

市老連理事会6/9(書面)

【議案事項】

1. 令和3年度社員総会の日程及び会場について

【報告事項】

〈広報部〉

- ・L版いぶき第71号(7月号)は7月中旬に発送予定
・月刊いぶき245号8・9月合併号の原稿締切は7月14日(水)

〈文化教養部〉

- ・第54回西宮市高齢者作品展 要領
・第53回西宮市高齢者芸能大会 演要領

〈女性部〉

- ・第2回委員会(7月7日(水))の開催案内および感謝の1円持ち寄り並びに前期健康講座の開催案内
西宮市総合福祉センター別館2階大集会室
午後1時30分から
「生き生き元気!」
西宮市薬剤師会 入江俊彦講師



〈事務局〉

・ことぶき研修バス(11・12月の割当について)

- ・令和3年度費用弁償について
・令和3年度西宮市老人クラブ連合会役員名簿等の確認について
修正は6月23日までに事務局へ連絡
・社員総会の議案書・委任状の配布について
・7月の館外研修は延期
・会員増強運動優秀クラブ等の結果報告

◆会員純増校区

- 第1位 甲子園浜校区老人クラブ連合会
第2位 今津校区老人クラブ連合会
第3位 大社校区老人クラブ連合会
◆新規会員数クラブ
第1位 中久寿川老友クラブ(中菊子会長)
第2位 東水波老友会(伊東義信会長)
第3位 石在町西老人クラブ(佐久川博会長)

※次回定例理事会等

7月14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

7月・8月の行事予定

Table with 3 columns: Date, Event Name, Time. Includes events like 女性部委員会, 感謝の1円持ち寄り健康講座, 三役会理事会, etc.

これから

安井校区 藤田耕太郎

友達に会いに行こう
二人で懐かしい話をしよう
これからの話をしよう
明るく笑いなながら
友達と旅に出よう
知らない所へ行ってみよう
野の花を見つけに行こう
もっと仲良しになれるよ
好きなことを追いかけてよう
みどり児が母の乳房を求めるように
子供らがひたすらボールを追うように
本を読もう 歌もうたおう
二度とない人生だから
せつかく生きていくのだから
これから生きて行くのだから

田所クリニック
皮膚科・形成外科
診療時間表
TEL(0798)36-1112

御幡医院
内科・小児科・循環器内科
日曜・祝日・木曜午後・土曜午後 休診
TEL(0798)33-0273

風川医院
内科・循環器内科・胃腸科・外科
診療時間表
TEL&FAX 52-2018

むとう耳鼻咽喉科クリニック
院長 医学博士 武藤 俊彦
TEL(0798)42-3387

前田クリニック
循環器科・呼吸器科
外科・リハビリテーション科
TEL(0798)67-6663

誰でもできる
動脈硬化の改善と予防の方法
1. ストレス解消をかねて適正な運動を習慣にしましょう。
2. アルコールは適量を守り、タバコを控えましょう。
3. 食べ過ぎに注意し、栄養バランスのとれた食事をしましょう。

大植クリニック
院長 徳山正徳
TEL(0798)46-0070

日新薬局
TEL(0798)41-2301

浜甲子園菊池診療所
TEL(0798)41-4530

令和2年度館外研修

令和2年度館外研修が2月10日(水)に開催され、27人が参加しました。今回は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の観点により、「いぶきバス」に...



車内にて、古結理事長からあいさつがあり、「コロナの状況の中で臨機応変に対応して下さるバスの運転手さんとガイドさんに感謝しあげます。また参加の皆さんもコロナ対策に取...



り組みながら今日は楽しんでいきましょう!と役員を代表して運転手と添乗員さんに感謝を伝えました。

午前10時に、堺市の「さかい利昌の杜」到着。「さかい利昌の杜」は、千利休と謝野晶子と堺にゆかりがあるふたりについて展示されています。



桃山時代、与謝野晶子の大正時代を通じて堺を知ることができるミュージアムをじっくり堪能しました。

午前11時30分、「梅の花さかい利昌の杜」にて感染防止対策を取り入れながらおいしい豆腐料理に舌鼓を打ちました。その後、世界文化遺産の仁徳天皇陵古墳を通過し、一行は、国華園二色の浜店へ到着、国華園は、世界中から集めたお花や植物、野菜、果物など豊富に取り揃えられており、参加者はご万悦で無事午後4時に帰路につきました。



Circle member recruitment for 'Rainbow Chorus' (レインボーコール). Details include monthly fee of 4,000 yen and activities at the West Miyagi City Center.

Circle member recruitment for 'Men's Cooking Class' (男の料理教室). Details include 6 sessions per year and a fee of 6,000 yen.

たけまさクリニック (Take Masaki Clinic) - Internal medicine, respiratory, allergy, and surgery.

櫻根皮膚科 (Sakurane Dermatology) - Dermatology and allergy clinic.

池田内科 (Ikeda Internal Medicine) - Internal medicine, gastroenterology, and radiology.

とき皮膚科 (Toki Dermatology) - Dermatology clinic.

園田内科 (Enoda Internal Medicine) - Internal medicine, gastroenterology, and circulatory medicine.

平井歯科クリニック (Hirai Dental Clinic) - General dentistry and orthodontics.

むらまつ歯科 (Muramatsu Dentistry) - General dentistry and orthodontics.

のとはら歯科医院 芦屋診療所 (Notohara Dental Hospital芦屋 Clinic) - General dentistry.

入れ歯のお手入れを忘れずに行いましょう (Don't forget to take care of your dentures). Includes a checklist of care instructions and an illustration of a woman.

ご長寿 バンザイ!

エンジョイ シニアライフ

今津校区今津大東町には、子どもたちでにぎわう駄菓子屋「タカハシ」があります。たばこ屋兼駄菓子屋をひとりで切り盛りしているのが高橋登司予さん、御年92歳です。背筋をピンと伸ばし、お金の計算はすばやく正確に暗算で行い、テキパキとした仕事ぶりは年齢を全く感じさせません。

高橋さんは、昭和4年6月16日、大阪の松屋町で米屋を営む夫婦の3女として生を受けました。5人姉妹で大変にぎやかな幼少期を過ごし、第二次世界大戦で戦況が悪化した際も、家族で助け合いながら乗り越えました。

終戦後学業に励み、昭和24年、大阪の小学校で教職に就きました。しかし戦後の日本は、「これからは英語を習ったほうがいい」との風向きと周囲の後押しがあり、教員を1学期で退職。株式会社江商(現・兼松株式会社)に転職し、海外との取引が

ある商社でファスナーやボタンの衣料雑貨の取引に従事しながら、ビジネス英語を学び昭和27年、結婚を機に退職しました。

子宝にも恵まれ幸せな結婚生活を送っていた昭和29年の大晦日。息子がまだ高橋さんのお腹の中にいたとき、旦那さんはずの事故で亡くなってしまいました。突然未亡人となった高橋さん。西宮に住んでいた姉が近くに住もうと呼んでくれ、1歳の娘と生後3カ月の息子を抱えて今津にやってきました。ここから第二の人生がスタートしました。

新生活を始めるにあたり、親戚から製造たばこ小売販売業許可の申請を勧められました。当時「たばこ屋」は強いと言われており、倍率が高かったそうです。なんとか申請が許可され、「タカハシたばこ」を開業しました。定休日は近くの今津温泉の定休日と合わせて水曜日と決め、お客さんの流れを見ながら切り盛りし、たばこの販売はもちろん、駄菓子の販売、宅配便の発送処理などをこなしてきました。そして、地元で60年以上愛されるお店へ成長した現在、高橋さんは「辛いときでも、生きてこれたのは子どもがいてく



思い立ったが吉日 前進あるのみ

高橋登司予さん(92歳) 今津校区

れたおかげです」と語り、子育てをしながら家計を支えてきた激動の人生を振り返ります。

興味あることにはどんだんめりこむタイプの高橋さん。休日を有効活用しようと考え、太極拳やヨガ、絵はがきなどさまざまなことに挑戦し、趣味の幅を広げました。福應神社先代の宮司さんは、高橋さんの器量を見込み、阪神淡路大震災で落ち込む地域の盛り立て役を依頼。「地域の皆さんを励ましてほしい」と持ち掛けられた高橋さんは思い立ったが吉日、境内で早速ポスターを自作し、境内で



以前行われていた大東公園で



店での様子



自作の季節の絵はがき

大病もせず健康を保つ秘訣は、日々人々と関わりを持ち過ごすこと。家族にも支えられながら、コロナ禍の今でも予防対策を工夫し暮らしています。「私を今津に呼んでくれた99歳の姉のように、これからも元気で過ごしていきたい」と抱負を胸に、これからも自らのペースで前進します。



オカリナを奏でる

体の糖化と酸化の進行を防ごう!

老けにくい体を作る食材

- 糖化…「からだのコゲ」と言われ、余分に摂取した糖分が体内のタンパク質と結びつき焦げた状態になり細胞を老化させる現象です。
- 酸化…「からだのサビ」と言われ、体内に取り込んだ酸素の一部が活性酸素に変化し細胞を攻撃することです。

鶏肉



鶏肉に含まれるカルノシンが酸化と糖化を強力に抑え、渡り鳥が長い距離をノンストップで飛べる理由と考えられます。パワーが持続するということは、老けないこととイコールです。

鮭



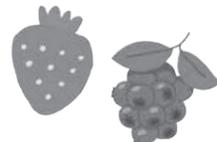
鮭に含まれるアスタキサンチンには、強力な抗酸化作用、美容効果があります。他にもDHAやEPAも豊富で、動脈硬化の予防にもなり、全身を若返らせてくれる食材といえます。

納豆



納豆は美肌や美髪作りに必要なビタミンB群だけでなく、毛細血管の血行を促すビタミンEも豊富。また、肌をきれいに保つために大事な肝機能を活発にする最高の食材です。

ベリー



ベリーに含まれるアントシアニンは傷ついた細胞を修復する力を持っています。老けないための予防だけでなくすでに老いてしまった部分の改善にも非常に良い。

ゴボウ



腸内環境を整えることも老けないために重要。ゴボウは食物繊維が豊富で便秘を予防・改善します。さらにオリゴ糖を多く含み、摂取するとビフィズス菌が増え、腸内環境を改善します。

はや一年

はや一年

広田校区 衣笠のぶこ

野村克也さんが昨年2月11日に亡くなったのもう1年が過ぎた。南海時代に母が野村の子とよく言っていた。私は子育てに忙しくあまり関心がなかった。阪神の監督だった頃甲子園球場のネット裏に座ると、本当に目の前にいた。かっちゃん

「ん」と声をかけたら届くほど近かった。その時はそんな勇気がなかった。父は京都府の土木技士で、左京区下鴨神社の近くに住んでいた。室戸台風の際は川の森の木が、ぼんぼん倒れて暗い森が明るくなったと言っ

ていた。木津、宇川、網野と移り住んだ。網野の家では50mほど先に野村さんは住んでいた。お兄さんが姉と同年で遊び仲間、三輪車や乳母車をみんなに引張られて遊んだ。家の前が坂道で、被病舎へ続く裏庭には桜の木があり実がなっていた。坂を走るとき「蛇に追っかけられたら、くねくねして走るんだよ」と教えてくれたのが野村さんだと思っ

いつの冬だったか70年ぶりの大雪で、電信柱が埋まるほどであった。昭和9年の室戸台風での橋やトンネルの工事が終わった頃大きな土木疑獄があり、父は満州へ行くことになった。住んだ家も被病舎もなく今は網野小学校へ通う道になっている。姉は1年から3年生まで網野の小学校に通った。書の優れた先生がおられたのか字が綺麗。野村さんがテレビで色紙を

書かれているときに注視すると、やはり立派な文字を書かれた。亡くなられてから本を買い求め読んだ。野球一筋だった。テレビで寂しいと聞いて、幼少の頃のことはあまり書かれていないので、話しかけてあげていたら楽しかった時の思い出と残念だ。卒園もなく1年生の入学もなく転校ばかり、終戦で卒業ありません。「かっちゃん」と呼べる人は唯ひとりだけだったのだ。

コロナ禍の今

神原校区 濱野 照子

思いもよらぬ新型コロナウイルスの発生で、高齢者福祉施設のお世話になってる母への面会もままありません。文通の返事が来て、98歳の自筆に触れ、喜びを感じています。当たり前のように会えていたのが会えない寂しさ。母の存在の大きさをつくづく感じています。

もいつまでも心に残っている父母のことです。幼い頃小学校の講堂で活動写真の上映があったとき、ちようちんを灯して夜の農道を子ども6人連れて行ってくれました。また父は農作業や牛の世話、飼いは葉切り、風呂沸かし、薪割

俳句会で先輩がお母さまの思い出を詠まれた句をたびたび勉強しました。誰で



時は流れて自分も高齢者になりました。朝からラジオ体操をし、できないときはトレーニングに通うこの頃です。コロナに感染しないように手洗いうがいを守っての生活

俳画

神原校区 濱野 照子



です。ストレスがたまると花壇の草引きなど公民館の裏庭のお手伝いをさせてもらっています。水やりなど

するとき元気で咲いてねと声をかけます。気分も楽しくなり感謝です。ありがとうございます。

Senior Style シニアスタイル西宮北口. Advertisement for a senior care facility with contact information and a photo of the building.

北垣クリニック. Advertisement for a clinic with a table of hours and contact info.

TAKEBA DENTAL CLINIC. Advertisement for a dental clinic with hours and contact info.

大西医院. Advertisement for a hospital with contact info and a list of services.

山口歯科診療所. Advertisement for a dental clinic with hours and contact info.

おおの 整形外科・リウマチ科. Advertisement for an orthopedic clinic with contact info.

すがしま歯科. Advertisement for a dental clinic with hours and contact info.

会員文芸



俳句

大社校区 佐竹 宗治
青鷺の親子主役のニテコ池
万緑に平和の願い火垂るの碑

用海校区 大味しげる
万緑や息かけて拭くコンパクト
小さき子へ一枝引きて小桜桃

甲東校区 黒川都美子
歲月のこの手で揉みし新茶かな
緑陰を出でて潮の香近くなり



南甲子園校区 竹村 香織
青葉木菟信濃の森は濡れどほし
立山の風胸元に雲の峰

神原校区 吉田 照美
酢味噌あえ白き目玉の堂烏賊
持ち上げる帽子のつばや初夏の風

浜脇校区 吉識美美子
ゆれてゐる港の船もひるね時
漁終へて軋む繫船雲の峰

浜脇校区 森本 規子
目の当たり忖ひとつの落ちにけり
梅雨明けの空をつかむや髭の蔓

北夙川校区 団野 恭子
空と海とけ合ふところ夏の鳶
空蟬の爪の鋭し青山河

広田校区 小林 昌三
タケノコやグイとコワモチ黒光り
我がぶんも加えて買ひし柏もち

川柳

北六甲台校区 高瀬 照枝
コロナ禍に迷子になって接種待つ
空見るとグレーな気分恥ずかしい



高須校区 橋本 力
居酒屋の提灯は何時も赤
ピンポンと鳴らすお客はコロナ様

高須校区 増田百合子
マスク顔今日も誰かに間違われ
変異株東証株とは無関係

香櫨園校区 野原 萌
やんごとなき御用で母は徘徊す
夕やけこやけこんなにも母と手をつなぐ



用海校区 高光 義博
朝早く広場で音読日本語練習
真夜中に非常灯下で自習する

短歌

香櫨園校区 安田 和女
空はれて年に一度の
おうせの集いひこ星けん牛

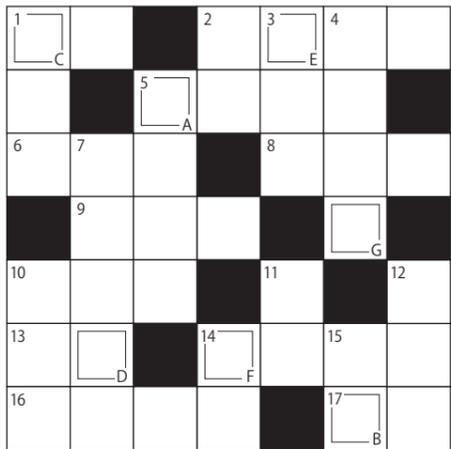
水産高生徒育てしウナギ喰べ
元氣モリモリ
今日も楽しや

北夙川校区 河瀬喜和子
梅雨前の晴れて汗ばむ洗濯日
コロナ禍忘れて主婦の姿に
初夏の風川面吹き抜けこいのぼり
新緑に映え暫したたずむ

頭の体操クロスワードパズル

◆宛先 大阪府平野区喜連西4-6-19
◆応募締切 8月31日(火)
◆応募先 株式会社いぶきクロスワード係

※住所、氏名、電話番号を明記の上(株)博報社まで官製ハガキで解答をお寄せください。正解者の中から抽選で10名の方に記念品を送りさせていただきます。当選は賞品の発送をもってかえさせていただきます。



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEFGGに入ることをばを見つけてください。

タテのカギ

- 1 アメリカのイリノイ州最大の都市。野球チーム、ホワイトソックスの本拠地です
2 考え違いや協調できないときに使われる言葉。___が合わない
3 カラオケデュエットの定番。ヒロシ&キーボーのヒット曲「3年目の___」
4 外にかけける電話は外線。会社内などで話すときに使う回線は？
5 クイズなどで表現される難しさのレベル
7 花束にもよく使われ、枝分かれした先に小さな花を咲かせます。
10 野球はツー___から！
11 池のほとりでパンパンと手を叩くと餌をもらいに近づいてきます
12 答えの内容から本当の自分が分かると言われる___テスト
14 パスタ、うどんなどは___類
15 甲賀忍者の里があるのは___県

ヨコのカギ

- 1 量より___
2 山や海で発生する災難。コースを外れたり行方不明になること
5 生活を立てるための仕事、家業や職業のことをこう呼びます
6 視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚のことを総じて何という？
8 スポーツの醍醐味の一つ。___の大逆転
9 銀行、時計、アルプスなどで有名な中央ヨーロッパの国
10 窓に付けておけば、空気の入替えのときに虫などの侵入を防げます
13 ___つきは泥棒の始まり
14 根拠はないが、昔から多くの人に言い伝えられ浸透している話
16 見事、抽選会で当たりました！
17 生姜を薄く切って甘酢漬けにした食べ物。お寿司の口直しに

クロスワードクイズについてのお問合せは(株)博報社 編集部まで ☎ 06-6797-0381

読者の声

毎回楽しく読ませていただいております。“クロスワード”は良い頭の体操になりました。“私の菊作り”事務局の植田さま国土交通大臣賞おめでとうございます。友達のご主人が出品されていて西宮神社に出かけ見ましたよ!

高齢者の体操よく参考にさせてもらっています。私も水泳、体操、フォークダンスと頑張っています。

「いぶき」毎回楽しみに読んでます。クロスワード、脳トレになり楽しくさせてもらっています。

いぶきの発行楽しみにしています。原稿毎回投稿を予定しています。

いつもいぶきを楽しみにしています。コロナの終息を一日も早く願っています。

いぶき毎号楽しみに読ませていただいています。これからも楽しみに読ませていただきます。すみからすみまで読ませていただきました。ありがとうございました。

「いぶき」楽しみに待ってました。クロスワードも楽しみです。頭の体操ができました。

いつも脳トレ楽しみにしています。今回思い切って応募してみました。早くコロナが終息してシニアの交流ができますように祈っています。

令和3年度 西宮市高齢者囲碁大会開催のお知らせ

開催日時：9月2日(木) 午後1時30分開始 ※受付 午後1時から
 開催場所：西宮老人福祉センター別館2階 大集会室
 対象者：満60歳以上の市内在住者
 定員：三段以上の部16名 / 初二段の部16名 / 級の部16名
 参加費：500円
 申込受付：「往復はがき」により申込を受け付け。住所・氏名・年齢・電話番号・段位を必ず記載ください。申込者多数の場合は、抽選で決定となります。
 申込締切：8月13日(金)必着
 主催：西宮市老人クラブ連合会



Pick Up

クロスワードパズルに多数のご応募いただき、ありがとうございました。69号のクロスワードパズルの答えは、「コガラシ」でした！応募ハガキの中で素敵な絵が届きましたので、掲載します♪今号も皆さまのご応募お待ちしております！



新型コロナワクチンに便乗した詐欺にご注意ください！

全額公費で接種を行うため、**無料で接種**できます。ワクチン接種について費用負担を求めることはありませんので、便乗詐欺にご注意ください。

こんな電話は詐欺！

- 行政機関職員などを名乗り、
 - ◎「高齢者が優先的に新型コロナワクチン接種を受けられる」
 - ◎「予約を取るので、指定の口座に現金を振り込んで」などと騙り、「新型コロナワクチン接種」を口実に現金の振り込みを要求します。
- 「新型コロナワクチン接種」に関して「お金が必要」などと言われたら、電話を切って、警察に相談をしましょう！



山口校区 杠 節代さん作

原稿募集

次号、1月発行予定の「いぶき」第72号に原稿をお寄せください。

■投稿締め切り
10月7日(水)

■投稿規定

市販の4000字詰原稿用紙2枚(8000字)まで。長文の場合は紙面の都合によりカットする場合があります。なお、俳句や短歌、川柳は一人2句まで。また、原稿には校區名、所属クラブ名、氏名、住所、電話番号を必ず明記してください(不明な点を問い合わせる場合があります)。なお、原稿多数の場合は次号の掲載となることもあります。ご了承ください。

■投稿内容

クラブ活動についての楽しい思い出や随想、俳句、短歌、川柳、詩など。*文芸に關しましては、ふりがなが必要な場合のみつけてください。

■投稿先

西宮市老人クラブ連合会事務局または地元の会長までお届けください。

広告にご協賛いただいた皆さまへ

この度は、広報紙L版「いぶき」に広告のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。今後もよりよい紙面づくりを目指し頑張りますので、末永きご支援のほどよろしくお願い致します。

西宮市老人クラブ連合会



昔、むかしパラオのオル
レイという村に、ふくろう
と出会った人々の民話が残
っています。
ある日、一羽のふくろう

心のひろば
南太平洋パラオの
おとぎ話(伝説の島)③
=オルレイのふくろう=
高須老人クラブ/JICA 兵庫シニアOV会
橋本 力



がヤシの木の梢にとまりま
した。そして次々とふくろ
うがやってきました。村人
たちは、初めて見る奇妙な
形をした鳥に驚き「これは
悪い前兆ではないか」と考
えてカヌーで逃げ出しまし
た。
沖に出てみると、近在の
村のカヌーがいます。彼ら
も同じことが起きて逃げて
きたとのこと。そして、

これからどうしよう。
どこへ行ったらいいの
か」と村人は頭を抱え
ていたところ、一人の
老人が現れ「いったい
何が問題なのか」と尋
ねます。
村人たちが事情を説
明すると老人曰く「わ
ははは、それはふくろ
うじゃ。そもそもふく
ろうが現れるというの
は吉兆じゃ」とのこと。
みんな安心して村に
戻り、以来村ではふく
ろうは大切にされたこ
とです。
※ふくろうは、夜行性
でネズミやヘビなど
を餌にします。村に
とっては幸福の鳥だ
ということ。<続>

第54回 西宮市高齢者
作品展
出展者大募集

- 絵画部
- 書部
- 写真部
- 工芸部



今年は9月に
開催します!

展示会場：西宮市立市民ギャラリー
展示期間：9月14日～17日
表彰式：9月17日午後1時から
表彰：市長賞ほか、多数優秀作品の
表彰あり
審査員：絵画 田中 理 先生
書 米田 蒼宇 先生
写真 三井 博 先生
工芸 上記の3 審査員

受付期間：9月6日～8日
午前9時30分～午後4時
受付場所：西宮市総合福祉センター別館2階
西宮市染殿町8-17
☎0798-34-3334
募集：市政ニュース(7月25日号)
入選発表：入選者に限り、展示期日までに通知し
ます。



阪急夙川駅から徒歩3分
弁護士 安藤 秀昌
弁護士 梅田 綾子
(兵庫県弁護士会所属)
安藤・梅田法律事務所
西宮市羽衣町10-22 S-FLAT2階
☎(0798)32-0915

ホームヘルパーの派遣は、
阪神中高年企業組合
訪問介護 **こすもす**
事業所
居宅介護 **はなみずき**
支援事業所
西宮市浜町15-10
☎0798-36-6574(代)

・関節が痛い(腰痛)
・変形性膝関節症
でお悩みの方へ
医療法人社団
西宮回生病院
〒662-0957 兵庫県西宮市大浜町1番4号
☎0798-33-0601
整形外科/リハビリテーション科/内科
小児科/脳神経外科/皮膚科/外科/麻酔科

2020年4月 開院しました
内科・消化器内科
ますだクリニック
診療時間 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ●●●●●●●
外来・内視鏡
14:00~16:00 ●●●●●●●
内視鏡(予約)
16:00~18:30 ●●●●●●●
外来
西宮市高座町11-8
☎(0798)39-7561

眼が見えにくい高齢の方
ご相談ください
白内障手術
うえむら眼科クリニック
西宮市松山町交差点 甲子園口グリーンプレイス内
tel. 0798-61-8000

家庭でできる!
かんたんエコ
~冷蔵庫~
冷蔵庫に物を
詰め込みすぎない
ドアの開閉時間が長くなる原因に。
冷蔵庫の中を整理してみましょう。

内科・循環器内科
訪問診療
おおやぶ 内科・循環器内科
診療時間 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ●●●●●●●
16:00~19:00 ●●●●●●●
お気軽に
お問い合わせ
ください
西宮市瓦林町20-14 (駐車場有)
TEL(0798)66-2000
https://oyabunaika.com 西宮 おおやぶ内科

整形外科 リハビリテーション科 骨粗しょう症
おがわ整形外科クリニック
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:00 ●●●●●●●
午後4:00~7:00 ●●●●●●●
西宮市高須町1-1-55 ムコダンモール内
TEL(0798)45-7701
https://www.ogawa-seikei.jp

西宮市民共済の
火災共済
漏水 破裂・爆発 落雷 など補償
住宅ローンの火災保険が満期の方など見直し相談承ります
0120-24-9431

家族で送る
しあわせなお葬式
西宮北 愛犬くんもお連れください
岡場 一日一組様 完全貸切り
地域密着型葬儀会館 ご葬儀・終活のご相談承ります。
ゆうあいホール
TEL.0120-24-9930

家族葬リビングフロア
家族葬にも最適な空間
葬儀会館 シティホール西宮
ユアホール甲子園
TEL.0798-36-4444

SINWA
株式会社 信和建物
建物解体請負業
西宮市西宮浜2-21-9
TEL(0798)34-0009(代)
FAX(0798)34-0080

松本はりきゅう施術院
施術時間 月火水木金土日祝
9:00~21:00 ○○○○○○
完全予約制(最終20:00まで、当日18:00まで)
西宮市六湛寺町2-1
セントラルガーデンタワー店舗棟201号
(JR西宮駅、阪神西宮駅より徒歩5分)●有り
TEL(0798)61-1092
HP: https://matsuhari.com

相続問題 遺言作成・相続税
名義変更・成年後見
**まるごと
相談無料**
西宮市寿町3-13-102(阪急夙川・JRさくら夙川駅徒歩5分)
いっしょにはなしを にしのみや
☎0120-18-2438
まずはお電話ください!!(土日祝日もOK!)
相続問題まるごと相談所
にしのみや法務・税理士事務所