

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



但馬の棚田 写真提供 田中 積氏 (用海校区)

畦に寄りそった畝がアートの如く美しく広がる 後世農水省は「農村景観百選」を選定 内外より注目を浴びるも その端は遠く江戸時代にさかのぼるときく幾多の過酷な試練に堪え 生きるため辿ってきた先人たちの道のりを想うとき 自ずと涙がにじむ収穫の季 神々に感謝の念を捧げ豊穰を希う この習わしは国の神事として連綿と受け継がれている



社会保障制度の中で支えられる側に位置づけられている高齢者であるが、高齢者は何歳からと年齢にこだわりすぎてはいけないと思う。▼介護保険の利用者負担が8月1日より引き上げられた。高齢化による介護保険の費用増大を抑えるのが狙いであろうが。▼現在は医療の進歩に加えて、食生活の改善や運動などが功を奏して、日本人の平均寿命が過去最高を更新したと発表された。女性が86・83歳、男性が80・50歳と。▼現在の高齢者は身体機能、知的機能ともに大きく若返っていると、日本老年学会で報告されている。▼今、西宮市老人クラブ連合会でも介護予防の一環として、会員主体の地域活動の中で「西宮いきいき体操」に取り組んでいる。▼参加者の健康状態に個人差はあるものの、筋力体操で大なり小なり、脚・腰に効果が出ている。又、人間関係の構築にも相乗効果があり一石二鳥である。

▼高齢者は支えられる側と決めつけず、豊かな長寿社会は元気な高齢者をどう活用して、いかにしてボランティア活動などに参加の機会を増やせるかを考えたい。

(鳴尾東 古結)

市老連理事会 9/9

※松竹(株)の営業担当渡辺様からお礼の挨拶

※INAC神戸事業本部長石川様から挨拶

※地域共生推進課植田(旧姓:渡部)さんからのご挨拶と「ともしび」の発刊について

【議案事項】
・西宮市との協議内容(報告)について

【報告事項】
〈広報部〉

・委員会開催案内 10月16日(金)
・月刊「いぶき」第194号11月号
原稿依頼(原稿締切:10月14日(水))

〈文化教養部〉
・高齢者囲碁大会(9月4日(金))の報告

〈体育部〉
・委員会開催案内 9月17日(木)
・たのしいボウリングの集いの報告
・グラウンド・ゴルフ実践講習会の開催

10月2日(金)(予備日10月16日(金))
〈女性部〉

・後期健康講座の開催 11月26日(木)
午後1時30分から、勤労会館ホール
〈プロジェクト部〉

・アンケート調査未提出分の再度協力依頼
10月14日(水)締切

〈事務局〉
(1)平成27年度友愛訪問運動資金の配布

(2)「老人クラブ リーダー必携」の配布

(3)全老連50周年記念バッジの配布

(4)県老連広報誌「きずな」の配布及び部数について

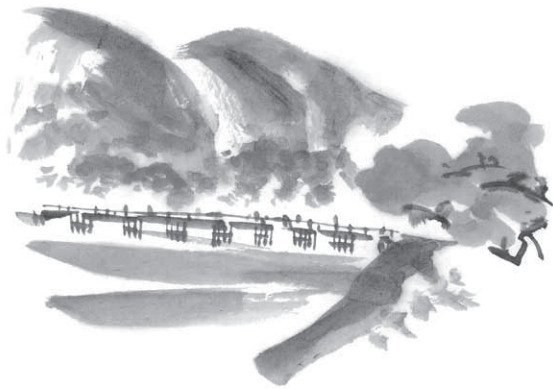
(5)全老連「老人クラブ賠償責任保険」改定内容について

(6)ホームページの改善及び活用について

(7)ことばきバスのステーション等の確認について
(8)ことばき研修バス(12月分)の割当

※次回の定例会

10月14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.29

仲良く! 楽しく! 元気よく!

高須校区 会長 本郷 陽吉

「朝びらき漕ぎ出て来れば武庫の浦の潮干の濁に鶴が声すも」
武庫川団地の中に写真のような万葉の句碑が建立されています。

高須は武庫川が運んできた土砂が堆積して河口にできた土地であり、高い砂丘になっていたことから高洲(須)と呼ばれたとの史実があります。その後この一帯は臨海工業地帯となり、川西航空機、昭和電極等が進出し発展を続けてきました。昭和20年春からの米軍の大空爆により壊滅的な被害を被り、戦後の移転を余儀なくされました。その後昭和51年から住宅公団による武庫川団地建設が始まりました。昭和54年から入居が始まりました。その後も高層住宅の建設が急ピッチで進められ、現在では、大小78棟の高層住宅が林立する、人口2万人超のまちとなりました。

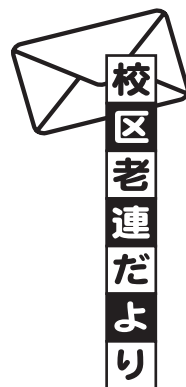
校区内活動の活性化に努めております。

校区の主要イベントとして「ラオケ芸能大会」「グラウンドゴルフ大会」「懇親バス旅行」などをはじめ、西宮市が主唱する「西宮いきいき体操」を2年前から積極的に採り入れております。

これからも、仲よく! 楽しく! 元気よく! をモットーとして、会員の健康増進をはじめ、地域への支援活動の一層の活性化に向けて頑張っていきたいと考えております。

また昨年から市老連の「会員増強・活性化プロジェクトチーム」に参加しているので、リーダーをサポートできるように一層努めていく所存です。





対面式

鳴尾東校区

上田老人クラブ 古結 公司

去る6月29日、上田老人クラブ会
員「子ども見守り挨拶運動隊」のメ
ンバーと鳴尾東小学校の全校生徒と
の対面式が学校朝礼時に行われ、学
校長より、メンバー一人一人の紹介
がありました。

そもそも対面式を始めたのは、集
団登校時の活動が、子ども・父母た
ちへのPR不足もあつたことで、不
審者と勘違いされたことがきっかけ
です。学校側としては、善意の活動
が誤解を招かないようにと、全校生
徒に対し毎年新一年生が、学校生活
に慣れたところを見計らつて実施され
ています。

子ども見守り挨拶運動隊は9年
前、日常生活圏の中で会員の負担が
大きくなつて、活動がすたれないよ
うにと考えました。皆さんがリラッ
クスして、無理のない自然体で臨ん
でもらえるようにとの主旨から、毎
週2回登校時に、11カ所の四つ辻で
見守り、挨拶を行い、現在に至つて

います。

ただ当初から感じることは、積極
的に挨拶をしてくれる子どもたちも
いますが、あまり挨拶をしない子ど
もに対しては、挨拶の重要性をどう
伝えたら良いか、少し気にかかつて
います。

幸いにも活動を始めてから今日ま
で、何事もなく過ぎたことが励みと
なっています。これからも体力の続
く限り頑張りたいと思う反面、新規
参加が少なく、メンバーの固定化と
ともに高齢化して、子どもたちの
積極的な繋がりが細くなるのではと
危惧しています。



高木校区老連グラウンド
ゴルフ同好会のその後

同好会事務局 清水 正訓

去る平成25年6月発行の「いぶき」
に「お相手してもらえませんか！」
と広報担当の三宅康夫から呼びかけ
ましてから、丸2年以上が経ちまし
たが、同好会のその後をお伝えしま
す。

あの呼びかけから2カ月後に、小
松東地区にお住いの方からご返事を
いただきました。9月13日に第1回
の親善試合を、先方15名・当方10名
で行いました。

先方の方たちは当方に比べてベテ
ランの人が多く、いろいろとアドバ
イスやご教授をいただき、親善の会
のスタートとなりました。

そして今日までに7回の親善試合
を重ねるとともに、今も毎月何名か
のメンバーが来られて、一緒に練習
をしています。お陰様で私たちのメ
ンバーのレベルも少しずつ向上し、
年に数回行われます西宮市関連の大
会でも、そこそこの成績を上げるこ
とができるようになりました。

私たちが普段練習に使っています
運動場の使用回数も平成24年11月5
日を第1回目としまして、今年5月
7日に100回目を迎え、6月末に
110回となり着実に回数を増やし

ております。

プレーをしていてつくづく思うの
ですが、グラウンドゴルフは本当に
我々に適したスポーツだと思いま
す。日本で生まれたスポーツであり、
ゴルフと似たところもあり、若い時
にゴルフを楽しんだ人たちも真剣に
やっておられます。

「話には聞いていたけれど年寄り
のスポーツで…」と思つておられる
方は「食わず嫌い」にならないよう、
ぜひ一度トライしてみてください。
きっと「案外面白いなー」と思われ
ると思います。

会員文芸



鳴尾東校区 横尾フジ子

川柳

老いる日々ありのまま書く日記
惚けぬよう医者のおすすめで書く日記
恥じもかき冷や汗もかき照れ笑い

短歌

恥じらいもときめきもある傘寿です
活きぬく老いの湧く気力



『ペン立て作り』に参加して

校区老連だより

鳴尾東校区 笠屋町福寿クラブ 大江 晃子

7月21日鳴尾東公民館で女性部主催の会員交流会の案内をいただき参加しました。児玉部長から作業手順の説明を聞き、各人手助けをしながら和気藹々と、手際よく作業を進めました。

牛乳パックの紙が硬く、凸凹の型作りに苦労しましたが、完成品を眺めれば型のユニークさに和紙の温かさ、手作りならではの優しさが出



て、とても満足のいく逸品になりました。また久しぶりにお目にかかった人たちと交流ができ、楽しい一時を過ごさせていただきありがとうございます。次回も楽しみにです。

10・11月の行事予定

Table of activities for October and November. Includes dates, event names, and times. For example: 10月2日(金) グラウンド・ゴルフ実践講習会 9:00; 11月6日, 13日, 20日(金) カラオケ教室 13:00.



「青春18きっぷ」 南伊豆の旅 生瀬校区 青葉台むつみ会 篠原雄四郎

昨年の夏、名古屋までは往復とも「青春18きっぷ」とし、松本までは特急列車にして結果は大満足。今年、南伊豆まで足を延ばすことにして、その分出発時間を7時22分生瀬駅発とした。...

とを楽しみにしていった。電車が動き出すと、老眼を輝かせて車窓にべったりと張り付いていたが、トンネルの連続で合間の瞬時の外観を、垣間見るだけで全く予想外の光景となった。...



が、今では全て閉め切り、人影なども見えない。もっともこれはわが町や、周辺のまちでも同様の傾向にある。

編集後記

暑かった日々をくぐりぬけ身体は少々疲れ気味、スポーツの秋、食欲の秋を追いかけながらゆっくり体力の回復を... 作品展、芸能大会と今月は盛り沢さん。...