



友愛もりぐちいきいきクラブ

# あゆみ

〔題字〕 守口市長 瀬野 憲一 筆

編集と発行  
守口老人クラブ連合会  
守口市大宮通り1-13-7  
守口市民保健センター内  
☎06-6992-7634  
編集・印刷 シルバー新聞社  
TEL.(06)6762-3746



総勢55名が参加し、愛知県三河方面で一泊研修実施。熱田神宮の散策など満喫した

友愛もりぐちいきいきクラブ

## 愛知・三河方面で一泊研修行っ

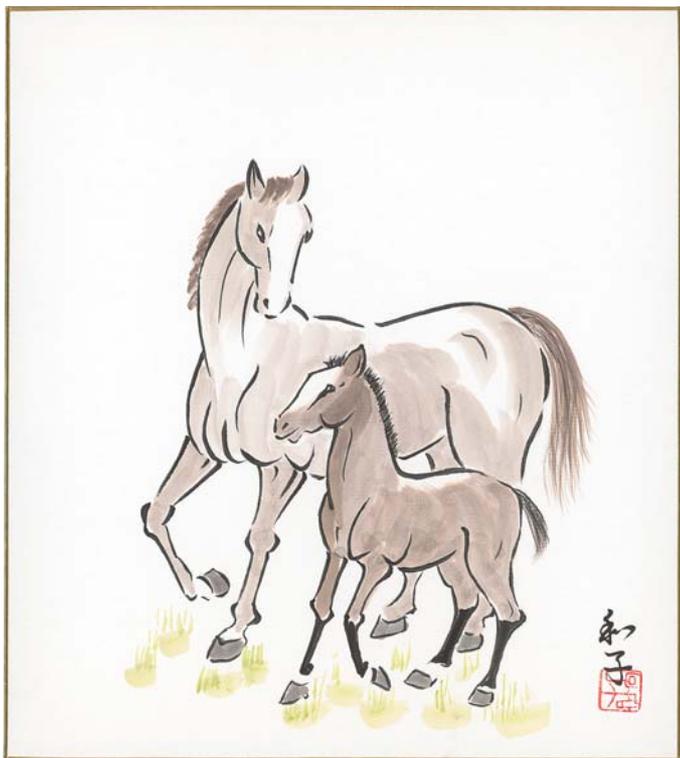
東海随一、紅葉の名所

### 「香嵐溪」の絶景に一同感動

守口市老人クラブ連合会におきまして、去る11月20日～21日の両日、愛知県三河方面・三谷温泉において恒例の一泊研修会が実施さ

ました。総参加者55名はトイレ付き観光バスでゆつたり座席。まず、名古屋市内では名物の名古屋めしに舌つづみ！次に尾張徳川家の邸宅跡・徳川園および三種の神器、草薙の剣が御祭神の熱田神宮の散

策を満喫し、宿泊先の三谷温泉・明山荘で温泉にひとつ風呂、いい湯やったな！次にお待ちかねの超豪華な会席料理に皆さん大満足!!でした。二日目は、蒲郡海鮮市場でのお土産の買い物、さらに大自然に恵まれた東海随一の紅葉の名所・香嵐溪の美しさを満喫し、昼食はこれでもかと、季節の釜飯御膳に舌つづみ。あぁあぁあぁ満腹、まんぷく！皆さん元気よく、無事に帰宅されました。



謹んで新年とお慶びと  
りーまー

男女寿喜会 園田 和子

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

社会福祉法人 和修会

和修会

【生後2ヶ月～2歳児】

Bambi 保育園  
〒570-0045  
守口市南寺方中通3丁目14-8  
TEL.06-6998-7788

Rabbit 保育園  
〒570-0033  
守口市大宮通4丁目4-14  
TEL.06-6991-9499

【生後2ヶ月～就学前児童】

にしき認定こども園  
〒570-0048  
守口市寺方本通4丁目4-22  
TEL.06-6997-4008

北てらかた 森のこども園  
〒570-0048  
守口市寺方本通1丁目3-4  
TEL.06-6998-7424

〒570-0033 守口市大宮通4丁目4-14  
TEL&FAX.06-6991-9616  
(月～金 9:00～17:00)  
https://www.washukai.org/カンガルーキッズケアルーム/

病児保育室 カンガルーキッズケアルーム

医療法人清水会 せいすいかい

もりぐち清水会病院

守口市河原町3-12

☎06-6997-0101

診療科 内科・腎臓内科・外科・整形外科  
脳神経外科・皮膚科・泌尿器科  
リハビリテーション科・放射線科

診療日	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日 日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3)

通院が難しい方、24時間体制でサポート

医師が毎月ご自宅へ伺います!

たいようさんさん  
在宅クリニック

〒570-0079 大阪府守口市金下町2-2-13

●まずはお気軽にご相談ください

☎06-4250-9233

【ご訪問の相談】9:00~18:00

シャッター修理

各種シャッター/全メーカー対応

0120-771-880

見積無料! お気軽に相談下さい

最短当日対応!

〒570-0047 守口市寺方元町3-1-19

Smart Shutter

スマートシャッターサービス

# 仲間と共に豊かな人生

守口市老人クラブ連合会

会長 藤堂 寅一



新年あけましておめでとございます。会員の皆様方には、日頃、市老連活動に多大なるご支援・ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

守口市においては、100歳以上の方が39名おられ、内9名の方が守口市老人クラブ連合会の会員であり、誠にうれしい限りであります。

## 迎春

新年あけましておめでとございます。日頃から、藤堂会長をはじめ会員の皆様には、本市行政各般にわたり格段のご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。



申し上げます。

さて、わが国では高齢化が一層進む中、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の資源を包括的・一体的に提供する

柳川八東氏)が、新たにクラブを結成され、守口市老人クラブ連合会に加入され、誠にありがとうございました。

ます。これも、冒頭に掲げた「老人クラブの仲間とともに 生きがいを持って人生豊かに 意気盛んに!!」をもつとくに、地域のために皆様方の日頃の生活に生かされていることと確信をしております。

しかしながら、守口市老人クラブ連合会の各単位クラブも毎年2団体、4団体が減少しており、現在81団体、会員数も3906名となっており、昨年11月に佐太中町4丁目におきましてジョイフルクラブ(会長・

## 高齢者福祉施策を推進

守口市長 瀬野 憲一

が住み慣れた守口市で健康で楽しく、生きがいをもって生活できる地域共生社会の実現を基本理念に、高齢者福祉施策を推進しているところとす。

ツ大会、体力測定、趣味活動など、多岐にわたる活動に積極的に取り組む、地域に活気あふれるコミュニティを形成し、本市の高齢者の健康増進に大いに貢献してまいります。

し上げていきます。皆様の活動は、まさに市が目指す「健康で楽しく、生きがいを持って生活できる地域共生社会」の担い手であり、本市のちからです。

本年も、すべての高齢者がいきいきと暮らせるまちの実現に向け、取り組んでまいりますので、今後ともより一層のご支援とご協力をいただきますようお願い申し上げます。

結びに、守口市老人クラブ連合会の益々のご発展と、会員の皆様方のご健康、ご多幸を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

## 高齢社会参画二層重要に

守口市議会議員 江端 将哲



本市老連においても、コロナウイルス感染症、インフルエンザ、百日せき等をあなどることなく、朝の賑わい、グラウンド・ゴルフ、旅行、カラオケ、ワナゲ大会等、色々な趣味に活気を取り戻し、一人ひとりの生活が、更なる楽しみと生きがいを持って守口市老人クラブ連合会の仲間と共に意気盛んに活動していただきます。

新年あけましておめでとございます。守口市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、お健やかに新年をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

市議会といたしましても、高齢者の皆様方が、長寿を喜び、自分らしく豊かな生活を送ることができるとともに、地域行事への積極的な参加や各種ボランティアとしてのご活躍により、明るい地域コミュニティ社会の構築にご貢献いただいておりますことに、感謝と敬意を表する次第でございます。

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

内科・小児科  
アレルギー科・呼吸器内科  
医療法人

## 森口医院

〒570-0054 守口市大枝西町15番8号  
TEL 06-6991-0593  
FAX 06-6991-6026

## 藤原眼科クリニック

診療時間 AM 9:00~12:00  
PM 4:00~7:00  
休診日 水曜、日曜、祝日、土曜午後  
守口市西郷通4-3-11  
TEL 06-6996-3617

御賛助

内科・胃腸科・リハビリテーション科

## 石井内科医院

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

※木曜・土曜午後・日曜日・祝日 休診  
守口市梶町4丁目4番12号  
☎(06) 6907-3712

# 耳

お聞こえてお困りなら

## 守口らくらく補聴器

守口市河原町10-15 テルプラザ 1F  
06-6998-4133

Nicott

## Nicott 歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:00	○	○	○	休	○	○	○
16:00~20:00	○	○	○	○	○	○	×

〒570-0048 大阪府守口市寺方本通2-3-10  
Tel&Fax 06-6991-1212  
駐車場、キッズスペース有り、車いすでの受診可能、お気軽にお立ち寄りください。

処方せん受付

## わかたけ薬局

〒570-0074 守口市大枝西町15-7  
TEL 06-6993-5010  
FAX 06-6994-7717

介護の事!何でもご相談下さい  
デイサービス森のきのこ  
ケアプランセンター 豆の木  
TEL 06(6115) 5407(代)

ちぐさクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00 最終受付11:30	○	○	○	○	○	○
14:00~17:00 最終受付16:30	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜、土曜午後、日曜、祝日  
第1・第3水曜 18:00  
〒570-0017 大阪府守口市佐太東町1丁目38-2  
06-6905-8787

御賛助

株式会社 やすら木  
住宅型有料老人ホーム

## クラシアス 寺方

住 所: 守口市寺方元町2-8-19  
TEL: 06-7777-0955  
FAX: 06-6992-6011

御賛助

内科・リハビリテーション科

## よしおかクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前診 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後診 15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日: 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日  
〒570-0076 大阪府守口市滝井西町2-2-6  
TEL. 06-4397-7230



### 就任のごあいさつ

守口ブロック長 佐竹 豊

明けましておめで  
とうございます。会  
員の皆様におかれま  
しては、健やかに新  
年をお迎えのことと  
いたしました佐竹豊  
です。市老連のグラ  
ウンド・ゴルフなど  
の行事には、ほとん  
ど参加することな  
く、専ら地元の滝井  
多くの皆様にご迷  
惑をおかけすること  
になると思いますが、選任されました  
うえは、誠心誠意努  
めてまいれる所存でご

お慶び申し上げます。福恵クラブの運営中  
心の活動で過ごして  
まいりました。理事  
の経験も短く、これ  
から何をしたいいか  
手探り状態です。  
ざいませす。  
何とぞ前任者同  
様、皆様のご支援と  
ご協力を賜り、職責  
をつとめます。宜し  
くお願い致します。

### 退任のごあいさつ

前守口ブロック長 西村 嘉市

新年あけましておめ  
とうございます。前  
年11月30日、体調不良  
で歩行時、杖が必要と  
なりブロック長として  
の責務を果たせなくな  
り、佐竹新ブロック長  
に後を託し、守口ブロ  
ック長を退任させて頂  
きました。

退任前は、皆様のご  
協力等を頂き、職務を  
まっとうできましたこ  
とを心より御礼申し上  
げます。ありがとうございます。  
結びに、守口市老人  
クラブ連合会並びに、  
会員の皆様のご健康と



秋の一コマ

ご多幸を祈願いたしま  
して、退任のご挨拶と  
させていただきます。

### 脳は委縮する、でも変わる

60~70代でアップする能力も

1.3  
1.4  
キタ。成  
人男性の  
脳の平均  
質量がこ  
れ。でも  
もし健康  
長寿で90  
歳くらい  
で大往生  
を遂げた  
ときに  
は、数十  
%程度脳

は軽くなっている。な  
ぜなら加齢によって脳  
の体積は徐々に小さく  
萎縮していくからだ。  
個人差はあるが、30歳  
頃から脳の萎縮は始ま  
っているという。  
体積が小さくなって  
いく主な原因の一つ  
は、脳の神経細胞が減  
っていくこと。1日ご  
とに10万個単位で神経  
細胞は死滅していく。  
東京ドームの客席2  
回転分の細胞が毎日死  
んでいくと思うと不安  
になるが、心配ご無  
用。誰の脳も確かに委  
縮する。でもそもそも  
神経細胞の数は100  
億個以上とメモリーが  
でかい。さらに、死滅  
する一方ではなく新た  
に生まれる神経細胞も

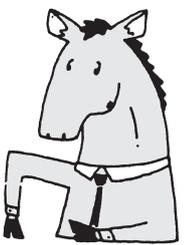
### 守口ブロック単位クラブ会長

- 【守口地区】丸山 政巳、堀川 徹雄、西村 嘉市、長谷川 正、宮田 力、西川 恵子、松島 高雄、岡本 マサ子、川上 康子
- 【滝井地区】佐竹 重男、辻井 嘉宏、勝山 宏
- 【春日地区】徳山 洋子、竹名 公子、南部 紀子、柏原 文子、池田 稔司

### 原稿募集

1月7月、年2回発行  
(原稿締切り4月末・9月末)

会員の投稿をおまちしています。  
高齢化問題など社会福祉に関する建設  
的な意見をはじめ、随想・詩・短歌・俳  
句や写真・書・絵などの作品をお寄せく  
ださい。お問い合わせ・送りは各単位  
クラブ会長まで。



ある。そう、脳の若返  
りは可能なのだ。  
「近年、70代以降で  
も神経細胞は再生する  
という喜ばしい発見が  
ありました」と言うのは  
脳科学者の西剛志さ  
ん。「なかでも90歳で  
も神経細胞が再生する  
部位が大きく2力所あ  
ります。記憶の中枢と  
言われる海馬と嗅球と  
縮する。でもそもそ  
も神経細胞の数は100  
億個以上とメモリーが  
でかい。さらに、死滅  
する一方ではなく新た  
に生まれる神経細胞も

さ。これ老賢者。

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

鉄筋・一般鋼材販売  
建築・土木鉄筋工事  
**大東鋼材株式会社**  
代表取締役 中西 芳樹  
守口市東郷通3丁目1番28号  
TEL (06) 6996-5821(代) FAX (06) 6996-5824

内科・小児科  
**吉岡医院**  
TEL(06)6991-2859  
〒570-0094 大阪府守口市京阪北本通4-7

**田中歯科**  
診療時間/AM9:00~12:30 PM3:00~7:00  
土曜日/AM9:00~12:30 PM2:00~5:00  
休診日/木・日曜日・祝日  
守口市馬場町2-4-24  
TEL 06-6998-7211

医療法人 **愛泉会病院**  
訪問リハ・訪問看護・訪問診療も行ってあります。  
TEL06-6904-1313  
デイサービスいずみの広場 TEL06-6914-9131  
愛泉会デイケアセンター TEL06-6904-3134  
あいせんケアプランセンター TEL06-6115-5001  
愛泉会居宅介護支援事業所 TEL06-6904-0077  
愛泉会訪問看護ステーション TEL06-4397-7717

**御賛助**

米飯・寿司・おにぎり・弁当などの製造販売  
HACCP 認定工場  
**エスアールジャパン株式会社**  
〒570-0002 大阪府守口市佐太中町7丁目1番18号  
TEL 06-6905-1233(代) FAX 06-6905-9785  
http://www.srjp.co.jp

**たにもと歯科**  
診療時間 午前9:30~1:00 午後3:00~7:30  
休診日 水曜・日曜・祭日  
〒570-0094 守口市京阪北本通4-13 カース北本通り1F  
TEL06-6993-7711

樹脂製品の開発から量産までの総合加工メーカー  
**株式会社プロトワーク**  
今話題の便利グッズ KATAPON 片手でポンプ  
守口市南寺方南通1-5-26  
☎06-6993-6361  
http://www.plot.jp

**御賛助**

内科・循環器科  
医療法人 **英進会**  
**良本循環器内科**  
木曜・土曜・日曜・祝日 休診  
守口市長池町5-1  
TEL.06-6991-1547

**北原医院**  
内レリギー科  
診療 午前9時~12時 (受付は11時50分まで)  
時間 午後5時30分~7時30分(受付は7時20分まで)  
休診日:水曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日  
〒570-0012 守口市大久保町4丁目1番7号  
電話 06 (6902) 3623

**御賛助**

**御賛助**

あゆみ

三郷ブロック版

新年あけましておめでとうございます。各クラブの皆様には、いろいろのご協力をいただきありがとうございます。今年1年、各クラブの発展と、皆様の



皆様に喜ばれる活動を

三郷ブロック長 尾関 幸夫

り感謝申し上げます。今後とも理事さんと相談しながら、皆さんに喜んでいただければ幸いです。

地元で体験生かしたい

SC大阪健康づくり大学校に参加

東橋波第一さつき会 倉前良栄

SC大阪健康づくり大学校の二八期生として、9月26日から11月21日までの2カ月の研修に参加(1日休みました)しました。

それぞれの地域から、それぞれの思いを抱き、24名が参加。最初は何をやるのか不安でしたが、班6名、4班に分かれ、初日はオリエンテーションで、すぐに打ち解ける事が出来たと思います。



後列右側が筆者の倉前良栄さん

4班

あゆみ4面 010104 木①木②木

令ゲーム◎カテゴリー◎バスデーリング◎ソングゲーム◎後出しじゃんけん、すべて頭を使うゲームになっていました。

大阪記念公園の散策、自然の森に行く予定でしたが、雨模様で中止になりましたが、落ち葉で狐を作ったり、どんぐりでコマを作り、班ごとに対戦したり、はが木の葉の裏に、木で文字を書く綺麗に文字が浮かび、郵便局に持って行くと本当に送れるそうです。

ポッチャとモルツクを体験

ポッチャとモルツクを体験 ニュースポーツではポッチャ(パラリンピック種目でもありま

三郷ブロック単位クラブ会長

- 【三郷地区】 丸喜昭博 尾関幸夫 丸山幸仁 寺方地区 小塩一成 中根峰代 中野茂子 井上ユキエ 中村三代子 桐野光洋 橋波地区 田中光夫 佐郷武司 倉前良栄 伊藤静彦 武田義彦 清永日出子 田中洋子 今村イ子 中西泰子 中井章子 釣井章子 錦地区 原仁美 森寶義浩 神田基子 毛利正人 寺内明

ことわざアレコレ

★足を万里の流れに濯ぐ 一万里を流れる長大な川の流れでゆつくり足を洗うということから、俗事にとらわれないうで悠々としていること。(中国) ★仇も情けも我が身より出る 周りの人から憎まれるのもかわいがられるのも、自分の心がけ、行い一つだ。

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

東歯科医院 〒572-0076 寝屋川市仁和寺本町3丁目3-16 イーストマンション2F ☎(072)827-8811

加藤クリニック 内科・呼吸器科・循環器科・外科 リハビリテーション科・麻酔科 守口市西郷通1-10-1 藤マンション1階 TEL06-6992-8606

御賛助

秋田医院 診療時間(受付時間は午前11:40まで・午後6:40まで) 休診日:土曜・日曜・祝日 守口市東町1丁目12番1号 TEL(06)6903-3050番

安田総合設備 総合消防設備・設計・施工・管理・保守 電気工事・設計・施工 (有)安田総合設備 守口南寺方南通2-11-19 TEL(06)6996-1227

あずま在宅医療クリニック 〒570-0075 守口市紅屋町7番12号 Annex Nakano 1F ☎06-6991-8010 FAX06-6991-8020

川原歯科 日本口腔インプラント学会専門医 守口市東光町1-23-3 06-6991-3188

御賛助

辰巳環境開発株式会社 産業廃棄物収集運搬許可 大阪府下全域 産業廃棄物中間処理 大阪府 一般廃棄物収集運搬許可 大阪市・守口市・門真市 守口市東郷通1丁目5番17号 TEL:06-6780-4153

御賛助

藤浦産業株式会社 ゴム・樹脂製品 〒570-0002 大阪府守口市佐太中町3丁目2番28号 TEL6903-2331

美しい町並みは、一人ひとりの心がけ

大阪府知事登録 旅行業 第2-2920号 全国旅行業協会 正会員 うれしい!楽しい♪大好き♡ 旅の窓口... プラザ観光 〒533-0013 大阪市東淀川区豊里7-1-1 TEL:06-6327-9218 FAX:06-7177-2039 地域担当者 細山田(ほそやまだ)



### 新クラブ結成を感謝

庭窪西ブロック長 玉置 紀代

明けましておめでとございます。日本もやっと、女性内閣総理大臣が誕生しました。庭窪西ブロックも新しくクラブが誕生しました。役員も、休部があり、会員さんが少なくなりましたが、佐太長寿会が、と御尽力されて、結成されました。

生を招いて講義、「老いてからの歩き方」等を教えていただき、皆様、喜んでいらっしやいました。

新しい老人会を結成していただき、感謝しております。今年「午年」、瞬発力を発揮してグラウンド・ゴルフ、輪投げに参加しました。

休部から復活されました。早速、色々と活躍されて、生野病院の9階のホールを貸していただき、理学療法士の先

## 「ジョイフルクラブ」誕生

### 楽しく有意義な活動を共に

ジョイフルクラブ会長 柳川 八束

#### 急務の「高齢化対策」

私は佐太中町4丁目の町会長をしています。私の住んでいる町は、高齢化が進んで、高齢化対策が急務です。

第二包括さんに高齢

者対策の相談に行きましたところ、老人クラブの友愛活動を教えてもらいました。早速、老人クラブ連合会へ行き、活動内容を聞きまし。多岐にわたり優しく丁寧に教えてくれました。

このような活動は、

お二人あつてのジョイフルクラブだと感じています。感謝！感謝



3カ所の施設に手作りお手玉を贈り喜ばれている

## 施設に手作りお手玉寄贈

### 変動の時代、楽しく乗り切る

庭窪西ブロック女性部長 松田 淑子

新年おめでとございます。毎年、身体は少しずつ衰えてきますが、心は常に前へ前へと若々しく、生涯青春の心意気で頑張っていきたいと思えます。

次は、淀川河川敷散策を考えています。皆で楽しく一日を過ごせたらと思います。

明和会会長井上さんと一緒に、生活支援コーナーディナーターの天野さんをお願いして、2

### 庭窪西ブロック単位クラブ会長

- 【八雲地区】 貴田 洋子
- 【下島地区】 大西 忠司
- 【庭窪地区】 酒井 那知子
- 【佐太地区】 山下 昭次
- 井上 五枝
- 玉置 紀代
- 宮本 喜一代
- 伏見 洋一
- 藪内 正勝
- 柳川 八束

### 知恵ぶくろ

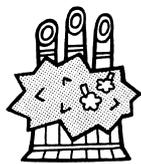
生臭い包丁は…

肉や魚などの生臭いものを切った後の包丁は、いきなりスポンジでこすらないほうがいいそうです。

#### お米の炊き方

お米を炊くときは、沸騰するまでの時間が長いほうが甘みは増し、よりおいしくなるといわれています。そこで炊飯器でお米を炊くときに氷を入れてみましょう。

水の量は、一合につき水のキューブ一個が目安です。その際に水の分だけ水の量を減らすのを忘れなく。



### 御協賛各位の御礼

「あゆみ」の発行につきまして、多大なるご支援、ご協力を賜りましたことを、心より御礼申し上げます。

守口市老人クラブ連合会

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

### 木股眼科医院

診療時間  
午前9:00~12:00  
午後5:00~7:30 往診可  
水・土曜午後、日曜祝日は休診  
TEL (06) 6991-2730

御賛助

### 御賛助

内科・消化器・糖尿病  
健康管理・リハビリテーション科  
大江医院  
〒570-0035 大阪府守口市東光町2-8-13  
TEL 06-6992-2800

### 岡見眼科

診察時間 月火水木金土  
午前9:00~12:00 ○○●●○○○  
午後4:00~7:00 ○○●●○○○  
休診日/土曜午後・木曜・日曜・祝日  
〒570-0012  
守口市大久保町3丁目34番8号  
ネイチャー21ビル・2F  
TEL.06-6916-8778

普通の生活を当たり前で過ごすこと  
いつまでも自分らしい生活をする  
こと  
明るく楽しい 我が家

グループホーム  
ノーマライ心の花  
守口南寺方  
守口市南寺方中通3丁目14番12号  
TEL (06) 6998-2210  
見学随時  
いつでもお気軽においでください

あゆみ 庭窪東ブロック版



何事もウマくいく事願う

庭窪東ブロック長 山脇 利己

新年あけましておめでとうございます。は、それぞれに得る怒るよりは、褒めためでとうございませ

昭和百一年を寿いで...

庭窪東ブロック金田校区 坪木 修 巳

令和7年、大きな区 がありました。切りの昭和百年の今 近時は大阪万博が盛

俳句

北友会 岩崎 宗子

寒すずめ休耕田に群れあそぶ 大仏殿ほこりキラキラ十二月

川柳

大久保5敬友会 川井 幸雄

神棚に健康祈り手を合わす 気圧の変化が腰を痛めつける

楽しく活動、フレイル撃退

百年に届いた成果だと 言えましょう。次の百 年への第一歩をも素晴

庭窪東ブロック単位クラブ会長

- 【東地区】 藤堂 寅一 山脇 利己 山地 郁太郎 秦岡 孝吉 小川 常雄 花田 廣徳 山口 陸雄 古里 省一 北岡 初子

物、そしてこの原料の 「マユ」、そして「蚕」

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

増田歯科医院
あさ9:00~12:30 土曜日
ごこ2:30~5:00 午後5時迄診療
よる5:30~7:30
(休診日)木曜・日曜・祝日
守口市榎町4-63-7
TEL.06-6916-1118

やすらぎメモリアル
大真会館
大阪メトロ「太子橋今市」
京阪電車「土居」駅から、すぐ
0120-42-0788

大真会館
大阪メトロ「太子橋今市」
京阪電車「土居」駅から、すぐ
0120-42-0788

家族葬のことなら
葬儀式場
くすの木会館
〒570-0042 守口市寺方錦通1-3-15
お見積り・事前相談・資料請求はこちら
06-6998-4200

都市型介護付有料老人ホーム
CLEUVE クルーヴなみはや
〒570-0042 大阪府守口市寺方錦通3丁目6番7号
Phone(06)6994-5515/Fax(06)6994-5525

辰洋化工株式会社
〒570-0011 守口市金田町3丁目46-1
電話 06-6902-7666
FAX 06-6901-8065

内科
人工透析
医療法人
小野山診療所
(内科) 診療時間 月火水木金土日
9:00~12:00 ○○●○●○
17:00~19:00 ○○●○●○
(人工透析) 午前8:00より 月・水・金 19:00まで
午後8:00より 火・木・土 22:30まで
守口市本町2-5-32
06-6991-0385

ASA守口・守口南
朝日新聞・日経新聞・日刊スポーツ
0120-3901-29
守口市西郷通2-13-6

御賛助

さかもと整形
SAKAMOTO ORTHOPEDIC
整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科
診療時間 月火水木金土日祝
9時~12時 ○○●○●○
16時~19時 ○○●○●○
休診日/土曜午後 木曜・日曜・祝日
〒570-0091 守口市北斗町8-7 TEL. 06-6996-8800

御賛助

御賛助

関西医科大学
KANSAI MEDICAL UNIVERSITY
総合医療センター
MEDICAL CENTER
06-6992-1001(代)
大阪府守口市文園町10-15
8:30~11:30【初診・再診】
7:30~11:30【再診受付機】
休診 第2・4土曜・日曜・祝日
診療 年末年始(12/29~1/3)

守口市指定工事店
(株)井上設備工業
〒570-0048
守口市寺方本通3丁目2番21号
TEL(06)6997-1332
FAX(06)6994-6879
Email:info-isk@inoue-eng.jp
URL:http://www.inoue-eng.jp



地域包括支援センターは、住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、必要となる援助や支援を行う、高齢者のための総合相談窓口です。守口市には6か所あり、様々な教室を開催しております。ぜひお気軽にご参加ください。詳しくは各地域包括支援センターにお問い合わせください。

守口第1地域包括支援センター

大久保町 3-30-21 06-6904-8900 よつば(旧大久保・旧東)・梶・藤田・八雲東(大日東町1番~10番)

- ・元気もりもり筋力アップ体操 毎週月曜日 ヴィオラ
・元気もりもりカラコロ体操 毎週木曜日 ヴィオラ
・元気もりもり教室 笑顔でげんきーぷ ①第1・3月曜日 東部エリアコミセン ②第2・4月曜日 よつば未来公園
・家族介護教室「終活～遺品整理・生前整理について」 1/10(土)13時半～ ヴィオラ
・介護予防教室「みんなで楽しくスロージョギング！」 1/16(金)13時半～ よつば未来公園
・認知症見守り教室「上手な介護施設の使い方」 2/14(土)13時半～ 元気発信基地
・介護予防教室「転倒予防体操～楽しく筋力アップ～」 3/10(火)13時半～ 東部エリアコミセン
・認知症カフェ「ヴィオラの会」 第4木曜日 14時～ ヴィオラ
・家族の会 交流会 第4土曜日 10時～ ヴィオラ
・ロバ隊長作りボランティア 第3木曜日 14時～ ヴィオラ



守口第2地域包括支援センター 大日町 1-11-11 06-4393-8401 庭窪・金田・佐太

- ・介護者家族交流会 第4火曜日 13時半～14時半
・ロバ隊長作りボランティア 10時～11時 ①第3金曜日 さんあい広場きんだ ②第3火曜日 庭窪コミセン会議室

守口第3地域包括支援センター 八雲中町 3-13-17 06-6908-2808 八雲(旧八雲・旧下島)

- ・介護者家族の会(認知症等の家族の介護をされている皆さんで、お話をする会です) 1/8(木)14時～15時 第3地域包括相談室
・口腔講座「こんな人は要注意！お口の健康で健康寿命！口の健康を守るポイントを学んで、生きる力、健康になる方法をみつけましょう」 1/16(金)10時～11時半 北部コミセン講義室 古田稜弥氏(地域健康アドバイザー)
・栄養講座「健康な身体を作る食事の摂り方を知って、簡単に、おいしく、健康になる方法をみつけましょう」 1/23(金)13時半～15時 北部コミセン講義室 相川真幾子氏(管理栄養士)

守口第4地域包括支援センター

京阪本通 2-5-5(市役所3階) 06-4250-7878 守口・八雲東(大日東町1番~10番を除く)・さつき(旧滝井)

- ・介護者家族交流会 第2水曜日 13時半～14時半 中部エリアコミセン会議室
・介護予防体操 片岡貴志氏(理学療法士)・富岡紘平氏(作業療法士)※現在満員
① 第3木曜日 14時～15時 八雲東コミセン2階会議室 ②第2・3・4火曜日 10時～11時 中部エリアコミセン

守口第5地域包括支援センター

大宮通 1-13-7(保健センター1階) 06-6992-1180 さつき(旧春日)・さくら(旧三郷・旧橋波)

- ・介護予防教室「胸キュン体操」「笑福体操」「バンブー体操」 南部エリアコミセン
それぞれ月1回、毎回開催日が異なるため、第5包括へお問い合わせください。ときどきスペシャルもやっています！

守口第6地域包括支援センター 南寺方南通 3-4-13

06-6997-3336 寺方南(旧寺方・旧南)・錦

- ・認知症の方を介護している家族の会「いちごの会」 偶数月第4木曜日 14時～15時半 第6地域包括事務所内
・他にも地域で通いの場を開催しています。詳しくは第6包括まで。



地域包括支援センターは高齢者のための総合相談窓口で、守口市内に6カ所あり、筋力アップ体操や介護予防、認知症カフェなど、さまざまな教室を開催していますので、ぜひお気軽にご参加ください

守口市地域包括支援センター教室情報

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

浄土真宗 本願寺派 西御坊 難宗寺 大阪府守口市竜田通1丁目5番2 TEL06-6991-5896

御賛助

虐待かもと思ったら189番へ いちはやく 189 児童相談所 虐待対応ダイヤル 189 189番にかけるとお近くの児童相談所につながります。 通告・相談は、匿名で行うこともでき、 通告・相談をした人、 その内容に関する 秘密は守られます。 通話料無料 一部のIP電話からはつながりません。 専門家に対応いたします。

御賛助 浄土真宗 本願寺派 専教寺 〒570-0006 守口市八雲西町1-15-15 TEL06-6992-7720



# 守口消防署からお知らせ

**揺れを感じ先に動いたブレーカー**

感震ブレーカーは、地震の強い揺れを感知すると自動的に電気を遮断し、通電火災を防ぐ装置です。停電後の復電時にも安全を保ち、二次災害の防止に役立ちます。家庭での設置が推奨されていますので未だに火災を防ぐためにもみなさんも取り付けましょう。

## 揺れを感じ先に動いたブレーカー

問合せ先 守口消防署  
06(6993)0119

地震による電気火災対策を!

感震ブレーカーが効果的です!

東日本大震災における本震による火災全111件のうち、原因が特定されたものが108件。そのうち過半数が電気関係の出火でした。

電気関係 (58件)	54%
その他 (50件)	46%

※日本火災学会誌「2011年東日本大震災 火災等調査報告書」より作成

# 守口警察署からお知らせ

## 国際電話を使用したアポ電が急増中

ディスプレイにこんな番号が出ていませんか?



+18678909  
+4478907  
+8834567

「+」から始まる電話番号は国際電話の回線です

電話にでると……

料金の未払いがあります

医療費の還付金があります

あなたが詐欺の犯人として逮捕状が出ています

2時間後に電話が使用出来なくなります

海外との通話が不要な方は無料でストップできます!

国際電話不取扱受付センター

電話番号 0120-210-364 (通話料無料)

取扱時間 オペレーター案内 平日午前9時から午後5時まで 自動音声案内 平日、土日祝24時間

守口警察署 生活安全課

令和8年 4月1日施行



自転車の交通違反に反則金が科されます

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

内科・消化器科 循環器科・放射線科

医療法人 **山本診療所**

●診療時間 / 平日(午前)9時30分~12時30分 (午後)4時30分~7時00分 土曜日は午前9時30分~12時30分

●休診日 / 日曜・祝日・土曜午後

守口市小春町2番15号 DOIメディカルセンター3F 電話 (06) 6997-1188

**大西産業有限公司**

〒570-0015 守口市梶町2丁目23番16号 TEL(06)6902-8475

循環器内科・呼吸器内科・内科・小児科

医療法人 **井上医院**

休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日 守口市土居町3-9 ☎06-6991-2931

御賛助

①手洗い 正しい手の洗い方

- 流水でよく手をぬらした後に、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぼすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

あなたの、あしたを、あたらしく。

創価学会

再生資源商・産業廃棄物取扱 アルミ缶回収

**山本商店(株)**

〒570-0054 守口市大枝西町2番9号 TEL・FAX(06)6991-3617 夜間(06)6992-8484番

公益社団法人 守口市シルバー人材センター

訪問介護サービス・自立支援事業 温かい「手」で心のこもったサービス 守口市桃町3番30号 TEL 06-6998-3640

御賛助

美馬建設株式会社

守口市金田町2丁目60番6号 TEL 06-6901-7181 FAX 06-6901-3784

守口平和講堂

〒570-0038 守口市河原町4-5 TEL06(6998)0501 FAX06(6998)0502

あゆみ8面 010108 木



179名が参加し盛況だったグラウンド・ゴルフ大会

守口市・守口市老連・もりぐち清水病院共催

# 盛大に第2回 ふれあいグラウンド・ゴルフ大会

守口市老人クラブ連合会におきましては、去る11月29日(木)に、守口市及びもりぐち清水会病院共催による第2回ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が、総参加者179名の猛者が集結し、盛大に開催されました。



骨密度測定も好評



測定・筋肉量測定・肌年齢チェックなどの健康体験、並びに公式ワナゲ・モルック体験を

## <SC大阪公式ワナゲ大会> 三郷B・庭窪東Bの6名が快挙達成



### 見事！準優勝

令和7年12月4日(木)、SC大阪公式ワナゲ大会が、エディオンアリーナ大阪(旧大阪府立体育館)において府下26チームが参加して開催されました。我がチームは「守口友愛元気クラブ」として三郷B(元気クラブ)・依藤尚吾・梶玲子・森本欣秀氏、庭窪東B(第三東寿会)・平嶺公・藤山清美・平嶺義輝氏の計6名が出場、見事、準優勝の好成績をおさめました。

老人クラブ連合会のホームページをごらんください！

パソコンやスマホから老人クラブ連合会のホームページが見られます。

検索の方法は

①「守口市老人クラブ連合会」で入力



②画面の「moriguchi-SC.org」をクリックでページが出ます。出来る限り、最新の情報を更新しますので、皆様もホームページから老人クラブの情報を得てください。



見事、パーフェクト

令和7年11月27日(木)、「西・東・本」大会

26チーム・78名が熱戦

この試合中、またも出ましたパーフェクト300点!!。達成者は三郷ブロック・元気クラブチームの森本欣秀さんでした。

試合結果は、第1位 元気クラブ、第2位 喜久寿会・東、第3位 喜久寿会・西、第4位 東光さくら、第5位 喜久寿会・南で、パーフェクト賞は三郷ブロック・元気クラブチームの森本欣秀さんでした。皆さま大変ご苦労様でした。

令和7年11月27日(木)、「西・東・本」大会

試合結果は、ナ・ナセンター多目的ホール・なんと！第1位 三郷三東長友会①、第2位 三郷三東寿会A、第3位 三郷三東長友会②、第4位 三郷三東寿会B、第5位 三郷三東新生会でありました。皆さま大変ご苦労様でした。

## 今年度 秋季公式ワナゲ大会

### 出た！パーフェクト

11月4日(木)「守・三・西・本」大会

令和7年11月4日(木)、中部コミュニティセンター体育館で総参加チーム36チーム(108名)で、市老連秋季公式ワナゲ大会が実施されました。会場内では骨密度計測のブースが設けられ、約70名の計測者がありました。

4位 東光さくら、第5位 喜久寿会・南で、パーフェクト賞は三郷ブロック・元気クラブチームの森本欣秀さんでした。皆さま大変ご苦労様でした。

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

外科・整形外科・胃腸科  
呼吸器科・皮膚科・泌尿器科

## 佐藤外科

〈診療時間〉  
平日 午前9時30分～12時30分  
午後5時～8時  
木曜日 午後5時～8時  
土曜日 午前9時30分～12時30分  
日曜・祝日 休診

守口市金田町1丁目71番13号  
大阪(06) 6901-2777

医療法人

## 山中クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
内科	9:00~12:00	●	●	●	●	●
内科	14:00~16:00	●	●	●	●	●
内科	16:30~19:30	●	●	●	●	●

守口市佐太東町2丁目3番5号  
電話 (06) 6905-2255  
予約電話 (050) 5840-0301

お日様いっぱい ともだちいっぱい

## 守口のぎく保育園

子ども1人ひとりの存在と人権を尊重する  
就園児の保育だけでなく、広く地域の子育てを支援する  
1人ひとりの成長発達を踏まえ、適切な援助をする  
1人ひとりの家庭状況を把握し、その子に合った援助をする

〒570-0034  
守口市西郷通3丁目5-5  
Tel: 06-6439-8160  
Fax: 06-6439-8161  
https://nogikukids.jp

一般処方せん受付

## ただ多田薬局

守口市大枝東町13番3号  
TEL 06-6991-1384  
FAX 06-4256-7731

訪問診療しています

診療時間	月	火	水	木	金	土・日
午前9:30~13:00	○	○	休	○	○	9:30~12:00
午後3:30~6:00	○	○	休	○	○	2:30~4:00

休日: 水・祝日

医療法人 恵富会

## めぐみ歯科

〒570-0075 守口市紅屋町8-8  
TEL 06-6995-6480

# 「いきいきふれあい祭り」盛り上がる

## 9月12日開催、高齢者代表表彰など多彩に



敬老式典であいさつする瀬野守口市長

守口市と市老連主催の「いきいきふれあい祭り」が秋晴れの9月12日、盛大に開催されました。

会場の守口文化センターエナジーホールは市内各地域の老人クラブ会員が大勢集まり、開演前から熱気に包まれていました。

同祭りは高齢者の生きがいと健康づくり推進事業の一環として、毎年開催されていま



あいさつする藤堂市老連会長

す。前半の敬老式典では、市長はじめ市議会議長や連合会長がそれぞれ祝辞を述べ、敬意を表しました。

続いて高齢者代表の(大宮通)大西フチヨさんと(大久保町)東みさ尾さん(百歳)へ内閣総理大臣のお祝い状と、記念品および花束が市長より贈られま



高齢者表彰を受けられたお2人も壇上に



した。

その後、「いきいきふれあい作品展」の部門別入賞者の表彰式が行われました。作品は絵画や書道、陶芸、写真、手芸などプロ顔負けの芸術作品ばかりでした。

午後からは、恒例の

演芸大会の開催。9組総勢106人の参加者がカラオケやコーラス、踊りに体操など、この日のために練習の



成果を披露し、会場を大いに盛り上げ閉幕しました。

# 恭賀新春



演芸大会には9組・106人参加

カラオケや踊りに練習成果発揮し熱演