

健康

友愛

奉仕

大和郡山市高友クラブ連合会広報紙

郡寿の絆

第9号

ぐんじゅのきずな



撮影/矢田地区 高野 徳次

◆発行責任者 大和郡山市高友クラブ連合会 小高 亨 大和郡山市植槻町3-11 老人福祉センター内 電話・FAX 0743(53)0122

編集協力:株式会社 博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 電話 06(6797)0212 FAX 06(6797)0481



運・不運
大和郡山市高友クラブ連合会
会長 小高 亨

皆さんこんにちは。日頃は単位クラブはもとより、市高友クラブにご協力、ご支援をいただき有難うございます。

ところで新型コロナウイルスが猛威を振るっています。中国武漢を皮切りに、瞬く間に世界中に広がり、今や世界が鎖国時代に入っ

たかの如く、各国が往來を禁止又は往來を自粛する状況になってしまいました。

不運といえば、今年の選抜高校野球の中止は、高校球児にとっては誠に不運だ



日本人と「調子」
大和郡山市長 上田 清

先日、ある親子がテレビのドキュメンタリー番組で紹介されていました。

奈良県在住で、理髪店などで使われる鋏(はさみ)の研ぎ師。作業台を積み込んだ軽トラックで出張し、現地で研ぎの注文に応じる

こともあります。

息子はすでに入門十五年になるのですが、バリカンの研ぎが専門、というか、鋏については父親から研ぎはもろろ触ることも許さ

つたのではないでしょう。か。言い方は悪いですが、今年初めて出場する学校は今後いつ出られるかわかりません。そして甲子園出場の常連校でさえ、今年3年生になる選手が、来年は卒業してしまい出場できません。今まで努力してレギュラーを勝ち取り、球児にとってあこがれの聖地甲子園を目指してきたものが一瞬にして無駄になる悲しさ、これも人生と云って片づけられるほど簡単なことではないと思います。

オリンピックに出場が決定しているアスリートにして、

機械で加工することは不可能だということでした。

そういうにはある精密機械の工場を見学した時、研磨した金属を最後にチェックし、微調整をするのは職人つまり人の手ですと教えて

いた。大変感動したことを覚えています。

AいやG(ファイブG)など耳慣れない言葉が広く使われるようになった今、人間の代わりをする機械や装置は加速度的に開発され日常生活の中に入ってくるでしょうが、希望的観測であるかも知れないにせよ、人間にしかできないことがあるということ、何万年



私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 康仁会 西の京病院
介護付有料老人ホーム
メビウス大和郡山
メビウス大和郡山 検索
お問い合わせ
TEL 0743-55-5588
大和郡山市柳1丁目14-1

医療法人 桜翔会
mibu 壬生医院
泌尿器科 皮膚科
内科 人工透析センター
診療時間 月火水木金土
9:00~12:30 〇〇〇〇〇〇
17:00~19:30 〇〇〇〇〇〇
休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日
大和郡山市小泉町2356-1 36台完備
TEL(0743)85-6680 FAX85-6685

年金のお受取りは"ならしん"へ
奈良信用金庫
年金お受取特典
当金庫以外のATM入出金手数料が
お1人さま月2回まで実質無料!
本店営業部 ☎54-3111
小泉支店 ☎52-0505
筒井支店 ☎56-5450

医療法人厚生会
奈良厚生会病院
内科・整形外科・皮膚科・リハビリテーション科
一般病床60床
2018年
介護医療院 238床 開設
外来受付 9:00~11:30 日・祝は除く
支払い窓口 9:00~17:00
大和郡山市椎木町769-3
TEL(0743)56-5678
奈良厚生会病院 検索

年金はJAへ
JAならしん 地域とあゆむJAならしん
奈良県農業協同組合
郡山支店 昭和支店
平和支店 片桐支店

医療法人社団 田北会
医療・介護・福祉のトータルライフケアを実践します
田北病院
透視センター(送迎あり)
大和郡山市城南町2-13
☎(0743)54-0112
介護老人保健施設
入所・ショートステイ
通所リハビリテーション
幸寿苑
☎(0743)54-5011
~関連施設のご紹介~
◆訪問看護ステーション「なのはな」
◆訪問リハビリテーション
◆居宅介護支援事業所
http://www.takitakai.or.jp

処方せん 調剤
ハル薬局
営業時間
月・火・木・金 8:30~19:30
水 8:30~17:00
土 8:30~14:00
大和郡山市朝日町1-13 大和郡山病院
通用門横
☎(0743)58-1732
(時間外でも転送されます)
FAX(0743)58-1733

小野クリニック
泌尿器科・皮膚科・内科
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:00 〇〇〇〇〇〇〇〇
午後4:00~7:00 〇〇〇〇〇〇〇〇
大和郡山市九条平野町3-25-1
☎(0743)61-5801

独立行政法人地域医療機能推進機構
大和郡山病院
内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科
小児科・外科・消化器外科・整形外科
形成外科・皮膚科・泌尿器科・産婦人科・眼科
耳鼻咽喉科・リハビリテーション科・放射線科
●受付時間8:30~11:30 ●休診日 土日祝日・年末年始
大和郡山市朝日町1-62 近鉄郡山駅下車スグ
☎(0743)53-1111(代)
訪問看護ステーション
☎(0743)53-0080
健康管理センター(健康診断 人間ドック)
☎(0743)54-6587

令和2年度市高友クラブ連合会役員

Table with 3 columns: 役職, 氏名, 地区等. Lists members of the Nishikawa City Friends Club Union for FY2020.

令和2年度市高友クラブ連合会女性部役員

Table with 3 columns: 役職, 氏名, 地区等. Lists members of the Women's Department of the Nishikawa City Friends Club Union for FY2020.

令和2年度一般会計予算(単位:円)

Table showing budget details for FY2020, divided into income (収入) and expenditure (支出) sections.



令和2年度事業計画

Large table detailing the FY2020 business plan, organized by category: 市高友クラブ連合会関係, 県老人クラブ連合会関係, and 連携諸団体関係.

注) ※新型コロナウイルス感染防止のため、延期または中止する場合があります。 ※連携諸団体関係は例年実施されている行事を掲載しています。



令和2年度評議員会は書面決議となりました

四月二十四日(金)に開催を予定していましたが、新型コロナウイルス(COVID-19)の感染拡大防止のため、各位の安全を考慮し、四月三日(金)の役員会で協議のうえ、開催中止を決定致しました。その後、書面決議を行うため、以下の議案を提出いたしました。

- List of resolutions and reports: (一)令和元年度事業報告, (二)令和元年度会計決算報告, (三)役員改選について, (四)令和2年度事業計画(案), (五)令和2年度会計予算(案), (六)会員表彰について.

私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

Advertisement section containing various local business ads: AN株式会社アナリス (Real Estate), ヤマトコーポレーション (Waste Management), センチュリー21 西川住宅販売センター (Real Estate), 名鉄観光サービス株式会社 奈良支店 (Tourism), シルバーパワー (Senior Services), 高齢者に人気の趣味 (Hobbies), Thermos (Thermos), 藤本建設株式会社 (Construction), and オールビーエス (All-Bee-Es).

令和元年度 スポーツ・文化事業の記録 ※敬称略

5/24 第35回 市長杯争奪ゲートボール大会

場所:平和地区公民館 多目的広場



◆大会結果

優勝	治道 A チーム
準優勝	ブレンドチーム
第3位	昭和社協Bチーム



6/24 第5回 ボウリング大会

場所:トドロキボウル



◆大会結果

団体の部	優勝	平和地区
	準優勝	片桐地区
	第3位	矢田地区

男性の部	優勝	清水 勲
	準優勝	南田 昌宏
	第3位	上田 茂和



女性の部	優勝	中村 祐子
	準優勝	今西 敦子
	第3位	伊佐治じん子

10/2 第19回 会長杯高齢者将棋大会

場所:老人福祉センター

◆大会結果

A組	優勝	高木 泰司
	準優勝	西村 正広
B組	優勝	福井 康雄
	準優勝	本多 茂昭
C組	優勝	木村 正明
	準優勝	松蔭 健一

D組	優勝	乾 時雄
	準優勝	久保田義雄
E組	優勝	伊藤 正義
	準優勝	細野 勝明
F組	優勝	山下 利男
	準優勝	山村 正勝
G組	優勝	紺田 勝美
	準優勝	辻 宗彦



10/7 第20回 会長杯高齢者グラウンドゴルフ大会

場所:市総合公園 多目的運動場

◆大会結果

女性の部	優勝	並河さよ子
	準優勝	樋上 節子
	第3位	富野久仁子

男性の部	優勝	辰巳 勝元
	準優勝	真方 武夫
	第3位	橋詰 幸雄



10/9 第19回 会長杯高齢者囲碁大会

場所:老人福祉センター

◆大会結果

A組	優勝	辻柿 正次
	準優勝	平野 松彦
B組	優勝	杉尾 和喜
	準優勝	山本 隆雄
C組	優勝	薬師 忠良
	準優勝	上田 卓司
D組	優勝	森 幸子
	準優勝	平野 二郎



11/7 第20回 会長杯高齢者ペタンク大会

場所:市総合公園 多目的運動場

◆大会結果

優勝	松風台D (江尻哲雄・山村孝代)
準優勝	矢田山A (城守富蔵・横山好正)
第3位	松風台B (石原末喜男・石原和子)



私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

ようこそ! **ウエル健康カフェ**

健康や介護、認知症予防などの情報発信ステーションです。お気軽にお越しください。

健康体操
ハンドマッサージ
ミニコンサート
いきいき健康料理教室

大豆ペプチド入り ウェル平ぞうめん

健康カフェのお問い合わせ
☎(0743) 51-0231

ユニット型特別養護老人ホーム **きづなの里**

地域との「つながり」を重視した「安心で信頼される介護サービス」を提供します。

利用のご案内
入所・短期入所・デイサービス

大和郡山市山田町337-2
☎(0743) 52-1101
http://www.kidunanosato.com/

社会福祉法人 郡山双葉会
認知症高齢者グループホーム **なごみ筒井**

大和郡山市筒井町1535番地
TEL(0743) 59-5753 FAX59-6111
http://www.nagomi-tutui.com/

御 賛 助



平和

平和保育園に、サンタクローズがやってきた?

平和高友クラブでは、年に七回平和保育園(森川仁美園長・園児数八十二人)と交遊会として行事に参加しています。...



交遊活動をお伝えします。事前の打ち合わせで平和高友クラブの役員がサンタクローズ役を演じます。...

治道

集いの場カフェ「いきいきハウス治道」の活動大きく前進



平成三十年七月にスタートし、地域のほっこり広場として定着した「いきいきハウス治道」は、令和元年度も一層その活動の充実が図られました。...

矢田

「高齢者いきいき集い 矢田サロンの会」の発足

六十五歳以上が占める全国の高齢化率は約二十八%で二十五年後の二〇四五年には、四十%を超えることが確実視されています。...

「矢田地区」の高齢者福祉と憩いの場として活用しよう、自治会・婦人会・民生委員・老人クラブ・見守りボランティア等各種団体が連携し、平成三十一年四月に発足致しました。...



を支えあう活動の重要性について意見を交わすことができました。私たちの強みは、スタッフ一同がそれぞれの得意分野を活かして、無理なく楽しんで取り組んでいることです。...

私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

原整形外科 診療時間 月火水木金土 午前9:00~12:00 在宅医療 午後15:30~18:00

循環器科・心臓血管外科・外科・内科 まつたハートクリニック 診療時間 月火水木金土 午前9:00~13:00

志水眼科 診療時間 月火水木金土日祝 午前9:30~12:30 午後4:00~7:00

八木医院 消化器科・外科・肛門科・内科 診療時間 月火水木金土日祝 午前9:00~12:30

森下眼科クリニック 診療受付時間 月火水木金土日祝 AM9:00~12:00 PM3:30~6:30

筒井

筒井地区の行事
「物故会員の法要」
を紹介いたします



北垣内白寿会

筒井地区に老人クラブが創設された頃より始まったと思われる。年度内の物故者数は、会員数の三〇五%です。十人〜十五人ほどの方が亡くなりま

した。毎年五月下旬の日曜日に筒井町の光専寺で法要がいとなまれています。物故会員の遺族の各白寿会の会長、筒井地区自治連合会の

役員の方、地区選出の県会議員、市議会議員をお招きして丁寧な法要を行って

ています。朝から準備して十一時から本番で、一時間ほどで終了します。各クラブで貢献してこられた先人の方々のお礼として行われてきました。しかし近年、会員数も減少しつつま

でいるのか気がかりです。お供え品、お寺さまへのお礼、お花等出費もかさみます。最近では、ご遺族のご出席も少なくなっています。人の気持ちが変わってきているのか、時代が変わってきたのか：

昭和

昭和地区寿クラブ

昭和地区寿クラブは健康寿命を伸ばすことをモットーに、従来からの演芸大会や親睦旅行に加え、今年度は新たにペタンク大会に挑戦しました。

また、二十三回を数えたゲートボール大会の替わりにグラウンドゴルフ大会を企画、実施しました。

第二十回市シニアペタンク大会には初めて六チームが参加し、健闘しましたが悔しい結果に次回への挑戦を誓っています。

初めての参加者が多数を占めた昭和地区グラウンドゴルフ大会は、大和ふれあいスポーツクラブの会員の



方々のご協力を得て、和やかな雰囲気の中無事に開催することができました。

恒例の親睦旅行は、四十三名の参加を得て串本からすさみ温泉への一泊バス旅行を実施しました。行きは和歌山の海岸線の観光地を經由しながら、紀伊大島にある日本最古の石造り灯台

である檉野埼灯台まで足を延ばし、穏やかな太平洋を眺めながら、記念の撮影をしました。ホテルの夕食後には恒例のカラオケを楽しみました。移動の車中ではきれいな写真を賞品にしてクイズも楽しみました。これからも元気にシニアをめざし活動していきます。

片桐

音楽でたのしく、いろいろな健康づくり

片桐地区女性部事業より、ミュージックケア講習会を令和元年七月十六日(火)六十六名参加で実施した。講師に日本ミュージックケア協会、仲谷千恵美先生、川西明代先生を迎えて、一時間三十分、懐かしい唄、イマドキの唄を歌ってこころウキウキ、軽快な音楽を聴きながら、手足や体に楽しい刺激があり、心地よい音楽にノリながら愉快地楽器の経験もできる。まず初めは、指の運動より、スローで始まり、だんだん早くなるにつれて頭と指の動き



がついていかなければ隣の人と大笑い。次に大きなゴムの輪に全員丸くなり、民謡に合わせてヨイショ、ヨイショ。または軽やかにステップを踏む声も出している動作は気分も上がり全員一つの輪になった。また楽器三種類を三班に分かれて、ドラム・鈴・鳴子でミュージックに合わせて二・三曲それぞれの楽器でリズム良く、力を入れて最後まで曲に合わせられ満足。初めての体験。

手話による唄を歌ったの経験もした。終わりに千昌夫さんの星影のワルツに合わせて、先生よりひとりひとりにシャボン玉で最後の別れのあいさつをいただいております。午後一時三十分スタート、三時終了が時間オーバーになる。

郡山

城北・綿寿会
令和二年一月二十二日



例年の新年会は、ハーモニカ・アコーディオン演奏に合わせ合唱などで楽しんでいましたが、今年は三種

目を追加して開催しました。輪投げは六層程度の広さで、気軽にどこでもでき、リング九本もち最高三〇〇点(パーフェクト)で不特定多数で総得点を競うゲームです。運動効果として、平衡力、調整力、筋力アップと頭の柔軟性として単に投げるだけではなく、考えて投げるゲームで頭脳の柔軟さを必要とされます。ほとんど全員の人が参加していただき、点数を発表することで、会場は笑顔と拍手



で盛り上がりました。手品師は八十歳の高齢の方が南京玉簾を中心に機敏な演技を見せていただき驚きと拍手でいっぱいでした。恒例のビンゴゲーム大会にジャンケン大会で終了しました。新しいメニューを取り入れることで楽しいひとときを過ごすことができました。

私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 岡谷会
片桐民主診療所
☎(0743)53-7550(代)
片桐ケアプラザセンター ☎55-4390
大和郡山市新町305-92
訪問看護ステーションあじさい ☎55-3370
ホームヘルプステーション郡山 ☎58-6138
大和郡山市新町305-70

処方せん受付
しあわせ薬局
《小泉店》
大和郡山市小泉町808
☎(0743)54-9988
《片桐店》
大和郡山市新町305-86
☎(0743)51-0333

MEDICAL SYSTEM NETWORK GROUP
処方せん・調剤
いかるが中央薬局
大和郡山市小泉町東3-6-22
☎(0743)59-6617
FAX(0743)59-6620

内科・小児科
医療法人 芳愛会
原 医院
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:00 ○○●○●○●
午後6:00~8:00 ○○●○●○●
診療予約 TEL(0743)58-3435
在宅医療・訪問看護・ケアプラン・通所リハビリテーション
大和郡山市横田町708-3
☎(0743)56-3094

かきざきクリニック
KAKIZAKI CLINIC
脳神経外科・内科・リハビリテーション科
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:00 ○○●○●○●
午後2:00~5:00 ○○●○●○●
頭痛外来・物忘れ外来・禁煙外来・不眠外来は随時行なっています(電話でご予約下さい)
大和郡山市本庄町297-1
☎(0743)59-6101

令和元年度 表彰一覧 (敬称略)

【100万人会員増強運動特別賞】6月21日
 ◎全国老人クラブ連合会会長表彰
 矢田山町西長寿会(矢田地区)
 ◎県老連会長表彰
 井戸野町第二寿会(平和地区)

【県知事表彰】9月12日
 ◎老人福祉功労者
 小高 亨(市高友クラブ連合会会長)
 ◎優良老人クラブ
 横田寿会(治道地区)

【県老連会長表彰】9月12日
 ◎優良老人クラブ
 池沢町寿クラブ(昭和地区)
 山田原シニア寺子屋(矢田地区)

【大和郡山市市民表彰】11月3日
 ◎功労者
 文栄 信也(矢田地区)

【大和郡山市社会福祉大会会長表彰】11月25日
 ◎社会福祉事業関係団体功労者
 寺田 哲郎(矢田地区)

受賞された皆さまおめでとうございます。

九月二十四日、高齢者健康づくりウォーキングが開催されました。まほろば健康パーク子ども広場に集合した一二〇名の参加者は、上田市長と小高会長からの



高齢者健康づくりウォーキング

激励の言葉を授け、元氣良くスタートしました。額田部の里を巡る今回のコースは、額安寺、額田部窯跡、鎌倉臺、推古神社、浄化センターをぐるりと回る、見どころ満載の約六キロ。道中は足元に転がる櫛の実や咲き誇るコスモス、彼岸花やいちじくなどを横目に、秋の訪れを感じながら歩を進めました。各ポイントでは、ボラン

ティアガイドの説明に耳を傾け地元の魅力を再発見することができ、また「昔はここでよく遊んだな」と言い合いながら幼少期を懐かしむ姿も見られました。二時間ほどでこれも広場に戻る万歩計のカウントは六五〇〇歩。仲間と無理なく楽しくたくさん歩き、健康増進を図りました。



二月十七日、令和元年度高齢者健康づくり講演会がDMGMORいやまと郡山城ホール(小ホール)で開催され、二五八人が集いました。第一部は、薬局メール

6/13~14 令和元年度 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会

令和元年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会がアートホテル大阪ベイタワーで、2日間にわたり開催され、近畿2府4県と政令指定都市4市から259名が参加しました。初日には4分科会にわかれ研究討議会が行われ、活発な意見交換が行われるなか、小高会長は第4分科会「加入促進に向けた老人クラブづくり」で座長を務めました。



11/26~27 2019年度 第48回 全国老人クラブ大会

第48回全国老人クラブ大会が、彩の国さいたま芸術劇場および大宮ソニックシティ大ホールで開催されました。老人クラブ活動の発展と高齢者福祉の向上を期することを目的として、全国から約2400人が参集しました。この大会には小高会長・黒飛副会長が参加し、1日目に行われた活動交流部会第3部会「演じる活動」で黒飛副会長が審査員を務めました。



高齢者健康づくり講演会

ボックス柳町店・石田千賀子先生を講師にお招きし、「高齢者の薬の飲み方」をテーマに多剤・重複投与対策の講演をいただきました。健康寿命を伸ばすためにも薬の種類やリスクを知ることも薬手帳の一元管理の大切さを話していただきました。休憩を挟み第二部では、「笑いは健康のもと」をテーマに三代目林家菊丸師匠に講演と落語を披露していただきました。菊丸師匠は、「笑い話はいろんなところにあり、それがコミュニケーションのひとつとなつて、仲間と共に笑合つことで免疫力がアップし、健康につながる」とのお話をされました。講演後は奈良にまつわる落語「鹿政談」を披露し、巧みな話術で会場は笑い声に包まれました。最後は大きな拍手が湧き、講演会は盛会の内に幕を閉じました。



私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

うさぎ 免

〈動物のこたわぎ〉
 ・二免追う者は一免をも得ず
 ・免を見て犬を放つ
 ・株を守りて免を待つ

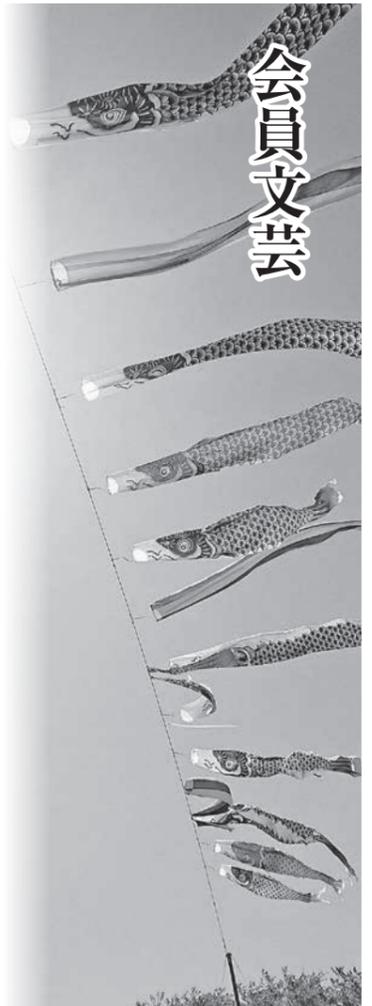
免は食料としてなど、狩猟の対象となる動物でした。こたわぎでも食料として、また逃げるために速度のとても速い動物として認識されています。

《高野山真言宗 準別格本山》
矢田寺 北僧坊
 [矢田山 金剛山寺・塔頭]
納骨壇のお申し込み受付中!
 大和十三仏霊場 大和地蔵十福 納骨・水子供養
 ●永代供養付ですので、あとつぎのない方に最適。
 ●宗派を問いません。●墓地に比べて割安です。
 近鉄郡山駅よりバス(矢田寺)終点下車
 ☎(0743)53-1531
 大和郡山市矢田町3516 FAX55-3449

日本最古の厄除霊場
大和 松尾寺
 ●全ての厄除の御祈禱は毎日(金曜日を除く)行われる。
 大和郡山市山田町683松尾山
 ☎(0743)53-5023

各種石碑・石材工事
三浦石材店
 大和郡山市長安寺町17
 TEL・FAX (0743) 56-0301

感謝・慎み・たすけあい
天理教郡山大教会
 大和郡山市天理町1-5
 TEL(0743)53-8451



俳句

◆千日町俳句会

母の日や婿の気遣い廻り寿司

有川千恵子

四方より若鮎の群駆け登る

江口 博志

つばくろや日に三度来る郵便夫

遠藤 歳夫

夏蝶の派手なダンスに見惚れけり

加藤 重臣

長袖を捲り上げたる薄暑かな

鈴木 敬伝

梅雨めくや峰を越える黒雲も

鈴木 孝男

芽を聳く職人の背へ薄暑光

原 勝彦

◆明星会

ジーパンの膝の口開く春の風

松尾 清朝

手水場に雀来てある木の芽時

梅雨明けを蜩知らず日暮れ時

木漏れ日に冴る紫陽花矢田の寺

初燕我が家に挨拶みやげ無し

川本 正信



久かたのリュックに空見つ山笑う
今や日の出富士の高嶺の輝き見つ
温暖にひとひの雨で梅花ちり

谷 恵美子

堀の中花咲き落つる寒椿

富岡三千代

昼寝覚め汗もひっこむ心太

岳のぼり躑躅咲いてた幼き日

紅葉狩り京の古刹に遠出して

佗助に元気をもらい痛みし日に

川本 恵子



◆北垣内白寿会

句碑の里求め甲斐へと春の旅

时刻刻と流れる雲春の富士

九十九折り来れば車窓河津桜

西田眞希子

◆矢田山町「東・西長寿会」俳句会

マスクつけ下校の子供道急ぐ

石垣に栄華の名残鳥帰る

朗朗と吟ずる声に梅開く

谷間の下枝に仄と初音あり

日だまりの野に恋をして犬ふぐり

岩城のぶこ

松島 昌子

河岸とき子

大北 夏美

短歌

◆西方長寿会

手触りも割れ目も親し盆一つ

「明治参拾貳年」と義父の字のこる

わが一世の支えの兄を葬りきて

いつか会はずと迎ぐもちづき

独り居の風強き夜はしみじみと

座敷童の鏡舌を開く

藤井 尚子

◆明星会

富士やまのざりつづら道荒岩に

新たな期待つらと忘るごと

谷 恵美子

お酒菓子七段飾り笛太鼓

幾つになつても女の祭り

富岡三千代



万葉の歌に詠まれて山々は

今は平和か大和三山

価値感を同じゅうしたる友ありて

届く絵手紙わが宝とす

川本 恵子

川柳

◆平和地区稗田第一福寿会

どんな車新型コロナウィルス

上田 周治

◆馬司町2区つかさ会

ばあちゃんにコロッケ2コ持ち孫が来る

松田 玉江

◆明星会

景色よりトイレが気になるバスツアー

孫帰りお金貰へはお爺い様

若き日の笑窪も今や皺の中

川本 正信

魚はね川波うねるか富雄川

富岡三千代

クラス会フレイル防ぐ妙業に

風霜に耐えてこそ知る今日の幸

背伸びせず生きた人生自画自賛

黄泉の国まだ来るなよと父母の声

川本 恵子

五行歌

◆八条仲よし会

俺は九十四才

お前は九十一才

共に元気で助け合い

我が家で

楽しく暮したい

毎日大きく成る

茄子・胡瓜・オクラ

早朝から取りに行き

一級品は友人宅へ

私の健康法

橋本 嘉齋



私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

家族葬のセレミューズ
定額制家族葬セロ図題
必要なものはすべてそろったプランから予算を決めるだけ
定額 50万円から!

花水木会館
葬式場
もものときは...24時間すばやく対応
0120-45-3548
株式会社 三公社

墓石・建築石材
霊園・墓地の御案内・御紹介
五師石材店
見積無料 まずはお気軽にご相談下さい
大和郡山市中町748-1
0120-55-1758

株式会社 大蓮社
家族葬～親族葬～一般葬儀
夢聖殿
0120-442-421

御協賛
法隆寺セレモニー会館
法隆寺東信号角



室生寺 石楠花
昭和地区 寿クラブ 大垣 敬光

写真



昭和地区 寿クラブ
萩本 美代子

鶺鴒
鶺鴒の声は吉兆

書道



挨拶回り(撮影場所:京都市)
矢田地区 城ヶ丘・城友会 高野 徳次



井戸 恵津子



高山 仁

矢田地区
千日やすらぎクラブ
習字の会



子供の運動会(撮影場所:大和郡山市)
矢田地区 城ヶ丘・城友会 宗 武司



江口 博志



廣田 真一



三野 敬子

◎ご協賛いただいた皆さまへ◎

この度は「郡寿の絆」の発刊にあたり広告掲載のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。本紙は会員相互の情報交換や仲間づくりの推進を願って発刊するものであります。以上の趣旨をご理解いただき、今後とも何卒末長きご厚誼、ご支援をよろしくお願い申し上げます。

大和郡山市高友クラブ連合会



(副会長 黒飛 文子)

編集後記
一年あつという間に編集後記がめぐって来ました。もう九回目の発行になります。回を重ねることに会員作品・会員文芸の出品が多くなり編集者一同やりがいを感じています。どれも素晴らしい作品ばかりで皆さま良い趣味をお持ちなんですね。
またスポーツ・文化事業の部門でもたくさんの方々の参加を勝ち抜き入賞した方々の誇らしい顔。発行できる喜びは協賛のご厚誼、ご支援のためものと感謝いたしております。博報社のご協力なくしては発行できません。ありがとうございました。引き続きよろしくお願いいたします。

私たちは、大和郡山市高友クラブ連合会の活動を応援しています

心を癒すお手伝い 家族葬・一般葬
風の杜ホール平和
ご葬儀・寝台の御用命は24時間受付
☎0120-26-1145 年中無休
大協株式会社 本社:大和郡山市材木町60

●新築・リフォーム ●設計・施工
家のことなら是非!
何でもお気軽にご相談ください。
お待ちしております。
お見積り無料
丸山工務店
大和郡山市千日町32-6
TEL(0743)54-2800 FAX87-9158

福祉・介護ショップ・レンタル
奈良ハピネス
幸福商事株式会社
お年寄りの自立と、介護する方の負担を軽くするための福祉用具、介護用品を各種取り揃え、最適な品物と使用方法についてのご相談をお受けいたします。
●福祉用具専門相談員がご相談をお待ちしております
定休日 日・祝・土 午後
城南町256-25(田北看護専門学校前)
☎(0743)53-4382 FAX53-8225

アンジュ引越センター
思い出を大切に
暮らし替え整理を提案します。
080-3673-2468 0800-888-6636
川端運輸株式会社
大和郡山市今国府町690
TEL(0743)59-6636 FAX59-0005

各宗墓碑・墓地御案内・建築石材一式
大石石材業(株)
大和郡山市南鍛冶町26
(JR郡山駅前団地北徒歩3分)
☎(0743)53-4021(代)
☎0120-055-148
http://bigstone.sakura.ne.jp/

医療法人 青心会
郡山青藍病院
総合診療科 内科 循環器内科 外科
脳神経外科 整形外科 形成外科
一般病棟60床 地域包括ケア病棟40床 療養病棟40床
介護老人保健施設 **ピュアネス藍** 80床 併設
介護付有料老人ホーム **青藍の郷** 46床 併設
☎(0743)56-8000
https://www.seiran.or.jp/

住み慣れた地域で安心して暮らせる
(有)マイホーム
訪問介護 訪問介護事業所
馬司町227-1 ☎(0743)59-4080
認知症対応型デイサービス・居宅介護支援
マイホーム 矢田山さんち
矢田山町59-3 ☎(0743)54-7336
住宅型有料老人ホーム(高齢者向け住宅)
マイホーム 筒井さんち
馬司町50-17 ☎(0743)56-8069

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。

*** 老人クラブ広報紙・名簿・回覧板制作 ***
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。
高齢社会のパートナー **株式会社 博報社**
大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎(06)6797-0212(代)