

はびねすクラブ芦屋

令和8年1月号

(会員の皆さんにお知らせ下さい)

◆行事実施報告

- 12月 1日(月) 三役会・会計検査(事務所)
・今後の事業等を協議
- 12月12日(金) スポーツ大会委員会(市民センター203)
・(スポーツ大会を振り返って)
- 12月15日(月) 第5回女性部代表幹事会(事務所)
・新年度事業等について協議
- 12月26日(金) 第5回若手委員・代表委員会(事務所)
・新年度事業等について協議

令和8年1月の
三輪会例会は、
18日(日)午後1時30分から
本芦屋会館で開催!

新年おめでとうございます。

今年も楽しい行事に

参加してください。



HAPPY NEW YEAR 2026



◆行事計画

- 1月14日(水) 文化芸能部会(事務所、10:00)
- 1月21日(水)~26日(月) 会員作品展(市民センター3階展示場)
- 2月 2日(月) 三役会・会計検査(事務所、10:00)
- 2月 9日(月) 第2回公式輪投げ交流大会(市民センター401、13:00)
- 2月16日(月) 第6回女性部・代表幹事会(事務所、10:00)
(各ブロックの代表が出席)
- 2月27日(金) 第6回若手委員・代表委員会(事務所、10:00)
(各ブロックの代表が出席)
- 2月27日(金) 第2回若手リーダー研修会予定(市民センター401、13:30)
(今月、案内しています。)
- 3月 2日(月) 三役会・会計検査(事務所、10:00)
- 3月13日(金) 会員演芸発表会(老人福祉会館、12:30)
(今月、案内しています。)
- 3月23日(月) 第3回理事会(市民センター401、14:00)
(今月、案内しています。)

令和8年度

- 4月 6日(月) 三役会・会計検査(事務所、10:00)
- 4月13日(月) 健康ウォークラリー予定(9:30)
(2月に、お知らせします。)
- 4月20日(月) 第1回女性部・代表幹事会(事務所、10:00)
(各ブロックの代表が出席)
- 4月24日(金) 令和8年度第1回理事会(市民センター401、10:30)
- 5月22日(金) 令和8年度定時総会(保健福祉センター多目的ホール、14:00)



参加をお願いします!

玉送りゲーム



秋空の下、笑顔が光る!



フォークダンス



紅白玉入れ



見事優勝は日組!
おめでとうございます



字合わせゲーム



私たちは はびねすクラブ 芦屋を応援しています


 戸屋店 戸屋町100番14 TEL.0797-35-0210
 センターメール店
 戸屋町100番13 TEL.0797-35-0210

寿司・割烹
かつら浜
営業時間 11:30~14:00 / 17:00~22:00
定休 出丸曜日 6.9.21.30
戸部町打子小横町2丁目 打子小横ビル6F
TEL/FAX 0797 (35) 2371

認知症に勝つ
楽しい脳トレ

クロスワード
クイズ

まずはクリック！

脳トレ ニチコミ 検索

めまいを和らげるツボ

手の平と手背のツボから3年分の運命にある
ツボをしっかりと押さえます。

内側
（びいどろ）

図1から図4まで
押さえるツボ

「手背のツボは、手背の中央にあるツボ」

絵画・美術品 無料査定・鑑定・出張訪問にて買取中です
 創業40年 日本最大門店の50年の実績
本郷美術骨董館。
0120-518-100 LINE鑑定
 本館 東京都荒川区西日暮 3-1-1
 支店 兵庫県芦屋市上宮町9-3-7 電話078-455-0005 受付中

コンセント周辺の「水ゴリ・湿気・破損」「タバコ配管」による火災は実害やっつけろ！

火災を防ぎましょう

コンセントの裏の穴よりタバコが配管され、高熱の煙が燃焼し、火災の原因となることがあります。また、湿気や水ゴリによる破損や、タバコ配管の破損による火災の原因となります。

ロワイアー



中村宏典
櫻井真実

溫熱性



第53回

高齢者スポーツ大会



スプーンリレー



パン食いゲーム



李德江 著

三月十日（月） 晴
河越船着き、スエーデン大会を
出席。中野公園芝生広場に
て旗々に開演。芝生に
天棚に架まれ、高橋中校
をはじめ多数の来賓の
方々に「敬愛いんさく」を
加唱する。この名へ、黒田のお
言葉をいただく。
旗は赤白に分かれて
行進。引いた文字カード
との対義語の文字カード
を旗すすむわけが、いふの

他、チーミの演劇が好きなところの通り「ゲイ」や、暖むに切り紅白玉入れや、ハンカチ「ゲイム」に熱中しました。結婚はフュークダニスを行い、参加者全員が交際する楽しいひとときを過ごしました。

大会結果は、白組が勝利しました。おめでとうございました。来年も多くのの方のご参加をお待ちしています。

私たちは はびねすクラブハウスに所属しています

冬場のお風呂也要注意

- 急に熱いお風呂に入ると、血圧が急激と上昇して脳卒中や狭心症などの原因になります。
- 湯温の熱い人は、昔までつかるとお風呂に気持ちよかったそうです。入浴を極め、湯の熱がりまわすつからないように、気を付けましょう。




芦屋訪問クリニック
 Ashiya Clinic
 暮らしに寄り添う 人生に献身する
 医療と看護が夢はかないます
 日本医療の心髄を皆様へ
 芦屋市北公園1-10-2 芦屋駅前ビル2Fに於ける診療室
☎ 0797-35-7700
 FAX 0797-35-7791

内科 循環器内科 リハビリテーション科
さわだクリニック
診療時間 午前 9:00～12:00
午後 4:30～ 7:00
休 診 日 木曜・土曜・午後 日 夜
〒954-8602 新潟市中央区西堀2-12 **住診可**
☎0797-23-7117

診療法人 有限
とみい眼科クリニック 旗川
内野 久子 院長 旗川 一雄 院長
院長 旗川 一雄
院長 旗川 一雄

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9時～午後5時	●	●	●	●	●	●
午後5時～午後7時	●	●	●	●	●	●

休診日 日曜日、祝日
所在地 旗川 一雄 旗川 一雄 旗川 一雄
TEL 0476-22-1111 FAX 0476-22-1111

[illegible]

Dental Net
株式会社デンタルネット
0120-867-618

あしんしてすごせる
ちいきをつくる

ULU 訪問看護ステーション

TEL 0797-6...

みわかい 浜芦屋三輪会

芦屋市老人クラブ連合会南ブロック

●毎月第3日曜日集会開催（見学大歓迎）

開催場所：浜芦屋会館

（竹園町2-7 43号線沿い）

開催時間：午後1時30分～午後3時30分頃まで

みわかい
浜芦屋三輪会は昭和61年（1986年）4月1日設立。

令和8年で40年を迎えます。

60才以上であればどなたでも参加ができて地域は問いません。

『仲間づくり』『生きがいつくり』や『健康づくり』を目指し、集会では歓談交流・トランプゲーム・マグダーツ・輪投げ・折り紙・茶会・ラジオ体操・清掃奉仕・地藏盆への協力などを行っております。

☆ご連絡は

浜芦屋三輪会

代表 山本研一（0797）23-0071（自宅）