

2023/6 第102号

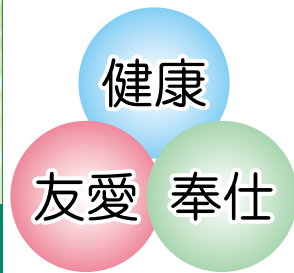
草津市老人クラブ連合会 広報紙

老人クラブの三大運動



# 老ク連 くさつ

きりり~KiRiRi~



発行 者：草津市老人クラブ連合会 広報部会 / 草津市追分7丁目11番1号 TEL.516-0350  
編集協力：株式会社 博報社 / 大阪市平野区喜連西4丁目6番69号 TEL.06-6797-0212

## 令和5年度 草津市老ク連 総会を開催



4月27日(木)、令和5年度草津市老人クラブ連合会総会ならびに指導者・友愛講習会(記事は4面を参照)がロクハ荘大広間にて開催されました。望月理事の司会のもと、会員物故者への黙とう、君が代の斉唱、草津市民憲章の朗読が行われた後、末下会長が登壇し、令和4年度を総括するとともに、さらなる老人クラブの発展を願いました。

### 令和5年度 本部役員名簿

役職名	氏名	学区
会長	木村 清	山田
副会長	柴田 弘三	矢倉
会計	今居 功	老上
理事	野田 和男	草津
理事	倉田 正一	渋川
理事	望月 雅治	笠縫
理事 体育部長	山本 巡	笠縫
理事 広報部長	村田 高三	渋川
監事	斉戸 猛	矢倉
監事	和泉 紘司	老上

次に、来賓を代表して 辻川草津市副市長、横江草津市議会副議長から祝辞を、大田ロクハ荘所長からは激励のことばをいただきました。

その後、会則の一部改正についての報告があり承認され、議事へと移行。矢倉学区の水谷努さんが議長に選出され、以下の各議案が審議されました。

令和4年度事業報告  
令和4年度決算報告  
令和4年度監査報告  
新役員承認 新会長挨拶  
令和5年度活動方針(案)  
令和5年度事業計画(案)  
令和5年度会計予算(案)

いずれも賛成多数の挙手により承認され、最後に木村清新会長が新年度の決意を表明し、総会は滞りなく終了しました。



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています




このたび、皆さまのご  
 推挙をいただき、図らず  
 も末下信哉前会長の後を受け継ぎ、草津市  
 老人クラブ連合会会長に就任いたしました  
 木村清でございます。若輩者で浅学非才の  
 身ではありますが、さらなる発展を目指し  
 尽力してまいりますので、皆さま方のご指  
 導、ご協力をよろしくお願いいたします。  
 さて、草津市はまだまだ若いまちではあ  
 りますが、やがて高齢者が人口の25パーセ  
 ントを超え、人生100年時代を迎えよう  
 とする社会にあつて、すべての高齢者が楽  
 しく豊かに、生きがいをもって暮らしてい  
 くために、健康で自立し、支え合いながら、  
 これまで培ってきた知恵と経験を、住みよ  
 いまちづくりに生かしていくことが大切で  
 あります。そのためにも、老人クラブの活  
 動をより充実していく必要があると考えて  
 います。  
 しかし、老人クラブは会員の減少や高齢  
 化、役員のなり手不足などの問題を抱えて  
 います。今後、老人クラブの活動を活性化  
 し、会員の増加と若返りを図り、地域社会  
 に貢献できる老人クラブでありたいと思っ  
 ています。  
 どうか、会員の皆さま方の絶大なるご協  
 力をよろしくお願いいたします。

令和5年度 事業計画

月 日	事 業	会 場
4月27日(木)	令和5年度 総会、指導者・友愛講習会	ロクハ荘
7月 7日(金)	グラウンドゴルフ大会(予備日:13日(木))	野村グラウンド
10月 6日(金)	健康フェスティバル	野村グラウンド
11月	高齢者福祉大会	
未 定	会員親睦旅行	行き先未定
毎月 第3水曜日	きりりウォーキング(ポールウォーク) ～笑って歩いて健康づくり～	ロクハ公園
	きりり事業～笑って笑って健康づくり～	
毎月 第1水曜日	理事会	
随 時	各種事業・研修会	
年間2回	広報誌「老ク連くさつ」発行	
随 時	「きりり通信」発行	

- 県老ク連事業 (令和5年4月1日現在)  
 11月22日(水) 滋賀県老人クラブ大会 / 栗東文化芸術会館「さくら」中ホール  
 2月26日(月) 高齢者相互支援活動研修会 / 長寿社会福祉センター大教室
- 学区活動事業・加入促進事業(老人クラブ以外の方も誘い合みましょう)  
 健康ウォーキング日程  
 (草津…5/19・11/24、山田…6/30、老上…11/15、  
 渋川…1月初旬、矢倉…未定、笠縫…未定)
- 単位クラブ活動事業  
 全国社会奉仕日/9月20日を中心に実施、友愛募金活動/10月1日～

専門部役員名簿

☆体育部 ※太字は部長

氏 名	学 区
山本 巡	笠 縫
村田 重治	草 津
北川 和男	渋 川
小林 正達	矢 倉
岡 昭男	老 上
橋本 繁弘	山 田

☆広報部 ※太字は部長

氏 名	学 区
村田 高三	渋 川
田中 正治	草 津
黒川 敬三	矢 倉
草川 良男	老 上
中島 清明	山 田
山本 三郎	笠 縫

☆女性部

氏 名	学 区
中村 央子	渋 川
太田 禮子	矢 倉
植西 小雪	山 田

(令和5年4月1日現在)

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

### 令和5年度 学区別単位クラブ一覧

草津学区 7クラブ 162人				老上老ク連 2クラブ 112人		
単位クラブ名	会長名	会員数	単位クラブ名	会長名	会員数	
上東町老人クラブ楽遊会	北島 忠典	12	悠鳩会	今居 功	32	
砂原町なかよし会	田中 正治	59	矢橋帰帆クラブ寿会	岡本 良彦	80	
元一福寿会	島本 幸太郎	18	会長 今居 功	体育部長 岡 昭男		
元二永寿会	池田 良彦	23	副会長 岡本 良彦	広報部長 草川 良男		
元町みよご会	野田 和男	13	山田学区 13クラブ 576人			
本四共寿会	橋村 英郎	25	単位クラブ名	会長名	会員数	
キリリ草津	木村 兼久	12	北山田町一部いきいき健幸クラブ	横江 廣康	30	
会長 野田 和男	体育部長 村田 重治		北山田町二部いきいき健幸クラブ	横江 清隆	40	
副会長 橋村 英郎	広報部長 田中 正治		北山田町三部いきいき健幸クラブ	中島 清明	30	
澁川学区 2クラブ 80人			五条町老人クラブ寿会	平井 善次	41	
単位クラブ名	会長名	会員数	山田町老人クラブ八千代会	岸本 昭雄	70	
澁川北楽寿会	倉田 正一	47	南山田町老人会第一クラブ	橋本 繁弘	31	
澁川南かがやきクラブ	末下 信哉	33	南山田町老人会第二クラブ	馬場 均	48	
会長 倉田 正一	体育部長 北川 和男		南山田町老人会第三クラブ	駒井 光男	46	
副会長 末下 信哉	広報部長 村田 高三		不動浜福寿会	久泉 次郎	62	
副会長 中村 央子	女性部長 中村 央子		木川いこいの会	木村 清	79	
矢倉学区 8クラブ 248人			陽ノ丘老人クラブ	植西 小雪	20	
単位クラブ名	会長名	会員数	出屋敷老人クラブ親愛会	国松 幸男	48	
矢倉第一老人クラブ	中村 和子	30	新田町ほほえみ会	須佐美 正二	31	
矢倉第二老人クラブ	種村 勝	30	会長 木村 清	体育部長 橋本 繁弘		
矢倉第三老人クラブ	小林 正達	30	副会長 岸本 昭雄	広報部長 中島 清明		
大塚団地桜クラブ	服部 善夫	30	副会長 植西 小雪	女性部長 植西 小雪		
三楽長生老人クラブ	水谷 努	30	笠縫学区 4クラブ 118人			
室寿会老人クラブ	太田 禮子	30	単位クラブ名	会長名	会員数	
馬池かがやきクラブ	柴田 弘三	36	上笠第二老人クラブ(寿楽会)	山本 三郎	20	
玄甫壮寿会	長山 孝	32	上笠第三老人クラブ(むつみ会)	奥村 國男	43	
会長 柴田 弘三	体育部長 小林 正達		野村きらく会	伊吹 美賀子	21	
副会長 種村 勝	広報部長 黒川 敬三		松原シニアクラブ	望月 雅治	34	
副会長 中村 和子	女性部長 太田 禮子		会長 望月 雅治	体育部長 山本 巡		
(4月1日現在 / 37クラブ・1,326人)			副会長 伊吹 美賀子	広報部長 山本 三郎		
			きりり			きりり

令和5年度も草津市老人クラブ連合会をよろしく願っています。

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--



令和5年度草津市老ク連総会の後、指導者・友愛講習会が行われ、社会医療法人誠光会・淡海ふれあい病院リハビリテーション科の遠藤雄之氏（作業療法士・認知症ケア専門士）を招いて、『認知症を予防しよう!!』と題した講演を行っていただきました。

認知症とは、病名ではなく様態の総称であり、「一度正常に達した認知機能が後天的

な脳の障害によって持続的に低下し、日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態をいい、それが意識障害によらないもの」とされ、2040年には65歳以上の日本人のうち3〜4人に1人になると言われています。

認知症には、



最後は全員で体操をしました

①アルツハイマー型認知症  
 ②脳血管性認知症  
 ③レビー小体型認知症  
 ④前頭側頭型認知症

の4つのタイプに分けられ、記憶が曖昧になったり、時間や場所、人物を認識できなくなったり、言語機能の障害などさまざまな症状が出てきます。また、気分が落ち込んだり、物事への意欲が低下することなどで、さらに症状を悪化させる場合が多いと言われています。

要因として、肥満・糖尿病・高血圧・難聴・頭部外傷・喫煙・大気汚染・運動不足・抑うつ・過剰飲酒・社会的孤立・教育歴などが挙げられますが、「運動」「知的運動」「コミュニケーション」の3つの習慣を心がけて生活することで、自然とリスク要因に対応でき、認知症の予防につながります。

また、椅子に座ってできる運動や両手でじゃんけんをする頭の体操も認知症予防に有効で、最後は遠藤先生指導のもと、参加者全員で簡単な体操を行って、講習会は終了しました。

## 元気な老人クラブの新しい仲間を紹介します!

### ▼渋川学区 南かがやきクラブ

入会してくれてうれしいです！  
 うれしいことがあるのを、待っていました。おかげで長生きできそうです。  
 （野瀬 清雄）



北川 義洋さん



榮永 都さん



北川 ひろ子さん



北川 テル子さん

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

**高齢期をいきいき元気に生きるには？**  
**健康法や日々心がけていること、趣味など**  
**ありがたいメッセージをいただきました！**



**すべてに感謝**

田中 正治さん(草津学区)



私は今年2月に満80歳となりました。そして80歳にして決意を強く持つようになり、人生100年時代を生き抜く力を老人クラブで学び、得ようと考えました。老人クラブの三大運動である「健康・友愛・奉仕」を実践することこそが、唯一100歳への健康長寿の道と確信しました。

早起き、健康食、仲間との楽しい出会い、そして与えられた課題を最後までやり遂げ、そして挑戦する。長く楽しく歩み続けます。

**いつまでも元気で**

北川 征子さん(渋川学区)



渋川老人クラブに入会させていただき、1週間に2回のグラウンドゴルフと1回のカラオケクラブに参加しています。どれもなかなか上達はしません。皆さんの輪の中で楽しませていただいています。

また、老化防止になればと、自宅付近の方とともに生け花とお茶の稽古を続けております。健康でいられることに感謝し、地域の方々の交流を大切にしていきたいと思っています。

**こんな近くに大きな野鳥が**

黒川 敬三さん(天倉学区)



2年前の年の暮れに東海道筋、井上医院横の伯母川に「ゴイサギ(?)」と思われる鳥が、手の届くくらいの石垣の木に寂しそうにとまっていた。半月あまり後に橋の上から覗いてみたら、同じ所にいたのでスマホで撮影。今年2月はじめ頃に覗いてみたら、鳥の姿はもうなかった。ところが3月中頃、伯母川の4〜500メートル上流の石垣の草の根元にこの鳥がいた。そして数日後、その場所に鳥の姿はなかった。

**頑張ろう、昔青年諸君!!**

林 和臣さん(老上老ク連)



26歳・万博の年に「血糖値がプラスです、精密検査を受けてください」と言われ、それから53年、今も3カ月に1度検査を継続中です。元氣そうに見えることの発端はここにある。その時の驚きの医師の説明「糖尿病になると目が見えなくなり、足を切るようになるよ」と。とんでもないことだ。

「運動をしながら」「歩きなさい」この言葉が薬となり、今も日々実践している途中で

**朝食は健康の秘訣**

橋本 繁弘さん(山田学区)



健康を維持するには、毎朝の食事を欠かさずしっかりと摂ることが重要であると思っています。朝食を必ず摂ることで1日の体力を維持でき、病気になる健康な体をつくることのできると思っています。

朝食を摂らずコーヒー一杯で仕事に出かけ、お昼まで何も口にしないような不摂生を続けていると、必ず病気を引き起こすと思います。これからも朝食は欠かさず摂り、健康な体を維持したいと思います。

**リハビリと運動で健康長寿**

山本 三郎さん(笠縫学区)



私は75歳です。昨年、左膝の人工関節手術を受けました。入院時および退院後、もリハビリを受け、その後1年以上経過した今でも、毎日40分程度リハビリや体操を行っており、加えて毎日30分程度の散歩を欠かしません。1日7000歩を目標にしています。

楽しみは、月に2回程度「ゴルフに行くこと」です。スコアは大きいですが、ゴルフができるだけで幸福です。

# きりり活動あれこれ

## 草津学区

### 昔からある遊びを楽しもう！

草津小学校では、新型コロナウイルス感染症拡大で3年間延期されていた事業「昔からある遊びを楽しもう」が1月30日(月)に開催されました。当日は草津学区老ク連から12人の男女会員が参加しました。

お手玉、あやとり、おはじき、けん玉、こま、竹とんぼなど、昔のおもちゃで子どもたちの手を取りながら楽しく遊びました。伝承遊びを再度やりたいという気持ちが、昔のものを愛する心の豊かさにつながればと思います。



## 草津学区

### 広報部員紹介 『利他の心』で精進

私の老人クラブ歴は70代前半からです。人生50年、父の創った家業自営業をひたすら守り続けてまいりました。腕力だけが頼りの田舎者です。広報活動をするようなセンスも顔もしておりません。

このたび、野田和男会長よりご指名をいただき、皆さまのお力を借りながら責任を果たす所存です。好きな言葉は『利他の心』です。

(広報部 田中 正治)

## 渋川学区

### 伊砂砂神社の清掃奉仕作業を実施



4月23日(日)、午前9時から渋川老ク連は氏子総代の皆さまと二手に分かれて、伊砂砂神社の清掃作業を開始。境内はちょうど木々が若葉と入れ替わる時期で、落ち葉がいっぱいでした。

北楽寿会20人、南かがやきクラブ15人の皆さま、ご協力ありがとうございました。ご苦労さまでした。

(渋川学区 中村 隆)

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

# きりり活動あれこれ

4月6日(木)、彦根城屋形船によるお堀めぐりと彦根城博物館見学など、渋川学区としての研修旅行を実施しました。

北楽寿会23人、南かがやきクラブ12人の総勢35人で大型バスに乗り出発、当日は天候が危うく、お花見も期待できないと思いましたが、どうにか帰りまでもつ

てくれました。

事務局のご尽力で、とても楽しい1日を過ごすことができました。参加された皆さん、おつかれさまでした。

(渋川学区 徳井 泉二)



渋川老ク連 2023年春の研修旅行(彦根城) 2023/4/7<金>

## 渋川学区 春の研修旅行彦根城を訪ねて



## 渋川学区 令和5年度第16回カラオケ交流発表会

2月28日(火)、第16回目となるカラオケ交流発表会を北会館で2年ぶりに実施しました。今回はコロナのせいか、参加人数が少なく11人でした。

舞台は前回よりも少し控えめにして、スピーカーやテレビを増設し、良い音響の中で楽し

しく歌える会場にでき上がりました。時間に余裕もあつたので1人3曲歌えて、楽しい1日を過ごすことができました。

北町カラオケクラブは、毎週火曜日の午後1時から4時まで練習しています。コロナ対策としてマイクカバーや常時換気を行っています。カラオケ機器はリースし、常に最新版です。気軽に見に来てください。

(北町カラオケクラブ 倉田 正二)

# スローピング運動の効能

スローピング運動とは「傾斜を利用した健康運動」です。

スローピングは、「坂道健康法」ともいわれ、効率を高めるために階段や坂道を利用する方法です。普通のウォーキングの2~3倍の効果があるといわれています。単純明快な健康運動法ですが、心肺機能の強化をしながら体内脂肪の燃焼を促進する効果もあり、続けることで足腰の筋肉がしっかりしてきます。また、基礎代謝を高め、生活習慣病などの予防にも効果があるとされています。



私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

# きりり活動あれこれ

## 矢倉学区

### 矢倉こども園児と凧揚げに挑戦!

1月11日(水)、晴天の寒い運動場へ園児たちと老ク連のおいしいちゃん、そして先生が集合し、あいさつの後、3〜4人ずつに分かれ、手づくりの凧などの凧糸をひいて園児が走り出しました。お店でくれるポリ袋の両端に凧糸を結びつけ、引張って走る園児たち。空高く揚がった連凧、何度もくるりと回って落ちる凧、引き

きずり回される凧…寒さを忘れて走り回る園児たちと手助けする老ク連のおいしいちゃんたち、あつという間の楽しい1時間でした。



## 矢倉学区

### 矢倉小学校1年生と昔あそび体験

矢倉小学校体育館にて、少しあどけなさの残った小学1年生の児童87人が10班に分かれ、お手玉やメンコ、コマ回し、けん玉など「昔

のあそび」を体験、昔の遊技や勝負事に1時間半ほどの間、館内をはしゃぎ回っていました。

児童たちはそれぞれ技量の取り込みには差があるものの、5〜6分もすればほとんどの児童がマスターしていました。一方、教える側のおいしいちゃん、おばあちゃんたちは、けん玉やコマ回しなどに戸惑っている様子でした。



## 矢倉学区

### 小学生たちと苗植え体験を実施



6月1日(水)、矢倉小学校3年生の児童77人と、夏の花々の苗植え体験をしました。この企画は地域住民と

学校のつながりを深め、地

域ぐるみで児童を見守る活動の一環として、約10年前から行われており、この日は苗ポットに入れたサルビアとマリーゴールド合計約120株を用意し、学校ポランテアの皆さん、矢倉学区老人クラブのメンバーが丁寧に教えながら、児童たちと一緒に心を込めて植えていきました。

なお、当日の様子は京都新聞にも取り上げられました。

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--



# きりり活動あれこれ

## 老上老ク連

### 老上老ク連の活動状況について



老上老ク連は、単位クラブ数も会員数も少なくなりましたが、各単位クラブが協力し合って交流を図っています。

昨年度は二ユースポーツのポッチャを体験し、交流試合を行いました。チームワークも良く、楽しいものとなりました。学区でのウォーキングも毎年開催し、学区内外

## 老上老ク連

### 広報部員紹介 経過と今後の取り組み



コロナ禍において体調管理に不安な毎日が続いていました。地区の老人クラブよりグラウンドゴルフの誘いを受けて入会したのをきっかけに、以後はお墓の清掃や公園の草刈りなどの奉仕作業、また、お楽しみ会バス旅行などに参加し、充実した毎日を1年間過ごすことができました。おかげさまで体調も良くなり、毎日1万歩歩くように心がけています。

今後は老上老ク連の役員として、問題を抱えている各クラブの会員減少化を防ぐための取り組みを行います。(広報部 草川 良男)



の名跡に限らず、あまり知られていない場所を説明を受けながら訪れるなど、学びながら楽しくウォーキングできるようにしています。



今年1月には矢橋の鞭崎神社まで歩き、矢橋帰帆クラブが作成された奉納図を見、説明を受けました。

## 「老ク連くさつ」101号 ナンプレの答え合わせ

6	5	8	1	3	9	2	4	7
1	4	2	5	6	7	9	3	8
3	7	9	2	4	8	6	1	5
2	3	1	8	7	4	5	6	9
5	9	7	3	1	6	4	8	2
4	8	6	9	5	2	3	7	1
9	1	5	6	8	3	7	2	4
7	2	3	4	9	1	8	5	6
8	6	4	7	2	5	1	9	3

※11ページにクロスワードパズルがあります。ぜひ挑戦してください。

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--	--

# きりり活動あれこれ

## 笠縫学区

### 笠縫上二老人会の紹介

笠縫上二老人会は、3町内会の会員で大部分を占めています。特別に他の町内の方も入会していただいています。

活動内容は、毎月1回の定例会として座山会形式でやっています。次に、グラウンドゴルフを毎週1回2ゲーム程度行っており、会費を別途もらっているのが賞品を出しています。他にも、いきいき100歳体操を指導者のもとで毎週行っています。



## 笠縫学区

### 広報部員紹介 広報部員になって

今回、初めて老人クラブの会長を受けました。私は現在75歳で、会員の皆さんは私より年上です。一番若い私がリードしているか心配です。

老人クラブは年々人数が減ってきています。新しく入会していただく方は少ないです。どうすれば会員数を増やせるか？これが今後の老人クラブの存亡に大きく関わってくると思っています。

(広報部 山本 三郎)

## 山田学区

### 境内で楽しむグラウンド・ゴルフ

わが「五条町老人クラブ寿会」のメンバーが、八幡宮境内を活かしたコースで毎週火曜と土曜の週2回、グラウンド・ゴルフを楽しんでいます。コロナの影響で数人に減ったメンバーも10人以上と増



えました。小鳥たちの鳴き声を聞いて、木漏れ日を浴びながらのプレーは格別です。たびたび聞こえてくるホールインワンの歓声も、都会の喧騒とは違った心地よさを感じます。  
(五条町老人クラブ寿会  
平井 善次)

## 山田学区

### 広報部員紹介 原稿依頼時の心がけ

広報部員として2年が経過しました。その間、私の原稿も含め合計24通の原稿をいただきました。しかし、依頼時の説明不足により2名の方には返却せざるを得ない

結果となり、反省と申し訳なきでいっばいです。

今後は、お願いする原稿の主旨と字数を正確にお伝えし、せっかくの原稿をお返しすることがないよう心がけます。

(広報部 中島 清明)

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています

--	--	--

### きりりウォークで健康長寿を楽しみましょう!



～毎月第3水曜日に開催!～

- ・参加費300円(飴、ドリンク、指導料込み)
- ・ポールの貸出500円
- ・高野元男先生のストレッチ・ウォーク指導
- ・田中修三さんのハーモニカ演奏もあります



「お願い」  
 不要になった毛糸  
 がありましたら、老人クラブへ分けていただけませんか?  
 会長を通じて事務局までお願いします。

「お願い」  
 不要になった毛糸  
 がありましたら、老人クラブへ分けていただけませんか?  
 会長を通じて事務局までお願いします。

かわいい苔玉を発見!  
 皆さんも挑戦してみませんか?



## クロスワードパズルに挑戦!

### ↓ タテのカギ

- 雌の馬と雄のロバの合いの子
- 外で食べること
- もちをさまざまな具と共に煮た汁物
- 空き缶・ペットボトル・紙類など、再利用が可能な廃棄物
- 東京都が経営・管理すること。〇〇〇バスや〇〇〇地下鉄などがあります
- 慣用句。「キツネとタヌキの〇〇〇〇〇」
- レモンや梅干しに多く含まれる、すっぱい味がする酸味成分
- 聖職者。カトリック教会では司教の下位
- 必要以上に自分をいやしめること
- 肉食動物の上下のあごにある、するどく尖ったじょうぶな歯

### → ヨコのカギ

- 加齢などにより、色素が落ちた髪を染める薬剤
- つゆの長雨。〇〇〇前線
- バラやサボテンなどに生えている、固くとがった部分
- 歯ぐきに炎症がある状態
- 特定の部分。「問題の〇〇〇」「修正〇〇〇」
- イギリスやアメリカなどで広く使われている言語
- 製造の前にテストとして作るもの
- 1986年発売の美空ひばりの名曲といえば「〇〇燦燦」
- 「〇〇〇も眠る丑三つ時」
- 両手・両足を地につけてはうこと

◎問題 タテとヨコのカギを解いて、A B C D E F に入ることばを見つけてください。

1	2	3	4			5
	6				7	
8		9		10		
11	12			13		
14			15			
16			17		18	
		19				

正解が分かった方は、解答を記入した用紙を事務局までFAXしていただくかご持参ください。

応募の締切は令和5年8月末日です。

どしどしご応募ください!

事務局だより

# 令和5年度 お花あそび教室

## 県老ク連より出前講座いたします!

所要時間：1時間半～2時間  
参加費：材料費の半額程度(半額は県老ク連が負担します)  
定員：10～20名程度(応相談)  
場所：ご準備いただいた場所へ出張します!  
お問い合わせ：草津市老ク連事務局 ☎077-516-0350

**\* 予算・人数・時間なども気軽にご相談ください!**



しめ縄 100個限定  
参加費：1,100円

しめ縄のデザインは昨年と変わります。お楽しみに!



フレームアレンジメント  
100個限定  
参加費：1,400円



つまみ細工 100個限定  
参加費：700円



アレンジメント 100個限定  
参加費：1,400円



古布花 100個限定  
参加費：700円

仲間と楽しみながら  
“お花あそび”を  
してみませんか?

### ご協賛各位への御礼

本紙の発行にご協力いただきました皆様各位に、厚く御礼申し上げます。今後もさらに紙面内容の充実を励んで参りますので、倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

草津市老人クラブ連合会

今号より「老ク連くさつ」はタブロイドからA4にサイズを変更しました。これからも読みやすい広報誌づくりに努めてまいります。(広報部一回)

編集後記

私たちは、草津市老人クラブ連合会の活動を応援しています