

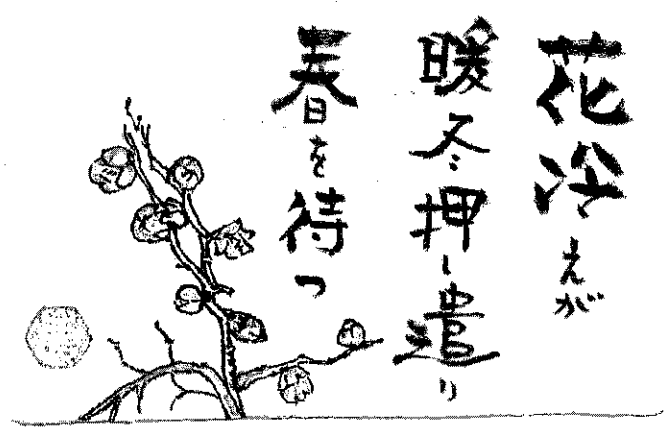



# 名塩老連


野条四郎書


令和2年(2020)  
3月号(276号)  
名塩老人クラブ連合会

日	曜	名塩老連の行事		その他 関係行事
		会議・本部活動	会館活動	
1	日			
2	月		卓球 小学校安全管理(役員)	
3	火		輪投げ	
4	水		囲碁将棋	
5	木		卓球 カラオケ	
6	金	名塩講座		
7	土			
8	日			
9	月	一泊旅行	卓球	
10	火		輪投げ	
11	水	編集会議	囲碁・将棋、	
12	木		卓球 カラオケ	
13	金			
14	土	ハイキング		
15	日			
16	月		卓球	
17	火		輪投げ	
18	水	運営委員会	囲碁・将棋、	
19	木		卓球 カラオケ 俳句	
20	金	春分の日		
21	土			
22	日			
23	月		卓球	
24	火		輪投げ	
25	水		囲碁・将棋	
26	木		卓球 カラオケ	
27	金	常任理事会		
28	土			
29	日			
30	月		卓球	
31	火		輪投げ	



ことぶき号:3月   
4日(金):山荘・ガーデン クラブ  
28日(土):南・東・第二東 クラブ

ガーデン   
**名塩講座**  
6日(金) 塩瀬公民館 9:30~  
~近頃の日本と世界~  
毎日新聞・八木 亜夫  
司会:西クラブ 木本義博

**ハイキング**   
14日(土)~中山寺 梅林~  
10時 JR西宮名塩駅集合→中山寺駅


**連絡事項**  
3月の講座・常任理事会の会場設営当番  
は、西名塩分区  
3月の名塩会館周辺の清掃当番  
は名塩・南名塩分区  
4月のことぶき号研修  
20日(月):美鳥里クラブ

JAの年金自動受取  
皆様に、一番身近な金融機関です



## JA兵庫六甲

名塩支店 61-0611  
名塩駅前出張所 61-1241  
生瀬出張所 81-1251



## タニダ歯科医院

診療科目 歯科・小児歯科・矯正歯科・口腔外科  
初診随時 ホームページ [西宮タニダ歯科](#) [検索](#)  
**訪問歯科診療** (お気軽にお問い合せ下さい)  
JR西宮名塩駅下車 (駐車場28台有り)  
斜行エレベーター2F左横 TEL 61-2000

# ～新春親睦囲碁・将棋大会～

令和2年1月22日(水) さくら台クラブ : 畑中 明

今年も名老連の囲碁将棋大会に参加することができました。

囲碁と言うとあまり体力をつかわないものと思われる方も多いと思いますが、意外と体力を使うものなのです。私の経験では力量互角であれば体力のあるものが圧倒的に有利です。また、体調を崩され方が健康を回復されるのに比例して将棋力も回復されていくのは頼もしく嬉しいです。

いろいろと心配り頂き運営にあたっていただいた役員の皆様・会館の担当者方々のおかげで一日楽しく過ごさせていただきました。

知力よりも体力と言っているようでは上達もおぼつかないかもしれません。碁盤を挟んで碁敵と丁々発止と烏鷲を戦わずの無上の喜びです。

来年もぜひ参加できますよう健康に留意いたしますのでよろしくお願いいたします。



\* 囲碁・将棋に興味のある方は是非見学にお越しください。初心者大歓迎です。  
対局は毎水曜日13時から16時まで、名塩会館2階の部屋です。

ウロ

注、烏鷲→カラスとサギの争い、即ち囲碁の別名です。

# 名塩婦人会 恒例の「茶会」がありました

令和2年1月22日(水) 名塩婦人会 会長: 木元早苗

名塩会館にて、名塩婦人会恒例の「新春ふれあい茶席」を開催いたしました。無事盛会のうちに終えることができました。昨年、名塩幼稚園が休園になり、寂しい会場になるのではないかと心配しておりましたが、多数の皆様にご来場いただき終始和やかな雰囲気、皆様との交流の場となり、ほっといたしました。

名塩保育園の園児たちが、今年もお茶を飲みに来てくれました。行儀よくお菓子やお茶を頂く姿に感動もいたしました。今後も名塩地区の老若男女を問わず、年に一度の交流の場として、この茶会がずっと続けられるといいね!と役員理事一同喜んでおります。老人クラブの皆様方には、来年も、もつとつと大勢の方々と誘いあわせの上お越しいただければ幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。



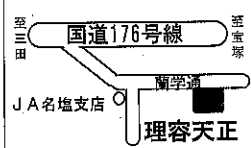
## 理容天正



営業時間 午前9:00～午後4:30  
午後3:30までにお入り下さい

定休日 毎週 月・火・金  
予約も受け付けます

TEL 61-0361



学校法人 覚前学園

## 東山幼稚園

〒669-1133 西宮市東山台2丁目8-1

☎ 0797-61-3603

FAX 0797-62-7288

# とぶき号に参加して

## ～神戸六甲アイランド食品工場見学～

令和2年1月30日(木) 木之元：大江 弘

春を思わせる快晴の中、木之元19名・清瀬11名・第二清瀬10名 合計40名が参加、神戸六甲アイランド食品工場へ向かった。

今回のメインテーマは、ずばり食！

食べる人が作る！作る人は食べる！そして私は食べるだけの人。

工場案内の説明では、32年前に住吉浜から六甲島に移転、甲子園球場の約2倍の敷地、パン・乳製品・こんにやく・納豆・豆腐等5品種300品目をほぼ1年364日・24時間体制で製造。工場の特徴は食品ロスゼロを目指し、消費に合わせた製造管理を行っている。因みに食品リサイクル98%。

各班に分かれての見学。完全自動化の菓子パン・食パン工程を視察、最終工程の製品梱包検査は人手でないと駄目との事。

出来上がった試食パンを美味しく頂き、各自お土産を手に工場を後にして次の目的地へバス移動。シーバル須磨：須磨海岸の東側・旧和田岬灯台の傍に位置し、全ての部屋から海が見渡せる好感度のホテル。

金波銀波の彼方に淡路の国、沖には平磯灯台、そして遥かに明石大橋を望む絶景。

皆さん、目の前の御馳走に目を走らせ、逸る心を押さえつけ、会長の挨拶を心待ちの様子でした。

美味しく頂き、時間のたつのも忘れ和気藹々と雑談。

ふと、頭を過ったのが源兼昌の歌「淡路島通ふ千鳥の鳴く声に いく夜寝覚めぬ 須磨の関守」その昔お正月に家族で遊んだ百人一首の一首。

最終目的地のナナファーム。ここは昔、淡路と神戸を結ぶ交通の要衝であり、フェリー基地でもあった。地域の農産物・魚産物の販売所にて各自、思い思いに沢山のお土産を購入し帰路に着きました。

お世話頂いた役員の皆さん、ありがとうございます。



# 名塩講座

## ～高齢者の健康づくり：介護の「一歩手前」"フレイル"を知ろう～

令和2年2月7日(金) 講師：西宮市保健所地域保健課 高橋氏

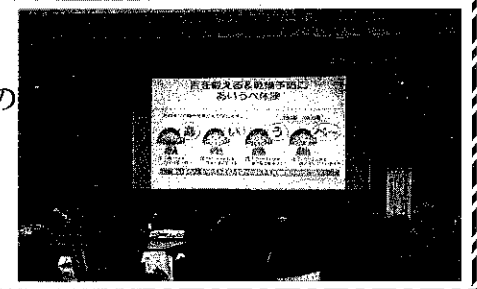
フレイルとは：高齢者の健康状態と要介護状態の間にある「虚弱状態」を指します。まだ介護は必要ないけれど、なんとなく体調が優れない、足腰や口周りに不安がある・・・など年齢と共に心身の衰え、それがフレイルです。

私が、この言葉に出会ったのは3年前で、足腰や口周りに問題があってもあたりまえと仕方ないと笑っていました。

①、身体的フレイル：低栄養や転倒の増加・口腔機能低下。②、精神・心理的フレイル：意欲や判断力低下・うつ傾向。③、社会的フレイル：家族や地域との交流がない、ひきこもりや独居・貧困など。3点が絡み合いリスクとなって健康寿命が望めなくなることに早く気づき、生活改善を心かけることも高齢者の義務でもあると思う。

随分昔のことですが、健康な精神状態ことを時々思い出す今日、老人会に入り公民館活動に参加出来たことが比較的元気に暮らせることと思います。今回の講座・講師の解りやすく自分にも差し迫った問題と真剣に受けることができました。

美鳥里西クラブ：三木昭子



介護タクシー 車椅子のまま乗り降り。座席も可。  
☎0797-63-1162

- ・車椅子、歩行困難、杖歩行の方、遠近に拘らず、ご利用ください。ご予約願います。但し、当日でも都合でき次第対応します。
- ・料金は初乗り660円、259m毎80円加算・介護福祉士で安心。

介護相談・ケアプラン作成・なんでも、いつでも、お気軽に問い合わせ下さい。

(有) アンシン介護サービス 西宮市 名塩山荘13-3

- ・指定居宅介護支援・訪問介護・福祉輸送サービス

ショートステイ  
デイサービス  
訪問介護

特別養護老人ホーム

名塩さくら苑

お問合せ ☎ 63-3200

# ハイキングに参加して

白鹿記念館

## ～西宮・酒蔵めぐり～

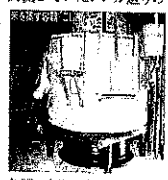
令和2年2月8日(土) 東クラブ : 畑田 昌秀

今朝は、随分と冷たく気温0度。あまりにも寒いので重装備の服装。名塩駅から阪急今津駅へ。近くの公園で集合、点呼をとり酒蔵へ出発。西宮酒蔵開きが行われており、今日は大澤酒蔵徳若に行きました。大勢の行列が出来ており、聞くと60分待ちとのこと。このまま待つか？あるいは白鹿記念酒蔵館へ行くかとなり、分かれることになった。私達は白鹿記念館を訪ねました。酒造りの映像を見て昔ながらの様子を知りました。酒造りは、良い水と米で糴をつくり、雑菌の入らない冬場の寒い時に仕込みます。いい環境が条件です。また、熟練の技術力によりいい酒が生まれてブランド力となります。蔵人の責任者・杜氏の腕の見せ所です。昔は、酒造りも相撲のように番付けがあって競争をしていたと表示がありました。良い酒造りも、こうした研鑽があることで良いものが出るのでしょう。昔から変わらない厳しい環境が良いものを造ることになるでしょう。生き残るためには人材が必要なことは、今も変わらないと感じた。今日は、いい研修ができました。

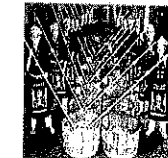
よく歩き、万歩計は17600歩です。いい疲れもできました。役員の方皆さん、お世話になりました。



この酒蔵の創建年代は不詳ですが、過去2度の火災を経て明治2年(1869年)に復旧したことが判っています。その後、昭和20年(1945年)の戦火も、阪神淡路大震災での倒壊をも免れました。(博物館設立時に公開していたレンガ造りの酒蔵は残念ながら震災で全壊しました。)そして震災3年後の平成10年に「明治の酒蔵が帰ってきた」をコンセプトに復興されたのが現在の酒蔵館です。



当時の様子そのままに、説明板や音響、映像で観みやすく展示された酒蔵は、試飲調査で発見された釜場遺構(米を蒸した所)や樽場遺構(酒を搾った所)も公開しており、酒造道具に触れることのできるコーナーなども設けてあります。収蔵されている酒造用具、桶、樽づくり用具は、兵庫県及び西宮市の重要有形民俗文化財に指定されています。また、復興を決して忘れないよう、被害を受けた建物の補強方法にも工夫を凝らし、壊れた酒造用具などを震災の記憶として



展示しています。明治時代の酒づくりを体験するとともに、灘五郷における西宮鎮の果たした役割や、今につながる酒造文化の奥深さを感じていただけることでしょう。

# 酒蔵館

昔の酒づくりがひと目でわかります

## 単位クラブ別会員情報・長寿者

\*長寿者は、2月末現在85歳以上の方

クラブ名	会員数			長寿	入院
	合計	男性	女性		
東久保	32	17	15	7	
赤坂	57	26	31	7	1
緑ヶ丘	71	30	41	10	
さくら台	75	29	46	12	
茶園	104	46	58	20	
グリーンヒル	44	20	24	8	
平成杜明朗会	45	18	27	3	
ガーデン北	51	25	26	8	
ガーデン南	44	18	26	12	1
山荘	56	27	29	7	
山荘南	29	14	15	4	
西名塩分区分小計	608	270	338	98	2
大西	70	30	40	12	2
西	50	21	29	19	
南	34	16	18	9	1

クラブ名	会員数			長寿	入院
	合計	男性	女性		
中	58	20	38	16	3
北	55	20	35	19	4
東	44	18	26	11	3
第二東	38	15	23	13	4
名塩分区分小計	349	140	209	99	17
木之元	67	22	45	15	2
清瀬	61	27	34	13	
第二清瀬	48	24	24	11	
美鳥里東	65	32	33	14	
美鳥里西	71	29	42	16	
美鳥里南	47	15	32	5	
美鳥里北	33	12	21	10	
南名塩分区分小計	392	161	231	84	2
合計	1349	571	778	281	21

浄土真宗本願寺派 (西)

# 白毫山 源照寺

住職 河原 弘善

阪急バス 名塩 停留所 すぐ  
電話 0797-61-0630 (代表)

## 有限会社 名塩山本工務店

一級建築士事務所

新築  
リフォーム  
設計施工

店舗・土木  
外構  
設計施工

不動産  
仲介・買取  
分譲住宅  
販売

自由設計  
注文住宅

TEL 0797-61-0626 / FAX 0797-61-1318  
西宮市名塩1丁目40番8号 ①yamamoto@khe.biglobe.ne.jp

# 各クラブ・新年互礼会

令和2年1月21日（火） 山荘・山荘南クラブ

山荘クラブ合同の新年会が開催されました。新陣代謝が無く会がマンネリ化してきたので、例年30名前後の会員が参加されますが、今年は21名の参加に終わりました。

老人会そのものの加入者が少なくなると共に、各行事の参加者も少なくなりつつあり少し寂しい感があります。新年会は静かな始まりとなったが、少しお酒が入り、食事が進むとお互いの話が弾む。そのうちにカラオケも始まり一層盛り上がり賑やかな大宴会となった。

いつも会っている人、一年ぶりに会う人、初めて出会った人、それぞれお話することにより、お互いがより知ることができ、町内会の発展に繋がるものと考えられます。これから益々の高齢化社会となり、その先兵を司る我々がいい見本を見せる意味においても明るく、和やかな？の姿を見せることも大切だと思われます。

一人でも多くの会員さんが増えますように！



山荘南 副会長：長野 宏正

令和2年1月21日（火） ガーデンクラブ

令和初めての新年懇親会がガーデン自治会館で開催されました。参加者は25名。

平均年齢は80歳でした。お年の割には、みんな元気によく食べ・良く飲み、新設された大型テレビの前で、時間の過ぎるのを忘れて、唄いまくり・大いに盛り上がりました。

今年こそ、災害のない平穏な年でありますようにと皆で祈りました。

江本 純三



## 南堂医院

内科・小児科・循環器科

診察時間： 午前9時～12時  
午後5時～7時

休診：木、土曜日の午後・日曜・祭日

☎ (0797) 61-0638

## よしはら歯科

●外来 Tel.0797-63-2626

●往診 Tel.0797-63-2424

〈寝たままで治療できます〉

★休診：火曜日・日曜日・祝日・土曜日(午後)



JR西宮名塩駅前 西宮市名塩木之元2-1 (駐車場あり)

# クラブ活動を紹介 (その90)

## ～緑ヶ丘クラブ・カラオケ部～

令和2年1月26日(日) カラオケ部長：中迫 周一

緑ヶ丘クラブ：カラオケ部の取材にこられました。  
カラオケ部の活動など、アンケートとして紹介いたします。

- 1、クラブの会員数  
令和2年1月現在、17名(女性：11名、男性：6名)
- 2、活動場所  
緑ヶ丘安心コミュニティプラザの2階ホール
- 3、現在の活動状況
  - ・例会は、毎月第2・4日曜日午後1時30分から5時まで
  - ・イベント：8月に暑気払い・12月に忘年会(福引)実施
- 4、クラブ活動の運営
  - ・1ヶ月200円の会費、名老連・自治会からの補助金
  - ・カラオケ装置は、形は古いが「レーザーディスク」を大事に使い、併せてDVDが演奏できるようになりました。
- 5、世話人は  
部長が次期候補者を推薦して決めている。
- 6、指導者は  
特におりません。
- 7、クラブ活動の楽しみは  
よく、「若い人から元気をもらおう」と言いますが、我がクラブは最年長者の西さんご夫婦から皆さんが元気をもらっています。しかも、お二人は大変歌がうまい！ です。
- 8、成果発表の場は  
特に設定はしていませんが、各自持ち歌を「気持ちをこめて唄うこと」・「表現力をつけること」、そして、なによりも「自分が楽しむこと」をモットーに一人ひとりが頑張っています。
- 9、今後の抱負  
月毎にテーマ(ご当地ソング・季節・恋・酒・・・等々)を決めて選曲し、それを披露することができればいいな！と思っています。毎月でなくてもいいのですが。
- 10、他のクラブに負けない優れていると感じるところは  
他のカラオケ部のことは知らないのですが、みんなが底抜けに明るく、毎回「抱腹絶倒」で～す！
- 11、クラブ員の勧誘方法は  
特別なことはしていません。



緑ヶ丘クラブは、赤坂クラブと同じレーザーディスク装置が健在です。やわらかな音、今や宝物です。器材も盤もすでに老齢期になっている。部長は、引継ぐと同時に曲だしのテクニックをマスターしなければならない。曲が出なければやさしくノックをしてしばらく待ちます。希少価値でモテモテの男性会員は、本日6番目の新会員が大歓声を受けての登場です。歓迎会の雰囲気の中、曲が進みます。レーザーディスクに収録された曲以外の新曲などはありません。各自が持つ選曲表に記録された中から選ぶので効率が良い。賑やかに響く笑い声と歌声に送られて会場を後にして取材が無事終了できました。  
広報部



《会員募集中》

## 西宮名塩ゴルフセンター



1球	平日	土・日・祝	早朝
会員	8円	10円	
一般	12円	15円	会員価格

早朝営業 am 5:30 ~ am 9:00  
通常営業 am 9:00 ~ pm 10:00  
◎アルバイト募集中 ☎(0797)63-2130

みなさんの お台所はおまかせ下さい

## 酒谷 食料品店

☎ 61-0632 FAX 61-0632

朝6時～夜6時まで...定休日は日曜・祝日



# 文芸の広場

## 3月の花

チューリップ



花言葉  
「博愛・思いやり」

季節ことば

- ・ 春色ようやくうらかな候
- ・ 春寒ややゆるみ、水にぬるみ
- ・ 日ごとに春色こまやかに

## 名塩睦月俳句

厳父にも慈父にもなれず着ぶくれて

河野 靖

楳や貧しき母に子は宝

平田 房子

みかんの香茶の間に満ちてお正月

三輪 眞

元号に決まりし歌碑の初景色

山田 静江

七草のかおりとりどり今朝の粥

伊藤 富美江

街も樹もゆたに陽を浴ぶ初景色

高橋 千鶴子

給湯器のうなりゴトゴト去年今年

坪井 キヨエ

嬰兒の手足のび伸ぶ柚子湯かな

馬場 タカ代

## 俳句

待合せいつも駅前春シヨール

赤坂 美智子

枯菊を焚いてゆるりと肩ほぐす

辻 ゆり子

集金日友愛募金もありがとう

堂阪 娃子

なぞなぞで孫に頭を試される

平田 三千子

ご即位に小旗波打ち出た本音

覚前 週一

なぜ多いテレビに出てる左箸

堂阪 勝之

経験を生かして欲しい温暖化

平田 陽二

皆おいで 気楽に笑を 集いの場

木元 和美

見事さを誉めあつている寒椿

橋本 凉子

暖冬がありがたいけど未怖い

村岡 形而

猫見てる テレビの中と 椅子の上

木元 和美

も一度の旅できぬまま老いとなり

覚前 週一

初詣で足までつかう運頼み

村岡 形而

砂時計わたしを不意に裏返す

橋本 凉子

浄土真宗本願寺派 (西)

## 箕山 教蓮 寺

阪急バス名塩停留所北へ徒歩1分  
電話 0797-61-0629



つじ眼科  
クリニック

TEL.0797-63-1113

診療科目：眼科 一般診療 コンタクトレンズ

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後診 16:00~19:00	○	○	○	×	○	×

休診：木曜と土曜の午後・日曜・祝日  
〒689-1134 西宮市名塩新町8番地 エコールなじお5階5-2

高齢ドライバーの心配な光景

毎日新聞投稿七七歳

スーパーに入ろうとした時、中から高齢の夫婦が出てきた。ご主人は奥さんの肩に手をかけ、ゆっくりとした足取りで車の方向へ行き、奥さんは助手席を手で伝いながら運転席に乗り込んだ。車は動き出して走り去った。

また、別の日、コンビニの前で高齢者の男性が、車からよめきながらつえをついて降りてきた。車で店内で買った物した後、また車で走り去った。

最近、高齢ドライバーが起す交通事故の報道が絶えぬ。このように大丈夫だろかと心配になる光景をよく見かける。私運歴四七年になるが、これだけ事故を起したことはない。増して、慎重にもハンドルを握る。車間距離は広くとる。一時停止はしっかり守る。集中し安全運転中は運転だけに集中し安全運転の心がける。妻の忠告には耳を傾ける。それでも自分で異変を感じたら潔く免許を返納したいと思う。

名老連の皆さんは、どのような考えですか。自動車の便利さを優先してしまおうでしょうか？

北野昭

おじんの小言 8

美鳥里会西 木下春夫

西宮名塩駅前ロータリーの交通規制は無しか？

また一段と悪いパターンは、たと思ふ。悪いパターンは、①左折・右折して横断歩道の線上で人を降車をさせ、一般車区分を通り抜ける。②タクシードライバーの乗降。③このままバス専用区分を通る。④一般車区分を通る。⑤一歩降車後、走って通過する。⑥歩行者が横断歩道を渡る時、ドライバーが停止し、歩行者が通過するまで待つ。⑦歩行者が横断歩道を渡る時、ドライバーが停止し、歩行者が通過するまで待つ。

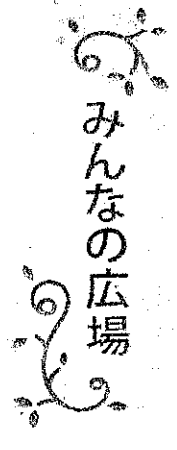
上手に晩年を生きている夫

毎日新聞投稿七六歳

夫は今日もいそいそと趣味のウォーキングに出かけた。今日のコースには酒蔵巡りが組み込まれている。最寄り駅まで行き、そこで地図をもらって何キロか歩く。お酒の試飲を最後に酒蔵でお酒の試飲を楽しめるのだ。毎日少しの晩酌は多くなく、毎日少しの晩酌は多くなく、毎日少しのお酒もおいしいとわらわず、飲む。

「試飲させてもらたから、たまには買わない悪い」など、訳分からぬことを言っている。夫は単独行動なので、自分の体調に合わせたペースで歩く。行先でも話相手がある。飲みながら会話をウオーキングの多いところをウオーキングして心身をリフレッシュし、足を鍛え、おいしいお酒を飲む。

夫はなんと上手に晩年を生きているのだらうか。夫の生き方を羨ましく思う。た夫の生き方を羨ましく思う。た夫の生き方を羨ましく思う。



会員情報

入会

美鳥里東	廣戸順光
緑ヶ丘	阪下茂雄
緑ヶ丘	阪下スミヨ

訃報

山荘南	鐘築忠雄
木之元	伊藤タケノ
北	谷野信子
美鳥里北	スミ 鷺身壽徳

会員数の現状

1359名

2020-2-12現在

\* 謹んで故人のご冥福をお祈りいたします

**よみうりショートコース プレミアム会員 ご案内**

年会費 10,500円 でショートコースが下記割引料金にてご利用いただけます。(入会時に1ラウンド無料贈呈)

通常利用料金	
さくらコース / 光コース	さくらコース / 光コース
【平日】 1,950円 / 1,650円	【平日】 3,000円 / 2,500円
【土日祝】 3,000円 / 2,250円	【土日祝】 4,650円 / 3,600円

読売ゴルフ株式会社 よみうりショートコース 〒669-1141 西宮市東灘町名塩北山  
TEL: 0797-62-1122 FAX: 0797-61-1270 URL: http://www.yomirigolf.co.jp

**つじ腎泌尿器科クリニック**

WWW.tsuji-clinic.jp

よくなる

☎078-987-4970

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00-12:00	○	○	○	×	○	○	×
午後3:00-6:00	○	×	○	×	○	×	×

神鉄岡場駅前  
エコーリリラ隣  
北神中央ビル3階