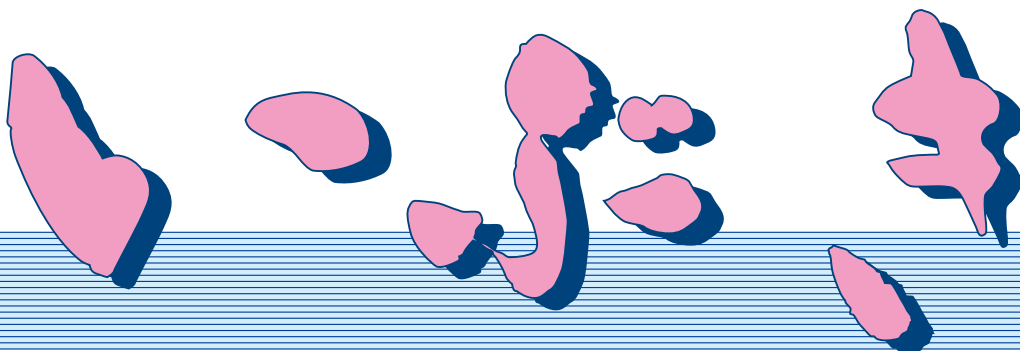


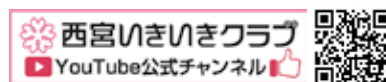
月刊



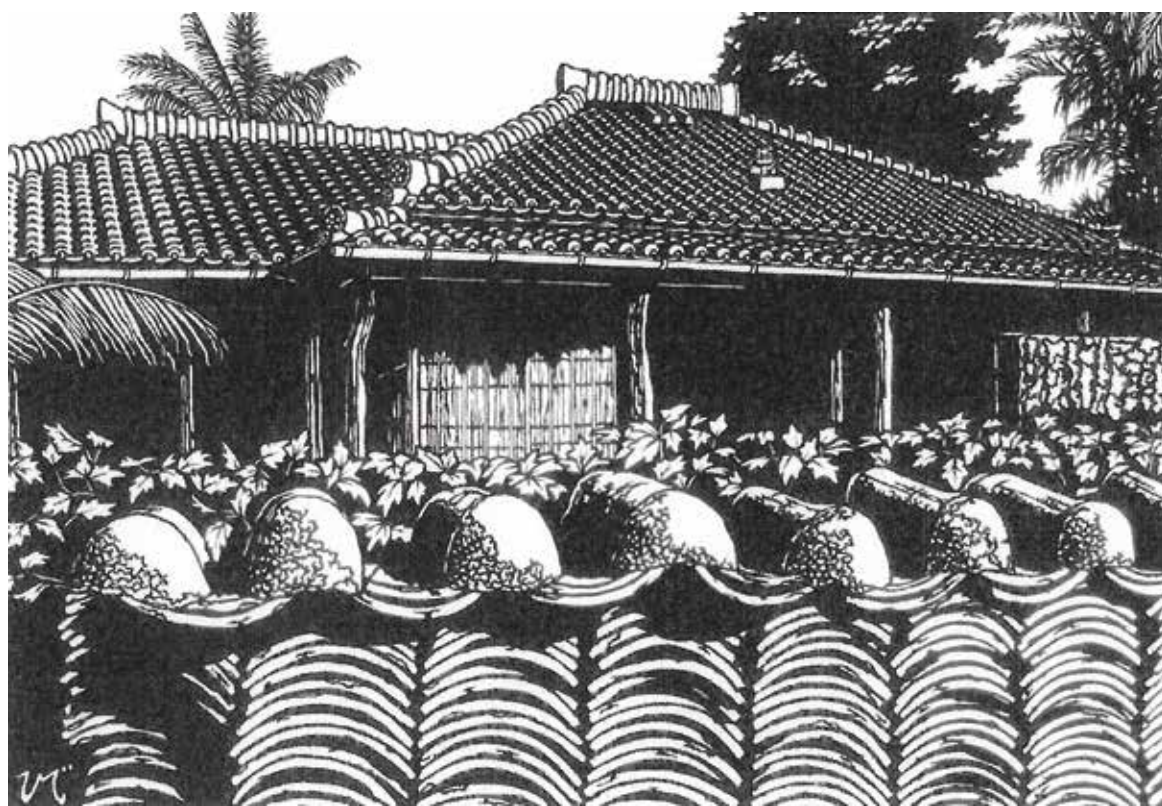
編集発行 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 〒662-0913 西宮市染殿町8-17 西宮市総合福祉センター別館2階 ☎0798-34-3334

「仲間づくり 健康づくり 地域づくり」

～会員の増強を目指して～



沖縄のテーマパーク琉球村に首里より移築。
琉球王府の重臣与那原親方の邸宅であった(築217年)。
屋根には魔よけのシーサーがのって、家の中からは三線の
音色が聞こえてくるような昔の沖縄がいっぱい。



「沖縄古民家」 切り絵と文 川条 秀和氏 (名塩校区)

響き石

私は自転車で3
度転倒しました。
1度目は女の人に
助けられました。
自転車を起こし、
大丈夫なことを確

認し「駅へ急ぎますので」の声を
残して別れました。▼2度目は横
断歩道の中央辺り、停車中の車の
前で転倒。自転車の女の人がすぐ
に引き返ってきて、青の信号中に
安全地帯へ。▼3度目は前かごの
荷物が重く、ハンドルをとられ転
倒。4～5人の女の人が駆け寄り、
胸を強打して立ち上がれないのを
見て学生さんが救急車に連絡。翌
日のレントゲンで肋骨を骨折して
いました。▼何の躊躇もなく何の
見返りも求めず、咄嗟に動いて人
を助けるといふ行為は、日本人の
豊かさなのだと心に深く沁みこみ
ました。▼元気になると思いを
次の人へ繋ぎたいと思い、エレ
ベーターの開閉ボタンを押す役を
しています。▼乳母車のお母さん、
杖のお年寄り、ギプスの学生さん、
会釈をする人「ありがとうござい
ます」「お先に」優しい挨拶が返っ
てきます。この小さな幸せを積み
重ねていきたいと思う昨今です。

(南甲子園 竹村)

8・9・10月の行事予定

8月5日(水)	三役会	10:00
	西宮市との協議	11:00
12日(水)	理事会(書面)	
17日(月)	ことぶきバス(新車)納車予定	
19日(水)	体育部第2回委員会	13:30
20日(木)	文化教養部第2回委員会	13:30
26日(水)	うたごえ喫茶	13:30
9月2日(水)、3日(木)	ボーリングの集い	13:00
9日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:00
17日(木)	高齢者囲碁大会	13:00
22日(火)～24日(木)	第59回高齢者作品展受付	9:30
25日(金)	高齢者作品展(審査)	10:00
29日(火)～10月2日(金)	高齢者作品展(展示)	10:00～16:00
10月2日(金)	高齢者作品展(講評)	11:00
	高齢者作品展(表彰)	13:00
7日(水)	体育部第3回委員会	13:30
14日(水)	三役会	10:00
	理事会	13:30
	プロジェクト会議	15:00
16日(金)	第2回グラウンド・ゴルフ大会	9:00
21日(水)	第57回高齢者芸能大会(予選)	10:00
23日(金)	第2回グラウンド・ゴルフ大会予備	

市老連理事会 7月報告

市老連理事会(7/8)報告

【報告事項】

〈広報部〉

・L版いぶき第81号(7月)発送済

〈事務局〉

・友愛訪問運動資金配布及び完了
報告書の提出について

・知事・県老連会長表彰式の開催について

9月11日(金) 午後 兵庫県公館

大会議室

・8月10日(月)～14日(金)事務所休み

・8月17日(月)ことぶきバス(新車)納車予定



令和8年度女性部

前期健康講座開催(7/1)



令和8年度市老連理事 館外研修(7/8)

長年お世話になったことぶきバスが新車に代わるということので、ポートアイランドの日野自動車神戸研修センターへ見学に行ってきました。皆さん興味津々でいろいろとチェックしていたようです。

その後、竹中大工道具館では日本の大工技術の素晴らしさに圧倒され、最後は菊正宗酒造記念館での見学と試飲で楽しく終了しました。

(広報部)



「友愛募金持ち寄り」の後、健康講座を開催しました。テーマは『笑って元気! 笑いヨガ』で、講師は三浦有樹さんとあおきまきこさんです。

『笑いヨガ』はインドの医師が考案した体操で、笑いから幸せと健康を呼び込み、心と身体を最適化するものです。笑うことは身体への最高のプレゼントですと。

さあ皆さん笑いましょう!

(広報部)



当日の様子は、YouTubeでも見ることができます。

会員文芸

◆俳句

山口校区 大畑はるみ
つゆ晴間車検終りのドライブ道
離乳食「アムツ」と食べて春うらら

山口校区 榎木三重子
紫陽花の色褪せ共に雨上る
螢火の幼心に手を出しぬ

山口校区 森 結子
明易しテレビ体操五分前
孫ら皆大人の顔に盆の席

高須校区 飯国 治二
会釈する見知らぬ人や蓮の寺
黎明に短き夢や沙羅双樹

広田校区 小林 昌三
辰鼓楼パラソルの女ボーズとり
腕まくり薄暑の旅路蕎麦を打つ

北夙川校区 中塚 正雄
燕来る生まれた古巣忘れずに
七色に紫陽花咲いて夏想う

北夙川校区 錦織 久
樋之池に新緑映す五月晴
花の名を聞くと紫蘭と答えられ

北夙川校区 多田 輝子
鯉のぼり園児の歌も風に乗り
朝ぐもり空を見上げる雨蛙

北夙川校区 沼間 保恵
時の川命をつなぐ連理枝
指先に逸れ螢よ寄り添うか

北夙川校区 礪野 善朗
花びらの蝶かと思えし風光る
藤の花ゆらりゆらりと卒寿かな

◆川柳

高須校区 増田百合子
ことぶきバス楽しみなのは道の駅

高須校区 嶋谷 真美
キックオフにわかファンで盛り上り

高須校区 橋本 力
日替りで上下する證券界

高須校区 本郷 陽吉
この世の中となりの人も信用できず

高須校区 福井 進
意地を張る度に後悔またひとつ

高須校区 船津 早苗
反論せぬインコに向い言い放題

高須校区 飯国 治二
節電で風鈴うちわが出番待つ

山口校区 山垣みね子
頑張った青春時代は夢の中
笑顔こそ洗いざらしも価値がある



◆短歌

安井校区 藤田耕太郎
青春と青葉のしげる壁の蔭
夏の大会プレイボール
蟻の群れは蟬の亡骸その重さ
知ることなくひたすら運ぶ



第59回

西宮市高齢者

作品展

大募集

◎手工芸の部の部
◎写真の部の部
◎書の部の部
◎絵画の部の部

部門ごとに
1人1点
出品料
1点1000円

※題名8文字以内

受付期間：9月22日～24日(9:30～16:00)

受付場所：西宮市総合福祉センター別館2階

展示期間：9月29日～10月2日(10:00～16:00)

↑※入館は15:30まで

10月2日(10:00～12:00) ←※入館は11:30まで

会場：西宮市立市民ギャラリー

住所 西宮市川添町15-26 ☎0798-33-1666

詳細な問い合わせは
右記電話番号まで→

☎0798-34-3334



主催：西宮市・西宮市社会福祉協議会・西宮市老人クラブ連合会

校区老連だより

ことぶきバス研修

今津校区老人クラブ連合会
広報 大段 雅子

今津校区老人クラブは
7月9日(木)、51人が参加
して大津市

びわ湖イン
グリッシュ
ガーデン、
びわ湖大津
館へ行きま
した。

曇り空の
中、名神高
速西宮から
琵琶湖方面
に向かいま
した。

最初の目
的地「道の
駅 琵琶湖
大橋米プラ
ザ」で農産
物の買い物
をしました。新鮮な野菜
が市価より安く、皆はい
ろいろ買っていました。



2階の展望台では琵琶湖の絶景が広がっていました。

11時過ぎにびわ湖イングリッシュガーデン、びわ湖大津館に到着。赤やピンク色のバラが満開で、庭園を散策しながら満喫し、びわ湖大津館の中へ。建物

は旧琵琶湖ホテル本館の当時のまま残されていて、世界国内の要人の写真が飾ってありました。昼食はビュッフェ形式でお腹一杯になりました。

その後、LAGO大津でバームクーヘンなどを買い大満足の1日で4時に今津へ無事に帰りました。

ことぶきバス研修

広田校区老人クラブ連合会
会長 廣瀬 至宏

広田校区老人クラブ連合会は、10の単位の老人クラブで構成されています。

5月30日(土)、29人が参加し「出石蕎麦打ち体験&出石城下散策」の研修ツアーに行きました。朝9時前に出発し中国道、北近畿道経由、途中の『道の駅まほろば』で休憩と、地元の特産物や新鮮な野菜、果物等の買い物をしました。皆さんは「新鮮、美味しい、安い」と大変満足げな様子。

バスは一路メインの出石町へと。昼過ぎに到着し、すぐにそば処『出石城』で蕎麦打ち体験に、約30分余り皆さん粉まみれになり、時々笑い声や悲鳴を聞



出石蕎麦打ち体験

き、楽しい?蕎麦作りを体験しました。

昼食は、もちろんメインの自作の蕎麦。副食は天ぷら盛り合わせと但馬牛。とても美味しく楽しい昼食会でした。

昼食後はバス移動で出石城下の駐車場に。皆さん各自、出石城、辰鼓楼、武家屋敷、特に映画『国宝』で有名になった「永楽館」など、散策と買い物をして午後のひとときを過ごし、午後2時半過ぎ

には出石町を後に一路西宮へと。

当日は快晴で素晴らしい一日でした。皆さん元気に無事到着!



編 集 後 記

突然の梅雨明け宣言から一気に始まった酷暑の夏。会員の皆さまお元氣にお過ごしですか。暑さに負けない身体をつくるにはバランスの良い食事と睡眠が一番。そして体が欲する前の水分補給も忘れないでください。