



名塩老連

令和4年(2022)
11月号(308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	火		輪投げ	
2	水			
3	木	(文化の日)		
4	金	名塩講座		
5	土	ハイキング		
6	日			
7	月		卓球 小学校安全管理(大西クラブ)	
8	火	北部G/G大会	輪投げ	
9	水	編集会議	囲碁将棋	
10	木		卓球・カラオケ	
11	金			
12	土	児童センター		(スポ21運動会)
13	日			
14	月	卓球・カラオケ・ 小学校安全管理(西クラブ)		
15	火		輪投げ	
16	水	運営委員会	囲碁・将棋	
17	木		卓球・カラオケ・ 俳句	
18	金			
19	土			
20	日	日帰り旅行・ことぶき号:南名塩分区		
21	月		卓球	
22	火	日帰り旅行・ことぶき号:名塩分区	輪投げ	
23	水	(勤労感謝の日)	日帰り旅行・ことぶき号:西名塩分区	
24	木		卓球・カラオケ	
25	金	常任理事会		
26	土	ハイキング		
27	日			
28	月	卓球・カラオケ・ 小学校安全管理(南クラブ)		
29	火		輪投げ	
30	水		囲碁将棋	



川条秀和:作

連絡事項

<ことぶき号・日帰り旅行>

11月20日(日):南名塩分区

11月22日(火):名塩分区

11月23日(水・祝日):西名塩分区

*いずれも、但馬方面紅葉



<名塩講座>

11月4日(金) 名塩に輝く星



<ハイキング>

11月5日(土):武庫川コスモス散策



JR名塩駅 10時出発~11時30分現地解散

11月26日(土):武田尾・桜の園

JR名塩駅 10時出発~11時30分現地解散

*いずれも、弁当昼食はありません。

<その他>

・11月の常任理事会の準備・片付けと名塩講座の当番は、名塩分区です。

新型コロナウイルス感染予防で、自宅で過ごす機会が多いです。クラブ活動も開始しています。クラブ活動への参加や在宅中での軽い運動を行い、健康管理に気を配ってください。電話での会話も気分転換になります。

造園工事・外構工事・一般土木工事

有限会社 藪造園

営業時間: 午前8時~午後17時

(月曜~土曜)

TEL: 0797-61-0801 FAX: 0797-63-5055

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

往診 午後(出来る限り午前中にお申し込み下さい)

10月ハイキング：尼崎田能遺跡を訪ねて

10月8日(土)、朝の空模様は曇りで、少しく空気が気になったが集合場所のJR西宮名塩駅に向かった。JR猪名寺駅まで乗り、到着した後に会長の挨拶。その後最初の目的地である尼崎農業公園目指し歩くことに。道を右に左に曲がりして公園に到着。ここで点呼、友愛募金を行い昼食。バラの花は終わりに近かったが公園の緑の木々が優しく出迎えてくれた。昼食も終わり、次の目的地の田能資料館に向かう道すがら、猪名川の堤防を吹く風が少し冷たかった。到着し、田能資料館の足立さんから田能遺跡についての説明があった。資料館が狭いために2班に分かれ、中に入る人と外の遺跡を見学することになった。両方を見学後、目を閉じて空想に耽った。身近にこのような遺跡があること次第不思議なものだなどと思い、後世に長く残して置きた遺跡だと心で思った。今日の参加者は55名で、本当にお疲れ様でした。おお世話ありがとうございました。

記：美鳥里西クラブ：木下 春夫



西宮市高齢者作品展に入賞

令和4年度 西宮市高齢者作品展が「西宮市立市民ギャラリー」で開催されました。西宮市・西宮市社会福祉協議会・西宮市老人クラブ連合会それぞれ主催の事業で毎年行われています。10月4日～7日 展示され、最終日の7日(金)表彰式が行われました。作品展には「絵画の部」35点、「書の部」12点、「写真の部」11点、「工芸の部」21点、応募されました。「書の部」に応募されました我が名塩老人クラブ連合会の会員

美鳥里東クラブ：岸本 三郎さんが、見事 西宮市長賞 を受賞されました。

題名は「わか」、書き出しは静かに、後半は堂々と力強く、若々しい素晴らしい作品の評価を受けました。大変おめでとうございます。これからも長く続けられるように頑張ってください。

西宮名塩ゴルフセンター



1球	平日	土・日・祝	早期
会員	8P	10P	会員価格
一般	12P	15P	、会員価格

早期営業 am 5:30～am 9:00
通常営業 am 9:00～pm 10:00(冬季12～2月はpm9:00)
《会員、アルバイト募集中、また所属ツアープロ木場本荘によるレッスン開講中》 ☎(0797)63-2130

好評
焼そば姿
販売中

会席、仕出し、弁当、寿司
祝宴、法要、仏事、各種合
等々にご利用ください。

マイショップ名塩店

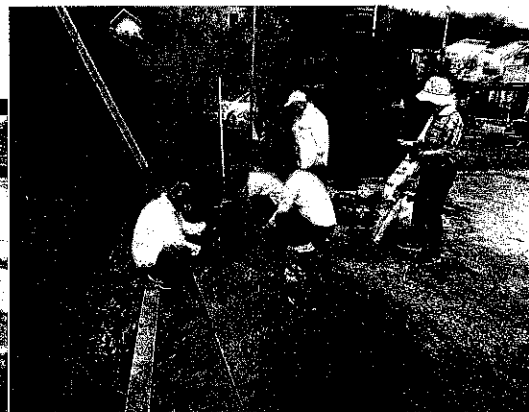
電話 61-0230 0120-023-029
URL <http://www.myshop'najio.com>
営業 AM10時～PM 7時 <定休日 水曜日>

秋の花苗配布

9月14日(水) 秋の花苗が名塩会館前に届きました。
ペコニア・コリウス・マリーゴールド・サルビア が各120株
合計480株です。肥料と共に各クラブが持ち帰ります。

花苗達がどうなっているのかな。さくら台クラブを訪ねました。
さくら台コミュニティセンターの花壇に、川条会長さんとさくら台
クラブ元気レディースの皆さんが、土の手入れから始めて
います。

秋に入ったといってもまだまだ暑い日でした。丁寧な作業を
見ながら、ここの花は幸せだなと思いました。
途中、センターの自販機で冷たい飲み物を手に給水タイム。
一段落すると賑やかに話が弾みます。
この明るい雰囲気さがさくら台レディースの名にピッタリで、ほほえましい。
さあ、植え付けが始まりました。さくら台クラブの皆さん、
ありがとうございました。



名塩講座：歌えば楽しい 音楽療法

講師：音楽療法士 永島恵美子 様

10月7日(金)、名塩講座が開かれました。
フレイル予防に音楽は必要で、声を出して歌いまた聞くことが大事。
脳の活性化と体の健康を計られ認知予防となるとの説明。
会場では参加者全員が講師の音頭でマスク越しではあるけれど
合唱が始まった。

全員で歌った曲は、

- ① 秋においしい食は何か？会場より食べ物名をだしてもらい、即席
歌とし合唱、少しずつ歌詞を消して行き、忘れないかの確認
しながら合唱。ついつい歌の中に引き込まれるスタートでした。
- ② 旅愁 ③ 赤とんぼ ④ 知床旅情
- ⑤ 君恋し ⑥ 花は咲く ⑦ 翼をください
- ⑧ 北酒場 ⑨ また逢う日まで

などなつかしい歌をピアノに合わせて全員で歌いました。
若い時はテレビ等で歌番組などを見ていましたが、最近では
見るのがなくなったな—と思いました。
脳の活性化のためにも楽しく歌うことの大事さを痛感しました。
最後に水前寺清子の「365歩のマーチ」を身振り手振りで合唱！！
講師と会場が一体した雰囲気で大変楽しい講座だったと思います。
ありがとうございました。 記：茶園クラブ会長 原田 勉



タニタ 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 **西宮タニタ歯科** 検索

訪問歯科診療 (お気軽に
お問い合わせ下さい)

JR西宮名塩駅下車 斜行エレベーター2F左横
電話：外来専用 0797-61-2000 (駐車場28台有)
訪問専用 0120-118-120

ショートステイ 特別養護老人ホーム

デイサービス **名塩さくら苑**

訪問介護 お問い合わせ ☎ 63-3200

ことぶき号研修

9月28日(水) : 淡路島 伊弉諾神宮 を訪ねて 第二清瀬クラブ会長: 安宅功一

コロナ禍で「ことぶき号」もキャンセルが多いなか、コロナ感染の状況も不安視されましたが、催行を決断しました。それはコロナ禍による高齢者の運動不足への対処という意味もありました。天気予報では「雨」ということで皆さん心配されていたようでしたが、おかげ様で雨が降るようなことはありませんでした。

清瀬・第二清瀬・木之元クラグの24名は木之元大橋を8時50分に2方向向かいました。

「伊弉諾神宮」は古事記・日本書紀の冒頭に創祀を記す日本最古の神社です。

住所は兵庫県淡路市多賀ということで、近江の多賀大社（伊邪那岐と伊邪那美を祀る）との関係をガイドさんに聞いたのですが

「わからない」とのことでした。

いづれにしろ、神代の伝承が生きつづける神宮で、もっと知名度が高くてよいと思われるのですが、

グランドニッコーホテルで昼食（バイキングではなく個別の膳を選択した）のあと夢舞台温室見学に行きました。私が見た温室の中では最大でしたし、その規模、植物の種類が多さに驚きました。日本最大級の温室と銘打っているのに納得しました。

その後、淡路ハイウェイオアシスで休憩、お土産を買って帰路につきました。

今回は兎に角、決定的と思われた「雨」が降らなかったこと、日本神話の発祥地である「淡能碁呂島」の伊弉諾神社に参れたことが印象的でした。

以上



友愛訪問月間

名塩老人クラブ連合会では、9月に友愛訪問活動を行っています。85歳以上(9月30日付け・満85歳以上)の長寿者と長期入院の方・自宅で寝たきりの方を対象に、訪問して「カステラ」を差し上げています。

会員数 : 1294名 (男性:558名、女性:736名)

友愛訪問者

長寿者 : 319名(長期入院者:18名含む)

自宅寝たきり者: 2名

合計: 321名

これからも、お元気で楽しくお過ごしください。

(男性:123名、女性:198名)

また、入院者・寝たきりの方の回復を願っております。



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

〒669-1134 西宮市名塩新町8番地 エコールなじお5階5-2

浄土真宗本願寺派(西)
白毫山



源照寺



〒669-1147 西宮市名塩1-27-14

☎0797(61)0630

<https://www.zensyouji.com>

阪急バス名塩停留所すぐ

カナダ旅行～シリーズ：第5話

念願のカナダ旅行 (5)

美鳥里北 西 潮海



氷河の上 (奥はみぞれ雲)



氷河の上 (溝・バスエリア)



©Brewster Travel Canada (パンフレットより)

氷河の興奮がさめないまま帰路につく。いつの間にか眠ってしまった。2時間ほど走ってバンフの町でショッピングタイム。また雨がふりだした。天気の変化が目まぐるしい。

ホテルに帰ったのは8時。13時間のバスツアーだ。夕食はホテルでアンガスビーフだが、期待を裏切っておいしいとは言えなかったがこんなものだろう。日本の肉が美味しすぎるのだ。

翌朝、この日は4時半起床。トロントへの飛行機の出発時間に合わせて6時出発である。ということでカルガリーのホテルの記憶はほとんどないが、5時には朝食をきちんと用意してくれたのはありがたい感謝する。部屋はゆったりしていてスーツケース2個を広げても余裕がある広さがあった。

カルガリーのホテルには2泊したのだが街には一歩も踏み入れていない。6日間という限られた日数なので当初から予定に入っていないのだ。移動に便利のように空港に近かっただけだ。添乗員の説明では、これまで8日間だった行程を試験的に6日にまとめたとのことだった。

カルガリーからトロントまでは約3時間の飛行で、国内移動ながら時差が3時間もある。7時半の出発でトロント着が午後1時半であった。窓から広大な穀倉地帯と湖を見ながら半分寝ている状態だ。カナダの西(太平洋側)と東(大西洋側)では4時間半の時差があるのだ。



よみうりショートコースからのお知らせ



毎月2日 ワン(1)の付く日は

ワンワン DAY!

さくらコース PM11時以降のスタート
大同伴でプレーできます! (ワンちゃんの入場料無料)
プレーされない方も、300円でご入場できます。
(ただし、観戦1人はプレーヤーとしてご入場ください)

開催日程などは、お電話またはホームページでご確認ください! 2022年3月現在

通常利用料金

さくらコース / 光コース

15ホール 12ホール

[平日] 3,050円 / 2,540円

[土日祝] 4,730円 / 3,660円

(入場料、消費税別)

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

車椅子のまま乗り降り。座席も可
介護タクシー ☎0797-63-1162

- ・車いす、歩行困難者遠近に拘らずご利用可。予約必要
- ・リクライニング車いす、ストレッチャー(寝台車)もあり。
- ・自治体発行の福祉タクシー利用券等全て利用可
- ・初乗り860円、230m毎80円加算。介護福祉士が親切、丁寧、安全運転
- ・階段、介助の必要な方は事前に相談を(ベストな方法、保険適用等検討)

(有)アンシン介護サービス 西宮市 名塩山荘13-3
・福祉輸送サービス・指定居宅訪問介護事業

なんでも紹介

名塩地区にお住まいで、日常生活に不便や支障を少しでも改善できるように、コミュニティバスの導入が始まりました。6月5日「試験運転開始セレモニー」が行われ、6月6日から8月末日まで第一回目の試験運転が開始。JR名塩駅を拠点にし、名塩山荘・光陽台・ガーデン・平成台・緑ヶ丘・美山・神戸市生野高原を回る専用のバスです。8月に終了して、その反応の座談会が行われましたので以下紹介いたします。

名塩ふれあいバス・第一回テスト運行が終了して！ 座談会開催

名塩ガーデン・室澤 忍

かねてより、念願のコミュニティー・バス、以下(ふれあいバス)のテスト運行が実施され、8月31日をもって、第一回テストが終了となりました。土日を除く61日間の運行でした。実施結果の概略は次の通りでした。

全累計乗車人数=3662人、一日平均人数=60人、A、B、C各コース共 一日約20人でした。

あとはこの実績でもって、西宮市の継続に向けて第二回テスト走行に吉報を待つばかりです。

そこで、ガーデンの皆さんで比較的良好に利用されたと思われる五人の方にお集まりいただき座談会形式でご意見を聞かせていただきました。伊藤さん、井上さん、山田さん、松下さん、青木さん(順不同)の皆さんです。意見は出てきた順番でまとめておりません、悪しからず。

※初めて乗り込む時、不安もありましたが、一度乗ったら”止められない、止まらない”でした。

※初めは運転手さんもぎこちなく、空気もイマイチ、すぐに慣れて(ふれあいバス)らしくなり、いい空気になりました。降りる時はお礼の言葉”ありがとう”が自然に出るようになりました。

※医者通いも、名塩駅の医者に変更することを考え始める人が数人いるようです。

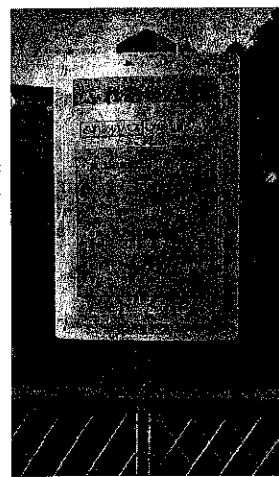
※忘れ物数件がありました。さすが(ふれあいバス)全て本人に届きました。

※そうそう、ガーデン以外のAコース、Cコースにも乗車見学した人がたくさんいました。

※始発時間や最終時間を利用者の意見を聞き、もう少し調整してほしいです。

※積み残しが心配です。座席数を少し増やしてほしいです。

以上ご意見ランダムに並べてみました。最後には体調の話に落ち着き話は続きますので、この辺で(ふれあいバス)座談会を終了といたします。



谷口皮膚科

診療科目/皮膚科

☎ 0797-63-2460

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 4:00~ 7:00	●	●	●	/	●	/

休診日/木曜・土曜午後、日曜・祝祭日

西宮市名塩新町8番地エコーンなじお 5 F

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 外構 設計施工	耐震診断 耐震補強	不動産 仲介・買取 分譲住宅販売
---------------------	------------------	--------------	------------------------

TEL 0797-61-0626 / FAX 0797-61-1318

西宮市名塩1丁目40番8号 ☎ yamamoto@kha.biglobe.ne.jp

文芸の広場

11月の花

ピオラ



花言葉

「小さな幸福」
「あどけない愛」

季節ことば

- ・ 晩秋の月いよいよよさえて
- ・ 寒さを感じるこのころ
- ・ 寒冷日増しに加わる時節

吹き止みしとき秋風と想ふかな	河野 靖
草の露 ^{まろ} 転びて土に戻るかな	河野 靖
浮雲をみつめて飽かず秋の風	三輪 眞
ハマナスや北の涯にも命あり	三輪 眞
秋の雲明日の衣を選ぶ夜	山田 静江
老漢 ^{ろうかん} の膝抱く背ナに秋の風	山田 静江
側までは雲寄せつけず今日の月	坪井キヨエ
新涼や明日の計を声に出し	坪井キヨエ
夕映に何を告ぐるか法師蟬	伊藤富美江
峡の山まんまるの月せまり来る	伊藤富美江

名塩睦月俳句



川柳

腹抱え盛ったお皿に感謝です	平田陽二
目は絆 見抜くセンサー 個性なり	木元和美
去る者はすぐに忘らる老人会	堂阪勝之
浮かんでは消える言の葉掴まえる	村岡形而
機嫌よく いつもニコニコ前向きに	木元和美
指きりをしているような菩薩の手	橋本涼子
手の平の菜園談義盛り上がる	平田陽二
お世話などなつてないよと八十路	堂阪勝之
懐かしい笑顔が浮かぶ里の駅	平田三千子
一人お茶湯呑を撫でる抱き寄せる	村岡形而

俳句

新しき雨傘差して秋収め	赤坂美智子
山茶花の赤き花びら落ちにけり	赤坂美智子

メガネ・補聴器・時計電池交換

なじお眼鏡店

エコーなじお5階
TEL 61-0881

営業時間 平日 10:00~19:00

定休日

土曜日 10:00~17:00

日、祝祭日

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

2学期も交通安全見守る

新聞記事より

小中学校で2学期が始まった。登校時の交通安全の見守り活動が待っている。今までは朝寝坊ができたが、これからはそうはいかない。強制ではないが、子供たちが交通安全に遭わないように見守らなければならない。交通安全の見守りの人がいることで車を運転する人も気が付いてくれ、交通事故が減ると思う。これが最大の習慣で朝はちょっと眠りが、気持ちを切り替えて起き、朝日をいっぱい浴びること、体が動き始める。私も健康になるが無理はしないようにする。長い夏休みと思っていたが、終わってみれば一瞬のよう。思えてくる。みんな夏休みの宿題はできたかなと心配になる。2学期は長い夏休みの影響もあって不登校が増えるともいう。約一ヶ月ぶりに数人の児童・生徒と会った。「おはよう」の相互のあいさつでお互いに元気をもらった気がした。学校には多くの友達がいる。希望をもつて学生生活を送ってほしいと願っている次第です。

男にとつても大事な家事

新聞記事より

結婚して四十五年もたった。結婚当初から仕事も忙しく専業主婦の妻が家事をするのがあたりまえと思っていた。長期出張も多く子供が生まれても家事はほとんど妻に任せきりだった。ところが主婦が小学生のころ、妻が主婦にも休日を与えようと要求してきた。仕方なく日曜日だけは私が食事をすることにした。材料選びから教わりカレーやみそ汁が作れるようになる。料理が面白くなった。料理ができることが人生で大きく役立つ点が二つある。一つは長期単身赴任時も自炊し栄養バランスがとれ、病気を一度もしなかった。二つめは十三年前に妻が脳卒中で倒れ半身不随となり、私が家事を一日も休まず続けられたことだ。これまでも妻への恩返しと思いつつ、今後は体が動く限り老々介護を将来自分で行くつもりだ。自分から率先して家事をやることは決して無駄ではない。

皆さん、いかがでしょうか。

詐欺メール？

新聞記事より

残暑厳しい夜八時ころ、テーブルの上に置いていたスマートフォンのお知らせ音がピンポンと鳴った。スイッチを入れるとSMSの画面に「税金滞納のお知らせ」とあり、右上には国税局と書かれていた。詳細を読むと、支払いがない場合、財産差し押さえ等と細かく記載され、「今日が納付期限」、金額も書いてあり、その下には「今すぐ支払い」の枠が表示されていた。一瞬、我を忘れてそうになったがよく聞く話だ。私に来たか？と画面をよく見直すと、電話番号が携帯番号になつて危ないのに気付いた。おっと危ない！これは詐欺メールに違いないと冷静にその画面を削除した。皆さんもだまされないように気を付けてください。危ない！詐欺に遭わないよう、日頃から「詐欺」の例を覚えておくように心がけておいてください。



みんなの広場

「みんなの広場」に、日頃の思いを皆さんに伝えたいことがありましたら、投稿ください。約四百字程にまとめ、所属クラブと記名をしてください。

会員情報

入会	
美鳥里東	白木美恵子

退会	
名塩山荘	垣内愛子
名塩山荘	谷野 肇
美鳥里北	定方 勇

死亡	
名塩山荘	垣内三郎
美鳥里南	濱田光三

会員数
1,296名

2022・10・12付

* 謹んで故人のご冥福をお祈りいたします
* 10月号・会員の死亡者名の漢字、正しくは「内等祐一」さんでありました。

* 10月号会員数:1230名は、正しくは1300名でした。

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
エコーリラ隣
北神区役所3階

あなたの街のあなたのあ店
酒・ビール・米・灯油・ガス

中藤商店

西宮市 名塩 1丁目 26-13
TEL・FAX 0797-61-0631