじクリニック、佐竹クリニック、内田内科循環器内科、南草津けやきクリニック、おぐまファミリークリニック、竹岡診療所、南草津あおぞらクリニック、産科婦人科ハピネスバースクリニック、びわこ学園医療福祉センター草津、おかだ内科クリニック、はっとり小児科、加地皮膚科医院、みつだ内科クリニック、北山田診療所、宮本クリニック、眞下草津医院、せき川クリニック、須津整形外科、白波瀬小児科、なかの医院、せの耳鼻咽喉科、やまもとクリニック、橋本内科医院、草津ハートセンター、にし内科クリニック、あなむら診療所
(令和3年5月31日現在・順不同)

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
中神内科クリニック

★受付時間★	月	火	水	木	金	土
午前9:30~12:00	○	○	○	○	○	△
午後5:30~7:00	○	○	○	○	○	△

◇・日曜・祝日・毎月末の木曜(12月は除く)は休診
△・第2・4土曜日は休診
※全曜午後の受診は前日までに予約が必要です
草津市西大路町11-10
☎(077)562-0209

AOZORA CLINIC
南草津あおぞらクリニック
内科・消化器内科・外科・肛門外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 8:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△	△
PM 2:00~7:30	○	○	○	○	○	○	△	△

草津市南草津3-4-3-3
TEL(077)567-8101

整形外科・リウマチ科
リハビリテーション科
医療法人 健尚会
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

皮膚科・泌尿科・アレルギー科
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	○	○	○	○	○	○	△	△

休診日 火・木・日曜・祝日、土曜の午後
草津市西大路町9-13
西大路ビル2F(ファミリーマート前)
TEL(077)565-0251

内科、腎臓・糖尿病、
循環器内科、人工透析(昼夜)
富田クリニック

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

休診日 日曜・祝日
草津市西渋川1丁目3-22
TEL(077)566-0303

内科・小児科・整形外科・脳神経外科
おうみクリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 8:50~11:30	○	○	○	○	○	○	△	△
PM 3:50~6:30	○	○	○	○	○	○	△	△

※現在加療中の方は午前診11:45、午後診6:45まで
草津市新浜町85-19
TEL(077)569-5525

お薬手帳とは?
自分が使っている薬の名前・量・日数
使用法などを記録できる手帳

* お薬手帳を持つメリットを知りましょう *
・薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。
・同じ薬による副作用の再発を防止できます。
・旅行先で病気になった時などお薬手帳があれば飲んでる薬を正確に伝えられます。

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



皆さんの生活に役立つ情報をお届けします！

私たちが「老ク連くさつ」広報担当です！

コロナ禍で活動が制限され、広報紙づくりも大変ですが、みなさんの日常生活に役立つ情報の提供に努めますので、末永くご愛読いただきますよう、よろしくお願ひします！



渋川学区 村田 高三 -事務所がロクハ荘に移転-

ロクハ荘には感慨深い思い出があります。平成26年1月11日、なごみの郷将棋愛好会の一員として、ロクハ荘の将棋クラブと親善試合をしました。平成26年11月2日には、なごみの郷にて第2回目の親善試合。3回目はロクハ荘にて平成27年11月10日に行いました。

コロナ禍で自粛、自粛で大変ですが、コロナが収まればロクハ荘をお借りして市老ク連の将棋愛好家の皆さまに、個人対局試合をしていただきたいと思っております。その時は参加をお願い致します。自称、渋川学区の藤井聡太でした。

草津学区 村田 重治 -家庭菜園のススメ-

野良仕事は畑の耕運・畝作りや雑草除去などに体力が必要で、作物には連作障害の回避や適期の種まき、施肥が求められ、成長に伴う間引き、支柱立てなど思案をめぐらす場面も多い。これらの作業は一年を通じ日常的に対応が必要で、待ったは効かない。



体力・知力を持って余す年金生活者にとっては、家庭菜園は単なる暇つぶしではなく、筋トレ、脳トレの一種ゲーム感覚である。

山田学区 中島 清明

-新会長として、市広報部として- 私が所属するクラブは、今年度から「北山田いきいき健康クラブ」と改名、初代会長に任命されました。

先日、第1回奉仕作業を呼びかけました。開始30分前から会員が続々と集まれ、各々独自で作業開始、びっくりしました。

今日までの役員と会員のつながり、阿吽の呼吸を感じ、大きな安心感をいただきました。「諸先輩と新役員、みんなで新しい試みにもチャレンジし、活気あるクラブになればいいな！」と考えています。



老上(老上・老上西) 山本 幹雄

老上は、今年度会員数が減りました。「来年は戻ってもらおう」と3単位クラブ会長が役割分担をして活動しています。

今日はボランティアで「1万歩」歩きました。小学3年生を南笠7曲り道に案内しました。古墳・お宮さん・お寺と、子どもたちは目を光らせて聞いてくれました。

笠縫学区 外村 治郎

私の趣味は真空管アンプの組み立てです。音楽を楽しむよりも、性能をどうのこうのと楽しんでます。

また、最近はパソコンに向かう時間も多くなりました。デジタル志向で遊んでいます。

1日も早く新型コロナワクチン接種が進み、会員全員で集会場での行事ができることを願うこの頃です。

矢倉学区 黒川 敬三

僕の取り組みは「健康・友愛・奉仕」です。新型コロナウイルスに明け暮れて、すでに1年が過ぎました。命と健康を守る大切な取り組みも大事なかなと思います。

会員各自の思いや考えはさまざまです。困難な時ではありますが、近いところにいつでも気楽に集える、仲間づくりを実践しています。

次号「老ク連くさつ」は、11月下旬の発刊を予定しています。

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

内科・呼吸器内科・アレルギー科・小児科
医療法人 にじいろ会
おぐま ファミリークリニック

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

草津市南草津2-4-3
TEL(077)561-3288

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	日	祝
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

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	日	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 検索

あらい眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:30~PM 1:00	○	○	○	○	○	○	○	○
PM 4:00~PM 6:00	○	○	○	○	○	○	○	○

△の診療は、第2土曜日のみ致します。
休診日 木曜・日曜・祝日
第1、3、4、5土曜
草津市大馬路二丁目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・肛門科
加藤乳腺クリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前診 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
午後診 13:30~16:00	●	●	●	●	●	●	●	●
夕診 17:00~18:45	●	●	●	●	●	●	●	●

※水・金曜日午後診は14:00から ☆土曜最終受付は13:30まで
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

シソ酒は不眠症に効果的

青シソ50枚程をざるに広げて半日程干し、これをビンに入れて、焼酎1リットルと氷砂糖250グラムを加えて、1ヶ月程冷暗所でねかせます。寝る前に飲むと、眠りやすくなり、その他、利尿・咳止め・貧血などに効果的です。

上原眼科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○	○
PM 5:00~7:30	○	○	○	○	○	○	○	○

△土曜PMは1:30~3:00
草津市西渋川1-2-22
TEL(077)564-1100

医療法人スマイル
玉川スマイルクリニック

総合内科専門医/日本糖尿病学会認定専門医
抗加齢学会専門医/日本内分泌学会認定専門医
内科・糖尿病内分泌科・小児科・甲状腺

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○	○

草津市野路8-22-13
TEL(077)564-5555
http://tamagawasmile.com/

御賛助

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

きりり学区活動あれこれ

川学区 伊砂神社の清掃

4月25日(日)、川学区老人クラブ連合会は氏子総代の人たちと協力して清掃作業を行いました。境内は木々が若葉と入れ替わる時期、落ち葉でゴミ袋がいっぱいになりました。伊砂神社は、遠く平安の昔、この地に疫病が流行した折、村人がその鎮静を願って大將軍(勝連の神、病除けの神)を祀ったのが始まりです。地域の守り神として昔からみんなで大切に護ってきました。そばを流れる伊佐佐川の「イササ」は神社の「イササ」と同音異字で、何かしら神秘的魅力を感じます。



清掃活動終了後、全員で記念撮影

草津学区 第1回 ノルディックウォーク

前日の雨もすっかりあがり、ウォーキング日和となった5月28日(金)、込田公園に参加者15人が集合しました。高野元男講師の指導のもと準備運動をしっかりと行い出発。de愛ひろばを往復し、眞教寺を経由して公園に戻るコースです。コース途中では田中修三さんによる建造物の歴史解説と、休息時のハーモニカ合奏で気分を癒やし、新緑の爽やかな季節感を存分に味わった半日でありました。(草津学区老ク連広報部)



絶好のウォーキング日和でした

山田学区 グラウンドゴルフ大会

5月28日(金)、旧草津川跡地公園(旧ai彩広場)において、山田学区老ク連クラブ大会が開催され、約100人が参加しました。当日は新型コロナウィルス感染防止対策として参加者名簿の提出と体温検査を実施、適度な距離を保つなど万全の体制で臨みました。大会は大いに盛り上がり、ホールインワンあり、ナイスショットありと笑顔の絶えなかった。(山田学区老ク連広報部)



馬場会長のあいさつ



見事達成！ホールインワン



ナイスショット！

山田学区 北山田いきいき健幸クラブ 春の「社会奉仕の日」

4月24日(土)に行った春の社会奉仕活動では「農村まるごと事業」への参加として、神社周辺の水路の清掃も合わせて実施しました。当日は30〜40人の会員が集合し、作業開始時間前にもかかわらず各自が慣れた手つきで次々と作業を始め、境内の落ち葉除去と清掃



神社本殿内部の拭き掃除



境内の落ち葉除去と清掃



水路内清掃作業

していると、長年にわたって培われた「阿吽の呼吸」を感じました。とても有意義な社会奉仕の1日でした。(山田学区老ク連広報部)

ちょっと教えて 素朴な疑問、解決します！



今回はお医者さんのこと、調剤薬局のことについて「エリー薬局 南草津店」の磯部先生から回答をいただきました。

質問①

内科にも専門分野がありますね。どのように選べば良いのでしょうか。

回答 内科は「身体の内部から治療をする」が名前の由来です。原因が分からない体調不良の時は、まず内科を受診する人が多く、人々の生活に密着した診療科とも言えます。

最近では循環器内科や呼吸器内科、消化器内科、脳神経内科など臓器や疾病によって専門が細分化されていますので、まずは地域の開業医を受診して、どの専門医に診てもらえばよいか相談してみてください。

私ども調剤薬局もたくさんのお医者さんを知っています。心配事がありましたら気軽に相談してください。

質問②

薬がたくさん残っています。整理ができなくて困っています。

回答 薬局では「おくすり手帳」を活用するなど整理のお手伝いもさせていただきます。何のお薬かが分からなくなった時は、気軽にお問い合わせください。一緒に整理しましょう。

質問③

調剤薬局では、処方箋のお薬をもらうだけでしょか。

回答 調剤後のお薬の状況確認、市販薬や健康食品の購入相談、健康状態の相談、お薬や身体の心配事などの相談…なんでもけっこうです。お気軽にお立ち寄りください。



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

いしはら歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~19:00	○	○	○	▲	○	■	○	○

▲木曜日/9:00~13:00
■土曜日/9:00~16:30

草津市追分1丁目4番25-3号
TEL(077)565-2822

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2:00~5:00
【休診日】 木曜・日曜・祝日

草津市矢橋町1168-5
TEL(077)569-2022

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

TEL(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	○	○	○	○	○	○	○	○

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

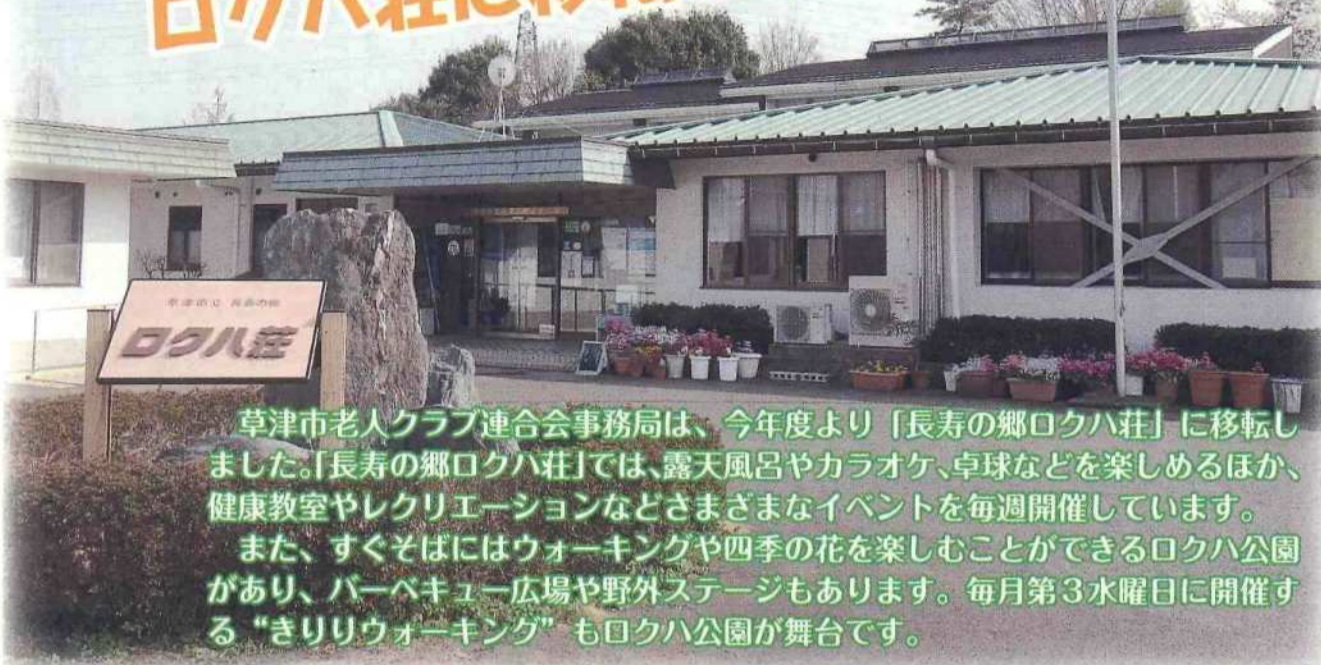
FAMILY DENTAL CLINIC

医療法人悠翔会
みなみ草津
ファミリー歯科

診療時間 AM 9:30~PM 1:00
PM 2:30~PM 7:30
休診日 日曜・祝日

草津市野路町694-1
TEL(077)569-5870

草津市老ク連事務局が ロクハ荘に移転しました!



草津市老人クラブ連合会事務局は、今年度より「長寿の郷ロクハ荘」に移転しました。「長寿の郷ロクハ荘」では、露天風呂やカラオケ、卓球などを楽しめるほか、健康教室やレクリエーションなどさまざまなイベントを毎週開催しています。また、すぐそばにはウォーキングや四季の花を楽しむことができるロクハ公園があり、バーベキュー広場や野外ステージもあります。毎月第3水曜日に開催する“きりりウォーキング”もロクハ公園が舞台です。



多目的広場



野外ステージ



ジャブジャブ小川



健康増進室



大広間



図書室



露天風呂



レストハウス

みなさんもロクハ荘で ゆっくりお過ごしください

受付時間/10月~5月 9:00~17:00
※温浴施設は10:00~16:30(受付は16:00まで)
6月~9月 9:00~18:30
※温浴施設は10:00~18:00(受付は17:30まで)
休館日/月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)



アクセスマップ

草津市老人クラブ連合会 新事務所のご案内

〒525-0047 草津市追分7丁目11番1号 草津市立長寿の郷ロクハ荘内
TEL. 516-0350 FAX. 516-0351

ナンプレに挑戦!

★ルール★

- ①どのタテ一列にも1~9の数字が1個ずつ入る
- ②どのヨコ一列にも1~9の数字が1個ずつ入る
- ③区切られた3x3のどのブロックにも1~9の数字が1個ずつ入る

★ヒント★

「この数字はここにしか入らない」という場所を探すのが簡単です。今回の問題では、左下のブロックで3に注目してみましょう。このブロックでは、まだ3が入っていないので、どこかに3が入ります。4の上のマス以外では、タテやヨコの列に入っている3と重複してしまうので、「このブロックでは3は4の上のマスにしか入らない」と決まります。

9	8			5	2
1	3		8		7
			9	1	3
	4	6	5		9
	2		1		
		3		7	2
		5	1	9	
4	7			3	1
2		6		8	3

正解された方には、抽選で素敵なプレゼントを進呈!

マス目の数字がすべて分かった方は、解答を記入した用紙を単位クラブの会長か事務局までお持ちください。素敵なプレゼントがもらえるかも知れませんよ…!

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

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

弁護士法人 田中彰寿法律事務所

遺言 相続 後見
自分の 家族の
これからが心配になったら
ご相談ください
☎(077)561-0321
草津市野村2丁目10番16号

整形外科・リハビリテーション科
山田整形外科クリニック
診療時間 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
16:00~19:00 ○○ ○○ ○○ ○○ ○○ ○○
草津市南草津3丁目4番3-1
TEL 077-598-5935

わかき耳鼻咽喉科
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
☎(077)532-7071
http://www.wakajibi.com

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
AYAHA GROUP
アヤハ不動産株式会社
草津営業所 ☎0120-63-6066 草津市西大路町6-6 (JR草津駅西口 大阪ガス隣)
南草津営業所 ☎0120-01-6065 草津市矢倉2-6-12 (国道1号線沿い セブンイレブン隣)
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