

ナシオンクラブ

2023 年 10 月号(第 291 号)



高林栄一さん（1 丁目在住）の絵画
（安心プラザから創造の森
への横道）

西公園除草・清掃

場 所：西公園

① 日時：10 月 2 日（月） 9:00～

担当：東、北クラブ、Aグループ

（G・G部・青春 18 きっぷ部・カラオケ部
ハイキング部・ヨガ部）

② 日時：10 月 16 日（月） 9:00～

担当：西、南 A・Bクラブ、Aグループ

（G・G部・青春 18 きっぷ部・カラオケ部
ハイキング部・ヨガ部）

10 月	本部行事	体育部行事	文化部行事
1 日			
2 月	西公園清掃		俳句部・囲碁部
3 火			にこにこ部
4 水			囲碁部
5 木	ウォーキング部・フークダンス部		書道部
6 金	名塩講座		囲碁部
7 土	ごろ寝エクササイズ・ハイキング部・ヨガ部		
8 日			
9 月	スポーツの日		
10 火			にこにこ部
11 水	市老連理事会		囲碁部・カラオケ部
12 木		パソコン部・フークダンス部	
13 金			囲碁部
14 土		G・G部	
15 日			
16 月	西公園清掃		囲碁部
17 火	ことぶき号バス旅行		にこにこ部
18 水			囲碁部
19 木			書道部
20 金	ナシオンクラブ理事会		囲碁部
21 土	ごろ寝エクササイズ	太極拳部・ヨガ部	コーラス部
22 日			
23 月			囲碁部
24 火			にこにこ部
25 水			囲碁部・カラオケ部
26 木		パソコン部	フークダンス部
27 金			
28 土		G・G部・太極拳部・ヨガ部	
29 日			
30 月	広報委員会		囲碁部

入会を希望される方、是非お電話ください。

サークル（部）活動の場所と時間と連絡先					
サークル名	場 所	曜日	時間	世話人	連絡先
グラウンドゴルフ（G・G部）	東山台小学校校庭	2・4・5土	9:00～	武田（勝）	63-1017
書道部	ナシオンホール	1・3木	9:30～	小林（恵）	61-1273
コーラス部	安心プラザ1階	3土	13:30～	玉森（哲）	090-5658-0581
俳句部	ナシオンホール	1月	13:00～	鈴木（誓）	090-9889-0920
囲碁部	塩瀬センター	月・水・金	13:00～	三宅	62-4898
カラオケ部	安心プラザ1階	2・4水	13:00～	本藤	090-8753-5985
絵画部	屋外写生	3水	13:00～	上田（新）	62-3378
フークダンス部	ナシオンホール	1・2・4木	13:00～	小林（恵）	61-1273
パソコン部	ナシオンホール	2・4・木	10:00～	奥井	090-5642-7068
園芸部	東山台小学校花壇	随時	9:00～	武田（勝）	63-1017
ハイキング部	広報紙に掲示	2土	広報紙	中田（蕃）	61-3251
ウォーキング部	広報紙に掲示	1木	広報紙	森井	61-3560
青春18きっぷ部	広報紙に掲示	随時	広報紙	上野	090-8468-3410
にこにこ部(健康麻雀)	安心プラザ	毎火	13:00～	水谷	090-8577-0796
太極拳部	ナシオンホール	3・4土	9:30～	井浜	62-2115
ヨガ部	ナシオンホール	1・3・4土	13:30～	箕浦	20-1895

園 芸 部

園芸部は主に小学校の花壇の手入れをしています。市から届く四季の花々を植え付けています。他に冬には葉ボタン、そして春の入学式の頃にチューリップが咲くように球根を植えています。雑草取りや水やりは大変ですが、作業の合間の皆さんとのおしゃべりはとても楽しく和気あいあいと活動しています。

4年ぶりのサマーフェスティバルに向けて、種から育てた苗に一生懸命水やりしましたがあまりの暑さで生育が悪いのがありました。また、当日は突然の雷雨のハプニングもありましたがそれも良い思い出となりました。苗がそれぞれの花壇で元気に育ってくれるのが楽しみです。

学校の駐車場の畑で野菜も育てています。しかし、野菜作りに詳しくないので日々勉強しながらですが楽しく収穫しています。これからもいろいろな花や野菜にチャレンジしていこうと思っています。皆さん、一度花壇や畑を見に来て下さい。

連絡先 武田勝利 TEL 0797-63-1017

9月度(9月15日)ナシオンクラブ役員会 (現会員数 193名) 書記 田中 清

1) 報告事項(市老連理事会9月13日開催)

- ① 広報部…月刊「いぶき」第263号(1月・12月合併号(原稿締め切り10月11日)
L版いぶき1月号(原稿締め切り10月11日)
- ② 文化教養部…高齢者作品展(10/3~6日)
高齢者芸能大会10月25日
カラオケ大会(11/10・17・24)
- ③ 体育部…高齢者のたのしい体力測定
(11月20日)総合福祉センター
- ④ 女性部委員会…委員会開催11月15日
健康講座「がんは予防できる?!」

2) ナシオンクラブ 9月行事報告

- ① 9月3日(日)自治協理事会
- ② 9月4日(月)西公園清掃 7名参加
- ③ 9月7日(木)ウォーキング部 17名参加
- ④ 9月8日(金)名塩講座
- ⑤ 9月9日(土)ハイキング部 6名参加
- ⑥ 9月11日(月)みどりクラブパトロール
- ⑦ 9月13日(水)市老連理事会
- ⑧ 9月15日(金)ナシオンクラブ理事会
- ⑨ 9月16日(土)友愛訪問
- ⑩ 9月19日(火)西公園清掃 5名参加
- ⑪ 9月29日(金)広報委員会

10月公園清掃開始時間9:00~

3) ナシオンクラブ役員会 協議事項

- ① ことぶき号バス研修旅行10月17日(火)
出石方面 案内チラシ 9月29日配布
- ② 東山台小学校図工展(11/15~18)に合わせて絵画部・俳句部・書道部 出展。
11/19(日)にナシオンホールにて作品展(案)
- ③ ナシオンホールでの喫茶店開店について
- ④ 友愛訪問(9月16日)10時集合
サザエ「あずき寒天5個セット」59名対象
手分けして配布。

4) ナシオンクラブ 10月行事予定

- ① 10月1日(日)15:00~自治協理事会
- ② 10月2日(月)9:00~西公園清掃 00名参加
- ③ 10月5日(木)8:30~ウォーキング部 六甲
- ④ 10月6日(金)9:30~名塩講座
- ⑤ 10月7日(土)10:00~ハイキング部
- ⑥ 10月11日(水)13:30~市老連理事会
- ⑦ 10月16日(月)9:00~西公園清掃 00名参加
- ⑧ 10月17日(火)8:30~ことぶき号バス旅行
- ⑨ 10月20日(金)9:30~ナシオンクラブ理事会
- ⑩ 10月30日(月)9:30~広報委員会

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
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
16:00~19:00 ○ ○ ○ × ○ ×

休診:木曜と土曜の午後・日曜・祝日

0797-63-1113

十勝あんこの
サザエ

株式会社サザエ食品 西宮工場
おはぎ等和菓子の製造販売
営業時間 9~18時 日曜定休
西宮市国見台6丁目2-2 0797-61-3381

なじお山下 整形
Yamashita Orthopedics
整形外科・リハビリテーション科

休診日/木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

0797-62-5657
JR西宮名塩駅前 エコール・なじお5階

文芸ひろば

俳句の部

季語「残暑」「菊」

智慧の輪のはずれぬ焦り残暑かな

文人

この星も燃え尽きるかも此の残暑

文人

君の影宿る白菊追慕の念

文人

ぼちぼちと八十路の坂を残暑かな

文人

隣人の見まがふ老いや秋暑ふと

洋海

一服の抹茶に残暑おさへたり

洋海

白菊にやや青さあり気品あり

洋海

天地人制し金賞菊薫る

洋海

白雲の燃え立つ空に残暑かな

政子

菊人形我に刃を向けて立つ

政子

菊大輪幾年も咲かせ亡夫偲ぶ

政子

驟雨去り庭木にふわり黒揚羽

政子

影落とす夕日に残る暑さかな

泰子

白樺のきわだつ白や残暑光

泰子

あてのなき歩みまた良き菊日和

泰子

菊なます山家の宿のおもてなし

泰子

おもちゃ箱引つくり返る残暑かな 誓子
雨上がり畦にぎわせる野紺菊 誓子
夏ばてや不動明王のやうにをり 誓子
低木に残暑の重さかかりをり 誓子

「菊」 白菊 黄菊 菊畑 菊の香 菊日和
菊膽 残菊
申すまでもなく菊は秋の花の代表。種類も多い。
「百菊」という言葉さえある。
菊は大きさにより「大」「中」「小」とある。
花季も長い。霜が降り他の草が枯れ始めても
咲いてゆく花もある。

「残暑」 秋暑し 残る暑さ 秋暑
立秋を過ぎててもなかなか、暑さは衰えない。
年によつては九月に入ってから暑気をぶり返す事
も少なくない。この残暑はサラリーマンには苦しい
けれど、老人 病人にとっては堪えがたい。
俳句は当然その季節の概念と現実との距りを心得て
詠むのが常である。

すべての病院・診療所の処方せん受付

ナシオン 中川薬局

本店：〒669-1133 西宮市東山台1-10-2

TEL (0797) 61-0122

FAX (0797) 61-0985

●営業時間：AM9:00～PM8:00(水・土曜～PM5:00)

休 日：日曜日・祝祭日

学校法人 覚前学園

東山幼稚園

〒669-1133 西宮市東山台2-8-2

電話 0797-61-3603

FAX 0797-61-3604

10月の行事予定

ウォーキング部

日時：10月5日(木)

集合：JR名塩駅8時30分

行先：六甲テラス・六甲牧場等

担当：山本加代さん(南Aクラブ)

名塩講座(合同)

日時：10月6日(金) 9:30

場所：塩瀬公民館 講堂

内容：歌えば楽しい

講師：音楽療法士永島恵美子氏

ハイキング部(名塩合同)

日時：10月7日(土) 10時集合

行先：武庫川河川敷・宝塚花の道

文化芸術センター

集合：JA西宮名塩駅 10時00分

担当：中田蕃さん(南Aクラブ)

浜本医院

内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 4:30～8:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 5:00～7:30	●	●	●	●	●	●	●

月・火・水・金 午後4:30～5:00 予約外来(500円)など予約診療と併設、要知照(掛金なし)

休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日 西 0797-63-2588

俳句部（東香会）の紹介

酷暑の夏もやっと去りましたが、皆様はこの夏いかに乗り越えられましたか？

私達の俳句部は、河野靖主宰のもと、毎月第一月曜日の午後にナシオンホールにて、東山台の豊かな自然や日々の暮らし、人との触れ合いを俳句に詠むことで、今の生活をより彩り豊かにできたらと、みんなで励んでいます。

俳句は「堅苦しいもの」、「今までに俳句を詠んだことが無い」等の言葉をよく耳にします。

私達の句会は、楽しく俳句を詠むことを目標とした勉強会です。

主宰の優しく適切なお指導のもと、仲間同士で感じた事を自由に言って、一つの作品をより良くしていきます。私達は、五七五の言葉の調べをどこか懐かしく感じることはありませんか？

それは、日本人の中に古くから根付いてきたものではないでしょうか。

あなたの日常を、大切な思い出を、貴重な体験を日記を綴るように俳句に

してみませんか。いつでも、見学自由です。気軽にのぞいてみて下さい。泰子 記

俳句

Dr 濱本の一口健康メモ

新型コロナウイルスワクチン 10<No.192 2023 年 10 月>

5 月より新型コロナウイルス感染症も「5 類」となり報道されることも少なくなりましたが、この夏感染は拡大傾向で第 8 波に迫る勢いでした。当院では 8 月最も多かった感染者数は 28 名/週で陽性率 85%でした。特筆すべきことは、インフルエンザ A を 7 名/月認めました。小さなクラスターが散見されます。9 月第 2 週はコロナ感染者数 24 名/週（陽性率 67%）、インフルエンザ A 感染者数 3 名/週でした。今秋より新たにオミクロン株 XBB.1.5 対応 1 価ワクチンが希望者全員を対象に始まりました。今夏流行株に対してより高い重症化予防効果が期待されます。R 5 年春夏に接種された方は接種後 3 か月を目途に新たな接種券が郵送されます。接種されていない方は 5 月発送の接種券で接種できます。予約開始当初は混雑が予想されますが来年 3 月末まで無料で接種可能です。来年 4 月以降のワクチン接種については現在検討中ですが、高齢者などを対象に年 1 回秋冬に接種が予定され一部自己負担金が生じる可能性があります。

CONSULTATION CARD

タニダ歯科医院

0797-61-2000



診療時間 | 平日 AM9:00~PM7:30
土曜 AM9:00~PM5:00
受付は終了時間の30分前までとなります

休診日 | 日曜・祝日・水曜午後
〒669-1133 西宮市東山台1-10-5

南堂医院

内科・小児科・循環器科

診療時間 午前 9時~12時

午後 5時~7時

往診 午後（出来る限り午前中にお申込み
しこみ下さい）

休診：木・土曜日の午後・日曜・祭日

電話 (0797) 61-0638

JA の年金自動受取

皆様のお宅に一番近い金融機関です

JA 兵庫六甲

名塩支店 61-0611

名塩駅前出張所 61-1241

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 阪急バス名塩停留所すぐ

ことぶき号バス研修旅行

日時：10月17日（火）8時30分

行先：出石方面

会費：3,200円（申込時徴収）

担当：森井重美さん（西クラブ）

090-3613-3560

ナシオンクラブ広報紙 291 号

発行日 2023 年 9 月 29 日

発行責任者 田中 清

編集 広報紙委員会