

交野星友

発行責任者
交野市星友クラブ連合会
会長 青山 雅宏

令和7年 涼風

2025
7.15

第76号

P.10

会員投稿「青春の思い出」
甘くて切ない思い出話

*おもな記事

- P2 令和7年度市星連総会の模様
- P3 令和7年度年間活動計画
- P4 市星連各部会の一覧
- P5 市星連役員・各会長一覧
- P6 第35回ボウリング大会
- P7 第53回グラウンドゴルフ大会
- P8 「ゴミゼロの日」活動一覧
- P13 交野市の「歴史案内」
- P14 市長からの寄稿
- P16 一番星

第9回カラオケ交流会

令和7年3月13日(木)、第9回市星連カラオケ交流会がゆうゆうセンター4階交流ホールで開催され、68組の参加者が自慢ののどを披露しました。観客席の応援、手拍子で会場一体となり、大変な盛り上がりでした。



令和7年3月13日(木) ゆうゆうセンター4F交流ホールにて

私たちは、交野市星友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

望月 歯科

- 体・口・歯すべてを考えた体にやさしい治療
- 入れ歯にも積極的に取り組んでいます

交野市私部4-48-1

☎(072)893-8087

シルバー人材センターで
『はたらく』健康法と
新たな挑戦始めませんか？

交野市シルバー人材センター

88歳も元気に活躍中

ゴルフ同好会会員も大募集中

Katano

交野市天野が原町5-5-1 072-893-0430



林田眼科クリニック

眼科一般 / 小児眼科

白内障 緑内障 糖尿病網膜症 日帰り手術 レーザー コンタクト

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~18:00	●	●	●	●	●	●	●

※ 季節は手術日 ※ 予約制 休診日 土曜午後・日曜祝日
初めてコンタクトレンズをかける方は、受付時間終了の30分前までに来院ください



京阪交野市駅東へ徒歩3分
交野市私部3丁目9番20号
☎072-894-8846



会長挨拶 青山 雅宏

暑中お見舞い申しあげます。今夏は猛暑が予想されます。高温になる汗の蒸発が弱まり、高齢者は体温調節機能が衰えがちで、室内での死者が約9割と言われています。エアコンがあるのに使用しない事が原因です。エアコンは適正に利



Topic

令和7年度市星連総会

新態勢・新方針・規約改正を満場一致で確認

令和七年五月八日午前十時より、ゆうゆうセンター多目的ホールで、「令和七年交野市星友クラブ連合会総会」が開かれた。総会では、選挙で会長に選出された青山雅宏氏（倉治さんゆう会に指名された役員を承認し、令和七年度活動計画や規約改正に基づく壮年部の活動などを全員の承認で確認した。



総会であいさつする山本市長

用し、過ぎしやすい薄着・水分・塩分の補給など、自分に合った熱中症対策を心がけて下さい。

さて、星友クラブの令和7年度の新態勢は、別表のようにになりました。期待したいと思います。また、女性部と若手部を統合して壮年部を新設しました。人生は誕生してから少年(少女)期↓青年期↓壮年期↓老年期で幕を閉じます。「壮

年には①盛ん②大きい③強い④速いなどの意味があります。壮年部長は安西節代氏（妙見東）、副部長に西村定雄氏（郡津）が担当します。

ほかに部会としては総務部会（青山会長）、広報部会（吉坂会長）、文化部会（泉原会長）、災害支援部会（東林会長）があります。

本年度の市星連の活動は

1. 心と身体の若さを保ち、自ら生きがいを求め、健やかで有意義な人生を送り、健康寿命をのばそう
2. 会員相互の親睦と友愛を深めるサロン・同好会に参加すると共に「地域支援事業」と「ボランティア活動」に参加し地域貢献をしよう。
3. 「災害は忘れた頃にやってくる」と「備えあれば憂いなし」を合言葉に関係諸団体と連携し、「災害時一人も見逃さない運動の先兵

になるう」と考え活動してまいります。皆様の今年一年のご健康とご活躍を祈念申し上げます。

壮年部長の紹介

安西 節代(妙見東)



女性部と若手部を統合して壮年部を結成しました。初代の部長は、妙見東に住む安西節代さん。副部長は、若手部の活動を経験している郡津和交会会長の西村定雄さんです。活躍を期待します。

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

内科・糖尿病内科
松吉医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	★	★	／	★	★	★
午後5:00~8:00	★	★	／	★	★	／

休日:水曜日・日曜日・祝日・土曜午後
★糖尿病でお悩みの方はご相談下さい★
☎072-892-7700
〒576-0034 交野市天野が原町2-29-3

からだ元気治療院

リハビリ・機能訓練・はり
おきゅう・マッサージ **訪問専門**

営業時間 8:00~18:00 年中無休
〒536-0076交野市森北1-6-1-204
フリーダイヤル **0120-37-1809**

どこに頼んでいいのかわからない?
そんなあなたに!

西尾工務店は、交野市の住まい119番、困ったことは、私に何でも相談して下さい!

新築・増改築・リフォーム

暮らしと住まいの相談所
0120-240-562 (株)西尾工務店

私部西店: 交野市私部西1丁目33-16
倉治店: 交野市倉治5丁目1868
0120-240-562

交野市星友クラブ連合会 令和7年度 活動計画

月	日時	事業名	備考
7		「交野星友」涼風号、ねんりんOSAKA発行	市星連、府老連の機関紙
	3日(木) 10:00	会長会	多目的ホール
	7日(月) 9:30	第10回市星連体力測定会(健康チェック)	多目的ホール
	11日(金) 13:30	ニュースポーツ(モルック)体験講習会	大阪府社会福祉会館
	16日(水) 13:00	第36回市星連ボウリング大会	枚方Wave34
	23日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
	31日(木) 14:00	高齢者交通安全リーダー研修会	多目的ホール
		公式ワナゲ普及員養成講座	大阪府社会福祉会館
8	8日(金) 10:00	会長会	多目的ホール
	17日(日)	会長および各役員懇談会	多目的ホール
	22日(金) 13:30	市町村老連会長会議・役員交流会	大阪府社会福祉会館
	27日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
9	3日(水) 14:00	会長会	多目的ホール
	5日(金) 13:00	第67回大阪府老人クラブ大会	大阪府社会福祉会館
	20日(土) -	全老連「全国一斉社会奉仕の日」	各単位クラブにて実施
	24日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
	26日(金) 13:30	健康づくり大学校 開講式	大阪府社会福祉会館
10	-	ねんりんOSAKAの発行	大阪府老人クラブ連合会の機関紙
	2日(木) 10:00	会長会	多目的ホール
	4日(土) 12:30	交野市老人福祉大会・星友クラブ大会	交流ホール
	22日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
	28日(火) 10:30	第28回府老連グラウンド・ゴルフ大会	久宝寺緑地陸上競技場
	29日(水) 14:30	第28回交野市・交野市星友クラブ俳句大会	多目的ホール
	30日(木) 7:46	第14回市星連ゴルフ大会	交野カントリー倶楽部
11	5・6日(水・木)	全国老人クラブ大会	茨城県水戸市
	9日(日) 9:45	交野市健康福祉フェスティバル	ゆうゆうセンター
	11日(火)	第14回市星連健康ウォーキング	
	12日(水) 10:00	会長会	多目的ホール
	13日(木) 13:30	ニュースポーツ体験交流会	エディオンアリーナ大阪
	19日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
	20日(木) 8:45	第54回市星連グラウンド・ゴルフ大会	パシオン情熱Stadium(私部公園グラウンド) 【予備日】11月26日(水)
12	3日(水) 14:00	第5回市星連公式ワナゲ大会	いきいきランドサブアリーナ
	4日(木) 10:00	会長会	多目的ホール
	4日(木) 12:00	SC大阪公式ワナゲ大会	エディオンアリーナ大阪
	24日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
1	-	交野星友・ねんりんOSAKA発行	市星連・府老連の機関紙
	8日(木) 10:00	会長会	多目的ホール
	9日(金) 10:30	SC大阪理事会	大阪府社会福祉会館
	9日(金) 13:30	市町村老連会長会議	大阪府社会福祉会館
	21日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
2	5日(木) 14:00	会長会	体験学習室・お年寄り健康教室
	6日(金) 13:30	SC大阪市町村老連女性リーダー研修会	大阪府社会福祉会館
		SC大阪市町村老連女性代表者会議	大阪府社会福祉会館
		第37回市星連ボウリング大会	枚方Wave34
	18日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
3	5日(木) 10:00	会長会	多目的ホール
		SC大阪河内第1・第2ブロック会議	四條畷市
		第10回市星連カラオケ交流会	交流ホール
	25日(水) 13:30	壮年部例会	4階団体共用ルーム2
	27日(金) 13:30	SC大阪理事会	大阪府社会福祉会館
		決算役員会	

(※月日の入っていない部分の事業は未定です)

令和7年度 交野市星友クラブ連合会 部会表

部会	活動内容	担当役員兼 部会長	副部会長	企画委員
総務部会	① 本会の総務を担当し、各部門の調整を行う。 ② 年度活動計画及び予算の企画、立案を行う。 ③ 交野市老人福祉大会・星友クラブ大会及び健康福祉フェスティバルの総括運営を行う。 ④ 研修会、講演会の企画、立案、運営を行う。 ⑤ 地域社会との交流及び、地域貢献奉仕活動を考察し実践する。	青山 (倉治)	吉坂 (私部) 泉原 (寺)	早川(星田山手) 山口(藤が尾) 東林(幾野) 山岸(向井田) ★安西(妙見東) 西村(郡津)
広報部会	① 機関紙「交野星友」の編集と発行 ② 府老連機関紙「ねんりんOSAKA」発行協力 ③ 府、市、星友クラブの活動情報の調査と伝達	吉坂 (私部)	山下 (天野が原町)	吉兼(私市山手) 大崎(青山) 坂口(星田西) 天野(森) ★片岡(倉治) ★小林(藤が尾) ※全単位クラブ全会長
文化部会	健康寿命を伸ばすため、仲間と共に楽しく、心豊かな活動の企画、立案、運営を行う。 ① 交野市福祉大会・星友クラブ大会・第2部演芸の部 ② 健康福祉フェスティバル作品展 ③ 俳句大会(年1回) ④ カラオケ交流会 ⑤ その他の新規の活動	泉原 (寺)	山口 (藤が尾)	金光(梅が枝) 森川(駅前住宅) 西尾(妙見東) ★奥村(倉治) ★中村(私市山手) ★横山(寺) ★高山(私市山手)
災害時要援護者支援部会	昨今は、想定外の大地震をはじめ、風水害等自然災害が多発し、自力で避難することが難しい高齢者や、障害のある人が被災されるケースが多くなっている。星友クラブでも会員数が2,000人を超え、「助け上手と助けられ上手」の支援体制を交野市危機管理室、福祉部、地域の区長、自治会、民生委員、自主防災会等と連携し、災害時1人も見逃さない運動の展開を図る。 ① 会長会メンバーで、交野市災害時避難行動、要援護者事業の研修会を実施。 ② 各単位クラブ会員の情報実態掌握をする。 ③ 防災センターの見学、研修会の企画、立案と運営。 ④ 会員の見守り活動と、災害時、支援のわ(和・輪)について考察する。	東林 (幾野)	山岸 (向井田)	上田(松塚) 戸田(妙見坂) 谷辻(ホーム明星) ※全単位クラブ全会長
壮年部	スポーツ活動を中心に健康寿命を伸ばすため、仲間と楽しく、心豊かな活動を進めると共に、会員増加につながる活動の強化と拡充を図る。 ① グラウンド・ゴルフ大会(年2回) ② ボウリング大会(年2回) ③ 体力測定会(健康チェック) ④ ゴルフ大会 ⑤ 健康ウォーキング ⑥ 公式ワナゲ ⑦ その他の新規の活動	★安西 (妙見東)	西村 (郡津)	小松(青葉台) 田中(星田) 山本(南星台) 早川(星田山手) ★津村(倉治)★小菅(梅が枝) ★平松(幾野) ★斉藤(星田山手)★宇治橋(寺) ★塩口(天野が原町)★石田(星田) ★一上(星田西)★兼光(妙見東)

★印の方は壮年部のメンバーです

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

診療内容

- 整形外科
- 骨粗しょう症
- リウマチ科
- リハビリテーション科

やまなか 整形外科クリニック

枚方市津田駅前1丁目28-16
メディカルガーデン津田駅前 **2階**

☎072-859-1810

- 福祉用具 ● 災害対策予防
- 老後資金 ● 相続・贈与
- 空家対策 ● 身元保証終活
- 土業紹介 ● 老人施設紹介
- 地方共創 ● 身元保証終活
- 不動産・リフォーム全般
- セミナー・個別相談 **無料**

福祉事業所番号
2772410409

たんぼぼ綿毛の
福祉用具屋さん

☎070-9161-4776

一定期間熟成させ「蔵囲い」した
こだわりのそうめんです
つるりとした舌ざわりとのだ越し、
風味をお楽しみください

SHI MATE

島原手延素麺協同組合 総発売元

島手そうめん販売株式会社

〒854-0065
長崎県諫早市津久葉町5-142
TEL 0957-25-8033
FAX 0957-25-8801

人も地球も健康に
Yakult
人と地域社会に支持され必要とされる健康ライフパートナー

千成ヤクルト販売株式会社

健康教室 実施中 **無料**
皆さまに健康情報をお届けします!

会社HP
はこちら

〒752-0855 寝屋川市寝屋南2丁目13-1

0120-8960-69
受付時間 9:00~16:00(土・日・祝・年末年始を除く)

令和7年度交野星友クラブ笑和会総会が、5月26日11時より、ゆうゆうセンターの会議室にて出席者12名、委任状12名で開催されました。昨年の結成大会後初の会議でした。総会では、青山会長から提案された年度計画・親役員は、全員一致で賛同されました。参加者は皆、今年度もスポーツ・文化活動や旅行を存分に楽しむことを確認し、約45分で閉会となりました。

笑和会総会が開催

方針・役員を全員一致で確認



令和7年度交野星友クラブ笑和会総会

市星連役員一覧表			
役職	地区	単位クラブ名	氏名
会長	倉治	倉治シニアクラブさんゆう会	青山 雅宏
副会長	私部	私部長寿会	吉坂 泰彦
副会長	寺	寺みどり会	泉原 健榮
会計	星田山手	星田山手熟年会	早川 三郎
書記	藤が尾	藤が尾あけぼの会	山口 利子
監事	幾野	幾野星友クラブ	東林 修
監事	向井田	星友クラブ向井田白寿会	山岸 忠昭
壮年部長	妙見東	妙見東やわらぎ会	安西 節代
壮年部副部長	郡津	郡津和交會	西村 定男
	青葉台	青葉台老人クラブ	小松 和夫
	青山	青山長寿会	大崎 春茂
	天野が原町	天野が原町星友クラブ	山下 正樹
	梅が枝	梅が枝シニアクラブ	金光 弘晏
	駅前住宅	駅前住宅はつらつ会	森川 清美
	私市山手	私市山手さわやかクラブ	吉兼 哲夫
	南星台	南星台星寿会	山本 見年子
	星田	星田寿会	田中 勉
	星田西	星田西遊友クラブ	坂口 秀三郎
	松塚	シニア松塚	上田 肇
	妙見坂	妙見坂かがやきクラブ	戸田 喜之
	妙見東	妙見東やわらぎ会	西尾 喜久男
	森	森友クラブ	天野 守
	ホーム明星	ホーム明星	谷辻 浩
		交野市星友クラブ笑和会	青山 雅宏

皆さん、お疲れ様でした。

よろしくお願ひします。

新任会長紹介

退任役員の方々



小川 美幸 女性部(直轄) | 竹山 富士子 (妙見東) | 兼光 毅 若手部(妙見東) | 鈴木 宏和 (青葉台)



西尾 喜久男 (妙見東) | 小松 和夫 (青葉台)

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

あなたのこれからと笑顔を大切に。

北河内・北摂エリアを中心に、
老人ホーム探しのお手伝い

暮らし・住まいのこと、
専門スタッフが無料で承ります。
まずはお気軽にお電話ください。

老人ホーム紹介のコンシェルジュ
株式会社アイニック
☎0120-88-1219



生きる、
お葬式。

交野典礼会館
交野ファミリアホール
☎0120-241-144



サリエースの
土地活用

www.sar.co.jp



☎072-858-3318



第35回市星連ボウリング大会

第35回市星連ボウリング大会が2月12日(水曜日)午後2時からWAVE34にて開催された。参加者は37名、皆さん年齢を忘れさせるほどの力強さで、倒れるピンに歓声が上がっていた。

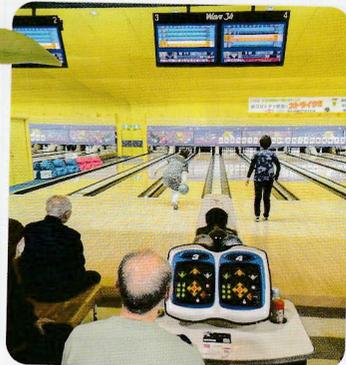
青山雅宏市星連会長

「皆様、お疲れ様でした。結果はどうあれ、熱戦が繰り広げられ、内に秘めた闘志は同じだったことでしょう。次回もぜひご参加を」



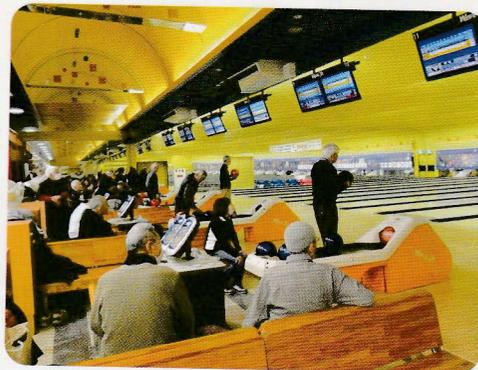
東林修市星連副会長

「待ちに待ったボウリング大会を始めます。皆さんお歳を考えてあまり無理をなされないようにお願いしますね。」



激戦の結果は!

- ◆準優勝 写真右 江端 定雄氏(倉治)
 - ◆優勝 写真中央 富河 義治氏(私部)
 - ◆三位 写真左 楠本 一志氏(松塚)
- 入賞おめでとう
ございます。



私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

とまと ディサービスセンター

介護相談 体験無料 見学自由

〒576-0066 交野市青山2丁目1-7
TEL072-895-7007

株式会社 なかたに

365日24時間対応

セレモニーホール **桜会館** SAKURAKAIKAN

交野駅前店

交野市私部西1丁目34-1 徒歩 **2分**

ホームページはこちら [さくようさくら](#)

0120-594-390

医療法人和敬会

星田南病院

診療科目
内科・小児科・耳鼻咽喉科・リハビリテーション科

交野市藤が尾3丁目5番1号 ☎(072)891-3500

星田南病院 ケアセンター

●星田南病院デイケア室(通所リハビリ) ●ホームヘルパーステーションほしだ(訪問介護) ●デイサービスセンターほしだ(通所介護) ●介護支援ステーションみなみ(居宅介護支援)

交野市藤が尾3丁目5番7号 ☎(072)810-0200

第53回市星連グラウンドゴルフ大会

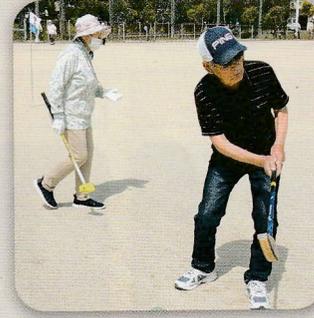
第53回市星連グラウンドゴルフ大会が5月14日(水曜日)午前9時15分からパシオン情熱スタジアムにて開催。参加者は73名でした。広いグラウンドで皆さん成績を気にしながらも楽しくプレイしていました。



山本市長の挨拶



青山会長の挨拶



激しい戦いの結果は左記の通りでした。【男性の部】◆三位(写真右)橋元 和雄氏(青山) ◆優勝(写真中央)富河 義治氏(私部) ◆準優賞(写真左)中辻 忠氏(藤が尾) 【女性の部】◆三位(写真右)安井 ミフ子氏(私部) ◆優勝(写真中央)平山 俊江氏(倉治) ◆準優勝(写真左)姫島 まち子(向井田)。皆さま入賞おめでとうございます。

受付の壮年部の方々、お疲れ様でした。今回も裏方として大成功に貢献していただき、ありがとうございました！

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

建築・土木・リフォーム等
まずはご相談ください

(株)西工務店

交野市私部5-23-15

TEL 891-1055

TONE 分譲住宅・注文住宅・リフォーム
設計・施行・販売

ホームページ

刀禰建設株式会社

代表取締役 刀禰 哲哉
交野市倉治3丁目59-1
☎072-892-2517(代) FAX072-892-2518

なかむら内科★
消化器内科クリニック

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-12:00	●	●	●	●	●	●	／
17:00-19:00	●	●	●	●	／	／	／

休診日：水曜・日曜・祝日
交野市星田北6-15-1
(072)800-1631
FAX(072)800-1632

府老連提唱 FUROUREN

「府下一斉ゴミゼロの日」の 活動の様様

大阪府老人クラブ連合会は、5月30日「ごみゼロの日」を中心として、府下の各老人クラブに、地域や施設への清掃活動を軸に環境美化・保護活動を訴えている。今年は、交野市星友クラブ連合会(市星連)は府老連の呼びかけに応じて21の単位クラブが活動した。その様様を紹介する。

寺みどり会

6月8日(日) 寺会館を中心に西は交野高校迄、東は創価高校周辺。25人。



私部長寿会

5月30日(金) 私部会館周辺の草刈り、枯れ葉が多かった。14人。



倉治シニアクラブさんゆう会

6月1日(日) 源氏の滝、不動堂と参道の2班に分かれての清掃活動。22人。



幾野星友クラブ

5月20日(火) 幾野今池公園のゴミ拾いや周辺通学路の除草。10人。



藤が尾あけぼの会

5月18日(日) 藤が尾集会所周辺の清掃。34人。



星田山手熟年会

5月30日(金) 星田山手区内の道路、法面、公園のゴミ拾い及び備品の清掃。18人。



青山長寿会

5月29日(金) 青山児童公園・久御山線の歩道その他の清掃。6人。



青葉台老人クラブ

5月29日(木) 私市山手南公園の清掃、公園周辺の清掃。18人。



星友クラブ向井田白寿会

5月24日(土) 向井田集会所周辺の清掃。(第二京阪道路・遊歩道植栽域) 18人。



私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

ご自宅での看護・リハビリ

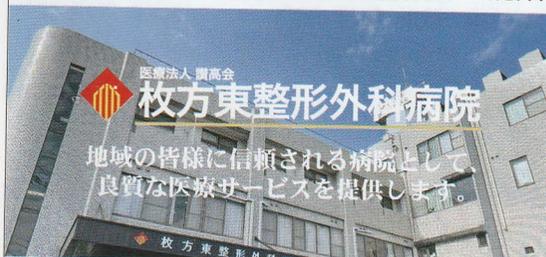
訪問看護 ステーションしん

受付時間 (祝日・12/30~1/3を除く)
平日 午前9:00~午後5:00

お気軽にお問い合わせ下さい♪

☎072-895-5535

整形外科・リハビリテーション科・消化器内科・内科・麻酔科



☎072-858-7272

〒573-0126 大阪府枚方市津田西町1-37-8

飛天苑 かなでホール

家族葬

~心のこもったお葬式~

交野市郡津5丁目5-1(郡津駅隣接)

24時間対応しています。【駐車場30台有】

☎0120-38-7676



駅前住宅はつらつ会

5月30日(金)旧長宝寺小学校周辺の落ち葉などを清掃。11人。



梅が枝シニアクラブ

5月23日(金)梅が枝第一集会所周りの清掃。15人。



天野が原町星友クラブ

5月26日(月)天野が原町内の児童公園、街路、植栽帯の清掃。12人。



南星台星寿会

6月11日(水)南星台集会所内外の清掃。10人。



郡津和交會

5月30日(金)郡津神社横にある児童公園の清掃。10人。



私市山手さわやかクラブ

5月30日(金)自治会館の清掃及び私市山手土生川土手の除草。33人。



ホーム明星

5月31日(土)星田公園内の清掃。落ち葉拾い、雑草の除草など。16人。



星田西遊友クラブ

5月18日(日)星田西・南公園。公園内の草刈りや入口、周辺の清掃。13人。



星田寿会

5月30日(金)星田区内の清掃。17人。



森友クラブ

6月22日(日)森区民ホールとちびっこ広場の清掃。20人。



妙見東やわらぎ会

5月30日(金)場所は妙見東中央公園の清掃。19人。



妙見坂かがやきクラブ

5月18日(日)星の道の南側歩道の植栽帯の剪定や清掃。10人。



私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人美郷会

特別養護老人ホーム **美来**
入所・ショートステイ・通所介護
小規模多機能ホーム **みらい**
交野市倉治4丁目40-7
☎(072) 810-8670

特別養護老人ホーム **かたの美来**
入所・ショートステイ・通所介護
街かどデイハウス
交野市東倉治5丁目8-8
☎(072) 891-0061

お菓子工房 **新**
SHIN

ご進物ご贈答に
ご利用下さい

河内磐船駅近のケーキのお店
交野市森北1丁目17-17
☎072-894-1500

明治の宅配 **meiji**
株明治 特約店

ヤサカ商事株式会社

① 骨の健康チェック **実施中!**
② 体組成・血管年齢測定

☎06-6155-5505

内科・外科・整形外科・リハビリテーション科
皮膚科・脳神経内科・泌尿器科
人間ドック・各種健康診断・特定健診

一般財団法人大阪府結核予防会
大阪複十字病院

寝屋川市打上高塚町3番10号
☎072-821 4781 (代表)
3888 (健康診断)

診療受付時間(日・祝休診)
(平日) 8:45~11:30 13:00~15:30
(第2・4土) 8:45~11:30 (内科のみ)
※年末年始の診療は電話またはホームページにてご確認ください

会員投稿

青春の思い出

若さや活気に満ちた日々



今回は、「青春の思い出」を書いてもらった。これを読んで、ほろ苦く、しかし甘くて切ない、そして未知への希望を持った時代を思い出してみませんか？



Episode 01 「歌声喫茶」の思い出

青山 扶久子(84才) 倉治さんゆう会

今から63年前、職場の仲良し仲間と通った歌声喫茶での思い出がよみがえってきます。名古屋栄町の「喫茶青い鳥」という店は日曜日の午後、歌好きな人でいつも満員でした。アコーディオンの伴奏で、「青い山脈」「カチューシャ」「小屋の灯」「雪山賛歌」などを歌いまくりました。今も当時の歌集を大事に持っています。倉治さんゆう会では、平成27年7月、いこいの郷に、歌声喫茶をオープンしました。

毎月第3日曜日、午後1時〜3時に、さんゆう会の仲間が20人位集まっています。「みんなで歌えばみんなが笑顔」を合言葉に前半が童謡と唱歌、途中コーヒータムがあり、後半は歌体操をして、民謡懐かしい昭和の流行歌を全員で元気の声をはりあげ唄います。高齢者にとって、歌声喫茶は健康寿命をのばす最高の取組みではないでしょうか。月1回をぜひ2回に増やしてほしいと願っています。

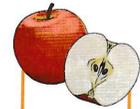


Episode 02 「青春時代」幕開けの思い出

塩口 正(82才) 天野が原星友クラブ

今年、昭和百年に当たる。私は昭和18年生まれで82歳、私の青春時代は、昭和37年〜42年頃までかな。私にとってその頃の世相は年度順に大学紛争、歌「高校3年生」が流れ、東京オリンピック、40年からの不況・就職難等でした。私にとって苦しい思い出は忘れて、その後の我が人生に影響を与えた事を記します。

青春時代の幕開けは受験勉強を終えて進学で実家を離れ柳行李と布団袋一つで学生寮に入った事。古い木造2階建てで一部屋6人、全体で百人超位いた。そこでの生活に「初心な私は強烈な刺激を受けた。出身地、年齢、学部も異なる学生が同室。牢名主のような先住学生が仕切り、毎晩車座で談義や飲み会開催。部屋に誰彼お構いなし出入りし自分の布団に知らない学生が寝ていた事もあった。お陰で

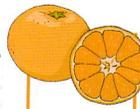


Episode 03 アルプス登山で得た「挑戦する心」

山岸 忠昭(82才) 向井田白寿会

種々雑多の知識、処世術などを習得した。肝心の勉強ができる環境でなく留年しそうになってきたので一年余りで退寮し二人下宿に引っ越した。お陰でその後は学業、サークル活動で沢山の友人に恵まれて青春を謳歌してきたと懐かしく思い出します。

私の生まれは、信州長野県です。長野県の多くの高校では今でも夏休みの伝統行事の一環として日本アルプス登山が企画されています。当時長野市内の高校に通っていた私も、高校2年の夏休みに北アルプス白馬岳(標高2932m)登山会に参加しました。落石に注意しながら大雪渓を踏破し、山頂を目指すが登山は初心者私にとつて可なりきつい体験でした。しかしその大雪渓を越えた先には、コマクサやシナノキンバイなどの高山植物が咲き乱れるお花畑が広がり、疲れた私の心を癒してくれました。お花畑を少し登りきると頂上の山小屋に到着。すし詰めのお花畑の1泊。山頂からの眺望。何もかもが新鮮な感動でした。途中苦しく疲れもしましたが、山頂に到達できた時の心地よい疲労感と爽快感。また、達成感は何ものにも代えがたい体験となりました。質実剛健を養うこの登山は、私にとって「挑戦する心」を体験する「青春のよき思い出」となりました。



Episode 04 「78歳、釣リバカの浜ちゃん」

藤原 富世(78才) 天野が原星友クラブ

私は今年で78歳になる。青春とはいつの事をいうのであろう。書物などを見てみると、色々書いてあるが、一般的には、20歳から40歳頃などと書いてある。私の年からいうと、60歳から80歳ぐらいいまだが、第二の青春と言ったらいい。だがそれも、もうギリギリか。

小学校に通う頃には、釣竿を手にして釣竿と言っても近くの竹藪でとってきた竹田舎福知山の由良川の支流、牧川の土手で友達とアユ、オイカワ、フナなどを追っかけまわっていた。釣りの魅力はなんといっても魚とのやり取りのわくわく感がたまらない。他にも、何が釣れているのか、食べる楽しさ、魚との駆け引き、ストレスの解消などあり後半には、船から見る景色の雄大さも捨てがたい。ただ、小さい頃はただただ面白いの一点で感動していたが、その感動は高校生頃にはすっかり忘れてしまった。ただ、ある時会社の有志で釣りに行くこととなつて和歌山の和歌の浦の磯でチヌを釣った時、あの釣りの魅力、感動が再び思い出されて以来釣りに再びハマってしまった。以降紀州有田、田辺、白浜、橿、日本海側

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

硅酸曹達製造販売
大阪硅曹株式会社
代表取締役 池山一志
大阪府交野市私部西3丁目24番10号
☎(072)891-0775

医療法人
野村医院

Table with columns for clinic hours (診察時間) and days of the week (月火水木金土日祝).

休診日 日曜・祝日・木曜午後・土曜午後

交野市倉治3-50-1
☎(072)891-6100

歯科・歯科口腔外科・小児歯科

奥田歯科医院
OKUDA DENTAL CLINIC

Table with columns for clinic hours (診療時間) and days of the week (月火水木金土日祝).

休診日 木曜日、土曜午後、日曜日、祝日
祝日のある週は木曜日午前診療あり

ご予約・お問い合わせはこちら
☎072-893-8070
交野市私部6丁目6-15

(有)コバシ産業

【知恵がある】
交野の防災専門商社

誰でも使いやすい商品を考案
現場目線のアイデア

〒576-0017
交野市星田北5丁目6-12
☎(072)895-0033

では、小浜、舞鶴、宮津等金曜日か来ると夜から「釣りバカの浜ちゃん」状態であった。
35歳頃からは、磯から船に切り替えて、舞鶴のマリーナに船を置いて好きな時に好きな場所(仕掛け、ポイント選定、ルールなどの知識も豊富になり)宮津湾内特に冠島、小島周辺には、一人で又は友達を誘ってよく通った。船で行く時は、天気、水温、潮の流れ、気温はもちろんだが、乗員の安全装

備を確認して海上保安庁にお世話にならない為の出港となる。おかげで35年近く冠島周辺の海で随分遊ばせてもらった。海はいつも優しいだけではないが、優しい顔の時は大自然の中に身を置き、一体になつたように身を包んでくれる。この時は感動と感謝である。今はもう遊漁船のお世話になつてばかりであるが、釣りの魅力は捨てがたく、まさに青春を謳歌し青春継続中である。



Episode 05

今こそ青春真つ口中

泉原 健榮(75才) 寺みどり会

青春とは年齢関係なく人それぞれ思うものではないだろうか。世の私を知る人は危ない茨の道を何故進むのかと心配してくれた様だ。しかしその心配をよそにチャレンジ精神が旺盛で大胆に青春を謳歌し決して動じる事はなかった。過去の経験は不思議にも後悔は何もななくむしろ今に生かされている事が多々あり、自負しているところである。現役を退いて十数年が過ぎ余生を楽しんでいるが、私の周りには

多くの仲間がいて、麻雀・カラオケ・散歩等リズムある生活が続き、少しばかりの社会貢献にも携わり充実した日々を送っている。若い今思いがけない楽しい夢のような毎日で遊び呆けている。性格的に人との関わりが好きな事とどんな人とも平等でフレンドリーな私に神様からの御褒美と自己満足している。今こそ青春真つ口中、道半ば、どうかこの幸せが百まで続きますように。



Episode 06

「僕の幼少の思い出話を聞いてください」

戸田 喜之(84才) 妙見坂かがやきクラブ

僕は昭和十五年十月、名古屋市中川区西日置町というところで生まれ今、八十四歳のおじいちゃんです。

小学校へ上がる前、伊勢湾に突き出た知多半島のほぼ中央にある、小さな町武豊町という所に家族

備を確認して海上保安庁にお世話にならない為の出港となる。おかげで35年近く冠島周辺の海で随分遊ばせてもらった。海はいつも優しいだけではないが、優しい顔の時は大自然の中に身を置き、一体になつたように身を包んでくれる。この時は感動と感謝である。今はもう遊漁船のお世話になつてばかりであるが、釣りの魅力は捨てがたく、まさに青春を謳歌し青春継続中である。

多くの仲間がいて、麻雀・カラオケ・散歩等リズムある生活が続き、少しばかりの社会貢献にも携わり充実した日々を送っている。若い今思いがけない楽しい夢のような毎日で遊び呆けている。性格的に人との関わりが好きな事とどんな人とも平等でフレンドリーな私に神様からの御褒美と自己満足している。今こそ青春真つ口中、道半ば、どうかこの幸せが百まで続きますように。

友達・遊び相手でした。夏には池で水遊び、魚つり、小川でどじょう取りやカエル取り。今では考えられない事ですが田んぼでイナゴを網で捕まえ、フライパンで炒め塩味だけでおやつにしたものです。
そして、昭和二十一年春に小学校に入学。野球が四面同時に出来る程運動場が大きかったのを覚えています。家から学校まで歩いて一時間。帰りは道草を食って二時間かけて帰るといふ生活が毎日でした。帰り道では当時道沿いに桑畑が沢山あり、養蚕が盛んに行われていました。野菜畑も沢山あり、ナ



Episode 07

「懐かしい能登の自然」

矢田 千加子(84才) 私部長寿会

能登半島の田舎町から大阪へ出て来てから60年になる。ふる里能登を思い出さない日は一日もないほどである。ただ懐しいというだけではない。しんどい思い出もいっぱい詰まった複雑な思い出である。

愛憎の半ばす故郷 雲たより 春の雪 故郷の友等いかにある

等と、下手な俳句を吹きながら、地震や水害に苦しむ、能登を思う日々である。そんな中で、ひたすら懐しいのは青春の思い出の中にある能登の自然である。高校生の頃、クラブ活動の一環として、能登福良の巖門(がんもん)を小舟でくぐることがあった。夏休みのクラブ泊旅行の時だった。土地の若者が操船する小舟で福良の海を渡っていた。ゆらゆらする小舟の中でぼんやりしていた時、突然乗っていた船



能登半島を代表する景勝地、巖門。

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

記念品の事なら何でもご相談ください。

- ◎お祝いの記念品に!!!
- ◎創業祭の記念品に!!!!
- ◎お店の開店記念品に!!!!

販売促進サービスの総合企画



〒558-0011 大阪市住吉区羽田9丁目1番21号 (06) 6696-7777(代表)



葬祭場 パルテム

枚方東 枚方市津田北町1-37-7 (駐車場100台完備) 片鉾リビン 枚方市片鉾本町24-1 (駐車場20台完備) ご依頼・ご相談は 0120-735-114

お墓のことなら

なかやませきりよう 株式会社 中山石渠

お墓じまい 戒名の彫刻 墓石建立

0120-155-015

京阪支店 / 大阪府交野市星田7丁目28-2



Episode 08

「彼女のお陰」かな?

小山 弘道(87才) 寺みどり会

高校入学は母の母校、元阿久根女学校。戦後、鹿児島県立「阿久根高校」。海の見える高台にありまし。各年4クラス。ある日のこと、坂を下りて来た人に「目ぼれ。授業時、席は名前順。小山は前。彼女は斜め後ろ。私の父は小学校の教員。父を知る先生から、よく当てられました。そのために勉強しました。2年時、父の転勤で、父の母校(旧出水中学校)、出水高校に転校。それでも、父を知る先生だらけ。3年時、人文地理の先生が、「君のお父さんに教わった。勉強せざるを得なかった。3年時の実力テストは、100名中60位前後。それなのに、大学受験は「東京教育大学」。父の教え子が東京教育大学。帰郷時報告に来ていました。憧れました。時の校長先生が、「薩摩の男は「江戸」を目ざせ」と。

同級生4名、東京の大学を受験。皆、不合格。予備校通い。翌年、私は、東京教育大学に合格。同級生

「東京大学の本郷キャンパスにある赤門」



皆、希望校、東京大学、東京工業大学、東京電機大学に合格。私の合格に高校の職員室では、「奇跡だ」と大騒ぎだったという。母へ「パス、安心あれ」と電報。電報を持って父の勤務先へ。田圃(たんぼ)の畔道を走る母の姿を想像。今でも涙こぼれる思い。合格は、父のお陰? その頃、水俣病。猫が躍る。人が歩けなくなる。大学時、「生物と環境」生態学を学ぶ。卒業時、無謀にも東京大学の大学院、「生態学研究室」を受験。不合格。すぐに研究室から「出て来い」と連絡。先生から「勉強したいか」、「ハイ」。研究生として席をもらいました。「小山君、そこは牧野富太郎さんの席だったんだよ」。翌年合格。一昨年、NHKが「らんまん」を放映。埼玉に住む弟が、「兄貴が居た研究室の話」と、姉に連絡。ダメ兄貴も、今になって、少し名誉回復。赤門を思い出す。当時の街並みを思い出す。地下鉄「本郷三丁目」が最寄り駅。

暑中お見舞い申し上げます。
交野市星友クラブの
ますますの発展・飛躍を!!

大阪府老人クラブ連合会

会長 門林 淳
事務局長 山田 典子

大阪市中央区谷町7丁目4の15
☎06(6761)6480

(私市山手)

さわやかクラブ俳句会

令和七年六月吉日

厨窓葉影の揺れし初夏の風 山田 貞代
風薫るサポートカーは今日も行く

庭先の若葉あざやか五月闇 馬木 妙音
簾替え暑さ乗りきる意欲出る

鯉はねて音の涼しき山の池 西村 裕
強く握ると手指が痛む勤続疲労

畑返す後追うカラス歩を合わせ 小野澤 努
啄木忌母想い出づ不孝者

空に虹園児の列に蝶が舞う 高石 題子
燕住む小さな町の始発駅

風薫る季節の便りたけのご飯 辻井 将男
今頃は見ること稀なレンゲソウ
兜つけ幼き孫の瞳かがやき 藤代 旗江
側溝に紫小さき野のすみれ

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

音響・映像
進喜SOUND
関西テレビ(社友MASUDA)
〒576-0051
交野市倉治6丁目12-4
チーフマネージャー
有家 喜一郎
☎072-891-0685
E-Mail k.arike@fork.ocn.ne.jp

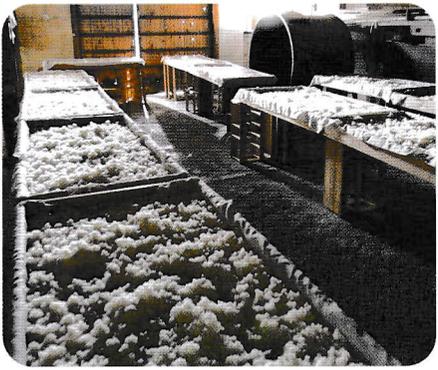
外科・内科・循環器内科・肛門外科・婦人科
医療法人 みのり会
藤の街クリニック
循環器診療 生活習慣病
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:00 ●●●●●●×
午後5:00~7:30 ●●×●●××
肛門外科(月・火・木の午前診10~12時のみ、都合により休診あり)
交野市藤が尾4-3-15
☎(072) 892-9500

お家にも お化粧直しが必要です
あなたの街の **Re-創館** RISOUKAN リフォーム専門店
あなたの街の **塗装館** TOSOUKAN お家の塗りかえ専門店
外壁・屋根・防水・各種リフォーム(増改築・クロス張替・水廻りetc)
☎0120-431-134
(株)佐々木商会 交野市私部7-48-5
詳しくはHPへ! https://tosoukan.net

交野市の歴史 案内

交野の酒造り

交野市文化財 奥野 和夫
愛護推進委員



「米を厳選し、製品の安全と品質にこだわり続けています。山野酒造さん」

<注釈>

※1「魏志倭人伝」とは？中国古代国家の西晋の陳寿が3世紀末に編纂した『三国志』の魏書第30巻の一部に、3世紀前半の日本列島に住む倭人の風習や地理について記した歴史書のこと。※2「口噛み酒」とは？日本酒の歴史は古く、約2000年前に遡ると言われている。初期の日本酒は、コメのでんぷんを糖に変えるために、アミラーゼを含む唾液を用いた方法で作られていた。※3「延喜式」とは？平安時代中期に醍醐天皇の名で編纂された律令の施行細則をまとめた法典宮中の年中行事や制度を集大成した。延長は、923~931年の約8年間の元号。

米を原料とする日本酒の起源は、大陸から日本に稲作が伝搬した以降とされま

現在のようないろんなカビ麹による酒造りが本格的に始まるのは6世紀以降のこととみられていますが、平安時代

課税の強化と、交通機関の発達により他地域からの酒の流入が容易となり、品質が良く高価な清酒を造る酒造家や低価格にて販売できる大規模な酒造家にとつては有利となった反面、零細な酒造家にとつては大変不利となりました。

それが、嘉永3(1850)年の『河州酒造家取調名前帳』によると、13軒となり、慶応4(1868)年の『酒造諸記録』では12軒までに減少しています。

交野の酒造家の特色としては、零細な酒造家が多かったようです。明治時代になると、酒株制度の撤廃により自由に酒造りができるようになりましたが、その後の政府による



「大門酒造さんは、文政9年(1826年)に創業した酒蔵」



クラフトビールの製造・販売を行っているシビック・ブルワーズさん

このため、交野のにおいても慶応4年には12軒あった酒造家も大正11(1922)年の『大阪府全管工業一覽』によると大門酒造1軒だけとなつてしまいました。しかしその後、泉州にて酒造りをされていた山野酒造(地元では「いずみや」と呼ばれる)が私部に移つてこられたことにより2軒となつて現在に至っています。

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

梶歯科医院 KAJI DENTAL CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
午後2:30~8:00	●	●	●	●	●	12:30迄

休診日 土曜午後・日曜・祝日
駐車場有ります

交野市私部2丁目1番25号
交野市役所ヨコ・スーパーラッキー前

☎072-891-8041(代)

歯科口腔外科、齒科、矯正齒科、小児齒科

医療法人 **楠元歯科医院**

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
あさ 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
ひる 14:30~16:30	●	●	●	●	●	●
よる 17:30~19:00	●	●	●	●	●	●

予約制(新患随時診察) 休診日:日曜、祝日

交野市森北1丁目37番2-101
☎(072)810-5588

明星 (交野市星田8丁目)

☎891-2029
軽費老人ホーム
特別養護老人ホーム
デイサービス

天の川明星 (交野市藤が尾2丁目)

☎894-3029
特別養護老人ホーム
デイサービス
ヘルパーステーション
ケアプランセンター

社会福祉法人 豊年福祉会

観光庁長官登録旅行業第55号

名鉄観光 サービス株式会社

国内旅行・海外旅行の予約は名鉄観光で

大阪中央支店
支店長 上本 裕司
〒530-0001
大阪市北区梅田3丁目3-45
(マルイト西梅田ビル4階)
(TEL) 06-4797-5803
(FAX) 06-4797-5760



市民の願いを形に

交野市長 山本 景

星友クラブ連合会の皆様におかれましては、日頃より地域福祉の推進にご尽力下さっておりますことを心から感謝を申し上げます。

ポイント! コミュニティバス 運行への取組み

さて、令和7年度もスタートし、様々な事業、施策がスタートしています。とりわけ、私の公約の1つでもございます、「コミュニティバス」の運行については、令和6年9月から路線バスが通らない梅が枝、松塚、郡津、幾野地域を対象に運行をスタートしました。しかしながら、突然、京阪バス株式会社が交野市内完結路線の廃止を通告したことに伴い、市民の皆様の移動手段を切れ目なく確保する必要が生じただけでなく、更に大阪関西万博による大型二種免許保有の運転手確保等により、大型一種免許保有の運転手で代替せざるを得ない事態も発生しました。



コミュニティバス
(おひめバス)

これらを踏まえ、交野市が「おひめバス」を運行することといたしました。「おひめバス」運行にあたり、これまでの路線をベースとしながら、JR河内磐船駅に停車させて利便性を高め、一部増便もいたしました。交野市民の皆様は、通勤、通学、通院などの移動手段の確保だけでなく、高齢者をはじめ多くの市民の方の外出のきっかけにもなります。外出をすること、健康寿命の延伸のみならず、買い物等による経済波及効果等も期待できます。

ポイント! 防災・減災に 向けた取組み

また、このコミュニティバスの取組みだけでなく、交野市民の皆様への命と財産を守るため、防災・減災の取組みに力を

入れていきます。未だ皆様の記憶に新しい、令和6年1月1日に発生した石川県能登半島地震では、多くの尊い命が失われました。交野市星友クラブ連合会では、いち早く災害時要援護者支援部会が中心となり、被災地への義援金活動を実施されたと聞き及んでおります。迅速なご対応に心から敬意を表します。

交野市といたしましては、被災地に対し支援物資の搬送など、様々な支援を実施して参りましたが、被災状況を目の当たりにし、日頃からの備えの重要性を改めて痛感しております。そのため、交野市は、各種寄附金等を活用しながら、トイレトラックやA1循環式シャワートラック等の配備を進めて参りました。今年度、全国自治体初となるランドリートラックを配備する予定です。このように日頃からの備えを充足させることで、交野市民の皆様への安全と安心を確保するだけでなく、今まさに被災地

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

田中診療所 居宅介護支援事業所 (ケアプラン作成)
内科・小児科・リハビリテーション科・通所リハビリ・介護予防通所リハビリ 往診いたします。
交野市私部7-48-3 ☎・FAX(072) 893-8811-8815

グループホーム 茂樹の里
交野市神宮寺1-24-5 ☎(072) 396-5076

介護老人保健施設 青山
デイサービスセンター あおやま
交野市青山3-432 ☎(072) 893-0328

特別養護老人ホーム あおやま
交野市青山3-431-1 ☎(072) 891-3400

特別養護老人ホーム あおやま2号館
交野市青山3-430-1

天然温泉の湧く
スポーツクラブ

コモンティ 星田
ふれあいクラブ

交野市星田西5-16-2
☎(072) 810-7733

内科・小児科
医療法人 **山添医院**

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

日曜・祝日 休診

併設 ヘルパーステーション
私部1-16-13 ☎891-1025

医療法人 茂樹会
社会福祉法人 紫水会

でお困りの方々への支援
を行っております。

災害時の衛生環境の維持
向上のためのトイレカー



ポイント!
**交野市の
子育て支援策**

このような取組みを進める中で、少子高齢化の今、その根幹となる基盤を整備する上では子育て支援に係る施策は特に重点的に取り組む必要があると考えます。

「子どもを育てる親、更には高齢者といった交野市に住まう皆様にとって優しいまちになる」と確信しています。その取組みの一例ではございますが、乳幼児期における見守りを兼ねたおむつ等の育児用品の支給事業を開始しました。

また、学童期においては体育館へのクーラー設置や子どもたちが使う、机といすを高さ調節可能なものへ変更する等教育環境の向上に努めています。

2022年9月18日に交野市長に就任し、私の任期も残すところあと1年あまりではございますが、誰もがこの住み慣れた交野の地で安心して住み続けられるように、これから邁進して参ります。

つきましては、市政運営への皆様方の変わらぬご支援をお願いするとともに、貴会の益々の発展と会員皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

4/23 万博ツアーの様

●50年前は元気だったから感動しました。今回も楽しくてもう1回行きたいです。

●次回は予約をしてパビリオンに入りたい。老人会の人達と回れてよかった。(91歳 男性)

●後期高齢者となり、私の誕生日に大阪・関西万博に参加しました。

●各国の素晴らしいパビリオンを見て感動して帰りました。広い会場で、予約が必要

なため日本館を見ることができなかつたのが残念でした。何回か足を運べば、もっと楽しさを堪能できるだろうと思いました。(76歳 男性)

●老人会で行けることになり、嬉しかったです。5、6人のメンバーと大屋根リングへ。腰が悪く大変でしたが、皆に助けられ楽しめました。パソナや小規模模国のパビリオンで様々な展示物を見ることができました。(82歳 男性)

●行って良かった、楽しかった、元気もらいました。(88歳 女性)



フィリピンパビリオン



大地の広場



アメリカパビリオン



大屋根リング

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

倉治いこいの郷

- ❖ すこやか道場 (第1・3金曜日)
- ❖ ピンポン教室 (第1・3水曜日)
- ❖ 健康マージャン教室 (毎週火曜日)
- ❖ カラオケを楽しむ会 (毎日)

いずれも13時からやっています
ちょっとのぞいてみませんか

交野市倉治1-1-9 ☎891-7189

株式会社 旭製作所

〒576-0017 交野市星田北5丁目53-2

各種産業機械製作

☎(072) 893-2220
FAX(072) 893-2223

交野カントリー倶楽部
交野開発 株式会社

代表取締役 藤木浩子
〒576-0001 大阪府交野市倉治2937
TEL 072-892-1101
FAX 072-892-1105
<https://www.katanocci.co.jp>



「コロナ禍による巣ごもり生活で、運動不足や人と会う機会が減った中、「健康寿命をのばそう!!」を合言葉に、令和3年10月「すこやか道場」が始まりました。倉治公民館で毎週金曜日13時半～15時(90分)実施中。回を重ねて120回を超えました。血圧測定、体重測定をし受付をします。毎回50人位が参加します。道場の「303プログラムを紹介します。



倉治「すこやか道場」

倉治シニアクラブさんゆう会

片岡 昭勝



②コミュニケーションプログラム(30分)は、懐かしい童謡唱歌、季節の歌、百人一首の和歌等を全員で2回声を出し音読します。おしゃべりタイム、健康談議、出前講座等。出前講座が好評です。笑いヨガ、音楽療法体操、フレイル予防講座、認知症座学、

①運動プログラム(30分)はニーギンギ体操、歌体操、新聞棒体操、公式ワナゲ教室等、

ヤクルト健康教室、血流測定会、肩こり解消法、ころばぬ先の杖講座(外科病院より出張)、目の病気講座(眼科病院)、書きぞめ、百人一首カルタ会、楽しい工作、おり紙教室、金飾り教室等、

③知的プログラム(30分)は、記憶力ゲーム、計算ゲーム、パズル、小学生の国語からのクイズ、脳トレクイズ、絵のまちがい探しゲーム等。参加者主体のすこやか道場は、いつもにぎやかで笑顔いっぱいです。「継続は力なり」を合言葉に、さらなる内容充実を図り、参加者の皆さんに喜んでもらえる道場を目指しています。

編集後記

▼今年も大変な年。去年は能登半島地震に対する「自衛隊と国の対応」について問題だと新年に言った。▼今年が大変なのはアメリカの予期せぬ行動。日本は出生数減少と物価高騰の問題。▼アメリカのウクライナ「資源漁り」も完了し、イスラエルは、アメリカの支援のもとにナチス顔負けのパレスチナ人やシリア人抹殺を進めている。▼日本は、おコメの価格が1年前の二倍となり、出生数は2年前より10万人減の68万人。これで日本という国が成り立つのか？ 参院選は如何に？▼「交野星友」も大変。広報部会を刷新して、涼風号に臨んだが、充分に出来たとは言えない。部員一同、新春号に向けて「唯一無二」の機関紙となるように精進します。(部会長)

●ご協賛各位へのお礼●
この度は「交野星友」第76号に広告のご協賛を頂き誠にありがとうございました。これからも協賛の皆さまの心を繋ぐ広報紙として努力してまいります。今後ともご支援よろしくお願いたします。
市星連

交野市星友クラブ連合会
新規会員募集中!
仲間を増やして
①健康寿命をのばしましょう
②楽しいサロン、同好会に参加しませんか
③生きがいづくりの奉仕活動に参加しませんか
【入会希望のお問い合わせ】
交野市立保健福祉センター(ゆうゆうセンター)
福祉部 ☎072-893-6409(竹本)

私たちは、交野市星友クラブ連合会の活動を応援しています

うんの獣医科病院
診療時間 9時～12時 18時～20時30分
土曜日午後16時～18時30分
休診日 日曜日午後、水曜日、祝日
交野市星田5丁目4-1
☎894-1790

眼科 緑内障硝子体白内障手術 予約優先
たおもと大浦アイクリニック
日帰り手術 白内障・緑内障・網膜硝子体手術
受付時間 月 火 水 木 金 土 休診日
9:00～11:30 ● ● ● ● ● ● 土曜日 午後
13:30～16:30 手術 ● 手術 ● ● 日曜・祝祭日
学会等
交野市私部西2-6-1 メディカルテラスかたの3F 交野院 ☎072-807-4619

