

月刊



編集発行 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 〒663-8233 西宮市津門川町2-28 福祉会館内 ☎0798-34-3334

こんにちは！「あいさつ」から広がる友愛活動



夏の上高地 写真提供 田中 積氏 (用海校区)

あの日 奴隷に売られるかもと倒れ込んだ疎開生徒たち
地元組は皆奉安殿の周りで固まって泣いた：
つかみどころのない思いで迎えた翌日 ごう音と共に
校舎が吹っ飛んだ。終戦はウソだったんだ。と思った
危険と安全は背中合わせ思わぬクサビが打ち込まれる
四季を節目に独特の文化を育んできたこの国 今後も
先人に習い一つ一つ乗り越え生きる勇気につなげよう



今、私の住む生瀬も高齢者が多く人口8839人、比率は27%で西宮でも高いと聞いています。▼高齢

化の進む生瀬に新しい交通を走らせたいと願っています。神社やお寺、小学校、市民館、隣の自治会などに、住民主体による手作りの新たなコミュニティづくりを目的とした、この町にふさわしい乗り物を検討し試験運行を2回にわたりに行いました。現在は10月からの本格運行に向け準備を進めている所です。▼この「企画運行協議会」を発足するに当たっては、地域の皆様のご尽力と大学、企業の専門家の方々のアドバイスのお蔭と感謝しています。▼私たち老人クラブも、バスの利用とともに各活動に参加協力していきたいと思っています。▼また北部は市の行事などに参加する方が少ないと思いますが、地域ではチャリティ演芸会、文化祭展示などに出席し、地域交流や意見交換などを行っています。▼自分の健康を維持しつつ、老人クラブに誇りを持ち、社会の一員として、しっかりと地に足をつけ、これからの人生を歩みたいものです。
(生瀬 青山)

市老連理事会 7/8

※西宮市から「補助金交付決定書」の配布について

※松竹株式会社から大阪松竹座9月公演「もとの黙阿弥」のチケット割引のご案内について(営業担当:渡辺) 一等席13,000円↓6500円

【議案事項】
・館外研修(宗粟市交流事業)について

【報告事項】

〈広報部〉
・月刊「いぶき」(第191号7月号)送付済

・月刊「いぶき」第193号10月号原稿依頼(原稿締切:9月9日)

〈文化教養部〉
・委員会開催案内(8月13日)

・高齢者囲碁大会(9月4日)

・高齢者作品展(10月6日~9日) 出展受付(9月28日~30日)

・高齢者芸能大会
予選 10月21日(水)
本選 10月28日(水)

〈体育部〉
・委員会開催案内 8月20日(木)

・6月10日実施の体力測定結果の配布
たのしいボウリングの集い
9月2日(水)・3日(木)

・グラウンドゴルフ大会
10月2日(金)、(予備日10月16日)

〈女性部〉

・前期感謝の1円持ち寄り金 478,789円

前期健康講座参加者数:147名

〈事務局〉

(1)平成27年度西宮市老人クラブ連合会役員等名簿の配布について

(2)社員名簿の確認について

(3)8月の定例理事会は休会(書面発送)

※三役会は、午後1時30分から開催
(4)単位老人クラブ分担金領収書の配布
・ことぶき研修バス(10月・11月分)の割当

※次回の定例会

9月9日(水)西宮老人福祉センター
三役会:午前10時
理事会:午後1時30分



老人クラブ連合会

校区会長便り

No.28

地元の夏祭りに参加

鳴尾北校区 会長 湯川 益男

鳴尾北校区では、7月末から8月初めにかけて、各自治会主催の夏祭りが行われます。老人会のメンバーも積極的に参加して、子どもたちと楽しんでいます。私が住んでいる町内(甲子園五番町)では夏祭りをする公園がないため、近くの公園を借りして、毎年6月に家族運動会を行っています。

本年も6月7日(日)に第37回を開催しました。梅雨入りの時期ですが、6月の第1週は晴天に恵まれることが多く、延期や中止になることはめずらしく、ただ阪神大震災の年には会場の公園に仮設住宅が建ちましたので、取りやめになりました。

当日は自治会、子ども会の役員、スポーツ21のメンバー、老人会の有志が準備運営に携わり、スムーズに競技が進行されました。参加者は子どもたち、保護者、町内の住民の方々約300名でいろいろな競技に参加され、一日楽しく良い汗を流してもらいました。老人会のメンバーも参加できる

簡単な競技がありますので、若い人たちと一緒に楽しんでいます。終了後反省会を開き、世話人の皆様からご意見を聞き、次年度の参考にしていきます。この催しで町内の人々の交流が深まり、いろいろな活動に進んで参加してくださるようになりましたので、大変意義があると思っています。



心のひろば



戦後70年

平和の大切さを

次世代に

PTSDを背負った世代

安井校区

塩川 彰

敗戦の年、国民学校6年生だった。その年の7月のある日、早朝複数機の爆音に家を飛び出し、我が家の上空を見上げると、西に向かっているグラマン戦闘機だった。

1、2、3、4、5、6、と数え終わらないうちに最後尾の1機が宙返りして、機関砲を発射した。

衝撃音が小さな田舎町の日本家屋群を振動させた。壁が剥落するほどだった。グラマンは通学列車を狙ったものだった。機関車助手が即死した。私は機関砲の音を聞いたのは初めてであった。

私には飢餓が戦争の形象であった。弾丸の飛び交う本当の戦場戦争体験をすることになった。町の人殆どが戦場体験は無かった。我が家には武器になるモノは何もなかった。それはどの家も同じだった。父母は押入れの上段に布団を積み重ね、下段に私と妹を潜ませた。機関砲は豆

腐を針で突き刺すように、潜んでいる私を撃ち抜くであろう。私の絶望は深かった。私は心底思った、こんな死に方はいやだ。死ぬのなら武器を持って、刃向って死のう。(小学校6年の子どもがこんなことを思うだろうか?) 空気銃でも欲しかった。逃げ回り無抵抗で虫けらのように殺されるのは厭だ、刃向って死にたいと思っただけは事実である。

成人して、アメリカ映画のWホルデン主演「ワイルドバンチ」の結末に助演者の一人が(名前は忘れた)命を爆発させるように大声を張り上げて、機関銃を乱射しながら死ぬシーンに陶醉し何回も見た。これが私のPTSD・心的外傷後ストレス障害の一つである。

そして、米と塩を常備して、外食が出来ずにいるのは、餓鬼草紙の餓鬼に似た肉体であった小学校6年生の私の飢餓体験によるもので、私は二重のPTSDを背負っている。

南の島に散った精霊たち 「パラオ玉砕の島ペリリュウ」

高須校区 橋本 力

南太平洋に浮かぶ2000以上の島からなるパラオ共和国は、紺碧の空、エメラルドグリーン海、緑の島々に彩られた、南海の楽園です。

日本からは南直下3000km、屋

久島ほどの広さの国です。戦前30年間、日本の統治国として、インフラ整備が行われ、日本からの移民も3万人を超えました。日本の公立学校も設立され、市内には日本の名称も残されている。親日派も多い国です。

今年4月には、天皇后陛下がご訪問・慰霊されました。

第2次大戦中にその美しい国、ペリリュウ島・アンガール島に於いて悲惨な激戦がありました。米軍との戦いで1万数千人の命が奪われました。

た。「南の最前線」として、死守するため72日の間、弾薬、食料の補給も無く全滅に至りました。今も数千人の遺骨、戦跡が残っています。この悲惨な事実を後世に伝え、風化させないよう、再び戦争を起こさせない世界平和を実現していくことが重要です。



会員文芸



俳句

津門校区 西嶋 潮香
大き月地蔵の顔に浮かみをり
風切ってくるつばくろよ元気だね

段上校区 原土さだ子
せみしぐれはたと止みて静かなり
戦争展弟逝きし日を思う



お便り

ありがとうございました!

6月号の「ササユリ」の写真に感動してくださり、50年ほど前の故郷を懐かしんだお手紙を、鳴尾北校区の大西さだ子さん(87)からいただきました。

一部分を紹介します。

『田植えが始まるころ、ササユリが咲き始めます。どんな高価な香水も及ばない芳香が山中に漂い、まるでおとぎの国に迷い込んだようでした』

ありがとうございました。これからも「いぶき」をご愛読のほどよろしく願います。(広報部)

女性部だより

健康講座(前期) 7月2日

今回は「お薬についてあれこれ及びお薬なんでも相談」です。

講師は西宮市薬剤師会理事の入江俊彦先生です。

皆さんが一番関心のある健康講座だけあって会場は超満員。147名参加された内、9割は女性でした。お話の中是非お知らせしたいことを簡条書きにしてみました。
・薬には目的としての作用があるので使用法を必ず守ること

8・9月の行事予定

8月12日(水)	三役会 理事会(書面発送)	13:30
13日(木)	西宮市との定例会議	15:30
20日(木)	文化教養部委員会	13:30
9月2日、3日	体育部委員会	13:30
	たのしいボウリングの集い	11:00、13:00、15:00
4日(金)	高齢者囲碁大会	9:30
9日(水)	三役会 理事会	10:00、13:30
17日(木)	体育部委員会	13:30
28日~30日	高齢者作品展(受付)	9:30



- ・薬は体にとつて異物であるということ
- ・薬漬けで副作用を起こすことも、飲み過ぎにならないようにチエックをしてください。
- ・めまい、ふらつきに注意、すぐに薬に頼らないで、原因をみるように、薬による作用かもしれない
- ・睡眠薬は認知症のリスクを上げるともいわれている。医師に相談して服用しましょう
- ・寝酒も不眠のもと、アルコールは肝臓が代謝され睡眠にマイナスになるらしい
- ・水分は1日1.5リットルを目標に(午前中に1リットルほど飲むと良い)
- ・朝起きた時コップ1杯の水を飲む習慣を。寝る前にはたくさん飲まないように。
- ・ビール、コーヒーなどは水分ではない
- ・最後に健康の3原則
- 1、適度な運動
- 2、栄養バランスのとれた食事
- 3、十分な睡眠 (広報部)

われらみな仲

第6回 宍粟市老人クラブとの交流会

7月8日

平成21年から始まった宍粟市老連との交流、今年は宍粟市から16名の皆様が訪ねてくださいました。前回は風光明媚な宍粟市の菖蒲園や、スキー場を利用した百合園など自然の美しさを案内していただきました。我が西宮は、4回目は甲子園球場を楽しんでいただき、今回は、西宮で唯一木造の酒蔵が残っている「大澤本家酒造」の見学を計画しました。時期的に仕込みは無いのですが、昔ながらの手作りにこだわっている様子を見学、試飲もばっちりいただきました。



編集後記

暑さきびしい折ですがお元気ですか? 熱中症には充分ご注意ください。健康目的のウォーキングも時間帯コースの再確認を。
市内でも校区が違えば知っているようでも…の事柄が多々あります。老連の活動にかぎらず地域の様子など教えて下さい。とても勉強になります(7月号参照)。
酷暑に耐えた身体をいたわりながら次なる季を迎えましょう。ではまた。



のあと、お互いの地元の話がはずみました。その中で日本酒発祥の地は宍粟市だと。《大國主命の時代》という壮大なロマンあふれる話で盛り上がりました。
お酒もどんどんすすみ、皆さん和気藹々で来年を楽しみにお別れしました。
(広報部)