

# みはら

発行 三原市老人クラブ連合会 情報宣伝部  
 三原市城町1-2-1 ☎0848-67-5830  
 (三原市総合保健福祉センター4階)  
〒650-0022  
 編集・印刷 株式会社ニチコミ 神戸市中央区元町通4-4-8 タイムスビル10F  
 http://www.nichicomi.com ☎078-351-3387 FAX078-351-3343

令和5年2月発行

No. 36

## 市老連会報



### 第18回 三原市老人クラブスポーツ大会



令和4年11月9日(水)、やまみ三原運動公園陸上競技場にて、第18回三原市老人クラブスポーツ大会が開催されました。  
 48クラブ、181名の方が参加し、汗を流しました。(詳細は4ページ)

私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**農機具**  
 買い取ります  
 大原パーツ 検索  
 ☎0847-33-0104 三原市大和町下徳良331

**木村耳鼻咽喉科 アレルギー科**  
 車いすのままで受診できます  

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
15:00~18:00	●	●	●	/	●	/

 三原市宮浦6丁目3-28  
 ☎(0848)63-1133

土木 建築設計 施工  
 有限会社  
**正栄工業**  
 SYOUEI Industry Co.,Ltd.  
 〒729-0418 広島県三原市本郷北2丁目18番41号  
 TEL(0848)86-5177

ゆったりケアの  
**トッツ**  
 笑顔くい 笑顔みなみ 笑顔みはら  
 笑顔わた ぶぁみりい中之町  
 株式会社トッツ 本社 尾道市平原三丁目1番15号  
 TEL(0848)21-3111 FAX(0848)21-3113

**LED除菌脱臭灯**  
 日光の恩恵で室内のウイルス対策、脱臭しませんか  
 LEDでニコ  
 LEDでエコ  
 株式会社 カネヒロデンシ

一般土木工事業  
**オー・アイ・シー** 株式会社  
 三原市宮浦5丁目3-10  
 ☎0848-38-1155  
 FAX0848-38-1156

会長あいさつ

方向転換に向けて  
重要な一年の始まり！



三原市老人クラブ連合会

会長 福久勝彦

新しい年が始まりました。早々にコロナ禍が今迄に無い程の数の患者発生(1月9日現在)が進んでいます。皆様充分に気を付けての日々をお過ごし下さい。

定年に付いて国の情勢は、人口減少の反動で65歳定年からやがて70歳定年時代に向かっていきます。現在市当局からの要

請として、各催しの中で各会員が本当に楽しんで居るのか会員全体に行き渡っているのかを問われています。我々はこの情勢をどの様に捕らえて行くか来年度は4月から始まります。三原市老人クラブ連合会はこの一年で方向転換に向けて重要な話し合いを続けていきます、会員の皆さんの意見を充分に聞きながら進めます。

ですので単老・各ブロックの会合等での発言を期待しています。寒さもまだまだ、コロナ禍も見通しはたつていません、我々の年代には厳しい環境に置かれています。負けることなく充分に余裕を持つて元気に過ごされる事を役員一同願っております。

私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・循環器内科・呼吸器内科

**かじやま内科循環器科**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 15:00~18:00	○	○	○	○	○	○

休診日/日曜日・祝日・土曜午後

三原市宮沖2丁目6-18  
☎0848-61-3180

医療法人 SAKATA **阪田医院**

内科・消化器科

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

三原市幸崎能地 4丁目 10-5  
TEL.0848-69-0003

心療内科・精神科 **たかはしメンタルクリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	○
15:00~18:00	●	●	●	●	●	●	○

【休診日】木曜・土曜午後 日曜・祝日

不眠・物忘れなどでお困りの方、お電話でご予約後、ご来院ください

三原市頼兼1-1-3 (フレスタ三原店敷地内) ☎0848-81-0717  
<http://www.takahashi-mcl.com/>

**うえだ皮膚科**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○

窓口受付は、12:15まで 窓口受付は、17:45まで

■休診日/日曜日・祝日・水曜午後・土曜午後

三原市頼兼1丁目1番6号  
☎0848-61-1277

**三原駅かなもと眼科** MIHARA.st KANAMOTO EYE CLINIC

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

三原市城町1丁目1-8  
TEL.0848-81-2300

医療法人 **小園内科・循環器科** OZONO

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○

●…木曜午前・土曜午前は12:30まで

■休診日/日曜日・祝日・木曜午後・土曜午後■

三原市城町2丁目2番1号 第二勝原ビル2階  
☎0848-62-7525 駐車場あり



### 市長あいさつ

# 卵の様に挑戦の気持ち 忘れずチャレンジ!



三原市長 岡田 吉弘

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

三原市老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、平素から本市の高齢者福祉行政に格段のご理解とご協力を賜っておりますことに、厚くお礼を申し上げます。

昨年は、未だに収束が見えない「コロナ禍」に加え、国際情勢の急激な変化による物価の高騰、為替変動など、市民生活に大きな影響がありました。急速な変化の時代だが

らこそ、今までにない試みや活動も生まれており、老人クラブの皆様におかれましては、様々な新しいことに興味をもって、毎日を有意義に過ごしていただきたいと思っております。

さて、今年の干支である卯（うさぎ）は、その跳躍する姿から「飛躍」、「向上」を象徴するものとして親しまれ、新しいことに挑戦するのにも最適な年と言われています。「コロナ禍のため、これまでの活動が再開できていない」「やりたいことはあ

るが着手できなかった」、そんな方々が、今年こそチャレンジできる年となるかもしれないと。挑戦の気持ちを忘れずに頑張ってください。

結びに、老人クラブの皆様にとつて、本年が飛躍の年となりますことを祈念して、年頭の挨拶とさせていただきます。



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

皆様のご健康をお祈り申し上げます。



三原市本郷南5丁目14-15  
TEL (0848) 86-1610

## ふるかわ耳鼻咽喉科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	/	○	○	○	*
15:30~18:30	○	○	○	○	○	/	/

(※第2日曜日午前は診察)  
三原市円一町 1-1-2-2  
アクロスプラザ三原内  
TEL:0848-29-9200



## Hitomi Skin Clinic ひとみスキンクリニック 皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
10:00~13:00	○	○	○	/	○	○
15:00~19:00	○	○	○	/	○	18:30

■休診日/木曜・日曜・祝祭日  
■受付/30分前に終了  
■メディカルエステ/10:00~19:00 (要予約)  
三原市港町 1丁目3-15 TEL 0848-62-7682

症状を的確に理解し、ご納得いただけるまでご説明いたします。

## ふくしま歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	/	○	○	○
14:00~18:30	○	○	○	/	○	▲	○

※祝日のある週の木曜は午前・午後診療します ▲14:00~17:00  
【休診日】木曜日 日曜日 祝日  
【バリアフリー設計】 ☎0848-38-7919  
駅バス『日赤入口前』バス停下車 古浜通り沿い  
三原市旭町 1-2-26 6台 三原 ふくしま歯科 検査

## なす眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	○	○	○	/	○	○	/
午後 14:30~18:00	○	○	○	/	○	/	/

●休診日: 木曜日・日曜日・祝日 ※土曜日は午後休診  
三原市港町1丁目3-15 ☎0848-62-5155

## つばいクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 15:00~18:00	○	○	/	○	○	/

【休診日】水曜午後・土曜午後・日曜・祝日  
三原市港町 3丁目 7-12  
おしっこ  
TEL.0848-64-0405

# 秋晴れの中、チームワークが試される熱戦



昨年同様、短縮プログラムでの開催でしたが、48クラブ・181名が、晴天のもとさわやかな汗を流しました。勝ち負けは二の次と言いながらも、競技にも応援にも力が入ります。優勝は「ひまわり組」どの種目も上位に入り、チームワークと総合力で勝利を手にしました。

大会結果			
1位	E 沼北ブロック	ひまわり組	
2位	A 東部ブロック	きく組	同点
	B 五月ブロック	もみじ組	

私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

輝やく笑顔は 美しい口元から

## クラーク矯正歯科

休診日/木曜日・祝日 他週1日  
 ※日曜日診療有り  
 診療時間/AM10:00 ~ PM1:00  
 PM 3:00 ~ PM7:00  
 三原市港町1丁目2-3 船木商事ビル1F  
 ☎(0848)64-7117

医療法人リーベリー

## 木原こどもクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~17:30	○	○	○	○	○	○
※乳児健診・予防接種	○	○	○	○	○	○

※14:00~15:00、要予約 休診日:日曜日・祝日  
 三原市円一町 1-1-7 フジグラン三原  
 TEL.0848-61-0321

## さくら眼科クリニック

■日曜・祝祭日…午前9:00~午後1:00  
 ■休診日…月曜・火曜  
 三原市円一町1丁目1-7 フジグラン三原 別棟2F  
 TEL 0848-61-2225

創業67年の信頼と実績

お任せください! **車検 修理 販売**  
**クレーン作業**

## 株式会社 鈴木

〒729-0419 三原市南方1-1-10  
 TEL 0848-86-3043  
 FAX 0848-86-3044

Health adviser

## タモリ薬局

三原市中之町2丁目1-23  
 TEL (0848) 63-7676  
 (ニチエー中之町店前)

堀内医院 内科 小児科 消化器科

	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
15:00~16:30	●	/	/	/	●	/
15:00~18:00	/	●	/	●	/	/

休診日/日曜日・祝日  
 三原市本郷南 6 丁目 21-3  
 ☎0848-86-2028

### 交通安全部

交通安全部「令和4年秋の全国交通安全運動啓発キャンペーン」参加



三原市交通安全推進協議会の各推進団体の参加のもと、9月22日キオラスクエア広場で交通安全啓発キャンペーンが開催されました。交通安全部も参加し、道行人にグッズを配布。交通安全を呼びかけました。



### 女性部研修



女性部研修会を開催しました。内容は「健康体操とエゴ生活のヒント」です。参加者の多く、体を動かすことが良いことだと知っていても、つい億劫になりがちなところ、仲間と一緒に出来ました。体を伸ばすと気持ちよく、とても楽しかったです。新聞紙を使った「エゴ」物入れは、ストックしておくいろいろなことで活躍します。

### 市老連ゲートボール大会

9月28日(水)本郷総合運動公園本郷ゲートボール場にて、第18回市老連ゲートボール大会が開催されました。

参加は9チームでしたが熱い闘いが繰り広げられました。



#### 大会結果

優勝	五老会(宮沖)
準優勝	沼田童心会(沼田)
第3位	小坂第5白寿会(小坂)



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

空調設備工事 冷凍配管工事 電気工事  
太陽光発電システム オール電化設備工事  
木工・建具・リフォーム

### 株式会社 平田空調

三原市小泉町 5662-27  
TEL.0848-66-6351

ビル群遠隔集中管理/ビル清掃管理  
ビル設備常駐運転管理/設備保守管理、設計、施工  
マイコン応用システム開発・販売



### 株式会社 サービスセンター

三原市宮沖5丁目8番24号  
TEL 0848-63-0022  
FAX 0848-60-0313

自動車・重機販売・修理・運送

### 有限会社 さこだモーターズ さこだ重車輛株式会社

三原市長谷3丁目1-1  
TEL.0848-66-0088

### 西村鉄筋

三原市宮浦六丁目6番8号  
TEL/FAX.(0848)64-0510

### 建築工房 四季

三原市西宮2丁目5-11  
TEL.(0848)29-8020

1958年創業・信頼と実績・車の歴史と共に60年  
指定自動車整備事業 広-268-12345789 車検場[小型~大型]

### 両備自動車株式会社

三原市長谷5丁目4-18  
TEL 0848-66-3111  
FAX 0848-66-3115  
[URL]http://www.ryobicars.com



令和4年12月1日  
三原芸術文化センターポポロ

本年度も新型コロナウイルス感染症  
拡大防止対策の為、来場者名簿  
作成等にもご理解いただき、午  
後からの短縮プログラムでの  
開催となりました。

出演者・来場者・大会運営あ  
わせて約230名が、若返りの1日  
を楽しみました。



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

省エネと自動化を提供する

**日本ホイスト** 代理店

移動式クレーン  
ホイスト天井クレーン  
橋形クレーン

製品販売・点検・修理

株式会社 新三原計装  
三原市本郷南1丁目1番11号  
TEL.0848-86-1665

ふじ い とし ひさ

**藤井 稔久**  
税理士事務所

ふじ い とし ひさ  
税理士 藤井 稔久

三原市本郷南6丁目24-38  
TEL(0848)86-5840

おはぎの **こだま**

三原市駅前マリンロード TEL 63-4275

電気工事一式

**エディオンだいわ**

株式会社 小川電気工事  
OGAWA ELECTRIC CONSTRUCTION, LTD.

三原市大和町下徳良 1906-1  
TEL.0847-35-1052  
FAX.0847-35-1058

うきしろ八景

道の駅 **みはら**  
**神明の里**

三原

三原市糸崎4丁目21-1 ☎0848-63-8585

有限会社 **法堂組**

三原市久井町吉田 602  
TEL.0847-32-7238



令和4年12月1日三原市老連芸能大会  
(ポポロ)出演者インタビュー概要

◎久和喜幸会:藤森 加代子さま

6名で申し込んでいましたが1名不参加で5名です。  
ずっと無くて、久しぶりなので、緊張しましたが頑張りました。

◎春秋会:胡 一枝さま

5名で出演予定でしたが、1名不参加で4名で出演しました。  
出演者全員楽しみにしていました。一生懸命頑張りました。



※素朴で暖かい音色が心にしみませす  
特別出演「オカリナアンサンブル風(かぜ)の音(ね)」



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

**株式会社 鈴鹿組**

本社 / 三原市糸崎2丁目10番20号  
TEL 0848-64-1144 FAX 64-0560

本郷営業所 / 三原市南方2丁目9-14  
TEL 0848-86-3881 FAX 86-4433

**車椅子のままで大丈夫。**  
プロの介護士が  
お出かけをお手伝いします！

**さんたら介護タクシー**

受付時間 8:00~16:00  
三原市大和町下徳良 2160-1

予約制 TEL.080-9393-7375  
対応エリア: 三原市、尾道市、周辺エリア

井戸ボーリング工事  
上下水道衛生設備工事

**安芸設備**

自宅 / 三原市南方2丁目8-6  
TEL.0848-86-2440  
FAX.0848-86-4634  
事務所兼倉庫 / 三原市高坂町真良 2020

**先勝緑地建設 有限会社**

三原市高坂町真良  
☎0848-66-3682

**SEIWA (有) 誠和開発**

TEL0848-60-2720

本社 三原市和田2丁目17番7号  
事務所 三原市沼田東町納所 526-3

**藝備建設株式会社**

代表取締役 新越 昌典  
携帯 090-7545-8705

広島県三原市久井町吉田 945 番地  
電話 (0847)32-6501  
FAX (0847)32-6704





# 会長研修旅行

厚生部 西元 和子

9月30日に、会長研修旅行を実施しました。晴天に恵まれ、皆さん元気に、楽しく、四国水族館見学、乃木館の観覧そして、善通寺参拝と充実した1日でした。参加者の皆さんとの親しい交流が出来たことも楽しかったです。

「コロナ禍なので、バスの中での会話をひかえて、いただいたり、色々なご協力のおかげで、何事もなく終えることが出来ました。ありがとうございます。また、来年度も、よろしく願っています。」



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

一般貨物運送事業・貨物利用運送事業  
産業廃棄物収集運搬業

**新倉運送 有限会社**

三原市新倉2丁目16番1号  
TEL/FAX:0848-66-3555

浄化槽・給水・排水設備工事のことなら【お気軽にお問合せください】

**藤原商事株式会社**  
三原市中之町八丁目25番10号 TEL(0848)62-7148  
**0120-4810-74**

【関連会社】  
粗大ごみ・引越しごみ・片付けごみ等の処分に関するのことなら  
**藤原リサイクル有限会社**  
三原市中之町八丁目25番10号 TEL(0848)67-7123

建築工事全般  
**小笠原総建株式会社** TEL 0848-51-7449

少人数指導 **常伸塾** TEL 0848-38-1335

iPhone 修理 プレバ三原店  
**Plaba** TEL 0848-38-1310  
10:00-17:00 (最終受付 16:00)  
定休日/日曜日

三原市宮浦5丁目11-15 1階

老人クラブを応援する  
お買い物サイト



まずはクリック!

お買い物 かエール

**TSK 建設業**

**株式会社 東伸建工**

三原市幸崎久和喜 25-22  
TEL(0848)69-3122  
FAX(0848)69-3133

土木一式/解体工事  
産廃中間処理(アスファルト・コンクリート)

**山田建設株式会社**

三原市糸崎7丁目1番41号  
TEL 0848-62-3867  
FAX 0848-62-0233



### 認知症予防教室

#### 高坂若返り会

7月29日(三原市社会福祉協議会の方を招いて「成年後見制度と併せて社協の福祉サービス利用援助事業」かけはしについて学習しました。制度、申請費用支援範囲などについて説明がありました。さらに

詳しいことは、市の高齢者福祉課窓口、社協の相談員さん、高齢者包括支援センターなどでお話を伺うことが出来ます。今回の事で少しでも不安なことはそのままにしないで、早めの相談が安心だと思えました。



### 本郷スポーツ吹矢ゲーム



令和4年10月31日  
本郷町保健福祉センター  
13時30分～15時45分

代表木下和明さんの指導で、本郷地区老人クラブの皆様方約25名の参加による「スポーツ吹矢健康法」の競技の説明や実演の講習で参加者は和気あいあいの時間を過ごされました。

- スポーツ吹矢は、
- ①「誰でも」性別・年齢問わず楽しめます。
  - ②「いつでも」「どこでも」「手軽に」できます。
  - ③ゲーム感覚で楽しみながらできるスポーツです。
  - ④腹式呼吸法による様々な健康効果があります。
  - ⑤精神力&集中力を高めます。

### 作品展

三原地区老人作品展

令和4年11月5日

3年ぶりに三原市保健福祉祭りが開催され、フジクラ三原店会場で老人作品展が行われました。力作揃いの作品展のほか、折り紙コーナーは大人から子どもまで多くの方に体験していただきました。



本郷地区老人作品展

令和4年11月10日

本郷地区老人クラブ第13回文化祭と併せ、第47回老人作品展が、いたかギャラリーで開催されました。干支色紙や兔の折り紙展示、また、午後からカラオケ発表会もあり、楽しい1日となりました。



私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています



一般土木  
ケーブルクレーン架設設計施工

**やまさ建設株式会社**

三原市本郷町南方 4416-2  
TEL.0848-86-6650

- 土木事業
- 石工事業
- 舗装工事業
- しゅんせつ工事業
- とび・土工事業
- 鋼構造物工事業
- 産業廃棄物収集運搬業
- 水道施設工事業(下水道工事指定店)



有限会社 **山本組**

〒723-0147  
広島県三原市沼田東町本市 691-13  
TEL 0848-66-2226

ご家庭から出たゴミ・工場ゴミ  
**処分します!!**

引取り迅速 TEL (0848) **66-3714**  
お気軽にご連絡下さい!

てんま **天満商事(有)** 三原市小坂町3759-8  
FAX (0848) **66-3837**

有限会社 **田尾石油店**

三原市中之町3丁目12-1  
TEL.(0848)63-9075

農業機械・住宅設備

有限会社 **大森商店**

三原市長谷3丁目1-25  
TEL.0848-66-3743

MORITAKA Corporation

株式会社 **森剛**

三原市糸崎3丁目1-15  
TEL.0848-63-0415  
FAX.0848-63-0416

白喜久の会

月報で声掛け活動

月報「白喜久だより」(A4版)を発行し、会員の安全を確認する声掛け活動を行っています。

「たよりの」内容は①行事の予告と報告・会員さんの様子 ②認知症・コロナ感染症等の情報提供 ③地域の話題や歴史 (町内会にもお渡しし、知っていただく)の支援をお願いします。

白喜久だより 1月号

※明けましておめでとうございます ※ //うまま 心身ともに 健やかさを 今年も頑張って健康寿命を伸ばしましょう!!

新しい年を迎えましたが、皆様「中が経過」により、コロナの感染が心配な状況が続いています。今年でも活動を止めず、予定外を乗り越えて活動を楽しみたいと思います。ご無理ご無理をなさらないでください。

新年互賀の色紙作り

日 1月24日 (木) 10:00-13:30 場 三原市保健センター 参加費 無料

白喜久の会の活動

白喜久の会の活動

白喜久の会の活動

白喜久の会の活動



自作の注連縄を持ってパシャ

須波永寿会



須波小ふれあいフエスティバル

昔遊びで

小学生とふれあい

永寿会では2年間新型コロナウイルスのため中止されていた須波小学校1〜4年生の児童とコマ回し、お手玉、メンコでふれあい遊び(昔遊び)を1月22日(日)に行いました。永寿会からは16名の会員が参加し、児童とともに楽しく時間を過ごし、「また来年ね」と別れました。

久和喜幸会



しめ縄づくり

6月9日、毎年恒例のしめ縄づくりを行いました。

町内には4つの神社があり、しめ縄は老人クラブが全て作りします。9月に行う鳥居の大しめ縄づくりは、4〜5人がかりでなかなか大変な作業です。最近は町内で稲わらを取る人もいなくなり材料は市販のものですが、続けていければと思います。

私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

浄土真宗 本願寺派

光輝山 正明寺

三原市西町2丁目20番1号 電話 0848-62-3442

浄土真宗 本願寺派

高隆山 順勝寺

三原市西町2丁目3番22号 電話 0848-62-4395 FAX 0848-62-2031

曹洞宗 雙照院

三原市田野浦 3-2-17 TEL.0848-62-4550

宗派を問わない 墓地・永代供養塔があります

小早川隆景公菩提寺 曹洞宗 東日山 法常寺

電話・FAX: 0848 (62) 5028 三原市西宮一丁目8番1号

浄土真宗 本願寺派

法泉寺

三原市久井町和草910 電話 0847-32-6073

御協賛

# 社会奉仕の日 地域を綺麗に！清掃活動

老人クラブ全国一斉社会奉仕の日に合わせ、三原市老連においても、5月・9～10月にかけて地域・クラブごとに清掃奉仕活動に取り組みました。各クラブでの取り組みを紹介します。

場 所：八坂神社境内通学路  
参加者：13名



9/20  
西宮長寿会

場 所：生田町内幹線道路他  
参加者：27名



5/8  
生田長寿会

場 所：皇后八幡神社境内  
参加者：10名



10/1  
須波永寿会

場 所：小泉第3公園  
参加者：23名



10/6  
白滝クラブ

- ① 植木の剪定
- ② 草刈り
- ③ 草取り
- ④ 側溝の清掃
- ⑤ 除草剤散布

場 所：幸崎漁港西公園  
参加者：20名



10/30  
幸崎本町高齢者部

場 所：西町2丁目市道植樹帯  
参加者：7名



10/22  
六峰クラブ

## 川柳コーナー

(五老会)

リビンダに  
かすかに匂うヒアシンス

氷り張る

壺にじつとしているメダカ

肌を刺す

冷気に今日もガンバルゾ

西元 和子

敬老日

画面は終日台風日

忘れずに

今年も咲いた彼岸花

とんぼさえ

秋は何処かと探してる

マスク慣れ

外し恥づかしまたつける

コロナ禍に

白髪に背中曲がり角

暑すぎる

つるべおとしが似合わない

角田 晴子

(白喜久の会)

脳トレに  
ソロバン浮かベシヨツピング

酒好き

墓と乾杯愚痴も出る

寒い夜

湯船で演歌最高だ

大元 鈴枝



# 笑い与健康について楽しく学ぶ 三原地区教養講座 大道芸人たつきゆうさんのユーモアセラピー



傾向だそうので、ちよつとしたことでも1日10回く  
らひは意識して笑うと、良い健康効果をもたらし  
てくれるとのことでした。  
楽しいクイズもあり、笑顔あふれる講座でした。

当初は8月開催の予定で  
したが、コロナ禍により延期  
になった為、年も押し迫った  
この時期の開催となりました。  
ジャグリングやデビルス  
ティックなど、間近に見る大  
道芸の技に会場内に大きな  
拍手が響きました。  
歳を重ねると笑いが減る

令和4年12月16日  
サンシープラザ4階  
第3研修室 参加者32名

## 「ご協力頂きましたみなさまへ」

会報紙「三原市老連会報」  
を刊行するにあたり、協賛協  
力いただきました方々に厚く  
お礼申し上げます。  
今後情報発信の場として  
各クラブの活性化に寄与でき  
る会報紙をめざしてまいります  
ので、皆様のご協力のほどよ  
ろしく願います。  
三原市老人クラブ連合会

## 編集後記

各地区の老人クラブで情  
報交換すると、新規加入の  
会員がないので会員数が減  
少して困っているところよく言  
われます。

「老人と言われたくない」  
「自分はまだ老人じゃない」  
と言って加入しない人が多  
いそうです。

これは「老人」という言  
葉のイメージの問題もあり、  
この会報に載っている老人  
のようにパワフルで楽しく  
活動して昔の「老人」イメー  
ジを払拭し、老人のイメー  
ジアップを図っている方は  
たくさんおられます。

これからも皆さんの活動  
を会報でどんどん紹介して、  
新規会員の獲得に貢献した  
いと思えます。  
情報宣伝部

～想い出づくりのお手伝い～  
**有限会社 メイプル交通**  
三原市大和町大草 5789-1  
**TEL.0847-34-2100**  
**FAX.0847-34-1780**  
e-mail:info@e-maple.co.jp

**まつだ歯科医院**  
MATSUDA DENTAL  
歯科・小児歯科・口腔外科  
診療時間  
8:30～13:00 月 火 水 木 金 土  
14:30～20:00 月 火 水 木 金 土 18時まで  
【休診】日曜・祝日  
三原市本郷南 6-24-14  
**TEL.0848-86-4844**

私たちは三原市老人クラブ連合会の活動を応援しています

住宅改修の相談、設計 福祉用具・介護用品のレンタル、販売

**ユニゾンライフ**  
株式会社 住創  
介護支援事業部  
三原市港町一丁目 4-23  
**TEL.0848-61-5153**

**会員募集中**  
三原交通安全協会は、交通安全に関するボラン  
ティア事業を行っています。  
運転免許の交付・更新時に会員に入会・継続  
(年間 500 円で更新期間分)していただき交通事  
故のない安全・安心な三原をめざしましょう。  
**みんなの願い交通安全  
三原交通安全協会**  
会長 田中 総一  
三原市皆実3丁目2番6号 TEL0848-64-9690

境内地内に納骨堂があります  
**壽徳寺 納骨堂**  
お問い合わせは 壽徳寺へ  
三原市西町 2丁目 23-24  
**☎0848-62-6326**

土木工事業・とび土工事業・舗装工事業  
造園工事業・水道施設工事業・解体工事業  
**(有)マスケン土木**  
三原市本郷町船木 4140-1 代表取締役 益田裕也  
**TEL.0848-86-3702**  
**FAX.0848-86-3765**

new construction  
interior design  
renovation  
reform  
**/WASH/TA**  
有限会社 岩下建設 〒723 0041 広島県三原市利田2-1-37 TEL 0848-63-2139

「三原市老連会報」は、地域のスポンサー各位のご協力により発行されております