

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 11 号

ぐんじゅのきずな

◆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



撮影／昭和地区 大垣 敬光

日曜日の夕方、毎週楽しみにしているのがテレビの『世界遺産』という番組ですが、この二月に放映された南アフリカ共和国ケープ植物保護区の自然は驚きに満ちあふれたものでした。そのひとつがロングタンフライという地域固有の「アブ」で、六 cm もの長いくちばしを、ちょうど同じ長さの花に差し入れ、底に溜められている蜜を吸うのですが、同時にアブの頭を

ポンポンと叩くように花粉がくっつくしかけになっているのです。しかも紫色の花びら（名前の紹介はありませんでした）には、くちばしの入り口を示すかのように四つの矢印が整然と描かれているではありませんか！

で、虫とともに進化した花、という訳ですが、アブと花、同時に長さをそろえていった？

誰が考えた？



大和郡山市長 上田 清

虫とともに進化した花

誰が設計した？

種子が舞い上がるしかけになっているのだとか。

皆様お元気ですか。日頃単位クラブはもとより、市高友クラブにご協力、ご支援をいただき誠に有難うございます。

とここで長引く新型コロナウイルス感染症が、現在も我々市民の日常生活に大きな影響を及ぼしているのは困ったものです。しかしそのような環境の中昨年

が、北京オリンピックでもありましたね。ジャンプでのスーツ問題やスノーボードのハーフパイプ競技の不透明な採点、フィギュアスケートの羽生結弦選手の三連覇ならずとかドーピング問題など悲喜こもごものドラマが生まれました。自分ではどうしようもないことが我々の日常生活でも起こりますし、精一杯の努力をしても、結果が自分の思っているのと違ったりすることとは大いにあり得ることです。その時どう対応するか、それぞれの人の歩んで

きた人生経験や周囲の人達の支援が大きく影響するのでしょうか。



大和郡山市高友クラブ連合会 会長 小高 亨

経験を糧にして

最後になりましたが、今年も皆様にとって平和で穏やかな年でありますよう祈念しております。

今後も新型コロナウイルスやワクチンについては、新しい対策が種々講じられると思います。我々もこの2年間の経験を生かし、うがいや手の消毒など感染対策をしっかり行い十分注意しながら、様々な事業活動を展開していきたいと思

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 お問い合わせは TEL 0743-55-5588 大和郡山市柳1丁目14-1	立地・品質・実績・通達4つの強みと超低運送・保管を実現 五條運輸株式会社 〒639-1112 大和郡山市白土町311-1 TEL (0743) 59-0266 FAX 59-0267 https://www.gojyo-transport.co.jp/	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 月～土 9:00～12:00 / 日・祝・年末年始 休診 奈良厚生会病院 介護医療院 介護医療院サービス・短期入所療養介護 介護老人保健施設 若草園 介護老人保健施設サービス・短期入所療養介護 通所リハビリテーション・居宅介護支援事業所 大和郡山市椎木町769番地の3 TEL 0743-56-5678	年金はJAへ JAならけん 地域とあゆむJAならけん 奈良県農業協同組合 平和支店 片桐支店 郡山出張所 昭和出張所																											
社会医療法人 田北会 2021年4月より社会医療法人となりました 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 整形外科・内科・循環器内科・消化器内科 脳神経外科・外科・泌尿器科・形成外科・歯科口腔外科 放射線科・リハビリテーション科 各種検診 http://www.takitakai.or.jp	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	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 <table border="1"><thead><tr><th>診療時間</th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th><th>日</th><th>祝</th></tr></thead><tbody><tr><td>午前 9:00～12:00</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr><tr><td>午後 4:00～7:00</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr></tbody></table> 大和郡山市九条平野町3-25-1 ☎(0743) 61-5801	診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝	午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○	午後 4:00～7:00	○	○	○	○	○	○	○	○	高齢者の交通安全 歩道を歩きましょう 近づいてくる車に気づけなかったり、とっさに行動できずに事故に遭っています。道路を歩くときは歩道を歩きましょう。歩道のないところは道路の右側を歩きましょう。
診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝																							
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○	○																							
午後 4:00～7:00	○	○	○	○	○	○	○	○																							

令和4年度 市高友クラブ連合会役員

役 職	氏 名	地区等
会 長	小高 亨	会 長
副会長兼総務	江口 博志	矢田地区
副会長	黒飛 文子	女性部長
理事兼会計	川西 健一	筒井地区
監 事	松村 敏雄	郡山地区
監 事	仲井 好幸	治道地区
理 事	平岡 芳雄	片桐地区
理 事	山田 喬子	片桐地区
理 事	神本 雄司	平和地区
理 事	森田 勝之	昭和地区
理 事	堀山千恵子	郡山地区
理 事	仲井 初子	治道地区
委嘱委員	西村百合子	地域包括ケア推進課高齢支援係長
委嘱委員	岡 博	老人福祉センター所長
顧 問	上田 清	市 長

令和4年度 市高友クラブ連合会女性部役員

役 職	氏 名	地区等
部 長	黒飛 文子	矢田地区
副部長	堀山千恵子	郡山地区
会 計	仲井 初子	治道地区
常任幹事	田中 育代	昭和地区
常任幹事	川本喜久子	片桐地区



令和4年度 事業計画

市高友クラブ連合会関係		
実施月日	実施事業	
通 年	役員会(理事会)・原則第1金曜日	
通 年	女性部友愛訪問活動	
4月 22日	市高友クラブ連合会評議員会	
5月 27日	会長杯争奪ゲートボール大会	
6月 17日	高年者教養大学(開講)	
〃 27日	高友クラブシニアボウリング大会	
7月 初旬	市高友クラブ健康麻雀大会	
9月 13~19日	高年者祭・作品展・囲碁将棋大会	
〃 15~21日	老人の日(老人週間)	
〃 20日	老人クラブ全国一斉「社会奉仕の日」	
〃 中旬	友愛訪問活動	
〃 29日	市高連・健康づくりウォーキング	
10月 中旬	高友クラブシニア将棋大会	
〃 中旬	高友クラブシニア囲碁大会	
〃 17日	会長杯シニアグラウンドゴルフ大会	
11月 中旬	市高友クラブ連合会研修旅行	
〃 18日	会長杯シニアベタンク大会	
R5年2月 中旬	健康づくり講演会	
〃 17日	高年者教養大学終了式	

※ 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。

令和4年度 一般会計予算

(単位:円)

◎一般会計収入の部

科 目	本年度予算
会 費	154,000
福祉活動収入	460,000
補 助 金	829,000
受 入 分 担 金	886,000
雑 収 入	27
前年度繰越金	1,893,113
収入合計	4,222,140

◎一般会計支出の部

科 目	本年度予算
事 業 費	780,000
特 別 事 業	820,000
福祉活動費	350,000
評 議 員 会 費	70,000
会 議 費	100,000
慶 弔 費	60,000
旅 費	80,000
通 信 交 通 費	220,000
備 品 費	10,000
消 耗 品 費	40,000
図 書 費	40,000
分 担 金	442,000
雑 費	10,000
予 備 費	1,200,140
支出合計	4,222,140



四月二十二日、大和郡山市社会福祉会館において、令和四年度大和郡山市高友クラブ連合会評議員会が開催されました。

令和4年度 評議員会を開催



三年振りとなった評議員会は江口副会長の開会の言葉で幕が上がり、物故者へ黙祷を捧げたあと小高会長ならびに上田市長があいさつを述べました。
来賓紹介に続いて議事に移ると、司会者一任の声で矢田地区・北川三郎氏を議長に選出。(1)令和三年度事業報告(2)令和三年度会計決算報告・監査報告(3)令和四年度事業計画(案)について(4)令和四年度会計予算案について(5)役員改選(案)について(6)規約変更(案)について(7)その他の審議に入り、いずれも質疑応答の後、満場の拍手をもって承認され、滞りなく終了しました。



令和3年度 被表彰者

(敬称略)



【奈良県知事表彰】
◎老人福祉功労者
文栄 信也

◎優良老人クラブ
上三橋老友会(平和地区)

【大和郡山市市民表彰】
◎功労者表彰
北川 三郎

(矢田地区矢田山町西長寿会)

【奈良県老連会長表彰】
◎会員増強運動推進賞
小泉北之町老友会

(片桐地区)

◎活動賞
東和苑睦会(片桐地区)

【大和郡山市

社会福祉大会会長表彰】

◎社会福祉事業関係団体功労者
(個人)

神 良子

(昭和地区額田部北町寿クラブ)

◎社会福祉事業関係団体功労者
(団体)

春陽会(片桐地区)

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

藤本建設株式会社 本 社／大和郡山市筒井町51-3 TEL(0743) 59-1281(代) FAX 59-1284(総務) FAX 59-1140(工務) 京都連絡所／京都府京丹後市網野町三津292	サーモス株式会社 大和郡山市椎木町283番地の1 ☎(0743) 58-3501 FAX(0743) 58-3535	21 センチュリー21 西川住宅販売センター 〒639-1148 大和郡山市紺屋町15-1 代表取締役 西川 貴雄 店 長 馬場 隆次 新築 建築 ☎ 0743-54-8711 販売 売買 ☎ 0743-54-8722 HPアドレス: http://c21-nishikawa.com/ メールアドレス: info@nishikawa-group.com <にしかわ住宅グループ> 宅地開発業務 ウェストリバーホーム株式会社 総合建設業 西川建設株式会社	新築・増改築・施工 西澤工務店 奈良県知事許可(般-30)第17430号 代 表 西 澤 昌 来 大和郡山市小泉町1604-1-4号 ☎(0743) 25-2604 FAX(0743) 25-2654 E-mail nishizawakoumuten@kcn.jp	会員募集! 市内在住の 60歳以上の方、 いっしょに働きませんか? (公社)大和郡山市シルバー人材センター 入会問合せ、仕事の依頼は こちらまで! ☎ 52-8300
--	---	---	---	--

令和3年度 スポーツ・文化事業の記録 ※敬称略

5/25

第37回 会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	矢田チーム
準優勝	治道 B チーム
第 3 位	昭和社協 A チーム



6/29

第6回 高友クラブシニアボウリング大会

場所:トドロキボウル

◆大会結果

男性の部	優 勝	南園 幹雄
	準優勝	上田 茂和
	第 3 位	南田 昌宏
女性の部	優 勝	伊佐治 じん子
	準優勝	武田 恵子
	第 3 位	田中かよ子



10/6

第20回 高友クラブシニア囲碁大会

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	那須 憲一
B 組	優 勝	八幡 光廣
	準優勝	中野 清保
C 組	優 勝	吉村 孝雄
	準優勝	上田 卓司
D 組	優 勝	兼村 文雄
	準優勝	松原 弘明



10/13

第20回 高友クラブシニア将棋大会

場所:老人福祉センター

◆大会結果

A 組	優 勝	松田 雅和
	準優勝	福井 康雄
B 組	優 勝	新田 広治
	準優勝	三田 茂
C 組	優 勝	芳野 安信
	準優勝	松嶋 健一
D 組	優 勝	稲次 和彦
	準優勝	細野 勝明
E 組	優 勝	久保田義雄
	準優勝	佐竹 英彦
F 組	優 勝	松信 武志
	準優勝	松村 敏雄



10/18

第22回 会長杯シニアグラウンドゴルフ大会

場所:ホウワグラウンド

◆大会結果

男性の部	優 勝	相馬 幸雄	女性の部	優 勝	新田外喜子
	準優勝	増田 俊之		準優勝	栗原つや子
	第 3 位	武田 章		第 3 位	増田 敬子



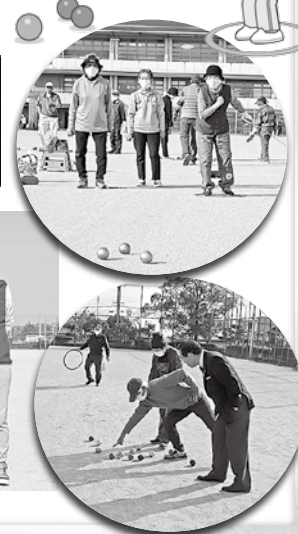
11/19

第22回 会長杯シニアペタンク大会

場所:ホウワグラウンド

◆大会結果

優 勝	矢田山 A (小高 亨・城守富蔵)
準優勝	矢田山 C (北川三郎・高石 昭)
第 3 位	矢田山 D (武智義夫・菅原良夫)



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

在宅医療センター悠 今春 OPEN

地域の皆様の在宅医療・介護をサポートします!

往診医 訪問リハビリ ケアマネジャー 訪問栄養 訪問看護

地域の医療者との連携 地域の支援者との連携

ICT 活用 (チーム医療) 〒639-1028 大和郡山市田中町 741 地域医療連携を強化!

介護のことにお困りの方...まずはお気軽にご連絡ください ウェルグループ 地域連携室 tel:0743-55-0127

医療・介護・健康の Well Group. 医療法人悠明会



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

消防設備設計・施工・保守

株式会社 オー・ビー・エス

大和郡山市小泉町527-8
鉄先テナント2階
TEL(0743) 20-7537
FAX(0743) 20-7538



美味しい笑顔、お届けします。

ヨコキョリ

在宅配食&買物代行サービス

大和郡山店

大和郡山市小泉町2728-1
☎(0743) 54-8689



片桐

片桐地区親睦旅行 湯村温泉一泊二日

昨年はコロナまん延のため、中止となりましたが、今年はワクチン接種二回を受けた会員対象に一泊二日の旅行を計画しました。

参加者二十四名、大型バスで一シートひとりと余裕をもった旅行となりました。

片桐農協を八時に出発して三力所からの乗車の後、第

二阪奈く近畿自動車道・阪神高速・舞鶴道と走り、出石に立ち寄り昼食。その後城下町を散策し、次に豊岡の酒造元香住鶴へ。コロナの影響で蔵の見学と試飲はできず各々買物だけで誠に残念。その後二〇一〇年に新しく建設された余部鉄橋（空の駅）を見学し海の景色を満喫しました。

宿泊は夢千代日記の撮影場所である湯村温泉「朝野屋」。着くなり足湯に入り足の疲れをとりました。そして夜は宴会とカラオケで盛り上がりました。二日目はコウノトリの郷を見学して天橋立・文殊堂を参拝して

コロナの影響で行動が制限される中、行き先々で感染予防がしっかりされていて、今振り返るとちょうど感染者が減少した時でタイミング良く、道路の渋滞にもかからず大いに楽しむことができた旅行でした。



全員無事に帰途に着きました。



地区だより

矢田

永源寺と多賀大社へ お参りの旅

コロナ感染「デルタ株」が落ち着き始めた令和三年十一月、泉原町高友クラブ泉寿会の日帰りバス旅行に「二十六人」で泉原町を出発、山々を眺めながら談笑しゲームやクイズを楽しみながら好天の旅。滋賀県東近江市の臨濟宗永源寺派大本山永源寺「湖



2021.11.24 多賀大社にて 泉寿会日帰り旅行

東三山の「一つ」に到着、山モミジが鮮やかに包み込まれた境内を散策。本堂にお参りし、まっ赤な色彩に魅了されました。

昼食は彦根市内で大変おいしい会席料理に舌つづみを打ち、大満足で二コニコ顔、皆さん上機嫌。

その後、滋賀県犬上郡多賀町の多賀大社にお参り、

お伊勢さんの親とも言われ「いざなぎのみこと」を祀る、静かで落ち着いた素晴らしい社殿にお参り延命長寿を祈願し、名物の糸切り餅を食べ、お寺と神社へのお参りの旅を終えて帰路バスの中ではカラオケなどで親睦を深める楽しい一日となりました。



平和

コロナ禍でも 新しい催し物に挑戦

平和地区高友クラブ連合会所属の上三橋老友会の活動を紹介します。

「上三橋ほのぼのサロン」と名付け、発足してからおかげさまで五度目のお正月を迎えることができました。

月一回集まって顔を合わせ、お喋りをするのが一番の楽しみです。年間の行事も一月ぜんさい（写真①）、



写真①

去年十二月には、地元の種苗店の協力でお正月に合わせ「寄せ植え」（写真②）に挑戦し、思った以上の出来栄に皆大満足です。また不要品を持ち寄り、自由に持ち帰ることができ「ほのぼの市」も好評をいただいております。

このコロナ禍に合って、気を遣うことも多いですが、地域の中でのつながりを大切に、誰にも気軽に「来たヨ」と言ってもらって入ってきていただけるようなたのしい「サロン」を目指し、新しいことに挑戦したいと思っております。



写真②

三月のちらし寿司、七月のそうめんなど、季節に合わせた食育行事が多いのが特徴です。その間にウォーキング、健康体操、講演会などを実施。皆でやりたいことを見つけて協力しながら、無理なく楽しむのがモットーです。地域包括支援センターや社会福祉協議会のご指導をいただき、身体を動かしたり、勉強したり、目新しい催し物に挑戦していきま

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

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科・外科
医療法人 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	●	●	●	●	●	●

※木曜午前は11:00まで
休診日/木曜・土曜午後・日曜・祝日
大和郡山市矢田山町59-8 あり
☎(0743) 58-1155 (電話予約可)

循環器科・心臓血管外科・外科・内科
まっ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	○	○	△	△	○	○
予約外来・往診	△	△	△	△	△	△
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○

休診日/日曜・祝日 午前受付は12:30まで
大和郡山市本庄町247-1
☎(0743) 57-0202

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	○	○	○	○	○	○	△

休診日/火曜午後・土曜午後・木曜・日曜・祝日
大和郡山市筒井町1598-1
☎(0743) 59-4146

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	○	○	○	○	○	○	△
午後5:30~8:00	○	○	○	○	○	○	△

休診日/日曜・祝日、火・木・土曜午後
大和郡山市今国府町183-1
☎(0743) 57-1123

森下眼科クリニック

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 3:30~6:30	○	○	○	○	○	○	△

大和郡山市田中町766-1
☎(0743) 51-1123

郡山

第八春秋会の
「いきいき百歳体操」

昨年六月に市地域包括支援センターの紹介で「いきいき百歳体操」を経験させていただき、我が老人会でも取り組もうとまず我が家



で役員さんを集めて体験会を行いました。

今後「健康で介護知らず、他人の手を煩わすことなく長生きできる一つの方法」として役員さんの賛同を得て毎週取り組むことにしました。会場は「老人福祉セ



昭和

みんなで一歩ずつ楽しく
健康づくりの実現にむけて

昨年度も新型コロナウイルスに振り回された一年になってしまい、昭和地区寿クラブの活動もほとんどが中止や延期になってしまいました。しかしこんな状況の中でも、各単位クラブの皆さんの様子を知り、大和郡山市や奈良県からの情報を伝えることを大切にするため、定例会は中止することなく続けてきました。

大きな活動としてはグラウンドゴルフ大会を開催し、たくさんの笑顔に元気をもらいました。また、ペタンクも三年目を迎え、参

加者や活動場所、練習回数も増えていきます。コロナ禍にありますが、健康を保つ一助になると考えて活動を模索しています。

この二月からは、アンケートがきっかけとなり、買い物支援ネットワーク事業が立ち上がり、毎週木曜日に昭和地区公民館と額田部北町運動公園に、移動販売車が行ってくるようになりました。自宅近くで野菜、果物、鮮魚などの買い物ができるようになったことにより、日頃の買い物に不便を感じておられた方々の悩

みが少し解消されました。免許返納や自転車での移動困難など、生活面で不便を感じておられた方々が、自宅近くで買い物ができるようになり、そしてその場で交流やふれあいができることは、一人ひとりの心身の健康につながり、安心安全な町づくりにも繋がっていくことになるのだと確信しています。

人生百年と言われる時代、いつまでも健康でいられるようにと願い、昭和地区に住むすべての人々が自分の住む地域はステキな地域だと言えるよう、微力ながら昭和地区寿クラブの活動を行っています。

筒井

コロナの合間のバスツアー



ここ二年近くほとんどの行事ができず暗く悩んでいました。

昨年十月の定例会で今コロナが減少し、少し安定時期と感じて急いでバスツアーの企画をして実行しました。十一月二十六日、滋賀県永源寺方面に観光と食事に行きました。急いで企画したにも

かわらず二十七名の方々の参加がありました。本当によく参加していただいたと思います。

当日は、快晴で紅葉は少し遅かったかな。しかし、皆さまはコロナに気を遣いながらも、明るく楽しそうにされていました。石階段では、会員同士助け合いながら登っていました。

食事もおいしく楽しそうに、静かに気を遣いながら食していました。こんな時期に本当にツアーができて良かったです。コロナの谷間の楽しいひとときでした。

治道

ほのぼのサロン・一日奉仕



今年も私たちの憩いの場所、高瀬川公園、そして稲荷大明神の清掃や草木剪定を実施しました。コロナ禍でどこもなく心の落ち着かない中、一つの行事を実施できたことは、それなりに大きな喜びとなりました。



しかし、総会・新年会・親睦旅行などが中止となり、会員間の交流の機会も少なくなり、寂しい思いをしています。そして、役員

の交替もあり、行事のノウハウの継承への危惧もあります。

そんな中、四月上旬には花見の会をできればやりたいと思ひ、計画をスタートさせました。実施かどうかの判断は難しいかもしれせん。状況が好転し、楽しい雰囲気の中、にぎやかにできればと願っております。

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

ご注文は今すぐ！ 広告番号5050

■お電話でのお申込みはこちら【受付時間：8時～18時】

☎0120-2-12340

■FAXでのお申し込みはこちら【受付時間：24時間】

☎0120-017-269

●商品は、ご注文後一週間前までお届けいたします。●商品代金は、コンビニ・郵便振替（商品到着後7日以内）、代金引換、各種クレジットカード（手数料無料）但し、当社指定により、代金引換、クレジットカード払いの場合あり。●返品は、未開封に限り商品到着後8日以内であれば承ります（送料、返送料はお客様負担）。

【お客様の個人情報について】お客様からお預かりした個人情報は、商品のお届け・お支払い、当社よりのご案内・お知らせ等に利用させていただきます。当社の政策を管理の元と保護し、ご本人様の同意なしに第三者提供はいたしませんのでご安心ください。

中野BC株式会社
(Biochemical Creation)
〒642-0034 和歌山県海南市原白758-45

読者様キャンペーン！『梅は三毒を断つ！』

（梅真珠）155粒入り

3,240円

1日あたりたったの100円！

梅専門企業8年の研究成果

製法特許「梅だけ」使用だから安心！

更に限定プレゼント！

全員ハッキリ大きく見える！

全員約10%増量！

全員シニアクラス

モンドセレクション
金賞受賞！

8年連続

血液検査
疲れ
ない！よく眠れる！

風邪
を引かなくなった！

レモンのクエン酸
6倍

レタスの食物繊維
20倍

本場紀州
南高梅100%

梅真珠

健康食品

通販限定
梅エキス100%

（155粒・1ヶ月分）

会員文芸

俳句

◆矢田山町「東・西長寿会」「俳寿会」

一輪の水仙挿したり旅の宿
月冴える影踏みて行く靴の音

清家 秀秋

霊山の冬日静かな奥の院
しんしんと冬満月の広がりて

河岸とき子

日溜りや枯葉に子犬戯れて
初硯心静かに夢一字

松島 昌子

三輪を背に柏手一つ鍬始め
神の火の麗しきかなお山焼く

大北 夏美

雪の夜手酌楽しき鍋つつく
八つ手咲く日陰の庭に日差し伸ぶ

沖津 美子



枯芝の炎の風は古都覆い
晩秋の真澄の池に鯉はねて

川村 信子

風を呼ぶ母校のラグビー花園へ
枯葉舞ふ心に弾むセレナーデ

立山 生一

風に舞ふ鷹や落暉の鹿島槍
凍て土を踏みて閻魔を覗き見る

西廬 隆

◆筒井地区北垣内白寿会

冷へる部屋そそくこと用済ませ出ず
鎮守の森ひそと咲き出る白椿
寒緩み行き交ふ人軽やかに

西田眞希子

◆矢田地区千日俳句会

探梅や里山訪ね終日
小さな手ままごとに摘むげんげかな
独り居に救急車着く秋暑し

有川千恵子



磯の香の重たき舟やおおき採り
牡丹餅の手はちきれて彼岸入り
秋祭り提灯に浮く山車絵巻

江口 博志

畝立てて一日暮れたり種袋
蟬生れしこの世の余生謳歌せり
新そばの鼻孔に抜きし香りかな

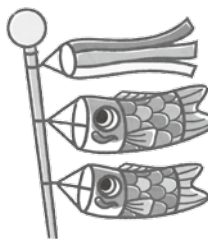
遠藤 歳夫

菌去れと青竹爆ぜる大とんど
元氣かと幼友より伊勢若布
諸ひとつ総裁選の記事の上

鈴木 敬傳

川沿いは句を捻るみち花辛夷
紫蘇揉んで鏡の中に赤き鼻
石仏の肩より覗く曼殊沙華

原 勝彦



◆片桐地区小泉市場明星会

軒燕家族をあんじ御挨拶
朝焼けに鴨が群なす浮見堂
梅匂う九頭宮で願ひ込

川本 正信



歌碑巡り山辺の道に若杜
稲刈の棚田に映える彼岸花
数椿深紅に咲きて季を告げ

川本 恵子

梅香り寺の静けさ庚申堂

富岡三千代

広き世の病魔はびこる春霞
おなじみの顔が揃いて草むしり
啓蟄や鉋一丁を担ぎ出し

松尾 清朝

短歌

◆片桐地区小泉西方長寿会

盛り砂に旦の光さす御社の千木は
堂堂天を動かさず
池の辺に眠れる猫風に舞ふ
木の葉と遊べ心ゆくまで
父母も夫も暮らしし露の家
古き柱に思ひが蘇る

藤井 尚子

◆片桐地区小泉市場明星会

笑顔まぶし春ウララかな山の峰
曾孫のしぐさ家中なごむ
歌舞伎見て謡いのかげに役者あり
海老蔵あつぱれ観進帳

川本 恵子

富岡三千代

川柳

◆平和地区稗田福寿会

案山子だと思つていたが話出し

上田 周治

◆筒井地区北垣内白寿会

初成人祝い気になる孫五人
マスク顔見分けむつかし通学路

川西 健一

◆片桐地区小泉市場明星会

朝寝坊息をしてるか確かめる
目には蚊を耳には蟬を飼っている

川本 正信

次の世はきつと掴むぞ玉の輿
成るならば十九の春に戻りたい
夕餉どき隣家において飯二杯

川本 恵子

鳥が鳴き空に舞い散る花ふぶき

富岡三千代



楽しい五行歌

◆昭和地区楽しい五行歌クラブ

昔のまんまの
ひとだった
隣に座ると
やっぱりどきどきした
七〇歳の同窓会
ドライブインにバス着いた
トイレに真つ先飛び込んだ
始めチヨロチヨロチヨロチヨロ
終わりチヨロチヨロチヨロまだ切れぬ
「おーいバス出るぞ」
大階段一面に
豪華なお雛様微笑む
ここは郡山旧遊郭跡
女の悲しみ知らずや
歓声頻り

植田 豊一

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

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
「安心して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/

緑茶がもたらす
効果と効能
リラックス効果
リラックス時に出現する脳
波の一種である、α波が
テアニンを摂取した時に
も発生するそうです。

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(0743) 56-0301
FAX(0743) 96-3301

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

鎮 静

高山 仁

清吟夜
煮茶

廣田 真一

やゝおどろおどろ

昭和地区 額田部北町
田中 育代

巧遅は
拙速に
いかず

江口 博志

堪 忍

浮田伊津子

花

三野 敬子

書 道

会員作品

片桐地区 小泉市場明星会
川本 恵子

切り絵

昭和地区 池沢町寿クラブ
森田 勝之

第十回県老連
健康ウォークラリー大会
in 斑鳩町
年輪会佐保川クラブ
優勝報告

令和三年十一月十三日、第十回県老連ウォークラリー大会が斑鳩町で開催されました。奈良県内から四十九チーム、四人一組一六名が参加しました。世界遺産の法隆寺や斑鳩神社・藤ノ木古墳など東京オリンピック聖火リレーの道約六kmの変化に富んだコースを歩きました。

途中、じゃんけん・輪投げ・グラウンドゴルフ・観察クイズを楽しみながら、最後に秘密の所要タイムの得点が加算され思いがけず私たちのチームが優勝と発表されました。

コース途中には、斑鳩町老連の方々が道案内に辻々に立って暖かい声をかけてくださり、足が軽く笑顔になりました。

私たち年輪会では、毎月のハイキング・カラオケ・民謡踊り。今年からはマージャン・いきいき百歳体操も始まり、地域で仲良く元気に歳を重ねたいと思っています。

Congratulations

◎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

編集後記

今期もオミクロン株が猛威をふるった感染の広がりで事業もほとんどが中止に追い込まれました。

悪疫退散アマビエさまに祈念しましたが願ひ届かず。ワクチン三回接種が一番効果があるとのこと、私ごと一回目と二回目はファイザー三回目にはモデルナの接種を受けました。

接種の左手は痛くて痛くて寝返りさえできず熱は三十七度四分ですが、十年以来熱を出したことはなく、唇の薄皮はむける大げさに大変でした。丸一昼夜でけろり。

博報社・会員の方々のおかげで休刊にもち込むことなく紙面を作品でうめつくされました。すばらしい作品を末永く提供いただけますようお願い申し上げます。

(副会長 黒飛 文子)

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

葬式 花水木会館

— もしものときは…24時間すばやく対応 —

☎ 0120-45-3548

株式会社 三公社

九条町739-5 ☎ (0743) 53-0858

～御葬儀一式・寝台車～

まごころ御葬儀

(有)ナカナガ葬祭

☎ 0120-06-8844

大和郡山市筒井町1069-45

TEL (0743) 56-8844

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

大和郡山市田中町748-1 (大和中央道東入ルスグ)

☎ 0120-55-1758 ☎ 0743-55-1812

TEL (0743) 55-1758

知ってるようで知らない日本語

「玉を転がす」ような声

—どんな音がするの?

高く澄んで美しい声のことです。この「玉」は、球形に磨かれた宝石や真珠のこと。宝石がキラキラと流れるように回転するときのように美しいということ。

ほぞをかむ

—どこをかむのか?

ほぞを噛むの「ほぞ」はヘソのこと。自分で自分のヘソを噛むのは不可能であるように、取り返しのつかないことをして後悔している気持ちを「臍を噛む思い」などと言います。

会 員 作 品

絵手紙



郡山地区 郡山北城北錦寿会
白石眞璃子



桜
郡山地区 郡山北第八春秋会 井上 和夫



斑鳩の春
矢田地区 矢田山町東長寿会
山本 幸子

写真

手芸



郡山地区 郡山北城北錦寿会
小泉 操子



池の島の白鷺
治道地区 横田第二寿会 仲井 敏夫



奈良公園鹿苑で本日生まれた
鹿の赤ちゃんが自分の足で立ちました
平和地区 第一年輪会 神本 雄司

陶芸



小皿いろいろ
矢田地区 矢田山町東長寿会
植田 政司



桜花見催し物
治道地区 横田第二寿会 奥村 照雄



坂本にて
片桐地区 河原同好会 小高 亨

陶芸



法隆寺五重塔高さ39cm
矢田地区 千日町寿会
遠藤 歳夫



トールペイント 炎の椅子
矢田地区 矢田山町東長寿会
大和谷 相子



木工工芸
治道地区 伊豆七条町寿会
森村 栄子

工芸作品



ひょうたん工芸
治道地区 横田第三寿会
仲井 好幸



木工工芸
矢田地区 矢田山町東長寿会
文栄 信也

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 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** 48床 併設
☎(0743) 56-8000
<https://www.seiran.or.jp/>

●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 FAX 87-9158

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
軽減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 FAX 53-8225

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 **フリーアクセス** 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 FAX 59-0005

家族葬、一般葬なら
風の杜ホール
事前相談
ホール見学 受付中
☎0120-26-1145
平和:大和郡山市美濃庄町 170-1
矢田:大和郡山市城町 1146
大協 株式会社

各宗墓碑・墓地御案内・建築石材一式
大石石材工業(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
www.oishisekizai-nara.co.jp