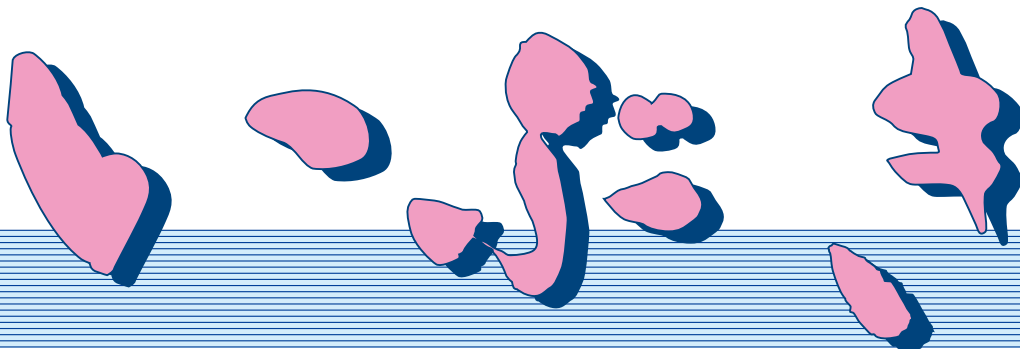
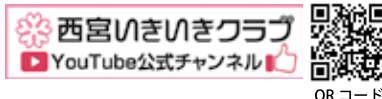


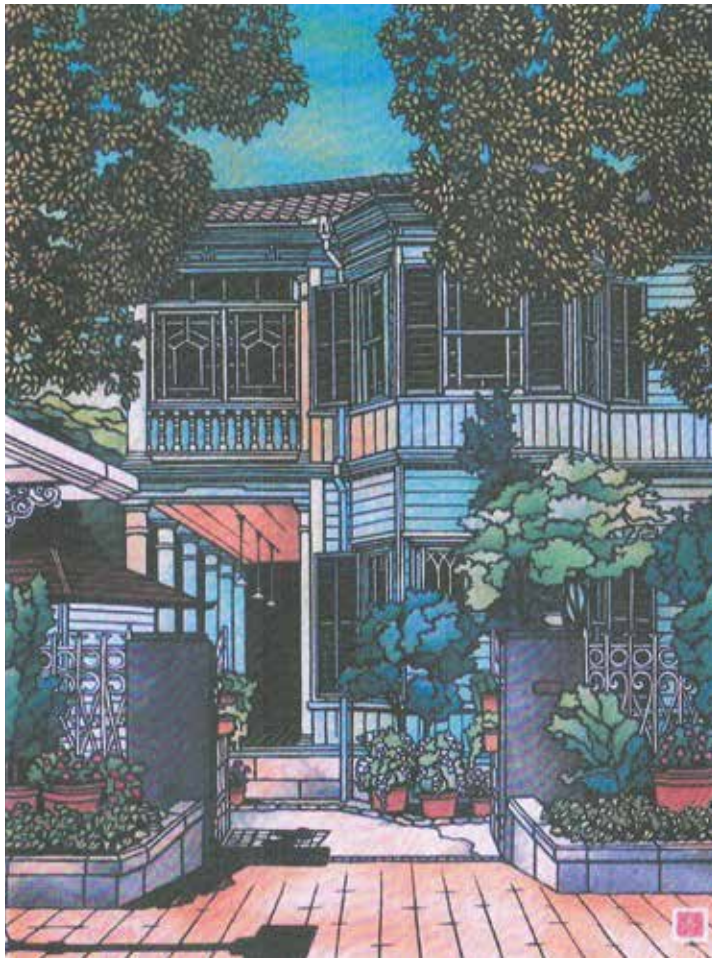
月刊



編集発行 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 〒662-0913 西宮市染殿町8-17 西宮市総合福祉センター別館2階 ☎0798-34-3334



「仲間づくり 健康づくり 地域づくり」  
「会員の増強を目指して」



「神戸（萌黄の館）・兵庫」 切り絵と文 川条 秀和氏（名塩校区）

明治36年アメリカ総領事の  
ハンターシャープ氏の邸宅として  
建築された洋館です。  
その名のとおり、萌黄色の外壁に包まれており、  
2階のサンルームからは、  
神戸の美しい町並みが楽しめます。  
「国指定重要文化財」の異人館です。



満年齢81歳を迎える私、体力について述べたい。▼体（体力）が衰えているのを痛切に感じる。特に筋肉

の低下である。しかし口はますます流暢である。▼「座る」「立つ」ときは自然と「どっこいしょ」「よいしょ」等の声を発している私。▼話を聞き返すことが増えたり、テレビの音量が大きくなった。人との交流や会話が減ったりするのが怖い。▼先日中学校生徒との交流会において、生徒が突然私の耳元で「オジサン」と小さな声で「年齢はいくつですか」と聞かれた。「エッ」と驚き生徒の耳元に正直に「満81歳や」と答えたところ、生徒の反応が「嘘やろ」と。▼その生徒、口が上手いのか、私を喜ばせようとしたのか、20歳代と違うのかと真顔で言ってくれた。その言葉を素直に受け取り私も満足。▼人生100年時代と言われる昨今、健康な毎日を楽しむために、栄養価の高い食事と筋肉に負荷をかける運動（西宮いきいき体操）が重要と考える。▼自己の成長と、市老連の発展に努力したい。

（鳴尾東 古結）

市老連理事会 3月報告 4月議案書(案)

◆市老連理事会(3/12)報告

【議案事項】

令和7年度三役会等の体制について

【報告事項】

〈体育部〉

・グラウンド・ゴルフ大会の開催について

5月23日(金) 予備日5月30日(金)

申込締切…4月9日(水)

(一般は4月16日(水)まで)

〈事務局〉

・ことぶき研修バス(9月)の割当について

・地域共生推進課から、令和7年度老人クラブ補助金交付申請書の提出について

提出期限…4月9日(水)厳守

・令和7年度理事長表彰候補者の推薦について

個人表彰…校区単位老人クラブ

人数が20以上の校区老連

(浜脇・用海・名塩・山口)

は2人、他は1人までの推

薦とし、概ね5年以上の会

長経験者を基準とする

団体表彰…結成後10年以上の

未表彰の単位老人クラブ

提出期限…4月9日(水)

※県知事・県老連会長表彰推薦

については5月理事会で

令和7年度校区・単老会長の交

更届について

・校区別本部4部会委員届出書(委員変更の場合のみ)の提出について

提出期限…4月9日(水)

・県老連「きずな」3月下旬に発送予定

・県老連令和7年度事業計画(案)

・県老連より全国老人クラブ会員章

チラシ配布

◆市老連理事会(4/9)議案書(案)

※西宮市人事異動(令和7年4月1

日付)の紹介

※新任校区老連会長の紹介

【議案】

・三役及び各部長について

・令和6年度決算書(案)及び令和7年度予算書(案)について

【報告事項】

〈広報部〉

・月刊いぶき第274号4・5月号併号 送付済み

・月刊いぶき第275号6月号

原稿依頼(原稿締切…5月7日(水))

・L版いぶき第79号 7月号

原稿依頼(原稿締切…5月7日(水))

〈文化教養部〉

・「うたごえ喫茶」の開催について

5月28日(水)午後1時30分

申込締切…5月7日(水)

・カラオケ教室の開催案内について

6月6日、13日、20日(各金)

申込締切…5月14日(水)

〈事務局〉

・ことぶき研修バス(10月分)の割当について

4・5・6月の行事予定

4月9日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:00
16日(水)	臨時三役会(予算・決算)	13:30
23日(水)	決算監査会	10:00
24日(木)	体育部第1回委員会	13:30
5月12日~7月28日(毎月曜日)11回	囲碁教室	9:30
14日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	西宮市との協議	15:00
15日(木)	文化教養部委員会	13:30
21日(水)	社員総会(勤労会館ホール)	13:00
23日(金)	第1回グラウンド・ゴルフ大会	9:30
28日(水)	うたごえ喫茶	13:30
30日(金)	第1回グラウンド・ゴルフ大会	予備
6月4日(水)	女性部第1回委員会	13:30
6日(金)、13日(金)、20日(金)	カラオケ教室	13:30
11日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:00
18日(水)	広報部第1回委員会	13:30
25日(水)	新任会長・中堅リーダー研修会	13:30

西宮いきいきクラブ  
YouTube公式チャンネル

動画が見られる  
**ユーチューブ**  
はじめました

スマートフォンに登録すると  
皆さんの【いきいきした活動】が  
すぐに見られます

登録を一緒に  
しましょう!  
声をかけてください!  
(広報部ユーチューブ班)

QRコード

余暇を楽しく、  
認知症予防に

**令和7年度 高齢者囲碁教室開講**

5月12日~7月28日毎週月曜日午前9時30分~正午

場 所：西宮市総合福祉センター別館2階 中集会室 募集人数 20名

参加費：3,000円(教材費込み)

申込方法：往復はがきに「囲碁教室希望」と書き、郵便番号・氏名・住所・年齢・電話番号を記入の上、お申し込みください。(締切:4/23(水)消印有効)

申 込 先：〒662-0913 西宮市染殿町8番17号 西宮市総合福祉センター別館2階 西宮市老人クラブ連合会宛 ※自動車による来場はご遠慮願います

# 会員文芸

## ◆俳句

山口校区 大畑はるみ  
初げいこ素振り百回もう百回  
図書館の新刊におう春隣

津門校区 田村 和美  
老いてなお浮き立つ心花見時  
摘み草や万葉人と距離縮む

広田校区 小林 昌三  
あめつちの恵み抱きし若菜摘む  
世の闇も溶かしあたたむ弥生尽

神原校区 吉田 照美  
山びこの追ひかけてくる春の昼  
春の水岸边にふれて逃げてゆく



浜脇校区 森本 規子  
入院の夫に爪切り春夕焼  
大空に我がもの顔の樟若葉

北夙川校区 団野 恭子  
堰音に友の声消え朝桜  
海鷗飛ぶポケット重き小銭入れ

用海校区 大味しげる  
木五倍子咲く蔵の窓からジャズ流れ  
たんぽぽの絮へ突進三輪車

南甲子園校区 竹村 香織  
風光る四方の潮筋珊瑚礁  
連弾のはずむ指先花の季

北夙川校区 錦織 久  
童謡を唄うのどかな春日かな  
鯉幟立てる家なし令和の世

北夙川校区 磯野 善朗  
さくら花老い木も若木も輝けり  
青嵐若葉もおどる心もおどる

北夙川校区 沼間 保恵  
木の芽和姉と頬笑む母の味  
涼風や日傘さす手の麗しき



北夙川校区 多田 輝子  
ママチャリの籠に菖蒲の二三本  
夏えびす子供相撲の泣き笑い

山口校区 森 結子  
春炬燵お茶と菓と文庫本  
春浅し外出の服決めかねて

## ◆短歌

安井校区 藤田耕太郎  
エクセルをからくも覚え申告の  
集計すみぬ節分けの日に

暗黒の土の中より路の臺  
光のなかに苦味の香り

北夙川校区 河瀬喜和子  
逆もどり河津桜は満開に  
水着でハシヤグ週末子供ら

窓開ける今日は暖冬春が来た?  
明日は暖房仲良くしてね

鳴尾東校区 伊来 郁也  
グラウンドゴルフに、カラオケに、  
ついでに病院も  
一喜一憂同じ仲間と

## ◆川柳

上甲子園校区 栗村 正  
モンゴルに籍を譲るか国技館

浜脇校区 野原 萌  
すまな気に八百円というキャベツ



北六甲台校区 高瀬 照枝  
からだ痒いもがく背中では指ダンス

山口校区 横垣内眞澄  
桐箱に入れた臍の緒生命継ぐ

山口校区 山田 高志  
寄りそってけんかしながら卒寿過ぎ

高須校区 増田百合子  
トランプさん自分ファーストやり放題

高須校区 嶋谷 直美  
不安なり道路陥没今こも

高須校区 橋本 力  
独自にマスコミを操るフジテレビ

高須校区 福井 進  
ホーホケキヨ今朝もさわやか九官鳥

高須校区 本郷 陽吉  
物価高も惚け老人には意識外

高須校区 橋本 清四  
春陽が雲隠れして大寒波

高須校区 船津 早苗  
文書あり中身は未だ闇の中

用海校区 高光 義博  
大連のアカシアの蜜くせがない



校区老連だより

赤穂城跡を訪ねて

春風校区春風寿老人会  
会長 最上 弘男

「各々方、お出合い相らへ」

時は元禄14(1701)年4月21日、赤穂城主浅野内匠頭長矩公が高家吉良上野介に、江戸城松の廊下で刃傷に及んだ事件の開幕にある。世に「忠



2024(令和6)年12月12日 春風老連ことぶきバス研修赤穂城跡見学

る赤穂という名に車内は熱気ムンムン。隣の座席同士の会話も弾み大盛り上がり。高速を乗り継ぎ赤穂城跡に到着。1648年長矩公の祖父長直公が築城、天守は無いが本丸、二の丸、三の丸の城郭が美しいです。等身大の四十七士の像や宝物館の大木小刀槍、甲冑、古文書や史料館の木

臣蔵」として語り継がれ、元禄15年12月14日、見事主君の恥辱をそそぐため、仇討ちを成し遂げた筆頭家老大石内蔵助と赤穂四十七士。

その赤穂事件の居城である赤穂城跡の見学のため、昨年の12月12日、「ことぶきバス研修会」を行いました。折しも2日後の14日には、「義士行列祭」が予定され大勢の人々で賑わうそうです。空は快晴、ロマンあふれる赤穂という名に

隣は熱気ムンムン。隣の座席同士の会話も弾み大盛り上がり。高速を乗り継ぎ赤穂城跡に到着。1648年長矩公の祖父長直公が築城、天守は無いが本丸、二の丸、三の丸の城郭が美しいです。等身大の四十七士の像や宝物館の大木小刀槍、甲冑、古文書や史料館の木

ことぶきバス旅行記

鳴尾東校区笠屋老人クラブ  
広報 加藤 均

令和6年6月17日、天気曇り、32名の参加。NHKBKプラザ、昼食会、大阪名物・月化粧工場見学、国華園に行ってみました。

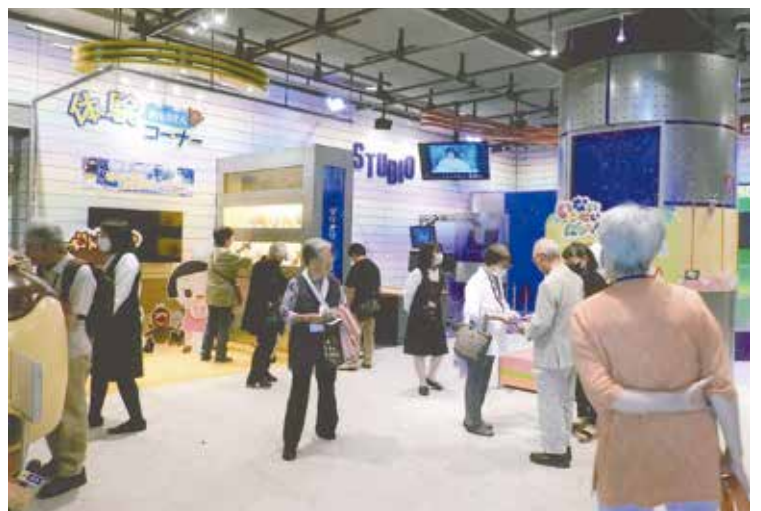
BKプラザではテレビ放送の仕組みを学び、TVカメラの前で2人が1分間ニュースを読み上げ、その様子を即プレイバック。再生されるテレビ画面に一同感動。9階のスタジオ見学の方は今回収録はなく残念でした。天井から吊り下げられたライトの数にビックリ

彫像も陳列されていて圧倒されました。義理人情の薄れた昨今にあり、赤穂浪士が美談として語られるのは、現代の私たちに意義深いものがあり、楽しく充実した1日でした。

りました。

木曾路の会席料理をいただき、中でもほう葉の味噌焼肉に皆さん大満足。和やかに次の訪問地へ。

バスは月化粧の駐車場に到着。PRビデオを観賞後、製造ラインを見学。出来立てのお饅頭試食後、最後は楽しいお買物。



最後は国華園へ。皆さんの胸の内は、あの花あり無事事故も無く、楽しみの苗を玄関に飾ろうか、い日帰り旅行を満喫しました。庭に植えようかと。花は

人を幸せにしてくれるようです。

記 後 集 編

厳しい寒さから一転、ポカポカ陽気の季節になりました。今年も日本列島いろいろ大変なことがありましたが、桜の花もきれいに咲き、私たちの心を和ませてくれました。外出しやすい季節です。心と身体の健康のため行動しましょう。