



5月に入ると通りの桜が一変にツツジに変化
(東山台小学校前バス通り)

【西公園 除草・清掃】

①日時：6月1日(月) 9:00~
担当：東, 北クラブ, Cサークル (コーラス部, にこにこ部, 園芸部, 太極拳部, フォークダンス部, 囲碁部)
②日時：6月15日(月) 9:00~
担当：西, 南A, 南Bクラブ, Cサークル (コーラス部, にこにこ部, 園芸部, 太極拳部, フォークダンス部, 囲碁部)

※貴所属クラブ：東, 西, 南A, 南B, 北

(全紙面：敬称略)

ナシオンクラブ行事予定

6月	本部行事	体育部行事	文化部行事
1 月	西公園清掃		俳句部, 囲碁部
2 火			パソコン(初)部, にこにこ部
3 水	市老連女性部委員会		絵画部
4 木		フォークダンス部, ウォーキング部	書道部, にこにこ部
5 金	名塩講座, 市老連カラオケ教室		
6 土		ヨーガ部, ハイキング部	
7 日	東山台自治協		
8 月			囲碁部
9 火			にこにこ部
10 水	市老連理事会		カラオケ部
11 木	ナシオン会長会	フォークダンス部	パソコン部, にこにこ部
12 金	市老連カラオケ教室		
13 土		G.G.部, コーラス部	
14 日			
15 月	西公園清掃		囲碁部
16 火			パソコン(初)部, にこにこ部
17 水	市老連広報部委員会		絵画部
18 木			書道部, にこにこ部
19 金	ナシオンクラブ 役員会, 広報委, 市老連カラオケ教室		
20 土		太極拳部, ヨーガ部	
21 日			
22 月			囲碁部
23 火			にこにこ部
24 水			カラオケ部
25 木		フォークダンス部	パソコン部, にこにこ部
26 金			
27 土		G.G.部, 太極拳部, ヨーガ部	
28 日			
29 月	ナシオンクラブ 広報委員会		囲碁部
30 火			にこにこ部

『5月度(5月15日)ナシオンクラブ役員・理事会』

(1)市老連報告事項	(3)ナシオンクラブ協議/報告事項
①広報部 L版いぶき 第81号 7月に発送予定 月刊いぶき 第283号 8,9月号 締切 7/8 第1回委員会の開催 6/17(水) 13:30~	①今後の会費徴収の回収方法について ②「うたごえ広場」の開催時期について ③10/14のことぶき号バス研修旅行について
②文教部 か竹教室開催 6/5,12,19(各金)	
④女性部 第1回委員会開催 6/3(水) 10:00~ 第2回委員会開催 7/1(水),「笑いヨガ」	(4)ナシオンクラブ 6月行事予定
(2)ナシオンクラブ 5月行事報告	① 1日(月) 9:00~ 西公園清掃 担当:中江
① 2日(土) ハイキング部 広田神社参拝とツツ	② 3日(水)10:00~ 市労連女性部 永瀬予定
② 7日(木) 西公園清掃 5人,5袋	③ 4日(木) 8:00~ ウォーキング部 京都大徳寺,今宮戎神社
③ 7日(木) ウォーキング部 服部緑地公園 13名	④ 5日(金)13:00~ 市労連文教部 か竹教室 竹林予定
④ 10日(日) 社協理事会 森井出席	⑤ 5日(金)10:00~ 名塩講座「笑い与健康」大川亭さくら
⑤ 10日(日) 東山台自治協 森井出席	⑥ 6日(土)10:00~ ハイキング部 池田五月山周辺散策
⑥ 11日(月) ことぶき号旅行 離宮公園,魚棚	⑦ 7日(日)15:00~ 東山台自治協 森井予定
⑦ 12日(火) みどりパトロール 森井,武田,熊原	⑧ 10日(水)13:00~ 市労連理事会 森井予定
⑧ 13日(水) 市老連理事会 森井出席	⑨ 12日(金)13:00~ 市老連文教部 か竹教室 竹林予定
⑨ 14日(木) 市老連文教会 竹林出席	⑩ 15日(月) 9:00~ 西公園清掃 担当:鈴木
⑩ 15日(金) ナシオンクラブ 総会 5月度役員会,広報委	⑪ 17日(水)13:30~ 市老連広報部 玉橋予定
⑪ 18日(月) 西公園清掃 7名(※2名応援),7袋	⑫ 19日(金) 9:30~ ナシオンクラブ 役員会,広報委
⑫ 20日(水) 市老連「うたごえ喫茶」竹林予定	⑬ 19日(金)13:30~ 市老連文教部 か竹教室 竹林予定
⑬ 22日(金) 市老連「クラブ」ゴルフ大会	⑭ 29日(月) 9:30~ ナシオンクラブ 広報委員会
⑭ 29日(金) ナシオンクラブ 広報委員会	

【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~	熊原	090-5044-0051	
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~	佐藤	0797-63-2090	
パソコン	ナシオンホール	2,4木	10:00~	森井	090-3613-3560	smorii0226@gmail.com
パソコン(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~	武田	090-3169-4959	8484takeda8484@gmail.com
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
フジヤニ	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~	井濱	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。

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

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

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

サークル活動報告

【太極拳部活動レポート】

私達のグループは玉森先生のご指導のもと、中国から伝わってきた伝統武術である太極拳を練習しております。

深い呼吸に合わせながら四肢でゆっくりと弧を描くように行うのが基本のようです。

第3、第4の土曜日、午前9時30～11時、ナシオンホールで行っております。

繰り返し、繰り返し丁寧に理論をはさみながら教えてくださいますが、なかなか覚えられません。

うまくできないのも笑いでごまかし、和やかな雰

囲気で練習しています。

ご興味のある方は是非お越しください。お待ちしております。

記：岩元 千恵



活動状況-1



活動状況-2



楊名時太極拳二十四式は心と体のバランスを整える健康法です。

サークル活動のメンバー

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

家族葬のことなら
ファミリー葬
Family O 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

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
緊急夜間には診察終了の30分前まで
当院休みなしで診察いたします
休診日 | 日曜・祝日、水曜午後
〒669-1133 西宮市東山台1-10-5

俳句の部

「新茶」「更衣」(ころもがえ)



襟ボタン外す十代更衣 泰子
 新茶汲む終の雫も汲みわけて 泰子
 更衣ラッシュアワーのナフタリン 泰子
 帰省の子揃ひ一服新茶汲む 政子
 若者に少し遅れて更衣 政子
 労多き新茶に寄せる感謝かな 政子
 待ちわびし新茶器に香り立つ 久美子
 更衣ただ一人して更衣 久美子
 晴れの日に孫の笑顔と新茶かな 久美子
 若き日を脱ぎ捨て仕舞ふ更衣 誓子
 新茶の香老ひし二人の小昼かな 誓子
 ほころびは生きた証や更衣 誓子



吟行記

五月はいつものナシオンホールを出て、吟行に行きました。

「俳句手帳」と「歳時記」を持って荒牧ばら公園へ。

吟行とは、非日常の世界に出かけて俳句を詠むことです。薔薇園を歩き五感を澄ますと、バラが光が風までもが声をかけてくれます。個性豊かな句を詠んだ後は、ランチを楽しみつつ、推敲したり俳句談議に花を咲かせ、爽やかな一日を過ごしました。



咲き揃ふ薔薇の香りに風迷ふ 誓子
 風の来て満つるバラの香大空へ 政子
 紅きバラ遠き昔のプレゼント 久美子
 朝の薔薇いのちの雫宿したる 泰子



ちよこつと俳句

あらとうと青葉若葉の日の光

松尾芭蕉

「あらとうと」は「ああ尊いことよ。V 季語の「青葉若葉」は、濃淡様々の葉が混じった様子。それが初夏の陽をいっぱい浴びて照り映えており、その様子が尊く感じた。なお、「日の光」には陽光と同時に地名の「日光」Vがかけてられている。徳川家康をまつる日光東照宮を芭蕉が尊いと感じた気持ちの中には江戸幕府を開いた家康への敬意もある。この句、「奥の細道」に出ており、日光山に参詣した時に詠んだものである。

誓子

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。年齢不同。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)

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

阪急OASIS 名塩店
 偶数月/15日限定!
 litta 限定! **チャージバック**
キャンペーン
 669-1134 西宮市名塩新町8

【総会結果報告-2】

【第4号議案 2026年度役員名簿】

任期 2026年4月1日～2027年3月31日

個人情報につき取り扱いに配慮のこと

連合会 役職	氏名 (敬称略)
会長	森井重美 顧問 一
副会長	(東) 鈴木誓子, (西) 森井重美, (南A) 玉橋隆夫, (南B) 加藤道夫, (北) 中江恵司
会計	田口弘子, 山下由加里
書記	弘津郁子, 鈴木誓子
監事	箕浦多津子, 井濱美幸
女性部長(市老連)	永瀬光代
体育部長(市老連)	武田勝利
文化教養部長(市老連)	竹林香代子
広報部長(市老連)	玉橋隆夫
理事	水谷理人, 星加秀代, 小林恵美子, 上野一成, 本藤正則, 舟本俊彰, 遠藤正衛, 正清芳子, 中田蕃, 佐藤和子
広報委員会	鈴木誓子, 森井重美, 玉橋隆夫, 加藤道夫, 中江恵司, 永瀬光代
市老連理事	森井重美 保険担当 森井重美

ナシオンクラブ 単位クラブ 役員, 理事

役員	東クラブ	西クラブ	南Aクラブ	南Bクラブ	北クラブ
会長	鈴木誓子	森井重美	玉橋隆夫	加藤道夫	中江恵司
副会長	鈴木誓子	森井重美	玉橋隆夫	遠藤正衛	武田勝利
会計	鈴木誓子	田口弘子	玉橋隆夫	加藤道夫	箕浦多津子
女性部長	鈴木誓子	井濱美幸	永瀬光代	竹林香代子	山下由加里
理事	舟本俊彰	星加秀代	本藤正則	正清芳子	一
理事	水谷理人	弘津郁子	中田蕃	佐藤和子	一
理事	小林恵美子	上野一成	金山修太	一	一

※会計は市老連事務局に届け出た人

出向役員

役職名	氏名
社会福祉協議会 理事	森井重美
東山台地域自治協議会 定例幹事	森井重美
青少年愛護協議会 理事	中江恵司
西宮市高齢者交通安全委員	鈴木誓子, 森井重美, 玉橋隆夫, 加藤道夫, 中江恵司
公民館活動推進委員選考委員会	森井重美

会員情報

入会	退会	計報	会員数の現状
西: 金谷 寿恵 北: 平川 敬	西: 高林 栄一 南B: 石橋 和子	一	197名
東: 浅田 幸夫 南B: 井出美千恵	南A: 唐木 勝治 南A: 唐木 尚子		2026.5.1.現在
南A: 今井 清美 東: 永浜 富江	南B: 田中 有作 南B: 田中 好子		
	南B: 守屋 幸子		

十勝あんこの
サザエ

株式会社サザエ食品 西宮工場
おはぎ等和菓子の製造販売
営業時間 9～18時 日曜定休
西宮市国見台6丁目2-2 0797-61-3381

ナシオンクラブ広報誌 323号
(東山台老人クラブ連合会)
発行日 2026年6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

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