

令和7年 盛夏

年 輪

第55号



版画 旧宝塚ホテル TAKA 哲

上ヶ原校区老人クラブ連合会

上ヶ原校区の会員状況について

上ヶ原校区老人クラブ連合会

会長 大西 信彦

暑中お見舞い申し上げます。

梅雨が明けてほっとする間もなくこの暑さです。皆様にはお元気のご様子で何よりとお慶び申し上げます。また、日ごろより多くの皆さまに支えていただいておりますこと、厚く御礼申し上げます。

さて、今年の5月、兵庫県の老人クラブ事務局から、令和5・6年度に新しく会員になられた方の人数(神戸市・姫路市を除く)が、「5年度は約5,600人、6年度は約6,000人」との報告がありました。

高齢者が増加している現状の中で、また、これだけの新入会員がありながら、会員数そのものは減少傾向にあるとのことことです。

西宮市におきましても、芦原校区と夙川校区の各老人クラブが、役員へのなり手が無いとのことで解散になりました。そして、令和6年度に会員数が約900名減少し、14,533名となっています。

今年度は、理事長肝いりの活動方針で、各単老が積極的に「声かけ運動」をする等、もっと会員増強に力を入れなければならないと云われています。

上ヶ原校区の状況を見ますと、一ヶ谷町の市営住宅を中心に活動中の「一花会」(会員約40名)ですが、来年の4月、その約半数の会員の方が、城ヶ堀町の新築市営住宅に集団転居されることになっています。この試練にめげずに「一花会」が存続を果たしますよう、皆様の協力を得て会員の増強を図りたいと考えています。

6月の市老連定例会において、会員増強運動優秀クラブの表彰式があり、純増会員数の部門で、上ヶ原校区老連が第3位として表彰されました。皆様が頑張っておられたおかげです。来年は第1位をめざし頑張しましょう。

高齢化はだれもが通る道です。皆で声をかけあい、楽しいことがたくさんあるシニアクラブにお誘いし、高齢者の「仲間づくり、健康づくり、生きがいづくり」を一層推進して、豊かで楽しい生活にしていきましょう。健康で長生きし、皆で遊べる時に多いに遊びましょう。

末筆ながら、暑さが一段と厳しくなる時期であります。会員の皆さまのご健康とご多幸を心からお祈りいたします。

会長になって思うこと

エンジョイクラブ3 会長 渡辺 寿一郎

この度、岩崎佐登子会長の退任に伴い新会長を拝命しました渡辺です。

昭和56年に上ヶ原に転居して44年がたちました。当時はまだ田畑が多く、夏には蛙の合唱が聞ける静かな環境に、大阪の喧騒から戻ると心が癒される気がしたものです。

70歳で仕事を離れ、あるボランティア団体で活動しながら「お世話になっている地元でも何か出来ないか」と漠然と考えていました。そのとき知り合いから、知識も思いも全くなかった「社協上ヶ原」の理事にお誘いを頂き、就任しました。そして、そこでの活動を通じて「エンジョイクラブ」を知ることになり、入会いたしました。

入会して感心したのは、毎月10以上のサークル活動をしながら、年間いくつものイベントを主催し、あるいは共催している会のバイタリティと、女性役員の方々のパワーあふれる行動力でした。老人クラブとはいえ、120名を超える会員を先頭に立って引っ張っていくには、このパワーが必要なのだと改めて悟った次第です。問題は、私がこの強力集団についていけるかです。今から既に戦々恐々としております。

老人クラブの目的は、地域の高齢者会員相互の親睦と友好を深めることにある訳ですが、クラブを維持継続するためには、ある一定数以上の会員数を確保する必要があります。高齢化社会を迎えて、老人の引きこもりが話題になる中、これからのクラブの課題の一つは会員数の増加、特に男性会員の増加だと思います。

老人男性は、女性の柔軟性に比べて「歌声喫茶」「いきいき体操」等の集いに対するハードルが高い。「なんで俺が」の意地があってなかなか参加してもらえない。実は、かく言う私もかつてはそうでした。その壁を取り払うためには、クラブのスタッフが、地域の高齢者と今まで以上に個別の緻密な関係を構築しながら、各種のイベントにお誘いするしかないかなと思っています。

今後は、心ある地元の方々と手を携え、高齢者の皆様が楽しく集える場を作る活動を続けていけたらと思っています。何卒、前会長同様ご支援ご協力賜りますようお願い申し上げます。

ワンチームで笑顔を・

上ヶ原地区社会福祉協議会
会長 北村 聡

社協上ヶ原が昭和56年に産声をあげた当時、役員全員が家庭の大黒柱として仕事をもっていたため、会議は夜に個人宅で開催するのが習わしだったそうです。しかも、各々職種が違うので、まとめるのが大変だったとのこと。こうした当時の苦労話を、先輩から折にふれ耳にしてきました。

そんな伝統ある社協上ヶ原を任されて、無我夢中のうちに2年が過ぎました。この間数多くの福祉事業を実施してきましたが、1件の事故、トラブルもなく現在に至っています。これは、いつも身近なところで見守って下さっている福祉協力員の皆様方、関連諸団体の皆様方、そして諸先輩方のご指導ご支援の賜物であります。私はこのことを肝に銘じるとともに、各位に感謝申し上げる次第です。

さて、令和7年度におきましても、今後、夏から秋にかけて、社協上ヶ原主催の三大事業が以下の通り続きます。

- ① ボッチャ大会が7月21日(月・祝日)、空調設備が完備した上ヶ原南小学校の体育館で開催されます。今回で5回目の開催となりますが、年々小学児童、親子連れの参加が増えており、今回は3代にわたるファミリーでの参加が見られるのではと、今から楽しみにしています。



26チーム82名が参加した
昨年度7月のボッチャ大会

- ② 上ヶ原在住で70歳以上の方を対象とした敬老のつどいが9月13日(土)、上ヶ原小学校体育館で開催されます。今年も地域の腕自慢による出し物、お楽しみ抽選会等々、皆さんにお楽しみいただける内容を準備してお待ちしています。
- ③ 社協上ヶ原一番の伝統行事…第44回グラウンドゴルフ大会が11月の土曜日(未定)に例年同様関西学院中等部グラウンドで開催されます。ここ数年間、親子での参加が増えたことにより、昨年からは親子専用のコースを設けており、寒い時期とは思えない元気な声が今年も楽しみです。

最後に、「上ヶ原にお住いの1人でも多くの方に笑顔をお届けする」…これが社協上ヶ原のモットーですが、これを我々全員が共有し、そして、ご協力を頂戴している地域の皆様と社協上ヶ原がワンチームになって、令和7年度も一步一步着実に前進して行く決意です。

ごあいさつ

上ケ原南小学校校区 民生委員・児童委員協議会
常務 増山 良子

上ケ原校区老人クラブ連合会の皆様には、日頃より校区や地域や単老にて、行事への関わりをはじめとし、近隣における人と人とのつながり、多世代交流、学校での植栽や子ども達とのふれあい…そして四季折々の自然豊かな上ケ原台地で、多種多様な分野でお元気にご活躍をされていますこと、心より感謝申し上げます。

皆様の笑顔や、ユーモアを交えた会話から、楽しい仲間同士がまわりを明るくし、勇気づけられ、つながることの大切さが伝わってきます。

私も、上ケ原校区老人クラブ連合会50周年記念行事の催しの際にお声がけを頂き、同年から単老へ入会し、多くのお知り合いができて、とても嬉しく思っています。

さて、本年4月には西宮市政施行から100周年の大きな節目となりましたが、「全国民生委員・児童委員制度」も創設108年目を迎えています。多くの先人からバトンを受け継ぎ、時を刻み、現在活動している私達は、法律に基づく制度のボランティアとして、多様化した地域福祉の増進に向け、その案内役として、困っている方々にあたたかい目・心で耳を傾け、行政支援を基盤とし「関係機関へのつなぎ役」として、守秘義務厳守のもと活動をしています。

また西宮市では、全国に先がけ「民生・児童協力委員制度」が設けられています。これは民生委員が担当する区域の中で、遠方のエリアの方をお願いし、見守りの目を増やすことで、支援を必要とする人などの把握をしやすくする為のサポート体制づくりです。

住民の方々からのご相談や、高齢者および児童虐待問題、南っ子みまもり応援隊、子育て支援、研修会、証明事務…など、多岐にわたる幅の広がりがあり、私たち委員の役割は重要であり、住民の皆様には必要とされている存在であることを心に留めています。

近年、あの手この手の特殊詐欺の被害が過去最悪のペースで増加中であり、「詐欺にご注意」の呼びかけで、インターホンや電話にはほとんど出られませんので、秋の高齢者実態把握調査や行事ご案内など、連絡の取りづらい状況となっています。

これからも学校と園その他諸団体の行事では、大勢の皆様との出会いや交流を通し…お互いに安心・安全で嬉しい、楽しい、喜び合える多くの機会があります様にと願っています。

今後とも、上ケ原校区老人クラブ連合会の益々のご発展と、皆様のご健勝・ご活躍を心より祈念申し上げ、ご挨拶といたします。

一花会…15年の思い出を残して

一花会 会長 藤田 功

市営住宅一ヶ谷団地に2010年6月「老人クラブ一花会」を立ち上げてから15年になります。この間、

「活動する老人、社会貢献できる老人、人のつながりを大切にし、喜びのわかる老人、希望にあふれ、生きる大切さを表現できて、存在感が頼もしく、地域の人達や子供達に尊敬される老人…そのような老人が集まり、また互いに錬磨するのが理想の老人会である」

を目標として、多彩な活動を続けてきました。

しかし、一ヶ谷団地はこの度築50年を超え、建築基準法により廃止されることになり、住民は移住を勧告されました。これに伴い、「一花会」は来年3月末に解散いたします(涙)。

15年間の活動を回顧しますと、最初に「お花咲かせ隊」を発足させました。そして、2011年からは毎年1月10日前後の日曜日に、地域の皆様に「厄除けぜんざい」70食～80食を無料提供しています。同年11月には「マージャン同好会」を立ち上げ、「賭けない・飲まない・吸わない」など、健全性を旨とし、健康管理を徹底し、ストレス発散や痴呆症予防にも効果があると続けてきました。「楽しい同好会がある」との評判に、他の地域から参加される方も多く、現在50人の会員の半数を占めています。2013年8月には「体操クラブ」を発足させましたが、その時以来、東接骨院の東久仁夫院長には何かとご協力を頂き、感謝しています。

2015年5月西宮市主催の第16回「フラワーフェスティバルin西宮」に参加し、この年と翌年第17回に各「フレンドシップ賞」を受賞。2017年第18回からはガーデン部門に出展して「オリンピックで世界は1つ」が銅賞に。2018年「西宮の美しい海と山」が銅賞と市民投票1位になり、サンテレビ局からも取材に来られ、大騒ぎでした。



2018年 フラワーフェスティバル

2011年4月の東日本大震災の際、すぐに支援募金活動をして、3日間で106,416円が集まりました。その後も2013年のフィリピン災害・2015年のネパール災害・2016年4月の熊本地震災害・2018年の西日本豪雨災害などに、計約38万円の支援募金を西宮社協内の日本赤十字社に寄付するなど、社会貢献活動にも取り組んできました。

2020年8月には設立10周年記念祭を開催することが出来ました。

お花クラブ・いきいき体操・手芸・男子会・麻雀・ボッチャクラブなど、一ヶ谷町集会所に年間2,500人～3,000人ほどの人が集まっています。会員50人が自分に合った同好会に参加し、また年2回の老人会のバス旅行など、高齢者の生きがいと楽しみと社会奉仕に全力で取り組んだ15年間を振り返り、感無量の心境です。

第9回 歌声喫茶

上ヶ原校区老連広報部

「それでは第二部を始めます。デュエットのお二人どうぞ」…司会進行役の渡辺さんが紹介すると、現れたのは太った男性(?)と金髪で可愛いドレス姿の女性(?)

「だれ?」「誰?」「ダレ?」

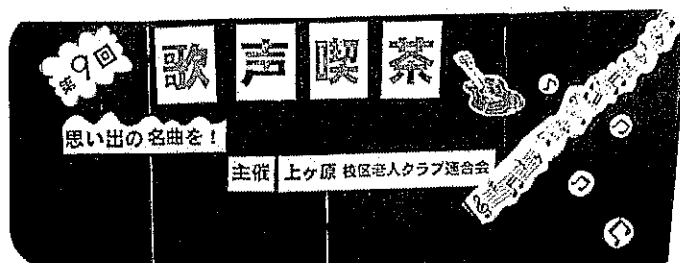
♪悲しみに負けた～♪いいえ世間に負けた～ 「昭和枯れすすき」の一節を唄い出すと、「男の人や!」ベールをはずしても「ダレ?」

微妙な間が… バッチリメイクで判別ムズイ!

「え～っ! キ・タ・ム・ラさんや～」会場は大爆笑の渦に。

一気に熱くなり、騒然とした中で「…♪2人は～枯れすすき～」…サプライズ成功!

この日市老連から YouTube の撮影に来ておられた松村さんもビックリ。



上ヶ原校区老人クラブ連合会主催の恒例行事「歌声喫茶」の第9回が5月27日(土)上ヶ原市民館で開催されました。

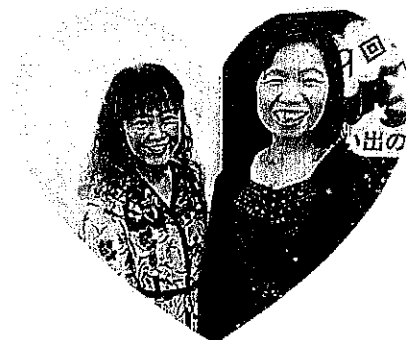
第一部 大西会長の開会挨拶があり、いつものスローガン「楽しくなる・夢中になる・笑顔になる」を全員で斉唱。気持ちがひとつになる。



オープニング曲は「憧れのハワイ航路」です。80数人の歌声が会場いっぱいに響き渡ります。ボーカル担当は友永友子さん。ピアノ伴奏は阿山佳子さん…若いお2人です。



この日を楽しみに待っていた人たちと一年振りの再会です。心も弾みます。



プログラムには童謡・懐メロ・フォーク・演歌が28曲収められています。

「森のくまさん」の輪唱に遅れないよう必死で歌う様子が微笑ましかったです。

「青春の城下町」「鐘の鳴る丘」「若いお巡りさん」「函館の女」……全曲は歌えなかったのですが、最後はやっぱり「高校三年生」…60年、70年前を懐かしみながら。



2時間ってこんなにも短かったの？
名残り惜しいですがお時間となりました。
「またお会いいたしましょう」

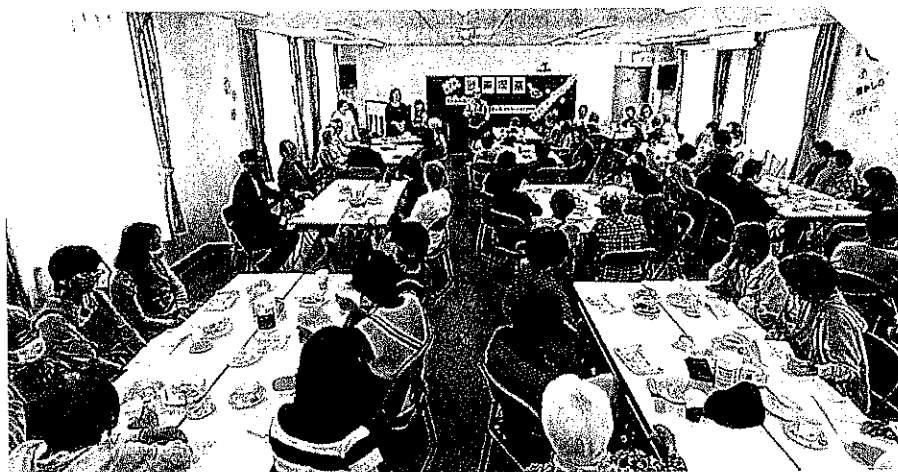
～参加された皆さんのメッセージ～

- 初めて参加しました とても楽しかった ありがとう
- 人の前で歌うのが恥ずかしいのですが 歌は好きなのでまた開催してください
- ほかの老人クラブの人と交流できるので楽しみな場です
- ケーキが立派なのに驚きました ￥1000 でもイイです ありがとうございました



準備には老人クラブの会長や役員のみなさんが。また「うえがはらサロン」や「センポリサロン」「カフェなないろ」の皆さんにも応援をお願いし、ご協力いただき、ありがとうございました。

友永先生、阿山先生…長時間有難うございました。多くの皆様に感謝いたします。



※ YouTube「西宮いきいきクラブ」でこの日の動画が配信されています

お待たせしました！

上南サマーフェスティバル 復活です！

上ヶ原南青愛協 加藤 直樹

令和2年よりコロナ禍などのため中断していましたが上ヶ原南地区「地域交流サマーフェスティバル」が復活します。詳細は次のとおりです。

2025 (R7) 年 7月26日 (土)
時間： 17:00 ～ 20:30
場所： 上ヶ原南小学校 運動場

※ 雨天の場合は翌7月27日(日)に順延します

以前は2日間行っていましたが、ブランクが長かったということもあり、今年は1日のみになります。

内容は、従来と同じく演技・演奏と夜店出店です。現在調整中ですが、次のような参加予定があります。

◎ 出演

フレンドリー・バンド、スプリングス・チアダンスクラブ、
広田くるくる (バトントワリング)、市立西宮高等学校ダンス部、
まんまるハーモニー (小学生～高校生コーラス)、
なないろの会 (老人クラブ有志、コント)、
西宮さくらんぼ合唱団・太鼓部……

センポリ唱歌の会の皆さんには開幕の演奏をお願いしています。

◎ 夜店その他

フランクフルト、ラムネ、たこせん、ポップコーン、カレーライス、
かき氷、綿菓子……
おもちゃ、射的、プニョプニョすくい、くじ引き、缶バッジ作り、
星座観察、グラウンドゴルフ試技、学習展示、フリーマーケット……

時節柄熱中症には十分留意されて、ご家族・お友達やお知り合いをお誘いの上お越し下さい。大勢の方のご来場をお待ちしています。

わくわくドキドキの老後

上ヶ原寿会 本田 英子

この上ヶ原台地に生まれ、住み続けて78年余。とはいえ、日中は外での活動がほとんどすべてで、家は寝るためだけに帰るところでしかなかった…というのが現実でした。

大学時代は早朝から京都まで通い、クラブに明け暮れる生活でしたし、就職後は、教師という仕事柄、精神的に24時間拘束され、どっぷりのめりこんでいましたので、無理もないことでした。

70歳まで働き、その後は夫の介護が待っていました。76歳で夫を看取り、事後の手続きも終え、なすべきことが何もない日々が始まりました。

さて、与えられたこの自由時間をこれからどう使おうか。これについては、「私が明るく暮らすことが最大の供養である」との友だちの言葉が胸に響きます。

振り返れば教職一筋でした。仕事は充実していましたが、年を重ね、責任が重くなるに伴って、趣味の木彫りをはじめ若い頃のたしなみの多くが遠ざかってしまいました。しかし、若き頃のそうした好奇心は、まだ健在のようです。

目標は、90歳まで自宅で一人暮らしを楽しむことです。そのために、まず足腰を鍛えようと、「いきいき体操」に休まず参加し、新たに「ピラティス」を始めました。

頭の体操にと長年続けている朗読、そして、地域の方々とのお楽しみの麻雀、さらに、孫の付き添いを兼ねたお習字など、あれこれと手を広げていきました。また、誘われたランチ会は断ることなく全部行くと決めました。おかげでスケジュール帳はかなり詰まっています。加えてこの春からは、上ヶ原社会福祉協議会の理事になり、かつ、その活動である月一回の「ふれあい昼食会」に、調理のお手伝いとして参加するようになりました。

こうした流れを生んできたきっかけは、朝のラジオ体操の集まりです。今はもう、暑さ・寒さ・怠け心に負けてしまって参加を止めていますが…。そこでの出会いが、地域での活動の広がりになんとか少しずつかわりを持ってきてくれています。これまでは、仕事がらみの関係しかなく、「地域に足を延ばせばどうなるだろうか」と不安もありましたが、杞憂でした。案外、どこかでつながっているものです。「地域に生きる」とはこういうことかと改めて思うこの頃です。新しい出会いの中での新しい発見があり、学びがあり、喜びがあり、刺激を受けています。

学生時代の友人や仕事で得た友人との関係を大切にしつつ、その一方で地域活動を楽しめることは、なんと贅沢なことかと感謝しています。

「運と勘と度胸だけ」をキャッチフレーズに、新しい生活を楽しんでおり、そのことを、朝夕、亡夫に報告する毎日です。

七転び八起きの私の人生

エンジョイクラブ 福井 千恵子

西宮に生まれて育ち、26歳で結婚し、「大阪の北海道」と呼ばれる能勢町で11年間、5人の子供に恵まれ平穏に暮らしていました。

ところが、平成3年10月、主人（当時37歳）が交通事故に遭い、「一生ベッドから起き上がれない植物人間状態」との診断。事故当時、一番上が小学校4年生、一番下が生後九か月でした。私は憔悴し、ひと晩で髪の毛が真っ白になりました。

主人の上ヶ原病院への転院をきっかけに、平成4年4月、西宮へ。

主人の入院中に、義父母・祖母が相次いで亡くなり、唯一の支えだった私の両親。だが、その二人も「阪神淡路大震災」で、崩れた家の中から息絶えて見つかりました。主人の入院先の上ヶ原病院も半壊で、転院を勧められました。「どうしたらええんやろう」…悲しすぎて涙も出ない気分でした。「一緒に住んだらええやん！」の子供の声に推され、励まされ、主人を引き取り、久々の7人家族の生活がスタートしました。でも、両親の遅くなったお葬式を終え、ホッとしたのも束の間、今度は自宅の火事です。寝たきりの主人は、お隣の息子さんがガラスを割って助け出してくれました。

私は、上ヶ原病院で、入院患者さんの入浴介助の仕事をしていました。平成11年暮れ「椎間板ヘルニア」に。次から次へと災難が続く中「なんで、私ばかり？」と思ったとき、亡き母の言葉を思い出しました。母は「災難は、それを乗り越えられる人にしか、降りかからへん。その分、しあわせも大きい。あんたは、それや!!」と諭してくれていたのです。「それじゃ頑張らなあかん」と…ヘルニアの治療中に私はヘルパーの資格を取得。それから、ヘルパーとしての仕事と主人の自宅介護とが続きますが、成長期の子供達との衝突もあって辛かったです。何度も、満池谷震災慰霊碑の所へ行き、泣きました。でも、18年間生きてくれた主人に感謝です。自宅介護したおかげで、子供達も主人を大切にしてくれました。

平成30（2018）年、私は今度は「脳梗塞」に。最後の試練です。負けてたまるかと必死でリハビリをしました。歩きました。おしゃべりしました。そして、「このままでは人生終わりたいくない!!」…強く決心しました。まずは地域の方々とふれ合いました。その中で「上ヶ原九番町・十番町にいきいき体操を」との声を聞きました。そこで、老人会に話をもちかけてお手伝いいただき、昨年「ナチュレいきいき体操」を立ちあげました。現在週1回18名前後の参加者が集い、喜んでもらっています。また、年輪誌編集の仲間に加わり、地域情報の発信に携わっています。NHKの朝ドラ「あんぱん」に曰く「絶望の隣は希望にゃ」と…それほど深刻ではなかったのですが、いま私は「前を向いて生きよう!!」と、与えられた道に向かって歩んでいます。

「老友会」を訪ねて

上ヶ原八幡神社は、甲山山麓にある小さな神社ですが、歴史は古く、江戸時代四代将軍徳川家綱の命により廣田神社の改築が行われた際、同神社の五殿のうちの一つを、鎮守の神としてこの地に祀られたとされ、廣田神社とは深い縁があります。

6月15日雨あがりの早朝、老友会の皆さんが集まって神社の清掃を済ませ、いつものように田中会長を中心にラジオ体操が始まりました。80代後半、90代の方々も元気よく背筋を伸ばし、両手を回して右に左にと、第二体操まで完全にし終えました。

社殿に入り、お参りをします。長年地域の皆さんに親しまれていた丘田宮司さんの退任後、



4月から新しく来られた宮下宮司さんの奉仕による月次祭が斎行され、儀式が進み、みんなで大祓詞（おおはらえのことば）を奏上しました。

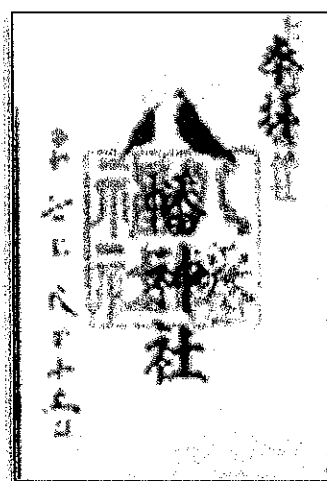
祓串（はらえぐし）と神楽鈴（かぐらすず）で半月間の身のけがれやほこりを清めていただくお祓いを受けました。その後宮下

宮司さんの講話もありました。

半年間の身のけがれやほこりは7月25日の「茅の輪くぐり」でお祓いを受け、きれいな心に戻るそうです。

今年も7月25日10時から「茅の輪くぐり」の神事が行われるので、ぜひご家族でお参りされたいかがででしょうか。

「老友会のみなさんのおかげで、いつも清々しい神社でいられます。ありがたいことです」と宮下宮司さんがおっしゃっていました。



ご朱印をご希望の方は
毎月1日と15日に宮司さんが
社務所で執務しておられます

上ヶ原校区老連 広報部 記

鵜飼 康元さん 昭和10年生れ 90歳 仁川町6丁目



上原の
ご長寿
さん

その1

昭和10年名古屋市に生まれる。昭和29年高校卒業後、大阪日本橋にあった二宮無線に入社。約10年後に結婚。その後独立して電気店経営。最初は大阪市城東区で始め、のちに尼崎市武庫之荘に店を移し、60歳で閉店しました。理由は海外旅行が夢だったからです。顧客さんには申し訳ありませんでした。

最初の旅行はスイスでした。ゆく先々はどこも感動的でした。その後毎年2～3ヶ国を旅行しました。なかでも、2015年に行った豪華客船「飛鳥」による南米巡りのクルージングは印象に残っています。南極へ向かう途中、チリ領のイースター島（モアイと呼ばれる巨大石像で有名）、ブラジルとアルゼンチン国境にある、三大瀑布の一つイグアスの滝（他のナイアガラとビクトリアの滝はすでに旅行済み）、ブラジルはリオデジャネイロのカーニバル（それまでTVでしか見たことのなかったダンスは、とても大がかりで豪華でした）などを観光し、パナマ運河の通過にも感動しました。帰路はハワイに寄港して横浜港へ。

その後は国内旅行が主です。東日本一周十日間の旅も体験しました。東京から仙台へ、そしてフェリーで北海道の苫小牧へ。アイヌ民族博物館を見学し、小樽、函館へ。さらに、東北岩手県宮古市の一画・田老（たろう）（1900年前後に2度にわたる三陸地震津波で大打撃を受けた町）と花巻温泉、山形県の天童温泉と温海（あつみ）温泉、新潟県の月岡温泉などを訪れました。

その後も、季節に応じて、東北あるいは北九州などを2～3泊で旅しています。

しかし、この2～3年は夫婦二人とも体調がスッキリしません。私は、朝の体操で甲山森林公園へ行った帰り、「地すべり資料館」の横の階段で転倒し、救急車で病院へ。その後も、家の中で転倒し、あるいは道路途中で気を失って転倒し、そのつど救急車のお世話になっています。計3回も救急車のお世話になり、そろそろ天国に近付いているんじゃないかと思う毎日ですが、我が人生に悔いはありません。

素晴らしい人生に感謝し、少々認知症気味の老夫婦ですが、あとしばらくは二人で頑張っていこうと思っています。



懐かしい言葉の響き「セピア色」

阪神淡路大震災から30年。記憶から消し去ることはできないでしょう。西宮市内でも亡くなられた方が千人を超えています。大なり小なりみんなが痛手を被ったのです。助け合って切り抜けたのです。自衛隊の私の後輩たちも、特技を生かして、あちらこちらの部隊から派遣されて来ていました。

それはさておき、人生90年。私の記憶は摺りガラスの向こうにぼやけつつあります。

幼稚園 金魚の昼寝

国民学校1年生の時、我が家に電気蓄音機がやってきました。

レコードは大正から昭和初期の流行歌、浪曲などなど。皆さんもよくご存じの歌手、楽曲ばかり…音楽との出会いです。

小学3年時、学芸会でクラスの女子二人と三人で合唱。このうちの一人はのちに宝塚歌劇団へ。その子の芸名は今でも覚えています。

中学3年時、音楽の時間。教師が「今日は新しい歌を」と、黒板に「青い山脈」の題名とその一節を書き、自前のアコーディオンを使って、ご存じの長い前奏とともに繰り返し教えてくださいました。明るくて、新鮮で、感激でした。

高校1年時。洋楽に憧れて、ポピュラー・ジャズ・クラシック音楽などのレコードをひそかに楽しんだものです。当時、我が家は新築したばかりで、財政も苦しく、必然的に自分も働いて学費も趣味も小遣いもと、やりくりが大変でした。

そんな折、ふとしたきっかけで宝塚歌劇を観劇する機会を得ました。八千草薫さん…永遠の乙女、とってもかわいい方ですね。勝手に憧れて、とりこになって、お手紙を差し上げました。数日後、封書が届いたのです。小さな写真にペン書きのサインが青インクでしてありました。びっくり！びっくり返るほど嬉しかったことは決して忘れるものではありません。すっかりセピア色になっていますが、もう一枚セピア色の写真があります。大切な二枚の写真、常にパスケースに納めて携帯しています。

長い人生、戦災と度重なる自然災害。あれやこれやが摺りガラスの向こうにぼやけていくようですが、生存中決して消せないものもあります。50歳の時に大腸がんの切除術を受けた名残の縫合跡が、おへその上下15センチほどと、二度切開のため、もう一つとが残っています。

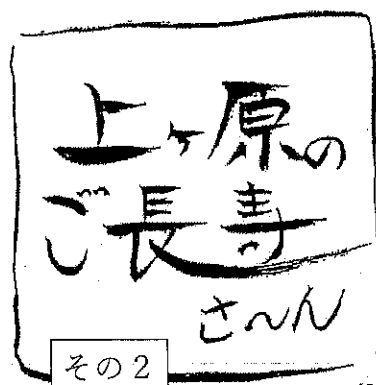
今はすこぶる健康…自己判断ですが。

戦後の困難や災害を乗り越えられた皆さん。コロナにも打ち勝って、人生百年時代を元気に。行けるところまで……

田中 康夫さん 昭和12年生まれ 88歳 上ヶ原六番町



学校卒業後、高知県長浜から神戸に出てきて、クリーニングの仕事に就きました。18歳から5年間、六甲の「さくらいクリーニング」で主任となり、後輩に教える立場になりました。そして、市民病院で看護師をしていた同じ高知県出身の妻と知り合い、結婚しました。



上ヶ原へは、昭和44年にホワイト急便が撤退した場所（六番町）を引き継ぎ、クリーニング店を開業したのが始まりです。また、八番町の「マンションベール西宮1階」（マイマート上ヶ原）に取次店を設けました。

阪神淡路大震災でベール西宮を建て替えることになり、マイマートの上ヶ原市場商業協同組合理事をしていた私は、住民との話し合いのほか、市や建築業者との交渉に尽力し、再建を果たした時には髪の毛がまっ白になりました。

小さい頃に肺炎で死にかけたり、胆石の手術をしたり、胃の検査を受けるなど病気も多いですが、今は、組合の理事も三藤さんに譲り、好きな家業に専念しています。「丁寧に仕上げる」がモットーです。アイロン掛けやシミ抜きなども手を抜きません。ただ、年齢のせいか「立ちっ放なしの仕事」は2時間ほどで腰や足が痛くなり、休憩しながら続けています。

一番下の弟が営業を手伝ってくれたので、目神山、夙川、剣谷方面まで得意先が広まり、顧客さんからは「安心して任せられる」「他の店とは仕上がりが違う」などと信頼を寄せられています。

<娘さんから見た田中さんは>

仕事面では…職人気質でプロ中のプロ。何にでもこだわる人。

シワの一つひとつや、シミを完全に落とす。自分でできる最善を尽くす。

仕事には自信を持っている。丁寧に仕上げる。

家庭では…穏やかで気が長く、優しいお父さん。夫婦仲もすごくいい。

盆・正月にはいつも家族旅行をした。

孫にもとても優しく、孫もオジイチャンが大好き。

まとめ…仕事の後継者がいないが、技術を伝授し、育てた弟子たちがいるので嬉しい。

88歳でこんなにしんどい仕事を一人でやってる人は他にいないと思う。ボチボチちでいい。無理せずに続けてほしい。

上ヶ原校区老連編集部 記

おいぼれバンド

団長 酒井 顕二

こんにちは、おいぼれ5重奏団です。おいぼれ五重奏団は、54人で編成されているおいぼれバンドのメンバーの中のクラリネット4人とファゴット1人、83歳の酒井団長を筆頭に明るく楽しいジジイ4人と美女1人の5人で構成されています。

6月12日(木)に上ヶ原集会所にて、なないろカフェに呼んでいただきました。ジャズ、歌謡曲、演歌、上ヶ原七番町けのクラシック等、5人のくだらない話をはさみながら演奏しました。皆さん一緒に歌ってもらったり、演奏した曲の曲名を答えてもらう曲当てクイズをやり、正解者には気持ちだけの小さなクッキーを賞品に用意し、8曲演奏しましたら全問正解でした。呼んでいただいたお礼を申し上げ、私たちおいぼれ五重奏団の演奏を楽しんでいただけていたら幸いです。



おいぼれバンド第4回不定期演奏会が9月27日(土)14:00から、アミティベikomホールで開催されます。皆さんおなじみの曲ですので、楽しんでいただけたと思います。この日ご用とお急ぎでない方、心よりお越しをお待ちしています。

西宮市吹奏学会吹奏楽団について

恒久名誉会長 今西永児氏の肝いりで平成22年(2010年)

6月、西宮市の吹奏楽界に長年関わってきた西宮市吹奏楽連盟OB 20名が「現役を退いても元気で頑張っていこう!」と、会員の情報交換や親睦の場として「西宮市吹奏学会」を、そして3年後の平成25年(2013年)9月、その傘下に「吹奏楽団」を発足させました。

当楽団の最大の特徴は「仲間が人生を全うした時の祝典曲を決めておき、生演奏で祝って見送ろう」という愛情いっぱいのバンドだということです。ちなみに平均年齢は70歳!15分演奏すると息切れがします。

別名「おいぼれバンド」とも呼ばれています。

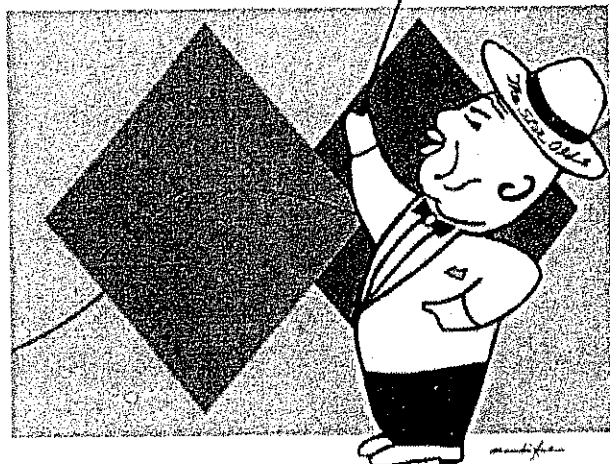
西宮市吹奏学会

第4回不定期 西宮市 100周年記念



おいぼれバンド演奏会

— ザ・スター・オールズ —



2025・9・27(土) 14:00 開演 (13:00 開場)

西宮市民会館アミティ・ベikomホール

指揮 石田美樹 / 監製 藤田 隆 / 平松文雄

演奏曲目 March「FOREVER Forever!」(祝典歌謡曲) 編 藤田隆二 監

入場料 無料・観覧料あり・全席指定 (席の都合は入場をお断りすることがあります)

協賛 市民会館、民間企業、THミュージックファクトリー、関係者にお求めください

お問い合わせ 酒井 顕二 090 9209 1872

おいぼれバンドホームページ <https://suisou-gakkaigakuden.jp/indofree.com>

主催 西宮市吹奏学会おいぼれバンド 西宮市吹奏学会

後援 廣田神社 西宮市 西宮市文化振興財団 西宮市教育委員会 西宮市吹奏楽連盟 西宮商工会議所 さくらFM 日本吹奏楽指導者協会関西支部 西宮市老人クラブ連合会 朝日新聞神戸支社 ベイ・コミュニケーションズ

この事業は西宮市市制施行100周年記念事業として、西宮市市制施行100周年記念事業の補助を受けて実施します。(後援料別冊第0241号)

上ヶ原病院より

上ヶ原病院 眼科 平林 典子



上ヶ原の皆様、こんにちは。上ヶ原病院 眼科医の平林です。

「大阪・関西万博2025」にはもう行かれたか？
私は早速行ってきましたよ。大屋根リングの上を歩いたことに一番満足しています。上から見える景色(パビリオン)

が綺麗でした。木製の巨大な建築物は見事で、木のいい香りと温かみを感じました。もう一度行きたいですね。

私が「上ヶ原病院」に常勤医として着任したのは2017年7月で、それからまる8年になります。振り返ってみれば、一番の出来事は、やはりコロナ感染症の襲来です。未知なるものとの遭遇、それはそれは大変でした。大江理事長の指揮のもと、医師・看護師をはじめ病院職員、一丸となって立ち向かっていました。

いつまた、どんな新しい感染症がやってくるかもしれませんが、この経験はきっと生かされ、もっと上手に対応できると思います。来ないことをこそ祈っていますが……

眼科の話になりますが、8年も経つと安定して診療を行う体制が整ってきたと思っています。月曜日から土曜日まで、毎日午前中「外来診察」を行っています。「目」のことで何か心配があれば、いつでも当院に来てください。

また、白内障手術や硝子体注射（加齢黄斑変性症、網膜静脈閉塞症など）も行なっておりますので、ご相談ください。

上ヶ原は自然豊かな土地ですね。鶯の鳴き声にハッとし、クワガタやカブトムシを見つけては童心に帰り、タヌキ（アライグマという説あり）に大声を上げたり…。それに、すぐ近くの西宮北口にはガーデンズがあり、県立西宮芸術文化センターがあります。このように、なかなかいいところです。私は、この土地に勤務でき、嬉しく思っています。

お近くにある「上ヶ原病院」を、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

上ヶ原地区社会福祉協議会(社協上ヶ原)からのお知らせ

☆うえがはらサロン

(ふれあい100円喫茶)

毎月第2月曜日 13:30~15:00

場所: 上ヶ原市民館 (関学南門前)

サイホンコーヒー・紅茶・デザート

(8月は休みます)

どなたでも自由にご参加下さい!

イベント予定

9月 8日 おいぼれ五重奏団

10月 13日 楽しい演奏会

11月 10日 カラオケ大会 (景品あり)

12月 8日 Xmas会 ミュージカルポケット

☆福祉協力員の募集

社協上ヶ原開催行事のサポート(会場でのお手伝い)をして下さるボランティアを募っています。

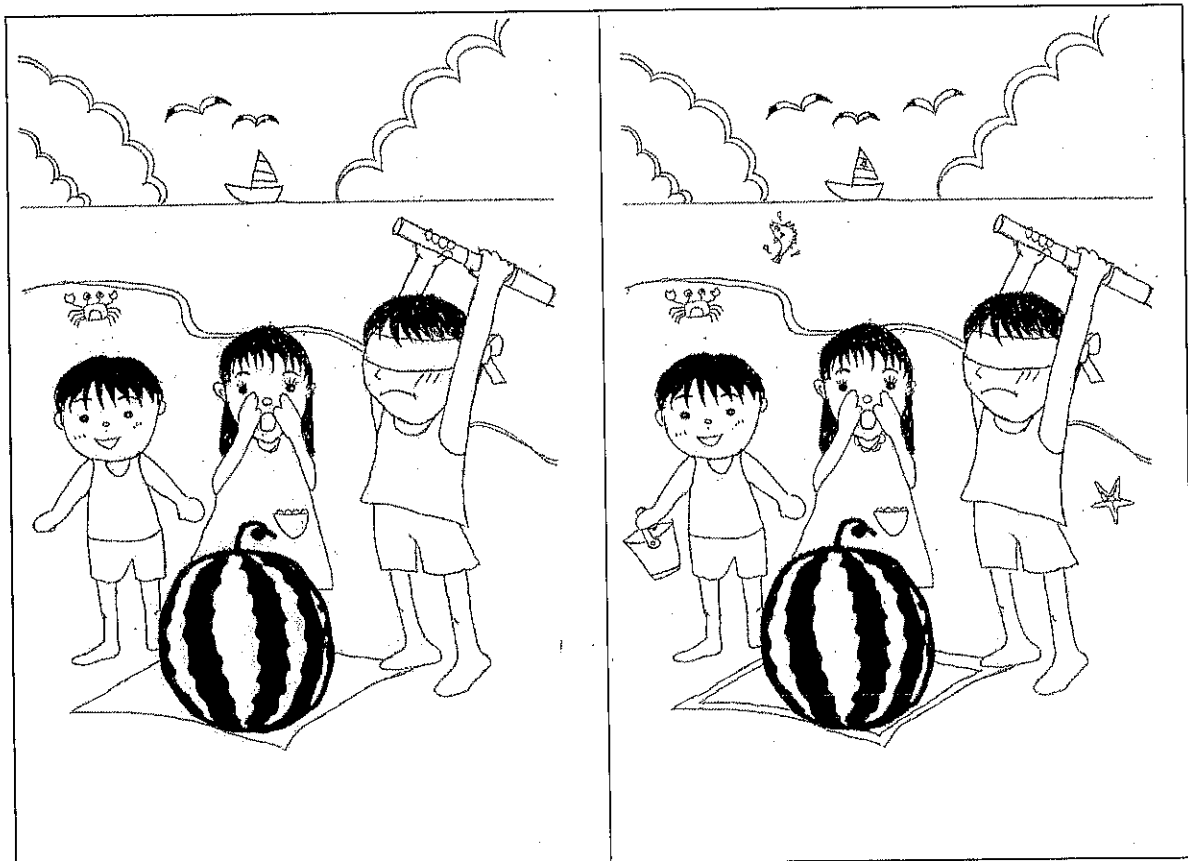
お問い合わせ・お申し込みは上ヶ原市民館(☎0798-53-7862)まで



パズル
で〜す

間違い探し

左右の絵を見比べると、違ったところが7カ所あります。見つけてください。



制作 水本 美果

答えは19ページにあります



うまみ

馬見丘陵公園を訪ねて

6月3日、センポリ会25名とセシリア会10名は、奈良盆地南西部にある「奈良県営馬見丘陵公園」を訪問しました。このグループによる「こつぶきバス研修旅行」は、これまで雨の日が多く、今回も、朝から雨が降り注ぐ生憎の天気でした。先行きの天気が不安でしたので、バスの中で話し合い、行き先の順番を変更して、まず「道の駅」に、次に食事、そして午後から馬見丘陵公園を散策することにしました。同公園内には、広大な敷地に約100品種、3万本にも及ぶ花菖蒲が群生しています。

阪神高速から西名阪を経て、えんえんと続く河内のブドウ畑を車窓に見ながら、道の駅「かつらぎ」に向かいました。道の駅「かつらぎ」は新鮮な卵、鮮度のよい野菜、タケノコなどが豊富に品揃えされ、季節によっては色とりどりになる花売り場もあり、吉野葛の葛餅、柿の葉寿司、みそ煎餅、タケノコなどを土産に買っている人が多く見られました。

昼食の「味苑」は歴史のある料理屋で、階段を上がると、畳敷きにテーブルと椅子が備えられた料亭仕様の部屋でしたが、人数の関係で、センポリ会とセシリア会の2座敷に分かれて、「おぼこ弁当」をよばれました。旬の食材を使ったお寿司やおかず、揚げたての天ぷらや吸い物など、ボリュームのある美味しい食事でした。

食事のあと、幸いにも雨は小降りになり、馬見丘陵公園に向かいました。小雨に濡れ映えた花菖蒲の色とりどりの花々は、実に優雅に美しく輝き、咲き誇っていました。

馬見丘陵公園は、広大な馬見丘陵の東部にあり、同丘陵は馬見古墳群のエリアと重なります。公園は、その古墳群の、乱開発からの保全をも目的にしています。奈良公園に次ぐ県内2番目の広域公園で、園内に、史跡であるナガレ山古墳と乙女山古墳があります。そして、今回訪れた菖蒲園のほか、バラ園、ダリア園その他四季折々の花園を楽しむ所として有名です。

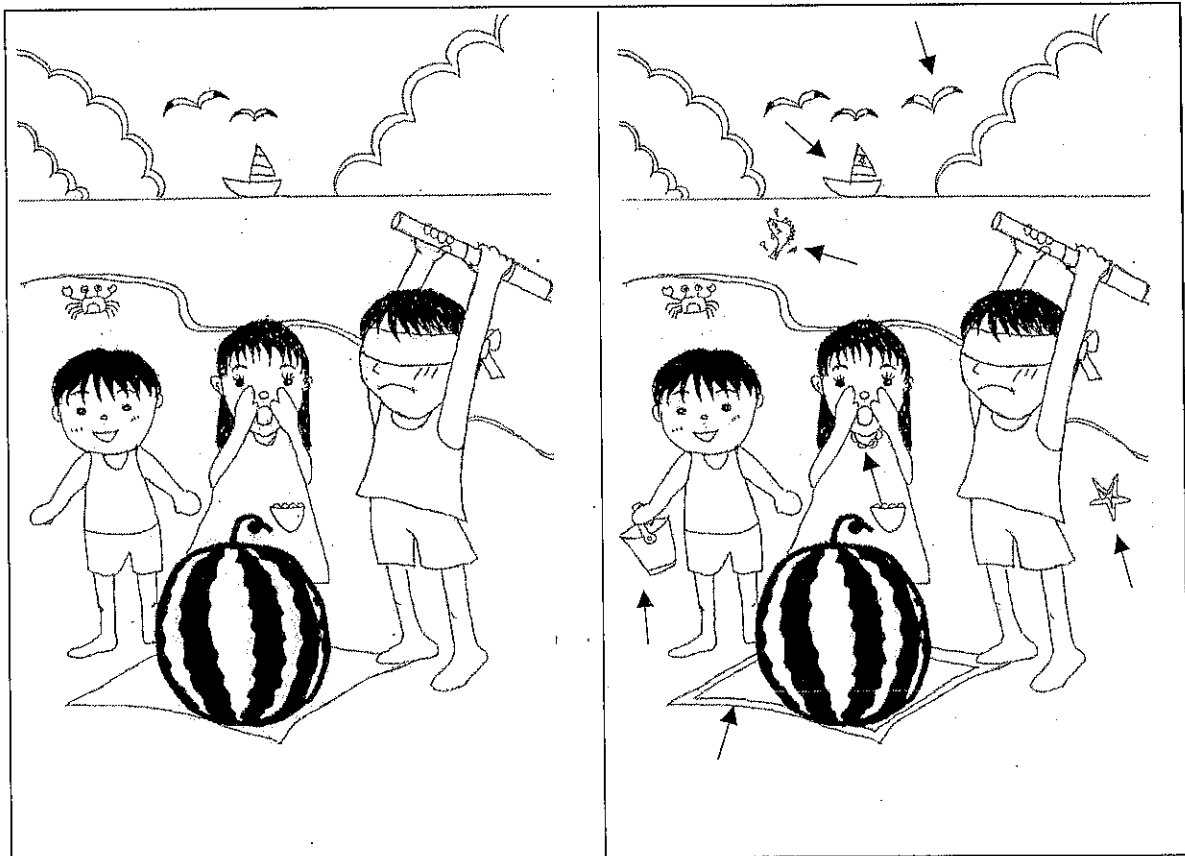
新緑の木々に囲まれた馬見丘陵公園をあとにして帰路につきました。帰りのバスの中は話が弾み、楽しい会話にあふれた一日でした。



公民館地域学習推進員会 講座予定

上ヶ原公民館 六軒町1-32 電話 72-7286			甲東公民館 上甲東園2丁目11-60 電話 51-3748		
7月	24 (木)	夏休みの工作 ～ビー玉スライダーを作ろう～ (小学2～4年生対象) つくらぶひろば 藤本直美	7月	24 (木)	子ども科学工作教室 ～ホバークラフト～ (小学4～6年生対象) Vabbo Kids
	30 (水)	地震のおはなし ～その起こり方と予知～ 大阪大学名誉教授 理学博士 松田准一	8月	お 休 み	
8月	お 休 み		9月	11 (木)	古典文学鑑賞 ～古典に描かれる納涼～ 桃山学院大学講師 鈴木 小春
9月	10 (水)	漢 字 D E 脳 ト レ (第2回) 漢字教育士 井下 奈緒美 他		21 (日)	関 学 落 語 会 関西学院大学 甲山落語研究会
	26 (金)	人形劇 にんじんさん だいこんさん ごぼうさん ブップとベベ 日比 智美 他			

17 ページパズル 間違い探しの答え



- ① カモメの数 ② ヨットの星 ③ 魚がはねている ④ ヒトデ
⑤ ワンピースのえり ⑥ バケツ ⑦ 敷物のもよう