



回 覧

湖西いきいきクラブ連合会

第72号

令和6年3月発行

湖西いきいき通信

[発行] 湖西市老人クラブ連合会
[事務局] 湖西市老人福祉センター内

[発行責任者] 木本 政博
湖西市新居町浜名643-1

[メールアドレス] kosaikoiki1@gmail.com
TEL/FAX 053-594-5795

[印刷] 株式会社ニチコミ TEL 054-283-5424
[ニチコミHP] <http://www.nichicomi.com>



「連合大会」&「健康フェスタ」



準優勝 新所地区

優勝 入出地区

3位 鷺津西地区



コロナ禍の後の
1年を振り返って

湖西いきいきクラブ連合
会長 木本 政博

新しく2024年を迎えました。
本年もよろしく願いいたします。

正月早々の能登半島の大地震に

は驚き、おめでたさもどこかへ飛んでいき
ました。その被害は甚大で、家屋の倒壊や
火災で大勢の死者や負傷者を出し、電気や
水道が止まるなど、生活にも大きな影響を
与えております。特に中でも高齢者の多く
が不自由な日々を余儀なくされており、他
人ごとには思えません。ほんの一瞬で平穩
な生活を破壊する自然の驚異の前に、人間
はいかに無力であるかを痛切に感じ、何と
かならないものかとも思います。早く
元の生活に戻ることを祈念し、湖西いき
いきクラブも全国老人クラブ連合会の一員
として、義援金を差し上げることを2月の
理事会で決定いたしました。

3年以上も続いたコロナ禍も大分収ま
り、本年度は予定した行事はすべて実行す
ることを年初4月の評議員会で確認いたし
ました。特に2大行事である「連合大会」
と「健康フェスタ」は会員皆さんの親睦・
友愛の場として欠かせない重要な場と認識
して準備を進めました。



連合大会は7月14日に競艇場のサンホールで500名に近い会員の参加で開催し、湖西ふるさと大使の中根もにゃさんが、会場を盛り上げてくれました。健康フェスタは10月18日にアメニティプラザで、地区別8チーム480名が参加し5種目の順位とその合計を競う従来の方法で実施しました。

今回は種目を見直し、玉入れを新規に取り入れ誰でも参加出来、童心に帰れるよう考えました。チーム編成では会員の減少した知波田が白須賀との合同で参加しました。

スポーツ愛好部の行事は輪投げなど5種目9大会を役員・推進員の頑張り、参加の皆さんで日程どおり実行出来ました。特に5月の異常な暑さの中で、大汗をかきながら、ペタンクのコート作りに励んでくれた推進員の皆さんには頭がさがりました。

グラウンド・ゴルフは県大会では常に上位に入賞しており、本年も同様の結果をだしてくれました。

女性部はコロナ禍でも実施してきた友愛訪問を予定どおり実施いたしました。対象者が増える中での大切な活動と認識しております。

レクリエーションダンスは従来の活動を継続しておりますが、9月に磐田市で行われた県老連主催の高齢者いきいき創造広場では20余名の有志がステージで1曲披露しました。

上述のように、年初に計画した行事は皆さんの力で、すべて予定通りに完遂出来ました。厚くお礼申し上げます。

計画以外ですが、2月からスマホ教室を開催することが出来ました。各地区毎に実施しますので希望される方は気軽に参加して下さい。好評ならば以降も継続して実施いたします。

3年余のコロナ禍の中で、

バス旅行や見守り・カフェなどの活動を展開し、会員を増やしている地区がある反面、廃部や脱退する単位老があり、かなりの格差が出ました。

年3回実施の加入促進会議では意見交換をしながら、湖西いきいきクラブのよさを知ってもらい仲間を増やす活動を展開し、その成果も出ておりますが未だ不十分です。会員の皆さんが友・知人に声をかけ、会員増加にご協力下さい。

来年度には県老人クラブ連合会西部地区の歴史探訪ウォーキングを、湖西いきいきクラブが中心で実施することが決まり現在コース等を計画中です。会員のご支援ご協力をお願いいたします。

全体の活動が長く停止した期間を経ての本年度でしたが、役員をはじめ各活動に皆さんが「明るく楽しく元氣よく」取り組んでいただきありがとございました。

私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

西湖西整形外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	／	○	○	／

■休診日／水・土曜日午後、日曜日、祝日

〒431-0422 湖西市岡崎1286-2 **TEL.053-522-7001**

<http://nishikosai-seikei.com/>

新村医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	／

休診日：日曜・祭日

湖西市新居町新居3354-27

☎(053)594-0080 FAX (053)-594-6312

伊藤医院

〒431-0411 湖西市入出505

電話 053-578-0658

鳥居歯科医院

湖西市鷺津538(浜信向かい)

TEL 053-576-0133

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 1:30 ~ 6:00	○	／	○	○	○	○~3:30

休診日 日・祝祭日、火曜午後

榛名医院 内科・循環器科

湖西市新所4014

☎ (053) 578-1092

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	—	●	●	●
午後 3:00~ 6:30	●	●	—	●	●	—

●休診日 水曜・土曜午後・日曜・祝日

お薬お届けいたします

市立湖西病院、なかしま内科、はやし耳鼻科
こいで整形外科・皮膚科、浜松市内各病院など

古見薬局

受付時間 8:30~19:00 (月・火・水・金・土)
8:30~18:30 (木曜)

休日 日曜・祝日

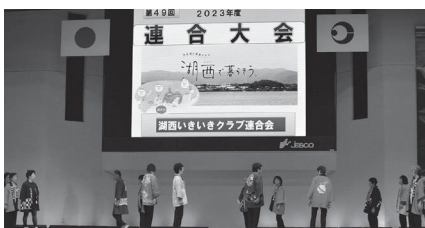
湖西市古見862-4 Tel 053-574-3130

令和 5 年度 湖西いきいきクラブ連合大会

2023年7月14日浜名湖競艇サンホールで2023年度連合大会が開催され、長く役員を務めるなどして貢献された会員を表彰いたしました。式典に続いて今回は湖西ふるさと大使で湖西市梅田出身の中根もにゃさんをお招きし生ギターで演奏を聴き、湖西警察交通指導員による交通寸劇を楽しみました。

芸能発表会は各地区ごとにステージに上がり、民謡やレクダンス、ハーモニカ演奏やフラダンスなど披露していただきました。

2023年度 会長受賞者		
上の原立花会	杉浦	徹衛様
上の原立花会	高柳	孝子様
梅田蒼空会	鈴木	洋子様
梅田蒼空会	岡田	正男様
新所クラブ中部	瀬崎	康男様
郷北 郷寿会	加藤	政江様
白須賀クラブ	原田	悦子様



私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

「共に笑い」「共に生きる」
「憩いの場所でありたい」
ひな **デイサービス 陽菜**
TEL 053-574-1550
ケアプランセンター **陽菜**
TEL 053-574-1551
〒431-0422 湖西市古見124-4

デイサービスセンター **ひなたぼっこ**
湖西市岡崎1708-4
TEL 053-578-1351
デイリハビリセンター **HINATABOKKO**
湖西市岡崎 604-16
TEL 053-543-7715
 **Hinatabokko** 有限会社ひなたぼっこ

 **こいで 整形外科・皮膚科**
リハビリテーション科・リウマチ科・アレルギー科
月 火 水 木 金 土
午前 9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●
午後 皮膚 2:30~5:15 ● ● ● ● ● ●
整形 3:00~6:00 ● ● ● ● ● ●
湖西市古見861-1
TEL 053 575 1080

介護の相談 受付ます 
社会福祉法人 南浜名湖会
特別養護老人ホーム **光湖苑**
湖西市新所岡崎梅田入会地17番地の20
TEL.053-577-4511
見学等、常時受け付けております。お問い合わせください

地域密着型特別養護老人ホーム
寿 松 園
社会福祉法人桔梗苑福祉会
住み慣れた地域で、一人ひとりの個性を尊重し、
安心のできる生活を提供します
湖西市岡崎602-1(岡崎中学校のすぐ近く) TEL 053-488-5311

神谷歯科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
AM 8:30~12:30 / PM 2:00~6:00
●土曜日 AM 8:30~12:00 / PM 1:00~4:30
◎休診日 月曜日・日曜日・祝祭日
TEL 053-576-3331 湖西市古見994-6

2023年度 ふるさと探訪の様子

11月10日

「高齢化社会」における生きがいと健康づくりのため「学び、楽しむ」を趣旨としたふるさと探訪が行なわれ、今年度は新美南吉記念館とセントレア（中部国際空港）に行ってきました。女性委員・女性リーダーを主体に今年度は少なめの26名が参加してくれました。



- ◆ AM10:40 に愛知県半田市にあるユニークな外観の新美南吉館を訪れました。新美南吉館では、新美南吉の生い立ちや彼が書いた童話「ごんきつね」など、多くの展示物がありました。館内ではビデオで「ごんきつね」が放映されており、私も他の会員たちと一緒に見入っていました。残念ながら、雨のため隣接する「童話の森」の遊歩道には行けませんでした。次回訪れる際にはぜひ歩いてみたいと思います。



私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

DAITO 鋳金から塗装まで
大東鋳金株式会社
大東塗装株式会社
 湖西市岡崎754-2
 TEL 053-572-3678 FAX 053-572-3255

有限会社 **カネス**
 〈住所〉湖西市古見432-2
 〈TEL〉053(576)2421
 〈FAX〉053(576)4361
 ◆◆ お客様のご要望に添って迅速に施工します ◆◆
 住宅リフォーム、増改築、耐震、一般建築・土木、外構、施工、
 畳、屋根、塗装、産業廃棄物収集運搬、その他各種全般

相続・譲渡等の税務相談
 税務、会計、経営計画の策定
菅沼会計事務所
 税理士 菅沼 敬之
 〒431-0431 湖西市鷺津3414
 TEL 053-576-2504
 FAX 053-576-3810

特産 浜名湖
うなぎ
ぴのきおうなぎ販売所
 湖西市古見1139-1
 TEL.FAX 053-575-0878 TEL 053-576-2320

MCK レーザー・板金加工
株式会社 丸忠工業所
 湖西市岡崎745番地
 TEL (053) 577-0359
 FAX (053) 577-2407

HC 浜名湖カントリークラブ
 雄大な遠州灘の潮風を受けながら
 優雅なプレイのひとときを
 お楽しみください
TEL 053-579-0511
 湖西市白須賀5739
<http://www.hamanako-cc.com/>

2023年度 ふるさと探訪の様子



◆まるは食堂りんくう常滑店で昼食を摂り、セントレアへ！

全員で「フライトオブドリームス」を見学に行きました。ターミナルから意外と遠く、移動する歩道がありましたが、なんとか到着しました。しかし、皆さんあまり興味を示さず、早々に飛行機の発着を見学したり買い物に行ったりし始めました。平日の昼間だったためか、飛行機のフライト数が少なく、少し期待外れでした。次に訪れるときは、見学ではなく実際に旅行することができればと思います。帰りのバス停の場所が分からないというアクシデントがありましたが、全員が無事に帰路につくことができました。



私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

杉浦運送株式会社

湖西市白須賀3985-1865

TEL 053-579-1410

FAX 053-579-1433

汎用センターリングマシン

日本特殊工業株式会社

湖西市新居町新居3380-168

TEL 053-594-0697 FAX 053-594-6882

<http://www.nihontokushu.jp/index.htm>

プレス加工・板金溶接・製缶

有限会社 菅沼製作所

代表取締役 菅沼義典

湖西市新居町中之郷3035-15

電話 (053) 594-1375



株式会社 山下組
YAMASHITA 代表取締役 山下菊大

〒431-0425 湖西市梅田610番地

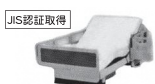
TEL 053-577-0141(代)

FAX 053-577-2318



水まわり 修繕からリフォームまで

介護用品
「レンタル」
「販売」



(株)松井住設

☎ 578-0298

湖西市神座411-2

宅地造成・外構工事・エクステリア工事・駐車場工事

有限会社 飯田組

湖西市吉美2241-2

TEL 053-575-1875

令和4年度 友愛訪問 対象者 集計表

(湖西地区・合計)

	会員数	該当者			(内訳)			症状 等						実績
	4/1 現在	男	女	計	90 歳 以上	1人暮らし (90歳未満)	その他	健康	寝たきり	虚弱	認知症	その他	計	対象者数
新居地域 計	477	8	58	66	62	0	4	17	0	1	0	2	20	36
湖西地域 計	1,129	27	72	99	86	0	13	81	1	13	0	4	99	99
合 計	1,606	35	130	165	148	0	17	98	1	14	0	6	119	119

友愛訪問を終えて (感想)

80歳を過ぎれば足腰も弱り、90歳以上の方々はデイサービスに通い、一人暮らしが多くなり娘や孫、嫁の世話になりながらの日々を過ごし、立場が逆転し、おまけに乗り回した足（移動手段）も奪われこれが人間の摂理なのか？

若い時からスポーツや趣味に現在も活躍されている方が目立つから、高齢者は元気だと言われるが、少数の方々ではないかと思う次第です。

近所の方で毎日農家の仕事をせっせとこなし「すごいなあ」と憧れていた方が実は嫁の世話になっているのだと聞かされました。（お嫁さんが小さな声で）せっかく老人クラブのお仲間でお助け合い、寄り合うことで楽しく暮らしたいものです。

今年は家族の方々と一緒に過ごされている人が多いように感じました。

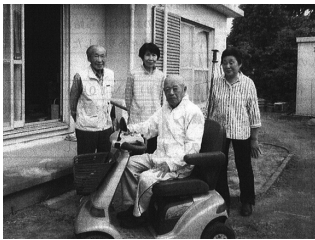
昨年、病院通いされていた方も今年は皆さん元気になって笑顔で私たちを迎えてくれました。

デイサービスにも週1、2回通っている方もいましたが、皆さん元気で畑の仕事や家事の手伝いなど・・・

地区ごとの行事には一度も休んだ事がないという方が多かったです。

今年は暖かい日が続いているせいでしょうか、お土産のティッシュペーパーは毎日使うものだから本当にうれしいと手をたたいて喜んでくれました。

皆さんの笑顔で私たちも元気を貰いました。



セニアカーに乗る飯田良夫さんを囲んで



佐原みゆ子さん(中央)を友愛訪問

私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

お風呂・洗面所・台所配管の清掃
粗大ごみ(タンス等の大きなごみ)の収集
トイレのつまり修理

浜名環保(株)
湖西市坊瀬255-2
TEL:053-573-1102 FAX:053-579-3689
URL <https://www.clea-bldg.co.jp>

造成、開発、土木、抜群の機動力と安全管理で施工します。
建設を通して、地域に貢献します。

SUZUWA
鈴和建設有限会社
〒431-0442 静岡県湖西市古見1297番地
TEL:053-523-6700 FAX:053-523-6701
URL <http://www.suzuwakensetsu.co.jp/>
E-Mail info@suzuwakensetsu.co.jp

エネオス・出光興産特約店

家庭用・工業用・営業用プロパンガス・酸素
アセチレン・特殊ガス・その他一般高圧ガス

石原燃料株式会社
湖西市鷺津377-2
TEL 053-576-0395 FAX 053-576-0094
吉見給油所 TEL 053-576-0561 太田給油所 TEL 053-578-0558

フライヤーの総合メーカー

シバタ株式会社
湖西市新所原東7-25
TEL 053-577-0014

ワシヅ工業株式会社
一般土木工事/埋立・造成工事
湖西水道指定工事店
湖西市太田978-6
☎ 053-578-0735

有限会社

鷺津メッキ工業所
湖西市新居町内山1214-2
TEL <053> 595-3456
FAX <053> 594-6678

湖西いきいきクラブ 女性部の活動

女性部会女性委員長 山本光子

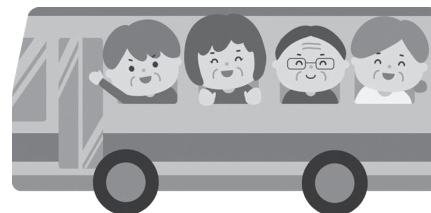


女性部のもっとも重要な活動は友愛訪問活動です。現在は高齢化に伴い対象者は九十歳以上とさせていただいて、各地区の女性委員とリーダーが協力して対象者の家に数名で訪問し、家での様子を伺い、話し相手になって親睦を深めています。

また、女性部として友愛訪問活動のお礼も含め「ふるさと歴史探訪」としてバスで出かけたり、料理講習を行っています。

シニアクラブ静岡県が主催する活動としては西部地区女性研修会に参加したり、レクリエーションダンスの新曲を講師指導いただき、各市町で楽しんでいます。私たち湖西でも曲は八十曲にもなります。当初湖西いきいきクラブでも三百名のレクダンス会員がいましたが、現在は二百名位に減少しているものの、年七十回を超える練習を行っています。その成果は合同レクリエーションダンス発表会でご披露しています。

湖西いきいきクラブの男女比率は女性が65%と多く、連合会としても女性部は重要な組織なので、一人でも多く参加して楽しんでもらうためにも新しい取り組みにチャレンジしていきたいと思います。



私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

交通安全は、皆様の善意に支えられています
交通安全協会へのご加入をお願いします

静岡県交通安全協会湖西地区支部

☎(053)482-7355

自転車利用時はヘルメットを着用しましょう!

ご協賛



不動産運営・管理・コンサルタント業務



株式会社小笠原企画

湖西市新居町中之郷3653-1

TEL 053-594-3571

不動産賃貸・その他付随業務



有限会社小笠原不動産

湖西市新居町中之郷106-1

TEL 053-594-4886

広告代理店業務、不動産仲介・管理



株式会社OKプランニング

浜松市中央区田町231-10

TEL 053-488-7080

土木工事・外構・エクステリア工事



産Remaking 株式会社

湖西市新所1552-3

TEL 090-7914-2252

株式会社 加納運輸

湖西市新居町新居2967-1

TEL 053-594-6623

FAX 053-594-6630

湖西いきいきクラブ 地域クラブの活動報告

白須賀クラブ
「折り紙教室」
参加人数 10名

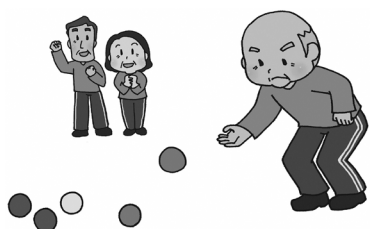
白須賀クラブでは毎月2回、2時間程度で折り紙教室を行っています。紙飛行機・手裏剣・扇や正月飾りなどたくさん作成しみんなで楽しんでいます。



黙々と作成中



会員の作品



ボッチャに挑戦する会員



バンドの生演奏

新居地区 向島浜友会
「楽しむ」ことこそ元気の秘訣
参加人数 20名

向島浜友会は1月14日(日)に「新年会」を行いました。ビンゴゲームで持ちきれないほどの景品をゲットしたり、音楽バンドの生演奏を聴いたり大いに楽しみました。また、「ボッチャ」の体験会も行い、方法は簡単だが思うように投げられない所が好評で、来季からの導入が楽しみです。

私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

環境保全株式会社
HOZEN

お任せください

- 一般廃棄物処理
- 浄化槽の保守点検・清掃
- 貯水槽・排水管・地下タンクの維持管理
- ビルメンテナンス
- 仮設トイレレンタル
- トイレのつまり・配水管のトラブル
- 粗大ゴミ等の処分・イベント等のゴミ処分
- 産業廃棄物処理

湖西市新居町中之郷1771 TEL.053-594-2323(代)
詳しくはホームページへ <https://www.beclean.jp/kankyohozen/>

精密板金加工・三次元レーザー加工



株式会社 マルク

湖西市吉美724-2

☎ 053-576-2221

KOSAI



湖西リサイクル事業協同組合

〒431-0441 静岡県湖西市吉美1876-3
TEL 053-579-2887 FAX 053-579-2838



株式会社 袴田精機

湖西市山口630-23
TEL 053-576-1761

総合金属リサイクル業

 山本商事株式会社

湖西市大知波289-2
TEL 053-488-8890
FAX 053-488-8891
<https://yamamoto-shoji.jp>



TSUCHIYA

プレス金型設計製作 及び 試作

土屋興業 株式会社

〒431-0443 静岡県湖西市山口630番地の6
TEL (053) 576-3696
FAX (053) 576-3872

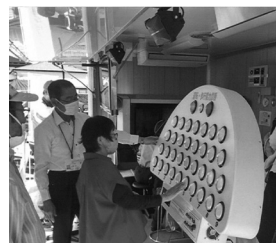
湖西いきいきクラブ 地域クラブの活動報告



交通安全体験機

岡崎地区 梅田蒼空会 2023年10月12日「楽しく学ぶ!交通安全体験車」 参加人数 14名

2023年10月12日(木)に(株)デンソー湖西製作所のご協力で、交通安全体験機を通じて交通ルールを学ぶとともに交通事故を防止するうえで必要な身体機能を自覚してもらい、地域の交通時ゼロを誓いました。



反射神経テスト

新居地区 ひばりが丘ひばり会 グラウンド・ゴルフ 参加人数 12名

毎週、月曜日と金曜日の午前中にひばりが丘遊園地で練習をしています。皆さんの笑顔がすがすがしく笑いの絶えない日々を過ごしています。練習の成果もスコアーに現れ自信となっていることと思います。



会員の皆さん

私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

 パイプ切断・両端面取り加工
有限会社 親幸産業
〒431-0421 静岡県湖西市新所1271-4
TEL: (053) 578-0046 FAX: (053) 578-0424
E-mail: info@shinkousangyou.co.jp

杉山製作

代表 杉山彰善

湖西市新居町新居2037-2

フルート・ピアノ レッスン生募集中

株式会社フルートマスターズ

湖西市新居町新居 3444-27

Tel 053-594-0260

e-mail info@flute-masters.com

プラスチック加工

レスポアール

TEL.053-578-1032

FAX.053-578-1082



有限会社 伴富建材

〒431-0422 静岡県湖西市岡崎455-2
TEL 053-573-3110 FAX 053-573-3121



株式会社 タカラ

〒431-0304 静岡県湖西市新居町内山1214-4

TEL (053) 594-6900

FAX (053) 594-6905

湖西いきいきクラブ 地域クラブの活動報告

新居地区 あけぼのどんぐりの会 2023年12月22日クリスマス会 参加人数 53名

どんぐりの会、こども会、いきいきサロン、見守り隊の合同で、クリスマス会を開きました。孫世代とケーキ作りをしながら楽しく交流ができました。老人クラブだけではなく地域の他グループと協力し合うことで、地域が活性化するとともにみんなが楽しく喜んでくれると思います。



皆んなで楽しくケーキ作り！



魚をさばく生徒



協力して作ります



美味しく調理出来ました

入出地区 入出寿クラブ 2023年11月9日 湖西市立東小学校 生徒と郷土料理の魚料理等の指導 参加人数 小学校6年 26名、寿クラブ7名

コロナの影響もあり4年ぶりの実施となりました。セイゴの出世魚の説明と調理方法を説明しクラブ員が魚のさばき方を熱心に指導し、苦労しながらも調理し、みんなで美味しくいただきました。来年も継続し行うようにしたいです。

私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。



ロコモティブシンドロームの予防

「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。

症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- | | |
|--|---|
| ☐ 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い | ☐ 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない |
| ☐ 手すりがないと階段の上り下りが困難 | ☐ 2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい |
| ☐ 15分以上連続して歩き続けられない | ☐ 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難 |
| ☐ 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない | |

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。

湖西いきいきクラブ 地域クラブの活動報告



紙飛行機作り



交流の様子



崩さないよう慎重に…

鷺津東・西地区合同 鷺津幼稚園児との交流

参加人数 会員32名

2023年6月30日鷺津東地区と鷺津西地区合同で私立鷺津幼稚園児と紙飛行機を作ったり積木、ぬり絵などの昔ながらの遊びを園児と一緒に遊び、会員のみんなは童心に帰って楽しいひと時を過ごしました。



入出地区 入出寿クラブ 輪投げ大会で迎春

参加人数 79名

新春恒例の輪投げ大会です。会話もはず



豪華賞品がズラリ、参加賞もボリューム満点です。

み楽しい時間を過ごしました。また、能登半島地震の義援金を募り多くの善意が寄せられました。



会長賞みんな狙ってました。



けっこう難しい、でも入れてやるぞ！



ライバルの点数が気になります。でも、みんな頑張ってます！



私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。



とっておきの作品を 句集 にしませんか？

あなたが見た景色や感じた季節の情景…

それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか？

初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史

写真集

イラスト集 など

印刷物のことならなんでもおまかせください。
ご希望に添った一冊をお作りいたします！

見積無料



安心してお任せ下さい！！

制作の流れです。
3つのステップで終始
弊社が担当します！

ご相談

ご希望の装丁や
部数をお伺いし
見積します

制作・校正

制作はお任せ下さい
途中の校正で内容を
ご確認頂けます

印刷・お届け

ご希望の納品先へ
お送りさせて頂きま

私たち編集のPDが一貫してサポートいたします！

お気軽に
お問合せ下さい



TEL 054-283-5424

FAX 054-283-5626



株式会社 ニチコミ
http://www.nichicomi.com

地域クラブ活動
岡崎地区

立花会のクリスマス会

BINGO





令和5年12月17日(日)、上ノ原公会堂にて立花会の12月定例会(クリスマス会)が開催されました。12月定例会は年内最後の定例会であり、政府方針(健康寿命を伸ばす)と湖西市の健康マイレージ展開の政策を受け、催しとして「健康自慢大会」と「健康ビンゴゲーム」を実施しました。

健康マイレージとは、健康づくりをすることでポイントのため、応募することで様々な特典を受け取ることが出来る仕組みです。今回の「健康自慢大会」では、参加者に健康マイレージカードを持参していただき、持参した全員にクリスマスプレゼントが、健康優秀者には特別賞が授与されました。また、健康優秀者の2名の会員からそれぞれ日常の健康管理について報告が行われました。

最後に実施された「健康ビンゴゲーム」では、サンタクロースに扮した会員の方の掛け声で進行し、1～30位までに入賞した方に豪華賞品が、それ以外の方に参加賞が贈呈され、会員の皆さんからは喜びの声が上がっていました。






私たちは湖西いきいきクラブの活動を応援しています。

ありき眼科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
午後 3:30～ 6:30	○	※	／	○	○	／

【休診】水曜午後・土曜午後・日曜・祝日 ※第4・5は午後休診

湖西市鷺津572-1
☎053-576-0053

(株)旭電気工業所

電気でお困りの際は
まずお電話下さい!

☎053-594-0474

新居幼稚園南側の
オレンジ色の建物
が目印です!!

内科・外科・(消化器・乳腺)
マンモグラフィー随時可

クリニック井田

診療時間	月	火	水	木	金	土	祝
AM 8:30～12:00	○	○	○	○	○	○	△
PM 3:00～ 6:30	○	○	△	○	○	○	△

湖西市新居町中之郷3636-20
TEL 053-595-1188 FAX 053-594-9600

株式会社 ニチコミ

ニチコミでは元気に活動する
全国の老人クラブの活動を
写真入りで紹介しています

ニチコミ 検索 <http://www.nichicomi.com/>



全国の元気な
老人クラブを
紹介中

いきいきシニア
活動紹介をみる
[こちらから](#)