



第 388 号
 令和 06 年 04 月
 北六甲台校区連合福寿会
 発行：いぶ志銀編集部

「健康麻雀同好会」が誕生します！！

連合福寿会健康麻雀同好会

令和6年4月より連合福寿会の同好会に「健康麻雀」が仲間入りします。男女を問わず初心者でも楽しめます。体験参加は無料です。是非ご参加下さい。入会を希望される方は、代表者に会費を添えて入会届けを提出して下さい。尚、当同好会は連合福寿会所属のため、福寿会会員でない方は所属丁目の単位老人クラブへの入会をお願いします。



【健康麻雀とは】

健康麻雀とは「賭けない」・「飲まない」・「吸わない」を合い言葉に、「健康づくり、仲間づくり、生きがいづくり」を目的とした麻雀のことです。

一昔前まではマイナーなイメージが強かった麻雀ですが、今では高齢者社会にとっては無くてはならない存在になっています。麻雀は適度な運が関わるため、多少実力があっても老若男女を問わずワイワイと楽しく卓を囲むことができるゲームです。

又、4人で楽しめる麻雀は頭脳スポーツの中でも比較的多い人数で行うゲームであり、新しいお友達を作るのに最適です。脳トレやフレイル予防としても効果があります。

当会は初心者もいることから、当面一般社団法人「日本健康麻雀協会」のルールとマナーを参照して活動します。発足後の活動を見て適当な時期に見直しします。

【活動内容】

1. 会員資格： 次の3項目を守る麻雀愛好家のみ
 - ① (お金を)賭けない
 - ② (酒を)飲まない
 - ③ (煙草を)吸わない
2. 会費： 年会費 2,000 円 途中入会は月 200 円
3. 現会員数： 16 名 (男性 7 名、女性 9 名)
4. 活動場所： 安心プラザ 1階A室 (3丁目 31-1)
5. 活動曜日： 第1土曜日13時15分～17時、第2金曜日・第4金曜日9時15分～12時、祝日も活動。毎月の連合福寿会会報「いぶ志銀」の予定表に掲載。



甲東梅林に行ってきました！

第三福寿会 井上武夫

2月24日(土)、当日の前後は雨だったにも拘わらずこの日は絶好のハイキング日和でした。健康増進部の有志 10 名 (1福:1名、2福:1名、3福:8名) が早春の甲東梅林 (西宮市上ヶ原2丁目) を訪ねました。

インターネットのアクセス情報では甲東園駅&仁川駅からの所要時間は大差なく、1駅手前の仁川駅で下車しハイキングが始まりました。

高級住宅地を横目に緩やかな坂道を登ると11時前に関西学院大学会館前に着きました。一度大学の学食を食べたいと思っていたので、玄関前に立っていたガードマンにダメ元で「今日、食堂は開いていますか？」と聞くと「11時過ぎからから営業です」との返事。

ここが学食なのかも確かめもせず喜び勇んで入った所は高級レストランでした。間違えましたとも言えず、奮発して早目のランチを楽しみました。会館から 500m で甲東梅林へ到着です。

(次ページへ続く)

甲東梅林は、大阪で貿易商や不動産業を営んでいた『芝川又右衛門』氏が「ミカン・ブドウ・柿・桃」などの果樹に加え「梅・桜・楓・楠」などを植えたのが始まりだそうです。

甲東梅林の広さは「鍋倉公園」よりやや広い程度です。

『白加賀・白玉梅・花香実・雪月花・源平』など39種、200本の梅の木があり、開花状態は蕾から満開まで見られ、それなりにキレイでした。

帰途、阪急電車今津線に沿って歩いて来ると、この日「阪神競馬場」がファンサービステアで入場無料だと知り興味津々で立ち寄りしました。

パドックでカッコ良く歩く馬達を眺めたり、1階芝生コースを疾走する本物の競馬を、柵越しではあったが目の前で見られ感動しました。

我々の質問に応え、あちこち案内してくれた親切な係員さんに感謝々でした。

間近に馬の雄姿を見る機会にも恵まれた大満足のハイキングとなりました。



市老連・連合福寿会からのお知らせ

1. 5月2日(木)は「ことぶき研修バス」運行の日です。詳細は後日お知らせ致します。
2. ゴールデンウィーク中の「憩いの家」は、4月28日(日)から5月6日(月)の間 休館とさせていただきます

会員の動静

令和06年03月30日 現在

単位 クラブ	異 動		前月人員			271
	男性	女性	男性	女性	合計	世帯数
第1	0	0	15	20	35	30
第2	0	0	19	25	44	36
第3	0	0	14	42	56	46
第4	0	0	15	24	39	36
第5	+1	±0	14	32	46	37
秋 桜計	0	+1	22	31	53	44
合 計	+1	+1	99	174	273	229

<異動内容>

- 【入会】 ⑤ 渡辺栄一 5-18-6
 ⑤ 藤本喜久子 5-23-5
 (秋) 東畑貞子 上山口 2-22-28
- 【退会】 ⑤ 上家佳子 5-11-16
- 【逝去】 なし

短詩文芸ご紹介

短歌

ワインと人 熟した方が より美味と
 自分勝手に 凛と生きよう
 楽しめた 短歌作りも ストレスに
 八十路の夢は 孫の地巡り
 北六甲台3丁目 グッチャン

川柳

元旦に 家族の笑顔 奪い去る
 憎き地震で 避難生活
 憩いにて 楽しい会話 あちこちで
 貴女も一人 私も一人
 北六甲台4丁目 デコボン

異常なし ホンマかいなど 気にかかる
 一人居の 食卓手抜き 足も抜き
 藤のとう 見つけられたが 運のつき
 北六甲台3丁目 モグラのパアバ

日々思索 靴下二枚 春違い
 クリスマスロス・可愛く咲いてわたし押す
 空元気 用事やる内 元気出る
 北六甲台1丁目 みかん

パーティー券 俺に買えとは 言わんな
 パーティ券 俺が買ったら 記事にする？
 パーティ券 買う金あれば クジにする
 北六甲台3丁目 チンシャン ブーオ

令和06年04月 連合福寿会予定表 前半

同好会活動予定			日付	曜日	行事予定	憩いの家当番予定者		
						単福	午前	午後
		FD	1	月	(秋)総会 9:30~ 上山東自治会館 いぶ志銀編集&三役会 13:30~ 自治会館B室		前田	西川
			2	火	(秋)公園清掃 8:30~丸山公園 北六・いきいき体操 9:15~ 自治会館A室		眞岩	三宅 辻田
			3	水	④近隣清掃 7:00~ 4丁目階段付近 (秋)いきいき体操 10:00~上山東自治会館	⑤	知平 伊藤	堀 名田
		カエルの会			③総会(花見会) 9時出発いこいの村はりまへ		栗原	栗原
			4	木			上野 久々知	塩野 柴戸
			5	金				
			6	土	②公園清掃 9:00~ 天上公園 ③公園清掃 8:00~ 鍋倉公園 ⑤公園清掃 8:30~ 向山公園 ⑤定例役員会 10:30~ 自治会館B室 社協有馬川さくらまつり 10:30~ 有馬川緑道		塩野	石井
囲碁		健康麻雀						
(秋)うた声愛好会			7	日			憩いの家休館	
		FD	8	月			西村	山田
		(秋)GG	9	火	②近隣清掃 7:00~ バス通り 北六・いきいき体操 9:15~ 自治会館A室 憩いの家委員会 10:30~ 自治会館B室		山脇	藤原く 鈴鹿
		北六・GG			(秋)いきいき体操 10:00~上山東自治会館 北六・ふれあい喫茶 13:00~ 自治会館A室 市老連理事会 13:30~ 福祉センター	①	田村	金井
		北六・GG (秋)GG	11	木	連合旅行委員会 13:30~ 自治会館B室		山脇	矢口
		健康麻雀 (秋)GG カラオケ	12	金			太田	橋口
		北六・GG(月例)						
			13	土			近藤	近藤 松永
			14	日			憩いの家休館	
カラオケお楽しみ会								
		FD	15	月	(秋)歩こう会 (西宮戎神社)		森田	入江
		(秋)GG	16	火	(秋)公園清掃 8:30~ 丸山公園 北六・いきいき体操 9:15~ 自治会館A室 健康増進部会 10:30~ 自治会館B室	②	溝口 勉	荻野
		北六・GG						

令和06年04月 連合福寿会予定表 後半

同好会活動予定	日付	曜日	行事予定	憩いの家当番予定者			
				単福	午前	午後	
		17	水	(秋)いきいき体操 10:00～上山東自治会館 市老連体育部会 13:30～ 福祉センター	②	南柿	溝口 恵
カエルの会		18	木	連合總會 13:00～ コミセンA室		守本 博	守本 千
北六・GG (秋)GG		19	金	(上山口東)ふれあい喫茶13:00～上山東自治会館		木割	越智
北六・GG (秋)GG		20	土	②公園清掃 9:00～ 天井公園 ③公園清掃 8:00～ 鍋倉公園 ⑤公園清掃 8:30～ 向山公園		中岡	小出
(秋)うたごえ愛好会		21	日	③定例役員会 10:00～ 安心プラザA室	憩いの家休館		
カラオケ花見会		22	月	②定例役員会 10:30～ 自治会館B室	③	井上	高谷
FD		23	火	北六・いきいき体操 9:15～ 自治会館A室		小濱	岸下
(秋)GG		24	水	(秋)いきいき体操 10:00～上山東自治会館 ①定例役員会 10:00～ 自治会館A室 (秋)定例役員会		天野	具足
北六・GG (秋)GG		25	木			松田	横井
健康麻雀 (秋)GG カラオケ		26	金	(秋)ひまわりの会 11:30～ 上山東自治会館		友田	谷
北六・GG		27	土	④定例役員会 9:30～ 自治会館A室 いぶ志銀配布		瓢野	藤原
カラオケお楽しみ会		28	日		憩いの家休館		
		29	月		憩いの家休館 昭和の日		
(秋)GG		30	火		憩いの家休館		
北六・GG							

カラオケ	第2, 4金曜	9:30～	自治会館A室
カラオケお楽しみ会	上に続く日曜	13:00～	
北六・GG	火, 金曜	13:00～	平尻公園
	木曜	10:00～	
(秋)GG	火, 木, 金曜	8:30～	丸山公園
囲碁	第1, 2土曜	13:00～	コミセン 和室

FD	月曜	9:30～	コミセン A室
カエルの会	第1, 3水曜	13:30～	自治会館A室
うた声愛好会	第1日, 第3土曜	13:30～	上山口東自治会館
ひまわりの会	第4金曜	13:00～	上山口東自治会館
健康麻雀	第1土曜	13:15～	安心プラザA室
	第2, 4金曜	9:15～	