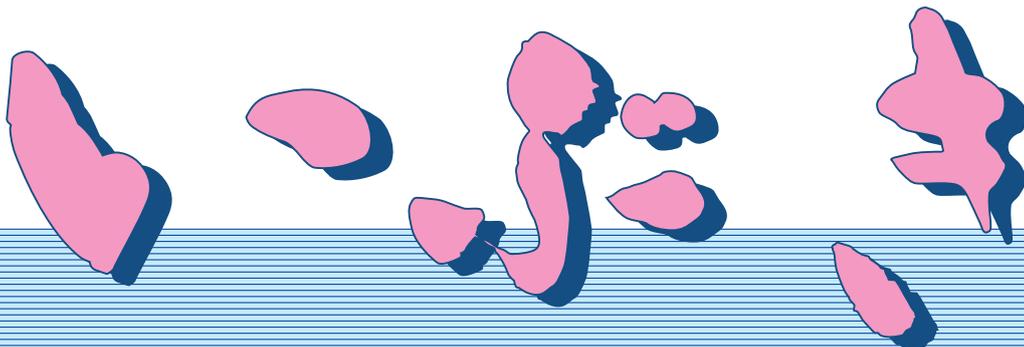
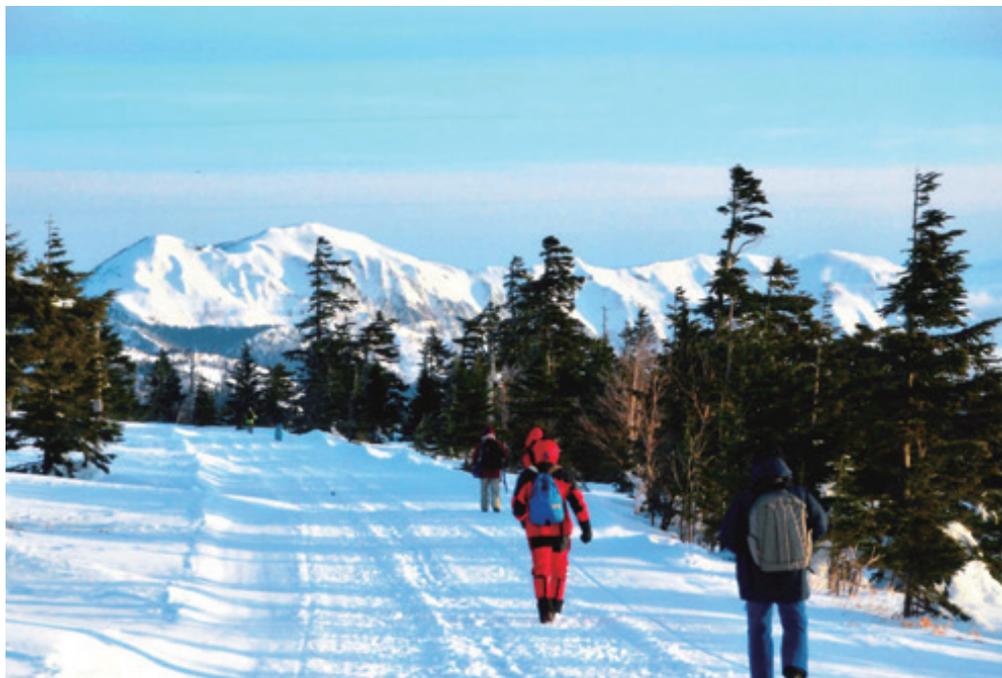


月刊



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



長野県横手山渋峠 写真と文 田中 積氏 (用海校区)

人は 意識 無意識に関係なく
何かを求めてチャレンジを続けている
私は 自然の中の絶景を求めて
旅を続け、そして感動と
出合う



かかりつけの町医
者いわく、昔はいわ
ゆる痴呆老人は余り
いなかった。▼それ
は、毎日畑で働き、

亡くなる寸前まで体を動かし働いてきたからだ。医療も発達しておらず戦争もあり、長生きできる要因は少なかったと言えます。▼今は、100歳以上の方が全国に6万人もおられます。認知症が増えたのは正に長寿化が要因です。▼元気に長生き、これが私たちの念願であります。しかしながら思うようにいかないのが人生。自分の願っていることと反対になることが多少あります。▼私は、ぼけないで生きます。認知症予防に効果的な方法は、歩きながら何かをやることだそうです。いきいき体操の脳トレでは、歩きながらいろいろ頭を使うことをやっています。▼私の地域では、20年間50人以上がグラウンドゴルフをやってきましたが、認知症になった人は一人もいませんでした。確かに予防効果あります。▼皆さん、楽しみながら何か認知症予防を続けてみてください。

(上甲子園 矢野)

市老連理事会
1月報告・2月議案書

▼市老連理事会 1 / 11 報告

【議案事項】

- 1 プロジェクトチームから会員増強「表彰制度」について(報告)
- 2 社員総会の日程及び会場について

【報告事項】

〈広報部〉

- ・L版「いぶき」62号1月号 送付済

〈文化教養部〉

- ・カラオケ教室 (2月3日、10日、17日、各金)について

・第4回委員会開催

(2月23日木)

〈体育部〉

- ・第4回委員会の開催

(1月18日水)

〈女性部〉

- ・第4回委員会開催

(2月22日水)

〈事務局〉

- ・ことぶき研修バス (4月分)の割当
- ・新年互礼会の会場レイアウト図について

- ・平成29年度年間行事予定表(最終)について

▼市老連理事会 2 / 8 議案書

【議案事項】

- 1 平成28年度事業報告(案)・平成29年度事業計画(案)について
- 2 三役の改選について

【報告事項】

〈広報部〉

- ・委員会開催 (3月15日水)

〈文化教養部〉

- ・カラオケ教室開催の報告
- 〈体育部〉
- ・委員会開催 (1月18日水)報告

〈事務局〉

- ・ことぶき研修バス (5月分)の割当
- ・平成29年度市長表彰等候補者の推薦について
- 次回定例理事会等
- 3月8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
- プロジェクト会議 午後3時30分

老人クラブ連合会

校区会長便り

No.43

地域に生きる

大社校区
会長 宮野 勲

大社校区は現在、城山陸会、大井手町シニアクラブ、越水老人クラブ、大社クラブ白寿会(清水・満池谷)の4単老で構成されております。老人会が盛んな時には6クラブの単老があつて、活発な活動がなされておつたことを先輩会員から聞いております。

老人会活動を進めるうえで大切にすることは、市老連が進める「健康・友愛・奉仕」の三本柱を基本に、いかに地域で活動できるかだと思ひます。

年間行事では、盆踊り大会、地区運動会、餅つき大会、凧揚げ大会、その他学校関係の諸行事など、盛り沢山です。

次に会員主体のプログラムを紹介いたします。越水老人クラブが凡そ20年も前から続けてきているカラオケ教室、毎週月曜日の午後には会員が集まって、懐かし

い歌から最新の歌までマイクを握りしめて楽しんでます。

城山陸会では地域の公園清掃に精を出しています。月に2回暑い日も寒い日も公園の草抜き、落ち葉の清掃にと頑張っています。

当校区でもいきいき体操の会場は三ヶ所、城山陸会と、大社クラブ白寿会が自治会と共催のほかにもう一会場あります。写真は昨年12月17日に行った餅つき大会の様子です。



心のひろば

随想

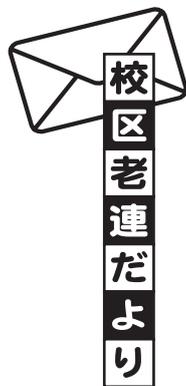
北夙川校区北楽友会
湊 豊子 (91歳)

私が嫁入りしてきた時は、家の前に農業用の溜池「一鍬池」がありました。春には浮草が緑一面に茂り、カエルの声が賑やかでした。夏はハスの花がポツポツと咲き、池に浮かべた桶に乗りヒシの実取りを。秋はれんこん堀りなど、それはいろいろな景色を目にすることが出来ました。が、いつの間にか、どこからともなく土や砂が運ばれてきて、広いひろーい敷地となりました。冬になると寒さで一面の草が刈れ、それを利用して主人に車の運転指導をしてもらい、車庫入れが上手になって感謝しています。その主人も昨年25回忌でした。：余談事ですが。

の元気な賑わいの毎日になりました。昨年で開校50年、10月に創立五十周年の式典がありました。

子どもたちが校庭で青空に向かって風船を飛ばし、空一面が色々な風船で一枚の大きな大きな画になり、強い拍手で喜びを共に感じたひとときでした。

「長い時間、短い時」わが身に思いを馳せさせた朝、学校のチャイムの音、子ども達の明るい元気な声で寢床から動き、一日の始まりです



粘土工作教室を開催

高木校区 上之町健美会
会長 渋谷 健三

昨年9月18日北夙木センターで前回のシニア作品展に引き続き、指先を使うことで、少しでも老化防止に役立つかもしれないとの発想で粘土工作教室を開催しました。

22名の受講者は講師の下、童心に帰った気持ちで粘土に取り組み久しぶりに使う指先の感触を確かめながら、花びらや葉を

形どり、色づけをしてラベンダーを完成させました。がやがやと完成した作品を、お互いに評価しつつ楽しいひと時を過ごしました。老化防止に役立ったか、どうかは分かりませんが。



会員文芸

短歌

北夙川校区 河瀬喜和子

晴れの日に創立祝いつどいて語り

弦楽四重奏の響ききうるわし

半世紀笑顔で祝うよろこびを

永久とわにつなげし地域の絆

松が明け参道溝かき塞ぎしの

落葉すくいし同志の集い



2・3・4 月の行事予定

2月3、10、17日(金)	カラオケ教室	13:00
8日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	西宮市定例協議会	15:30
3月8日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:30
4月12日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:30
19日(水)	臨時三役会	10:00



「子ども見守り挨拶運動」 十周年を迎えて

鳴尾東校区 古結 博美

「子ども見守り挨拶運動」の結成十周年記念式典を、昨年11月2日上田公会堂で開催。まず、古結会長から、朝の見守り挨拶と同じ声で、出席者に対し「おはようご

ざいませす」の挨拶から始まり、「集団登校する児童たちの安心・安全を願い、子ども見守り挨拶運動をスタートしてから10年を迎え、事故もなく今日を迎えることが出来ましたのは、皆さまのお蔭です」と労をねぎらわれました。

そして上田自治会室屋会長から「見守りを始めた当初より会員数が減る中であって、10年も続け

素晴らしいことです。これから20年、30年と長く継続してください」と、絶賛の挨拶をされた会場は笑いの渦に包まれました。続いて

鳴尾東小学校西垣校長から、「地域の方々が子どもを見守っていること、安心して学校生活を送られています。また皆さんとの暖かいふれあいがあることで、東小学校の子どもたちは非常に素直で明るく人なつっこいのだと思います」と、感謝を述べられました。この後、和やかに会食をしながら、子どもたちの登校時の様子など、活発な意見交換がありました。最後に古結会長からひとこと。



金婚夫婦祝福式典（金婚式）ご案内

- 【日時】 平成 29 年 5 月 14 日(日) 午後 1 時～
- 【場所】 西宮市民会館アミティホール
- 【主催】 神戸新聞社
- 【対象】 昭和 43 (1968) 年婚姻 (または挙式) のご夫婦
- 【費用】 無料
- 【内容】 宮司による神事、記念写真撮影、記念品
- 【申込】 各クラブ配布の申込み用紙に記入、神戸新聞販売店か阪神総局へ持参、あるいは本社への郵送等で (詳細は申込み用紙に記載)。2 月 28 (火) 締切 (先着順)

◎お問い合わせは神戸新聞社地域活動局 (☎ 078-362-7086) まで

編集後記

暖かなお正月に感謝もつかの間、強烈な寒波に襲われたこの冬。

皆さま体調はいかがですか。

猛威を振るったノロウイルス、インフルエンザも少しおとなしくなってきましたが、春の足音と共に花粉症の季節が。

外出時のマスクをお忘れなく！

会員が参加しやすいよう取り組みが必要」と締めくくられ、盛況の中終わりました。