

守山アクティブ シニア倶楽部

第6号

【発行】 守山市老人クラブ連合会
(守山アクティブシニア倶楽部)
【住所】 守山市下之郷3丁目2-5
(すこやかセンター3階)
【TEL(FAX)】 077-582-3310
【E-mail】 ikoinoie@usenet.ne.jp



「高齢者が、生き生きと生活できる地域社会」の実現に向けて

守山野洲医師会

会長 小西常起

朝晩 30℃を超える暑さが続き、加えて新型コロナウイルス第7波の襲来が、われわれの健康を脅かす事態となっています。特に、ご高齢の方々は、熱中症・脱水症に対する抵抗力が弱く、また、新型コロナウイルス感染重症化する危険性高いとされています。私たち、守山野洲医師会は、熱中症予防のための啓発、脱水症をおこされた時の治療や、新型コロナウイルス感染症に対しては、ワクチン接種・PCR検査センター運営・発熱外来・自宅療養者の健康観察など、感染予防、ならびに万が一感染・発症された時の重症化予防のための診療を行っています。私自身既に70歳を超え、高齢者となっています。

自身が経験して得た“知恵”を、残された時間で、人生の後輩に伝え・教えることも大切な仕事だと思っています。地域のご高齢者が生き生きと暮らし、培って来られた知恵を地域の若者に伝えることで、より良き地域社会が育まれていくものと考えています。守山野洲医師会は、「ご高齢者の健康を維持することで、より良き地域社会の実現に貢献できる」と、日々の診療を行っています。

守山アクティブシニアクラブの皆様の活動が、守山野洲医師会とともに「ご高齢者が生き生きと生活できる地域社会」の実現に寄与することを願ってやみません。

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

特に運動時には、忘れずにマスクをはずしましょう



三上山に登る会

岡寿会 岸邊 輝彌

平成28年の敬老会の席上で、今も世話人の中心として頑張っているIさんから、「三上山に登る会を作ろうという話が持ち上がっているがどうですか」という投げかけがあった。良いですねえと答えると、貴方が会長ですよと言われ、一瞬絶句してから7年が経過、世話人が協議して早期に第1回をという事で、11月20日に三上山に行く事とした。

以来、コロナ禍の時も下火になった頃を見計らう等、年2~4回のペースで会を実施し、本年の5月で16回(内1度は雨天中止)の登る会を行うことができた。

参加者の年齢の事も考慮しながら実施時期、コース選定を行い、三上山・大文字山・八幡山・安土城跡・湖南アルプス・金勝山などを踏破し、今年の春は笠原の桜公園へも足を延ばした。これまでで

最も多く行ったのが希望ヶ丘のハイキングコースで計5回になる。

悩みとしては、会の名称の「三上山」が「松茸山」という事もあり、最も良い時期の10月に登れないことである。



(2021年11月:三上山にて)



(2019年11月:希望ヶ丘にて)



(2020年11月:希望ヶ丘にて)



(2022年4月:笠原にて)

内科・胃腸科・循環器科・呼吸器科

井上クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後5:00~7:30	○	○	○	休	○	休

休診日 日曜・祝祭日・木曜午後・土曜午後

胃・大腸の内視鏡検査 / 健康診断

吉身3-14-46 ☎581-1233



医療法人

せんぎく腎泌尿器科クリニック

泌尿器科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:00	●	●	—	●	●	●	—
午後 16:00~19:00	●	●	—	●	●	—	—

※水曜日(午前)は、滋賀県立総合病院 泌尿器科にて診療を行っております。

〒524-0045 滋賀県守山市金森町 598-1

☎ | 専用駐車場 34 台完備 ☎077-596-5070

らいふステーション 憩い

石田町・老人憩いの家跡地に12月開所

自宅での生活を主にヘルパー訪問・デイ通所・宿泊が利用できる小規模多機能サービスです
看護師が常駐していて安心です

介護の不安・困りごとはケアマネジャーへご相談ください

NPO 法人ゆうらいふ 077-585-4070

笑顔をとどける



シルバーで地域のお仕事探し

説明会 10日・20日/毎月

参加できなくても...

シルバーのホームページから

簡単手続き Web 入会!!

公益社団法人守山市シルバー人材センター

☎514-8831 守山市欲賀町 895 番地

コロナ禍の活動

三宅町いきいきクラブ 田中 三男

令和2年春よりコロナ禍で社会及び経済活動が大きく制限され、我がいきいきクラブも総会をはじめ対面活動は軒並み中止や延期となった。このような重苦しい雰囲気の中、コロナと共存した活動をする方法として感染防止を図りながら活動できる以下の屋外活動に取り組んでいる。

まず、清掃奉仕は年3回・町内5か所を数十人の会員参加の下実施し、環境維持に効果が大いので達成感がある。次に、グラウンドゴルフだが多く

の会員が自治会館広場に集い、マスク越しに会話

を楽しみながら尚且つ競技も楽しんでいる。そして、小学校児童退校時の見守り（スクールガード）は、毎週2回町内在住児童のみならず町内を通過する児童の安全も第一として見守りを行い、児童とのさやかな交流の場にもなっている。

このような屋外活動を通じて、コロナに負けない活動を継続している。

各種の規制が廃止され、対面活動ができる日が1日も早く来ることを切に願う。

熊野神社の清掃作業



町内交差点における児童見守り活動（スクールガード）



自治会館広場におけるグラウンドゴルフ



社会福祉法人 永山会

しがそせい苑

- 特別養護老人ホーム
- デイサービス
- ショートステイ
- 居宅介護支援事業所
- ケアハウス

守山市水保町 2650-1
TEL 585-7878



IWASAKI

Iwasaki Estate Co., Ltd

株式会社 岩崎地所

- 土地・建物売買、仲介
- 分譲住宅販売
- 不動産賃貸、管理
- 不動産コンサルティング

TEL 077-583-1130（代）
〒524-0034 守山市千代町 85-1

白内障手術・硝子体手術・加齢黄斑変性治療・眼科一般診療

小森眼科クリニック

医学博士・日本眼科学会認定・眼科専門医 院長 小森 秀樹

診療時間（予定）	月	火	水	木	金	土
午前9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
午後2:00～4:00	★	手術	／	★	手術	／
午後4:00～6:30	○	手術	／	○	○	／

〈休診日〉水曜・土曜午後、日曜祝日 / ★予約検査
守山市金森町 600-1 ☎(077) 581-1313

料理旅館

各種宴会・屋形船・川魚料理・仕出し

えり市

☎（077）585-0012
守山市赤野井町 1201

役員・班長・有志による見守り活動について

播磨田おきながクラブ 奥野 俊介

コロナ禍の影響はいまだに計り知れない中、冬の寒い時も猛暑の時も新型コロナウイルス感染予防対策をし、諸先輩方から引き継いだ「見守り活動隊」は子どもたちが安全に各家庭に帰宅できるように活動しております。

最近、生徒の中から「ただいま」「ありがとう」と



いう声を聞くようになって、大変喜びを感じております。我々見守り隊は、高齢で足腰も弱くなってきて精神的・肉体的にも不安をかかえております。が、子どもたちの無事を祈り、毎日安心安全に通学してくれることを願い頑張っています。



準会員募集しています

加入条件： 単位老人クラブを持たない自治会員や、老人クラブはあるが市老連未加入クラブの会員が対象
会 費： 年間 1000 円(通信費等)
議決権ならびに助成金等はありませんが、イベントには参加していただけます。

*加入希望者は、お気軽に事務局へお電話ください。

☎ 582-3310 まで

手作り洋菓子 **モンレーブ**

滋賀県守山市勝部1丁目4-11 営業時間 9:00~19:00
TEL 077-583-4116 定休日 水曜日
FAX 077-598-5587 (祝祭日変更あり)

地域に根差して百有余年

(株)田中仏壇店

守山市荒見町306-5
☎ (077) 585-4523

水回りのリフォームなど何でもおまかせください!

守山ガス 株式会社

プロパンガス・ガス器具・ガス工事・灯油・住宅機器・リフォーム工事

☎ **077-583-2818** <http://moniyama-gas.co.jp/> FAX.077-582-0326

満タンで
安心



灯油プラス1で
安心



守山市石油協同組合

楽しいつどいのおしゃべり広場

河西ハイムさわやかクラブ 柏原 英子

私達のクラブは、公園の清掃や学童の見守りなどのボランティアをしています。

しかし、これらは2次的な活動で主な目的はみんなであつどい楽しむことです。それが週1回のおしゃべり広場です。

おしゃべり広場では20分の体操の後、3密を避けてできるゲームを4種考え、週替わりで約1時間楽

しんでいます。その中の1つ「カロム」は本来ならばテーブルで遊ぶゲームですが、外でゲートボールの球とスティックを使って行いました。ゲームの後は、30分ほど駄菓子を食べながらのお茶会で終わります。

皆さん、来週も元気でつどいしましょうね。



おもしろいゲームがあったら
紹介してくださいね！

街の便利屋 即OK!!

Yuki (株)幸弘設備

幸弘設備 検索

快適な住まい創りのお手伝い

住宅リフォーム 上水道 下水道 ガス 他

水回りの事なら何でもご相談下さい。

☎585-2077

FAX585-8166

守山市矢島町三ノ坪147番地の2

坪田歯科医院

歯科・小児歯科・矯正歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
AM 9:30~1:00	○	○	○	△	○	○	△
PM 3:00~7:30	○	○	○	△	○	3:00~6:00	△

休診：木曜、日祝 [P] 5台有

077-585-7776

守山市水保町北川1136-31

内科・呼吸器科

津田内科医院

院長：津田 透

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 8:15~12:00	○	○	○	○	○	○	休
午後 5:00~7:00	○	○	○	休	○	休	休

守山市焰魔堂町15

TEL(077)583-2075

専門スタッフが手厚いしす 福祉用具・介護用品のレンタルと販売 住宅改修(手すり取付・段差解消など) 居宅介護支援事業(ケアプラン作成)

車いす・特殊寝台・床ずれ防止用具・歩行器・杖・リフト
リハビリ用品・ポータブルトイレ・シャワーチェア・紙おむつ・健康用品等

(有)びわこメディカル

専門知識をもったスタッフが
アドバイス。
介護の御困り事、ぜひお気軽に
ご相談下さい。

守山市播磨田町107-1

電話(077)583-3352

勝部のお地藏さん

勝部老人クラブ 舟橋 光義

このたび勝部自治会から「勝部のお地藏さん」という冊子が発行されました。執筆したのは、自治会のすこやかサロンに属する歴史文化サロンのメンバーで、別名「勝部の文化伝え隊」の隊員であり、全員が勝部老人クラブの会員でもあります。勝部の文化伝え隊は「勝部史誌」も執筆しており、平成29年に発刊されています。その後も勝部の文化を再発見する活動を、月2回（2時間/回）のペースで続けています。

今回の「勝部のお地藏さん」は、町内にある273基のお地藏さんを1基ごとに記録を取り、種類に分け、いわれなどを調査した報告書です。



- ① お地藏さんはいつ頃・どんな目的で作られたのか？
- ② お地藏さんの形状は、舟形や四角いもの、おでこが出ているもの等いろんな形があるが、それはなぜか？
- ③ 彫られている像は阿弥陀さんなのに、お地藏さんと呼ぶのはなぜか？
- ④ お地藏さん1基の中に、1～4体の像が彫られているのはなぜか？

上記のようなことが書かれています。お地藏さんに興味のある方は、ぜひ一読してみてください。

*勝部自治会のHPの「歴史文化サロン」にも載っています。



AYAHA GROUP



琵琶湖レークサイドゴルフコース

☎ 077-585-1321

〒524-0104 滋賀県守山市木浜町2300

■ハーフラウンド 毎日受付中
■FWカート乗り入れ可（コース状況による）

引越・片付けの大量ごみ処分
トイレ・台所の詰まり除去



守山市洲本町 1215 番地

守山環整株式会社

☎ (077)585-1043



ハル 歯科医院
Haru Dental Clinic

【診療日】

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~19:00	●	●	●	●	●	●

CT設備有り 休診日：木曜午後・日曜・祝祭日
但し祝祭日ある週は木曜午後診療あり

守山市金森町992 ☎ 0120-860-640
<http://harushika.net>

特別養護老人ホーム 南平の郷
令和3年4月オープン（横江町）

入所申込 受付中

<お問い合わせ> ☎ 0748-53-0261

社会福祉法人 日野友愛会

〒529-1634 滋賀県蒲生郡日野町深山口 524

特別養護老人ホーム 營の松

介護スタッフ募集しています！



検診
行ってますか？



歯科健康診査を受診しましょう

広域連合では76歳と81歳の方を対象に歯科健康診査を実施しています。食べたいものを食べるためには、お口の中も健康であることが欠かせません。この機会にお口の中のチェックをしてみませんか？費用は無料です。

〈令和4年度〉

●対象者

昭和21年4月1日～昭和22年3月31日に生まれた方

昭和16年4月1日～昭和17年3月31日に生まれた方

対象の方には、9月上旬頃にご案内の封筒をお送りします。

ご不明な点は広域連合までお問い合わせください。



こころがけましょう、受診のマナー ～医療機関での適正な受診のために～

必要な方が安心して医療が受けられるように、医療機関の受診や薬の処方の際には、以下のことをこころがけてください



- 「かかりつけ医」や「かかりつけ薬局」を持ち、気になることがあったら、まずは相談しましょう。
- 休日や夜間に救急医療機関を受診しようとする際には、平日の時間内に受診することができないか、もう一度考えてみましょう。
- 同じ病気で複数の医療機関を必要以上に受診することは、できるだけ控えましょう。重複する検査や投薬により、かえって体に悪影響がでる心配があります。
- 飲み残しなどで薬が余っているときは、医師や薬剤師に相談しましょう。



（令和4年度版 後期高齢者医療制度
ガイドブックより抜粋）

「温泉等優待割引」が利用できます

温泉等を利用して健康づくりを

温泉等を利用することは、日頃の疲れをいやし、心身のリフレッシュに効果があると言われており、健康づくりのひとつとして大変注目を集めています。一人ひとりの健康づくりのために、楽しみながら有効に温泉を活用してみませんか。



滋賀県内の後期高齢者医療制度の加入者を対象に、温泉等優待割引事業を実施しています。詳細につきましては、お住まいの市町担当課においてあるパンフレット「お湯めぐり（温泉等優待割引事業のしおり）」をご覧ください。

予防医療につとめましょう！

予防医療とは・・・

- ・肺炎などの危険な感染症を予防する
- ・病気の重症化や再発を予防する
- ・病気にならないように健康な状態をできるだけ長く保つための医療です。

健康寿命を延ばすための医療「予防医療」が注目されています！

県民共済



滋賀県民共済
生活協同組合



守山市守山3-24-11

☎(077) 583-0601 (代)

FAX(077) 583-9194

西藤小児科

こどもの呼吸器・アレルギークリニック



☎077-582-3110

守山市守山一丁目12-12（守山駅徒歩7分）

<https://www.children.or.jp>



くらしをよくする、まちをやさしくする。ゆいの里



田中工務店
田中1級建築士事務所

とりさんリフォーム

お気軽にお電話ください！ ☎077-582-1546

〒524-0051

滋賀県守山市三宅町 824-5

FAX 077-514-1780



 今後の予定

行事	日程	場所
京都迎賓館研修&嵯峨釈迦堂参拝	9/30 (金)	京都 (募集定員 30 名)
高齢者芸能発表会→「高齢者楽しみライブ」に変更	10/14 (金)	守山市民ホール (小ホール)
高齢者スポーツ大会	10/21 (金)	市民体育館アリーナ
スマホ研修 (初心者)	10 月から 3 回程度	すこやかセンター 3 F 事務局内

* 現時点での予定です (9/1 現在)

◎高齢者楽しみライブ内容 (予定) ◎

令和4年10月14日 (金) 守山市民ホール (小ホール) 午後1時30分～

第1部 「伸び過ぎた寿命と上手に付き合う術」

講師 : NPO ゆうらいふ理事長 山田 亘宏氏

第2部 「歌って・笑って・驚いて!! 笑いが健康の近道」

講師 : 草津浄土宗西方寺 副住職 牧 哲玄氏


 多数のご参加
お待ちしております!


【お詫びと訂正】

第5号 (臨時号) に掲載されておりました「育成功労表彰」受賞の山賀町・中島源吾様の写真に、遠藤政治様とお名前の記載間違いがありました。お詫びして訂正させていただきます。

一戸建・土地・マンション 他

不動産の 買取 致します

 **アヤハ不動産株式会社 草津営業所**

まずはお電話下さい

0120-63-6066 〒525-0037 草津市西大路町 6-6

土・日・祝日も営業

※当社規定により買取できない場合もあります

荒堀整形外科

診察時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00～12:00	○	○	×	○	○	○	△	×
午後 4:00～7:30	○	○	×	○	○	×	×	×

△日曜日 午前11:00まで

守山市大門町 156

☎ (077) 582-8885

ご協賛いただいた皆様へ

守山アクティブシニア倶楽部の発行に当たり、ご支援ご協力をいただき誠にありがとうございます。今後も有益な情報誌をめざして充実させていくよう努めてまいりますので、益々のご後援賜りますようお願い申し上げます。