市老連 かめおか

第33号



亀岡市老連研修旅行「奈良大和路を知る旅」平城宮跡

令和8年 11月発行

亀岡市老人クラブ連合会

主な内容

単位クラブ会長名簿 4頁
日帰り研修旅行 奈良大和路 8頁
京都府老連創立60周年記念大会 12頁

会長あいさつ



絆を大切に!!
生きがいを感じる老人クラブに

亀岡市老人クラブ連合会　井手口 温美

会員の皆様には益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

日々老人クラブの運営に格別のご理解、ご協力を賜り心より感謝しております。

私今年就任しまして早いもので半年が過ぎました。時代の変化とともに会員数が減少している昨今、人と人との絆の大切さを再確認するとともに会員相互の親睦を図り生きがいある人生を送れるような魅力のある老人クラブになればと念願しています。

会員増強運動につきましてもさらなるお力添えと格別のご支援とご指導をよろしくお願い申し上げます。お一人おひとりの温かいご協力を心よりお願い致します。

会員の皆様のご健勝とご多幸と各単位クラブの発展を心より祈念申し上げます。

目　次

頁	
01	表紙
02	会長あいさつ、目次
03	市老連役員名簿
04	単位クラブ会長名簿、単位クラブ女性部長名簿
05	令和8年度下期主要事業日程、友愛募金のご報告と御礼
06	理事・会長会、女性部長会
07	市老連公式ワナゲ大会
08～09	市老連日帰り研修旅行（奈良）
10	市老連会長杯ワナゲ大会（曽我部町地区大会、薭田野町地区大会）
11	健康ウォーキング計画書参加クラブ
12	京都府老連創立60周年記念 京都府老人クラブ大会
13	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会、京都府老連女性リーダー研修会
14	みんなの広場
15	市老連「かめおか32号」読者感想
16	まちがいさがしクイズ、編集後記

令和8年度　市老連役員名簿

役職名	氏　名	クラブ名
会　長	井手口温美	東つつじヶ丘シニア友の会
副会長	乙坂　優次	見晴山水会
	鹿島　輝雄	曽我部町南條老人クラブ
	吉岡　　和	西山区寿会
監　事	八木　榮三	河原林町第二老人クラブ
	和家　　誠	曽我部町学ヶ丘老人クラブ
事務局長	乙坂　優次	見晴山水会
会計主幹	鹿島　輝雄	曽我部町南條老人クラブ
女性部長	吉岡　　和	西山区寿会
女性副部長	村上　典子	保津町第五百代会
	田中　智子	大井町亀楽会第一クラブ
事務推進員	林　　美樹	亀岡市社会福祉協議会
理　事	栗田　征扶	南古世らくじゅ会
	関口　　学	保津町第二百代会
	鹿島　輝雄	曽我部町南條老人クラブ
	稲荷　良一	薙田野町柿楽会
	西村　正司	大井町亀楽会第五クラブ
	小林　創世	河原林町第一老人クラブ
	乙坂　優次	見晴山水会
	中村　富男	西山区寿会
	中　　龍雄	東つつじヶ丘シニア友の会

役職名	氏　名	クラブ名
女性理事	高橋　貞美	南古世らくじゅ会
	村上　典子	保津町第五百代会
	園田　範子	曽我部町重利老人クラブ
	田中　智子	大井町亀楽会第一クラブ
	八木　富子	河原林町第二老人クラブ
	吉岡　　和	西山区寿会
	井手口温美	東つつじヶ丘シニア友の会
幹　事	岸田　茂夫	保津町第四百代会
	井上　忠久	保津町第七百代会
	木村　隆一	曽我部町学ヶ丘老人クラブ
	斎藤　孝雄	薙田野町奥条老人クラブ
	近藤　隆茂	大井町亀楽会第五クラブ
	横川　孝男	畑野町やまびこ会
	八木　豊司	河原林町第二老人クラブ
女性代表委員	福知志津子	曽我部町犬飼老人クラブ
	須田　君栄	曽我部町南條老人クラブ
	吉川　恵子	曽我部町学ヶ丘老人クラブ
	前田　貞子	薙田野町天川老人クラブ
	上杉　誼子	大井町亀楽会第五クラブ
	三浦　香澄	畑野町やまびこ会
	山木美代子	河原林町第一老人クラブ
	水畑　洋子	見晴山水会
	成田マサ子	薙田野町柿楽会

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

外壁塗装・雨漏防水・屋根工事 専門店
株式会社 京・塗・屋（きょう・と・や）
KYO-TO-YA
亀岡市荒塚町2-10-2
0120-434-199

永田歯科医院
歯医者さんが往診します
亀岡市千代川町千原2丁目
〔国道9号千原交差点エネオス斜め前ローソン隣〕
TEL.0771-24-8841

田中歯科医院
●診療時間〈予約優先〉
午前9:00～13:00　午後2:30～6:00
土曜日～5:00まで
休診日：木曜・日曜・祝祭日
亀岡市曽我部町南条下河原12-3
☎0771-23-6480

あおばリハビリデイサービスセンター
1F 機能訓練・食事・入浴対応・生活リハビリ ☎23-8941
あおばデイサービスセンター
2F 機能訓練・買物歩行・造作リハビリ ☎29-2100
あおばヘルパーステーション
2F 身体介護・生活援助・保険外サービス ☎21-2280
治療院やました接骨院 ☎23-8158
亀岡市三宅町2-10-5

栗山内科クリニック
KIMC

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

休診日：水曜・土曜の午後、木曜・日曜・祝日
【受付時間】AM 8:40～11:40 / PM 4:40～7:10
亀岡市篠町篠向谷24-4
TEL 0771-29-6633

SATO CLINIC
佐藤医院
内科・消化器内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	×	○	○
午後17:00～19:30	○	○	○	×	○	×

※小児科の夜診受付は19時まで
内科水曜午前受付は11:30まで
●休診日 日曜・祝日・木曜・土曜午後
亀岡市吉川町吉田段ノ坪23　☎0771-21-2525

令和8年度 単位クラブ女性部長名簿

No.	クラブ名	氏　名
1	南古世らくじゅ会	高橋　貞美
2	保津町百代会	村上　典子
3	曽我部町重利老人クラブ	園田　範子
4	曽我部町犬飼老人クラブ	福知志津子
5	曽我部町南條老人クラブ	須田　君栄
6	曽我部町学ヶ丘老人クラブ	吉川　恵子
7	薭田野町天川老人クラブ	前田　貞子
8	薭田野町老人クラブ柿楽会	成田マサ子
9	大井町亀楽会第一クラブ	田中　智子
10	大井町亀楽会第五クラブ	上杉　誼子
11	畑野町やまびこ会	三浦　香澄
12	河原林町第一老人クラブ	山木美代子
13	河原林町第二老人クラブ	八木　富子
14	見晴山水会	水畑　洋子
15	西山区寿会	吉岡　　和
16	東つつじヶ丘シニア友の会	井手口温美



令和8年度 単位クラブ会長名簿

No.	クラブ名	氏　名
1	南古世らくじゅ会	栗田　征扶
2	保津町第一百代会	千葉　静子
3	保津町第二百代会	関口　　学
4	保津町第四百代会	岸田　茂夫
5	保津町第五百代会	岸谷　富夫
6	保津町第六百代会	毛利　善一
7	保津町第七百代会	井上　忠久
8	保津町第八百代会	田中　幸雄
9	曽我部町重利老人クラブ	石田　茂雄
10	曽我部町犬飼老人クラブ	福知憲太郎
11	曽我部町南條老人クラブ	鹿島　輝雄
12	曽我部町学ヶ丘老人クラブ	木村　隆一
13	薭田野町天川老人クラブ	石田冨美子
14	薭田野町老人クラブ柿楽会	稲荷　良一
15	薭田野町奥条老人クラブ	斉藤　孝雄
16	大井町亀楽会第一クラブ	西村　正司
17	大井町亀楽会第五クラブ	近藤　隆茂
18	畑野町やまびこ会	横川　孝男
19	河原林町第一老人クラブ	小林　創世
20	河原林町第二老人クラブ	八木　豊司
21	見晴山水会	乙坂　優次
22	西山区寿会	中村　富男
23	東つつじヶ丘シニア友の会	中　　龍雄

私たちは亀岡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　愛善信光会
幼保連携型認定こども園
亀岡保育園
〒621-0811
京都府亀岡市北古世町1丁目18-1
TEL.0771-22-0469

特定医療法人 福知会
クリニック「もみじ」
所長　岡　一太郎
診療科：精神科・心療内科
亀岡市余部町清水26番地1
TEL：0771-22-7516
FAX：0771-22-7666
http://www.fukuchikai.or.jp

デイサービスセンターあさひ
亀岡市篠町柏原久保垣内1-3
オプトカワモトビル1階
TEL.0771-22-5004
デイサービスセンターあさひ 並河
亀岡市大井町並河新戸1-1
TEL.0771-51-2470
お気軽にご相談下さい

JR亀岡駅前
理容 スマート
平日 8:30~18:30　日・祝 8:00~18:00
★60歳以上の方は300円OFF！★
年中無休
正月3ヶ日のみ定休
TEL 0771-24-9800

デイサービスセンター さくら
亀岡市旭町年角27番地3
TEL.0771-25-5597
FAX.0771-25-5598
体験実施中
お気軽にご相談ください！

グループホームで一緒に働きませんか！
障害のある人たちの生活を支援する仕事です。
週1回泊勤務・週末日中勤務を募集しています。
見学はいつでも受け付けています。
詳しくは下記担当者までお問い合わせください。
社会福祉法人亀岡福祉会
亀岡市薭田野町佐伯大門30-1　担当：井内
TEL0771-24-2596　FAX0771-24-2597

令和8年度 下期主要事業日程

月	日(曜)	会議・行事等(場所)
9	15(火)～21(月)	老人の日、老人週間(亀岡全域)
	28(月)14:00	第2回理事・会長会(福祉センター3F)
10	11(日)	市民福祉のつどい(ガレリア)
	30(金)9:00	グラウンド・ゴルフ大会(保津川水辺公園)
11	上　旬	会報「市老連かめおか」発行
	24(火)13:00	第44回定期大会準備(社協)
	25(水)12:00	第44回定期大会(ガレリア)
12	7(月)13:30	執行役員会(事務所)
	28(月)～1/5(火)	年末年始のお休み
1	9(土)11:00	新春会長・役員会(玉川楼)
2	3(水)13:30	第42回趣味の作品展準備(社協)
	4(木)12:00	第42回趣味の作品展(ガレリア 響ホール)
	5(金)10:00	
	8(月)13:30	執行役員会(事務所)
3	1(月)13:30	執行役員会(事務所)
	29(月)14:00	第3回理事・会長会(福祉センター3F)

令和８年度友愛募金のご報告と御礼

市老連会員の皆様からお寄せいただきました友愛募金が、令和８年度は「315,303円」となりました。

皆様のご厚情に感謝するとともに、御礼を申し上げます。今年度も単位クラブ活動の助成や、市老連会長杯の開催援助など、有効に使わせていただきます。ありがとうございました。

（亀岡市老連　事務局）

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

相続　遺言　成年後見　不動産登記
会社法人登記　会社設立サポート
司法書士井木博事務所
亀岡市古世町西向林 28-2
TEL.0771-24-4144

経営と暮らしをサポート
相続税の申告・相談
井木悦夫税理士事務所
亀岡市古世町西向林28-2
TEL.55-9133 FAX.24-6262

さかい司法書士事務所
司法書士　酒井　紀彦
亀岡市大井町土田2丁目12番19号
あしはらマンション2階
(JR嵯峨野線並河駅前)
☎0771-55-9601
お気軽にお電話ください

NPO法人
訪問看護ステーション
こころ
亀岡市篠町広田1-37-12 メゾン H&D Ⅳ 1階
☎0771-23-6723
【ご相談時間】9:00～17：00
土日、年末年始は、お休みいたします。

素材・製法・人にこだわり『縁』を繋ぐパン作りを。
Boulangerie&
ブーランジェリーエン
営業時間 8:00～17:00
定休日 火・水・不定休
〒621-0807
亀岡市亀岡駅北1丁目4-12
15th SQUARE 1-C
[Instagram]

近畿運輸局長指定整備工場
有限会社 亀岡オート
亀岡市東本梅町赤熊アリマノ３１
TEL.0771-26-3323

令和８年度　第１回　理事・会長会

令和8年5月18日（月）　亀岡市総合福祉センター



司会陣（左）と市役所高齢福祉課の皆さま



理事・会長の皆さま

長時間にわたるご審議、お疲れ様でした



市老連執行部



審議中

令和８年度　第１回　女性部長会

令和8年5月14日（木）　亀岡市総合福祉センター



執行部　司会陣



会場風景





ゲストに「TUNAGO　TE to TE」メンバーが

令和8年度 亀岡市老連 公式ワナゲ大会

令和8年8月3日(月) ガレリアかめおかコンベンションホール
参加者：104名 競技方法：個人戦 3ゲーム


井手口会長 開会あいさつ


亀岡市社会福祉協議会
石野会長からご祝辞




ご来賓の方々による始投式




開会を待つ参加者の皆さま







競技中 お楽しみいただけたでしょうか！

【優勝者】
渡辺和親 様
西山区寿会
スコア:287


優勝杯を受けられる渡辺様


1位:渡辺様 2位:石田様 3位:田中様

市老連 令和８年度 日帰り研修旅行
奈良大和路を行く


城跡への途

令和８年６月12日（金）、参加者104名はバス３台に分乗して豊臣秀長ゆかりの大和郡山城跡を見学しました。その後、“なら和み館”で昼食。午後は平城宮跡を訪れ、“ヤマト”で柿の葉寿司をお土産に買うなどし、古都奈良の初夏を満喫しました。


ベテランガイドの名調子
山一サービスバス




井手口会長あいさつ


和気あいあいの昼食会場♪
なら和み館

大和郡山城跡


お濠を跨ぐ
極楽橋

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

Alan box
キッチンカー製作・販売
ALANBOX
亀岡市曽我部町寺万多羅 15-1
TEL 0771-22-6600
FAX 0771-22-6660
HP　Instagram

水道衛生工事・リフォーム
『くらしと水』のネットワーク
株式会社 黒川
亀岡市西つつじヶ丘五月台 1-24-1
0771-24-7258

お任せ下さい
空家・古民家の解体工事!
安心施工　適正価格　見積無料　お気軽にお問い合わせ下さい
ナカニシ開発 株式会社
解体:京都府知事許可(般-6) 第38167号
産業廃棄物収集運搬業[京都・大阪・兵庫・福井] 第177976号
亀岡市安町釜ヶ前50番地1 亀岡市役所徒歩2分
TEL.0771-55-9983


お任せください
句集・記念誌・自分史
「パソコン苦手」でもOK!
「1冊から作成」まずはご相談を！ TEL 078-333-7707 株式会社 ニチコミ

外構工事一式・エクステリア工事
京匠技建 KYOSHOGIKEN
【外構工事専門店】
玄関周りのバリアフリー工事から
リフォーム外構工事
何でもご相談ください。
亀岡市篠町柏原松ノ浦 2-15
TEL 0771-23-9849

1号車の皆さん



2号車の皆さん



平城宮跡朱雀門前で記念撮影





奈良県マスコットキャラ「せんとくん」と朱雀門

3号車の皆さん







奈良のお土産は“柿の葉寿司”で決まり！

亀岡市老人クラブ連合会 会長杯 ワナゲ大会

曽我部町地区大会

令和8年6月20日（土）　亀岡市立曽我部小学校体育館
参加者：106名（市老連スタッフ含む）　競技方法：個人戦 3ゲーム



開会前　役員打ち合わせ



井手口会長あいさつ







【優勝者】
藤江 様
西条老人クラブ

優勝者に
市老連会長杯を
授与

曽我部町地区老人クラブ連合会会員の皆さま、お疲れさまでした！

薭田野町地区大会

令和8年7月7日（火）薭田野町自治会
参加者：32名（市老連スタッフ含む）
競技方法：団体戦 3ゲーム









【団体優勝】
下佐伯伯寿会

薭田野町地区老人クラブ会員の皆さま、お疲れさまでした！　栄光の市老連会長杯

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

株式会社
京都製錬所
Kyoto Seirensho
亀岡市西別院町笑路落合4-3
TEL 0771-27-2036
FAX 0771-27-2708
http://kyoren.co.jp

ヤンマー株式会社　特約店
ヤンマー農業機械・ヤンマー建設機械
増田機械株式会社
本　社
〒621-0027亀岡市曽我部町犬飼地蔵又30-3
TEL 0771-23-4111(代) FAX 0771-24-2841
能勢営業所
丹波展示場

鋼構造物工事業　重軽量鉄骨工事　金物工事
株式会社BONDS.
亀岡市千歳町千歳北所 74-1
TEL:0771-20-9045
FAX:0771-20-9046

山徳工務店
山徳ファーム株式会社
亀岡市大井町並河神田 47
TEL 0771-24-8354

鉄骨建築　設計　施工
株式会社 エムエス機工
南丹市八木町北屋賀北川 1-1
TEL: 0771-56-8824
FAX: 0771-56-8842

有限会社
非鉄金属・特殊金属リサイクル
OA機器・通信機器リサイクル
産業廃棄物処理業
カメキンリサイクルシステムズ
亀岡市西別院町笑路頭木田1-8
TEL 0771-27-2546
FAX 0771-27-2554

令和8年度 健康ウォーキング 計画書 参加クラブ

No.	グループ	内　容	人数
1	南古世らくじゅ会	毎月第3土曜日に歩こう会を開催し一万歩を目指す。 他に毎日5,000歩を目標に各自が歩く。	32
2	保津町老人クラブ百代会連合	11月15日（日）　保津川水辺公園コース 12月13日（日）　宇津根大橋折り返しコース	20
3	曽我部町犬飼老人クラブ	毎日各自が、3,000歩～5,000歩を目標にして歩く。 年1回近郊のウォーキングを実施予定。	25
4	曽我部町南條老人クラブ	毎日の歩数を記録し、月末に事務局で集計し距離に換算する。 年間の距離をデータ化し過去の記録と比較する等、健康管理の一助として使っている。	13
5	曽我部町学ヶ丘老人クラブ	5月23日（土）に無料バスを利用して、亀岡駅北口から保津川沿いをサンガまでの約3km歩く。	15
6	薭田野町老人クラブ	11月11日（水）に、自治会から神蔵寺間を紅葉見学を兼ねて歩く。	31
7	薭田野町老人クラブ柿楽会	11月9日（月）に紅葉巡りを楽しむ。毎日4,000歩を目標に歩く。	6
8	畑野町やまびこ会	11月11日（水）に、健康ふれあいセンター ⇔ 西山神社 各自が毎日、3,000歩を目標にする。	15
9	見晴山水会	4月9日（木）に、見晴地区 → 南郷公園（お花見を兼ねる）希望者は大本植物園見学。 11月5日（木）に、見晴地区 ⇔ 山本浜（紅葉狩りを兼ねる） 各自が毎日2,000歩を目指す。	23
10	西山区寿会	11月9日（月）に西山区の周辺を歩く。各自毎日3,000歩を目標に歩く。	15
11	東つつじヶ丘シニア友の会	11月に亀岡運動公園周回コースを歩く。（目標3km） 令和9年3月に丹波自然運動公園周回コースを歩く。（目標4km）	15
		参加総人数	210



顕微鏡外観検査・電子機器組立
産業機器ケーブル加工・組立
FUJIHARU 株式会社 ふじはる 藤大
亀岡市薭田野町太田竹ヶ花10-6
TEL 0771-24-3051

有限会社 木崎製作所
機械加工　精密板金加工
技術力と行動力でどんなものにでも挑戦
http://kizaki-ss.co.jp
亀岡市薭田野町鹿谷中村 15-1
☎ 0771-22-3445
FAX 0771-22-3890

KINOSHITA
木下紙業株式会社
京都府亀岡市大井町小金岐 4-5
亀岡工場／TEL 0771-29-5090
本　社／TEL 075-661-6066
伏見工場／TEL 075-622-7681

あらゆる物流を創造する
DSN DELIVERY SERVICE NAKAGAWA
有限会社 デリバリーサービスナカガワ
総合管理センター 南丹市八木町氷所前林 25-1 ☎(0771)43-0077
本　社 亀岡市馬路町森両脇ノ-1 ☎(0771)25-8115

金属切削加工
MN 株式会社 N.P.F.
亀岡市曽我部町重利中嶋 24-1
TEL (0771)22-6711
FAX (0771)22-6612

村田鉄筋株式会社
鉄筋工事全般（建築・土木）
鉄筋の加工・販売配達
[本社・本社工場]亀岡市曽我部町重利風ノ口19-2
[第二加工場]亀岡市河原林町河原尻下五丹19-1
☎0771(22)8806

創立60周年記念　第47回京都府老人クラブ大会

令和8年10月7日（水）　京都テルサ　亀岡市老連参加者12名



「閉式のことば」を述べられる井手口会長

◆第1部　式典
開会➡主催者あいさつ➡京都府知事表彰➡京都府老連会長表彰➡来賓祝辞

◆第2部　講演
落語家・お笑い福祉士　笑福亭 學光氏による「笑って笑って　お元気に」

◆第3部　舞台発表
フォークダンス・踊り・フラダンス・体操・合唱「青い山脈」



亀岡市老連の受賞者の皆さん



府知事表彰
須田重治氏（中央）



府老連会長表彰
乙坂優次氏・鹿島輝雄氏



青い山脈を合唱
（亀岡市老連メンバー）



亀岡市老連からの参加者
（60周年記念モニュメント前にて）



舞台発表　フォークダンス

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

尾崎造園
亀岡市宇津根町土井ノ内37-13
携帯 090-3496-2351
TEL 0771-20-2567

■建築工事業
■建具工事業
■ガラス工事業
TSUTSUMI
ツツミ建窓株式会社
亀岡市吉川町穴川深田24-1
TEL0771-23-8577

下水工事業・木造解体・家の整理など
有限会社 友光建設
亀岡市ひえ田野町佐伯出山地19番地
TEL:0771-23-2582
FAX:0771-21-9333
E-mail:y-matsumoto0417@camel.plala.or.jp

自動車のことなら
H・O株式会社
TEL 0771-55-6288

京都府知事許可(般-5)第40229号
屋根工事業／板金工事業
株式会社 片岡屋根工事店
亀岡市大井町小金岐2丁目14-24
TEL.0771-25-3464 FAX.0771-20-4519

電気・空調・防犯カメラ・設計・施工
(有)長谷川電製工
亀岡市薭田野町奥条大西2
TEL 0771-25-7895

令和8年度　近畿ブロック老人クラブリーダー研修会

令和8年6月18日（木）　滋賀県立県民交流センター











亀岡市老連参加者

村上　典子	女性理事 兼 女性副部長
千葉　静子	保津町第一百代会会長

京都府老連　女性リーダー研修会

令和8年9月10日（木）　ハートピア京都大会議室



亀岡市老連参加者

井手口温美	市老連会長
吉岡　　和	市老連副会長
村上　典子	市老連女性副部長
田中　智子	市老連女性副部長
林　　美樹	事務推進員

グループワークのテーマは「老人クラブ未参加者を誘える企画について」真剣に討議されていました。







私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

BODY SHOP
HOUKI
car professionals
有限会社 法貴鈑金工業
亀岡市曽我部町西条中久保 16 番地
TEL.0771-24-0868

堤建設株式会社
TSUTSUMI CORPORATION
亀岡市馬路町堂ノ西 25-1
TEL.(0771)22-0662

株式会社 石村組
亀岡市篠町馬堀広道 19-1
TEL.(0771)22-1232

西陣屋ブランド 京のおねざはん。
株式会社 西陣屋
亀岡市宮前町神前下長野 2
TEL 0771-56-8125
FAX 0771-56-8126

造園・緑化・土木・設計施工管理
株式会社 木曽造園
亀岡市篠町野条イカノ辻北84
TEL 0771-22-1632

since1986
分譲住宅・不動産売買
仲介・管理
ベストホーム 株式会社
亀岡市東つつじヶ丘曙台1丁目1番14号
TEL0771-23-3765

ご感想をお聞かせください

市老連ロゴマーク（案）



亀岡市老連のロゴマークを試作してみました。ぜひ皆さんのご感想を市老連の事務局までお聞かせください。また愛称も募集しています！



水彩画　村上 典子

南古世らくじゅ会の脳トレ

皆さん考えてください並べ替えて読んだら？

（答えは16ページ）

1. ぺんとうこい
2. いんかげきし
3. えかきおかめ
4. ごうかしあん
5. わたしとがに



みんなの広場

短歌

もうあかん　受けた役職五指超えに
八十路の頭　爆滅寸前

お人よしな爺

知っている　犬と話の出来る人
魔訶不可思議が　世に在ることを

自然派淑女

川柳

アライグマ　スイカ合戦　お前の勝ち

家庭菜園の主



私の老後

私は六十過ぎに脳梗塞を患い、言語障害や、右手麻痺が残り、箸や鉛筆の持ち方の訓練に日々を費やしました。

ある日、老人クラブの方が声を掛けて下さりグラウンドゴルフを知りました。どこまでついて行けるか不安もありましたが、あれから十年、今では元気に楽しく、好きなことが出来ることを喜びながら老後を過ごしております。

老人クラブに私は救われました。

会員の皆様には感謝しています。

「楽しく、好きなことをして、皆と交流できることが、寿命を延ばす第一歩」

ありがとうございます。

東つつじヶ丘シニア友の会　K・O

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

禅 Open Your Mind
心の散策道場【亀岡のもみじ寺】
曹洞宗 丹山法窟 霊松山
苗秀寺
亀岡市薭田野町佐伯大門47
☎(0771)22-0811

真言宗 大覚寺派
清瀧山 谷性寺
亀岡市宮前町猪倉土山39
TEL 0771-26-2054

住まいの建材
土木・建築・左官・造園材料
(有)竹岡建材
亀岡市篠町浄法寺中村50
TEL.(0771)24-3488
FAX.(0771)24-5221


お墓に関するご相談は、公式ライン
創業明治二十五年
谷石材店
0771-22-5024
〒621-0015 亀岡市吉川町吉田段ノ坪14
http://www.tani-sekizaiten.com/

各宗寺院・京都西山霊園 御用達
墓石・灯篭・記念碑・石工事一式
墓石の若林
0120-23-1434
年中無休
京都市右京区花園巽南町15-21
亀岡市西つつじヶ丘美山台1-3-141
京都市北区西賀茂北鎮守庵町72

各種浄化槽維持管理・清掃・修理
日進浄化槽センター株式会社
本店／京都府亀岡市安町大池11番地
TEL (0771)22-5809
FAX (0771)22-1110

会報「市老連かめおか32号」を読んで良かったところ・面白かった記事

- 「間違いさがし」が面白い　●プレゼントありがとうございます …… 4名
- みんなの広場（川柳） …… 5名
- みんなの広場 …… 3名
- 各クラブの健康づくり、仲間づくりの様子。興味があり、参考にしたい …… 3名
- 市老連会長に女性が就かれた。頑張ってください …… 1名
- 会報に載る多くの写真、知り合いを探す楽しみが増えました …… 2名
- 趣味の作品展。　なんと素晴らしい事業　●来年も楽しみです …… 4名
  桂川市長と林前会長が折り紙をされている様子が可愛い
- 宇治市老連との交流会。食事の場で楽し気に語り合ってる場面が良い …… 2名
- 丹波支援学校との交流会 …… 2名
- 表紙　藤棚が綺麗　●見晴の藤棚、どこの公園ですか。来年は訪れたい …… 2名
- 日帰り研修旅行　美味しかった食事を思い出す　●今年は近場で良かった！ 2名
- いろんな活動をしている写真を見て楽しんでいる。元気が一番 …… 1名
- グラウンドゴルフ大会。楽しかったのを思いだしました …… 1名

“ご投稿”　ありがとうございました！ 計32名



■32号（5月号）の「まちがいさがし」応募者（32号の答えは「ADEGH」でした）

クラブ名	イニシャル
南古世らくじゅ会	I・K
見晴山水会	H・O
見晴山水会	H・S
見晴山水会	Y・O
見晴山水会	M・O
見晴山水会	K・N
見晴山水会	T・N
東つつじヶ丘シニア友の会	S・Y
東つつじヶ丘シニア友の会	M・N
東つつじヶ丘シニア友の会	K・K
東つつじヶ丘シニア友の会	Y・K
東つつじヶ丘シニア友の会	T・K
東つつじヶ丘シニア友の会	Y・I

クラブ名	イニシャル
東つつじヶ丘シニア友の会	O・K
東つつじヶ丘シニア友の会	O・N
東つつじヶ丘シニア友の会	M・S
東つつじヶ丘シニア友の会	K・S
東つつじヶ丘シニア友の会	O・Y
東つつじヶ丘シニア友の会	S・H
大井町亀楽会第一クラブ	F・N
大井町亀楽会第一クラブ	T・T
大井町亀楽会第五クラブ	Y・S
畑野町やまびこ会	T・S
曽我部町南條老人クラブ	S・S
曽我部町南條老人クラブ	S・S
河原林町第一老人クラブ	Y・K

クラブ名	イニシャル
河原林町第一老人クラブ	Y・H
保津町第六百代会	T・Y
保津町第六百代会	A・Y
保津町第七百代会	T・I
薭田野町老人クラブ柿楽会	R・I
薭田野町老人クラブ柿楽会	M・N
東本梅町福寿会	A・N
東本梅町福寿会	M・N



スポンサーへのお礼

本誌の発行に際しまして、広告掲載のご協賛をいただきました各位に厚くお礼申し上げます。今後ともご支援を賜りますようお願い申し上げます。　**亀岡市老人クラブ連合会**

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

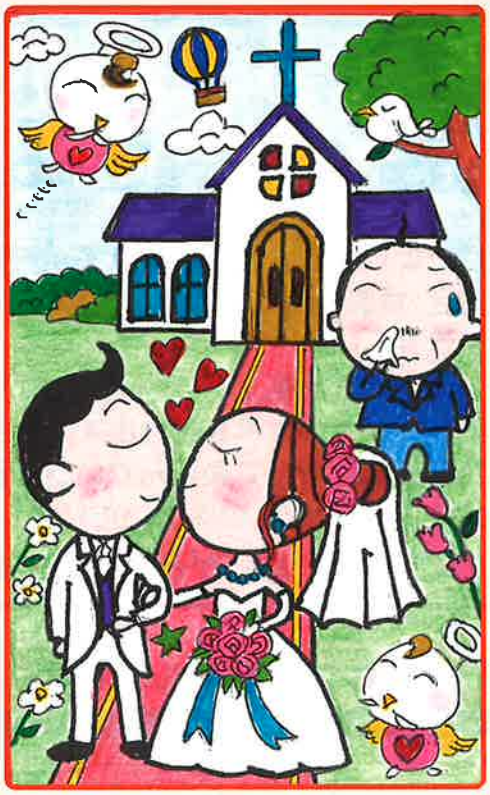


14ページ「脳トレ」の答え　① こんぺいとう　② かんが　しき　③ かめおかえき　④ あかしんごう　⑤ とした！　ぞう

プレゼントコーナー
まちがいさがし

●AからHエリアの中に大きなまちがいが5つあります。それを探してアルファベットで答えてください。**①答え②氏名③クラブ名(紹介クラブ名)④本号(33号)紙面を読んだ感想**を書いて市老連事務局までFAXまたはハガキでご応募ください。プレゼントがあります。お楽しみに！　（〆切りは令和9年2月末まで）





〈FAX番号〉
0771-20-9064

〒621-0864
亀岡市内丸町 45-1
亀岡市総合福祉センター 2F
亀岡市老人クラブ連合会
事務局行



編集後記

会報誌「市老連かめおか」をご愛読いただきありがとうございます。今号も皆さまのご活躍を可能な限りご紹介させていただきました。この会報は会員の皆さまが主役です。次号「34号」へのご投稿をお待ちしております。

令和8年度　広報部

役　職	氏　名	クラブ名
部　長	井手口温美	東つつじヶ丘シニア友の会
副部長	小林　創世	河原林町第一老人クラブ
部　員	鹿島　輝雄	曽我部町南條老人クラブ
	中村　富男	西山区寿会

市老連　**かめおか**
発行日　2026年11月
発　行　亀岡市老人クラブ連合会
発行人　井手口　温美
編集・制作　株式会社ニチコミ
神戸市中央区栄町通1-2-7　大同生命神戸ビル7階
☎078-333-7707　https://www.nichicomi.com

私たちは亀岡市老人クラブ連合会の活動を応援しています

誠 MAKOTOグループ
私達の技術力・機械力を提供します
株式会社誠工業
菜園・ブルーベリー園
誠農園
あったらイイなをかたちに
株式会社誠技研
キッチンカー・イベント承ります
幸福堂
本社住所 〒621-0854 亀岡市下矢田町大末 8-1
TEL0771-24-2769 FAX0771-24-2764

建設業許可番号第42388号
YAMA1
株式会社 山一造園
https://yamaichi-zouen.jp/
●造園工事 ●お庭の手入れ ●エクステリア
●樹木リース ●マンション等外回り保全管理
亀岡市東つつじヶ丘曙台3丁目9-5
TEL:0771-20-8530
(緊急携帯)090-3495-1224お気軽にお電話ください

医療法人睦会
ムツミ病院介護医療院
ムツミ医院
京都府亀岡市下矢田町君塚 8
TEL 0771(23)1231
関連施設 ●デイサービス●ムツミ老人介護支援センター
●南部地域包括支援センター

「ニチコミ」のブログで
全国の老人クラブの
活動を紹介しています！
詳しくはホームページで！
ニチコミ　検索
nichicomi
http://www.nichicomi.com/

一般土木工事　舗装・解体工事
株式会社 川勝建設工業
本　社：〒621-0001 亀岡市旭町広保垣内31番地1
事務所：〒621-0016 亀岡市大井町南金岐又ヶ田16-1
TEL.0771-24-0627 FAX.0771-55-9347

夜間外出の際は
反射材
の着用を!!
反射材や明るい色の服を着用して、交通事故を防ぎましょう。



■「市老連かめおか」は、地域のスポンサー各位の協力により発行されています