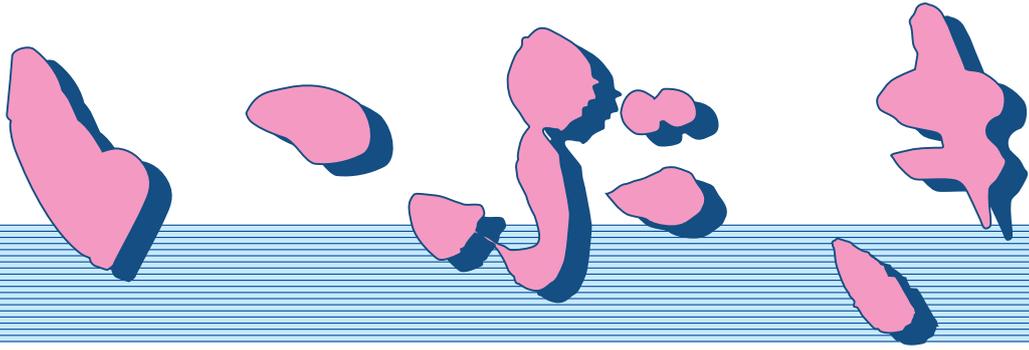


月刊



編集発行 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 〒662-0913 西宮市染殿町 8-17 西宮市総合福祉センター別館 2 階 ☎ 0798-34-3334

1,500 人 会員増強運動



夙川公園片鉾池 写真と文 田中 積氏(用海校区)

春風駘蕩の日和 のんびりと
穏やかな気持ちで池を見てみると
花見のにぎわいなど素知らぬ様で
日向ぼっこをしている亀たち
日々せわしない人間にこの気分は
分かるだろうかと問われているようだ
「うらかなげふのいのちを愛しけり」日野草城



中国湖北省武漢市から端を發した新型コロナウイルス。横浜港に停泊中のクルーズ船の乗船者からの感染拡大。

▼自らを感染の危険にさらして船内検疫にあたった医療関係者が職場で「ばい菌」扱いに。短時間乗船した医師が動画投稿サイトで船内の対応を批判。さまざまな問題点が浮き彫りとなっている。▼政府も感染対策で学校を臨時休校とし、企業、団体にも自粛を要請。▼SNSでデマや不正確な情報が横行している。「デマ」と分かっている、トイレットペーパー等を買って占める人の心理状態は？「デマ」とは辞書に（事実と反する扇動的な宣伝）とある。▼トイレットペーパーがなくなると信じる人は買う、信じる人が多ければ品薄になり売り切れる。明らかな「嘘八百」なのに、それでも買い占めを続けるのは何故だろう。▼不安からパニックに陥る。そのうち時間が解決してくれるだろう。▼学校や職場ばかりでなく、春は地域でも出会いの季節であるのに…。

(鳴尾東 古結)

市老連理事会 3月報告
4月議案書(案)

◆市老連理事会(3/11)書面報告

【議案事項】

1. 新型コロナウイルス肺炎感染に

ついて

【報告事項】

〈広報部〉

・委員会報告(2月26日水)

〈文化教養部〉

・カラオケ教室の結果報告

・委員会報告(2月20日木)

〈体育部〉

・委員会の開催案内(5月1日金)

・グラウンド・ゴルフ大会の

開催案内(5月15日金)

〈女性部〉

・委員会報告(2月19日水)

〈事務局〉

・令和2年度老人クラブ補助金交

付申請書の配布

提出期限…4月17日(金)厳守

・ことぶき研修バス(9月)の割当

・令和2年度理事長表彰候補者の
推薦について
提出期限…4月8日(水)

提出期限…4月8日(水)

・令和2年度校区別本部4部会委

員届書の提出について

提出期限…4月8日(水)

◆市老連理事会(4/8)議案書(案)

※西宮市人事異動(令和2年4月

1日)の紹介

※新任校区老連会長の紹介

【議案事項】

1. 本部の三役及び各部長について

2. 令和元年度事業報告書(案)・令和

2年度事業計画書(案)について

3. 令和元年度決算書(案)及び令和

2年度予算(案)について

【報告事項】

〈広報部〉

・月刊いぶき第235号4・5月

合併号

・L版いぶき(第69号7月号)の

原稿依頼

原稿締切…5月13日(水)

〈文化教養部〉

・委員会の案内(5月21日木)

・囲碁教室の開催案内

(5月11日)～7月27日(毎月曜日)
・カラオケ教室の開催案内(6月

5日、12日、19日(各金)

〈女性部〉

・委員会の開催案内(6月3日水)

〈事務局〉

・ことぶき研修バス(10月分)の割当

・阪神南ブロック老人クラブ連絡

協議会の報告

・松竹株式会社から大阪松竹座新

派特別公演「八つ墓村」のご案内

※次回定例理事会等

5月13日(水)西宮市総合福祉セン

ター別館2階

三役会 午前10時

理事会 午後1時30分

西宮市との定例協議 午後3時

4・5・6月の行事予定

| | | |
|----------------|--------------------------|-------------------------|
| 4月 8日(水) | 三役会 理事会 プロジェクト会議 | 10:00 13:30 15:00 |
| 15日(水) | 臨時三役会 | 10:00 |
| 22日(水) | 決算監査 | 10:00 |
| 5月 1日(金) | 体育部委員会 | 13:30 |
| 11日～7月27日(各月) | 囲碁教室 | 9:30 |
| 13日(水) | 三役会 理事会 西宮市との定例会 | 10:00 13:30 15:00 |
| 15日(金) | グラウンド・ゴルフ大会(予備日:5月22日) | 9:00 |
| 21日(木) | 文化教養部委員会 | 13:30 |
| 27日(水) | 市老連社員総会・表彰式 (勤労会館ホール) | 13:00 |
| 6月 3日(水) | 女性部委員会 | 13:30 |
| 5日・12日・19日(各金) | カラオケ教室 | 13:00 |
| 10日(水) | 三役会 理事会 プロジェクト会議 | 10:00 13:30 15:00 |
| 12日(金) | たのしい体力測定 | 12:30 |
| 17日(水) | 広報部委員会 | 13:30 |
| 24日(水) | 新任会長・中堅リーダー研修会 | 13:30 |



老人クラブ連合会

校区会長便り

No.65

新型コロナウイルスに思う

上甲子園校区
会長 矢野 正史

サーズ、マーズ、エイズ等これまでいくつかの感染症が世界で蔓延してきましたが、西宮において公民館が使用停止になる等公共の建物が使えなくなるのは初めての

事だと思えます。新型コロナウイルスの名称はコビット (COVID-19) とか。かわいい名前に見えますが、人に与える不安感はとてつもない力を持っています。最悪、死に至ることと治療薬が無いことが原因しているのだと思います。



老人クラブの催しはなるべく中止にしないつもりでしたが、施設が使えないのでは仕方ありません。やむなく多くの事業を中止にしました。不安が不安を増幅させていき、限りなく不安感が増え続けます。テレビを見ると、朝、昼、晩一日中このニュースが流れていて病気でなくても身体が変になりそうです。テレビのニュースはあまり見ない方が身体には良いです。

会員文芸

俳句

南甲子園校区 竹村 香織
花冷や刃文のあやは水のごと
若布椀よりひろごりて日本海
神原校区 吉田 照美
ざわざわと女子学生や春の虹
図書館の本を背中に桜東風
甲東校区 黒川都美子
火の山の裾野は広し燕くる
大岩にねむれる仏百千鳥

用海校区 大味しげる
石仏に白詰草の首飾り
うららかや回診女医のうす化粧
浜脇校区 森本 規子
空の青地に散りばめし犬ふぐり
ひとひらの花も飲みほす宴かな
山口校区 中野老人クラブ
大畑はるみ

短歌

北夙川校区 越木岩北楽友会
河瀬喜和子
ケイタイで息子の所に「引つ越す」……と
折り紙たのし思い出山盛り
立春に肩寄せ合せ歩道行く
活き活きぷらざぼほえまし二人
安井校区 藤田耕太郎
ふるさとの春の山菜路の薨
苦味の余韻遠い想い出
ゆえ有りて一年延期クラス会
目標更新新たな生きがい

川柳

上甲子園校区 船橋 綾子
お年賀に今年かぎりと二・三人
週一の足腰きたえ体操へ



サークル会員 大募集

『男の料理教室』

日時：年 6 回 (偶数月の第 1 水曜日)
午前 9 時 30 分から (6 月から)
場所：西宮市総合福祉センター
別館 2 階調理実習室
会費：年間 6,000 円 (前払) 入会金なし
講師：2 名 (女性)
問合せ先：吉田 正巳 ☎ 0798-65-9057

カラオケサークル『花謡会』

日時：毎月第 1 火曜日
午後 1 時から
場所：西宮市総合福祉センター
別館 2 階大集会室
会費：月額 500 円
問合せ先：中村 一枝
☎ 090-7751-8801

健康を維持するためにはじっとしているのではなく、無理をせずいつもの様に活動して、抵抗力・免疫力をつけることだと思えます。自分の好きなことはやり続けましょう。

囲碁教室開催のお知らせ

楽しい遊びの囲碁にチャレンジしてみませんか？ 3ヵ月で囲碁が打てるようになり、頭脳の訓練にもなります。



日程：毎週月曜日

【5月11日から開始3ヵ月間の期間限定】

場所：西宮市総合福祉センター別館2階 中集会室

時間：午前9時30分～12時まで

参加費：3,000円

申込み：往復はがきに下記のとおり記載し投函ください。

◎囲碁教室参加希望

住所・氏名・年齢・電話番号
(復宛先は自分の住所・氏名を)

宛先：〒662-0913

西宮市染殿町8番17号

西宮市総合福祉センター別館2階

西宮市老人クラブ連合会宛

締切：5月1日(金)



『免疫力』を高めよう！

目に見えないウイルスから守ってくれるのが、体に備わった最強の自己防衛システムの免疫力です。腸内環境が免疫力向上のカギを握っています。

①善玉菌を含む食品を摂る

ヨーグルトや漬物などの発酵食品

②食物繊維を含む食品を摂る

善玉菌のエサになる食物繊維を摂って腸内の善玉菌の数を増やす

③いろいろな食品を摂る

同じ食品ばかりを摂ると単一の腸内細菌が増えるのでいろいろな食品を摂る



編集後記

春になりました。

会員の皆さまお元気でしょうか。

先月号で、「今年が良い年であり

ますように」と願ったのですが、

連日のニュースにお疲れの事でしょう。

いきいき体操やいきいきサロン等

も中止になってストレスを溜めて

いませんか。

外出したら手洗いは丁寧に、バラ

ンスの良い食事と十分な睡眠で、

気力・体力を整えて頑張りましよ

う。

校区老連だより

会報誌発行30年

北六甲台校区

國田 順三

北六甲台校区老連では今三十年

史の作成に取り組んでいます。当

老連には発足当時から会報を保

管、記事の内容を見直し、項目ご

とにまとめています。

現在の会員は発足当時はほとん

どが40～50歳代でしたので老人ク



会員に愛される会報「いび志銀」

クラブの歴史を知らないと思いま

す。北六甲台は昭和40年ごろから西

宮市の北部山口町の丘陵地帯の開

発から始まり、昭和60年会員43人

で山口老連の1単老として誕生。

その後会員の増加に伴い、市老連の指導で平成4年に北六甲台老連として独立しました。現在は6単老、会員数315人に成長しました。

30年の節目に当たり、先人たちの活動を伝えることで老人クラブの意義・楽しさを知ってもらって、

会員増強に繋がればとの期待を込めて作成することにしました。

会報は第1号からワープロを使った手作り感満載の誌面で、苦勞の様子に分かります。

「当老連のような新興住宅地はなく、地域内の横の繋がりに弱点があるが、

少しでも親交を深めようと毎月会報を発行することにした」との記

事に接し、現役員もこの努力を継続していかねばとの思いで日々活動しています。



30年の歴史をファイリング