



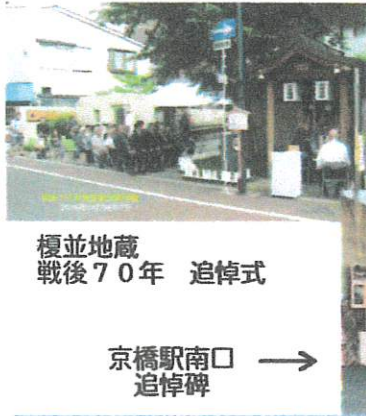
仲間づくり  
健康づくり  
生きがい作り

今年も早一ヶ月を過ぎ、寒い日がまだまだ続いており、皆様にはインフルエンザに負けず頑張っておられる事と存じます。

寒いときには、家に閉じこもり、つい運動不足に陥りやすいのです。

筋肉量や身体機能の低下は骨粗鬆症、心臓や呼吸器の疾患となり転倒骨折につながる事故を招きます。

バランスの良い食事が可能な運動で予防改善がスクワットや太極拳などがお勧めです。



榎並地蔵 戦後70年 追悼式

京橋駅南口 追悼碑 →

つぶやき人

いまだ世界から戦争が無くならないのは困ったものです、常に犠牲になるのは子供・女性・高齢者で弱者の命が失われています。

市内各地で追悼の行事が行われる予定です。

八十年前、大阪には三月十三日深夜より十日の第一次空襲に始まり五十回にもわたり大きな被害を受けました。

都島区は第三次の六月七日と第八次の八月十日終戦前日の京橋駅周辺の空襲でした。

戦後八十年

川柳コーナー



なになくも

妻と語らう

幸がある

のし袋

見栄と愚痴とが

同居する

古道具

みんな私の

文化財

男子より

ときめく出会い

立山の花!

派手な色

何気なく着る

老の春

北寿会  
Y・S

お知らせコーナー

来期 大阪市補助金申請  
今期 報告精算書 提出

来期申請用紙一式  
一月末迄に各クラブ  
配布済み

令和七年度申請書

- ① 交付申請書
- ② 事業計画書
- ③ 収支予算書
- ④ 会員名簿

提出日 二月十四日(金)  
役員定例会迄に

令和六年度実績報告

- ① 実績報告書
- ② 事業報告書
- ③ 各クラブ研修報告
- ④ 収支決算書
- ⑤ 精算報告書
- ⑤ 領収書原本

提出日 三月十日(金)  
役員定例会迄に

提出先 連合会長 小林まで  
記載事項で、ご質問が有れば  
何なりとご用命下さい。



総合生活保険について

毎年四月に取り扱いさせて頂いております東京海上日動火災保険の年払い団体保険は、六月十日をもって打切らせて頂きます。

理由は集金業務及び支払条件の変更により困難の為継続が出来なくなりました。

今後は各会員様単独契約となります。

従って、他の保険会社のご紹介もさせて頂きますが、会員様の状況に合わせた契約をご検討頂きたく宜しくお願ひ申し上げます。

二月役員定例会

日時 二月十四日(金)  
午後五時より

場所 東都島福祉会館  
各クラブ会長・女性部長  
部会長の二十七名で  
実施いたします。

令和七年度補助金申請書提出  
願ひします  
総合生活保険の更新について  
四月バス研修旅行  
役員改選について