

# KiRiRi きりり通信

第15号

発行:草津市老人クラブ連合会広報部  
住所:〒525-0047 草津市追分7丁目11番1号

老人クラブの  
三大運動

健康

友愛 奉仕



## 令和4年度 草津市老人クラブ連合会 グラウンドゴルフ大会

令和4年7月8日(金)

会場:野村運動公園

### 開会式

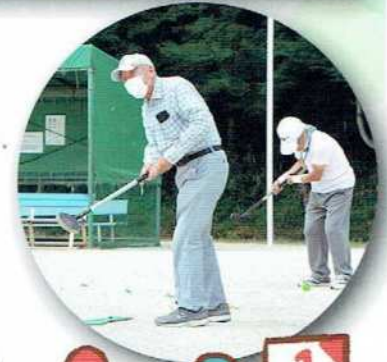


末下会長挨拶  
「水分補給、受付で  
準備してます」

山本副市長  
「カーン」と一打



開会式の整列



当日、熱中症が心配  
でしたが少し曇った空  
のもと、続々と選手が  
集まりました。

会長挨拶「楽しく、  
練習成果を見せて！」

副市長は挨拶で「頑  
張りましょう」と言わ  
れ、一打。  
「上手に打れたなあ」

と副市長の粋な挨拶に  
拍手がおこりました。  
選手総勢157名の皆  
さんが楽しい一日を過  
ごしました。

体育部会の皆さんに  
は検討会から大会準備、  
当日の運営までお力添  
え頂きありがとうございました。







令和4年度グラウンドゴルフ大会結果

	氏名	学区	スコア	1打	2打
優勝	服部 善夫	矢倉	29	3	6
準優勝	矢野喜美已	山田	32	2	7
第3位	馬場 利夫	山田	35	2	5
第4位	田中 修三	草津	35	2	5
第5位	村田 豊子	草津	36	1	8
第6位	吉川 弘子	矢倉	36	1	7
第7位	林 千恵子	矢倉	36	1	7
第8位	周藤 勇	矢倉	37	1	7
第9位	塚本 昭雄	草津	37	1	6
第10位	木下 良弘	笠縫	37	1	6
BB	久保 正子	山田	52	0	2

表彰式



(左から) 準優勝: 矢野喜美已さん(山田)  
優勝: 服部善夫さん(矢倉)、第3位: 馬場利夫さん(山田)

《ホールインワン》

3回×1人 2回×3人 1回×45人



# 自粛生活でも、毎日を健やかに！

新型コロナウイルス感染症による自粛生活が長引き、高齢の方の心身の機能低下が心配されています。

これから先も元気に過ごしていくためには、日常生活で心身の機能低下のサイン（フレイル）に早めに気づき、改善していく心がけが大切です。



## フレイルとは

「フレイル」とは高齢期に心身の機能が衰えた状態をいいます。

「健康な状態」と「介護が必要な状態」の中間の段階で、要介護になる危険があります。

しかし、早めに生活習慣を見直せば、健康な状態に戻ることができます。





# 高齢者の総合相談窓口 草津市地域包括支援センター

## さまざまな相談ごと

- ひとり暮らしの親が心配
- 日常生活の困りごと
- 認知症に関する相談
- 近所の高齢者が心配



## 介護や健康づくり

- 地域の介護予防の取組
- 介護保険の申請
- 介護予防や総合事業のサービス

- お金の管理や契約のこと  
(成年後見制度の利用など)
- 高齢者虐待のこと
- 消費者被害のこと

- 医療機関や介護事業所などと連携した地域づくり
- ケアマネジャーの支援

## 権利を守ること

## 地域のネットワークづくり

### 高穂地域包括支援センター

所在地：山寺町837番地  
(特別養護老人ホーム 高穂の郷内)  
電話：077-561-8143  
FAX：077-561-9524  
学区：志津・志津南・矢倉

### 草津地域包括支援センター

所在地：草津三丁目9番14号  
電話：077-561-8144  
FAX：077-561-9525  
学区：草津・大路・渋川

### 老上地域包括支援センター

所在地：矢橋町885番地1  
電話：077-561-8145  
FAX：077-561-9526  
学区：老上・老上西

### 玉川地域包括支援センター

所在地：笠山一丁目1番46号  
(南笠デイサービスセンターあさひ内)  
電話：077-561-8146  
FAX：077-561-9527  
学区：玉川・南笠東

### 松原地域包括支援センター

所在地：上笠一丁目9番11号  
(上笠デイサービスセンター湯楽里内)  
電話：077-561-8147  
FAX：077-561-9528  
学区：山田・笠縫

### 新堂地域包括支援センター

所在地：志那中町25番地  
(北部デイサービスセンター常盤の里内)  
電話：077-568-4148  
FAX：077-568-3529  
学区：笠縫東・常盤

※まずはお電話で、担当学区のセンターへご相談ください。

## 遊びましょ！ 答えを届けてね♡

### 将棋に挑戦！

今回は5手詰です。  
わかるかな？

〆切 11月30日迄

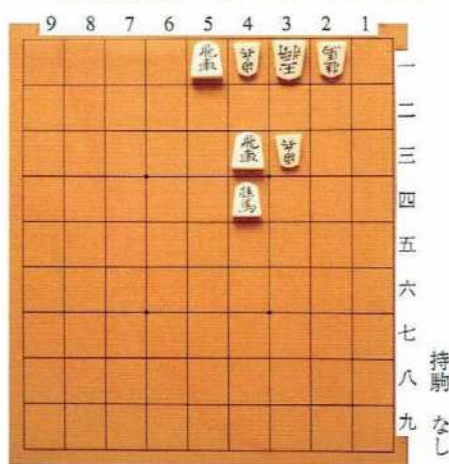
正解者には景品をお届けします。  
回答は、単位会長が事務局まで  
お持ち下さい。(FAX可)

TEL. 516-0350 FAX. 516-0351

第14号の答え

- ▲4二銀 □同金 ▲3二銀成
- △同玉 ▲2一飛成までで5手詰め

広報部長 村田 高三



持駒なし

## 編集後記

きりり15号では久しぶりに大きな大会のご報告とお役に立つ情報を掲載できました。

まだまだコロナ禍の続く中ですが、老人クラブの活動をこれからも楽しんでもらえるよう模索していきます。

よろしく願いいたします。

(広報部一同)