

実年会だより

2025 年 7 月号



令和 7 年 7 月 1 日発行 通巻 408

藤城連合実年会

藤城連合実年会 行事カレンダー

令和 7 年 7 月

日	曜	行 事	時 間	場 所	担 当
1	火	G・G 練習	9:00～	北堀公園	岩崎・高橋
4	金				大西・田原
		民謡の会	14:00～16:00	万帖敷町自治会館	宮 杉
5	土	定例役員会	10:00～	藤城の家よりみち	鈴木・高橋
6	日	雀友会 練習	12:45～16:00		松 村
8	火	G・G 練習	9:00～	北堀公園	河本・西村
11	金				坪内・原田
15	火				野間・今川
					藤井夫妻
18	金	民謡の会	14:00～16:00	万帖敷町自治会館	宮 杉

※G・G練習は7月から9月末までサマータイムとし、開始時間を9：00～に繰り上げます。

※19日(土)～8/25(月)まで夏休みとし、再開は8/26日(火)からとします。





JR藤森駅前花壇 サルビア

7 月 号 目 次

合同懇親会開催の報告、役員会報告・・・・・・・・	庶務部	鈴木美恵子	2
新入会員のご紹介 お悔やみ・・・・・・・・	庶務部	鈴木美恵子	2
藤城ニューフレンドだより・・・・・・・・	健康部	岩崎徳次	3
「藤城学区社会福祉協議会」事業紹介・・・・	社会福祉協議会	宮杉 曠	4
新緑の山科疏水ウォーキング			
～鹿と鯉と私のデビュー～・・・・・・・・	兜山町	高橋 猛	5
昭和クイズ・・・・・・・・		三宅 淳之	6
地域安全ニュース・・・・・・・・			7
島本町の魅力・・・・・・・・	古御香町	岩堀俊彦	8
[ついに当院にもインバウンドが実現！			
韓国人にもカイロプラクティックをお届け]・・	大亀谷しみず接骨院	清水 友浩	10
シルバー川柳・・・・・・・・			12
カフェふじしろ・・・・・・・・	藤城の家		13
まったりカフェ・・・・・・・・	三宅治療院	三宅 淳之	14
私が考える福祉・・・・・・・・	京都老人ホーム	内山 歩香	16
今月の運勢・・・・・・・・	高島易断	高島 寿周	18
わーぷろ屋のひとりごとⅢ・・・・・・・・		高橋 猛	20

表紙制作・印刷：うえだ いずみ 桔梗

合同懇親会の報告

庶務部 鈴木 美恵子

6月15日(日)午前11時30分から12時30分万帖敷会館にて合同懇親会を開催しました。総勢19名が参加し、自己紹介の後、食事をしながら楽しい時間を過ごしました。

役員とだよりのお世話役さんとの交流を通じて、貴重な意見交換ができ、非常に有意義な時間を過ごすことができました。皆様のご協力に感謝いたします。今後ともよろしくお願いいたします。



役員会報告

6月15日(日)午前10時30分～11時
万帖敷会館

表彰などの内申についての報告

金婚、業績表彰、長寿(90歳)

会員数増強について

新入会員のご紹介

庶務部 鈴木 美恵子

西部 4 上西 豊一様 六躰町



お悔やみ

中部ーブロック3 塩見 隆巳様

五月三十一日ご逝去されました

享年八十六歳

謹んでご冥福をお祈りします

藤城連合実年会



藤城ニューフレンズだより

健康部 岩崎徳次

- * 4月17日(木)淀競馬場公園で行われた健友会グラウンド・ゴルフ大会に8名が参加。
野間康男さんが4位入賞を果たされました。



- * 5月15日(木)岩倉東公園にて開催の令和7年度
ねりんピック京都市予選会に6名が参加しました。
結果は健闘むなしく3ゲーム合計408点で、優勝は
逃しましたが、楽しく頑張らせて頂きました。



- * 5月22日淀競馬場公園にて2025年度深草カップ
グラウンド・ゴルフ大会が開催され、7名が参加。野間
康男さんが男女通じての6位になられました。また坪内
俊郎さんがオール2打を達成されました。

- * 5月29日(木)の伏見区老連春季親睦グラウンド・ゴルフ大会に10名が参加。今川信枝さんが
10位入賞、田原佐洋子さん、野間康男さんが京都市大会出場権を獲得されました。
- * 6月13日(金)に28名参加で夏季大会を行い、今川信枝さんが優勝、田原佐洋子さんが
準優勝でした。詳しい結果は次号でお知らせします。

男性 令和7年 5月 グラウンド・ゴルフ成績表

開催日	参加者	平均スコア	H-1	ホールインワン(H-1)達成者(敬称略)
9	9	21.63	1	岩崎
13	9	22.30	5	坪内② 大西 藤井信 藤田
16	8	21.71	6	大西② 岩崎 河本 坪内 野間
20	11	23.12	4	大西 坪内 藤井信 三宅
23	11	21.36	6	大西 河本 坪内 藤田 細川 松村
27	11	21.03	8	岩崎② 藤井信② 細川② 上西 坪内
30	8	21.42	3	野間② 藤田
計7日	67人	21.81	33	6ケ1人、5ケ2人、4ケ1人、3ケ2人、2ケ2人、1ケ3人

女性

9	10	21.67	8	小園② 西川② 坂田 高橋 田原 藤井ス
13	15	23.00	7	今井② 今川② 瀬田 高橋 西村
16	14	23.40	6	坂田 佐々木 瀬田 田原 藤井ス 渡辺
20	13	23.54	4	瀬田 高橋 西出(喜) 藤井ス
23	12	22.33	6	渡辺② 瀬田 西川 西出(喜) 藤井ス
27	13	22.37	8	今川③ 小園 佐々木 瀬田 西出(喜) 原田
30	14	22.48	8	田原② 西村② 藤井ス② 小園 高橋
計7日	91人	22.74	47	6ケ1人、5ケ2人、4ケ3人、3ケ4人、2ケ3人、1ケ1人

* 7月からはサマータイムとし、練習開始時間を30分早めて午前9時に繰り上げます。

* 予報で35度以上の猛暑日予報が出たときは自動的に練習中止とします。

* 7月19日(土)から8月25日(月)は夏休みとし8月26日(火)から練習を再開します。

「藤城学区社会福祉協議会」事業紹介

藤城学区社会福祉協議会 宮 杉 曠

介護予防・認知症予防のための事業、すこやか学級を令和7年6月12日(木)に「藤城の家」・よりみちにて開催しました。

この日はレクリエーションです。全員が輪になってイスに座り真ん中に置いた箱にお手玉を投げ入れるゲームです。

次には輪になったリボンを5本ずつ首にかけて相手とじゃんけんをして勝てばリボンを一本いただ

く、これを繰り返し、最後にリボンを全部手に入れた人が勝利者になります。
第三木曜日6月19日はクラフトです。牛乳パックを開いてつくった型紙に思い思いの布地を貼り、ポケットも取り付け、保健証や受診カードやマイナナンバーカード等入れるホルダーを作成しました。



ぶ ん り ん ステーキハウス 文 華

営業時間 昼 12:00～ 2:00 オーダーストップ 2:00
タ 5:00～10:00 //

定休日 毎週月曜日(祝日を除く)

〒612-0847 京都市伏見区深草大亀谷大山町 85 TEL (075) 641-5299

新緑の山科疏水ウォーキング

「鹿と鯉と私のデビュ―」

兜山町 高橋 猛

6月17日(火)、山科区老人クラブ連合会主催の山科疏水ウォーキングに参加しました。しかも今回は、伏見区の責任者としてのウォーキングデビュ―！ 心の中では「いざ初陣！」と意気込んでいましたが、実際は靴ひもを結ぶだけで精一杯。700名を超える参加者のなか、伏見からも30名を超える方がご一緒してくださいました。

スタートは地下鉄東西線御陵駅近く、天智天皇陵から山科疏水べり、毘沙門堂、一燈園、山科駅。今回のコースは約5.2km、ゆっくり歩いて約2時間。途中3回の休憩あり。

当日は、熱中症警戒アラートが出ていましたが、曇り空。出発して間もなく、まさかの野生の鹿に遭遇！ 人間がゾロゾロ歩いてても我関せず、優雅に草をモグモグ。カメラを向けられても無反応なその態度、もはや「鹿界のインフルエンサー」かもしれません。

山科疏水からの風はさわやかに頬をなぞ、水面をよおしく見ると大きな鯉がゆらりゆらりと泳ぎ、まるで我々を応援してくれているかのよう。「がんばってや、でも無理せんときや」と、聞こえてきたような気がしました。

船だまりでは、「死ぬまでに一回は疏水下りしたいなあ」

「この疏水をつくった田辺朔郎さんは、ほんまにすごい人やなあ。」と感嘆の声が上がりました。

ゴール近くでお日さまが顔を出し、ちょっと暑く感じましたが、全員無事に11時30分ゴールイン！ 拍手！ とても素敵なコースでした。春の桜、秋の紅葉の時期には、ぜひ「マイプラン」でまた歩いてみたいと思います。

みなさん、

そのときはぜひご一緒に。



昭和クイズ（出題：三宅淳之）（答えは12ページに）

第1問

昭和の時代、さまざまな「お札・紙幣」が作られましたが、最も多く登場した人物は誰でしょうか？

第2問

『ラヴ・イズ・オーヴァー』を歌っていた歌手の名前、思い出せますか？

第3問

107歳という長命だった彫刻家、平櫛田中（ひらぐしでんちゅう）先生の名言【不老 七十八はなたれこぞう
〇〇〇〇〇〇は百から百から
わしもこれからこれから】
〇〇〇〇〇〇に入る平仮名をお答えください

第4問

1970年代にパリコレクション、ニューヨークコレクションに切れ長の目、黒髪おかつぱ頭で出演して「日本人ブーム」を引き起こしたモデルさんの名前、思い出せますか？

第5問

元大関の若嶋津関の奥さんで元アイドルといえば誰でしょうか？

第6問

糸井重里さんが「聞き書き」というスタイルで書き起こした矢沢永吉さんの子供時代から青年期までを書いた本のタイトル、覚えていますか？ 累計200万部のロングセラーの本です。

第7問

史上初のダブルミリオン（200万枚以上）を達成した「ピンキーとキラーズ」のヒット曲の名前は何でしょうか？

第8問

昭和54年、政府が勧めた「半袖ジャケットスーツ」がありました。全く流行らなかったのですが、この服装の名前、思い出せますか？

きただ治療院（鍼灸・マッサージ）

鳥羽高校男子バスケットボールトレーナー

バスケットボール京都府代表チームトレーナー（少年男子）2023・2024

北田 義博

京都市南区梅小路通大宮東入古御旅町 223 番地

TEL 090-8192-3709



地域安全ニュース



今のうちに、自宅の固定電話の

国際電話の利用休止

を申し込んでおきましょう!

特殊詐欺被害の9割はサギ電話に出たことから始まっています。

サギ電話の7割以上は国際電話が悪用されています。

固定電話は、**国際電話の利用を休止**してください。

お申し込みは、

【国際電話不取扱受付センター】

電話番号 0120-210-364 (通話料無料)

オペレーター案内：平日午前9時から午後5時まで

自動音声案内：平日、土日祝24時間

からできますが・・・

山科警察署が申し込みを 全面的に支援します!



山科警察署



交番



で申し込むことができますので、是非、来てください!

防犯・犯罪情報メールにご登録ください



京都府山科警察署

(生活安全課)

代表 075-575-0110



こちらの二次元コード
から登録できます!

島本町の魅力

古御香町 岩堀 俊彦

宮本輝の「蛍川」という小説を読み、ラストシーンに感動した。真つ暗な川辺に舞う無数の蛍が一つの大きな生き物のように描かれていた。その表現の凄さに圧倒された。

そして昨年、6月、島本の水無瀬川上流で蛍を見た。島本でガイドの勉強を始め、そこで知り合った老紳士に誘われ、水無瀬川沿いにあるMYSというレストランで夕食をし、懇談した後、水無瀬川の上流に向かい、歩き始めた。

水無瀬川は島本町の中を流れる川で、昔から多くの歌人が歌を詠んだ。「みわたせば山もとかすむ水無瀬川夕べは秋となにおもひけむ」これは後鳥羽上皇が詠んだ和歌です。歌枕にもなった水無瀬川。

島本は北摂山系の扇状地。「水が無い」川の瀬。雨が降っても、川の水が地下に沈み、豊かな地下水や湧き水となる。水無瀬の離宮の水は大阪府下で唯一選ばれた名水。伏流水を深さ11mの井戸からくみ上げる。多くの人が毎日、この美味しい水を求めてやってくる。

水無瀬川に沿ってかなりの距離を歩いた。蛍を見るのは何年ぶりだろう。伊吹山を真夜中に登り始め、三合目あたりの草むらで蛍を見たのが20年ほど前の話。「蛍川」を

読み、蛍の円舞を見たいと思った。

名神高架下をくぐると蛍の乱舞が見え始めた。「蛍川」を読んだ時の感動には及ばなかったが、蛍の光を満喫した。来年も水無瀬川で蛍を見たいと思った。

ガイドの勉強をするために島本町に通い始めて3年あまり。島本に友人も沢山できた。ガイドのチームを作り、清水寺、伏見稻荷神社、二条城、水無瀬神宮、宝積寺(別名、宝寺)などでガイドの研修もした。

易しい言葉で外国人の心を惹きつけるガイドをするのが目標だ。仕事で米国に何年も住んでいた年配の方も多い。現地で鍛えられた語学力、交渉力は本当に凄い。英語でガイドの勉強をする。数人のグループで様々な話題で英語で雑談したり、即興スピーチをしたりした。色んな職業を経験された年配の方々と親しくなり、対話やコミュニケーションのスキルが向上した。

島本町に通い始めたきっかけは、御所で一緒にテニスをしていた友人との出逢い。彼は源氏物語をはじめ、沢山の古典文学を原文や現代語訳で読み、京都の歴史や文化にも詳しく、京都から島本ふれあいセンターに通いガイドの勉強をしていた。彼の紹介で島本国際交流協会主催のガイド勉強会に参加し始めた。

島本に関わる歴史上の人物は沢山いる。その中で有名

な人物をあげるとすれば、菅原道真、紀貫之、藤原道長、後鳥羽院、藤原定家、松尾芭蕉、谷崎潤一郎。

後鳥羽院は後白河法皇の孫にあたり、島本の地をこよなく愛した人。京の都から島本を何度訪れたことか。4歳で帝位を継承。19歳で院政を敷く。最初は鎌倉幕府とも協調路線で、源実朝とも良好な関係であった。しかし承久の乱が勃発。軍を組織し鎌倉幕府と戦うが敗北。隠岐の島へ流罪の身となる。

元々、文武両道であり、蹴鞠や水泳も得意とする。自由な発想で、美しい和歌を詠み、新古今和歌集の編纂もした。

隠岐に流罪となった後も、現地の民衆から愛され、尊敬され、和歌を詠み続けた。60歳で隠岐にて崩御。若き日から通い愛した島本の地を自分の「故郷」とまで呼んだ。京の都の離宮であった水無瀬神宮には後鳥羽上皇が祀られている。

「細雪」で有名な谷崎潤一郎も島本の地を愛した。彼の短編小説「蘆刈」を読めば、谷崎がいかに島本の土地、風土を愛していたかが分かる。

「蘆刈」は不思議な小説だ。ネットで無料で読めるので、ぜひ沢山の人に読んでほしいと思う。小説の中に「かぎ卯」といううどん屋が登場する。今もサントリー工場の近くにあって、多くの客が訪れる。私もその一人だ。うどんをメ

インにした色んなメニューはどれも格別に美味しい。

その店の近くにある「裏路地」という店も素敵だ。その店はマスターが妻と協力し、10年かけて外装、内装を仕上げたとても素敵なレストラン。数分おきにJRの電車がすぐそばを行きかう音が強烈で、それもまた興味深い。

だからと書いたが、これから先、何年も私は島本の地を訪れるだろう。私の第二の故郷になりそうだ。



【ついに当院にもインバウンドが実現！ 韓国人にもカイロプラクティックをお届け！】



大亀谷しみず接骨院

院長 清水 友浩

こんにちは！ 京都伏見・大亀谷しみず接骨院 院長の清水友浩です。毎月恒例の「実年会だより」、今月もお届けします。

今回は、ついに当院にも訪れた「インバウンド旋風」について、そしてそれがどれだけ地域や健康意識に素晴らしい影響をもたらしているかを、皆さまにお伝えします！

◆インバウンドの波が伏見にも！

観光都市・京都。世界中から多くの方が訪れるなか、伏見という地域は「酒蔵の街」「龍馬ゆかりの地」としても知られ、実は外国人観光客にも密かに人気が出ています。そんななか、ついに！ 大亀谷しみず接骨院にも韓国からのお客様が来院されました！

その背景には、私清水友浩が毎週参加している「京都市倫理法人会」での学びがありました。なんと今回は、私の友人でもあるイ・ユンジさんが、韓国・テグから「中小企業同友会」のメンバーを11名引き連れて、京都に研修旅行にいられたのです。

中小企業同友会とは、韓国でも特に優れた経営者が集う団体で、100億ウォン（日本円で約10億円）規模以上の企業のトップが名を連ねています。そんな皆さんが、京都研修の訪問先として選んだのが、私たち「大亀谷しみず接骨院」と、京都市伏見区に本社を構える「有明産業株式会社」様でした。

◆ウイスキーの文化と、背骨の文化

まず有明産業様では、ウイスキーを熟成させる「樽」に着目した見学と学びを体験。樽の焼き加減や材質によって味わいがどれほど変わるのか、まるでワインのテイスティングのように深く探求されていました。ウイスキーの香りと文化の奥深さに、韓国の経営者の皆さんも感動していました。

そして当院では、カイロプラクティックの基礎理論に加えて、「なぜ背骨を整えると、経営者のパフォーマンスが向上するのか」についてレクチャー。神経伝達・血流・ホルモンバランスといった生理学的な視点から、集中力・判断力・決断力といった「経営能力」にどのように影響するのかをお話しさせていただきました。

実際に施術を受けていただき、「視界が開けた！」「考えがクリアになった！」と感想をいただきました。

◆文化の違いに学び、笑い、感動

同じアジア人として通じ合える部分がありながらも、所作や礼儀作法などにはやはりお国柄が表れます。たとえば、日本ではおじぎの角度が浅くても敬意が伝わりますが、韓国ではより深い角度での礼が一般的です。逆に、日本ではあまり目を合わせずに話す方が礼儀正しい場面もありますが、韓国ではしっかりと相手の

目を見ることが信頼の証とされるなど、面白い違いも感じられました。

笑い話として、当院が「背骨を整えて感動体験を」ご体感くださいと書いたハングル文字が、翻訳の都合で「動物の背骨」と解釈されてしまい、韓国の皆さんから「まさか動物扱いかー？」と冗談まじりにツツコミが入り、一同大笑い。

しかしその裏には、通じ合えるユーモアと、相手を尊重し合う心があり、日韓の距離をぐっと縮める瞬間となりました。

◆美年会の皆さまにもインバウンドの波を！

日本人は自分の身体の声に鈍感になりがちです。外国の方のように「自分の体を労わる」文化は、私たちこそ見習いたいものです。

この機会に、ぜひ一度ご自身の身体を見直してみませんか？特にこの梅雨から真夏への変わり目は、自律神経が乱れやすく、寝つきが悪い・便秘やむくみ・めまいや立ちくらみ・なんとなくやる気が出ない、という症状が増えます。

これは「歳のせい」ではなく、「背骨と自律神経のSOS」の可能性が高いです！

◆当院の夏季おすすめコース

◎【背骨・骨盤矯正+EMS（電気筋肉刺激）】寝ているだけで筋肉トレーニング+姿勢矯正が可能！冷え・むくみ・便秘にも効果大♪

◎【自律神経調整+水分バランスケア】暑い夏を快適に過ごすには体内の「水のめぐり」がカギ。熱中症予防にも。

◎【インバウンド記念・ペア割コース】海外からのご家族・

ご友人と一緒に施術を受けると、お得な特典あり！（英語・韓国語対応OK）

◆院長からのひとこと

カイロプラクティックはアメリカ発祥の自然療法ですが、日本の「気」や「心身一如」の考えとも非常に親和性があります。

特に人生の後半をより豊かに生きるためには、「自分の背骨」を知り、整えていくことが大切です。

インバウンドが訪れる治療院には、やはり「確かな技術と“心あるおもてなし”があると思っています。地域の皆さまにも、世界基準の健康習慣を一緒に取り入れていただけたら嬉しいです。

そして今回の韓国との交流を通じて、国や文化を越えたつながりが、私たち自身の健康意識や地域社会の未来を明るく照らすと改めて実感しました。こうした出会いに、心より感謝します。それでは、今月も健やかな毎日をお過ごしください！

大亀谷しみず接骨院は交通事故の治療も得意としています。日常のケガも手当てします。「あーこけちゃった」「足首や手首を捻挫しちゃった」「ぶつけちゃった！場合や、ご家族や知人で交通事故のケガに遭った場合はすぐに大亀谷しみず接骨院までご連絡ください。柔道整復師はケガを治すプロです。「これくらい大丈夫」と思って放置して骨折していた人も多数おられます。ダイエットサポートも行っています。遠慮なくご相談くださいね。

スタッフ一同超健康をあなたへ！純情と書いて「すなお」で朗らかに迎えたいします。

連絡先 adiolifechiropractic@gmail.com

電話番号 075-2000-6124

公益社団法人全国有料老人ホーム協会が、公募した**シルバー川柳**の作品の一部を紹介いたします。『**シルバー川柳**』ポプラ社編集部（編）として発行されています

・ポツクリと逝きたいくせに 医者通い

堀江正一（男性・栃木県・68歳・無職）

・やつと立ち 受話器を取れば 電話切れ

井堀雅子（女性・奈良県・63歳・無職）

・飼犬が徘徊防止に 付いて来る

石川昇（男性・東京都・63歳・パート）

・ハグされて こわい私の 骨密度

澄っ子ぐらし（女性・徳島県・41歳・会社員）

・墓地問題 うちがもめるは 墓地問題

松本俊彦（男性・京都府・61歳・会社員）

・あれよあれ それよそれよと 答え出ず

毛利勝（女性・愛媛県・81歳・主婦）

・この歳で 止めてどうする 酒たばこ

永田寿道（男性・岡山県・67歳・農業）

・クラス会 それぞれ持病の 専門医

荒木貞一（男性・北海道・73歳・無職）

・金が要る 息子の声だが 電話切る

浜乙女（女性・神奈川県・72歳・主婦）

・こんにちは 思い出せずに さようなら

山本芳子（女性・大阪府・73歳・主婦）

昭和クイズの答え

- 第1問【聖徳太子】 第2問【欧陽菲菲さん】
 第3問【おとこざかり】 第4問【山口小夜子さん】
 第5問【高田みずえさん】 第6問【成りあがり】
 第7問【恋の季節】 第8問【省エネルック】



京都清水メディケアシステム
KYOTO SHIMIZU MEDICARE SYSTEM

医療・介護・福祉の連携と充実を目指して

多様なケア施設が一体型に機能することを目指した“ケアフルヴィレッジ伏見しみず”として、生活環境に合わせたさまざまなケア体制を整えています。

京都リハビリテーション病院
電話：075-646-5400

特別養護老人ホーム 深草しみずの里
電話：075-646-1001

介護老人保健施設 深草京しみず
電話：075-646-1414



〒612-8431
京都市伏見区深草越後屋敷町 17 番地

藤城の家 1階「よいみち」にて

カフェ ふじしろ



2025年
令和7年

7月の予定カレンダー!!

日曜日 月曜日 火曜日 水曜日 木曜日 金曜日 土曜日

		1	2	3	4	5
				お休み		お休み
6	7	8	9	10	11	12
	お休み					お休み
13	14	15	16	17	18	19
	お休み					お休み
20	21	22	23	24	25	26
	お休み					お休み
27	28	29	30	31		お休み
	お休み			お休み		

今年度の藤城の家の会議で、地域の皆様と藤城の家の利用者の交流をさらに増やしていこうとの議題になり、コロナ以降止まっているイベントの復活も議題にあがっています。その中でカフェの再開についても話がでていますので、内容をつめて、再開に向け動いていきたいと思っています。

それまで「カフェ」につきましては休止のままといたします。申し訳ございません。

藤城の家 施設長 小笹浩紀

まったくカフェ



訪問リハビリマッサージ師

三宅 淳之

突然ですが貴方は自分が障害者と呼ばれる立場になることをイメージしたことはありますか？今は健康でも交通事故や病気で脳に損傷を受ける可能性つてありますよね？交通事故で足が不自由になることだってあることです。

私も今から25年ほど前、きただ治療院の北田義博先生と2人で、福祉用具専門相談員の資格を取るべく大阪まで講義を受けに行った折に、講師の人の勧めもあり1時間ほど車椅子に座って講義を聞いたことがあります。

普段使っている椅子とは座り心地が大きく違い、思っていた以上に落ち着かなかった記憶があります。

こういうのつて一度でも体験してないと分からないですよ？もしも貴方が車椅子生活になったとしたら色んな不自由なことに直面すると思うんです。

例えば外食とか。飲食店に入ろうとしても車椅子用のスロープがないとお店に入ることすらできず、仮にお店

に入ったとしてもテーブルの高さが低すぎたりして、車椅子がつかえて食事に手が届かなかつたりしたら、楽しいはずの食事何だかつまらなくなってしまうですよね？

そんな不安を解消してくれるお店が深草にあるんです。A votre aise(アヴオートレーズ)というお店で、第二軍道の真ん中あたり北側、ソフトバンク深草店の東側といえば概ねの場所がお分かりいただけるでしょうか？A votre aise(アヴオートレーズ)とはフランス語で「お気軽に」という意味で、来てくださる全ての方が気軽な気持ちでお越しいただけるカフェをコンセプトに作られています。

このお店の名前、私は何度聞いても覚えられなかったのですが「競輪、競馬…？ あっ！ ボートレース!!」と覚えたら、ちよつと違いますが近いところまでは覚えたことになると思います(笑)

冗談はさておき、カフェには障害を持つているスタッフもいらつしやいますが各々の得意分野を活かして働かれています。心温まるランチメニューに、笑顔が絶えず不思議とほつとする空間。ランチタイム以外にもカフェタイムがあり、ふわふわのフレンチトーストと一緒にまったく過ごすことつて、このカフェのカウンター席は車椅子の高さに合わせてあるので車椅子の方でも安心してお越しいた

だけです。

また、車椅子であつてもトイレに行きやすい設計になつています。こういった気配りのあるカフェってなかなかないですよ。

さらにこのカフェが他のカフェとちよつと違つてゐるのは介護福祉士、柔道整復師、鍼灸師、看護師、あんまマッサージ指圧師、ケアマネジャーなど医療、介護関係者が多く立ち寄る場であるという点です。

何故ならこのお店は京都府鍼灸マッサージ師会で活躍されている内山康子先生が経営されているからです。内山康子先生は稲荷駅のそばに「康子整骨院」を開設されているだけでなく、「ラサント」という機能訓練特化型デイサービス、「ボンヌサント」という訪問介護障害支援事業所、さらに「ピトレスク」という障害者も要介護者も共に暮らせるシェアハウスなど、伏見で多角的に事業所を経営されています。そういった方だからこそ心配りのあるお店の設計になつてゐます。障害の有無に関わらず誰もが生きやすい社会って温かな社会ですよ。そういった地域の活動を皆で見守っていけたら良いなと思つてゐます。

カフェは木曜日と日曜日、祝日が定休日です。電話番号は075-585-7223です。ご興味のある方は是非一度お立ち寄りください。

＊7月3日木曜日
朝9時30分～11時
まで万帖敷会館にて
雑談をしながらご
要望に合わせてセル
フケア指導をします。
お時間のある方は是非
お立ち寄りください。



訪問リハビリマッサージ

歩行困難で医療機関のようなリハビリマッサージを受けたい方は
医師の同意があれば、健康保険での訪問が可能です（施術時間30分）

三宅治療院 伏見区大亀谷万帖敷町123-36

初回訪問は無料です。料金・施術内容等、お気軽にお問い合わせください。

電話 090-9887-0038

三宅治療院のホームページはこちらのQRコードを
スマホのカメラで読み取ってください



私が考える福祉



社会福祉法人 京都老人福祉協会
就労継続支援A型・B型事業所
ワークパートナーYUI

内山 歩香

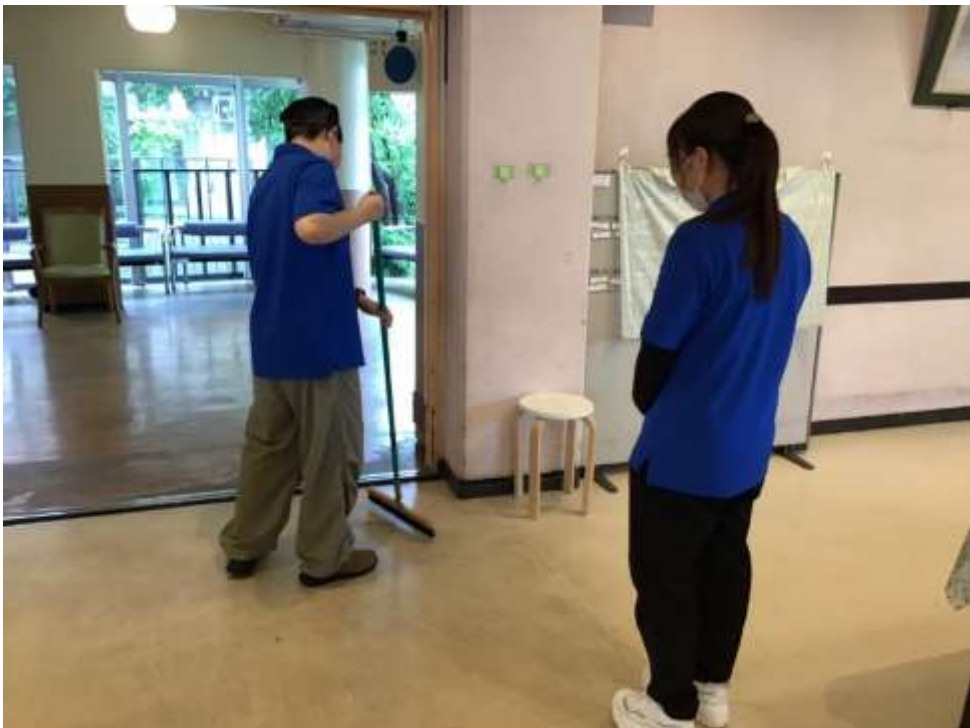
地域の皆さま、初めまして。ワークパートナーYUIの内山歩香と申します。

私は就労継続支援ワークパートナーYUIで、就労継続支援A型の生活指導員として働かせていただいています。

YUIの就労継続支援A型では一般の事業所で就労することが困難な様々な障がいのある方とワークパートナーYUIが雇用契約を結び、一般就労を目指して働いていただく方を「利用者」と呼んでいます。私はそういった就労継続支援A型の利用者の支援をしています。

今回は私が考える福祉についてお話をさせていただこうと思います。皆さまは福祉と聞くと何が思い浮かびますでしょうか。

私が考える福祉は「少しでもより良い生活ができるようにサポートをすること」です。



利用者がより良い生活を送ることができるよう、支援や相談を行うのが福祉の仕事だと私は考えます。

私は高校生の時に進路を考えている中で、福祉の仕事をしたいと思うようになりました。それは、人と関わるのが好き、人のために何かをすることが好きという単純な理由でした。

高校卒業後、福祉学科のある大学に入学をし、4年間福祉の勉強をしながら、放課後等デイサービスで2年間アルバイトをしていました。そして、2024年4月に京都老人福祉協会に入職しました。

放課後等デイサービスのアルバイトで2年、ワークパートナリーUIで1年、福祉の仕事を経験してみて、難しいと感じることがあります。それは利用者対応の仕方です。相手は人であるため、相手のその時の気持ちや状況で対応の仕方も変わります。対応に正解がないため難しいと感じることもありますが、それが福祉の仕事の楽しさでもあると感じています。

私はまだまだ未熟で、利用者を支援する立場ではありませんが、利用者から教えてもらうこともたくさんあります。

しかし、私が働くことで利用者が、少しでもより良い生

活を送ることができるよう、これからも日々勉強をしながら、どんな時でも誠実に向き合うことができる職員でありたいと思います。どうぞよろしく願います。



社会福祉法人 京都老人福祉協会 もっと、ずっと、この町で



〒612-0844 京都市伏見区深草東古御香町 59-60
京都老人ホーム

電話 075-641-6622

<http://kyoro.or.jp>

今月の運勢



高島易断鑑定所

高島 寿周

七月（六白金星の月）

令和7年7月六白金星



七月七日（小暑）

から八月七日まで

◇一白水星生まれの人

↓今月は吉神の助けを得て、**華やかで強力な運氣**です。

一気に物事を推し進め、破竹の勢いでの快進撃が可能です。また、文書や印鑑の取扱い上のトラブルが起こりがちです。普段より念入りに確認し、かつ、処理はテキパキと迅速に行うことが大切です。**何事も月の前半に処理**をすること。吉方位は東。

◇二黒土星生まれの人

↓辛勞の多いわりに**効果のあがらない月**である。迫害や

苦情等が起こりやすく、良策と考えることが結果的には裏目にでます。訴訟争論に注意。失物や盗難に注意。内面の充実を図ってください。**現状維持で新しいことは控えること**。腰から下と鼻の病気に注意。吉方位西。

◇三碧木星生まれの人

↓運氣は少しずつ上昇し、趣味が増え、スポーツ、結婚、恋愛など、特にプライベートと家庭的な面で嬉しい出来事がいくつかあるでしょう。転職などは助言を受けて慎重にしましょう。**やっとトンネルの明かりが見えてきた月**です。身体中の柔らかいところ、肩、腕などの病気や怪我に注意が必要です。吉方位は南・東。

◇四緑木星生まれの人

↓春の陽気のように希望に満ちて、**明るい運氣の到来**です。**吉運の月**なので、思い立ったことは速やかに決行する方がよい。縁談、開店、起業、移転、普請すべて吉。しかし軽挙妄動は失敗のものだから、よく熟慮することが肝要。吉方位は南。

◇五黄土星生まれの人

↓季節にも運氣にも春が訪れ、まさに百花繚乱、**盛運氣を迎えました**。諸事努力のしがいがある月であるから、何事

も怠らず努める方がよい。新規の事は手間取ると邪魔が入る。遠方から吉事の便りがある。吉方位は南・西。

◇六白金星生まれの人

―**滞運の月**で、何事も思うように運ばないから焦らない方がよい。無理をすると病難や損失がありがちとなる。無計画を避け、**足元を固めて常に自戒の心を忘れない**でください。中宮に入る時は何事も静観し、新規事は控えること。吉方位は北、南・西。

◇七赤金星生まれの人

―**運氣は次第に隆盛**に向かいます。束縛から開放されたような感じがして、積極的に活躍を始め、短期決戦を試みる傾向があります。**業務上は努力がいのある月**です。新規開始の事は一応年長者の意見をきく方がよい。吉方位は北、南・西。

◇八白土星生まれの人

―**なんとなく心が浮き立って酒色で散財しがち**のとき。普請、造作、移転、旅行、婚姻、就職等吉。また家庭に紛糾がありがちなので注意が肝要。人との繋がりの中から、様々な喜び事が生じます。吉方位は北。

◇九紫火星生まれの人

―現在取り組んでいる問題も、計画中の事柄も、少し立ち止まって再検討すること。一時的な気分で物事を決定するのではなく、周囲の状況を良く見定め、柔軟な判断を心掛けてください。**変化の月**です。**現状維持が大切**。吉方位は北・西・東。



四柱推命・姓名判断（産児命名・改名）



高島易断鑑定所

高島 寿周

Takashima

Jusu

ホームページをご覧ください

<http://jushu-takashima.com>

〒612-0844 京都市伏見区深草大亀谷東古御香町 100 番地

TEL・FAX 075-642-4340

京都河原町御池鑑定室

〒604-8006

京都市中京区河原町通御池下

丸屋町 403 F I S ビル 2F

TEL 075-778-5048

ご予約・お問合せ 090-7889-1976



わーぷろ屋のひとりごと

◎ なんだか、自然のリズムが狂つてきているような気がします。ホテイアオイが、まるで「ここぞ」とばかりに水面を占領し、これだけ増えると、メダカたちも泳ぎにくそうで、ちよつと気の毒に思えてきます。メダカも、孵化はしていますが、そのあとが……。朝晩の気温差に耐えきれないのか、元気に育つのはほんのわずかです。世話はしていますが、自然が相手、なかなか思い通りにはいきません。それにしても、今年もやつぱり暑すぎるのかな。去年も暑かつたけど、今年は「暑さの質」が違う感じがします。ジリジリというより、ジワジワと効いてくるような、そんな暑さ。鉢の置き場所も日当たりや風通し、水温の變化……ちよつと見直す時期に来ているのかもしれないですね。今までと同じじやうまいかない。そういう時代に入ってきているように感じています。

◎学級農園で育てたタマネギ、ジャガイモ、にんじんが、今年は最高の出来でした。子供たちも収穫をとて喜んでくれて、土作りを頑張った甲斐があつたなと感じています。ご近所の農家の方に聞くと、筍を除いて、どの作物も今年は豊作だとか。なるほど、気候の影響もあつたのかもしれませんが。今は、昨年あまり収穫できず子供たちをガツカリさせてしまったサツマイモに力を入れています。今年こそはと意気込んでいますが、これからの暑さとの戦いになりそうです。

◎世界がもっと平和になってほしいと、つくづく思います。争い

ごこの原因は国や地域によつてさまざまだと思いますが、本当に話し合ひで解決できないのでしょうか。日本は島国だからこそ、これほどある程度の平穩を保てたのかもしれませんが。もし陸続きだったら、とつくに他国に乗つ取られて、自由を失つていたのでは……そんな不安を感じることもあります。最近は、外人による日本の土地や建物、水源の買収が進んでいるという報道も目にします。これもまた、心配の種です。インバウンドの影響で、ここ藤城でも外国人を見かけない日はありません。歩いてゐる皆さんは、どこか楽しそうで、みんな仲良しに見えます。そういう姿を見ると、ほんの少しは希望を感じています。

実年会だより

通巻四百八号

参議院選挙が始まります。ご自分の意思を示す機会として、ぜひ投票に行ってくださいね。不思議なことに、藤城の投票率はいつも低いのです。なぜなのでしょう・・・？

せつかくの大事な一票、もったいないなあと思うてしまいます。

実年会だより

通卷四百八号

創刊平成三年八月

令和七年七月一日発行

藤城連合実年会

代表 鈴木美恵子

編集・制作 高橋 猛

(090—4641-0777 番)

adotaka@carrot.ocn.ne.jp

編集補助
松村隆行 宮杉
曠

校正 松村隆行 宮杉 曠

岩堀俊彦

あなたの街の

株式
会社

コンノ工務店

since 1977

伏見区深草大亀谷古御香町171

TEL 643-9658

FAX 643-9660



ORII KOUGEI
SINCE 1979

折井工芸

〒601-1321 京都市伏見区醍醐北端山 25 番地の 4

TEL 075-632-8779 FAX 075-632-8879

URL : <http://www.oriikougei.com/>

袋物製造補助・軽作業員パート募集

レディース向けを中心に、ガマ口・ポーチなどの小物からショルダー・トートバッグまで
社内工場で製造しています

不動産の売買・相続 会社の設立 債務整理 簡易裁判所での訴訟代理業務 各種許認可申請 など 各種法律相談承ります

**そうだい司法書士法人
そうだい行政書士事務所**

SOUDAI Shiho-Shoshi Lawyer's Office

〒604-8241 京都市中京区三条通新町西入釜座町 26 番地 南部ビル 3 階

URL <http://www.soudai-office.jp/> E-mail info@soudai-office.jp

TEL 075-254-5130 FAX 075-254-5131



藤城学区の皆さん、万一事故に遭われお困りの時は
お気軽にご相談ください。

生命保険・損害保険・資産運用・決算対策

有限会社 **ISK**

代表 廣澤 好信

〒612-8401 京都市伏見区深草下川原町 22-11 市川ビル 303

TEL 075-777-2425 FAX 075-777-0676

ボルト・ナット・精密部品などの製造を通して、世界の平和と社会の発展に貢献する

TERAUCHI



航空宇宙分野から医療分野まで

株式会社 寺内製作所

代表取締役

植月 邦彦

〒612-0042 京都市伏見区深草芳永町666

Tel 075-641-5201(代) Fax 075-647-2085

URL <http://www.terauchi-mfg.co.jp>

保険で鍼灸治療を受けてみませんか？

当院では各種健康保険でお安く鍼灸治療を受けることができます。

肩こり・腰痛・膝痛・神経痛・五十肩などでお困りの方、当院の保険鍼灸治療で、健康管理をしてみませんか。

 ミヤガワ鍼灸治療院

〒612-0847 京都市伏見区深草大亀谷大山町 21-1 コーポラス松井 106

Tel/Fax 075-643-7516

オオタ歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	△	○	○
午後 3:00~ 7:30	○	○	○	△	○	×

休診日
第1・3木曜日
日・祝
○駐車場あり

伏見区深草大亀谷八島町 5-10 TEL 075-642-1105

京都深草大亀谷郵便局

612-0846

京都市伏見区深草大亀谷万帖敷町166-54

TEL 075-642-4320

身近なご相談を受けいたします

スガマ行政書士事務所

TEL 075-641-4799

伏見区深草大亀谷万帖敷町3-23





浅井歯科医院

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 14:30~18:30	○	○	○	○	○	×

日・祝 休診
駐車場あり

TEL 075-643-7267

伏見区深草大亀谷内膳町 24 JR 踏切西入ル一筋目南 50m

JR藤森駅東

電気器具販売・修理・電気工事・防犯工事
デジタル関連・太陽光発電・オール電化・リフォーム

上杉でんき



〒612-0847 伏見区深草大亀谷大山町17-2

<http://www.uesugi-denki.com>

TEL 643-9932

地域密着型のかかりつけ薬局を目指して・・・

スマイル薬局藤森店 営業時間

月	火	水	木	金	土	日
8:50 ↓ 18:30	8:50 ↓ 18:30	8:50 ↓ 17:00	9:00 ↓ 17:00	8:50 ↓ 18:30	8:50 ↓ 12:00	休 業

※：日・祝日は休業

〒612-0843 京都市伏見区深草大亀谷大山町 42-2

TEL 075-634-8653

FAX 075-634-8637

N 西村 医院

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

休 診 日

木曜日・日曜日・祝
祭日・水曜日午後・
土曜日午後

但し、受付時間は、午前 8:45~11:45 午後 3:45~6:15

〒612 伏見区深草大亀谷万帖敷町 90 TEL 075-645-0747



京都市認定業者

総合コンサルタント 不動産（売買・管理・賃貸）・相続相談・資産運用ほか

株式会社 **山都キャピタル・コーポレーション**

京都府知事（4）第12282号

伏見区深草大亀谷大山町2 1番地1

TEL 075-643-8866 FAX 075-643-8861

～ 生涯地域居住 ～

社会福祉法人 **健光園**

《藤城の家》

T612-0846

京都市伏見区深草大亀谷万帖敷町4-1

TEL075(644)2246 FAX075(644)2260

《藤城児童館》

T612-0856

京都市伏見区桃山町正宗52-6

TEL 075(622)1127 FAX 075(622)1101

全面天然芝 250 ヤード打放し

1時間30分(ボール代含む)2,500円のプロのレッスン

好評開催中!!

初心者の方にも丁寧に指導いたします。

 **六地藏ゴルフ(株)**

京阪墨染駅より東へ直進1.5Km TEL075-643-2500・2600

健康イキイキ♪カイロプラクティック(生きる力を高めます)・交通事故専門治療・接骨(転倒、捻挫などケガ治療)

ADIO Life Chiropractic

 **大亀谷しみず接骨院**

完全予約制

受付時間のご案内

午前 9:00～12:00

午後 3:30～ 8:00

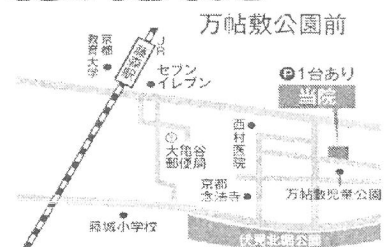
	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○ 12:30	○	○	○ 12:30
午後	○	○	/	○	○	/

【定休日】日曜・祝日 (健康保険適用)

京都市伏見区深草大亀谷万帖敷町590-5

☎ 075-200-6124

交通事故や転倒による急なケガの場合はこちらまで→緊急連絡先 090-1678-4975 まで!



共に生き 笑顔で支えあう くらしづくり

○ご利用者が 自己決定できるくらしづくり

○地域に根ざし 地域と共に生きる施設づくり



社会福祉法人 洛南福祉会

〒612-0846 京都市伏見区深草大亀谷万帖敷町 370-1 FAX (075) 632-8659

●元源深草

TEL (075) 634-8641

●ケアプランセンターあかつき

TEL (075) 632-8653

江戸前・仕出し

志多る鮎

京阪電車丹波橋駅北口東 定休日: 毎週月曜日

◎ 配達致します ◎ TEL (611) 3487

お商売とおからだの健康を

ADTEC

有限会社 アドテック

代表取締役 高橋 猛

京都市伏見区深草兜山町52番地21

TEL 075 - 643 - 0160



医療法人顕樹会

本田歯科クリニック

診療時間

日 月 火 水 木 金 土

9:00 - 12:30

× ○ ○ ○ ○ ○ ○

13:30 - 18:00

× ○ ○ ○ ○ ○ ○

※祝日は休診となります

外来診療

☎ 075-645-7070

訪問診療

☎ 0120-713-648

〒612-0044 京都市伏見区深草北新町631-1

墨染駅 徒歩2分



社会福祉法人 **フジの会**

social welfare corporation FUJINOKAI

〒612-8435 京都市伏見区深草泓ノ壺町 37-1

TEL 075-641-7777 HP: <https://www.fujinokai.jp>

特別養護老人ホームフジの園・特別養護老人ホームみやびのその
みやびのそのデイサービスセンター・みやびのその居宅介護支援センター・ケアハウスプラスしこうえん
モーツァルト七瀬川つつみ・モーツァルトしずかこども園・京都市伏見板橋児童館



河野歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	×	○	○
午後2:00~7:00	○	○	○	×	○	2:00 ~6:00

休診日：木曜・日曜・祝日

伏見区深草大亀谷万帖敷町 166-17

初診・急患は随時

TEL/FAX 075-641-1947



① 京都中央信用金庫

みなさまのすぐとりに
京都中央信用金庫がいます。

墨染支店

京阪墨染駅東1筋南

☎ (645) 1301

FAX (645) 1501

なが——い、おつきあい。

信託・相続

のご相談は

近くて便利な京都銀行へ

① 京都フィナンシャルグループ

≡ 京都銀行

墨染支店・藤森支店 TEL.075(643)1811