

はぴねすクラブ芦屋

Vol.99

2025年(令和7年)5月



芦老連
シンボルマーク

芦屋市業平町8番5号
芦屋市民センター別館1階
TEL・FAX: (0797)32-7558
発行: 芦屋市老人クラブ連合会



男着物
カッコイイ!



妖艶な踊りと
ステキな
お着物に目を
奪われました。



あらゆる人に幸を
してあげる
それがハピネス!

会員演芸発表会

笑顔と衣装が 輝く舞台



袖が
かわいい!



今年は
赤のドレスで
勝負!

待ちに待った会員演芸発表会が、令和7年3月14日(金)、晴れ渡る空の下、芦屋市老人福祉会館で盛大に開催されました。会員の皆さまが何カ月もかけて練習を重ね、心を込めて披露した特別なステージ。この日は、気温も18度と暖かく、お天気までもがまるで発表会を応援しているかのようでした(次の日は8度も下がり、寒くなりました)。

鮮やかな和装や煌びやかなドレスを身にまとった出演者たちが繰り広げる演技や音楽は、まさに発表会ならではの魅力のひとつです。今号の表紙は、衣装にフォーカスしました。華やかな衣装の出演者たちが、笑顔とともに舞台を彩ります。まるで夢の世界にいるかのような、楽しく華やかな瞬間が広がっています。

この素晴らしいステージの一員として、あなたも笑顔と感動に包まれるひとときをぜひお楽しみください。(関連記事6・7ページ)

令和7年新年互礼会

巳年への期待

令和7年の新年互礼会は、市民センター本館が工事のため、初めて別館音楽室で1月6日（月）に開催しました。各クラブから34名が参加して、高島峻輔芦屋市長をはじめ多数のご来賓の参加をいただき、浦野副会長の進行で最初に国歌斉唱を行いました。音楽室は備え付けのピアノがあり、メゾンゴラスを指導していただいている須藤先生の伴奏で全員で「君が代」を斉唱しました。



高島市長

中村会長



ハズスコラスが盛り上げた写真

施策として打出浜に高齢者生活支援センターを増設し、きめ細かな支援につなげています。帰山和也市議会議長からは「今年のはきのと・巳年、蛇が脱皮して成長し、草木がしなやかに横にも伸びるような年になることを祈念しています」青山曉県議会議員は「老連の益々の発展を祈念しています」とお言葉をいただきました。



兵庫県庁の見学

第2回女性部全体研修会



県庁正面玄関にて記念撮影



屋上からの市街地を望む

災害対策センター

紅葉シーズンの11月25日（月）に令和6年度第2回女性部全体研修会が実施され、兵庫県庁を見学してきました。午後2時、県庁2号館の1階ロビーに24名が集合し、2班に分かれて職員の方に案内していただきました。

まず、山手幹線道路を挟み県庁1号館の北側にある「災害対策センター」に行きました。平時は防災局の事務室として、発災時は災害対策本部事務局として使用されます。大円形の集合型執務机には、PCとPCが並んでおり、私達

【出題された兵庫県クイズ】

- 県の花…のじぎく
- 県の鳥…コウノトリ
- 県の樹…クスノキ
- 県徽章…兵の字をもとにしたデザイン
- 県旗…セルリアンブルーに白で兵の字を描いている
- 兵庫県で生まれた国民の祝日…敬老の日

り、市章山、錨山、ピーナスブリッジ等を見渡せます。海の園からは兵庫県公館、警察本部ビル、神戸のランドマーク「ポートタワー」があるメリケンパーク、神戸港の風景を一望できます。人の園では洒落たテーブルを囲んで食事したりお喋りをしたりしてゆっくり寛ぐことができます。

最後は議場棟1階にある視聴覚ルームに案内していただきました。兵庫県は歴史文化の異なる旧五国（播磨、美作、美濃、丹波、但馬、淡路）で構成されています。平成30年に県政150周年を記念して150のビュイポイントを選定し、県のホームページ「アビューポイント150」を検索すれば全てのエリアの景観を眺められます。映像を見ながらお話を聞き、兵庫県の素晴らしさを再確認し楽しいクイズを終りました。

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています

いとう眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△	△
午後 4:00~7:00	○	△	△	△	△	△	△	△

※手術 〇土は午前9:00~午後1:00まで

0797-38-2511

浜町9番12号

藤澤眼科クリニック

JR芦屋 ラポルテ北館1F

院長 藤澤 久美子

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	△	△
午後 4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	△	△

※休診日 月曜・日曜・祝祭日

TEL 0797-25-1060 FAX 25-1061

毎日デンタルクリニック

一般歯科・訪問歯科・口腔外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
10:00~13:30	○	○	○	○	○	△	△	△
15:00~19:30	○	○	○	○	○	△	△	△

休診日：月曜・日曜・祝祭日 △土曜10:00~14:30

芦屋市大槻町1-25 アクセシオ芦屋1F

0797-61-7788

細見税理士事務所

税理士 細見 隆史

芦屋市栗平町4番1号301

TEL 0797-35-7661

○内科・循環器内科 ●心療内科・精神科

いとう医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:30	○	○	○	○	○	○	△	△
12:30	○	○	○	○	○	○	△	△
PM 4:00	○	○	○	○	○	○	△	△
6:30	○	○	○	○	○	○	△	△

0797-32-2030

芦屋市西芦屋町8-19 ミニコップ西芦屋店前 あり

小林整形外科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	△	△
午後 4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	△	△

休診日 月曜日午後・土曜日午後・日曜日・祝日

東灘区森北町1-7-13 アーク玉谷ビル2階

TEL 078-412-2177

なか眼科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△	△
PM 3:30~6:30	○	○	○	○	○	○	△	△

【休診日】土曜日午後・木曜日・日曜日・祝日

芦屋市打出小樋町14-11 三井ハイム芦屋1F

(0797)32-5288

内科（生活習慣病など）
呼吸器内科・アレルギー科

たけまさクリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	△	△
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	△	△

西宮市樋之池町 21-26

0798-72-5951

令和6年度第3回理事会

令和7年度事業計画&収支予算案



中村会長

3月21日(金)第3回
理事会が健康福祉センター
で45名が出席して開催され
ました。市民センター本館
が工事中のため場所を変え
ての開催です。開催に当た
り中村会長からあいさつが
あり、まず季節の変わり目
健康に留意すること、会員
が行事のため外出する機会
を増やし楽しめるよう工夫
すること、最後に補助金が
厳しい状況にあり、皆さん
の協力をお願いしたいと述
べられました。議事に入り、
令和6年度下半期の活動
状況として林事務局長か
ら23の事業に延べ1152



各々の地区から報告がありました。



代表者から活発な発言

以上の結
果、事業計画
及び予算は
承認されま
した。その他
として令和8

名の参加があり、月3〜4
の事業が実施できていると
の報告がありました。

次に協議事項に移り、令
和7年度事業計画案が説
明され、潮見南と千草会会
長からスポーツ大会の時期
及びアンケートの回答が留
意されていない旨質問が出
されました。事務局から
◎近年アンケート業者の見積り
が予算と乖離して、テン
トの手配が困難

◎昨年は市職員により市
内中学校のものを借りた
が、市職員への負担が大
◎テントがいらない11月開
催を予定

との回答がありました。

また、先のアンケートで
は半数のクラブから継続の
希望があり、従前のよう
に各ブロックへの出場者数
の割振りはせず、各クラブ
から出場者を募りたいと考
えています。

年以降の補助金が厳しい状
況が伺われ、県での交渉の
材料として会員加入実績報
告作成の依頼がありました。
近畿圏の補助金の比較、最
近の県の動きから6〜7月
を目途に予算折衝が見込ま
れています。また、海洋はつ
らつクラブからはびねすカ
ードの利用減少の状況が提案
され、現在、各店舗の取扱
店としての調査を実施して
おり、改めて一覧表を作成
する予定が説明されました。
最後に芦屋市から令和
7年度の補助金申請の留
意点等が説明され、理事會
は閉会しました。

令和7年度事業計画

【基本方針】

私たちが住み馴れた芦屋で、安心・安全・健康で
笑顔で暮らせる仲間づくりを目指します。

- ①兵庫県老人クラブ連合会及び諸団体との情報交換や連
携を図るとともに、各地域クラブを支援し、「健康・生
きがい・仲間づくり」を推進します。
- ②会員増強運動を通して仲間を増やし、高齢者の居場所
づくりを推進します。

事業名	実施予定時期
健康ウォークラリー	4月
グラウンド・ゴルフ交流大会	5月・10月
女性部リーダー研修会	5月・10月
役員研修会	6月
ニューススポーツ講習会	6月
モルック交流大会	6月
マグターズ交流大会	7月・11月
介護予防研修会	7月
老人クラブリーダー研修会	8月
友愛活動	9月
公式輪投げ交流大会	9月・8年2月
若手リーダー研修会	10月・8年3月
スポーツ大会	11月
新年互礼会	8年1月
作品展覧会	8年1月
演芸発表会	8年3月
広報紙「はびねすクラブ芦屋」の発行	5月・8月・8年1月

- (1) 全老連、近老連、県老連、阪神南ブロック協議会等の行事への協力
- (2) 県・市・社会福祉協議会 交通安全協会等の活動への協力
- (3) 会員増強運動の実施

事業名	実施予定回数
(1) 総会	1回
(2) 理事会	3回
(3) ブロック長会議	随時
(4) 地区ブロック会	随時
(5) 三役会	12回
(6) 会計検査	12回
(7) 部会	
①広報部会	随時
②保健体育部会	随時
③文化芸能部会	随時
④女性部会	6回
(8) 委員会	
①若手委員会	6回

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています

いのうえ小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 13:00~15:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 16:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日/木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

西宮市大谷町7-5 夙川グリーンプレイスB棟2階a

TEL0798-38-1152

歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科

いしみね歯科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~13:00	●	●	●	●	●	●	●
14:30~19:00	●	●	●	●	●	●	●

■9:00~13:00 ▲14:00~18:00 [休診日]木曜・祝日

西宮市大谷町7番5号B棟2階

TEL0798-56-7666

藤本整形外科循環器内科
クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
15:30~18:30	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日/木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

西宮市大谷町7番5号 夙川グリーンプレイスB棟

TEL0798-31-6580

内科

野村医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:30~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後 13:30~17:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日/木曜・日曜・祝日・土曜日午後

芦屋市伊勢町5番10号

☎(0797) 22-5505

田守クリニック
TAMORI CLINIC
外科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 14:00~17:00	●	●	●	●	●	●	●
午後 17:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●

芦屋市船戸町3-18

TEL0797-21-2286

保険調剤・処方せん調剤

たけのこ薬局

芦屋市川西町15-18

芦屋リバーウエストマンション101号

TEL 0797-62-7627

FAX 0797-25-1139

芦屋まっおクリニック

内科・糖尿病内科・内分泌内科・肥満外来

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:45~12:00	○	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○

▲8:45~14:00 ■17:00~19:00 休診日/木曜・日曜・祝日

芦屋市西山町11-18 CH.158 201号

TEL0797-32-5070

https://a-matsuo.jp

吉田内科クリニック

併設 芦屋漢方研究所

内科・消化器内科
アレルギー科・糖尿病内科

JR芦屋駅南スグ徒歩1分

☎(0797) 38-7210

『早く元気に』願い込めて



元気袋には、カイロ、タオル、くつ下など
今すぐ必要なものが入っています



品物の仕分け作業:少しでもお役にたつと嬉しいです



令和6年1月1日
(月)に発生した能登半島地震および同年9月20日から23日にわたる豪雨による被災に関し、各クラブからたくさんの方々が、被災者へ支援金を寄せられ、県老連を通じて全老連から総額2億1千余円が被災した5県に渡されました。しかし被災した能登地方では、老人クラブ活動が全くできていないことが判明しました。

多くの品物が県老連に寄せられ1月20日(月)、23日(木)の両日、女性部の有志12名が集まって、品物の仕分け、袋詰め作業を行い、計72個の元気袋を製作して翌日、県老連に送付しました。

その後、県から石川県に送付し、各被災者に配布されたとのこと。被災地の状況はニュースでたびたび流れています。が、インフラ復旧に長期を要し、被災者個々の支援が十分なされていないことに心を痛めており、この元気袋でちょっとした気持ちになつてほしいと願っています。

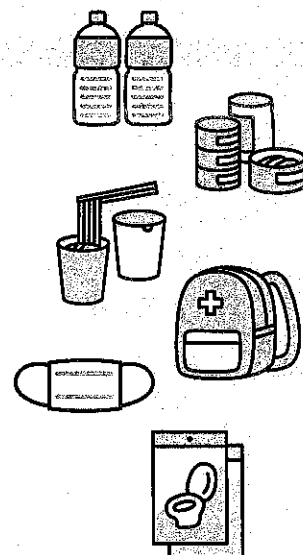


【非常持出袋に入れておく物の例】

- ◎飲料水 重くなりすぎないように、最低限(500mlペットボトル2~3本程度)
- ◎非常食 食べやすく、保存期間が長く、調理せずに食べられるもの
- ◎貴重品 現金(公衆電話用に10円玉・通帳の写し・身分証の写しなど)
- ◎救急用品・医療品・感染防止品
消毒薬・包帯・三角巾・マスク・体温計・スリッパなど

その他

- | | | |
|-----------------|--------------|---------------|
| □ホイッスル(笛) | □ヘルメット、防災ずきん | □底の丈夫な靴 |
| □携帯電話のモバイルバッテリー | □厚手の手袋(軍手) | □雨具、防寒具、保温シート |
| □衣類(上着、下着、靴下) | □ウェットティッシュ | □携帯用カイロ |
| □携帯ラジオ+予備電池 | □懐中電灯+予備電池 | □筆記用具 |
| □ビニール袋 | □タオル、ハンカチ | □携帯用トイレ |
| □アイマスク、耳栓 | □衛生用品 | □簡易食器(割り箸、紙皿) |
| □ティッシュペーパー | □石鹸、ドライシャンプー | □携帯ナイフ、缶切り |
| □生理用品 | □歯磨きセット | □家族やペットの写真 |



私たちは ばびねすクラブ芦屋を応援しています

藤原会計事務所

税理士 藤原 克彦
税理士 藤原 慎平

芦屋市業平町7番14号

TEL 0797-34-1860

FAX 0797-22-5499

軽トラックで運送します。
赤帽円満堂サービス

全国赤帽軽自動車運送協同組合連合会



芦屋市春日町 13-20

☎ 0120-785-100



株式会社
笠谷工務店

代表取締役社長 笠谷 泰宏

芦屋市業平町4番1号

☎ 0797-22-0703

株式会社 田中博商店

新建材・住宅機器・エクステリア・サッシ

芦屋市精道町 12 番 10 号

TEL (0797) 31-9044

さくら保育園

ありがとうの園

芦屋市大槻町 2-19

☎ 31-7788

http://www.ashiyasakura.co.jp

遺言 相続手続 相続税 家族信託

円満な相続を目指す無料相談機関

NPO 法人 相続相談センター

(セミナーも開催しています)

〒662-0051 西宮市羽衣町 7-30-305-A

夙川グリーンタウン 3F

☎ 31-3303 FAX 38-1039

http://www.e-sozoku.org

株式会社中央水道

(代表取締役) 森田 好恵

芦屋市業平町 7 番 2 号

TEL 0797-22-3552

FAX 0797-38-0598

土木・解体・外構工事一式
建築材料一般

足立商店

兵庫県知事許可(般-11) 第215972号

芦屋市若宮町9-13

TEL 0797-23-0566

FAX 0797-23-2188

芦屋市交通安全対策委員会に出席して

減らない高齢者の 交通事故

副会長 鞍田反省

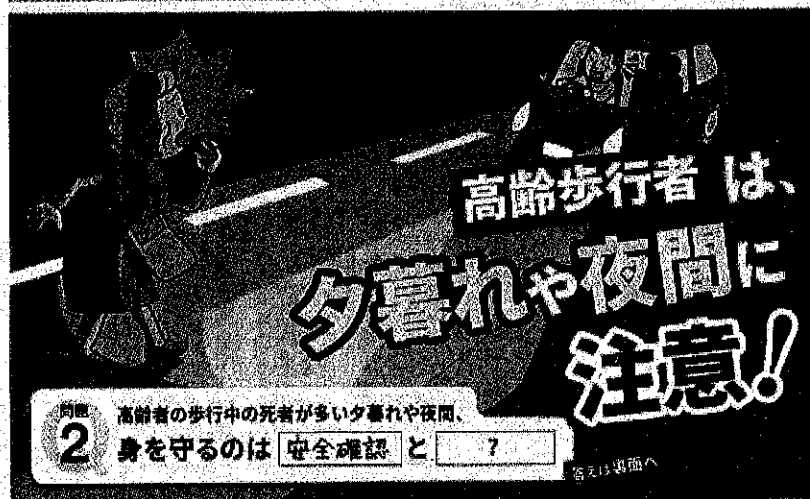
令和7年1月28日(火)、芦屋市役所で交通安全対策委員会が開催されました。この委員会は学識経験者、PTA、老人クラブ、交通安全協会に芦屋警察、芦屋市が参画して年1回開催されています。今回は第10次交通安全計画(改訂)(令和3年～令和7年)で定めた目標と達成状況が議論されました。

計画は7つの柱に35の施策が定められており、特にその中で、高齢者の負傷者数を年間15人以下とするという目標が、令和3年57人、令和4年45人、令和5年37人、令和6年59人と全く達成できていませんでした。

他には交通事故死者数0人の目標が2人と、子どもの交通事故死傷者数14人以下が22人など4項目が達成できておらず、交通事故死傷者数300人以下が279人と唯一達成していました。委員会の席上で事故発生場所を質疑したところ、幹線道路の交差点付近で多発していることが明らかとなりました。

車を運転するとき、道路を横断するときには特に国道2号線、国道43号線、山手幹線等の主要交差点付近では十分注意して通行しましょう。

交通ルールを順守し、無理な運転や横断は止め、十分な安全を確認してから進みましょう。そして交通事故のない安全な街を目指しましょう。



私たちは はびねすクラブ 芦屋を応援しています

鮪・うなぎ
割烹 戎家
EBISUYA
昼 11:30～14:00(LO 13:30)
夜 17:00～21:00(LO 20:30)
定休日 水曜日(祝日の場合は営業)
芦屋市前田町4-10 TEL 0797-22-4533

ミワエンジニアリング株式会社
代表取締役 藤川 真由
芦屋市南宮町1-8
TEL: 0797-26-6650
FAX: 0797-26-6651
MAIL: miwa-eng@eco.ocn.ne.jp

配達承ります
セブン-イレブン
芦屋呉川町店
芦屋市呉川町10-9
TEL 0797-31-0875

芦屋本通り法律事務所
弁護士 辰巳 裕規
芦屋市大槻町5番13号
芦屋グランドビル302
TEL.0797-61-5215
<https://www.ashiyahondori.com>

芦屋市霊園のお墓の事ならおまかせください
地域と共に百余年
川下石材店
有限会社
芦屋市前田町6-12
芦屋市朝日ヶ丘町28-1
☎ 0797-22-6931

阪急芦屋川 杵屋 豊光
兵庫県芦屋市西山町9-2
電話&FAX 0797-22-3138

山下保険企画
有限会社
芦屋市公光町7-10 芦屋イシカワビル301
TEL 0797-35-2751

医療法人 昭圭会
南芦屋浜病院
救急指定
◆診療科目◆
脳神経外科・外科・整形外科・内科
人間ドック・リハビリテーション科・言語療法
芦屋市陽光町3-21
☎(0797)22-4040

令和6年度 会員演芸 発表会

感動の涙と笑顔が 織り成す発表会

※1②③...などの番号は
出演順です。

司会あつかれさまです

中村会長 開会の挨拶

①大正琴 リズムカルな大正琴の音色でスタート!

⑬唄 津軽じょんがら節の力強い歌声

③コーラス 月に2回のお稽古の成果はバッチリ!

②マジック 毎年
皆さん楽しみにされています

④フラダンス 毎年違った衣装でも、私たちを楽しませてくれます!

⑤コーラス 少年時代など、カサリヤのような美しい歌声に感動しました

⑫唄 きれいな歌声に
会場は聴き入っていました

⑨民謡 発表会になくはならない元気なチーム!

⑥踊り 一緒に踊りたくなりました鹿児島島の「おはら節」

⑪踊り 迫力満点の力強い踊りを
見せていただきました

⑩踊り この色っぽさ、しなやかさは、
普段からの所作の賜物!心あり

⑧民舞 じょんがら節、ちゃつきり節、
おてもやんなどのメドレーを披露

⑦三味線演奏と歌 三味線の弾き語りに聴き
ほれました

満員御礼の観客の皆さん

出演者たちが、日頃の練習成果を披露する会員演芸発表会が盛大に開催されました。息を呑むような舞、心に響く歌声や演奏、手品の奇跡的な瞬間、迫力満点の独楽回し、そして心温まる漫談などそれぞれのパフォーマンスは、観客の心を深く打ち、会場全体を一つにしました。

なかでも病気を乗り越え、奥様の勧めで始めたクロマチック・ハーモニカの演奏が印象的でした。元氣を取り戻したその姿で客の心に深く響きました。特に「アンチエイジング・メロディ」(ゴースト/ニュー

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています

さくら整骨院

各種保険・健康保険取扱い 自賠責保険取扱い

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~13:00	○	○	○	○	○	9:00
午後 16:00~20:00	○	○	○	○	○	18:00

休診:日曜・祝日 自由診療・背骨矯正

芦屋市宮塚町1-4 ランジェ芦屋1F
☎(0797)22-3918 予約優先制



芦屋訪問クリニック

Asiya Clinic

暮らしに安心を 人生に納得を。
自宅で医療が受けられます

芦屋市公光町10-2 芦屋MCビルアネックス5階

☎0797-35-7700

内科・循環器内科・リハビリテーション科

さわだクリニック

診療時間 午前 9:00~12:00
午後 4:30~ 7:00
休 診 日 木曜・土曜午後 日・祝

芦屋市川西町8-12

☎0797-23-7117 往診可

医療法人社団

とみ眼科クリニック 夙川

日帰り白内障手術 レーザー治療 眼科一般診療

院長 富井 厚

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診療 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●
午後診療 15:00~18:00	●	●	●	●	●	●

休診日/火・木・土の午後、日曜日、祝日

西宮市大谷町7-1 夙川グリーンプレイス2F ☎0798-34-5575



株式会社 ガルツ

兵庫県芦屋市打出小槌町 1-10
TEL.0797-22-8188

無料体験実施中



訪問治療院 かえで

芦屋鍼灸院 併設

痛み・しびれ・神経痛に強い訪問治療なら
☎0797-23-1088
受付時間:9時~19時 休診日:なし
芦屋市橋通町2-4



株式会社デンタルネット

芦屋市業平町 3-5 オルヴィスビル 5F
☎0120-867-618

社会福祉法人 聖徳園

ケアステーションあしや聖徳園

ホームヘルパー派遣、訪問看護サービス、介護保険プラン作成、認知症、介護相談など些細なことでもご相談ください。兵庫県地域サポート施設による、あんしん見守り事業もごさいます。

芦屋市朝日ケ丘町 6-9 1 階

☎0797-32-5334

会員加入促進運動実施中

お知らせに一声を



⑬沖縄の三線

三線の音色で沖縄にいる気分！



⑭民舞

息の合った踊り、色とりどりのお着物が目をひきました



⑮舞踊

お着物と板に合った踊りで魅了



⑯舞踊

今年は黄色のお着物が登場！



⑱コーラス

真っ赤なドレスで耳はもちろん、目でも楽しませてくれました。



⑲ハーモニカ

心に沁みたクロマチック・ハーモニカ



⑳踊り

着慣れたお着物、立ち居振る舞いで観客をトリコに

7

会員加入促進運動実施中

お知り合いに一声を



㉒漫談

元市長とあってお話し手！
ぐっと笑っていました



㉓民舞

見ている方もとっても楽しくなりました



浦野芸能部長
開会の挨拶



㉔肥後ちゃんかけ独奏と三味線のコラボ

素敵なコラボ。伝承していったほしいものです



㉕演歌

すてきな歌声と「あつ」のセリフ。観客になつていく情景が目にはみえ、感涙！



㉖踊り

女性が男踊りをされ、とってもかっこいい！



㉗三味線合奏

トリは三味線の合奏。観客の皆さんも回すさんでおられました

○ソーラン節
ソラン節は、奄美群島の伝統的な民謡で、主に奄美大島・徳島県・高知県・宮崎県・鹿児島県で唄われます。
この日は、奄美大島のソラン節を唄いました。
ソラン節は、奄美大島の伝統的な民謡で、主に奄美大島・徳島県・高知県・宮崎県・鹿児島県で唄われます。
この日は、奄美大島のソラン節を唄いました。

ヨークの幻」の主題歌」を演奏された際は、涙が溢れ、一時、舞台が見えなくなりました。
発表会終了後、観客の皆さまにインタビュしました。「皆さん、お上手でビックリしました」や「プロの方達ですか？」や「元気をいただきました。また、来年も来ます！」などの声が…。
来年は、観客のあなたは舞台に！出演者は明日から来年に向けて準備を！今から、来年の会員発表発表会が楽しみです。

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています

あしや最中・赤飯・もち

あおやま東匠

芦屋本店
芦屋市呉川町2-17
(43号線沿い 泉立芦屋高校 南東角)

TEL.0797-31-5767

営業時間 8:00~19:00 / 定休日 火曜日

株式会社リビングホーム

Loving home

温もりある家をリフォームで

リノベーション
専門店

お見積りも
ご相談無料

TEL.0797-78-6772

芦屋市呉川町 2-17 芦屋 ラビングホーム 検索

日本料理

ふる里

〒659-9101 芦屋市公光町八ノ七
電話 0797-31-1141

営業時間
午前11時30分~午後2時
午後5時30分~午後9時
定休日
月曜日(祝日の場合は翌日)
火曜日(第二・第四)
駐車場 5台

売買・賃貸・リフォーム

ていねいに誠実に対応いたします
不動産のことなら なんでもご相談ください

有限会社
イー・オフィス

芦屋市東芦屋町2番11号
TEL:0797-25-0166
info@e-office-sio.co.jp

絵画・美術品 無料で鑑定・査定・出張訪問にて買取中です

東大赤門前で50年の実績

本郷美術骨董館

TEL.0120-518-100

LINE鑑定

神戸芦屋支店・兵庫県芦屋市上宮川町9-7 東京都公安委員会許可 第305471009552号 美術商

鉄板居酒屋 やす

TEPPAN IZAKAYA YASU

営業時間
15:00~23:00(22:00 L.O.) 定休日:日曜日
ランチ:水・木・金 11:30~13:30

〒659-0022 兵庫県芦屋市打出町2-16
TEL.070-2272-4708

寿司・割烹

かつら浜

【営業時間】11:30~14:00 / 17:00~22:00
【定休日】火曜日 (L.O.21:00)

芦屋市打出小樋町2-3 打出小樋ビルB1
TEL&FAX 0797 (35) 2371

公式輪投げ交流大会

和気あいあいと
楽しく競技をプレー

令和7年2月10日
(月)、市民センター
音楽室に各クラブの有
志108名が集まり公
式輪投げ交流大会が開
催され、熱気あふれる
戦いが繰り広げられま
した。

入賞者には大きな拍
手が送られ、参加者の皆
さまにとつて思い出深い
一日となりました。
組ごとの結果は左記
の通りです。入賞おめ
でとうございます。



入賞者の皆さん
おめでとうございます!



次回も
頑張ります!

輪投げの的を狙う集
中した眼差しがとても
印象的でした。選手た
ちは技術を競い合いな
がらも、互いに励まし
合い、和気あいあいと
した雰囲気会場全体
に広がりました。



お見事!
8本達成!



よく狙って!

公式輪投げ交流大会 (敬称略)

組	順位	氏名	クラブ名	得点
1	第1位	平島 則行	浜芦三輪会	171
	第2位	古畑 裕子	松浜老人クラブ	140
	第3位	中里 陽子	春日健康クラブ	124
2	第1位	北口 博章	東山町東寿会	268
	第2位	堀井 信行	津知町寿会	262
	第3位	内藤 九	東南友愛クラブ	109
3	第1位	東 光子	東南友愛クラブ	303
	第2位	藤井 清	令和クラブ	217
	第3位	須佐美 徳吉	松浜老人クラブ	215
4	第1位	吉田 治美	朝日ヶ丘白寿会	166
	第2位	松窪 克子	海洋はつらつクラブ	164
	第3位	小笹 昭子	東南友愛クラブ	142
5	第1位	於久田 推	伊勢町高年クラブ	273
	第2位	平位 暢康	海洋はつらつクラブ	246
	第3位	西原 美津夫	松浜老人クラブ	205
6	第1位	野口 幸子	清水町寿会	314
	第2位	山本 研一	朝日ヶ丘白寿会	150
	第3位	西原 恵美子	松浜老人クラブ	142
7	第1位	林 幸	呉川寿康会	178
	第2位	薮 美代子	呉川寿康会	144
	第3位	山口 久子	令和クラブ	137
8	第1位	土方 睦美	春日老人クラブ	175
	第2位	松本 圭子	呉川寿康会	155
	第3位	前田 一文	西蔵喜楽会	149

コーラスを始めましょう! 団員募集

【アンジェロ・シンガーズ 芦屋 (混声合唱団)】

◇指導者

小川はじめ氏 (テノール歌手)

◇活動内容

親しみやすい懐かしい歌から
クラシック名曲まで

◇会場

芦屋市民会館を中心とした市内公共施設

◇活動開始

2025年5月~

◇練習日時

第1・第3水曜日 10:00~11:30

◇会費: 月謝無料 (指導料はいただきません)

入会費 1,000円

月会費 2,000円 (会場費・諸雑費等)



***【お問合せ】薮下 紀代子 TEL 090-9986-2717 ***

芦老連の
楽しい様子を

YouTubeで チェックしてね!

2024年10月

第52回
高齢者スポーツ大会



2回 高齢者スポーツ大会



中村会長のあいさつ



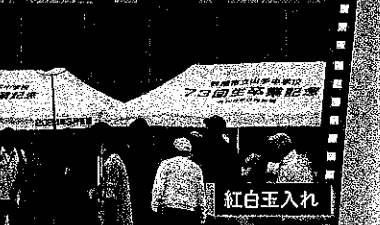
高島市長のあいさつ



スプーンリレー



紅白玉入れ



玉送り



表彰式



2024年11月

グラウンド・ゴルフ大会



2024年11月15日
グラウンドゴルフ大会

試合前のドキドキ、ワクワク



服装もフォームも
決まっています



ナイスショット!



長距離のナイス
ショットでした。
ビールのプレゼント



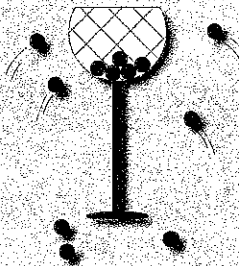
スコアにっこり!

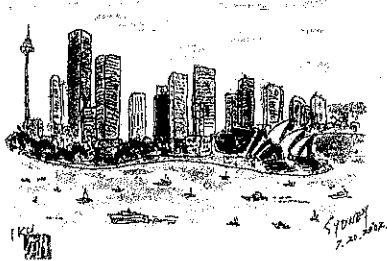


今日のアルバム



YouTubeチャンネルを配信中です。
今回はグラウンド・ゴルフ交流大会と高齢者スポーツ大会を紹介しています。芦老連では毎年2、3のイベントを芦屋映像クラブ様のご協力を得て、撮影・編集してYouTubeで発信しています。
過去の分も含めご視聴お待ちしております。





パーティーは、シーフードレストラン「DANNYS」へそれぞれ車で向かう。海の見える風光明媚な浜辺に位置し、料理も美味しい。新郎の父親が英語であいさつをする。これにも驚いた。生バンドが日本の曲を次から次へと演奏している。ダンスをする人、会場は最高に

旅の思い出 随想

オーストラリア・シドニー旅日記

第6回

津知町寿会 藤崎 郁三

盛り上がる。楽しいひと時、あつという間に時間は過ぎていった。

翌日、10時に姉夫婦がホテルに迎えに来て、11時にクイーン・ビクトリア・ビルの前で新婚さん二人と待ち合わせとなっているが、まだ時間があるので、少しその辺を散歩しようか、と言っている。とドアをノック。えっ？やはり姉夫婦だった。時間も早い、出かけてなくてよかった。

紅茶を入れてしばらくティータイム。昨日の結婚式の模様を話しあう。日本の結婚式と違った、友人たちのは、家庭的で本当に素晴らしい式だったと、話は尽きない。

姉夫婦とは、どこか一緒に一泊でもいいから旅を共にしたいと妻と話していたのが、思いもかけぬ甥の結婚で、こうして今、姉夫婦と私たち夫婦が、オーストラリアのシドニーの街を、肩を並べて歩いている。3人の後姿にビデオカメラを向けながら、本当にこの現実感謝の思いがいっぱい。目がしらが熱くなってカメラのファインダーが見えなくなった。

次号へ続く

いつもの食事にプラス+

いつもの食事に

プラス

いつもの食事に

プラス+

VITAL PROTEINS[®]

COLLAGEN PEPTIDES

バイタルプロテインズ コラーゲンペプチド

コラーゲンペプチド 10,000mg (乾燥物)
100% 純粋なコラーゲンペプチド

さっと溶けて混ぜやすい パウダータイプ

無香料

120g [食品]

コラーゲン、足りていますか？

コラーゲンは、体のさまざまな組織に存在する重要なたんぱく質の一種です。ヒトを対象にしたコラーゲン摂取の研究においては、1日あたり5~10g摂取する報告*が多くされています。しかし、10gのコラーゲンを摂取するには、例えばウナギのかば焼きなら1尾(約200g*)分が必要となり、食事だけで十分な量を毎日摂取するのは難しいのが現実です。

*野口知里ほか「20代から50代日本人女性における食事由来コラーゲン推定摂取量の特徴」栄養学雑誌 70(2), 120-128(2012)

いつもの食事にプラス+するだけ！手軽にコラーゲン摂取！

「バイタルプロテインズ」は、体内で吸収されやすいコラーゲンペプチドを配合。砂糖・香料不使用で、食べ物の味を邪魔しにくく、食事や飲み物に手軽に加えられます。例えば、毎朝のお味噌汁にスプーン1杯加えるだけで、無理なくコラーゲンを補給できます。

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています

医療法人 社団 坂井瑠実クリニック
芦屋坂井瑠実クリニック
腎臓内科(人工透析)
院長 田中 寛
芦屋市浜芦屋町10-13
☎ 0797-31-9911
FAX 0797-31-9922
<http://www.ashiya.sakairumiclinic.jp>

池本脳神経クリニック

受付時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	△
14:00~17:30	○	○	○	△	○	△	△

本隔午後・土曜午後・日曜・祝日は休診です。
芦屋市大原町 20-19 オランジュール芦屋1F
☎ 0797-22-0268

HIVE GAUCHE
ASUKA
毎日の暮らしの中に「ファインワイン」を！
安くても高品質のワインを取り扱って25年の
ワインショップです。

ワインガーデン・リブゴージュ
芦屋市公光町4-18 ☎ 0797-21-5156
阪神芦屋駅 北に徒歩3分 芦屋カトリック教会側
10:00~20:00 月曜定休(祝日は営業)

林材木店

文芸

短歌

大和田弥恵子

谷崎が「源氏」の語訳書きし家

庭に真白き彼岸花ゆるる

道の辺に落葉かさなり風描く

錦の模様は音立て変はる

イブに買うアイスのケーキ溶けぬよう

家路を急ぎし昭和の時代

官詣で打出の小槌回しつつ

多発する地震に平安いのる

長谷 文代

秋まつり黒枝豆の行列に

やっとなにして束かかえ持つ

里芋の初きぬかつぎ食むからし

鼻に抜けたり十六夜の月

庭先に乱れ咲きたる白菊の

花の香れ連れテーブルに活く

太陽の海に沈みて空と海

あかく染りて今日も無事なり

石田紀久代

何時までも夏日続きで疲れをり

冬を直近に汗ばむ陽ざし

木の葉散り裸木ゆする風の音に

背中にもやつと秋を感じる

穏やかな小春日和の昼さがり

椅子に腰かけうつらうつらと

鈴なりの南天深く頭垂れ

師走の風は高く過ぎゆく

堀野 間弓

犬に傘さす飼い主は雪に濡れ

そろそろ歩き散歩道行く

山の端に大き満月沈む時

東の空は茜に染まる

ロケットの打ち上げ延期その子言う

「あした?」「明日は幼稚園やねん」

待ち合わせ二十七年ぶりに会う

ちよつとドキドキちよつとワクワク

宮本 允子

G1に媚びて叫んだ初英語

プリーズギブミイチョコが欲しくて

卒寿の会誘いに訪ねし友の家

空家となりて水仙群れる

南天の実が赤あかと誘います

レストラン開店ヒヨ様どうぞ

老人ホーム可愛いロボットお出迎え

最期を看取るのは彼かも知れぬ

俳句

松浜老人クラブ 田原トミエ

瑠璃色の星に生れて今朝の春

息災に齢重ねて屠蘇祝う

如月や悔いなく生きて卒寿なる

如月のうれしはずかし大頭巾

春昼に踏み出す一歩からやかに

さくら貝拾うひととき乙女なり

春祭ふる里すでに他郷めき

朝蟬に今日の元気をもらいけり

アルバムにあの日の若き夏帽子

海開き計りきれない母の愛

はびねすクラブ芦屋

原稿募集

次回発行予定
令和7年8月

原稿締め切り日
令和7年6月15日

募集内容

▶100にまつわるエピソード

今回は記念の100号です。皆さんの「100」にまつわるエピソードをご投稿ください。

▶随想

若き日の思い出、趣味の話、旅行の話、最近ハマっていることなどをお気軽に。

▶俳句、短歌、川柳、写真等

日頃から創作活動しているなら送ってみよう あの句この歌

投稿にあたって

400~800字程度で、所属クラブ名と連絡先となる電話番号を明記して、芦老連広報部までご投稿ください。(連絡先のないものは掲載できません。) いただいた原稿の編集についてはご一任願います。また、紙面の都合上不掲載となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。



原稿送り先

芦屋市業平町8番5号 芦屋市民センター別館1階
芦屋市老人クラブ連合会広報部 TEL/FAX: 0797-32-7558

芦老連

写真館

会員の皆さんが日常の中で撮影した会心の一枚です。皆さんの作品も紙面に掲載してみませんか。



梨の花



ロウバイ



桃の花



茶屋さくら通りの夜桜



茶屋さくら通り



満開の桜

編集後記

はびねすクラブ芦屋99号をお届けします。

桜も例年どおり4月初めに満開を迎え、芦屋さくらまつり(芦屋川沿い)も縁日に誘われ多くの人でにぎわいました。芦屋川とは別に、茶屋さくら通りも歩行者天国となり、さくらトンネルの下では全面に人工芝が敷かれ、キッズが楽しく遊びまわる姿やバンド演奏。その傍らでは老人クラブのお花見会も行われていました。

7年度がスタートして各種行事が予定されています。皆さんどうぞ好きな行事に参加して仲間と交流しましょう。そして何時までも元気に日常生活を送れるように健康を維持していきましょう。

広報部一同

スポンサーへのお礼

この度は、はびねすクラブ芦屋の発行にあたりまして、広告掲載のご協力を賜り、誠にありがとうございました。

本紙は、高齢化社会に向かって、会員の生きがい・健康・教養を高めながら交流の輪が広がるよう願って刊行いたしております。

今後ともなにとぞ末永きご支援をお願い申し上げます。

芦屋市老人クラブ連合会

私たちは はびねすクラブ芦屋を応援しています



RCC Inc.
ASHIYA

(株)リハ・コンディショニングセンター

脳梗塞と運動器
(腰・首・手足の症状)特化

退院後の
リハビリをお探しの方
現状に満足できない方

改善をあきらめない
熟練者による保険外リハビリ



芦屋市茶屋之町10-9
アルブルクール3階

西法寺さん
横

TEL.050-3637-4976

芦屋リハコン

検索



まずは安心の全額返金保証付き お試しプラン 80分×2回 をお申込みください。

和洋庭園設計施工・和洋庭石一切施工

造園・土木施工管理技士

創業100年の実績と信頼

有限会社 阪上撰樹園

芦屋市春日町10番13号

携帯:090-3949-1560

qq566w8d@rondo.ocn.ne.jp



社会福祉法人明倫福祉会
高齢者総合福祉施設

あ
愛しや

〒659-0032 芦屋市浜風町31-3
TEL:0797-23-7300 FAX:23-7301