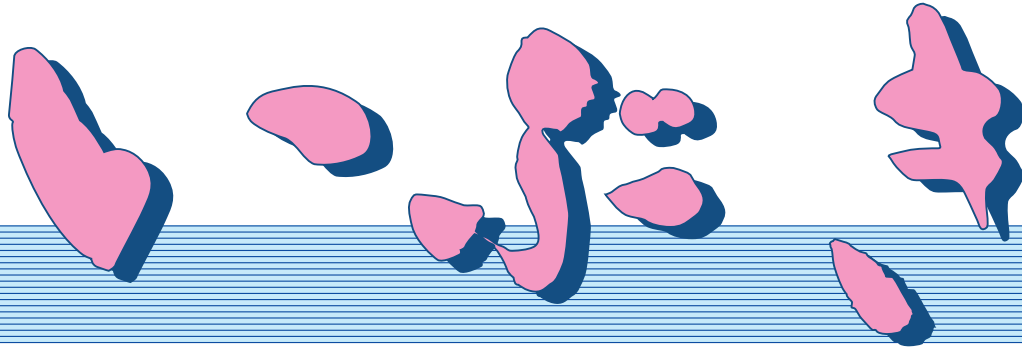


月刊



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

1,500人 会員増強運動



茅葺き民家の朝 岐阜県高山市平湯温泉 写真と文 田中 積氏 (用海校区)

子どもの頃
母屋は茅ではなく 藁葺であった
囲炉裏で天井は真っ黒
灯火管制で家の中は真っ暗
戦時中の鉾石ラヂオを思い出し
今日の平穏な生活は 隔世の感がある



近年、高齢者が
関与する交通事故が
年々増加している。
▼散歩中に自転車と
ぶつかって大けがを
したり、車や自転車の運転をして
いて事故を起こし加害者(被害者)
になったりと、毎日のようにどこ
かで事故が起きています。▼その原
因の大部分は不注意によるもので
あろう。ただ不注意だけでは言え
ない事故もある。高速道路を逆走
したり、ブレーキとアクセルを踏
みちがえて商店に突っ込んだりと。
▼高齢になると昔のように咄嗟の
判断ができないことがあるが、問
題は認知症の場合である。▼本人
が気が付かないことも多く、近し
い人(主に家族)が注意して見守
る必要があるだろう。そして認知
症の兆候が見えたら、絶対車の運
転としては(させては)いけない。

▼国は高齢者の運転免許証有効期
間の短縮と更新時に実地試験の導
入を検討しているようだが、私た
ちも特に車を運転しなくても良い
のであれば、運転免許証の返納を
考えてみてはどうだろうか。▼ち
なみに私は、来年一月に免許証返
納の予定である。

(小松 山崎)

市老連理事会 7/12

※松竹株式会社から大阪松竹座「九月新派公演 華岡青洲の妻」の特別割引チケットのご案内について
一等席12,000円↓6,000円 (お弁当とお茶付)
申込締切日: 8月31日(木)
チケット交換日: 9月13日(水)
※地域共生推進課健康づくり支援チームから「西宮いきいき体操」について

【議案事項】

1. 「老人クラブ台帳」の整備について
2. ことぶき研修バスの抽選等について

【報告事項】

〈広報部〉

- ・月刊いぶき第212号 送付済
- ・月刊いぶき第214号 原稿依頼 (原稿締切: 9月13日(水))
- ・第2回委員会の開催案内
- 8月31日(木) 午後1時30分

〈文化教養部〉

- ・創立60周年記念プレ事業「カラオケ教室」の開催
- 9月1日、22日、29日 (各金) 午後1時から
- ・第2回委員会の開催案内
- 8月24日(木) 午後1時30分

〈体育部〉

- ・高齢者のたのしい体力測定の実施

結果

- ・創立60周年記念プレ事業「校区対抗グラウンド・ゴルフ大会」実施
- 結果
- ・楽しいボウリングの集いの開催要領と参加申込書
- 9月6日、7日

申込締切: 8月9日(水) (一般は、8月10日(木))

- ・第2回委員会の開催案内
- 8月23日(水) 午後1時30分

〈女性部〉

- ・委員会の開催及び感謝の一言持ち寄り並びに前期健康講座の開催結果
- ¥526,827円

〈三役会〉

- ・新任会長・中堅リーダー研修会の実施結果
- 参加申込者数: 81名
- 参加者数: 79名

〈事務局〉

- ・ことぶき研修バス (10・11月) の割当
- ・平成29年度単老分担金の領収書配布
- ・平成29年度「西宮いきいきクラブ」冊子の頁1〜18の修正版配布
- ・宍粟市交流事業 (10月11日(水)) の欠席予定者調べ

※次回定例理事会↓書面発送

- 8月2日(水) 三役会: 午後1時30分
- 西宮市との定例会議: 午後3時

8・9・10月の行事予定

8月2日(水)	三役会 (日程変更)	13:30
	理事会 (書面発送8月9日)	
	西宮市との定例会議	15:00
23日(水)	体育部委員会	13:30
24日(木)	文化教養部委員会	13:30
31日(木)	広報部委員会	13:30
9月6,7日(水/木)	楽しいボウリングの集い	11:00 13:00 15:00
8日(金)	囲碁大会	10:00
13日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:00
20日(水)	体育部委員会	13:30
25~27日(月~水)	高齢者作品展 (受付)	9:30
28日(木)	高齢者作品展 (審査)	10:00
10月3~6日	高齢者作品展 (展示)	10:00 ~ 16:00
6日(金)	高齢者作品展 (講評)	11:00
	高齢者作品展 (表彰)	13:00
11日(水)	理事会・館外研修 (宍粟市交流事業)	9:30
18日(水)	高齢者芸能大会 (予選)	10:00
20日(金)	グラウンド・ゴルフ大会	9:00
25日(水)	高齢者芸能大会 (本選)	13:00
27日(金)	グラウンド・ゴルフ大会 (予備日)	

会員文芸

北夙川校区 北楽友会 河瀬喜和子

◇短歌

頭から滝の汗あせ神社そうじ

冷たいお茶とゼリーで憩う

保育所で七夕集い願いごと

僕運転手私アイドル



老人クラブ連合会

校区会長便り

No.47

友活

北夙川校区 越木岩南楽友会
会長 山口 光弘

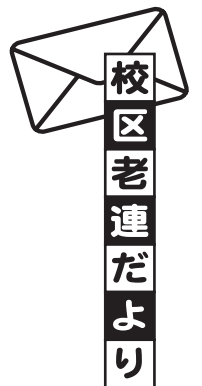
去る8月5日、午後8時30分ごろ「会長さん蛍が居ますよ」と、夙川の近くにお住まいの会員さんからの電話。即座に家を飛び出し、北夙川通りを北夙川橋で川辺へ。暗闇の中、川沿いを阪急電車の鉄橋に向かって行くと、この辺りの夙川は殆ど夏草に覆われ、2メートルほどの狭い幅で、心地よいせせらぎの音をたてていた。

その時、葉隠れに光を灯す蛍を発見。子どもの頃に見た光と違い非常にか細き光で、これは源氏蛍でなく、平家蛍だと思ったが、久々の蛍に感慨も一入であった。そしてもう少し下って行くと草叢のあちこちに蛍が点滅しており、まさに幽玄の世界に浸ることが出来た。次に話題を変えて、老人会の事業の本質は新しい人と出会って、仲間の絆を深めることにあると思う。その為のいわば「友活」の機会は、バスターが最適で



近江八幡にて

ある。それでツアーの行先については、今まで行った経験が少なく興味を引く場所を選び、一人でも多くの会員さんが参加されて、交流を深められることが肝要であろう。そこで行き先の選定には、だいたい丹波を基点にして時計回りに、京都、滋賀、奈良、和歌山、淡路島、姫路方面と順次変えて、見学場所も相談会などで情報を集めて決めている。



上甲子園校区だより

上甲子園校区

いきいきクラブ天寿会
会長 矢野 正史

上甲子園校区天寿会は会員数350名、10クラブで活動しています。活動は囲碁、カラオケ、民踊、グラウンドゴルフ、西宮いき

いき体操、ことぶき号のバス研修、三年に一回、亡くなられた会員さんを弔う合同慰霊祭。その他毎年喜寿、米寿、白寿、金婚、ダイヤモンド婚を祝う祝福会。友愛運動として、砂子療育園のおしめたたみ、「感謝の一円持ち寄り運動」活動資金獲得のためのアルミ缶資源回収。

その他地域の行事への参加等、どれをとってみても、今までの老人会の長い歴史を感じさせてくれます。

私たちが住んでいる甲子園口は、JR甲子園口と国道2号と武庫川に囲まれた地域で



あります。商店街もほどほどにぎわっています。祭りや行事の多い地域でもありますので、年中何か活動しているように感じます。最近、「西宮いきいき体操」に参加する人が増え、毎回60人ほどが体操だけでなく、いろいろな工夫をして楽しんでいきます。正にいきいきクラブそのものです。全体では、会員数は減ってきていますので、これからの課題は会員増強です。老人会の先人の業績と地域に感謝し、これからも天寿会の活動を続けていきます。

女性部だより

女性部前期健康講座

部長 竹村 香織

◇「ぼけたらあかん」

コント劇とお話

7月5日(水) 午後1時半

参加者116人

◇講師

NPO法人認知症予防サポート
ネット 代表 福田 明氏
ふれんず劇団 7人



「最近とんと人の名前が出てこなくなつて、ぼけてきたのかしら」参加した方のつぶやきが始まりだして、コント劇の幕が開きました。



◇◇◇◇◇

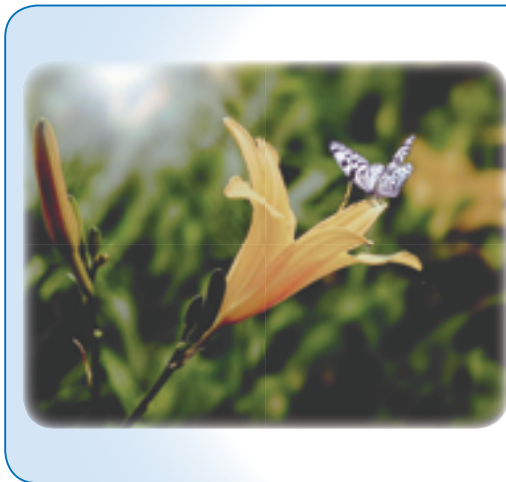
退職した元中学校教師の野崎健介は、おせんべいを口にしながら、フランス革命の本で教材研究をする毎日です。奥さんがお茶を出しに来ると、「お茶だけかいな、お菓子は無いの?」と聞く始末。そんな言動が重なって、とうとう病院へ。

3つの事を言われます。必ず奥さんと一緒にしてくださいね。
1つ「週に1回散歩を」
2つ「ゲームをしてください」
3つ「週に1回、公民館講座に参加してください」
ことごとく理屈を言って断ります。
3年後、実の妹も誰か分からなくなってしまう。



今、西宮市では、平成28年の統計で65歳以上で認知症の方が16,478人、予備軍が14,281人という数字があります。認知症の特徴を3つ教えていただきました。
1つ「1日の出来事を忘れる」
2つ「日時、時間、場所を忘れる」
3つ「味覚がおかしくなる」ということです。

認知症は、誰にでも起こる病気ですから、早期発見と早期に対応すれば進行を遅らすことが出来ます、と力強い言葉で話をしめくられ、ほっといたしました。
最後に、ふれんず劇団作詞「ぼけない人生」を「高校3年生」の替え歌で参加者全員高らかに歌いました。
明日も楽しく生きていきましよう!



猛暑という言葉がびつたり季節です。熱中症にご用心!
この言葉も聞き飽きたと思いますが、昨年内の救急搬送の約半数が65歳以上の高齢者だそうです。
疲れを溜めないで、質の良い睡眠とお酢や豚肉など元気の出る栄養素で一日でも早く解消しましょう。

編集後記

お詫びと訂正
6月発行のL版「いぶき」63号4ページにおきまして、西宮市老人クラブ連合会理事長表彰「個人表彰」を受けられた用海校区 栗山忠男氏の所属名が間違っております。
誤…用海長寿会
正…用海長寿クラブ
お詫びして訂正致します。