木津川市老人クラブ連合会広報紙

市老連 きづがわ

2026 9月 第8号



令和7年度 第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会

心と体を充実させ、健康寿命の延伸へ!!

※詳細は 12 ページ

発行：木津川市老人クラブ連合会　木津川市木津川端 19 番地　木津老人福祉センター内　☎ 0774-72-7434
編集協力：㈱博報社　大阪市東住吉区駒川 5-4-11 2F　☎ 06-6797-0212

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています



人生相談 先祖供養
TEL.0774-76-4956
木津川市加茂町銭司美ノ畑26
光明山聖法院

地域に想いを寄せて
ご利用者様と職員にとって
すこやかな居場所を目指す
社会福祉法人 若楓会
特別養護老人ホーム木津芳梅園
ショートステイ・デイサービス
木津川市高背山東大池4-1 TEL(0774)72-8246
あすてるケアプランセンター
木津川市城山台11-5-2 TEL(0774)72-7500
あすてる訪問介護ステーション
木津川市城山台11-5-2 TEL(0774)75-2039
https://www.houbaikai.com/



山城茶問屋の文化を伝える
福寿園 山城館
茶問屋ストリート/伊右衛門ティーガーデン
木津川市山城町上狛東作り道16 TEL:080-6551-4293

ごとう耳鼻咽喉科
みみ、はな、のど、めまい、みみなり

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:30~12:30	●	●	●	／	●	●
PM 4:00~7:00	●	●	●	／	●	／

休診日　木曜・土曜午後・日曜・祝日
近鉄木津川台駅前 ハーベス南側 P有
木津川市吐師山下1番地 吐師医療ビル2F
☎(0774)73-8733

一般歯科・歯科口腔外科
矯正歯科・小児歯科
医療法人 真善美会
ふじわら歯科クリニック
歯科・訪問歯科
木津川市梅美台4-12-17
☎(0774)75-1848

内科・小児科
吉村医院
㈳日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医
㈳日本老年医学会認定 老年病専門医
院長 吉村 陽

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	／
PM 5:00~7:30	6:00~ ○	／	○	○	／	／	

木津川市加茂町駅東2-6-12 TEL(0774)76-8424
http://www.yoshimura-iin.com

家庭でできる!
かんたんエコ
~洗濯~
お風呂の残り湯を洗濯に利用する
洗濯や庭の水やりの他、トイレの水に使うこともできます。

いつも笑顔を絶やさず
素敵な日々を



ごあいさつ

暮らしを見守る「支え合い・生きがいづくり」



木津川市老人クラブ連合会
会長　田中　　健

自身が老人であるということを孫の成長から自覚し、残り少ない人生をどう有意義に過ごしていくのか、微力ながら目標をもって行動し、老人クラブ連合会の会員の皆さまのご理解・ご協力のもと、老人クラブの現状の課題改善に挑戦してまいります。

私、令和8年度・令和9年度の2年間本会の会長を務めさせていただきます加茂支部の田中 健です。

さて、老人クラブの現状を述べさせていただきますと

【課題】

◎役員・リーダーの不足
◎現役世代の増加
◎趣味嗜好の多様化

【老人クラブに参加するメリット】

「健康と生きがいづくり」
体操やスポーツを通じて健康寿命の延伸・フレイル（虚弱）予防

「孤独の解消と交流」
仲間との定期的なお喋りや趣味の共有により孤立を防ぎ精神の安定をもたらします

「地域社会への貢献」
見守り活動やボランティアを通じて地域社会に貢献するやりがいを得る

高齢化社会ということで、老人の人口は団塊の世代を中心にあと数年増加し続けていきますが、それに反比例して、老人クラブは減少傾向にあります。

課題に挙げた「現役世代増加」と「趣味嗜好の多様化」が大きく影響しています。就労を続け地域のコミュニティ活動に時間を割く余裕が無く、また、インターネットの普及や民間サービスの充実によりサークル活動を自由に選べ集団活動への魅力が低下していることが減少要因であると思われます。

高齢者の最重要課題は「孤独の解消と交流」です。仲間との交流が精神の安定を導き、体操やスポーツ、ボランティア活動など、健康で活動的な日常を送れる精神的な礎が「仲間との交流」です。

全ての活動が身近な仲間との交流を中心に展開できることが重要だと考えます。

結びにあたり会員の皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げて、就任のごあいさつといたします。

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ショールーム　新車&中古車　アフターサービス　保険
クルマの事なら何でもお気軽にご相談ください!
ASADAJIDOSHA
株式会社 浅田自動車工業
木津川市市坂高座4-20
TEL(0774)72-0680
浅田自動車工業　検索

無限の可能性を形にsince1974
有限会社 森川製作所
木津川市山城町椿井水垣内9-1
TEL(0774)86-5454
FAX(0774)86-4754

経営相談、販路拡大、補助金申請、融資の紹介など経営のあらゆる支援を実施しています。お気軽にご相談ください。
小規模企業・中小企業の皆様を応援します
木津川市商工会
本所　木津川市木津南垣外83-3
TEL(0774)72-3801　FAX(0774)72-6564
加茂支所　木津川市加茂町里南古田24　TEL(0774)76-2970
山城支所　木津川市山城町上狛北的場15　TEL(0774)86-3157

FCbrain
税理士法人 FCブレイン
木津川市相楽城西12 ラ・ピセル101
TEL(0774)75-2663
FAX(0774)75-2623
E-mail：uk@fc-brain.com
http://www.fc-brain.com



ごあいさつ

笑顔あふれる健康長寿のまち・木津川を目指して

木津川市長　谷口　雄一

木津川市老人クラブ連合会会員の皆さまにおかれましては、長年にわたり培ってこられた豊富な知識と経験を活かし、地域社会の発展に多大なる貢献をいただいておりますことに深く敬意を表します。

また、日頃より地域に根差した活動を通じて、高齢者福祉の推進と地域づくりにご尽力いただいておりますことに、心より感謝申し上げます。

近年、地域コミュニティの在り方が変化する中で、老人クラブの皆さまが担ってくださる役割はますます重要になっています。笑顔で集い、互いを思いやり、地域を元気にする力は、まさに木津川市の未来を支える力です。

さて、本市は来年3月、市制施行20周年という大きな節目を迎えます。これまで築き上げてきた歴史と文化を大切にしながら、「子どもの笑顔が未来に続く　幸せ実感都市　木津川」の実現に向け、全庁を挙げてまちづくりを進めてまいります。本格的な超高齢社会を迎えるなか、皆さまが住み慣れた地域でいつまでもお元気で、生きがいを持って暮らしていただくことは、本市にとって何よりの喜びです。皆さまが日頃から取り組まれている地域の支え合い活動や健康づくり、世代間交流、地域の見守り活動などの積極的な社会参加は、まさに地域の絆を深め、明るく活力あるまちづくりに欠かせない力となっております。本市におきましても、誰もが心身ともに健やかに過ごせるよう、各種福祉施策や介護予防の取り組みを一層推進してまいります。

結びにあたりまして、木津川市老人クラブ連合会のますますのご発展と、会員の皆さま方の健康長寿、そしてご家族の皆さまのご多幸を心からお祈り申し上げ、ごあいさつとさせていただきます。

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

後水尾天皇勅願寺
瑞雲山 大智寺
木津川市木津雲村42-1
TEL(0774)72-2500
FAX(0774)73-9200

タイヤ販売・取付 お見積り歓迎
TIRE FIT kyoto
タイヤフィット京都
タイヤフィット京都
営業時間：10:00～17:00
定休日：火・水曜日・祝日
LINE公式アカウント
木津川市相楽川ノ尻87-1 TEL(0774)26-9223
www.tirefit.jp

まちの美化に努める
庄司圭佑株式会社
地域住民の皆様方に少しでもお役にたてるよう、日々努めてまいります。
木津川市木津雲村141-3
TEL(0774)73-2448 FAX73-2448
本社：木津川市山城町上狛鍵垣外2-3
TEL(0774)86-3252 FAX86-5440

美しく快適な生活環境づくりに貢献する
一般廃棄物収集運搬中間処理／産業廃棄物収集運搬
南京都リサイクルセンター
株式会社　南京都清掃社
木津川市山城町上狛西明官1番地1
TEL(0774)86-3717 FAX86-5313
不燃物処理センター
木津川市山城町上狛西殿17番地

令和８年度　木津川市老連 事業計画

月	事業内容	場所
4	府老連女性委員会総会	京都市
	府老連若手委員会総会	京都市
	広報委員会	
5	監事会	
	第 192 回府老連理事会（旧）	京都市
	第 78 回府老連評議員会（旧）	京都市
	第 193 回府老連理事会（新）	京都市
6	市町村老連新任会長・事務局会議	木津老人福祉センター
	全単位クラブ「社会奉仕の日」	全国一斉
7	支部長会議	事務局
	第１回市老連理事会	木津老人福祉センター
	市町村老連リーダー研修会	京都市
8	山城ブロック会議	未定
	広報編集委員会	木津老人福祉センター
9	社会奉仕の日	全国一斉
	市老連支部長会議	事務局
	府老連女性リーダー研修会	京都市
10	第9回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	木津ふれあいグラウンド
	第9回市老連会長杯ゲートボール大会	加茂赤田川グラウンド
	第8回市老連会長杯公式ワナゲ大会	アスピアやましろ
	府老連創立60周年記念 第47回京都府老人クラブ大会	京都テルサ
11	第39回相楽市町村親善ゲートボール大会	精華町
	第13回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	和束町
	府老連若手リーダー研修会	京都市
12	第 194 回府老連理事会	京都市
1	市への要望活動	木津川市
2	市町村老連会長・事務局会議	京都市
3	支部長会議	事務局
	第２回市老連理事会	木津老人福祉センター
	第 195 回府老連理事会	京都市

令和８年度 木津川市老人クラブ連合会役員

役員名	氏名	支部役員等
会　長	田中　　健	加茂支部長
副会長	岡田　真一	山城支部長
副会長	古城　隆弘	加茂支部副支部長
女性部長	柳田　珠江	木津支部女性部副部長
監　査	柴田　直三	山城支部副支部長
幹　事	石川　敏恵	加茂支部女性部長
幹　事	藤原千鶴子	山城支部女性部長
顧　問	山守　和良	元会長
顧　問	大山　順子	元女性部長



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

知ってるようで知らないカタカナ語
イノベーション
モノ、仕組み、サービス、組織、ビジネスモデルなどに新たな考え方や技術を取り入れて新しい価値を生み出し、社会に大きな変革をもたらすこと。「技術革新」と和訳されるが技術に限定する狭義の単語ではない。

相続・贈与等での土地建物の名義変更
遺言の相談・会社設立 等
木津川司法書士事務所
司法書士　松本　尚
木津川市相楽城下100番地9
OKビル201号
TEL(0774)73-0565

相続手続・遺言書作成
建設業許可・産廃許可など
山城行政書士事務所
行政書士　西岡　邦晃
行政書士　西岡有希絵
木津川市山城町平尾不知田74-1
（JR棚倉駅西口から徒歩1分）
☎(0774)26-2306 Pあり

相続・税務申告・記帳代行
税理士法人 高瀬会計事務所
税理士　高瀬 哲也
木津川市州見台4-5-1
TEL(0774)73-6370

令和８年度　木津川市老連 各支部事業計画

月	木津支部	加茂支部	山城支部
4		第１回支部役員会議	会長会議
		令和７年度会計監査	女性部長会議
5	三役会議	第２回支部役員会議	
	監事会		
6	全単位クラブ「社会奉仕の日」	総会	
	監事会	第３回支部役員会議	
7	第１回常任理事会・分科会（総務・体育保健・福祉・女性各部会）	全休（各地域行事への参画）	会長会議
			施設感謝デー
	理事会（総会）		
	第２回女性部会		
	第７回支部公式ワナゲ大会男子の部		第６回支部公式ワナゲ大会
	第７回支部公式ワナゲ大会女子の部		
	第２回総務部会		
	府老連市町村老連リーダー研修会	府老連市町村老連リーダー研修会	府老連市町村老連リーダー研修会
8	第５回支部長杯公式ワナゲ大会(男女混合)	第４回支部役員会議	
	第２回福祉部会	活動促進助成金配布	
9	府老連女性部リーダー研修会	府老連女性部リーダー研修会	府老連女性部リーダー研修会
	全単位クラブ「社会奉仕の日」	全単位クラブ「社会奉仕の日」	全単位クラブ「社会奉仕の日」
	第34回支部長杯グラウンド・ゴルフ大会	第５回支部役員会議	会長会議
		支部公式ワナゲ大会	老人クラブ役員研修会
10	第9回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	第9回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会	第9回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会
	第8回市老連会長杯公式ワナゲ大会	第8回市老連会長杯公式ワナゲ大会	第8回市老連会長杯公式ワナゲ大会
	府老連創立60周年記念 第47回京都府老人クラブ大会	府老連創立60周年記念 第47回京都府老人クラブ大会	府老連創立60周年記念 第47回京都府老人クラブ大会
		第６回支部役員会議	
		歌声サロン拡大版	
11	第9回市老連会長杯ゲートボール大会	第9回市老連会長杯ゲートボール大会	第9回市老連会長杯ゲートボール大会
	第３回女性部会		健康づくり教室
	第39回相楽老人クラブスポーツ大会（ゲートボール大会）	第39回相楽老人クラブスポーツ大会（ゲートボール大会）	第39回相楽老人クラブスポーツ大会（ゲートボール大会）
	第13回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	第13回山城ブロック親善グラウンド・ゴルフ大会	
	府老連若手リーダー研修会	府老連若手リーダー研修会	府老連若手リーダー研修会
12	第１回女性部交流会	支部長杯グラウンド・ゴルフ大会	山城支部友愛訪問
		第７回支部役員会議	施設感謝デー
1		お年玉グラウンド・ゴルフ大会	高齢者ふれあいサロン新年会
		昔あそび	
2	第２回女性部交流会	第８回支部役員会議	
3	支部役員会議※役員会は必要に応じて開催	第９回支部役員会議	山城支部決算監査
	第２回常任理事会		会長会議
			女性部研修

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

―リサイクルは愛―
株式会社 アライの森
古紙ドライブスルー®ユーカリ40店舗
本社　木津川市木津奈良道73番地
TEL(0774)72-1444(代)
FAX(0774)72-3912

御賛助

元貴通商㈱
MOTOKI TSUUSYOU CO., LTD
木津川市山城町上狛柘榴垣外9-1
TEL(0774)26-4490
FAX(0774)26-7354

二輪&四輪メンテナンスショップ
駒自動車工業㈱
木津川市市坂幣羅坂5番地
TEL(0774)72-5850
FAX(0774)72-5260

加茂 KAMO

笑顔の花咲く健康体操

南加茂台シルバークラブ　江草　正雄

今年4月から健康体操サークルが発足して、現在70名あまりの入会者があり、盛況の中で進んでいます。

5月から活動場所が公民館ホールになり、手足が伸び伸びと自由に伸ばせるようになりました。喉トレを含めてお口の体操、セラバンドも使って筋トレ、認知症予防のための脳トレ、オリジナルの音楽体操、疲れた体をほぐすストレッチなど、アイデア満載でとっても楽しくやっています。

ワクワク・ルンルン・ピカピカの気持ちで、深紅の男女の口ーズたちが綺麗な「笑顔の花」をいっぱい咲かせています。そしていつの間にか「♡ピン・♡ピン・♡キラリ」と健康寿命を伸ばすことができたら良いなと願っています。





加茂 KAMO

ゴルフサークル

南加茂台シルバークラブ　本間　義晴

「ナイスショット!!」の声と、笑顔があふれるNSGC（南加茂台シルバークラブゴルフサークル）。現在16名の仲間が、毎月第一金曜日に練習場の打ちっ放しで楽しく汗を流しています。経験豊富なメンバーによる優しいアドバイスのお陰で「自己流の癖が直った」「前より真っすぐ飛ぶようになった」「飛距離がのびた」と腕前も少しずつアップ。時には笑いが飛び、ボールと和やかな練習会です。

年3回ゴルフコース親睦大会を開き、プレー後は集会所で表彰式と親睦会、「今日はスコアより笑いが勝ったな」というのも楽しみの一つです。

健康づくり、仲間づくり、そして楽しい時間づくりをしています。





私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

総合建設業
相楽土木建築㈱
木津川市木津南垣外46-2
TEL(0774)72-0018
FAX(0774)72-6630
E-mail souraku-co@d3.dion.ne.jp


奈良東病院グループ
～3つのおもな特色～
●食事
●高濃度炭酸泉
●理学療法士による運動指導
医療法人 健和会
デイサービスセンター いずみ
木津川市相楽城下100-1
TEL(0774)75-2658 FAX75-2656

寄り添い、その人らしい暮らしを支え合う
特別養護老人ホーム
きはだの郷
デイサービス うのみの丘
お問い合わせ先はこちら
TEL 0774-66-2112
利用・介護に関するご相談受け付けております。
お気軽にお問い合わせ下さい。
三福福祉会 検索


駐車場10台完備
聞こえ・補聴器　めまい　摂食・嚥下
ほりなか耳鼻咽喉科
木津川市梅美台2-10-12
☎(0774)72-3387

地区活動紹介

木津 KIZU

活動報告

木津支部支部長　中森　啓之
女性部長　柳田　珠江

〈令和7年度 日帰り親睦旅行〉

今年の親睦旅行は、11月7日に43名の参加で、秋の嵐山観光から始まりました。修学旅行の生徒や海外からの観光客で人・人・人で溢れていました。

その後、嵐山を後に嵯峨野から「トロッコ列車」で保津峡に沿って亀岡までガタゴト・ガタゴト。トロッコの揺れや景色を楽しみ、湯の花温泉で昼食や温泉に癒された日帰りの旅でした。今年は案内早々に募集人数が埋まりとても盛況でした。







〈女性部管外研修〉

2年に一度の女性部管外研修・交流会を、11月28日に実施しました。

今回は紫式部ゆかりの「石山寺」へ向かいました。昨年の大河ドラマでも舞台となった場所で寺名の由来となった天然記念物の大きな「硅灰石」の上にある国宝の「多宝塔」も紅葉と相まって美しい景観でした。南郷温泉で昼食をゆっくり味わい、それぞれのクラブの活動を聞いたり、交流を深めました。

〈女性部「健康講座」〉

2月21日に、木津老人福祉センター2階で「健康講座」を開催しました。

お口の体操や筋トレ・脳トレなど音楽に合わせて楽しく体操・交流を行いました。

日頃できない体操に悪戦苦闘も、とても充実した時間を過ごすことができ、参加は9名でしたが、参加された方からは「もっと多くの方々と、この楽しい時間をぜひ一緒に過ごしたかった」と、皆さんから残念の声が聞かれました。

来年以降も続けて実施しますので、気軽にご参加をお願いします。

〈令和7年度　木津支部長杯グラウンド・ゴルフ大会〉

10月21日に、木津ふれあい健康グラウンドで、令和7年度木津支部長杯グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。

【大会結果】　※敬称略

優勝　小森　豊（松寿会）　写真中央
準優勝　林　光則（東愛会）　写真右
第3位　溝辺　博之（ひだまり会）　写真左



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

食事の前後はほうじ茶を



野菜などに含まれる鉄分は、お茶のタンニンと結びつくとタンニン鉄となり、体内では全く吸収されなくなってしまいます。そこで、食事の直前直後はタンニンが含まれていないほうじ茶や番茶、玄米茶などを飲んだ方が、食事の栄養分が無駄なく吸収されるのです。

訪問介護してます!
ヘルパー・め組
株式会社R&S
〒630-8102
奈良市般若寺町164-7
レインボーマンション般若寺103号
TEL0742-93-3282
FAX0742-93-3283

アットホームな環境で生活を!
スタッフ一同お待ちしております
住宅型老人ホーム
アムール城山台
〒619-0218
京都府木津川市城山台7丁目43番地2
TEL0774-73-1881
FAX0774-73-1882

グラウンド・ゴルフ

山城

涌出クラブ　西岡　勝裕

私たちのチームは週3回（1カ月に12回）集まり、練習回数はどこにも負けません。

平均年齢は80歳を優に超えていますが、皆さん、想像以上に元気でとても信じられません。

グラウンド・ゴルフは我々にとって適している遊戯だと思います。

ともあれ私たちは、チームワーク、思いやりの心、時には競争心を持ち、笑顔と感謝と使命感を持ち、グラウンドで声を掛け元気に走り回っています。



涌出クラブ ワナゲ部誕生

山城

涌出クラブ　ワナゲ部　中谷　充克

毎年、木津川市老連をはじめ、いくつかの大会が開かれるようになり、当涌出クラブでもワナゲの機運が高まってきています。

このため、今年4月にワナゲ部を発足しました。会員は24名で、毎月2回、地域のコミセンをお借りし、午後のひと時を和気あいあいと楽しんでいます。

初めての方もおられますが、経験者が親切に教え、少しずつですが上手になり、投げ方も自分なりに作戦を考え、点数計算で足し算をするので頭の体操にもなっています。

目標は高く、市老連の大会で上位入賞を目指してこれからもがんばっていきます。



春季研修旅行

山城

涌出クラブ　会長　喜多　祥郎

毎年、会員の親睦を図るために旅行を行っています。今年は、舞鶴へ出掛けました。かつて北前船の寄港地や軍港として栄え、今も自衛艦等が停泊し、赤煉瓦の街並みが見学できます。

初めに赤煉瓦博物館で煉瓦の歴史など見学。すぐ横の港から、海軍ゆかりの港巡り遊覧船で、現役の自衛艦を間近に見上げ、海の絶景を望みました。昼食は新鮮な海の幸を堪能し、午後は五老スカイタワーで、近畿百景1位のリアス式海岸の舞鶴湾を一望しました。

その後、舞鶴港とれとれセンターと舞鶴かね和でお土産を買いました。車中では歓談やカラオケやゲームや添乗員の軽妙な話を楽しみながら、盛りだくさんな一日を楽しみました。



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

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いる薬を正確に伝えられます。

地域のみなさまのかかりつけ薬局
ミタニ薬局
開局時間
平日 9:00～18:00
土曜 9:00～13:00
木津川市山城町平尾南払戸105-2
TEL(0774)86-5012
FAX(0774)86-3529

外科・内科・整形外科
いさじ医院
最新鋭のオープンタイプMRI・CT・X線機器を導入／検診

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
AM 9:00～PM12:30	○	○	○	○	／	○	○
PM 2:00～PM 4:00	○	／	○	／	／	○	／
PM 5:00～PM 7:00	／	○	○	／	／	○	／

第1・3・5日曜日・祝日は診療日です
木津川市木津西小林10-1 TEL(0774)75-2153
http://www.isaji.com/

内科・小児科・放射線科
飯田医院
診療受付時間
午前 8:30～11:30（月・火・水・金・土）
午後 4:30～ 6:30（月・水・金）
木津川市木津町瓦谷56 P有り
☎(0774)72-0055

2025 11.5 火曜日

令和7年度 第7回市老連会長杯ワナゲ大会



令和7年10月31日㈮、アスピアやましろグリーンホールにおいて、第7回木津川市老人クラブ連合会会長杯ワナゲ大会が開催され、60名の参加がありました。

皆さん日頃の練習の成果を生かして、一投一投真剣な投げ合いとなりました。

【大会結果】　※敬称略

優勝　田中　健（加茂）写真中央

準優勝　髙部　晴子（木津）写真左

第3位　髙部　肇（木津）写真右



私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・小児科
若菜医院
診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土
AM 9:00~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○
PM 6:30~8:00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ／
休診日　日曜日・祝日・木、土曜日午後
木津川市山城町椿井舟戸27-1
TEL(0774)86-2064

内科・消化器内科
◎胃カメラ・エコー有り◎
山口医院
診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日・祝
9:00~12:00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ／
17:00~19:00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ／ | ／
※午後予約診・往診あり
木津川市加茂町里南古田134
☎(0774)76-0505 P有り
http://www.yamaguchi-iin.net

処方せん受付
うさぎや薬局
加茂店　木津川市加茂町里南古田134
TEL(0774)76-7711 FAX76-7722
桜が丘店　相楽郡精華町桜が丘3-2-1
TEL(0774)73-6718 FAX73-2818
本　店　相楽郡精華町桜が丘3-24-5
TEL(0774)75-1166 FAX75-1167

小児科・内科
つなもと医院
診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土
午前9:00~12:00 | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ | ○
午後4:30~7:30 | ○ | ○ | ／ | ／ | ○ | ／
休診日　木曜・土曜午後、水曜、日曜、祝日
木津川市兜台3-3-1
(兜台郵便局北隣)
☎(0774)71-5400

木津川市老人クラブ連合会　令和7年度事業報告



女性委員会 設立30周年のつどい

○9月10日　府老連女性委員会設立30周年記念のつどい
5名参加
・オープニング　綾部市老連コーラス部「やまびこ」
感謝状贈呈、来賓祝辞
30周年の歩み報告
・記念講演　テーマ「学びになる気象と防災のお話」
廣瀬　駿氏（気象予報士）

○10月8日　第46回京都府老人クラブ大会（京都テルサ）
7名参加
〈京都府知事表彰　育成功労者表彰〉受賞
中森　啓之
（木津川市老連会長）
〈府老連会長表彰　育成功労者表彰〉受賞
兎本　久和
（元木津川市老連会長）
田畑　尚美
（木津・如月会会長）
岡田　一良
（木津川市老連副会長）
義田　純一（木津・北大路長寿会会長）
・講演①「知らず知らずに衰える骨と筋肉～いつまでも健康で動ける身体を～」
徳永　大作氏（心身障害者福祉センター附属リハビリテーション病院　院長）
・講演②「口腔の健康を維持し、健康長寿を目指そう！」
足立　哲也氏（心身障害者福祉センター附属リハビリテーション病院　歯科医長）
谷川加奈子氏（同病院　歯科衛生士）
・最後に「青い山脈」をみんなで合唱

○10月31日　第7回市老連会長杯公式ワナゲ大会（アスピアやましろ）
60名参加
☆大会結果
第1位：田中　健
（加茂　南加茂台シルバークラブ）
第2位：髙部　晴子
（木津　千歳会）
第3位：髙部　肇
（木津　千歳会）

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

歯科・歯科口腔外科・小児歯科・矯正歯科
長澤歯科医院
NAGASAWA DENTAL CLINIC

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

△土曜日の午後は14:00～16:00
休診日　木曜・日曜・祝日
木津川市木津駅前1-38　駐車場あり
TEL(0774)72-0670

やなぎさわ歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30～12:30	○	○	／	○	○	○	／
14:00～18:00	○	○	／	○	○	○	／

木津川市木津川原田54-1
☎(0774)73-2046

星野歯科クリニック
Hoshino Dental Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:30～12:30	○	○	／	○	○	○	／
午後2:00～7:30	○	○	／	○	○	△	／

△～6:00
木津川市梅美台2-19-30
☎(0774)72-2021

西谷歯科医院

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM9:00～PM1:00	○	○	○	／	○	○	／
PM2:30～PM7:00	○	○	○	／	○	△	／

△土曜午後は6:00まで
木津川市加茂町里西鳥口81
TEL・FAX(0774)76-7748

○11月4日　第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会（ふれあい健康グラウンド）
87名参加
☆大会結果
第1位：畑　宗昭（木津　東愛会）
第2位：藤原千鶴子（山城　永楽会）
第3位：中江洋一郎（加茂　南加茂台シルバークラブ）

○11月18日　第12回山城ブロック老連親善グラウンド・ゴルフ大会（南山城村総合グラウンド）
88名参加
☆大会結果（団体）
参加22チーム中、7位・11位
☆大会結果（個人戦）
第1位：小森　豊（木津　松寿会）
第3位：木村　勲（山城　涌出クラブ）

○11月19日　令和7年度若手リーダー研修会（ハートピア京都）
3名参加
・講演「ビデオゲーム体験説明会」
石田　国松氏（任天堂株式会社）

○11月26日　相楽老連親善スポーツ大会（和束町B&G海洋センター）
☆大会結果
（団体戦）
第1位：木津川市Bチーム（木津）
第3位：木津川市Aチーム（山城）
（個人戦）
第1位：髙部　晴子（木津　千歳会）
第2位：吉岡　征治（加茂　泉長寿会）
第3位：福井　勝恵（木津　不二荘園親友会）

○2月17日　市町村老連会長・事務局会議（ハートピア京都）
2名参加
・令和7年度報告、8年度計画等
・情報交換

○5月23日　生きがい大学開校式・記念講演（アスピアやましろ）
219名参加
・講演「シニアの防災あれこれ」
田中　英樹氏（日本防災士会京都府支部長）

○2月13日　記念講演・閉講式（アスピアやましろ）
177名参加
・講演「落語」
桂　小春団治師匠
桂　治門氏

○8月28日　近隣市町村巡り（木津分教室）
74名参加
8月29日　近隣市町村巡り（加茂分教室）
89名参加
10月1日　近隣市町村巡り（山城分教室）
46名参加
（天理参考館・なら和み館）

○12月9日　社会見学（木津分教室）
81名参加
12月11日　社会見学（山城分教室）
45名参加
12月18日　社会見学（加茂分教室）
86名参加
（休暇村紀州加太・和歌山県立近代美術館・四季の郷公園）





知っておこう！ 地震が発生したときの対処法



①自分の身を守る	倒れてくるものなどから身を守る
②火の始末	大揺れが収まってから消火
③家族の安否確認	家族が無事か確認
④避難経路の確保	可能であれば窓やドアを開けておく
⑤近所の安全確認	近所で火災等が起きていないか確認



2025 11.4 火曜日 令和7年度 第8回市老連会長杯グラウンド・ゴルフ大会



令和7年度11月4日㈫、木津ふれあい健康グラウンドにおいて、第8回木津川市老人クラブ連合会会長杯グラウンド・ゴルフ大会が開催され、87名の参加がありました。
皆さん日頃の練習の成果を十分発揮され、楽しく交流しました。

【大会結果】　※敬称略

優勝　畑　宗昭（木津）写真左
準優勝　藤原千鶴子（山城）写真中央
第3位　中江洋一郎（加茂）写真右



みんなの作品コーナー

作品「愛」



加茂　南加茂シルバークラブ
中原　智子



作品「窓月伴吟」

会員文芸

◆短歌

涌出クラブ　西岡　勝裕

自分なりに探し求めた心地よさ
俺ここに居れば気分爽快
誰しもが一人で死ぬと言う習い
重ねる歳を悔いなく生きん

◆ご協賛の皆様へ御礼

広報紙「市老連きづがわ」の発行にあたり、広告掲載のご協賛を賜り、厚くお礼申し上げます。本紙は会員の生きがい向上、交流のためにさらに内容の充実に励んでまいります。どうかこの趣旨にご賛同いただき、今後も倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

木津川市老人クラブ連合会

私たちは、木津川市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科　小児科
たけもとクリニック
TAKEMOTO CLINIC
生活習慣病（高血圧・糖尿病・高脂血症）
診療時間　月 火 水 木 金 土 日祝
9:00～12:00　● ● ／ ● ● ● ／
17:00～18:30　● ● ／ ● ● ／ ／
木津川市梅美台1-1-1 フォレストモール木津川
TEL(0774)75-1122

皆様のかかりつけ医
内科　小児科　消化器内科
さかうえクリニック
診療時間　月 火 水 木 金 土 日祝
午前診療 9:00～12:00　●/★ ●/★ ● ／ ●/★ ●/★ ／
午後診療 16:30～19:00　● ● ● ／ ● ／ ／
休診日　土曜日午後、木曜日、日曜日、祝祭日
●内科・消化器内科　★小児科
眠ったままできる胃カメラ・大腸カメラ
JR木津駅より徒歩6分　木津川市城山台7-43-3
0774-73-0255

呼吸器内科・消化器内科
河村医院
診療時間　月 火 水 木 金 土
午前9:00～12:00　○ ○ ○ ○ ○ ○
午後5:00～7:00　○ ○ ○ ／ ○ ／
休診日　日曜・祝日・木曜午後・土曜午後
木津川市相楽台2-2-15　P有り
☎(0774)72-0130

水まわり・リフォームの事なら
ご相談安心の地元業者へ
上下水道指定工事店
NISHIWAKI (株)西脇産業
木津川市加茂町美浪椚5番
30年の実績と信頼
家の修理・外構・太陽光・オール電化
お見積り無料　まずはお電話
☎(0774)76-7070

歯科・小児歯科
矯正歯科・口腔外科
公式インスタグラム
住岡歯科医院
診療時間　月 火 水 木 金 土 日祝
午前9:00～12:30　● ● ● ● ● ● ／
午後2:30～7:00　● ● ／ ● ● ／ ／
加茂町里東鳥口9-1
☎・FAX(0774)76-2407
http://www.sumioka-dc.com

元気で明るい
長寿社会の実現が願いです
博報社は
老人クラブの活動を
応援しています
HAKUHOUSHA

冠婚葬祭ギフト専門店
㈱Aluco
サラダ館木津店
営業時間　9:00～19:00
定休日　火曜日・祝日
木津川市木津宮ノ内65-3
☎(0774)72-0374
FAX(0774)72-8330
ギフト木津　検索

永代供養、樹木葬、ペット納骨
一般葬
山田川霊園
木津川市吐師坊ヶ谷43-1
0120-39-0765