

実年会だより

2026 年 8 月号



令和8年8月1日発行 通巻421号
藤城連合実年会

藤城連合実年会 行事カレンダー

令和 8 年 8 月

日	曜	行 事	時 間	場 所	担 当
2	日	第5回雀友会夏季大会	12:30～17:00	よりみち	松 村
参加者人数16名。二回戦合計トータルにて優勝・忒位・BB・役満の賞を授与。 集合時間厳守の事！遅刻罰金 短期決戦 優勝目指して頑張ってください					
28	金	G.G 練習	9:00～	北堀公園	岩崎・池田

※朝7時前のNHK関西ローカルニュースの天気予報で35度以上の予想が

出た時は、自動的に練習は中止となります。

※役員会・民謡教室は休みです。

GGは7月に続き8月・9月も練習開始時刻は9時とします。

暑気益々厳しき折、ご自愛下さいますようお願い申し上げます





ヘチマの花

8月号目次

暑中お見舞い申し上げます・・・・・・・・・・	会	長	鈴木美恵子	2
藤城夏まつり 2026・・・・・・・・・・・・・・・・				2
「健康すこやか学級」・・・・・・・・・・	社会福祉協議会	諸	藤 葉 子	3
藤城ニューフレンドだより・・・・・・・・・・	健 康 部	岩	崎 徳 次	4
ウォーキングコース下見を実施・・・・・・・・	兜 山 町	高	橋 猛	6
地域安全ニュース・・・・・・・・・・・・・・・・				7
対話する人間・・・・・・・・・・・・・・・・	古 御 香 町	岩	堀 俊 彦	8
【旅先での使命：春蝶師匠や仲間へ、				
渾身のカイロプラクティックを届ける】・・	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
愛の言葉・・・・・・・・・・・・・・・・	三 宅 治 療 院	三	宅 淳 之	14
福祉のイメージ・・・・・・・・・・	京都老人ホーム	國	井 幹 正	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 ムクゲ

暑中お見舞い申し上げます

藤城連合実年会 会長 鈴木 美恵子

会員の皆さまには、日頃より実年会の活動にご理解とご協力をいただき、心より感謝申し上げます。

連日、厳しい暑さが続いておりますが、お変わりなくお過ごしでしょうか。どうか無理をなさらず、水分補給や休養を十分に取リながら、健康第一でこの夏をお過ごしください。

また皆さまと笑顔でお会いし、楽しいひとときを一緒にできますことを心より楽しみにしております。

皆さまのご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、暑中のお見舞いとさせていただきます。



藤城夏まつり 2026

7月26日(日)、藤城小学校第1グラウンドにおいて、藤城ふれあい委員会主催による「藤城夏まつり2026」が開催されました。

「好きです藤城！ 広げようふれあい」の地域スローガンのもと、入道雲が広がる夏空の中、多くの地域の皆さんが来場し、会場は終始にぎわいに包まれていました。

遊びコーナーや飲食コーナー、福祉コーナーなどには長い行列ができ、子どもから高齢者まで笑顔あふれる交流の輪が広がりました。夕涼みイベントでは、藤城小学校3年生による元気いっぱいダンスや琉球國祭り太鼓の迫力ある演舞が披露され、大きな拍手と歓声に包まれました。世代を超えたふれあい生まれ、地域の絆を感じる事が出来た、夏まつりでした。



【健康すこやか学級】

7月9日（木）藤城の家よりみちにて

介護予防推進センターの講師によるヨガ入門。

身体をゆっくり伸ばします。呼吸にも気を配ります。そっと・・・大きく・・・深く・・・静かな時間が流れます。



最初より身体が動かしやすくなったんじゃない？

後半はボールを転がすゲームです。
なかなか100点まで届きません。
よくよく見るとマイナスがある！！
吸い寄せられるようにそこに行くんだなあ　これが（笑）
座って立ってお隣へ、椅子移動も
なんのその。よく動きました🌸



7月16日（木）

恒例のポーセラーツ

シルバーの集いで展示します。



***8月のすこやか学級はお休みです。**

***9/17 会場は＜京都老人ホーム＞送迎・昼食あり 要申込**

問合せ・申込：090-6915-9781 諸藤



藤城ニューフレンドだより

健康部 岩崎徳次

- * 暑中お見舞い申し上げます。今年も連日暑い日が続いていますが体調に気をつけてお過ごしください。
- * 練習は8月28日(金)からの再開となります。まだまだ暑いですので練習中も必ず水分補給をお願いします。

令和8年6月 グラウンド・ゴルフ成績表

男性

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）
5	12	22.00	5	野間② 上西 大西 三宅
12	9	22.48	3	岩崎 藤井 細川
16	10	22.67	5	岩崎② 河本 坪内 藤井
19	8	22.50	5	岩崎② 藤井② 河本
23	8	20.17	6	岩崎② 河本② 大西 細川
30	7	21.19	2	河本 藤井
計6日	54	21.89	26	

女性

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）
5	17	23.06	5	佐々木 田原 西出喜 藤井 三輪
12	17	24.60	8	小園② 中西② 池田 佐々木 谷口 藤井
16	15	23.89	5	田原② 西出喜② 藤井
19	17	24.16	8	原田② 小園 佐々木 瀬田 田原 西川 三輪
23	13	21.56	14	原田⑤ 今川③ 小園 坂田 佐々木 瀬田 田原 西川
30	17	23.29	9	田原④ 坂田② 蘆田 佐々木 西出喜
計6日	96	23.51	49	

- * ホールインワンについて23日に原田さんが5個、30日に田原さんが4個 といずれも素晴らしい成績を挙げられましたが3ゲームにまたがったの成績のため惜しくもダイヤモンド賞とはなりませんでした。

*今年度の練習も3カ月を過ぎました。この間の個人別の成績をお知らせしておきます。

なお、平均打数(アベレージ)については上半期表彰の対象である個人のゲーム数÷総ゲーム数(ほぼ出席率)が7割以上の方のみ表示しています。(敬称略)

男 性			女 性		
氏名	H-1	平均打数	氏名	H-1	平均打数
石原	0		蘆田*1	1	23.04
岩崎	9	22.24	池田	7	
上西	5		今川	7	21.34
大西	16	20.26	小園	11	21.6
河本	13	21.51	坂田	7	24.17
公文代	1		佐々木	6	23.43
須釜	0		瀬田	11	21.38
坪内	10	19.8	谷口	3	
野間	12	20.3	田原	13	19.41
藤井	9	20.89	中西	4	
藤田	5		西川	11	23.92
細川	3	23.79	西出喜	8	23.33
松村	1		西出有	3	
三宅	4		西村	3	23.91
			原田	9	23.91
			藤井	7	21.6
			三輪*1	2	
			渡辺	1	

オール2打賞 坪内 4/28

*1 令和8年6月の入部

○男女ともほぼ予想どおりの展開になっています。男性ホールインワン賞については河本、野間、藤井の各氏の追い込みが期待されるところです。女性については田原さんがホールインワン賞及びベストアベレージレーン賞の双方について優位。とくにアベレージについては安定しており二位以下の方の今後一層の奮闘が期待されるところです。H-1数については常連の小園さん、瀬田さん、に加えて西川さんの追い込みが期待されるところです。

○全般的に昨年同期間と比較しますと入部2～3年の方のスコアアップが見受けられ、今後、下半期以降の新たな展開に期待が持たれるところです。



ウォーキングコース下見を実施

兜山町 高橋 猛

7月8日(水)、令和8年度すこやかクラブ京都 若手委員会が主催する12月開催予定(伏見区老連 若手委員会 担当)のウォーキング大会に向け、コースの下見を行いました。当日は35度を超える厳しい暑さの中、22名(藤城から2名)が参加しました。

今回の下見では、事前に地図上で検討したコースを実際に歩き、安全性や距離、歩きやすさなどを確認しました。コースは伏見港公園をスタートし、濠川沿いを東へ進み、「龍馬とお龍 愛の旅路像」や趣のある松本酒造の酒蔵を眺めながら、東高瀬川の堤防を北上する、伏見ならではの水辺の景観を楽しめる内容です。

また、安全な大会運営に向け、誘導員の配置場所や案内矢印の設置箇所、横断歩道のない道路での安全対策、トイレの場所などについても、参加者全員で意見を出し合いながら確認しました。道中では、地元の方から貴重な情報をいただく場面もあり、大変参考になりました。

さらに、「本番ではこの場所を担当します」と積極的に協力を申し出る参加者もあり、心強く感じました。本番は12月のため、季節による環境の変化も考慮し、開催前には最終確認の下見を実施する予定です。



暑さの厳しい中での下見となりましたが、安全で楽しいウォーキング大会の実現に向けた、有意義な一日となりました。

ぶんりん ステーキハウス 文琳

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

個人情報聞き出す 不審な電話が 急増しています！！

7月に入って、
「あなた宛の荷物が届いています」等と言って
住所や氏名など個人情報を聞き出す不審な電話
(詐欺の予兆電話)が多発しています。



重要 注意 重要 注意 重要 注意 重要 注意 重要 注意 重要 注意

★ 被害に遭わないために ★

- ◎ 詐欺の電話の7割は国際電話です。海外と通話しない方は国際電話の利用休止をして、電話に出ないようにしましょう。
- ◎ スマートフォンは、警察庁推奨アプリを利用しましょう。

地域の安全・安心情報をタイムリーに入手！

～防犯・犯罪情報メールの登録をお願いします～

anzen@mail.bousai.pref.kyoto.lg.jp

に空メールを送信して、返信された登録画面に必要事項を入力若しくは二次元コードからも登録ができます。



京都府山科警察署 075-575-0110

対話する人間

古御香町 岩堀 俊彦

「対話」が大事だと言われて久しい。人は何故対話をするのか。対話によつて、人を知り、自分を知ることが出来る。他人のことを知ることも、自分のことを知ることも大事だと思う。対話は「聴く人」と「語る人」から成る。「聴く力」と「話す力」。どちらがより大切だろうと私は考えた。

どちらか一つと言われれば「聴く力」だと思う。生まれる前から、つまり胎内にいる時から、母の声、父の声を聴いている。この世を去る時も聴覚が一番最後まで機能している。

ミハエルエンデという作家が書いた本の中に「モモ」というのがある。それは「聴く力」が優れた子どもの名前です。人の悩みに対して並外れた聴き方で「傾聴」できる子どもです。

何十年も前に英語のテキストの中に出てきた物語です。モモは目に見えない宇宙の「声」にも耳を傾けることができる子どもです。モモに悩みを打ち明ける人は、モモの「同苦」する力と「想像力」によつて、自ら悩みから開放されるのです。

カールロジャースという心理学の専門家(カウンセラー)は、来談者(クライエント)の悩みを聴くときは、想像力を開放し、ひたすら来談者の話に傾聴する。カールロジャースはほとんど何も語ることはなく、クライエントは自分自身の中で何かに気づき、解決の方向に向かう。

何故そのようなことが可能なのか。それは人格(人柄)の力だと言われる。つまり人は誰も、自分自身の中に、解決する「力」を持っているのだと思う。

その力を引き出すことができるのは人間だけです。A Iにはその力はありません。

私は行動すること、色んな人と出逢うことができた。また自然とも出逢うことができた。行動すること、自分を作ることができたのだと、振り返って思う。

子ども時代は、自分が生まれた郷土で、昆虫採集、魚釣り、川遊び、海水浴など、自然との接触が私の人間の核を作ってくれたのだと思う。高校時代は英語・数学の参考書と向き合う日々を送った。遊びに時間を費やすことはあまりなかった。大学時代は反動で無気力になり、旅やバイトに多くの時間を費やした。そしてフラメンコギターに出逢い、目標ができた。

かつての岡崎公園の中にあつた京都都会館第一、第二ホールでギターソロや二重奏を演じた。



現役時代、教員劇でギターを奏でる。

大学三回生から教職科目を選択し、教師の免許を取得し25歳で、教壇に立った。教員時代は週末には賀茂川河川敷を走り、京都マラソン、丹波ABCマラソン、社会人陸上競技大会で体育教員とチームを組み1マイルリレーに出場。

教員時代によく大文字山に登った。身体を鍛える為という理由ではなく、ただ自然が好きだったので山道を歩いた。木漏れ日の山道、緑の森の中を歩く時間は楽しかった。今、振り返って思うのは「自然が自分を育ててくれた」ということ。山道を歩くときは、いつも一人だった。

一人でいる時間はとても貴重だった。友達の中にいる時間も楽しかった。「我的世界」と「我々の世界」。このバランスが大事だと今、思う。

家から職場まで自転車ですの森の中を走るほんの10分の時間は至福の時。

私が学んだ英語を生徒に伝える。たまに雑談の時間をつくり、自分の体験談を語る。自分の授業や経験を真剣に聴いてくれる生徒たちが目の前にいるということ。これほど幸せなことがあるだろうか。

中学生や高校生と日々ふれあい、学びあえることをつくづく有難いと思う。

【旅先での使命：春蝶師匠や仲間へ、

渾身の力！口プラクティックを届ける】



大亀谷しみず接骨院

院長 清水 友浩

青の色は700以上！パラオの美しい海でのシュノーケリング

暦は8月を迎え、ジメジメとした梅雨の終わりと本格的な酷暑の始まりが交錯する、1年の中でも特に体調管理が難しい時期となりました。今月も皆様が最高の現役感を持って笑顔で過ごせるよう、最近私自身が体験した魂が震えるような旅のエピソードと、大切な健康についてたづねとお届けいたします。どうぞ最後までお付き合いください。

先日、私は4泊5日のスケジュールで、南国の楽園と呼ばれるパラオ共和国へ行ってまいりました。

パラオに到着してまず私の目を奪ったのは、言葉では言い表せないほど美しい海です。現地では「パラオの海には、緑の色や青の色を含めて、700以上もの青のグラデーションがある」と言われています。実際に海を眺めると、エメラルドグリーンから深いインディゴブルーまで、太陽の光の角度や水深によって万華鏡のように色が変わり、地球が作り出す圧倒的な大自然の美しさに息を呑みました。

この旅では、海に入ってシュノーケリングをする機会にも恵まれ

ました。透き通った海の中に潜ると、そこには見渡す限りの見事なサンゴ礁と、色とりどりの熱帯魚たちが活発に泳ぎ回る、まさに生命の楽園が広がっていました。

落語家の桂春蝶師匠、同志の仲間と往くペリリュー島への慰霊の旅

しかし、今回のパラオへの旅は、単なるバカンスではありませんでした。私には、どうしても果たしたい大きな目的がありました。それは、かつての大東亜戦争において壮絶な激戦地となった「ペリリュー島」へ赴き、日本の英霊の皆様へ鎮魂と慰霊の祈りを捧げることです。

この神聖な旅を共にしたのは、私が心から尊敬する圧倒的な人間力を持った朝倉千重子先生、そして現代の落語界の至宝であり、ペリリュー島の戦いを描いた創作落語「パラオの星」の生みの親でもある3代目桂春蝶師匠、さらには同じ志を胸に秘めた全国の最高の同志たちです。

祖国日本を、そして遠く離れた故郷にいる最愛の家族を守るために、約1万人もの日本の兵隊さんたちが一歩も引かずに命を燃やし尽くされた場所。私たちは並んで立ち、涙ながらに心からの祈りを捧げました。全員の魂が英霊の皆様の想いに完全に共鳴し合った、震えるような感動の時間を過ごしました。

実年会の皆様へ語りかける、受け継がれた命への想い

このお便りを読んでくださっている実年会の皆様のお多くは、激動の時代をくぐり抜けてこられた大先輩方です。きつと、皆様の中には、「ご自身のお父様やおじい様、あるいは大切なご親戚や身近な方が、実際にあの戦地へと赴かれたという方も少なくないのでは」ないでしょうか。

愛する家族を残して戦地へ赴かざるを得なかったお父様の背

中、そして大切な身内を戦死というあまりにも悲しく過酷な形で亡くされた。遺族の皆様の胸の詰まるような想い、今なお癒えることのない切ない心情に想いを馳せると、本当に言葉が見つからず、胸が締め付けられるような気持ちになります。

ペリリユー島で戦った兵隊さんたちも、頭の中にあつたのは「日本の家族がどうか無事で、幸せに生きてほしい」ということだけだったそうです。皆様の身内の方が命をかけて守り、繋いできてくださった大切な「命のバトン」が、今、私たちの身体の中に脈々と受け継がれています。この美しい日本という国で、今こうして私たちが生かされていることへの深い感謝と誇りが、私の胸の中で激しく燃え上がりました。

旅先での使命：春蝶師匠や仲間へ渾身のカイロプラクティクスを届ける

過酷な環境での移動、そして強い精神的緊張を伴う慰霊の旅は、お身体に大きな負担を与えます。特に春蝶師匠は日々命を削るようにして高座に上がられており、仲間たちも限界を迎えておられました。

そこで、治療家である私の出番です！旅の道中、ホテルの部屋をお借りして、春蝶師匠や仲間たちのお身体へ、当院の「カイロプラクティクス」の施術をさせていただきます。

骨格が完璧な位置へと整った瞬間、皆様の呼吸が劇的に深く変わり、施術を終えた春蝶師匠からは「清水先生、身体がめちゃくちゃ軽い！頭のモヤモヤが一気に晴れたわー」と目を見開いて大絶賛していただきました。超一流の皆様のお身体を癒やし、次のエネルギーに変えるお手伝いができたことは、治療家としてこれ以上ない誇りとなりました。

旅や旅行がもたらす素晴らしい健康効果！認知症を予防して元気に旅出ませんか？

ペリリユー島で英霊の皆様から受け取ったメッセージ、それは「今ある命を最大限に輝かせて、人生を幸せに生き切りなさい」ということです。そのためには、何よりも皆様が健康で元気に毎日を過ごすことが一番です。

そこで、実年会の皆様に私から素晴らしい提案があります。皆様、ぜひ積極的に「旅や旅行」に出かけませんか？

実は近年の医学的な研究において、旅や旅行に出かけることは、脳を強烈に刺激し「認知症を予防する効果が非常に高い」とが実証されています。普段とは違う景色を見ること（パラオの700色の海のような美しい自然など）、初めての場所で新しい経験をすること、旅先で美味しいものを食べたり仲間と楽しくおしゃべりをするこは、脳の神経細胞を劇的に活性化させます。日常生活のマンネリから抜け出す旅行は、最高の脳トレであり、認知症予防の特効薬なのです。

「もう歳だから旅行なんて足腰が心配……と諦める必要はまったくありません！そのために、私たち大亀谷しみず接骨院が存在します。

皆様が「行きたい旅に自分の足でしっかりと歩いて行ける身体」を作ること、そして旅から帰ってきた疲労を綺麗さっぱり取り除くこと、その両面から皆様の現役感を爆発させる準備は完璧に整っています。「いつまでも元気に旅を楽しみたい！」という方は、ぜひ当院に安心してお身体を任せてくださいね。

また来月をお楽しみに！

大亀谷しみず接骨院 院長 清水友浩

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

・定年後 悠々自適は 妻でした

ミッキー（大分県、78歳、男性）

・腕立て伏せ 伏せたらずっと 伏せたまま

カジ（東京都、77歳、男性）

・老犬が 黙って俺の 愚痴を聞く

カワサン（大阪府、74歳、男性）

・よく喋る 家電と妻に 囲まれる

江戸川散歩（千葉県、73歳、男性）

・備蓄米 孫が平らげ 帰つてく

けんちゃん（岐阜県、60歳、女性）

・振り込める 金があるなら 苦労せん

館野史隆（埼玉県、53歳、男性）

・レジに行き 一桁違い 戻す服

青木尚子（東京都、77歳、女性）

・どこ行つた 暗証番号 書いた紙

スカイ（福岡県、65歳、男性）

・貸金庫 思い出せない 入れた物

怪傑もぐり 33世（神奈川県、54歳、男性）

・自叙伝を 書いて配って 捨てられる

角森玲子（島根県、57歳、女性）



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



!! ほっとひと息、心つながる時間を。!!



カフェ OPEN!

お気軽に
お立ち寄りください♪

みんなのくつろぎカフェ



おかわり
自由

200円



開催日

8月3日月・10日月・17日月

🕒 10:00~12:00



おいしいコーヒーや
紅茶をご用意しています。



どなたでもゆっくりと
お過ごしいただけます。



おひとりでもお友達とでも
お気軽にどうぞ。



地域交流スペース
よりみち

社会福祉法人 健光園
藤城の家



愛の言葉



訪問リハビリマッサージ師

三宅 淳之

少し前、美輪明宏さんがご逝去されたとのニュースが流れました。ニュースの中で美輪明宏さんのメッセージとして「こんな世の中を生き抜く武器は愛の言葉しかありません。この世の全ての問題を解く鍵は愛です。愛があれば戦争なんて起きません」と発表されました。

あわせて美輪明宏さんの事務所からは「世界各地で戦争や災害が起き、地震や洪水など大きな災害も後を絶ちません。その度に多くの尊い命が奪われる悲しい世の中になってきました。日本国内でも闇バイト、通り魔、SNSによる誹謗中傷など、平気で人を殺めたり、傷つけたりする事件が増えているようです。美輪の願いは、この世からあらゆる差別、偏見をなくし、すべての人が平和で明るく楽しく生きていける共生社会の実現でした。その願いを込めたメッセージです。本人が常々口にしていた言葉です。」といったメッセージも発表されました。

この言葉をニュースで聞いた瞬間、私の心の中に浮かんだ思

いに私自身が絶句した。「美輪さんの言葉は抽象的で具体性がない。愛の言葉で戦争はなくならないだろう。他国、隣国が軍事費を異様に増やして様々な武器を開発しているのが現実。ルールも国際法も守る気がない国が侵略、あるいは攻撃してくる可能性もあるのに、こちらが「愛の言葉」という武器しか用意していなければ、相手の思うツボではないか。

例えば家の近所で闇バイト事件があれば、自衛のための道具を用意しておくのはいけないことなのだろうか？ これって専守防衛と同じやん。別に持ち歩くわけでもなく、自宅敷地内で自己防衛のために使うのであれば違法でもないわけだし。この世からあらゆる差別や偏見をなくし…といっても現実を考えれば地震や洪水などの災害時に命をかけて助けてくれる自衛隊員を差別する人、偏見の目で見える人もいるじゃないか。すべての人が平和で明るく楽しく生きていける共生社会の実現は確かに理想だけど、現実では会話の通じない人もいる。そんな人に愛の言葉を使っても解釈や前提が違うのだから会話は成立しない。生まれた土地、住んでいる地域を愛する心が愛国心の根本で、子や孫を愛する気持ちがあれば、より良い生活をさせたい、より楽に生きたい、より不安を解消したい、そのためには土地を広げ、お金儲けができるシステムを子や孫につなげたい。安心安全な強固な国にしたい。そのためには国家を強くしないといけない。そういう感情が生まれるのもある意味「愛」ではないか。その思いが強まれば他国に侵略しようとする国が出てくるは無数の歴史がすでに証明してい

るではないか。だから自らを守る必要が生まれるんでしょう？」と。

一瞬で浮かんだこれらの言葉に愕然とした。「これは長崎の原爆を体験し、東京に出てきてからも様々な差別や偏見を受けながらも生涯愛ある活動をされてきた美輪明宏さんへの冒涇ではないのか。そもそも愛という言葉の定義が美輪明宏さんのものとは違うのではないかと」。

自分の中に生まれた二つの感情がせめぎ合い、すぐに答えの出せない時間が過ぎていった。叶わぬ夢ではあるけれど、美輪明宏さんに直接私の疑問をぶつけたら何とお答えしてくださっただろう。

しばらくして私の中に浮かんだのは「貴方ね、そんな大層に考えなくとも良いんですよ。たかが一人の人間にできることなんて知れているんだから。一人の人間が愛ある言葉を使っていけば相手の背後には家族があり、地域があり、社会があり、国家があるんだから、それが世界に広がっていけば戦争なんて起きませんよ。野暮なこと考えていないで貴方自身が具体的に行動して「こんなさい」とおっしゃるだろうか？ そんな夢想をしました。

貴方なら何と答えてくださいますか？ 時々ですが藤城の家のカフェいじりや、大山町のリカーマツイの駄菓子コーナーで実年会だよりの原稿を書いていますので、気軽に声をかけていただけたなら嬉しいですよ。



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



福祉のイメージ



社会福祉法人 京都老人福祉協会

ワークパートナーYUI

管理者 **國井 幹正**

京都老人ホーム敷地内にある就労継続支援事業所「ワークパートナーYUI」の管理者を務めております、國井幹正（くにい みきまさ）と申します。

これまで京都老人福祉協会内の複数の事業所で勤務し、高齢者福祉や地域福祉の分野で経験を積んでまいりました。

そして現在は、障がい者福祉の分野に携わることとなり、これまで培ってきた知識や経験を活かしながら、日々学びを重ねています。

ワークパートナーYUIでは、利用者の皆さまや職員とともに、地域の方々から「地域資源」として親しまれ、

必要とされる事業所を目指して活動しています。

私が福祉の仕事をしている中で、知人によく尋ねることがあります。

「福祉と聞いて、どのようなイメージを持ちますか？」
多くの方からは、「専門的な仕事」「自分ではできないことを支えてくれる仕組み」といった答えが返ってきます。一方で、私自身が抱く福祉のイメージは、「どこか身近で、どこか遠いもの」です。

日々の仕事を通じて、福祉は私にとっても身近な存在です。しかし、自分の家族を含め、介護保険や福祉サービスを利用した経験のない方にとっては、まだまだ遠い存在に感じられることもあるでしょう。

福祉のイメージは、その人の立場や経験によってさまざまです。ある人にとっては「介護」であり、別の人にとっては「障がい」「貧困」「手話」、あるいは「思いやり」かもしれません。

だからこそ私は、どのような立場の方にも福祉を身近に感じていただける機会を増やしたいと考えています。



そのために、職員一人ひとりの人間力を高めることや、誰もが気軽に立ち寄れる場づくりに力を注いでいます。
地域で青い服を着た私たちの姿を見かけましたら、ぜひお気軽にお声がけください。
今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



思いやりのある社会づくりへ

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

八月（二黒土星の月）

八月八日（立秋）

から九月七日まで

令和8年8月二黒土星



◇一白水星生まれの人

↓今まで悩んでいたことが**良好な状態へ動き始め、様々な問題が解決**していきます。独身者には良縁、結婚などの悦ばしい話が舞い込む気配があります。しかし、過去の問題が再燃して困る人もあり、注意が必要です。

吉方位は南、北、西。

◇二黒土星生まれの人

↓今まで進めてきた物事が一旦、終局を見、同時にまた新しい企画を練り、再出発の準備をすることになりそうです。

凶運であるから何事も控え目にするのが得策である。ことに金銭問題は争いが生じやすいので注意が肝要。**現状維持で静観をする月**です。吉方位は東、南、北。

◇三碧木星生まれの人

↓**意欲も行動力も旺盛**となります。とかく**争論の起こりやすい月**なので、掛け合い事、依頼事はあせらず穏やかにする方がよい。事柄によっては一度で成功しなくても再度の努力で成就する。足の怪我や病気には注意が必要です。

吉方位は東、西。

◇四緑木星生まれの人

↓**懸案事項に一応のカタがつき**そうです。とりあえず肩の荷が下り、**明るい話題も入り込んでき**そうです。真心で結ばれる良い縁談が起る兆しがあります。共同事業または他から進められたことで利益を得ることがあろう。

吉方位は西北、東南。

◇五黄土星生まれの人

↓ここまで辛抱強くやってきた人は、一応努力が実を結ぶ側面があります。しかし、突然不利な状況に変わったり、何かを削り取られるようなことも起る暗示がありますので、油断は禁物、無理や強引な策も危険です。**変化の月で現状維持を心掛けること。**吉方位は東、南、北。

◇八白金星生まれの人

↓今月は研鑽を積んだ結果、**知識や才能が世に認められて順風満帆、状況が味方します**。実力の出し惜しみなどせず、英知を生かして先を読み、**積極的に活動してください**。文書、印鑑の取扱い上のトラブル、親しい人との離別なども予想されます。家庭の難事件が解決する月でもあります。吉方位は東南。

◇七赤金星生まれの人

↓運氣停滞し、特に仕事、健康に不安が募ります。**辛勞の多い月**であるが、骨折りがいがあるから何事も忍耐してするとよい。病難、遺失物、盗難等に注意すること。**何事も辛抱の月**です。吉方位は東南。

◇八白土星生まれの人

↓今月は対人面に重きをおいて、より良い協力関係を築く努力をすることによって、運氣に明るさが増してきます。**運勢が一変するきざし**があるから、あせらずゆつくり進む方針がよい。動土、普請は延ばす方がよい。**来月の良い運氣の月に備えて準備の月**です。吉方位は東、南、北。

◇九紫火星生まれの人

↓旺盛な生命力と行動力によって、**今まで噛み合わなかった物事は有利な方向に動き出します**。見込みのあることは進んで企画するとか、新事業開始は早く着手する方がよい。動土、普請、移転、旅行、転業、転職は差し支えない。

吉方位は西北。



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

Jushu

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



わーぷろ屋のひとことIII

◎猛暑が日常になってしまふのでしょうか。体温を超えるような気温が続き、さすがに辟易しています。ひと昔前なら「異常気象」と呼んでいた暑さが、これからは「普通の夏」になってしまふのかと思うと、少し複雑な気持ちです。そのうち地域の行事も、「いつやるか」を見直さなければならぬ時期がきているように思います。祇園祭の鉾引きも38度を超える暑さの中で行われました。引き手の皆さんも、見物に訪れた方々も本当に大変だったことでしょう。無事に終わったと聞いて、何よりでした。私も毎朝夕の花への水やりに汗だくです。終わる頃には小一時間。好きで始めたことですから文句は言えませんが、「あと何年続けられるかな」と、ふと考えることがあります。そんな中、メダカにエサをやると、底の方からスーッと集まってきて元気な姿を見せてくれます。その小さな命に「今日も頑張ろう」と励まされ、暑さも少しだけ和らぐ気がします。

◎自分の中で、「今日はついているな」と思うと、そうでもない日があるのは不思議なものです。先日、挨拶回りをしていると、訪ねたお宅で「ちようと待っていました」と言わんばかりに玄関先でお会いできたり、タクシーで出かけられるまさにその直前にお会いできたりと、絶妙なタイミングが続きました。さらに、しばらく積み残しになっていた課題も、自分が少し動いてみると、一気に解決へ向かい始めました。物事がうまく回る時は、本当に続くものですね。もちろん、何でも思い通りになるわけではありません。でも、せつかなら「自分はついている人間だ」と思って毎日を過ごして

た方が、気持ちも前向きになります。そう思うだけで、不思議と運も味方してくれるような気がしています。

◎サッカー日本代表が敗れ、「新しい景色」を見る夢は、また次回へ持ち越しとなりました。日本が負けてしまつと、不思議なもので大会そのもののへの関心も薄れてしまい、その後の試合はほとんど気にしませんでした。気がつけば、優勝はスペインだったようですね。スペイン代表、おめでとうございませう。次こそは、日本が世界の頂点に立つ「新しい景色」を見せてくれる日を楽しみに待ちたいと思います。

◎エアコンの無い部屋に寝て

いましたので、部屋を変えて布団をかけて寝るようになりました。暑中お見舞い申し上げます。



実年会だよりのバックナンバーは、このQRコードからご覧いただけます。ぜひ一度、これまでの歩みもお楽しみください。

実年会だよりの

通巻四百二十一号

創刊平成三年八月

令和八年八月一日発行

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 I S K

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

身近なご相談お受けいたします

スガマ行政書士事務所

TEL 090-7765-0544



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》

〒612-0846

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》

〒612-0856

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

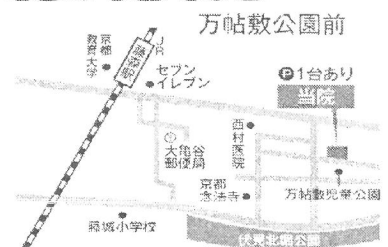
	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○ 12:30	○	○	○ 12:30
午後	○	○	/	○	○	/

【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

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

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 × ○ ○ ○ ○ ○ ○

振替日は休診となります

〒612-0044 京都市伏見区深草北新町631-1

外来診療

☎075-645-7070

訪問診療

☎0120-713-648

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



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

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