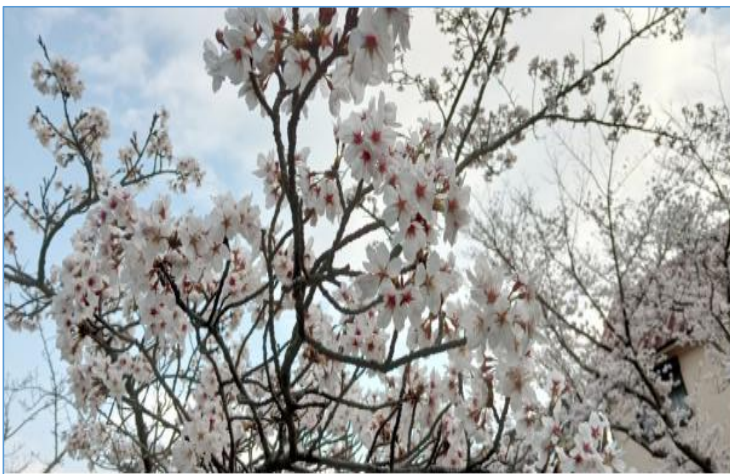


【西公園 除草・清掃】

①日時：5月7日（木）	9:00～
担当：東，北クラブ，Bサークル	
（書道部，パソコン部，俳句部， G.G.部，絵画部，ハイキング部）	
②日時：5月18日（月）	9:00～
担当：西，南A，南Bクラブ，Bサークル	
（書道部，パソコン部，俳句部， G.G.部，絵画部，ハイキング部）	

※貴所属クラブ：東，西，南A，南B，北



4月に入って一気に満開になった東山台の桜

（全紙面：敬称略）

ナシオンクラブ行事予定

5月	本部行事	体育部行事	文化部行事
1	金		
2	土	ハイキング部，ヨーガ部	
3	日 憲法記念日		
4	月 みどりの日		俳句部(吟行)
5	火 こどもの日		
6	水 振替休日		
7	木 西公園清掃	ウォーキング部，フォークダンス部	書道部，にこにこ部
8	金		
9	土	G.G.部，コーラス部	
10	日		
11	月 ことぶき号バス研修旅行		囲碁部
12	火 みどりクラブパトロール		にこにこ部
13	水 市老連理事会，ナシオン会長会		カラオケ部
14	木	フォークダンス部	パソコン部，にこにこ部
15	金 ナシオンクラブ総会，役員会，広報委		
16	土	太極拳部，ヨーガ部	
17	日		
18	月 西公園清掃		囲碁部
19	火		パソコン(初)部，にこにこ部
20	水		絵画部
21	木		書道部，にこにこ部
22	金		
23	土	G.G.部，太極拳部，ヨーガ部	
24	日		
25	月		囲碁部
26	火		にこにこ部
27	水 市労連社員総会		カラオケ部
28	木	フォークダンス部	パソコン部，にこにこ部
29	金 ナシオンクラブ広報委員会		
30	土	G.G.部	
31	日		

『4月度(4月17日)ナシオンクラブ役員・理事会』

(1)市老連報告事項	③23日(木) 市老連体育委 武田予定
①広報部 月刊いぶき 第281号 4,5月号 送付済	④28日(火) ナシオンクラブ 広報委員会
月刊いぶき 第282号 6月号 締切5/13	(3)ナシオンクラブ 協議/報告事項
L版いぶき 第81号 7月号 締切5/13	①花見会の報告と反省および収支
②文教部 委員会開催 5/14(木) 13:30~	②令和7年度決算報告と令和8年度の予算案(経費削減案)
うたごえ喫茶の開催 5/20(水) 13:30~	③令和8年度総会資料について
③体育部 グラウンドゴルフ大会の開催 5/22 予備日 5/29	④次年度役員,青愛協運営委/補導委員の交代について
④女性部 委員会開催 6/3(水) 10:00~	(4)ナシオンクラブ 5月行事予定
⑤プロジェクト外部 6/10(水)15:00~	① 2日(土)10:00~ ハイキング部 広田神社参拝とツツジ
(2)ナシオンクラブ 5月行事報告	② 7日(木) 9:00~ 西公園清掃 担当:玉橋
① 2日(木) ウォーキング部 郡山城跡他	③ 7日(木) 9:00~ 服部緑地公園
② 3日(金) お花見会	④ 10日(日)13:30~ 社協理事会 森井出席予定
③ 3日(金) 名塩講座 NPO認知症サポートセンター	⑤ 10日(日)15:00~ 東山台自治協 森井出席予定
④ 4日(土) ハイキング部 三田桜祭り,武庫川堤防	⑥ 13日(水)13:30~ 市老連理事会 森井出席予定
⑤ 5日(日) 東山台自治協 森井欠席	⑦ 14日(木)13:30~ 市老連文教会 竹林出席予定
⑥ 6日(月) 西公園清掃 8名,11袋	⑧ 15日(金) 9:30~ ナシオンクラブ 総会 5月度総会,広報委
⑦ 7日(火) プロシヤニ部 大津市三井寺	⑨ 18日(月) 9:00~ 西公園清掃 担当:加藤
⑧ 8日(水) 市老連理事会 森井出席	⑩ 20日(水)13:30~ 市老連「うたごえ喫茶」竹林予定
⑨ 17日(金) ナシオンクラブ役員会, 広報委	⑪ 22日(金)13:00~ 市老連グラウンドゴルフ大会
⑩ 17日(金) 市老連「うたごえ喫茶」竹林予定	⑫ 29日(金) 9:30~ ナシオンクラブ 広報委員会
⑪ 20日(月) 西公園清掃 担当:森井	
⑫ 23日(木) ホルカがまつり支援	

【サークル(部)活動の場所,時間及び連絡場所】

サークル名	場所	曜日	時間	世話人	連絡先	メール
G.G.(ゴルフ)	東山台小校庭	2,4,5土	9:00~	武田	090-3169-4959	8484takeda8484@gmail.com
書道	ナシオンホール	1,3木	9:30~	小林	0797-61-1273	
コーラス	ナシオンホール	2土	13:30~	玉森	090-5658-0581	
俳句	ナシオンホール	1月	13:00~	鈴木	090-9889-0920	chikachan2018.10@gmail.com
囲碁	塩瀬センター	月	13:00~	三宅	090-3167-9445	shmiya@hi3.enjoy.ne.jp
カラオケ	安心プラザ1階	2,4,水	13:00~	本藤	090-8753-5985	hondom@hcc5.bai.ne.jp
絵画	ナシオンホール	1,3水	13:00~	上田	0797-62-3378	s-ueda@kc4.so-net.ne.jp
フォークダンス	ナシオンホール	1,2,4木	13:00~	嶋津	080-2413-7867	
ハソコン	ナシオンホール	2,4木	10:00~	森井	090-3613-3560	smorii0226@gmail.com
ハソコン(初)	ナシオンホール	1,3火	13:30~	弘津	080-5344-0195	hiro.ikk.0195@gmail.com
園芸	東山台小花壇	随時	9:00~	北田	090-4297-1263	akemi1952@bcc.bai.ne.jp
ハイキング	広報誌に掲示	2土	広報誌	中田	080-3823-2737	
ウォーキング	広報誌に掲示	1木	広報誌	森井	090-3613-3560	smorii0226@gmail.com
プロシヤニ	広報誌に掲示	随時	広報誌	上野	090-8468-3410	kazu3531@outlook.jp
にこにこ(雀)	安心プラザ	毎火,木	13:00~	水谷	090-8577-0796	
太極拳	ナシオンホール	3,4土	9:30~	井浜	090-9710-2306	
ヨガ	ナシオンホール	1,3,4土	13:30~	箕浦	0797-20-1895	

※入会を希望される方、是非お電話、メールください! お待ちしております。



つじ眼科 クリニック

TSUJI EYE CLINIC

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後診 16:00~19:00	○	○	○	×	○	×

受付終了時間: 午前診 12:00、午後診 18:30
休診: 木曜と土曜の午後・日曜・祝日

診療科目: 眼科一般
コンタクトレンズ

〒669-1134
西宮市名塩新町番地
エコーなほ5階5-2
☎0797-63-1113

癒しのアトリエ 緑時間

Greentime



世界にひとつの、宝物づくり。
少人数制の陶芸教室です。

東山台2丁目11-3
070(4145)4905(大久保)
marimari@me.com



幼保連携型認定こども園

東山いぽいぽこども園

パートさん募集!

保育教諭さんを募集しています。年齢不問。
0歳児~5歳児が生活する楽しいこども園でのお仕事です。
お問い合わせ先: 0797-91-2242 (担当: 藤本)

2025年度の活動を振り返って

園芸部は、東山台小学校、駐車場周辺と体育館横の花壇の整備をしています。陽当りはよくなく、周りの木々、植栽で日陰になります。開校当初、ナシオンクラブの皆さんの手作りだそうです。とてもナチュラルな花壇です。そのナチュラルさがいい味わいを出しているなどと思っています。年2回、西宮市から配付される花の苗を植え付けて世話をしています。また、チューリップは球根を購入し、葉牡丹は夏から種まきし育てています。

今年を振り返ると、大きな気候変動の影響を受けていることを実感しました。真夏の日照りのため水やりは大変でした。部員で割り当てて行っていますが、今年の暑さは、水やりをする私たちの健康の方が心配でした。

学校の用務員さんに周りの木々や植栽を整備していただきました。新年度から、陽当りもよくなり2026年度は花壇の世話が楽しみです。すみれとビオラは種から育てることに挑戦。東山台フェスティバルでは小さくて、

冬の間成長するかどうか不安でした。しかし、春まで陽当たりの良いところで根気強く育てると綺麗に咲きました。



今年度における花壇の写真

2026年度の活動計画予定

“西宮市花と緑のまちづくり”を推進するため、地域コミュニティが花壇活動を行う際、基盤づくりや花苗支給等の支援を行う「花のコミュニティづくり事業」が行われています。一年に2回の配布があります。1回目は5月の配布で、アメリカンブルー、ジニア、コリウス、ペンタスです。2回目の配布は12月で、パンジー、ノースポール、リナリア、カレンジュラです。この事業の他に11月には、葉牡丹、チューリップを植えます。2025年度はすみれとビオラの2種だけでしたが、今年は、自分たちで多くの種をまいて育てていきたいと思っています。

東山台フェスティバルが11月に計画されています。皆様に部員手作りの苗などを提供していただけるように部員一同アイデアを出して楽しいフェスティバルにしていきます。

記：北田 明美



3/4みんなで一緒にお楽しみ会



4/4総会の開催

家族のこころなら
ファミリー葬
Family. 西宮名塩
ご来館・見学は下記フリーダイヤルまで
0120-834-200
〒669-1141 西宮市塩瀬町名塩2204
TEL0797-62-2900 FAX0797-62-4411

HIGASHIYAMA 学校法人覚前学園
EINDEGAARTEN 東山幼稚園
669-1133 西宮市東山台2-8-1
電話 0797-61-3603

JAの年金自動受取
皆様のお宅に一番近い金融機関です
JA兵庫六甲
名塩支店 61-0611
名塩駅前出張所 61-1241

【お花見会の開催】

春先の雨の多い合間を縫って、4月3日(金)は“絶好のお花見日和”になりました。9時頃から準備、会場の設営にかかり、10時30分に受付開始、恒例となったシダレザクラの下で11時より“お花見会”を開会した。最初は三味線の演奏を聞き、みんなとおしゃべりをしながら弁当、お茶、菓子等をいただいた。12時過ぎよりコーラス部の実演、その後アトラクションとしてグラウンドで“モルック”(ナシオンクラブでは初めて)を楽しんだ。花見参加者82名を迎え、大変有意義な時間を送ってもらったと思っています。皆様、ご苦労様でした。



三味線の演奏



コーラス部の実演



モルックのアトラクション

(広報部)

5月行事予定

名塩講座(合同)

5月の講座は休み

ことぶき号バス研修旅行

日時: 5月11日(月) 8:30~

集合: ナオホール前 8:20

東山台小前 8:30

行先: 須磨離宮公園, 明石 魚の棚

ウォーキング部

日時: 5月7日(木) 9:00~

集合: JR西宮名塩駅

行先: 服部緑地公園

担当: 森井 (090-3613-3560)

ハイキング部(合同)

日時: 5月2日(土) 10:00~

集合: JR西宮名塩駅

行先: 広田神社参拝とツツジ

担当: 中田 (080-3823-2737)

令和8年度市老連社員総会

日時: 5月27日(水) 13:00~

集合: ナオホール前 10:30頃

場所: フロンテホール

みどりクラブパトロール

日時: 5月12日(火) 14:30~

担当: 西クラブ

医療あるある中川薬局

薬局に行くと、以前は「保険証お持ちですか?」と聞かれていましたが、今は「マイナンバーカードお持ちですか?なければ資格確認書をお願いします」のフレーズに代わっていると思います。マイナ保険証を基本とする仕組みに移行中でそれに対応した形です。

このマイナンバーカード(以下マイナカード)、薬局では以下の情報が確認できます。

- ① 他の病院、薬局で処方されたお薬の情報
- ② 普段薬局ではわからない診療や検査値に関する情報
- ③ 特定健診結果などの情報

これらの情報をもとに飲み合わせに問題がないか、同じようなお薬をもらってないか、腎機能や肝機能等の検査値を確認し、お渡りする薬に問題がないかをチェックし、より安全にお薬をお渡りできるようになります。

薬局でマイナカードを機械にセットし、医療情報を開示するとしていただくことで確認します。(上記以外の情報は見ることは出来ません)

また、マイナカードを毎回通す必要があるのか、お薬手帳はいらぬのではないかとよく聞かれます。現時点ではセキュリティの関係で24時間しか情報が確認できないこと、マイナカードの普及率が未だ高くないこと、マイナカードで確認できる情報にタイムラグがあることから来局の度に、マイナカードを通すこと、お薬手帳の持参をお願いしております。

お手数をおかけしますが、ご協力のほど、よろしくお願い致します。

浄土真宗本願寺派(西)
白毫山 **源照寺**



名塩1丁目27-14
☎0797-61-0630

豊芽みるカフェ
とん とん TON TON



営業時間(月)・(火)・(木)・(金) 10時~15時

〒669-1133
西宮市東山台1-2-2
☎080-5323-2082

なじお眼鏡店 エコール なじお5階

時間 平日 10:00~19:00	定休日
土曜日 10:00~17:00	日、祝祭日

メガネ・補聴器・時計電池交換

文芸ひろば

俳句の部 「新緑」と「花曇り」

新緑をつなぐ山並み海峡へ
 鼻欠けた畦あぜの地蔵や花曇り
 新緑や山もつこりと動き出す
 軽やかな街角ピアノ緑さす
 花曇り伸びやかにそ反るこじ古寺の屋根
 新緑や入居募集の旗揺るる
 新刊の届く図書館花曇り
 新緑や火入れまじかの登り窯
 吸つて吐く緑さす日の深呼吸
 新緑やトランペットの間こゆ道
 捨てられぬ思ひ出の茶器花曇
 新緑や弾はずむラリーの体育館
 新緑の樹々のパワーや歳忘る
 今年こそ父の教えの接ぎ木する
 花曇り樹下にひっそり小さき草
 新緑の山を揺るがす子等の声
 戦火いくさびは遠く近くに花曇り
 新緑に歌声はずむ通学路



誓子 誓子 誓子 春美 春美 春美 春美 春美 春美 泰子 泰子 泰子 政子 政子 政子 政子 政子 二枝 二枝 二枝 久美子 久美子 久美子

なんて読む? どんな意味?

【花曇り】

桜が開花する三月末から四月にかけて見られる曇り空の事。
 句会のあった六日は薄い雲が空全体を覆いわずかに日差しをさえぎる程度の明るい花曇りの日でした。ぼんやりと光が感じられるため、暗くどんよりした雰囲気はありません。
 俳句を詠むときは、五七五の中に必ず季語を入れます。桜の咲く季節を表す「花曇り」は春の季語です。



ちよこつと俳句

菜の花や 月は東に 日は西に 与謝野蕪村



春の夕暮れの一面の菜の花畑を前景に、東の空には昇り始めた満月、西の空には沈みゆく太陽が同時に見える静かな情景を描き、春ののどかさや時間の移ろいを味わわせる句です。動詞を用いず、画家でもあった蕪村らしく、△黄色い菜の花▽△赤みを帯びた夕日▽△白い月▽が対照的に配置され一枚の絵のような構図になっています。あえて作者の感情を言わず穏やかな春景色だけを示すことで、読む人に自由な感慨を委ねています。少し郊外へ出かけるとこの光景を見かけます。その時にどのように感じたかはあなた自身の感覚です。江戸中期の俳人・与謝野蕪村の有名な一句です。

誓子

浜本医院
 内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後4:30~5:00	予約	予約	予約	予約	予約	予約
午後5:00~7:30	○	○	○	○	○	○

予約：BCGと介護、認知症相談など
 <休診日> 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日
 受付：午前は11時45分、午後は7時15分までです。
 西宮市東山台1丁目10-3
 TEL 0797-63-2588

すべての病院・診療所の処方せん受付

ナシオン 中川薬局

本店：〒669-1133 西宮市東山台1-10-2
 TEL (0797) 61-0122
 FAX (0797) 61-0985
 *営業時間：AM9:00~PM8:00(水・土曜~PM5:00)
 休日：日曜日・祝祭日

CONSULTATION CARD

タニダ歯科医院
 0797-61-2000

診察時間 | 平日 AM9:00~PM 6:30
 水曜 AM9:00~PM12:30
 土曜 AM9:00~PM 4:00
緊急受付は診療終了の30分前まで
 夜間休みなしで診察しています

休診日 | 日曜・祝日、水曜午後
 〒669-1133 西宮市東山台1-10-5

2月25日久しぶりの雨の中、岸和田方面へ38名で東山台を出発しました。宝塚市を過ぎて湾岸線尼崎末広インターまでは渋滞もなく走りましたが、南港あたりから自然渋滞になり、予定より少し遅れて国華園二色の浜店に着きました。国華園には、たくさんの種や花の苗などが展示されていて、ガーデニングが趣味という方ならゆっくりとみる事ができます。色々な果物、野菜が所狭しと陳列してあり、大きなスーパーマーケットのような店内もありました。主婦の目でしっかり見て購入されていました。

次の目的地は昼食のため美しい庭園の料亭として岸和田市指定有形文化財の五風荘へ向かいました。岸和田城に隣接する五風荘の玄関に入ると雛壇が飾ってあり春が近いと実感しました。日本庭園を眺める大広間でお料理をいただきました。



五風荘の玄関



大広間での会食

食事後に庭園の散策を予定していましたが、あいにくの雨で部屋から庭園を鑑賞しました。そして最後に太平サブローのCMでおなじみのミルク饅頭月化粧の青木松風庵の工場見学に行きました。月化粧の工場では、全自動の工程を見ながら温かい美味しい月化粧饅頭を頂き、売店ではお土産を買い楽しい時間を過ごし帰路となりました。



庭園をバックに大広間内で集合写真

雨も尼崎あたりから晴れて無事に東山台に予定の時間に着き、楽しいバス研修旅行でした。

ことぶき号バス研修旅行 幹事：武田 勝利

会員情報

入会	退会	訃報	会員数の現状
南A：赤石 貞子	—	—	198名
			2026.4.1.現在


なじお山下整形
 Yamashita Orthopedics
 整形外科・リハビリテーション科
 休診日 / 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
 **0797-62-5657**
 JR西宮名塩駅前 エコール・なじお5階

ナシオンクラブ広報誌 322号
 (東山台老人クラブ連合会)
 発行日 2026年5月1日
 発行責任者 森井 重美
 広報責任者 玉橋 隆夫
 編集 広報委員会
 takao.tamahashi@gmail.com

南堂医院
 内科・小児科・循環器科
 診療時間 午前 9時～12時
 午後 5時～7時
 往診 午後 (出来る限り午前中にお申込み
 ください)
 休診：木・土曜日の午後・日曜・祭日
 電話 (0797) 61-0638