

魅力ある事業
楽しい高齢クラブ

一般社団法人
吹田市高齢クラブ連合会総会

令和七年（二〇二五）七月発行

久寿乃々

広報 第八十七号

～令和7年度総会開催～

吹高連の新たなページに！

5月22日（木）、千里市民センター大ホールにて総会を開催し、今年度の方針決定後、決意を新たに飛躍の一年にすることを誓いました。（2ページに関連記事）



楽しい活動が
吹高連にあります

■発行■ 一般社団法人 吹田市高齢クラブ連合会
大阪府吹田市津雲台1丁目2番1号 千里ニュータウンプラザ5階
高齢者生きがい活動センター内
☎06-6872-7011 <https://suikouren.info/>
■編集・制作■ 株式会社ニチコミ
兵庫県神戸市中央区栄町通1-2-7 大同生命神戸ビル7階
☎078-333-7707 <https://www.nichicom.com>

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

ずっと、元気に。

誰もがいつまでも活躍できる社会へ



医療法人 英祥会



眼科 稲澤クリニック

院長 稲澤 かおり

ディケアはじめました。お電話にてお問い合わせください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30～12:30	○	○	○	休	○	○	休
16:00～18:00	○	—	○	診	○	—	—

吹田市山田西2-4 訪問眼科診療承ります。

A1-112 有り ☎06-6816-7130

<https://www.inazawacclinic.jp>

株式会社エディオンは、社会貢献活動の一環として

全国約480拠点で

クリーン活動

を実施しています！





旧・岸下理事長あいさつ



新・山根理事長あいさつ

令和7年度吹高連総会が去る5月22日、千里市民センター大ホールで盛大に開催されました。

芦塚副理事長が総会司会を務められ、最初に岸下理事長（本総会で退任し顧問に就任）があいさつされ、平成

吹高連の新たなページに！

吹高連令和7年度総会開催

千新地区 今野 尚雄

27年から令和6年までの10年間の役員期間を通じてコロナで3年以上

組織活動が停滞したと、構成人員が継続的に減少したこと、団塊

の世代がこの種の組織活動に興味を示さないことが残念であり、一

方吹高連組織の法人化が強く印象に残っていると述べられました。

吹田市からは高齢福祉室の山際様ご出席され、ごあいさつの言葉をいただきました。

続いて議事進行の議長に原代議員が選出され、

議事録署名人に岡本氏と矢田部氏が、書記には宮崎氏がそれぞれ選

出されました。

原議長は有効投票権

数157票の内出席

票の合計136票で総

会は問題なく成立と宣言され、早速当総会に

附議された1号議案から6号議案までの審議に入りました。

特に4号議案では山根新理事長をはじめとする役員改選の案件であり、他の各議案はそれぞれ担当の理事ならびに担当の各部会長より適宜説明がなされ、全ての議案は全会一致の賛意を得て、承認され可決成立に至りました。

これにより議長団は解任となり、短時間の自由討論の時間はありましたが閉会となりました。

当日の早朝は降雨、昼前には太陽も間欠的に顔を出し、閉会時には晴天に転じました。吹高

連および新任役員の前途を大いに祝しているものと受け止めました。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

悩まずに、お気軽に相談して下さい

- 成年後見・遺言等 司法書士
- 不動産の相続・贈与等 西川 智史

阪急千里線 北千里駅より徒歩5分

西川司法書士事務所

TEL(06)6831-9927

吹田市古江台2-10-13 阪口ビル3F(古江台近隣センター内)

末廣 医院

末廣 美津子

内科・糖尿病・甲状腺・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~ 8:00	○	○	○	／	○	／	／

※往診・在宅訪問診療致します

吹田市千里山西4-9-23 TEL:06-6384-0732

Suita 吹田徳洲会病院 介護老人保健施設 吹田徳洲苑

		月	火	水	木	金	土	日
午前診 受付時間 8:00~11:30 診療時間 9:00~12:00	診	○	○	○	○	○	○	／
午後診 受付時間 13:00~15:00 診療時間 13:00~15:00	診	○	○	○	○	○	○	／
夕診 受付時間 16:30~18:30 診療時間 17:00~19:00	診	○	○	○	○	○	○	／

※1 診療科により、平日午後診・土曜日午前診もございます。
※2 夕診は、交代制の総合診療科のみとなります。

吹田市 病院 TEL. 06-6878-1110
千里丘西 21-1 老健 TEL. 06-6878-9100

処方せん調剤

ハマノ薬局

営業時間／平日(月~金) 9:00~20:00

土曜日 9:00~14:00

定休日／日曜・祝日

吹田市片山町1-6-9

TEL/FAX 06-6338-4579

内科・外科・循環器内科・消化器内科・肛門外科・リハビリテーション科

さたけ クリニック

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

【休診日】水曜・土曜午後、日曜、祝日

吹田市佐井寺 4-11-16

TEL.06-6821-5640

坂口眼科

診療時間 午前8:30~12:00
午後5:00~ 7:00

ただし(土曜日 午後 是休診)
木・日・祭日

吹田市藤白台2-5-5(藤白台医療センター)

TEL.06-6872-0560

令和7年度 活動予定

月	日	行 事 名	実 施 場 所
7月	1日	吹高連機関紙「久寿乃喜」発行	第87号(夏号)
	12日	第12回教養講座	高齢者生きがい活動センター
	18日	代議員研修会・懇親会	高齢者生きがい活動センター
	31~8月1日	夏山登山	剣山
9月	2日	第12回吹高連カラオケ大会	メイシアター 中ホール
	10日	第34回 グラウンド・ゴルフ交流大会	総合運動場
	20日を基準	社会奉仕の日(清掃)	各地区で実施
	下旬	吹田市交通安全大会	メイシアター 中ホール
10月	7・16・21・30日	秋のバスハイキング	A春日山、B葛城古道、 C琵琶湖なぎさ公園
	15日	第78回吹高連 ゲートボール大会	あいあい遊園
	22日	第64回吹高連大会	メイシアター 中ホール
11月	4・13・19日	秋のバスハイキング	A春日山、B葛城古道、 C琵琶湖なぎさ公園
	12日	第64回吹高連 グラウンド・ゴルフ大会	桃山台スポーツグラウンド
	21日	箕面健康ウォーク	天上ヶ岳・オケ原・滝 (A・B・Cコース)
	中旬	秋の1泊2日旅行	未 定
	下旬	社会奉仕部会健康講座	高齢者生きがい活動センター
12月	1日	秋のバスハイキング	A春日山、B葛城古道、 C琵琶湖なぎさ公園
	10日	3市共同 グラウンド・ゴルフ大会	桃山台スポーツグラウンド

令和8年

1月	1日	吹高連機関紙「久寿乃喜」発行	第88号(新年号)
3月	4日	第35回 グラウンド・ゴルフ交流大会	総合運動場
	5日	第41回吹高連将棋大会	高齢者生きがい活動センター

※このほかに電車で行くハイキング 17 回、四つ竹部慰問などをおこなう

※定例会として ・吹高連理事会 毎月1回実施
・吹高連代議員会 毎月1回実施

令和7年度 役員一覧

役職名	氏 名	地 区
理事長 (文教・健康促進部会担当)	山根 茂男	千里新田
副理事長 (総務組織部会担当)	平井 勝	吹一吹六
副理事長 (広報宣伝部会担当)	石田 清	豊一
副理事長 (壮年部会担当)	川端 哲	岸部
副理事長 (旅行企画部会担当)	芦塚 常子	山二
常務理事 (社会奉仕部会担当)	森 俊弘	藤白台
南ブロック長	矢田部伸治	吹一吹六
西ブロック長	原 宏治	吹南
中ブロック長	岡本 章	千一
東ブロック長	近藤 一	北山田
北ブロック長		
総務組織部会長	宮崎恵美子	津雲台
文化教養部会長	中井 信夫	片山
社会奉仕部会長	西尾 尚	千二
広報宣伝部会長	石田 清	豊一
健康促進部会長	平井 勝	吹一吹六
グラウンドゴルフ部長	川端 哲	岸部
ゲートボール部長	川端 哲	岸部
ハイキング部長	阿部 誠行	南山田
コーラス部長	生田 道雄	千一
フォークダンス部長	桑原智恵子	山二
四つ竹部長	峪 静栄	桃山台
旅行企画部会長	野中 信行	千里新田
壮年部会長	川端 哲	岸部
監事・会計監査	岡本 章	千一
監事・会計監査	矢田部伸治	吹一吹六

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

医療法人 暁雄会
M まつもと眼科
日帰り白内障手術・レーザー治療 専門

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	●	●
12:30~15:30	手術	手術	手術	手術	手術	手術	手術	手術
15:30~18:30	●	●	●	●	●	●	●	●

※土・祝の診療受付時間は、9:30~12:30 14:30~18:00

TEL:06-6389-0001 土・祝 診療

吹田市片山町2-4-1 吹田グリーンプレイス 2F

内科・循環器内科・小児科
林クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	×	○	○	○
午後4:30~ 7:00	○	○	×	○	○	×

●超音波ドプラー検査(心臓・腹部)随時 ●心電図
●ホルター心電図 ●動脈硬化検査 ●肺機能検査

吹田市千里山東2丁目15-24

☎06-6338-2455 ★駐車場有り★

いざわクリニック
外科・消化器内科・肛門外科・リハビリテーション科
日帰り内痔核治療(ジオン術)も行っております

医学博士 伊澤 光 【休診日】
木曜午後 土曜午後 日曜・祝日

診療時間
午前 9:00~12:00
午後 4:00~ 7:00

☎06-6318-2100

吹田市昭和町 18-15 マルマンフラット吹田 1F

<http://www.izawa-clinic.net>

整形外科・麻酔科 浜医院
ペインクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
PM5:00~ 7:00	○	△	△	○	△	△

火曜・水曜・金曜・土曜午後、日・祝日/休診

吹田市高野台1-6-6 (高野台近隣センター内)

TEL 06-6836-0117

■産婦人科 ■内科
みさき医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	△	○	△	○	○
17:00~19:00	○	○	○	△	○	△

休診：木曜、日祝日、土曜午後 △火曜午前は11:30まで

吹田市岸部南2丁目1-6(JR岸辺駅前)

TEL.06-6381-6022

(医)九嶺会 **戸川医院** 内科
糖尿病専門医、腎臓病専門医、透析専門医、総合内科専門医、呼吸器専門医
戸川 雅樹 戸川 直樹

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後5:30~ 7:30	○	×	○	×	○	×	×

往診・訪問診療、健康診断も行います

吹田市高野台1丁目4番5号

TEL/FAX.06-6871-0468



新理事長あいさつ

一般社団法人 吹田市高齢クラブ連合会
新理事長 山根 茂男

新任の理事長として、
ごあいさつ申し上げます。
令和7年5月22日(木)
の「総会」におきまして、
正式に会員さまから承認
を頂き「理事長」を拝命致
しました山根でございます。

この間、緒先輩・同時代
の人、私より年下なれど
長けた人などたくさん
人との出会い・別れ・叱
咤激励など数多くの学び
をいただきました。これ
は吹高連に入ったからこ
そで、サラリーマン時代に
ないものと深い学びを得
たことと感謝申し上げます。
今後与えられたまず一
人、私より年下なれど
長けた人などたくさん
人との出会い・別れ・叱
咤激励など数多くの学び
をいただきました。これ
は吹高連に入ったからこ
そで、サラリーマン時代に
ないものと深い学びを得
たことと感謝申し上げます。
今後与えられたまず一



吹高連の法人化が 求めるものとは

一般社団法人 吹田市高齢クラブ連合会
前理事長 岸下 富盛

吹高連は、発足以来60
年余りを居住地を同じく
する地縁の地域共同体と
して発足しました。
創立40周年当時は、
市内に239クラブ
16961人の会員を擁
する大組織に発展してい
ます。

会員数の減少に顕著な動
きを見せました。クラブ
数、会員数の減少は、行
政からの補助金と会員か
らの分担金の減少につな
がり、ここにきて初めて吹
高連運営財政の先行き不
透明感が明確化しました。
その当時から、吹高連
の財政基盤強化策として、
法人化の意見も散見され
ましたが、これまで高齢
者が一般社会から受けて
きてた敬愛と庇護の念に
基づき、吹高連が求める法人化
の狙いは、第一義的には独
自で営利事業を展開し、
その利益を吹高連財政に
組み入れ、健全な財務運
営を図ることにあります。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。



たにの内科・胃腸科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	○	△	○	○	△
午後 4:30~ 7:00	○	○	○	△	○	○	△

吹田市竹谷町34-10

TEL.06-4861-7195



あんどう眼科クリニック

診療科目/眼科・コンタクトレンズ

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30~12:30	●	●	／	●	●	●
午後 4:00~ 7:00	●	●	／	●	●	／

●休診日 土曜午後、水曜、日曜・祝日

※コンタクトレンズ、眼鏡処方ご希望の方は、
一度お問合わせください。

●地下鉄御堂筋線「江坂駅」1号出口から徒歩約10分
●阪急千里線「豊津駅」から徒歩約10分

吹田市江坂町1-7-23 ☎06-6318-5122

村田眼科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	×	○	○
午後4:00~ 7:00	○	○	○	×	○	×

休診…木曜・土曜午後・日曜・祝日

吹田市千里山西5-1-1 千里山阪急ビル3階

TEL:06-6384-8538



おはな泌尿器クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	／	○	○	○	／
16:00~19:00	○	／	／	○	○	★	／

●休診日 火曜午後・水曜・日曜祝日 ★14:00~17:00
土曜日は女性医師常駐

吹田市千里山東 2-27-10 千里山医療ビル 3F

TEL.06-6836-8700



医療法人 彰々会

中川内科

内科・循環器内科・リハビリテーション科・胃腸内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	／
16:30~19:00	○	○	／	／	／	／	／

【休診日】水曜午後、木曜午後、土曜午後、日曜祝日

吹田市片山町 4-6-3

TEL.06-6368-6300



ばん呼吸器内科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 4:00~ 6:30	○	○	○	○	○	○

●休診 木曜午後、土曜午後、日曜・祝日

☎06-6319-3773

吹田市寿町1-3-13

http://www.ban-cl.com/

第 63 回春季グラウンド・ゴルフ大会

グラウンド・ゴルフ部 部長 川端 哲

5月7日(水)中の島スポーツグラウンドでグラウンド・ゴルフ大会を行いました。前日の雨で一部ぬかるんだところがありましたが何とかできました。

参加人数は男性 100 名、女性 82 名の合計 182 名で、2 試合に分けて行いました。

コロナ以降、参加者の減少が続いていますが、会員の皆さんの健康維持のためこれからも大会を続けていきたいと思っておりますので、できるだけたくさんの方の参加をお願いします。

幹事の皆さんも朝早くからコース等の設営作業をしていただきご苦労さまでした。

次回は 9 月の交流大会でお目にかかりましょう。



男子大会結果

(敬称略)

順位	氏名	地区	スコア
優勝	中新 正之	豊一	49
準優勝	奥野 義明	千一	52
第3位	徳永 寛弥	南山田	58
第4位	山下 哲彦	山二	60
第5位	村上 恵夫	山二	60



女子大会結果

(敬称略)

順位	氏名	地区	スコア
優勝	山崎 ヨリ子	吹一吹六	53
準優勝	谷口 幸子	青山台	57
第3位	木匠 多美子	吹三	60
第4位	島村 宣子	吹一吹六	63
第5位	高橋 弘子	東	64



第二義的には、法人としての吹高連の社会的立場の確立、会員諸氏のアクティブで健康的な活動を促進することです。

現在、その結果はどうでしょうか。

具体的な収益事業は、吹高連と取引のある旅行事業者、観劇鑑賞の興行元、物品斡旋業者との間

で、吹高連が負担する人件費と事務費の還元を当面の事業収入とし一定の成果を上げていますが、まだまだ不十分な状況にあります。

この法人としての吹高連が今後できることはどんなものでしょうか。

まず、吹高連本部が一般企業の本店とすれば

各地区連合会は支店に位置づけられます。従って、支店が独自の営利事業を展開することは十分可能です。

現在、行政が支援し、企業やボランティア団体が運営する、「高齢者子ども食堂」の運営等は、地区連合会を取り組

みできる例であり、行政の高齢者福祉施策と合致するため行政の支援を受けることも可能と思われます。

今後ますます高齢者組織にとつて厳しい社会情勢が続きますが、吹高連は法人組織を十分に活用され、末永い発展をとげよう祈念してやみませ

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

中島内科クリニック

糖尿病・生活習慣病・甲状腺疾患

■一般内科／糖尿病・生活習慣病
設備／レントゲン装置(腹部・胸部)
各種エコー(腹部・頸動脈・甲状腺)・心電図

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
13:30~16:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○

(火曜日・木曜日・土曜日…午後休診 日曜日・祝祭日…終日休診)

吹田市山田西3丁目56-2

TEL.06-6816-7333 FAX.06-6816-7332

訪問診療(内科・整形外科・緩和ケア)



丘の上在宅診療所

吹田市五月が丘北14-63

TEL 06-6170-4666

高田クリニック

■内 科／消化器科■

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
PM 5:00~ 7:30	○	○	○	○	○	○	○

吹田市山田西1-26-15-102

TEL:06-6876-0217

おくだ脳神経外科クリニック

脳神経外科・リハビリ科・通所リハ・脳ドック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝

9:00~12:15 ● ● ● / ● ● /

15:30~19:00 ● ● ● / ● /

MRI 完備 ネット予約可

吹田市江坂町2丁目1-47 京阪神新江坂ビル 1F

☎ 06-6310-7720



内 科・循環器内科

つばき内科クリニック

	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:30	●	●	●	○	●	○	○
午後 4:30~ 7:30	●	●	○	○	○	○	○

吹田市昭和町 1-1 アイワステーションビル 1F
JR 吹田駅 東改札・南口すぐ

TEL 06-6319-1666

内科・肛門外科・消化器内科
痔の日帰り手術、注射による治療



のざきクリニック

吹田市千里丘下21-12
(JR千里丘駅西口・徒歩4分)

TEL.06-7494-1033

<http://www.nozakclinic.jp/>

元気な、吹高連ハイキング部

800名超える部員の要望に応える多彩な企画で大歓迎！

ハイキング部 部長 阿部 誠行



同志社大学構内

2025年度最初の企画は4月1日、一般向きコースで京都御苑・御所巡り。参加者はなんと135名。同志社大学構内を通る特別ルート。赤レンガの歴史的建築校舎、しだれ桜を背景に記念写真。京都御苑に入ると満開のしだれ桜やソメイヨシノに大感激。

中級コースは8日、石

清水八幡宮。桜吹雪の中、歴史的風景満喫。健脚コースは14日、法隆寺から松尾寺、矢田丘陵。ミツバツツジ、山桜、奈良盆地を一望。充実感満喫。ハイキング部は部員の体力に合わせて3つのコースで企画。一般向きコースはまち歩き、史跡巡りで歩行距離約4キロ(登録部員の7割が参加)。中級

コースは歩行距離約8キロ。簡単な岩場や高低差がある関西の低山歩きを楽しみ、史跡巡りも穴場(登録部員の2割が参加)。健脚コースは10〜15キロ、岩場あり高低差も800〜1000メートル。関西の山々に挑戦(登録部員の1割が参加)。夏山登山は貸し切りバスで北アルプス、中央アルプスへ挑戦してきました。夏山登山参加を楽しみに吹高連に加入し、ハイキング部に参加される方が増えています。夏山と一緒に行きましょう。支えるスタッフが豊富です。今年度は徳島の剣山です。

バスで行くハイキングの前期一般向きコースは山の辺の道、中級コースは安土城跡、健脚コースは滋賀のきぬがさ山です。



安土城跡



石清水八幡宮

電車で行くハイキングも楽しみ満載です。ハイキング部に入って仲間づくり、健康づくり、生きがいづくりにチャレンジしましょう。お待ちしております。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。



社会福祉法人 藍野福祉会

特別養護老人ホーム青藍荘
ケアハウス青藍荘
青藍荘デイサービスセンター
青藍荘ヘルパーステーション
青藍荘ケアプランセンター

吹田市佐竹台2丁目3-1

TEL.06-6871-2671

<https://aino-fukushikai.or.jp>

社会福祉法人 寿楽福祉会

吹田市岸部北4丁目9-3 TEL 06-6337-8400

- ◆特別養護老人ホーム寿楽荘
- ◆寿楽荘ヘルパーステーション
- ◆寿楽荘ケアプランセンター
- ◆特別養護老人ホーム寿楽荘春日
- ◆ちびっこ保育園春日
- ◆寿楽荘竹谷生活リハビリハウス
- ◆吹田市立岸部中グループホーム



社会福祉法人 恵泉福祉会

メヌホット千里丘

地域密着型特別養護老人ホーム

ショートステイ 小規模多機能ホーム

吹田市千里丘北1番3-2

☎06-6816-1235

<http://keisenfukushikai.jp/>

眠れない夜は...

眠たくなってから床に就く

眠気がないのに早い時刻から床に入るのはやめましょう。そんな時は一旦床から出て、就床時刻にこだわり過ぎないようにしましょう。

日中は日光を浴びて軽い運動を
朝はしっかり太陽の光を浴びて、日中の活動量を増やしましょう。

医療・介護相談

ライム訪問看護ステーション

介護・医療の訪問看護
365日訪問しています

大阪府吹田市垂水町2丁目2-9
常陽第一ガーデンハイツ1F

TEL 06-6369-7236

FAX 06-6369-7237



腰痛・肩こりを和らげるツボ

指でツボをしっかりと押さえましょう。



※食後30分位・お酒を飲む前は避けましょう。
異常を感じたら止めてください。

総務組織部会日帰りバス研修会

青空のもと、楽しい一日

総務組織部会 原 宏治



1927年(昭和2年)に竣工、3代目の現庁舎は1999年(平成11年)出来上がり神戸港の新しいシンボルとして親しまれていくそうです。

令和7年2月13日(木)、当部恒例となりました日帰りバス研修会に行ってきました。

一週間前の天気予報は雨マークがついていましたが、何と青空が見える旅行日和。目的地の神戸税関、キリンビール神戸工場・丘の上のビアレストランに向かつて、参加者25名が機嫌よく南千里駅前を出発です。

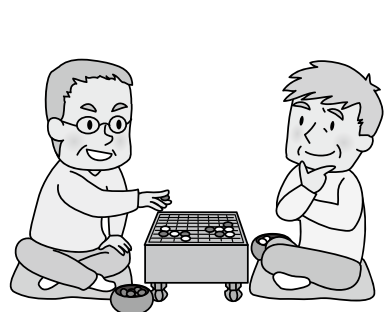
予定期10時に神戸税関に到着。初代庁舎は1873年(明治6年)に完成、2代目庁舎は

久しぶりに良い勉強をした心地よい気分での目的地キリンビール神戸工場へ。

早速、ランチタイムです。前菜・魚、牛肉料理にサラダ／パン／ライス食べ放題、ソフトドリンク・コーヒーも付いています。満腹感と満足感でいっぱいになりました。

13時50分～15時まで工場見学です。缶ビールの充填生産能力は1分間に2000本で国内最高レベルとのこと。

説明終了後、同社自慢のビール『一番搾り』を試飲。次に一番搾り・一番搾りプレミアム・一番搾り黒生の飲み比べをしました。



そして、ほろ酔い加減のなかJ A三田パスカル(お買い物を經由して予定期の時刻に無事到着しました。楽しい一日でした。お疲れさま。

来年は多くの方に参加していただきまして、思う存分実力を発揮してくださることを期待しております。

第41回吹高連囲碁大会

張り詰めた決勝戦では固唾をのむ展開も！

文化教養部 副会長 合田 洋子

令和7年5月26日(月)、千里市民センター5階で開催されました。

1戦目は30分で決着がつく組、制限時間が迫りながらも決着がつかない組。

10時より開会式で、吹高連の山根理事長、吹田市高齢者福祉参事の山際順一様よりごあいさつをいただきました。天谷審判員の大会説明後、今までの実力を発揮すべく70歳から90歳までの16名で、Aクラス、Bクラスに分かれて対局戦が行われました。

2戦目、3戦目と緊張感も増して、決勝戦は空気も張り詰めた最後の最後はなかなか決着がつかず、固唾を飲む場面となりました。

第 41 回囲碁大会結果

Aクラス

(敬称略)

順位	氏名	地区
優勝	島村 重信	吹一吹六
準優勝	宮澤 淑	東

Bクラス

(敬称略)

順位	氏名	地区
優勝	長尾 将美	南山田
準優勝	西村 信次	吹二



活動報告

青山台青寿会

「演芸発表会」を開催

青山台地区高齢クラブ青寿会連合

会長 藤本 輝夫



美しい歌声

青山台地区高齢クラブ青寿会連合は3月2日(日)、北千里パフォーマンスホールで、青寿会文化祭演芸発表会を行ない、200名以上の方が来場し、盛大に開催された。「演芸発表会」では、「コーラス」「詩吟」「童謡唱歌」「四ツ竹」「体操」「カラオケ」「民謡」などの青寿会サークルに所属する皆さんが熱演を披露した。

青寿会は毎年春と秋に文化祭を開催しており、春は、コーラス、民謡、詩吟、カラオケ、四ツ竹などの演芸部門のサークルを中心にした「演芸発表会」を開催。秋は、書道、俳句、川柳、俳画、パッチワーク、編み物など文芸部



華麗な踊りで観客を魅了

門のサークルと、一般会員から応募のあった絵画、写真、手作り作品を中心にした「作品展」を開催してきた。

「演芸発表会」は、コロナ禍の影響で、3年間活動が自粛していましたが、昨年3年ぶりに再開している。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

NONAKA CLINIC
吹田SST野中クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	／
14:00~16:00	●	●	／	●	●	●	／
16:00~19:00	●	●	／	●	●	●	／

休診日：日曜・祝日
受付：9:00~12:30、14:00~18:30
吹田市岸部中5丁目1番1号
オアシスタウン吹田 SST2 階
JR京都線「岸辺」駅より徒歩8分 ☎06-6388-8600

お客様、仲間、家族、取引先、地域社会に「ありがとう」と感謝される企業を目指します。

THE HOUET 設計・制御盤製作
電気計装一式

豊栄電気工業株式会社

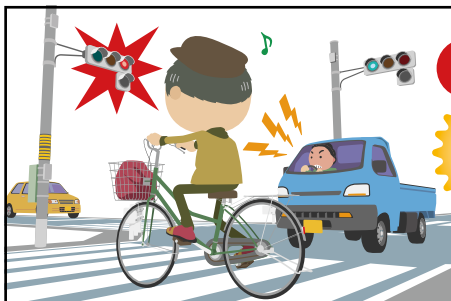
吹田市岸部中1丁目19-4
☎06-6389-5696 FAX06-6389-5965

一般住宅からビル・工場・プラントまで

電気工事 営繕・保全
器具販売

LEDランプ・配線器具のことならお気軽にご用命ください。

末廣電気工業株式会社
吹田市南金田2-19-11
TEL 06-6385-8837
FAX 06-6387-8179



ルールを守って安全運転！

油断大敵

- × 歩行者妨害
- × 傘さし運転
- × 一時不停止
- × 走行中の携帯電話使用
- × 二人乗り
- × 飛び出し
- × 無灯火

自転車では信号無視などの危険な走行はやめましょう

卒寿を記念して

活動報告

「水彩画 個展」を開催

吹三長生会 会長 藤嶋 具治



去る3月12日～3月31日まで、水彩画展が吹三公民館で開催されました。

開催したのは、吹三地区の城前長生会の北村猪一郎さんです。100人を超える観覧者に大きな反響と元気を与えました。

北村さんは、働いていた会社が倒産。「何か生きがいになるものはないかと探し、70歳から市主催の絵画教室に通い始め、教室の講師も務めるほどに腕を磨いてきました。

ゆく先々でスケッチをした作品が600点にもなり、ぜひ個展をしたらどうかと、なかまたちの勧めもあり、実施にこぎつきました。同展

では、描き溜めてきた作品の中から「円山公園の夜桜」

「日光キスゲ乱舞」、「富士山の冠雪」、「小松が崎の紅椿」、「晩年の法然院」、はがき大の花の絵など合わせて約250点を展示しました。

来場者の皆さんの感想をご紹介いたします。「もう素晴らしい」としか言葉がありません。心からありがとうございます「す」どの絵にも温かさを感じます。よくぞこんなに沢

山描かれたことが感じします」「訪れたところの絵が沢山あり、思い出に浸りながら拝見し、楽しいひと時でした」「豊かになるひと時でした」

北村さんは今秋で90歳。今も吹三長生会のグラウンド・ゴルフ部、スカイクロス部、カラオケ大会にも参加。クラブの役員として精力的に活動されています。

山手町友交会

活動報告

福祉バス旅行報告

山手町友交会第二クラブ 岡田 英昭



5月16日(金)、山手町友交会46人参加のバス旅行の行

き先は、奈良県橿原市にある「おふさ(小房 観音)でした。一日中曇っていました。一日中曇っていました。たが、傘の出番はなく、暑くも、もちろん寒くもなく、天気に恵まれたといえます。

世の中を明るく照らしたいという願いを込めて、「おふさ観音」の境内には、千個以上の提灯が飾られています。そしてその下には、丁寧な管理、手入れされた4千本以上の薔薇が咲き誇っています。大きさも大、

中、小、さまざま薔薇。色はさらに多く、複雑でうっとり見とれてしまいました。今日の訪問は、見頃

中の見頃、最高の日だったようです。かぐわしい薫り、愛らしい色、姿形の薔薇を堪能しました。さすがに「花曼荼羅の寺」と呼ばれるだけあって、私たちの心も和み穏やかにしてくれました。

私たち高齢者は遠くより、近場で納得できる金額で、近所の人たちと楽しみたいと思います。バス旅行はそんな思いを実現してくれたのではないのでしょうか。バスの中でのおしゃべり、道の駅での買い物も楽しかったです。昼食もたくさんの人と食べると、食が進みます。何よりみんな無事に帰れたのが、一番でした。

次回もバス旅行、楽しみにしています。



わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。



カラダに大切なたんぱく質の一種
コラーゲンを手軽に摂取!

「バイタルプロテインズ」は、体内で吸収されやすいコラーゲンペプチドを配合。毎朝のお味噌汁にスプーン1杯加えるだけで、無理なくコラーゲンを補給できます。

砂糖・香料不使用で、
食事や飲み物に加えやすい!



め(目・眼)は こころの窓

吹一・吹六地区第十楠会 楓 芳雄

め(目・眼)は光・色などを感受して脳に伝達する感覚器官。脊椎動物では左右一对の眼球と視神経からなると、示されております。高齢者ともなると、目の輝きが失われていき、私もその昔、輝いていた目がショボく来てきて、今年の2月に市立吹田市民病院で白内障の手術をしていただきました。その時の感想を一言申しますと、まず、右眼を先にしました。1泊2日の2度(続いて左眼)。その間隔が2週間後となります。

その1度目には案じていたことがありました。約30分。初体験、開眼部分麻酔で行われ、眼帯は翌朝まで装着して

取りはずし、退院前に頭髪シヤワーを受ける。退院後1週間は頭髪が洗えないためで念入りに専門の方が施してくださる。実に気持ちが良い。その日から2カ月にわたって目薬(3種類)を5分ごとに点眼を1日3回行います。視力0・3から1・0に回復しましたが、遠くがよく見えるレンズのため、手元の小さな文字がよく見えないので鼻かけ用のメガネが必要となりました。おかげさまで家中の小さなホコリが目につくようになり、白色がまぶしいので屋外ではサングラスが必要となりました。人によれば白内障の手術をしても、術

後すっきり感がなく、見えにくい方もおられるとか聞きます。生活習慣病などがあると「スツキリ」感が無く食養生をしなくてはならない人もいます。聞き及びます。どうか皆さん。こころの窓と言われる目・眼を

大切に生涯を楽しく過ごしてまいりましょう。
令和7年5月初旬誌



今生の別れ

吹二地区金田住友高齢クラブ
柁木 美枝子

娘婿が、膵臓癌で、週1回の治療にて、5年近く生存できた。治療がどんなに苦しくても、耐えるけど、これで治ることがないと思うと、「心がなえる」と言った。教

職退職後、週何回か勤めに出ていた時、男子生徒が「先生」と言つて、抱きついて来た。天職かと思つたそう。小太りの体は痩せる一方、いよいよしんどくなり、最後あと3カ月という時、自宅によく医師や、看護師さんが来てくださった。わが命終わって行くのを、自覚した毎日よく泣いていたそう。いよいよ最後の日「長男を迎えにいかんとあかん」と体が少し動き「長男は寝ているから、寝ときや」と家族に促された後、永遠に旅立った。66歳。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

えび専門店
海老右衛門
えびえもん

吹田市南吹田2丁目6番32号
TEL 06-6383-5611

当店は、厳選したえびと世界の水産物を卸価格でネット販売しております。シーフード専門商社(株)コーラル・シーが運営しております。

海老右衛門 検索

<https://www.rakuten.co.jp/ebiemon/>



楽天で販売中



永成建設株式会社

舗装・土木工事一式・解体工事
建築工事一式・産業廃棄物収集運搬業

吹田市川岸町7番8号

TEL 06-6319-8000
FAX 06-6319-8181

森田化学工業株式会社

神崎川事業所

大阪市淀川区東三国3丁目12-10

TEL.06-6384-5221(代)
FAX.06-6385-7100

機械部品加工全般

株式会社 **ヒカリパーツ**

吹田市寿町2丁目28-6
TEL.06-6319-5117



不二友株式会社



吹田市南吹田5丁目38番20号

TEL.06-6385-6591

車検・自動車整備・板金塗装・自動車保険
新車/中古車販売

宮本自動車整備工場

吹田市川岸町10-23

TEL.06-6382-4812
FAX.06-6317-1897



進む超高齢化社会 「姥捨て山」に生きる

高野台シニアクラブ 江藤 憲子

「何のために生きているのだろう」

ゴミ出し困難な高齢者の自宅に行くと言う。大阪のひとり暮らし高齢世帯は22%を超え、不安を分け合い、寄り添う相手はいない。

えにしの糸にあやつられ
出会いしものがお互いに
なぐさめあい
いたわりあい
愛しあい

助け合い
尽くしあつて生きていく
人は、もたれあつてこそ
「人」

ささえあつてこそ「人」
※『生きる』

ささえあつてこそ「人」
うめだべいだく
梅田米大著

後日、ゴミ出しで訪問すると「ドアの鍵を開けているよ」と声がする。待っていたのだ。2日間、食

事ができないと言う。孤立死が迫っている。私の胸は、張り裂けた。関係者に連絡する。また逢う日まで。涙で月に祈った。

わが心慰めかねつ更級や姥捨て山に照る月を見て「古今和歌集」

真偽はともかくとして昔、高齢者を山奥に捨てる逸話があった。「姥捨て山」だ。日本の高齢化率は29%を超え、私はその実態を目の当たりしている。

国や自治体へ、ひとり暮らし高齢者の体調急変対策を切望したい。

※梅田米大氏は「吹田自分史の会」創設者。「吹田自分史の会」は毎月第3日曜日「千里ニュータウンプラザ」7階の「南千里公民館」で午前10時から開催。



我が闘病記 ガンマナイフ治療

千三地区 児山 攻

令和6年1月、市民病院の医師から、すぐに国循（国立循環器病研究センター）の「ガンマナイフ」

外来に行くように言われ「なんで」と問い返す私に肺ガンが小脳に転移している」と正月明けに撮ったMRIの画像をパソコン画面で見せられガンマナイフによる治療がベストだと言われた。

私の頭の中はパニック状態、己の命は後何日くらいか、車の運転は可能なのか、費用はどれくらいか、遺言状はどうするか：：落ち着け落ち着けと自らを励まししながら、予約された日時を嫁と近くに住む次女に連絡を取りながら、後はその都度考えていこうと気を取り直し、入院準備をして2日後に国循に出向き治療

内容を聞く。

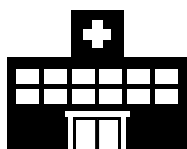
「定位放射線治療」でX線よりさらに細いコバルト60の線源を使用し、192また201のノズルから同時照射してガンを焼き切る装置による治療である。

今日から入院で、午後ガンマナイフ治療をして様子を見るため明日午前中は病院に。コバルト60は非常に細い放射線なので局部以外はほとんど痛めることなくガン治療が可能である。

今私は1年6カ月前から抗ガン剤治療を拒否して、緩和ケアのみで静かに暮らしている。

静かに暮らしている。

静かに暮らしている。



わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

1日に食べておきたい食べ物とその量を
数え歌で覚えましょう。
鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

食べ物 数え歌

肉 いち
魚（うお） いち
卵 いち
牛乳 2杯に豆ひとつ
野菜は5皿に
ご飯 食べ
おやつは果物
かぞえうた

大阪府知事許可（般-24）第139255号 関西電力認定会社

株式会社 サンテック

電気工事・空調設備・オール電化工事
太陽光発電工事・家電販売 他、サービス全般取扱店

大阪府吹田市岸部中 3-1-15

TEL 06-6310-8644

FAX 06-6310-8645

総合建設業（土木・建築・上下水道設計施工）
水漏れ・その他工事でお困りの時は

株式会社 谷川
TANIGAWA CO., LTD.

吹田市南正雀4丁目13-9

TEL 06-6155-9864

FAX 06-6155-9867

HP <http://tanigawa.jp.net/>



KOSEI

サイディング・シーリング
各種外壁・屋根・雨樋・塗装・防水
リフォーム工事

株式会社 コーセイ

吹田市山田西3-50-2 フジハイム107

TEL 06-4981-8421

オオケン

株式会社 オオケン

営業
目

・外壁補修工事 ・注入工事
・シーリング工事 ・止水工事
・防水工事 ・塗装工事

吹田市南吹田 2 丁目 1-14

TEL 06-6369-7425

株式会社 仁和工務店

吹田市川岸町 9 番 1 号

TEL 06-6382-1133

FAX 06-6381-7363



7年続いている ストレッチ体操

佐竹台地区第一百睦会 安田 揚子

明治の頃から、人生は50年と言われてきましたが、今頃ではテレビのコマーシャルでも、人生100年時代が来たよ

うと、あちこちでも耳にするようになりました。

私たち、第一百睦会では誰が言うともなく始めたストレッチ体操を継続しています。今年で7年

目になります。講師先生は我がが榊会長です。

「ただ今から1時間半のストレッチ体操を始め

ます」と言つて、私たちが指導しています。懐かしい音楽に合わせて、足を腰を動かしていきます。

まずは壁に向かって両手を上に伸ばしていきま

す。足も爪先立ちをし

て、思いつきり伸ばして

きます。背中をまっすぐ

お風呂などで50回以上

に伸ばすことで、いつまでもスーツの似合う体でい

られるようにする、大切なストレッチです。

それではマットの方に移動しましょう。準備体操

が終わると、皆さん、お尻の筋肉に力を入れてくだ

さい。男性も女性も、尿もれをしないように防

止しましょう。

次は腰を右から左に、8

の字をかくように大きく回して

ください。息を吐きながら行います。

どうですか。皆さんの中に夜中に足がつって寝

られなかった人はいますか？そんな時のために、足の親指と中指を交

互に擦り合わせるストレッチがあります。

これはできれば毎日、お風呂などで50回以上

に当たり、千倍の競争率



バンパク年に思う

古江台地区寿楽会 須佐美 淑子

大屋根リングが印象に残るシンボルの大阪・関

西万博の今年、思い起こすのは、何といつても70

年の大阪万博です。

今日までの50年、「進歩と調和」のスローガンを掲

げて、変化したものはいろいろで、あらゆる分野に押し寄

せるAIの波は、その最たるものでしょう。スマホを先

頭に、支払い、家庭内労働、移動、情報交換など、生活

には能率とスピードが大きくなっています。

この年に大阪府の抽選に当たり、千倍の競争率

は続けていきましょう。これは脳トレにもなるので、私はこれを日課に加

えています。

腹筋は上向きに寝転んで、足を少しずつ上げて

いき、その足をまた下ろしていきます。

会長はいつものようにストレッチウェアを身につけて、私たちを指導し

ています。

いま、大屋根リングを、世界の人々が歩き、休

み、まこと平和をありが

たいものと思わせます。

人の心に、憧れ、協調、

平和といったことをもた

らす大きな力。50年後

の感想です。

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

もみじやま
紅葉山会館

もみじの会
新規会員
募集中

特典① 生花祭壇プランをお得な会員価格にてご提供
特典② 会員様限定の生花を一對サービス
特典③ 四十九日法要などの式場使用料を50%OFF
その他 様々な特典がございます。

吹田市元町 27-3
☎06-6382-3442

大阪学院大学
OGU 大阪学院大学短期大学部

吹田市岸部南二丁目36番1号
TEL.06-6381-8434(代表)

浄土宗
法住寺

吹田市千里山東2丁目19番1号
☎06-6389-4876

1日に必要な野菜量 350g以上

野菜
食べますか?

TANITA CAFE

「タニタ」って血圧計とか体組成計のメーカー？「いえいえ、それだけではありません。あの有名な「タニタ食堂」をはじめ、食事・運動・休養のベストバランスを提案する、健康総合企業でもあるんです。

そんなタニタが展開するコンセプトカフェ「タニタカフェ」では、1日に必要なお野菜の約半分以上が手軽に摂れるメニューや噛む力に配慮したヘルシーな料理を気軽に楽しむことができます。

「五感で感じる癒やしの空間」をコンセプトに、木材を多く使った温もりのある空間でリラックスしつつ、健康づくりができる色々な仕掛けもあるのだとか。

健康寿命に注目した取り組みが魅力の「タニタカフェ」。気軽にフレイル予防を始めるのにはうってつけかも？

吹高連と旅行業者との間で登録制度を導入しています

吹高連は、令和5年度より組織内が主催する福祉バス旅行の他、一般の日帰り旅行、宿泊旅行の安心安全と、旅行業者との密接な連絡体制を確保するため、以下旅行業者との間で登録制度を導入しています。吹高連組織内で催行する旅行については、下記の登録業者より選定をお願いします。登録のない業者を利用する場合は、吹高連事務局を通じ、事前に登録の手続きを済ませるよう、業者に依頼してください。



(株) アイ・ティ・エス

摂津市島飼本町3-12-46
担当:谷本 篤史
☎ 080-4430-1335



(株) JTB

中央区久太郎町2-1-25 JTBビル12階
担当:平野 凛
☎ 06-6260-0151



(株) ジョイックス

淀川区西中島5-8-3新大阪サンアールビル北館
担当:塩野 哲邦
☎ 090-8120-4565



大宝観光(株)

吹田市岸部南3-21-1
担当:新宮 成人
☎ 090-7752-5806

さあ旅に出よう
新しい旅の発見へ

ティアイ観光

吹田市桃山台1-1-C1-1120
担当:池村 知樹
☎ 090-5247-1804



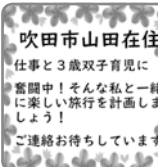
(株) TNK ツーリスト

吹田市朝日町1-202 さんくす1番館2階
担当:田中 徹治
☎ 090-3052-6631

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 いノ
楽 し いノ
旅の窓口…
ブラザー観光

ブラザー観光

東淀川区豊里7-1-1
担当:細山田 剛
☎ 090-8880-5181



名鉄観光サービス(株)

北区梅田3-3-45 マルイト西梅田ビル4階
担当:陣川 のぞみ
☎ 080-1568-3473

旅行 弁当
のご用命、
よろしくお願い
致します。

(株) 明楽

摂津市庄屋1-13-13-5
担当:下工垣 和明
☎ 090-9055-1433



コスモストラベル(株)

摂津市千里丘2-10-3
担当:高野 浩一
☎ 090-8467-5819



T-LIFE パートナース(株)

中央区本町2-1-6 堺筋本町センタービル14階
担当:岡辺 鉦徳
☎ 06-6271-4421



ヨリドコ観光(株)

大阪市北区大淀中2-1-1 小川ビル3階
担当:北裏 守男
☎ 080-3837-3880

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

P & Gの調査^{※1}では、20代から60代の日本人女性の2人に1人は尿もれの経験があり、尿もれは年齢や出産経験の有無にかかわらず、誰にでも起こりうる現象であることがわかっています。特に60代以上の女性は尿もれを防ぐために水分の摂取量を減らしたり、外出を控えるなど、尿も

れのお悩みが行動に制限を与えていることがわかりました。ウィスパーは、ぎゅっしり詰まった強力吸収体で、安心の吸収力。いやなにおいを中和する「超スピード消臭技術」で、吸水後のおいもすぐに消臭し、うすくて快適な使い心地から「まるで何もつけていない」ような使用感を実現しています。日中や就寝時だけでなく、長時間の外出時などにも、より安心してお使いいただけます。尿もれを仕方のないことと諦めて、行動を制限するのではなく、ウィスパーを取り入れていただくことで、快適な生活をお送りいただけます。



※80cc〜170ccの製品に該当



※1 2019年P&G調べ
出典:日本女性20代から60代40,000人に聞く、UI(尿もれ)実態大規模調査調査

長時間の外出時も、モレ安心!
自分らしく
生き生きと過ごす
全ての女性へ



四ツ竹踊りを 習ってみませんか

四ツ竹踊りは両手に持った竹を
カチカチ打ち鳴らし、簡単な曲に
合わせて踊る吹田市の郷土芸能で
す。一度、見学にいらっし
やいませんか。楽しく体を
動かしましょう。たくさん
の仲間をお待ちしています。



【場所】5F 生きがい活動センター

【練習日】毎月第2土曜日 他1回

問い合わせ先

◆四ツ竹部長 峪 静栄

◆吹田市高齢クラブ連合会 事務局
TEL:06-6872-7011

第77回吹高連春季ゲートボール大会

ゲートボール部 部長 川端 哲

皆さん、こんにちは。ゲートボール部の川端です。5月15日(木)、あいあい遊園にて恒例の春の大会を行いました。同遊園は、済生会吹田病院前にあります。

当日は晴天で4人または5人で5チームに別れて、各チーム総当たりの4試合を行いました。

チーム名は吹三A、吹三B、南正雀、山田、岸部の5チームです。熱戦の結果、以下のような結果でした。当日は、時々爽やかな春の風が吹き絶好のコンディションでした。

大会結果

高齢化もあり、部員の参加が年々減少しているのが残念です。各地域のゲートボールで遊んでる方、参加しませんか？よろしくお願いします。また、秋の大会で会いましょう。皆さんお元気です！

1位：山田チーム
3勝1敗(得失点差+37)
2位：吹三Aチーム
3勝1敗(得失点差+7)
3位：岸部チーム
3勝1敗(得失点差+2)



大阪府警察からのお知らせ

国際電話を利用したサギの電話が急増！

国際電話は無償で休止できます

(海外との発信・着信)

【国際電話不取扱受付センター】(通話料無料)

0120-210-364

※ 固定電話・ひかり電話対象

そのほか一定の条件がありますので、詳しくはお申込みの際にご確認ください



わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

お任せください

句集・記念誌・自分史
「パソコン苦手」でもOK!



見積り
無料

「1冊から作成」まずはご相談を！

TEL 078-333-7707

株式会社 ニチコミ

文藝

サロン

俳句

【青山台地区青寿会俳句部】

無人駅ランドセル越し夏の秋

櫻庭 游鳳

すきあらばとなりの苺ねらう吾子

吉川 まき

ピカピカの手強いいちごぼうばらん

野本 夏游

薔薇の棘遊ぼうよと袖を引く

木村 こみち

ねむる子に微かにただよういちごの香

西国 美江

【竹見台地区ひまわり千竹会】

母の日やオモニと呼ばれキムチ売る

釘宮 多美代

川柳

【青山台地区青寿会川柳クラブ】

「どちらさん」母から私が消えてゆく

今岡 きりん

トランプの言に世界がビクビク

辻 美寿々

メモをして買い物出かけメモ忘れ

馬場 美佳

音痴でも我が家の風呂場プロ気取り

佐々木 寛太郎

イモ焼酎水割り飲めば米いらぬ

宮繁 葉月

【西山田地区茜会】

快適に過した夏の電気代

山崎 恭子

【千二地区連合福寿会】

独り身はつがいの鳥に嫉妬せん

山本 真弓

もう齢とシニアクラブを躊躇いて

絵手紙

吹二地区金田住友高齢クラブ

榎木 美枝子

大きな樹に
生れた春リンゴ

俳画

青山台地区青寿会俳画クラブ

辻 美子



吹高連俳句クラブ参加者募集

【定例俳句会】

毎月1回第3木曜日、午前9時30分～12時

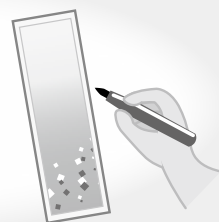
場 所：高齢者生きがい活動センター

参 加 費：年会費 2,000 円と毎月 500 円

句会形式：4句提出（兼題2句・自由2句）、
互選の後、選評を行います。

四季の移ろいや身のまわりのことなどを五七五に読み込んで一緒に楽しみませんか。

参加ご希望の方は句会の折に見学にお越し下さい。





吹高連フォトスタジオ
万博だんじり
 写真・文 小田忠文(吹一吹六地区第7楠会)
 5月9・10日は大阪・関西万博の大阪ウィーク「大阪の祭」EXPO2025春の陣」で、EXPOアリーナに府内の「だんじり・やぐら・太鼓台」など40台が集結。吹田からは西奥町のだんじりが出場しました。今まで見たことがない万博ならではの壮大な音と光景でした。

会員の皆さんも会心の一枚を広報紙に掲載してみませんか。スマホで撮影したお写真でも結構です。たくさんの作品をお待ちしています。
【応募先】吹田市高齢クラブ連合会事務局



スポンサーへの御礼

吹田市高齢クラブ連合会会報「久寿乃崋」の発行にあたりまして、スポンサー各位には温かいご協力を賜りまして、衷心より深く感謝申し上げます。

私たち吹田市高齢クラブ連合会会員は、この会報によって互いに情報を交換し、活動の糧としています。

今後とも何卒よろしくご支援賜りますよう、お例かたがた申し上げます。

吹田市高齢クラブ連合会

吹高連は会員募集中です!!

問合せ先 一般社団法人 吹田市高齢クラブ連合会 事務局

☎ 06-6872-7011

編集
後記

ガラケーをスマホに替えて3～4年ですが、最近「ライン」の着信音が鳴らず、困りました。「au」に聞いてみましたが、「ライン」は別会社で応えられない」と冷たい対応で、有料サポートへ導かれます。

同様のことは、銀行に行った時も「予約されてますか? 予約無しは無理です」とつれない対応で追い返されました。どちらもアフターサービスの欠如と思いますが、高齢者にはますます生活しにくい世になってきたものですね。

(広報宣伝部会長 石田 清)

わたしたちは吹高連の活動をサポートしています。

HATA 医療法人 内科・小児科 はたクリニック
 総合内科専門医 畑茂樹

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	—
午後 4:30~ 7:30	○	○	○	—	○	—	—

往診・訪問診療・エコー検査・予約診・予防接種・健康診断
 吹田市千里山西5丁目1-1(千里山阪急ビル2F)
TEL(06)6193-0770
 ㊿ 千里山駅前第1時間貸駐車場

食事のヒント

高血圧予防

ポイン
減
塩
トは

1. だしを効かせる
2. 香りを利用する
3. 酸味を利用する
4. 油を利用する
5. 食材本来の持ち味を生かす



新しいお墓参りのカタチ

カード式永代納骨堂

毎日見学会開催中 人気の吹田駅スグ

☎ 常光円満寺 06-6381-0182
 電話 9:00 ~ 17:00

合同会社ほのか
ほのか訪問看護ステーション
 24時間対応!
訪問看護

〒565-0821
 大阪府吹田市
 山田東4丁目7-3-1
TEL 06-4798-5101
FAX 06-4798-5102

じゅんこ内科クリニック
 地域の安心の灯台となれるような
 気軽に相談できるクリニックを目指して

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	—
午後訪問診療	○	○	○	○	○	○	—
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	—

【休診日】
 水曜午後、土曜午後
 日曜、祝日
 ※Web 診療予約対応

吹田市津雲台 4-1-7 津雲台近隣センター内
TEL.06-6836-5601
<https://junko-naikacl.com/>

内科 循環器科 小児
垂水医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
PM 4:30~ 7:00	○	○	○	○	○	○

吹田市垂水町2-6-33
☎06-6384-0185