



近江八幡市老人クラブ連合会

発行：近江八幡市老人クラブ連合会

近江八幡市土田町1313  
近江八幡市総合福祉センター内  
☎ 0748-33-3107

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

愛称

# ひだまりクラブ

令和6年1月  
第63号

米寿・喜寿の皆さま、おめでとうございます！

米寿を迎えられた皆さま



喜寿を迎えられた皆さま



近江八幡市老人クラブ連合会創立60周年記念大会にて

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

公益財団法人 近江兄弟社 <b>在宅サービス部門</b>		 <small>ヴォーリス医療・保健・福祉の里</small>	
看護小規模多機能型居宅介護 友愛の家 ヴォーリス TEL(0748) 36-5474 FAX36-5473	ホームヘルパーステーション ヴォーリス TEL(0748) 32-7130 FAX36-5458		
訪問看護ステーション ヴォーリス TEL(0748) 32-1199 FAX32-1501	ヴォーリス 居宅介護支援事業所 TEL(0748) 31-3301 FAX36-5457		

みみ、はな、のど、めまいの診療

**耳鼻咽喉科 坂口クリニック**

E.N.T SAKAGUCHI CLINIC

※水・日・祝日及び土午後休診

聴こえ・難聴・補聴器専門外来あり(完全予約制)

自動予約電話 **050-5370-4350**

近江八幡市白鳥町48番地7 TEL(0748)36-3341  
URL <https://sakaguchi-ent.com>

元気のでる漢方薬!!

**フクチ薬局**

薬剤師・針灸師 福地 一雄  
近江八幡市安土町上豊浦1387  
☎(0748)46-2127

営業時間 午前9時～午後7時まで 定休日 日曜日・祝日  
※詳しくはHP内の「健康トピックス」をご覧ください。  
→「漢方フクチ薬局」で検索

内科・消化器内科・糖尿病内科

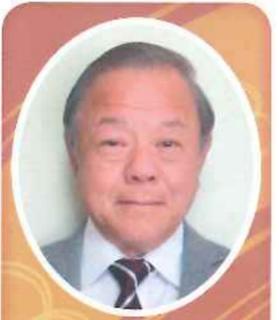
**竹園医院**

TAKEZONO CLINIC

診療時間：午前8時～12時/午後4時～7時  
(受付時間：診察開始15分前～終了15分前まで)  
※日曜・祝日休診

近江八幡市安土町常楽寺590  
☎(0748)46-2450





# 新年のご挨拶 社会貢献度向上へ、外向き運営に注力

近江八幡市老人クラブ連合会 会長 川村 常男

新年あけましておめでとう  
ございます。皆様におかれま  
しては、令和6年の初春を健  
やかに迎えのこととお慶び  
申し上げます。

今年の干支は甲辰(きのえ  
たつ)で、変革・転機の年と  
され、努力が実りやすい年と  
も言われております。

近江八幡市老人クラブ連合  
会は昨年、創立60周年を迎え  
ました。昨年10月に開催の記  
念大会に際しましては、多く  
の皆様方のご来臨を賜り、改  
めまして厚く御礼申し上げる  
次第でございます。

大会挨拶でも申し上げまし  
たが、本年は創立の原点に立  
ち返るとともに、新しい視点  
での取り組みに注力していま  
りたく考えております。

市老ク連の創立と時を同じ  
くして、老人福祉法が施行さ  
れております。その基本的理  
念の中に、「老人はその知識

と経験を活用して、社会的活  
動に参加するように努めるも  
のとする」とあります。そし  
て、その役割と活動を具現化  
する組織として、老人クラブ  
の存在があります。全国老人  
クラブ連合会が掲げるメイ  
ンテーマは、「伸ばそう!健康  
寿命、担おう!地域づくり  
を」であります。超高齢社会  
を迎え、健康寿命延伸と併せ、  
後者の安全・安心に暮らせる  
地域づくりへのさらなる貢献  
が求められております。

昨年9月に各学区のまちづ  
くり協議会のご協力を得て、  
連合会非加入の単位クラブも  
含め、活動実態調査を実施し、  
91クラブより回答をいただき  
ました。

グラウンドゴルフ、百歳体  
操など、健康づくり、介護予  
防活動は大半のクラブが積極  
的に推進いただいている反  
面、地域づくり、社会奉仕活

動については清掃活動が中心  
で、友愛訪問、暮らしの支え  
合い、地域ボランティア活動  
などは停滞傾向にありました。  
独居老人や社会的孤立、買  
物難民、移動難民の増加、老  
老介護、認知介護など、高齢  
者を取り巻く現実の厳しさを  
増してきております。こうし  
た課題は行政、社会福祉協議  
会など、関連部門との連携推  
進が不可欠であります。市  
老ク連として待ちの姿勢では

なく、主体性を持ってなすべ  
きことを明確にし、提言、推  
進を図ってまいりたく考えて  
おります。  
大会宣言の中で、高齢者の  
暮らしを支える「地域福祉活  
動」の参加を明言しており、  
外向き運営を強化し、有言実  
行を目指してまいりますので、  
本年も何とぞご支援、ご鞭撻  
のほど、よろしくお願い申し  
上げます。

結びにあたりまして、本年  
が皆様におかれまして、幸多  
い充実した年でありますこと  
を、心よりお祈り申し上げます。

謹んで  
新春の  
お慶びを  
申し上げます



私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

お仏壇販売・お洗濯も承ります  
創業天保13年  
い か こ  
ぬし辰 五十子仏壇店  
[本店]近江八幡市為心町中6  
☎(0748) 32-2824  
[中村店]近江八幡市中村町18-1  
☎(0748) 33-7636

普通車・二輪車・普通二種  
近江八幡自動車教習所  
近江八幡市鷹飼町北1-12-7  
☎0120-038-190  
☎(0748) 33-3639

嶋林博之  
税理士事務所  
近江八幡市中小森町276-40  
サンケンビル2F  
☎(0748) 32-2963  
FAX(0748) 33-5564



**コロナ禍後の地域活動**

近江八幡市長 小西 理

新年明けましておめでとうござい  
ます。近江八幡市老人ク  
ラブ連合会の皆様には、輝か  
しい新春をご壮健にてお迎え  
のことと、心からお慶び申し  
上げます。

さて、昨年を振り返りますと、  
新型コロナウイルス感染症の  
感染症法上での位置づけが2  
類から5類に引き下げられた  
ことに伴いまして、コロナ禍  
で中止や規模縮小が続いてい  
た行事の再開やコロナ禍以前  
の規模での開催が社会全体で  
多くなりました。貴連合会や  
皆様の地域での活動におきま  
しても、同様の動きがあった  
かと存じます。感染のリスク  
がなくなったとは言いい切れな  
い状況ではありますが、疎遠

になってしまった方やお身体  
が弱ってしまった方にも温か  
く手を差し伸べていただき、  
地域での支え合いの輪を再び  
広げられることを期待してい  
ます。

本市としましても、高齢  
者に関する福祉施策を展  
開し、皆様がお力を最大  
限に発揮いただけますよ  
う、環境整備に取り組ん  
でまいりたいと考えてお  
りますので、皆様には何  
卒ご理解と一層のご協力  
をお願い申し上げます。

結びになりますが、新しい年  
が希望に満ち溢れ、皆様お一  
人おひとりが幸せを実感でき  
る一年となりますことを心よ  
りお祈り申し上げます、新年のご  
挨拶とさせていただきます。



**創立60周年おめでとうござい  
ます**

近江八幡市社会福祉協議会  
会長 畠本 深照

近江八幡市老人クラブ連合  
会創立60周年、誠におめでと  
うございます。

近江八幡市老人クラブ連合  
会会員の皆様におかれまして  
は、日頃から当会に対し、格  
別のご理解、ご協力を賜り、  
厚くお礼申し上げます。

また、高齢者同士の交流活  
動や友愛訪問などの支えあい  
の活動に熱心にお取り組みい  
ただいていることに対しまし  
て、心から感謝申し上げます。

さて、地域のつながりが希  
薄化し、困っていても助けて  
といえないという声が多くな

っている中で、老人クラ  
ブ活動は、友愛の精神を  
育まれ、お互いに気にか  
けあう地域づくりに取り  
組んでこられました。役  
員の成り手がない、組織  
の継続が難しいという課題に  
対しても、「だれかが」ではな  
く、お互いさまの精神で、だ  
れもが、できる時に、できる  
ことを、できる範囲で取り組  
む、総がかりの社会をつくっ  
ていくことが大事だと考えて



います。

結びに、近江八幡市老人ク  
ラブ連合会並びに市内の単位  
老人クラブのますますのご発  
展と会員皆様方のご健勝、ご  
活躍をご祈念申し上げます、ご  
挨拶とさせていただきます。

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 **小羊会**



ディサービスセンター **むべの里** (0748) ☎32-7254

ディサービスセンター **むべの里・島** ☎32-3651

ディサービスセンター **あつとほ一む** ☎31-3132

小規模多機能ホーム **船木えんの家** ☎31-0033

居宅介護支援事業所 **むべの里** ☎31-0035

のどの痛み、咳が辛い時に おすすめ!

**はちみつ大根**




材料は、はちみつと大根だけ。大根を小さめに切って容器に入れ、はちみつを大根がひたひたになるくらいまで入れてそのまま待つだけ。大根がシワシワになったら出来上がり。そのままでもお湯や水で割ってもOK!

※長期保存ができないため2~3日で使い切りましょう。※はちみつは1歳未満の赤ちゃんには与えてはいけません。



## 近江八幡市老人クラブ連合会 創立60周年記念大会を開催

近江八幡市老人クラブ連合会 副会長 深尾 増男



次に、来賓  
祝辞ならびに  
紹介、喜寿・  
米寿を迎えら  
れた皆様の紹

その後の表彰式では、水音治郎氏(安土・常楽寺喜楽クラブ)、藤井佐一郎氏(老蘇・内野老人クラブ)、浜田敏次氏(岡山・牧町老人クラブ)が老人クラブ育成功労者として、また東町偕の会(安土)、野村町老人クラブ連合会(北里)が優良老人クラブとして表彰されました。

澄み切った晴天に恵まれた昨年10月12日(木)、文化会館小ホールにおいて「近江八幡市老人クラブ連合会創立60周年記念大会」が開催されました。式典は、来賓をはじめ表彰者、喜寿・米寿の皆様など延べ100名のご参加をいただき、竹田百合子理事の司会で始まり



来賓の皆様

ました。村北健一副会長の開会のことばに続いて物故者へ黙とうを捧げ、主催者を代表して川村常男会長があいさつを述べました。介と続き(集合写真は表紙に掲載しています)、最後に杉田きく代女性部長が大い宣言を高らかに読み上げ、満場一致の拍手をもって承認、式典は滞りなく終了しました。



米寿・喜寿の方もたくさん足を運んでいただきました

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

### 寺尾歯科医院

■診療時間

月・金 午前9:30～午後8:00  
火・水 午前9:30～午後7:00  
土 午前9:30～午後12:00

■休診日 木曜・日曜・祝日

近江八幡市丸の内町4-48

☎(0748)32-2868

### 処方箋調剤 いずみ薬局

受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～13:00	○	○	○	○	○	○	休	
13:00～19:30	○	○	○	○	○	休	休	

- どちらの医療機関の処方箋でも調剤いたします。
- 通院が困難で自宅療養されている方への訪問・薬の管理させていただきます。

近江八幡市鷹飼町450-12

TEL(0748)32-3522 FAX36-7335

内科・小児科・消化器科・循環器科

### 山本医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:00～昼12:30	○	○	○	○	○	○	休	休
午後4:30～夕7:00	○	○	○	○	○	休	休	休

休診日 日曜・祝日・木曜・土曜午後

近江八幡市新町3-6

☎32-3311

### 近江八幡市老人クラブ連合会 創立60周年記念大会

中、昭和35年頃に就労を求め、

き、戦後の経済状況が厳しい

たというお話を最初にいた

ず、戦後の経済状況が厳しい

ケガをしたことで戦争へ行

する不幸な出来事へ、しかし、

た息子が馬から落ちてケガを

にした幸から、その馬に乗

にした幸から、その馬に乗

塞翁の馬(中国の言葉)を手



岡田三正氏  
休憩をは  
さんで行わ  
れた記念講



京極由加氏はじめ和楽器演奏楽団「独楽」の皆さん



最後は、私の

閉会のことばを

もって「近江八

幡市老人クラブ

連合会60周年記

念大会」は無事

終了。記念講演・

アトラクション

ともに、高齢者

の私たちにとつ

て、健康・友愛・

奉仕」の3本柱

を求めるにふさ

わしい内容で、

大きな原動力の

泉をいただきま



皆さん素敵な笑顔で、記念大会を大いに楽しんでおられる様子でした

月給7000円くらいで、米

の価格と比較しつつも市役所

に就職できた幸せ、不幸から

幸への人生の道のり、さらに

は現在の施設理事長の状況か

ら、施設へ入所する手続きな

どの説明などもお話しした

き、健康寿命を延ばすことの

大切さについて、改めて考え

させられる講演でした。

と三味線「和の音色」で心も

体も弾むような楽しいひと

きを過ごしました。

左指で3本の弦を押さえな

がら、右手の撥で弦を弾く素

晴らしい音色は独特の響きが

あり、また太鼓の音は2本抱

えて叩く腕と手首の技の素晴

らしさ、秋田民謡の唄声の素

晴らしさの最中で、少し体を

ほぐす軽い体操と、日本古来

から伝わる楽器と技術、美声

によって眠っていた体が目を

覚まし、元気が湧き、とても

感動しました。

した。健康寿命を延ばして白

寿を超え、100歳時代への

仲間入りを目指し頑張ってま

いりたいと、思いを強くした

次第です。

結びに、関係各位様のます

ますのご活躍、ご健勝、ご多

幸をご祈念申し上げます、

大会のご報告とさせていただきます。

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・糖尿病・内分泌代謝疾患(甲状腺)

## 川端 医院

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

休診日 日曜・祝日・火曜午後・水曜午前・木曜午後・土曜午後

風邪・熱の方はまず電話をして下さい  
近江八幡市西本郷町東6-7  
☎(0748) 38-0153

## といやまクリニック

泌尿器科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
16:00~19:00	○	○	○	/	○	/	/

近江八幡市東町187番地3

TEL(0748) 29-3760  
URL: http://www.toiyama-cl.com/  
在宅・訪問診療も行っております。

内科・泌尿器科・人工透析

## 若林クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 4:30~6:00	○	/	○	/	○	/

近江八幡市西末町18-1

☎(0748) 31-3601

# 第1回ひだまりクラブ講座 近江日野商人の足跡を学ぶ

近江八幡市老人クラブ連合会 会長 川村 常男



満田良順館長

ルバー大学)を開講する運びとなりました。

第1回は昨年10月21日(土)に開催し、近

江日野商人館の満田良順館長より「近江日野商人の足跡」について講演をいただきました。館長就任後、18年間にわたる調査・研究に基づくお話をお聞きし、多くの気付きと感銘を与えていただきました。



講演の後、近江日野商人記念館へ移動し、行商品や家訓などの現物を鑑賞しながら講演内容を確認



しました。また、当日は「日野まちなか歴史散策と秋のさじき窓アート見学」のイベントが開催されており、ボランティアガイドの皆さんの案内で、近江日野商人のふるさとを散策しました。座学に加えて現場・現物の確認、さらには地域交流も含めた現地開催で、とても有意義な1日となりました。



## 講座での学びと気付き (日野商人・八幡商人対比)

- ①近江商人発祥の地である日野、八幡は幕府領かつ城下町という共通点があり、代官、農民の農閑期余業として近江商人が生まれた。
- ②日野商人は椀と和漢薬の行商から始まり、酒、醤油などの醸造業を展開。八幡商人は蚊帳、畳表などから繊維、呉服に拡大。
- ③「日野千両店」：農村、地方都市で支店、枝店の小規模経営。「八幡大店(おおだな)」：江戸、京都、大阪など都市部での大型店商法。
- ④「八幡表に、日野裏」大店を営んだ八幡商人は広告塔の役を果たす屋敷の前を重視し、地方都市への小規模出店の日野商人は質素な表構えで、外から見えない奥座敷などに資金をつぎ込んだ。

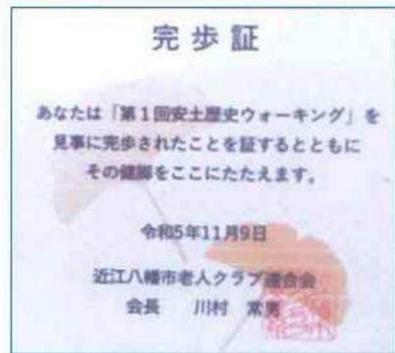
私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

女性のための漢方相談  
HP  
**和音漢方堂**  
婦人病、皮膚トラブル、痛みや疲れなど  
お気軽にご相談ください。  
ご相談は予約制です。  
近江八幡市桜宮町206-20 ヤマセビル1F-A  
**0748-33-8188**  
営業時間/10:00~18:00 定休日/日曜・祝日・水曜

処方箋・漢方・健康・在宅のご相談は当店まで  
**ゆうなみ薬局**  
おくすり配達いたします  
受付時間 月火水木金土日祝  
9:00~13:30 ○○△○  
13:30~19:30 ○○△○  
定休日 日曜・祝日・土曜午後 △…17:00まで  
(おかもと眼科さん隣り)  
音羽町24-1 ☎(0748)31-2238

ey Doc+or  
●コンタクトレンズ  
●白内障日帰り手術  
**おかもと眼科**  
診療時間 月火水木金土  
午前 9:30~12:30 ●●●×●●  
午後 5:00~6:30 ●×●×●×  
休診日/木曜、日曜、祝日、火曜・土曜午後  
音羽町24 ☎31-2525

散歩行程は安土マリエート、安土駅前からセミナーオ跡、安土山の裾野を経てマリエートへと戻る約5キロメートルのコースでした。藤井部長、川村会長のあいさつの後、安土町観光ボランティア協



良い機会となる楽しい有意義なウォーキングでした。

昨年11月9日(木)、秋晴れのもと健康・レクリエーション部企画の「安土歴史ウォーキング」が31名、男女ほぼ半々の参加で開催されました。



安土学区老々連 会長 水 音治郎

健康維持と各拠点でのガイドさんの説明により、地域を知る

会のガイドさん1名に同行いただき、午前9時30分スタート。文芸セミナーオなど、安土町の文化ゾーン諸施設概要や安土山近望農道では安土城の話に耳を傾けながらウォーク。安土駅南口にある相撲石像前では信長と相撲の関わり、駅北口からはかつて朝鮮通信使が通ったという朝鮮人街道を通り、わが国初の神学校創設地と伝えられるセミナーオ跡へ。さらに、安土城への一般通用道であったという百々橋前を経て、南口大手道前では参加者全員で記念撮影、マリエート前に帰着したのはちょうど昼前でした。ゴール後は全員に「完歩証」が授与され解散となりました。



さわやかな秋晴れのもと 絶好のウォーキング日和!



私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

年末年始

お餅つき

のお話

〇年末のお餅つき

主に鏡餅を作るためのお餅つきです。鏡餅は歳神様(正月に訪れる神様)に捧げるお供え物です。一年を見守ってくださる神様に捧げるお餅です。

〇年始のお餅つき

雑煮に入れて食べるためのお餅つきです。歳神様の帰ってくる正月にお餅をついて「家族の健康と幸せを願う」という意味があるようです。

～注意点～

12月26日、29日、31日にお餅つきをすることは、それぞれ「ろくなことがない」「二重に苦しみ」「一夜飾り」と言われ縁起が悪いと言われております。一番良いとされる日は、12月28日が一般的です。



岡山

しめ縄リースづくりに挑戦!



11月15日(水)  
お花あそび教室を  
2部構成で開催。  
第1部…しめ縄リース  
第2部…フォトフレーム



ポイ捨てはやめましょう!

国道477号線、今年もいっぱい車内からのゴミ…。啓蒙のため“のぼり”を上げました。

北里

心に染みるメロディーの数を…



地元のバンド「ぱりあふりーず」。  
童謡・懐メロ・フォークソングなど、誰もが口ずさめる曲を、みんなで楽しく歌いました。



無事故・無違反を心がけましょう!



令和5年度 秋の全国交通安全運動街頭啓発  
9月21日(木)、フレンドマート安土店前県道  
安土安寿安らぎクラブ、地区交通安全協会、  
近江八幡警察署が参加しました。

安土



真剣な表情です!



12月6日(水) 安土・老蘇学区老ク連共催「しめ縄リースづくり教室」。

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

気になっているけど、どうすれば…

**無料** 相続相談会  
随時実施中!  
お電話お待ちしております

ただちか  
澤田匡央税理士事務所  
近江八幡市中村町20-15  
コルージャビル3F  
0748-36-2817

市役所  
グリーンホテル Yes近江八幡  
滋賀銀行 至彦根  
近江八幡駅

元気で明るい長寿社会の  
実現が願いです

広報紙の存在はその過程への第一歩です。

内科・小児科・リハビリ・予防注射

医療法人 社 団 **堀江医院**

診療案内	月	火	水	木	金	土
内科	9:00~12:00	●	●	●	/	●
内科	15:00~18:00	●	●	●	/	●
小児科	9:00~12:00	●	●	●	/	△

※小児科は午前のみ診療 △9:00~11:00までとなります。

健診(要予約)  
☎(0748)34-8131  
予防接種 ☎(0748)36-8701  
☎(050)5840-3209



いつまでも元気な体づくりを!

沖島

沖島老人クラブでは、多くの会員が「島を美しくしよう!」「健康で長生きしよう!」と頑張っています。皆さんも一度、沖島へ足を運んでくださ~い!



島の美化は私たちの努めです!



沖島ゴムバンド体操で日々健康!



自転車に乗る時はヘルメットを忘れずに!

9月21日(木)、秋の全国交通安全運動にて。

10月23日(月)、老蘇こども園でサツマイモを収穫。



りっぱにもだったね!

老蘇



モルックで楽しい日々を送りましょう!

内野モルッククラブは、3人で大会に初出場しました。12チーム参加中、4位の成績をおさめました。



10月31日(火)、多肉植物の寄せ植えワークショップを開催。

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

長命寺邊泉  
天葉の湯

温泉・サウナ・お食事

CHOMEIJIONSEN AMAHANOUYU

お土産や食卓に関西ハムの  
手作りハム・特選近江牛と。

特選近江牛 手作りハム

近江牛と手作りハム

関西ハム株式会社

TEL.0748-37-6070 近江八幡市長光寺町752-1

りゅう  
龍

〈動物のことわざ〉

- ・登竜門
- ・龍頭蛇尾
- ・竜は一寸にして昇天の気あり
- ・画龍点睛を欠く
- ・雲は龍に従い風は虎に従う

龍は古代中国の神話で神獣とされ権力の象徴です。龍は四神(青龍、朱雀、白虎、玄武)のひとつです。日本で龍神は雨を降らせ、水を守る水神と一体化しています。

地域の動き

岡山

文化祭「ふれあい広場」にて 子ども・親子向け催しを開催

岡山学区老ク連顧問 岡田 和子

岡山学区老ク連では、昨年11月5日(日)開催の岡山学区文化祭にて、世代間交流の一環として子ども・親子向け「ふれあい広場」を担当。グラウンドゴルフ用具を利用したホールインワンゲームを楽しんでもらいました。



高齢者スポーツの代表格であるグラウンドゴルフの面白さを手軽に楽しんでもらおうと企画されたもので、約5メートルの距離からゴルフポストを目掛けてショットする遊びで、3回チャンスがあり、ホールインワンすると景品としてお菓子が



もらえるゲームとしました。

打ち方のコツなど、子どもたちとのコミュニケーションも図れ、童心に帰って楽しいひと時を過ごしました。

岡山

久しぶりに 牧町主催の研修旅行を実施

牧町老人クラブ会長 浜田 敏次

牧町老人クラブでは、コロナ禍の影響もあり、町主催の研修旅行が久しく実施できておりませんでした。残暑も和らいだ昨年9月26日(火)、伊勢方面への旅にしました。

農業従事者も多いことから、まずは食物・穀物



を司る外宮神楽殿にてご祈禱をしていただきました。参拝後、外宮近くの老舗割烹で海の幸を堪能しながら歓談の

ひと時を過ごしました。また、帰路では湖南市の長寿寺を参拝、副住職より機知に富む法話をお聞きし、心が洗われました。



天候にも恵まれ、久しぶりにリフレッシュできたとの声も多かったです。有意義な旅行となりました。

北里

十王町老人会の活動報告

十王町老人会会長 平野 康生

新型コロナウイルス感染症も5類に移行され、世の中は宿泊、飲食を伴う活動が活発化されてきたのを受けて、マスク、消毒の基本を守りながら健康・友愛・奉仕活動の行事を遂行しております。

①健康活動

- \* 毎週月曜「いきいき百歳体操」(共催活動)
- \* 9月・「出前講座・災害時の食を知る」 栄養士会 齋藤香美氏

②友愛活動

- \* 8月・訪問配布(濃縮タイプの麦茶)
- \* 5月には地元バンドの皆さんが歌の会、7月にはコミセンの方が折り紙教室、9月にはお笑い体操、10月にはモルック大会、11月には物故者追悼法要と友愛の輪を深めています。

③奉仕活動(共催活動)

- \* 5月、10月・今年も排水路に捨てられたゴミを拾い集めました。
- \* 11月・ポットの花を子ども会の皆さんと花壇やプランターに植え替えます。



学区民スポーツ大会 モルック会場

地域の動き

安土

健康長寿はみんなの願い  
秘訣はフレイル予防です！

安土安寿らぎクラブ 女性部 竹田百合子

昨年7月28日

(金)、安土コミセン会議室にて健康教室開催しました。

「健康長寿はみんなの願い」秘訣はフレイル予防です」を合言葉に、近江八幡市健康推進協議会安土学区長の長城念久子氏他スタッフワ



名を講師に迎え、各単位クラブより31名の参加者が集いました。フレイル対策の3本柱の重要性について講義を受け、チェックリストにより自己の健康状態を確認。また、スタッフ手作りの紙芝居「おじいちゃん大好き」では、ほっこりした話に心和むひと時を過ごしました。



さらに、どこでも簡単にできるコーディネーショントレーニング体操を体験。なるべく何でも一人のできるよう介護予防の意識づけを学ぶことができ、とても有意義な教室でした。

「を使い概要説明を行いました。市老ク連のモルック講習会受講者が指導者となり、6名1チーム、6コートで2ゲームの個人戦ミニゲームを行いました。ほとんどが初めてとあって興味深々、意欲的に取り組んでおられました。終了後は身体も頭脳もリフレッシュ、爽やかな表情でした。今後は単位クラブの団体戦を計画する予定です。

安土

ニュースポーツ  
「モルック」講習会を開催

安土安寿らぎクラブ 副会長 中村 武司

昨年6月29日(木)、安土マリエート体育館において「モルック」講習会を行いました。

コロナ禍で室内ゲームは自粛してきましたが、5類移行により各単位クラブから37名が参加、パワーポイントで作成した資料によりプロジェクト



老蘇

老蘇友愛クラブの活動報告

友愛クラブ 副会長 杉田きく代

昨年5月の新型コロナウイルス感染症の5類移行に伴い、友愛クラブも徐々に活動を始め、みんなで楽しむことが増えてきました。

9月9日(土)、第6回グラウンドゴルフ大会を52名の参加者で開催。当日は芝生に朝露が残っていましたが、すぐに好プレーが続ぎ、皆さんとても喜んでおられました。9月20日(水)、広報紙友



愛だよりの発行。

9月21日(木)、秋の全国交通安全週間。自転車の方がヘルメットをさされていなかったのが気になりました。

10月23日(月)、老蘇ごども園園児と恒例のさつまいもほりを行い、楽しいひとときを過ごしました。10月29日(日)、モルック講習会を開催。14名が参加してスポーツ推進委員



さんの指導を受け、にぎやかに楽しく教えていただきました。

10月31日(火)、多肉植物の寄せ植えワークショップを開催。まずは講師のkimiyokoさんから苗の植え方や冬の管理方法を教えていただき、1時間後には12個の可愛い寄せ植えが完成しました。春には元気に育っていることを願いつつ大切に持って帰りました。

来年度も元気で笑顔がいっぱいあふれる活動を役員一同で取り組みたいと思います。



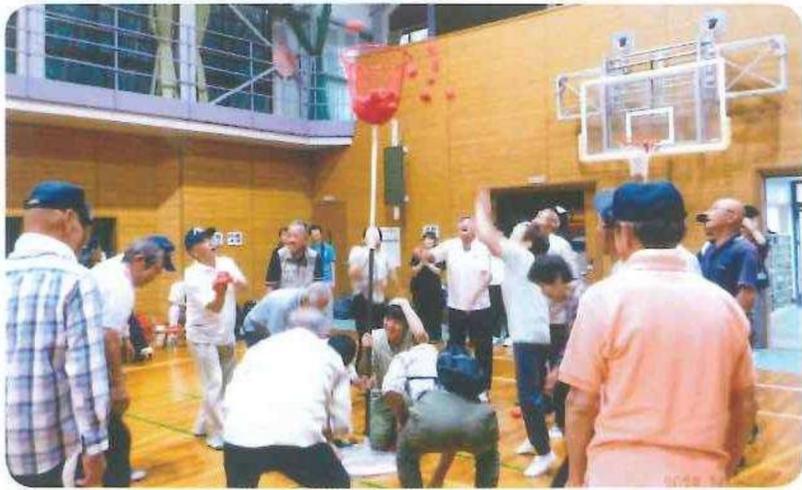
地域の動き

沖島

みんなが集う

場づくりを目指して

沖島町老人クラブ会長 西居 明一



沖島老人クラブでは毎月一度の島内清掃活動を行っています。また年2〜3回の春・秋にはグラウンドゴルフ大会、島内親睦会、バーベキューなどで交流を深めています。その他、琵琶湖保全作業として10、11月に清掃活動も行っています。また「沖島ゴムバンド体操」を週1回、



現在5団体がそれぞれのグループで活躍していたり、2カ月に1回近江八幡市立図書館と連携し、移動図書館も開催しています。利用者の方が増えて、皆さん図書館が来るのを楽しみにしています。いつまでも元気で明るく過ごせる体づくりを目指しています！

第62回滋賀県老人クラブ大会

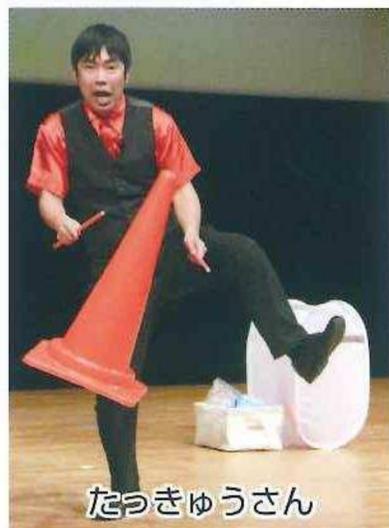
(びわこ豊熟シニアクラブ大会)



が謝辞を述べました。最後は、大会宣言案が満場一致の拍手で採択され、式典は

滞りなく終了しました。

休憩をはさんで、いきいきクラブ体操で体をほぐした後、大道芸人の田久朋寛氏(たつきゆうさん)による「たつきゆうさんのユーモアセラピー」大道



たつきゆうさん

芸・笑いと健康・笑いの体操」と題した講演が行われました。

まずは風船やお手玉、トラコーンを使った大道芸からスタートし、観客をうまく盛り上げます。その後はスクリーンを使って、今後の高齢者の過ごし方などについて、なぞなぞなどユーモアを交えながら語り、軽い体操で盛り上げて講演は終了しました。最後は、会場内の全員で「青山脈」を合唱し、無事閉会となりました。



昨年11月22日(水)、栗東芸術文化会館さきらにおいて「第62回滋賀県老人クラブ大会」が開催されました。表彰式では県知事表彰ならびに県老ク連会長表彰が行われ、田中江町老人クラブ(岡山)の川村守夫会長が県老ク連会長表彰・優良老人クラブの受賞者代表として表彰状を受け取りました。

- ◆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
- 水 音治郎 (安 土)
- 優良老人クラブ
- 沖島町老人クラブ (沖島)
- 田中江町老人クラブ (岡山)

近江八幡市老ク連受賞者一覧

(敬称略)



日野川グラウンドゴルフ場は芝生で、大小の起伏も多くて平坦地が少ない難コースです。初めてこのコースでプレーした人

昨年11月20日(月)、市老ク連の第2回グラウンドゴルフ大会が、日野川グラウンドゴルフ場で行われました。当日は好天気に恵まれ、97人の皆さんがハッスルして上位を目指してプレーをされました。



グラウンドゴルフ協



の多くは、起伏と縁石がまちまちにあり、すぐさまOBになってしまいます。なので傾斜をどのように読むかが勝敗のカギになります。

地元の岡山学区の人たちは、このグラウンドゴルフ場で日頃から練習されているとのこと。18ホールを1回ラウンドするという決め事と、このコースのローカルルールもあるというのでした。

好成績の西川伊左夫さん。ホールインワンも計8回出て、素晴らしくコースを読んだプレーでした。

優勝者は、47打と

つて、かなり戸惑った人もいたようです。それでも、会員同士の親睦が図られ、成績があまり良くなかった人も「また挑戦したい気持ちでいっぱい」と話されるなど、皆さん楽しい半日を過ごせたのではないのでしょうか。

## 第2回グラウンドゴルフ大会

健康・レクリエーション部会長 藤井佐一郎

### 第3ブロック連絡調整会議

## 第13回グラウンドゴルフ大会&ニュースポーツ講習会

昨年11月1日(水)、日野町大谷公園において第3ブロック(近江八幡市・竜王町・日野町)による「第13回グラウンドゴルフ大会&ニュースポーツ講習会」が行われ、近江八幡市老ク連から39名が参加しました。



グラウンドゴルフ大会はそれぞれ3コース24ホールをプレー、残念ながら上位



その後のニュースポーツ講習会では「フロアカー」と「ディスクゲッター」を体験し、皆さん試行錯誤しながら笑顔で取り組んでいました。

入賞者はいませんが、19名(合計21回)がホールインワン賞を獲得しました。



女性活動部だより



出前講座  
素敵な古布花のブローチ

女性活動部 村北 節子

昨年10月5日(木)、女性活動部の出前講座を開催し、県老く連事務局の大城さん、西田さんのご指導のもと、古布花のブローチ作りに挑戦しました。

余り布や着物をリメイクして楽しめる和布のアクセサリ、古布で作られた素敵なブローチを再生して作りました。なんでも使い捨ての時代、ものを大切にすることを改めて感じて華やかでステキな小物が皆様のお洋服や帽子に華やかさを添えてくれると思います。



ご参加いただきまして、ご協力ありがとうございました。私たち役員も、創立60周年記念大会にブローチをつけて皆様にご披露しました。それぞれ個性豊かでとても綺麗でした。女性活動部では、地域でも出前講座を開催したいと思っています。気軽に参加くださいますようお願いしています。

近江八幡市老人クラブ連合会  
入会募集のご案内

近江八幡市老人クラブ連合会では、地域の仲間づくりを目的にさまざまな活動に取り組んでいます。気軽に参加できる活動があり、退職後の活躍の場としても、これまでの知識や経験が活かされます。

- 秘訣1 人との交流が多いと健康にプラス!**  
☞老人クラブは、人と会う機会が自然に増えます。
- 秘訣2 運動は仲間とすると健康にプラス!**  
☞老人クラブは、みんなでスポーツや体操を実施。
- 秘訣3 サロンの参加は健康にプラス!**  
☞老人クラブは、集いと活動の場があります。

- 秘訣4 笑いのある生活が健康にプラス!**  
☞老人クラブは、仲間と一緒に笑い合えます。
- 秘訣5 地域組織への参加は健康にプラス!**  
☞老人クラブは、地域に根付いた高齢者組織です。
- 秘訣6 地域で役割を担って長生きしよう!**  
☞老人クラブの役員・リーダーには長生きのご褒美が。

老人クラブ活動に関心がある方は、  
お気軽にお問い合わせください。

近江八幡市老人クラブ連合会 事務局  
(ひまわり館内)  
TEL : 33-3107  
E-mail : roukuhachi@gmail.com

# 「交通安全指導員養成講座」を受講して

近江八幡市老人クラブ連合会 副会長 村北 健一



昨年10月16日(月)、滋賀県土木交通部交通安全対策室が主催する「交通安全指導員養成講座」に参加しました。開催場所は鈴鹿サーキット内交通教育センターで、参加者は20名でした。

受講内容は、午前が大型スクリーンを使っでの運転中の注意事項で、

- ①基本的な運転姿勢
- ②車の死角
- ③狭い道の切返し方法

などを指導官より受講しました。

午後からはテストコースでの実車テストを行いました。内容としては、

- ①危険を察知しブレーキング停止まで、制動距離の計測比較(乾燥路)
- ②凍結路を想定した、散水路での制動確認

などで、私自身、運転には自信があったのですが、制動試験での結果は思ったより距離が伸び、これ

からは車間距離を充分に取って安全運転に注意しなければと痛感しました。

受講終了後、修了証を頂き、その後、滋賀県からも高齢者交通安全指導員証を受領しました。

これからは、高齢者の事故を減らせるよう、地域の交通安全に寄与したいと思います。



## 心当たりのある方はお知らせください!

回覧広報紙「ひだまり通信」第2号では、“近江八幡市老人クラブ連合会 創立60周年の歩み”を特集致します。

より充実した紙面内容に致したく、会員の皆様から**創立以来のトピックスや資料、各種情報**のご提供をお待ちしております。

心当たりのある方は、**各町単位クラブ会長までご一報**をいただきたく、ご協力よろしくお願ひ申し上げます。

※ご提供いただいた皆様には、粗品を進呈させていただきます。

## 近江八幡市の自転車ヘルメット購入補助事業のご紹介

**2023年4月よりヘルメットの着用が「努力義務」に！ 自転車用ヘルメットの購入補助が受けられます！**

**対象：近江八幡市在住の高齢者(満65歳以上)の皆様  
高校生世代以下の未成年の皆様**

**補助：購入経費の2分の1(上限3,000円)**

**申込期間：令和5年11月1日～令和6年3月31日**



**申請・お問い合わせ先  
近江八幡市 市民部 交通政策課  
電話 0748-36-5515**

※申請手順、補助の条件等、詳細につきましては交通政策課に事前確認願ひます。

### あ と が き

▶ひだまりクラブ第63号をお届けします。市老ク連創立60周年記念号として、今号に限り特別に全ページカラー印刷で発行しました。

▶“楽しい行事を”ということで始まった「ひだまりクラブ講座」。第1回目は日野町に出かけ、近江商人の座学を聞き、その後、町内をガイドさんに案内してもらい歴史を勉強しました。安土の歴史ウォーキングも楽しみました。

▶料理教室でいちご大福を作り、また、お花あそび教室では古布花、写真立て、しめ縄リースを作り、皆様に喜んでいただきました。

▶今年も楽しい催しをどんどん企画しますので、多数のご参加をお待ちしております。

事務局 電話 33-3107  
FAX 36-6910  
(広報・社会部会一同)

#### ◆ご協賛いただいた皆さまへ

「ひだまりクラブ」の発刊にあたり格別のご支援ご協力をいただき、おかげさまで無事発刊できましたことを厚く御礼申し上げます。本紙は高齢社会の心の糧となる情報紙を目指して、内容充実に努力してまいりますので、今後ともますますのご後援を賜りますようお願い申し上げます。

近江八幡市老人クラブ連合会

## ひだまりクラブ 各部の重点取り組み

### 企画・渉外部

- ①あり方検討委員会でのご提言に基づく実行計画の推進
- ②広域団体として担うべき新規事業の企画、実施
- ③行政、関連団体との実効性のある連携活動強化
- ④単位クラブ、学区連合会からの課題提起への対応
- ⑤地域福祉活動への参加取り組み強化



### 女性活動部

昨年は県老ク連の出前講座(古布花、フォトフレーム、しめ縄リース、料理教室)や、近江八幡市健康推進協議会健康推進員さまによる健康教室の開催など、会員の皆さまにご参加いただけて楽しく活動できましたこと、心より感謝申し上げます。

本年も良き年となりますよう私達も笑顔一杯の活動を心がけます。



### 健康・レクリエーション部

お年寄りの最優先は、何よりも健康です。楽しい毎日が続きますよう、いろいろ進めてきました。

11月1日(水)には日野町大谷公園にて第3ブロックのグラウンドゴルフ大会、11月9日(木)には安土・歴史ウォーキング、さらに11月20日(月)は日野川グラウンドでグラウンドゴルフ大会と、大いに動き回りました。それぞれ楽しい日々を過ごせて良かったです。

健康・レクリエーション部では、今後も楽しめるイベントを継続していきますので、ご期待ください。



### 広報・社会部

- ①広報誌【ひだまりクラブ】の誌面充実(年間計画や企画事業の発信)
  - ②各学区、単老クへの情報発信
  - ③各自治体、官公庁からの情報発信
  - ④クラブの活動内容をより深く理解していただくため、QRコードを用いた動画配信の企画
- ★ほかに企画があれば、ご提案ください!

私たちは、近江八幡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

○自分亡き後の大切な人のため  
**遺言公正証書**  
○判断能力が不十分になったときの自分のため  
**任意後見契約公正証書**

**近江八幡公証役場**  
まずはご相談を!(相談無料・出張可)  
近江八幡市出町417-8  
出町フォーエバービル1階  
※移転しました  
☎(0748)33-2988

特別養護 老人ホーム **四季の郷・漫遊の郷**  
「おもいやり」「安心安全」「やすらぎ」  
法人の理念に基づき家庭的な介護で我が家を感じるホームです。  
快適な空間とサービス作りを心掛けています。

**社会福祉法人 宝寿会** ☎0748-36-3770  
近江八幡市十王町1061

私達は令和の時代も地域の産業振興に貢献致します

倉庫業 運送業 **湖東物流株式会社**  
代表取締役会長 小林 正義  
取締役社長 藤田 正樹  
TEL(0748)48-8130 FAX48-5487  
WEB <https://www.kotologi.co.jp/>

心からご奉仕させていただきます。  
**(有)近江葬儀社**  
おうみセレモニーホール  
さくらホール  
☎0120-850508  
24時間営業・年中無休

ご家族の想いをカタチに 会員価格(税込) **9.9万円~**  
公益社のお葬式なら

**公益会館**  
近江八幡  
24時間/365日対応 ☎0120-61-4000  
株式会社 **公益社** 近江八幡市西庄町985番地

組合員の皆様へ 24時間対応 JA葬祭  
☎0748-38-1194

感謝を伝えるお手伝い  
自宅葬  
グリーンホール  
近江八幡・日野・能登川  
JAグリーン近江 葬祭メモリアル  
☎0120-455-199