



第 399 号
令和 07 年 03 月
北六甲台校区連合福寿会
発行：いぶ志銀編集部

＜ ことぶき研修バス旅行記 ＞

神戸 グリコピア 工場見学 に参加して

秋桜会
松山佳代子

2月21日ことぶきバス研修で、「グリコピア工場見学」を楽しみにしていました。前日の夕方から雪が降りどうなることかと心配していましたが、当日朝起きてみると屋根に少し雪が残っているものの晴天。ホッとしました。参加者49名で途中案じていた渋滞も凍結もなく、予定より早く到着しましたが、添乗員さんの機転で野菜の直売所に寄って頂き新鮮な野菜を購入でき皆さん大喜びでした。

工場見学ではグリコ創業者の「江崎利一さん」が、高品質な素材を創意工夫することにより「おいしさと健康」を提供し、人々の暮らしに貢献することが経営理念であることを知りました。

牡蠣エキスからグリコーゲンを抽出し、グリコキャラメルができた。又、子供達が駆けっこで両手を大きく広げゴールインする姿を見て「グリコのマーク」になったとか、映像を見て初めて知りました。

90年前お店では、10銭のグリコが自動販売機では2銭のおつりが出て、数秒間活動写真が見れるという貴重な販売機も見せてもらい感動しました。

キャラメルを買えば入っていた「おまけ」が年代別に展示されているのを見ておられる姿は、皆少女に戻ったように楽しまれたようです。

工場見学を後にし、昼食処『和平』で歓談しながら、ゆっくりと和食午前を味わい、3時半無事北六甲台に帰ってきました。

皆さんの協力のおかげで楽しい一日でした。ありがとうございました。



“モルック” 講習会参加報告

体育委員 三福 天野征夫

市老連推奨の軽スポーツ“モルック”の講習会が、令和6年度第一回(R6/7/23)に続き、第二回目(R7/2/3)が西宮市総合福祉センターで開催されました。連合福寿会も今後このスポーツを取入れたいと考え、希望者4人(上野・山脇・守本・天野)がこの講習会に参加しました。

“モルック”競技とは、フィンランド発祥の木製用具を使った伝統的投擲競技を元に開発された軽スポーツです。今回の講習会には63名の申し込みがあり、午前の部31名がAとBの2つのコートに別れ、北六甲台はBコートで3チーム(4人/1チーム)12人で実践しながらの受講となりました。

軽スポーツ“モルック”の概要は次の通りです。

◆ モルックとは

モルックを投げて倒れたスキttlの内容によって得点を加算先に50点ピッタリになったら勝ち。倒れたスキttlはその場に立ててプレーを続行するので、少しずつ難しくなっていきます。50点ピッタリにするためにどのように倒していくか奥深い競技です。

◆ 人数・チーム 個人戦でもチーム戦でもOK。

◆ ゲームの進め方

- ① モルックを投げる地点にモルッカリを置き、そこから3～4m離れた所に12本のスキttlを順番に並べる。
- ② 2チーム以上で対戦するので、投てき順を決め、順番にモルックを投げてスキttlを倒す。
- ③ 複数本のスキttlが倒れた場合は、倒れた本数が点数となる。1本しか倒れなかった場合は、倒れたスキttlに書かれている数字が点数となる。
- ④ 倒れたスキttlその地点で再び立て、次の順番の人がモルックを投げていく。
- ⑤ ゲーム中、得点が50点を超えた場合は25点へ減点されゲームは続行。
- ⑥ 3回連続スキttlを倒せなかった場合は0点となり失格となる。
- ⑦ いずれかのチームが丁度50点を先取した時点でゲーム終了となる。

◆ 用具

- | | |
|-------|----------------------|
| モルック | 投げる棒のこと。下手投げが基本。 |
| スキttl | 1～12の番号が付いた12本の木製のピン |
| | モルックヲ投げてスキttlを倒す。 |
| モルッカリ | モルックを投げる位置を示す。 |
| | 地面に置いて使用。 |



連合福寿会で、この軽スポーツ“モルック”を取入れ、健康増進にも役立てればと思っています。

連合福寿会からのお知らせとお願い

1 総会のお知らせ

3月、4月は令和6年度の連合福寿会・単位福寿会の総会が開催されます。福寿会の令和6年度の活動状況報告及び来年度(令和7年度)の活動計画などの説明が行われます。これからの福寿会がどうなっていくのかなど、大切な内容の説明がありますので、是非ご出席下さい。又、総会終了後は、各単老で親睦行事(食事会やイベント等)も予定されています。各団体の総会予定は次表の通りです。

	連合福寿会	第一福寿会	第二福寿会	第三福寿会	第四福寿会	第五福寿会	秋桜会
開催日	4月17日(木)	4月2日(水)	3月24日(月)	4月4日(金)	3月22日(土)	3月29日(土)	4月2日(水)
場所	コミセンA室	自治会館A室	自治会館A室	フルーツラワー	自治会館A室	自治会館A室	上山自治会館
時間	13時～15時	11時～13時	11時～13時	11時～12時	11時～13時	11時～13時	10時～13時

2 新同好会募集

連合福寿会では、新しい同好会例えば「将棋」、「輪投げ」等立上げを募集しています。

会員の動静

令和07年02月28日 現在

単位 クラブ	異 動		前 月 人 員			265
	男性	女性	男性	女性	合計	世帯数
第1	0	0	16	22	38	34
第2	0	0	18	26	44	37
第3	0	-1	14	35	49	39
第4	0	0	13	24	37	34
第5	+1	0	13	34	47	39
秋桜	0	0	21	29	50	42
合計	+1	-1	95	170	265	225

<異動内容>

【入会】⑤ 網野吉貢 5-3-9

【退会】③ 小橋啓子 3-1-15

【逝去】なし

みんなの広場

< クイズ・パズル 何でもコーナー >

§ 数独パズル

	9	5						3	
	1							5	
2	4	8	1					7	
8		3	6	1	2	4	5		
1	3	6		2	4	7	9		
		9							
7	6	3			5	1	8	9	
9	8	7	3	6	5	2	4		
4	2			8				7	6

数独は、9×9のマスの中に1～9の数字を入れていくパズルです

ルール

- ・1列で同じ数字を使ってはダメ
- ・1行で同じ数字を使ってはダメ
- ・1つのブロックで同じ数字を使ってはダメ

§ 頭の体操

あさ	いし
けさ	こし
しま	すみ
かき	かき

□□に何が入るかな?
法則に従って考えて下さい
(出題: 四福 Kさん)

<回答は次号に掲載>

< 短詩文芸コーナー >

■ つま先を上げて元気に歩いてく
ススキ片手に 冬麗(とうれい)く
* 冬麗とは冬晴れの麗(うら)らかな日和のこと
北六甲台3丁目 グツチャ、

■ 川柳
仏壇の 枯れない花に 笑う夫
退院日 高齢猫の すがた亡い
哀しみの 気持ちこらえて 日々弾む
北六甲台1丁目 みかん

■ この時期で 味が気になる ミカンある?
この時期で 形が気になる ミカンある?
北六甲台3丁目 前から 武

令和07年03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	憩の家当番予定者			
						単福	午前	午後	
囲碁	健康麻雀		1	土	②公園清掃 9:00～ 天上公園 ③公園清掃&ラジオ体操 8:00～ 鍋倉公園 ⑤定例役員会 10:00～ 自治会館B室	⑤	中野	上野名田	
カラオケお楽しみ会 秋・うた声愛好会			2	日	休館日				
	フォークダンス		3	月	いぶ志銀編集&三役会 13:30～ 自治会館B室	①	前野	金井	
北六・GG	秋・GG		4	火	秋・公園清掃 8:30～ 山口丸山公園 北六・いきいき体操 9:15～ 自治会館A室		山脇	鈴鹿佐藤	
			5	水	④近隣清掃 7:00～ 4丁目階段付近 秋・いきいき体操 10:00～ 上山口東自治会館		田村渡邊	山脇川上	
北六・GG	秋・GG		6	木			松本	矢口	
北六・GG	秋・GG		7	金			太田	橋口	
囲碁			8	土			近藤	松永近藤	
カラオケお楽しみ会			9	日	休館日				
	フォークダンス		10	月			②	森田	入江
北六・GG	秋・GG		11	火	北六・いきいき体操 9:15～ 自治会館A室	溝口勉		荻野古南	
			12	水	秋・いきいき体操 10:00～ 上山口東自治会館 北六・ふれあい喫茶 13:00～ 自治会館A室 市老連理事会 13:30～ 総合福祉センター	南柿		溝口恵	
北六・GG	秋・GG		13	木	連合旅行委員会 13:30～ 自治会館B室	木割		守本千	
健康麻雀	秋・GG	カラオケ	14	金		守本博		松井越智	
	北六・GG月例								
囲碁	秋・うた声愛好会		15	土	②公園清掃 9:00～ 天上公園 ③公園清掃&ラジオ体操 8:00～ 鍋倉公園	中岡	小出塚本		
カラオケお楽しみ会			16	日	休館日				
	フォークダンス		17	月		③	西口柴	高谷齋藤俊	

令和07年03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	憩の家当番予定者		
						単福	午前	午後
北六・GG	秋・GG		18	火	秋・公園清掃 8:30～ 山口丸山公園 北六・いきいき体操 9:15～ 自治会館A室	③	小濱 齋藤茂	岸下 上坂
		カエルの会			19		水	秋・いきいき体操 10:00～ 上山口東自治会館
			20	木		連合役員会 13:30～ 自治会館A室		休館日 春分の日
北六・GG	秋・GG		21	金	上山口東ふれあい喫茶 13:00～ 上山口東自治会館	③	松田 足立	藤原 永田
		囲碁			22		土	④定例総会 11:00～ 自治会館A室
			23	日		③定例役員会 10:00～ 安心プラザA室		休館日
	フォークダンス		24	月	②定例役員会 10:00～ 自治会館B室 ②定例総会 11:00～ 自治会館A室	④	黒田 健	黒田
					25		火	北六・いきいき体操 9:15～ 自治会館A室
			26	水		秋・いきいき体操 10:00～ 上山口東自治会館 ①定例役員会 10:00～ 自治会館B室 秋・定例役員会 13:00～ 上山口東自治会館		④
					27	木		
健康麻雀	カラオケ		28	金			ひまわりの会 11:30～ 上山口東自治会館	④
					29	土	⑤定例総会 11:00～ 自治会館A室 いぶ志銀配布	
			30	日			③臨時役員会 10:00～ いこいの家	休館日
	カラオケお楽しみ会		31	月		⑤	前田 尾上	辻田 園田

※下表に各同好会の活動基本計画案(曜日、時間、会場)を参考に記載しました。

カラオケ	第2,4金曜	9:30～	自治会館A室	フォークダンス	毎月曜Max4回	9:30～	コミセンA室
カラオケお楽しみ会	上に続く日曜	13:00～		カラエルの会	第1,3水曜	13:30～	自治会館A室
北六・GG	火、金曜	13:00～	平尻公園	うた声愛好会	第1日、第3土曜	13:30～	上山口東自治会館
	木曜	10:00～					
秋・GG	火、木、金曜	9:00～	山口丸山公園	健康麻雀	第1土曜	13:30～	安心プラザA室
囲碁	毎土曜	13:00～	コミセン和室		第2,4金曜	9:30～	