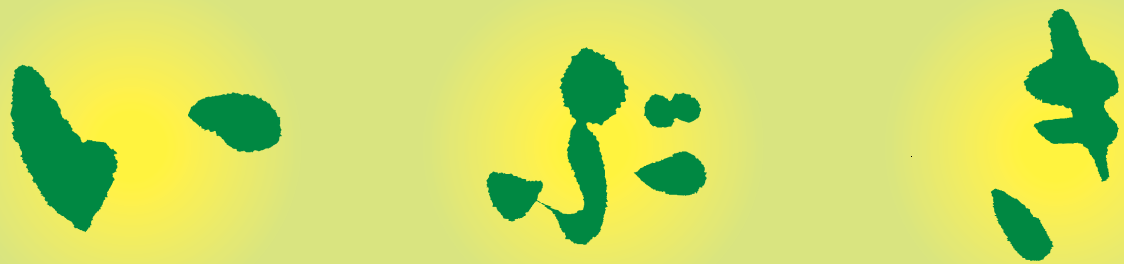


〈L版〉ふれあい広報紙

第73号



＝発行所＝
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
TEL(0798)34-3334
FAX(0798)39-8235
＝編集協力＝
(株)博報社
〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69
TEL(06)6797-0212
FAX(06)6797-0479

一丸となって、会員の増強を目指そう



名、西宮市老人クラブ連合会理事長表彰「個人表彰」(老人クラブ育成等の功労者)14名、「団体表彰」(優良老人クラブ)3団体に表彰状が授与され、会場から労いの温かい拍手が送られました。

第2部社員総会では、はじめに古結理事長の開会あいさつがあり、「コロナ禍も3年になり、」コロナ禍も3年になりましたが、この苦難を切り抜けた暁には、必ず明るい未来が待っています。コロナを恐れず前向きに頑張っていきたい」と力強く述べました。

次に、植田事務局長から委任状を含む219名が出席し、過半数に達したことにより総会が成立したとの報告がありました。議長選出は、司会者一任との声があがり、浜脇校区の江本理事が指名されました。また議事録署名人には津門校区二川理事・春風校区田中理事が選出され、次の5項目の議案審議が執り行われました。

◇第1号議案 役員の選任(案)
◇第2号議案 令和3年度事業報告(案)
◇第3号議案 令和3年度決算報告(案)
◇第4号議案 令和4年度事業計画(案)
◇第5号議案 令和4年度予算計画(案)
すべての議案において「異議なし」の声とともに満場一致の拍手をもって承認されました。

荒巻副理事長から閉会のあいさつがあり、社員総会は終了。西宮市老連のさらなる発展を目指すべく、新体制で新たな1年がスタートしました。

5月25日(水)、勤労会館ホールで令和4年度一般社団法人西宮市老人クラブ連合会社員総会が開催されました。

第1部表彰式は、植田事務局長の司会で始まり、荒巻副会長の開会のことば、物故会員への黙祷に続き、主催者を代表して古結理事長があいさつを述べました。

次に、来賓として石井西宮市長、河村西宮市議会副議長、水田西宮市社会福祉協議会理事長からお祝いの言葉をいただきました。

表彰式は、西宮市長表彰「社会福祉事業功労者」(老人クラブ指導者)15



いあいさつ

西宮市老人クラブ連合会
理事長 古結 公司

今年も、コロナ禍で新年度がスタートいたしました。新型コロナウイルス第6波のピークが過ぎ、感染者(PCR検査陽性者)の減少傾向も続いており、ゴールデンウィークも乗り越え、やっと落ち着いてきているようです。しかし、3年ぶりに緊急事態宣言やまん延防止等重点措置が解除されて約3カ月半あまりが過ぎましたが、県独自措置は今も継続されており、感染拡大防止対策の徹底が要請されています。

さて、西宮市老人クラブ連合会の「令和3年度」の活動を振り返りますと、新型コロナウイルスとの共生「ウイズコロナ」に向けて何が必要なのか暗中模索しながら、各部が感染防止対策を実施しつつ諸事業を遂行していただいたご努力に感謝申し上げます。これもひとえに会員皆様のご協力とご理解があったからこそ、何とか切り抜けたものであります。

また、当会の永遠の最重要課題であります「会員増強」についても、微減に留まったことは、終息の見えないコロナ禍にあつて、さまざまな面での苦労や困難の中で新規会員募集の活動をされたことにまずもって厚く厚く御礼申し上げます。

の一助にと「会員募集パンフレット」を作成し、全会員に配布するとともに各公共施設にも広報させていただきました。このパンフレットのコンセプトは、多くの会員の笑顔で全体を埋め尽くし笑顔が健康の源泉であること、文字ではなく写真で活動の雰囲気を感じていただき、老人クラブのイメージを視覚に訴えました。多くに市民の皆さまが一度手にとってもらえれば成功といえましょう。また、老人クラブの今後の新たな課題である「人生100年時代をどう生きるか」をテーマとした題字にしています。

ことぶきバスの運行状況は、新年度に入ってから徐々に「コロナ前」に戻ってきています。これは感染を避けるため、外出を控えた巣ごもり状態への反動からでしょうが、待ちに待っていたこの喜びの声をよく聞きます。会員の皆さまがバスツアーに参加していただき、仲間と語らい、おいしい物を食べ、風景で目を安め、コロナ禍で疲れ切った心を癒していただきたいと思います。

いまこそ、次の波に備え、共に頑張りましょう。



〈1面〉総会・理事長あいさつ 〈2面〉令和3年度事業報告 〈3面〉令和4年度事業計画 〈4面〉表彰受賞者 〈5面〉令和4年度各部事業計画 〈6面〉各部会事業計画年間行事予定 〈7面〉西宮市からのお知らせ 〈8～9面〉西宮市老連ニュース月刊「いぶき」第252号・西宮市高齢者作品展のお知らせ 〈10面〉館外研修・新年互礼会 〈11面〉体力測定・カラオケ教室 〈12～13面〉ご長寿バンザイ! 〈14面〉心のひろば・クロスワード 〈15面〉会員文芸・原稿募集 〈16面〉グラウンド・ゴルフ大会

令和3年度事業報告

当会は、(1)高齢者の健康づくり・介護予防の推進、(2)子どもの見守りや、寝たきり・ひとり暮らし・高齢者夫婦世帯への声掛けによる住みよい街づくりの推進、(3)高齢者が生きいきと活動できる環境づくりによる地域の活性化、(4)地域の特性を活かした社会奉仕などの社会貢献活動に取り組んだ。

特に、介護予防を第一の目標に、市内在住の高齢者の皆さんに「西宮いきいき体操」への参加を広く呼びかけ、積極的に事業を推進し、新しい仲間づくりを行うとともに、年々減り続ける会員数に歯止めを掛けるべく、会員増強運動に努めた。

三役会

理事会（旧校区老連会長会）に提案する事項を中心に協議し、定例会11回と臨時会2回を実施した。

理事会

原則として毎月、第2水曜日の定例会10回（5月・6月は書面発送）と臨時会1回実施した。

重要案件について理事会で審議し決定した。審議内

容については、議案書で提案し、その案件については、広報紙月刊「いぶき」やホームページで報告した。

広報部

毎月、企画会議、出稿、初稿、再校正等を行うとともに、必要に応じて各種の取材に出向いた。月刊「いぶき」を6回、L版「いぶき」を2回、合計8回発行した。また、県老連広報紙「きずな」を2回配布した。さらに、月刊「いぶき」を市内の公民館、市民館、老人いこいの家などへ配布した。

文化教養部

高齢者の文化教養を高め、仲間づくりを推進するよう高齢者囲碁教室を6月から12回実施した。カラオケ教室、高齢者囲碁大会及び高齢者芸能大会は新型コロナウイルスの関係で中止を余儀なくされた。高齢者作品展は9月14日(火)から17日(金)までの4日間、西宮市市民ギャラリーで展示した。



体育部

市内在住の高齢者に広く呼びかけ、健康づくり・介護予防と交流を深める事業として、年2回のグラウンド・ゴルフ大会及び高齢者のための体力測定は、新型コロナウイルスの関係でそれぞれ1回のみの実施となった。グラウンド・ゴルフ大会は10月22日(金)に中央公園陸上競技場で実施し、高齢者のための体力測定は、11月16日(火)に中央体育館分館で実施した。

楽しいボウリングの集いを11月18日(木)・19日(金)の2日間、E・B・O・W・L・T・M・Tで実施した。

女性部

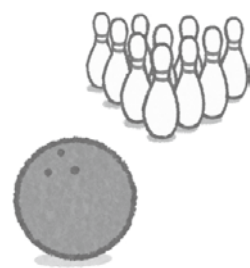
寝たきりやひとり暮らし・高齢者夫婦世帯への声かけなど、安否のパトロールと安心して住める街づくりに取り組んだ。

また、地震、台風、水害等で被災した地域や全国の高齢者を励ます、重要な役割を果たしている「感謝の一円持ち寄り運動」を引き続き積極的に取り組んだ。健康講座として、7月7日(水)に「生き生き元気」を、11月17日(水)に「コロナ禍の転倒しない体づくり」の講演会を行った。

プロジェクト部

事業見直しプロジェクト

は、新規事業として、3月11日(金)に「うたごえ喫茶」を予定したが、新型コロナウイルスの関係で延期した。また、会員増強運動の一環として、会員募集のパンフレットを2万枚作成の上、各校區に配布した。



三役会

6月定例理事会において「会員増強運動優秀クラブ等」の表彰を行った。スマホ体験教室を4月5日(月)と9月29日(水)と10月20日(水)の3回実施した。

また、ことぶきバスの相談会を2月2日(水)と3月1日(火)の2回実施した。

サークル活動

コーラス「レインボーコール」、囲碁クラブ「楽碁会」、「木曜会」、「女性囲碁クラブ」、「男の料理教室」、通信力ラオケサークル「カラオケ同好会」、「花謡会」、編み物サークル「アムール」が新型コロナウイルス感染防止対策を講じた上でサークル活動を展開した。

監事

令和3年度決算監査を令

和4年4月27日(水)に実施した。

友愛訪問運動事業

友愛訪問運動実施のための地域調査を行い、寝たきり世帯の把握に努めた。

寝たきりの方を介護しておられる世帯に対し、ご苦労さんということで各世帯を訪れ72名の方に慰労金を支給した。

研修事業

・新任会長・中堅リーダー研修会

10月18日(月)新型コロナウイルス感染予防のため、新任会長に限定して実施した。

・館外研修

12月7日(火)に京都「しゅうやかた」にて体験研修を実施した。



阪神南ブロック老人クラブ連絡協議会事業

・健康づくり・介護予防事業として、7月28日(水)に当市にて「コロナ禍の転倒しない体づくり」の講習会を開催した。

・若手委員が取り組む活性化事業として2月22日(火)に尼崎市にて「トリコロ

(3頁に続く)



・健康ウォークラリー県大会が、11月2日(火)西宮市にて実施された。
・第50回全国老人クラブ大

○市との定例会
健康福祉局との定例会を
年3回(8月・11月・2
月)両者の課題につき協議
した。

○その他
健康ウォークラリー県大
会が、11月2日(火)西宮市
にて実施された。

・第50回全国老人クラブ大

会・兵庫県高齢者の集い
が中止になった。
以上のほか、関係団体の
各種運営委員会委員として
の委嘱を受け、会議等に出
席した。

その他
新型コロナウイルス感染
拡大の影響により、4月15
日～6月30日、8月20日～
9月30日の間ことぶきバス
の運行を停止した。

会・兵庫県高齢者の集い
が中止になった。
以上のほか、関係団体の
各種運営委員会委員として
の委嘱を受け、会議等に出
席した。

その他
新型コロナウイルス感染
拡大の影響により、4月15
日～6月30日、8月20日～
9月30日の間ことぶきバス
の運行を停止した。

会・兵庫県高齢者の集い
が中止になった。
以上のほか、関係団体の
各種運営委員会委員として
の委嘱を受け、会議等に出
席した。

その他
新型コロナウイルス感染
拡大の影響により、4月15
日～6月30日、8月20日～
9月30日の間ことぶきバス
の運行を停止した。

会・兵庫県高齢者の集い
が中止になった。
以上のほか、関係団体の
各種運営委員会委員として
の委嘱を受け、会議等に出
席した。

その他
新型コロナウイルス感染
拡大の影響により、4月15
日～6月30日、8月20日～
9月30日の間ことぶきバス
の運行を停止した。

(2頁の続き)

「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう!



距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

令和4年度事業計画

①事業実施の方針

当会は、昭和33年12月5
日に全市的な任意団体の組
織として、「西宮市老友連
合会」を創立、いくつかの
変遷を経て現在の「一般社
団法人西宮市老人クラブ連
合会」(愛称:西宮いきい
きクラブ)に至っています。

当会の会員数は、会員相
互の努力により何とか現状
を維持しているものの、依
然として減少傾向が続いて
います。このため、老人ク
ラブの組織強化を図ると
もに、魅力ある老人クラブ
づくりを展開するため、女
性・若手会員の力による新
たなニーズに対応した活動
をすることにより、幅広い
市民の理解と協力を得ると
ともに、会員数の増に努め
ていきます。

また、新型コロナ対策を
十分講じ、引き続き健康づ
くりと介護予防の面から、
地域において高齢者のため
の筋力向上を目的に西宮市
が推進する「西宮いきいき
体操」の普及と定着に協力
していきます。

さらに、社会奉仕などの
社会貢献活動にも力を注
ぎ、地域諸団体と協働して
子どもの見守り、ひとり暮
らし・高齢者夫婦世帯への

声掛けを行うとともに新型
コロナウイルス感染の拡散
防止に努め、住みよいまち
づくりの一翼を担ってい
ます。

②事業の実施に関する事項

①一般公募する事業を積極
的に推進していきます。

②事業を推進するにあた
り、最小限必要な負担制
度を導入していきます。

③「健康づくり」「介護予
防」「文化教養を深める」
「仲間との交流」など幅
広い活動を目指し、市政
ニュースやホームペー
ジ、ポスターやチラシな
どにより市民の皆さんに
呼びかけていきます。

④次の事業を推進するにあ
たり、広く周知するため、
広報活動の強化を図って
いきます。

- ア 高齢者作品展
イ 高齢者芸能大会
ウ カラオケ教室
エ 高齢者囲碁大会
オ 高齢者囲碁教室
カ グラウンド・ゴルフ大会
キ 高齢者のための体力測定
ク 楽しいボウリングの集い
ケ 健康講座
⑤西宮市老人クラブ連合会
のサークル事業として活
動していきます。

ア コーラス

「レインボーコール」
(毎月、第3火曜日午
前)

イ 「男の料理教室」

(年6回、偶数月の第
1水曜日)

ウ 通信カラオケサークル

「カラオケ同好会」
(毎月、第1・第3木
曜日午後)

エ カラオケサークル

「花謡会」
(毎月、第1火曜日午後)

オ 囲碁クラブ

「楽碁会」
(毎週、月・木・金曜日午後)

カ 囲碁クラブ

「木曜会」
(毎週、木曜日午前)

キ 囲碁クラブ

「女性囲碁クラブ」
(毎週、火曜日午前)

サークル会員募集中!

「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
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



表彰を受けられた皆さん (校区順・敬称略)

◎西宮市長表彰

「社会福祉事業功労者」(老人クラブ指導者)15名

田村 健	香櫨園校区	堀切町東老人クラブ
三井 康子	浜脇校区	市庭町西老人クラブ
塗井 道子	浜脇校区	白馬会
中 菊子	今津校区	中久寿川老友クラブ
黒岩 優	南甲子園校区	甲九すこやかクラブ
多田俊一郎	鳴尾西校区	櫻月クラブ
山下 敏子	鳴尾東校区	上田老人クラブ福寿会
伊来 郁也	鳴尾東校区	第一松寿クラブ
三ツ橋 勉	上甲子園校区	天寿会第1分会
澁谷 健三	高木校区	上之町健美会
谷口 幸司	段上校区	県住睦会
森 永次	上ヶ原校区	センポリ会・C会
北野 正晴	名塩校区	名塩中クラブ
森本 昌弘	名塩校区	名塩美鳥里南クラブ
曾我 嘉和	北六甲台校区	上山口「秋桜会」



◎西宮市長表彰

「社会福祉事業功労者」(老人クラブ指導者)

◎西宮市老人クラブ連合会理事長表彰

「個人表彰」(老人クラブ育成等の功労者)



◎西宮市老人クラブ連合会理事長表彰

「団体表彰」(優良老人クラブ)



◎西宮市老人クラブ連合会理事長表彰

「個人表彰」(老人クラブ育成等の功労者)14名

佐藤 卓志	香櫨園校区	蕨原・大浜町老人クラブ
西村 達男	用海校区	東2西長寿クラブ
橋本 俊博	用海校区	浜松原町老人クラブ南
浅里 保美	津門校区	津門大塚町・飯田町さくら会
青木 一正	南甲子園校区	甲子園高潮町老人クラブさくら会
定藤 美雪	高須校区	県住高須シニアクラブ
青木 邦博	上甲子園校区	天寿会第2分会
村田 征彦	甲東校区	A 甲武寿会
筒塩智佳子	段上校区	一里山桜会
田村登美子	生瀬校区	宝生ヶ丘老人クラブHRC
谷野 義昭	名塩校区	名塩第二東クラブ
松田 勲	名塩校区	名塩美鳥里東クラブ
武田 勝利	東山台校区	ナシオン北クラブ
近藤あさ子	北六甲台校区	北六甲台第一福寿会

◎令和4年度 会員増強表彰

◆会員純増校区

- 第1位 用海校区老人クラブ連合会
- 第2位 甲陽園校区老人クラブ連合会
- 第3位 上甲子園区老人クラブ連合会

◆新規会員数クラブ

- 第1位 石在町西老人クラブ (佐久川博会長)
- 第2位 石在町南老人クラブ (今中千鶴会長)
- 第3位 天寿会第4分会 (川口幸路会長)



表彰を受けられた皆さま
おめでとうございます♪

◎西宮市老人クラブ連合会理事長表彰

「団体表彰」(優良老人クラブ)3団体

松原 東長寿クラブ	代表者 竹谷宏之	用海校区
東一南長寿クラブ	代表者 長谷川小夜子	用海校区
樋ノ口せせらぎ会	代表者 神柱富男	甲東校区

令和4年度 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 事業計画

①広報部

- ア 市内在住の高齢者の皆さんとともに、大きな輪を広げる仲間づくりと、親しみやすく読みやすい紙面づくりに心掛けます。
- ㌞ L版「いぶき」(西宮市老人クラブ連合会ふれあい広報紙)を年2回(7月・1月)発行します。
- ㌙ 月刊「いぶき」を年6回(4、6、8、10、11、2月)発行します。
- イ ホームページ「西宮いきいきクラブ」の充実を図っていきます。

ウ 委員会

- 年2回(6月・2月)開催
西宮市総合福祉センター別館

②文化教養部

- 高齢者社会における人々と文化的交流を図る目的で、健康づくりと介護予防を推進する事業を行い、仲間づくりに積極的に取り組みます。

ア カラオケ教室

- 西宮市総合福祉センター別館

㌞ 第1回目 6月3・10・17日(金) 午後1時

㌙ 第2回目 9月2・9・16日(金) 午後1時

㌘ 第3回目 11月4・11・18日(金) 午後1時

㌚ 第4回目 2月3・10・17日(金) 午後1時

イ 高齢者囲碁大会(市共催事業)

- 西宮市総合福祉センター別館
9月8日(木) 午前10時

ウ 高齢者囲碁教室

- 5月9日～7月25日までの月曜日(11回)

エ 高齢者作品展(市、市社協共催事業)

㌞ 受付 9月26・27・28日(月)～(水)

- 午前9時30分～4時

- 西宮市総合福祉センター別館

㌙ 作品展展示 10月4日(火)～7日(金)

- 午前10時～4時(最終日は12時まで)
市民ギャラリー

オ 高齢者芸能大会(市、市社協共催事業)

㌞ 予選 10月19日(水)午前10時

- 西宮市総合福祉センター別館

㌙ 本選 10月26日(水)午後1時

- 勤労会館ホール

カ 委員会

- 年4回(5・8・12・2月)開催
西宮市総合福祉センター別館

③体育部

- ア 市内在住の高齢者に呼びかけ、健康づくりと介護予防を推進し、仲間づくりに取り組みます。

イ 各種の実施事業

㌞ グ라운드・ゴルフ大会(年2回)

- 中央運動公園陸上競技場

- 5月20日(金) 午前9時(予備:6月3日(金))

- 10月21日(金) 午前9時(予備:11月4日(金))

- 各64チームで調整します。

- 一般公募は10チーム(50名)先着順とします。

㌙ 高齢者のたのしい体力測定(年2回)

- 中央体育館分館

- 6月13日(月) 午後1時30分～

- 11月18日(金) 午後1時30分～

㌘ 楽しいボウリングの集い

- ボウルトマト 室川町

- 9月7日(水)午前11時・午後1時・3時の3回

- 9月8日(木)午前11時・午後1時・3時の3回

- 但し、一般公募は2日間共、午後とします。

- なお、北部地区は9月8日(木)とします。

ウ 委員会

- 年4回(5・8・10・1月)開催
西宮市総合福祉センター別館

④女性部

- ア 寝たきり、ひとり暮らし、高齢者夫婦世帯へ声をかけ合って安否の確認を行い、安心して住める街づくりを通じ、仲間づくりに取り組みます。

- イ 「感謝の1円持ち寄り運動」を通じて、寝たきりの家庭へのお見舞いや、天災等により被災した方々を励ます運動を推進します。(年2回)

- 7月6日(水)・11月16日(水)各午前10時

- 西宮市総合福祉センター別館

ウ 健康講座(年2回 7月・11月)

- 7月6日(水)・11月16日(水)各午後1時30分

- 西宮市総合福祉センター別館

エ 委員会

- 年4回(6・7・11・2月)開催
西宮市総合福祉センター別館

- オ 他団体が実施する健康フェアに参加し、市民の健康づくりのお手伝いをします。

⑤プロジェクト部

ア 事業見直しプロジェクト

イ 「うたごえ喫茶」の実施

ウ 委員会

- 年6回(4・6・9・10・12・3月)開催
西宮市総合福祉センター別館

⑥三役会

- ア 新任会長・中堅リーダー研修会
6月22日(水)

- 西宮市総合福祉センター別館

⑦事務局

ア 会議等

㌞ 三役会 毎月第2水曜午前10時

- 西宮市総合福祉センター別館

㌙ 理事会 毎月第2水曜午後1時30分

- 西宮市総合福祉センター別館

㌘ 社員総会 令和4年5月25日(水)午後1時

- 勤労会館ホール

㌚ 理事会の館外研修会(場所未定)

- 令和4年7月13日(水)

㌙ 新年互礼会 令和5年1月12日(木)

- 木曽路西宮店

- イ 公益財団法人全国老人クラブ連合会及び公益財団法人兵庫県老人クラブ連合会並びに阪神南ブロック老人クラブ連絡協議会の事業に参加します。

- ウ 令和4年4月25日(月)に開催される秋田県老人クラブ連合会「西宮権現平桜永久記念碑建立除幕式」に理事長他を派遣し交流を深めます。

- エ 穴栗市老人クラブ連合会との交流を継続します。

- オ 西宮市をはじめ関係機関、市社協及び各種協議会と連携します。

- カ その他、必要な事業を実施します。

令和4年度 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 年間行事予定表

※7月1日現在での日程変更済み

月	日	曜	理事会	文化教養部	体育部	女性部	三役会・プロジェクト部	広報部
4	13	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	毎月第2水曜日:集稿
	20	水	臨時三役会(予・決算)					毎月第3水曜日:出稿
	27	水	決算監査	「西宮権現平桜永久記念碑建立記念式典」参加	秋田県老連4/24,25			
5	6	金		囲碁教室(11回)	第1回委員会			毎月第4水曜日:初校
	9~7/25	月						毎月第1水曜日:再校・企画
	11	水	三役会/理事会/市①					【4・8・12・2月を除く】
	19	木	阪神南ブロック協議会(尼崎)	第1回委員会				
	20	金			第1回グラウンド・ゴルフ大会			
	25	水	社員総会(勤労ホール)					
	30	月	「うたごえ喫茶」事業(延期)				「うたごえ喫茶」事業	
6	1	水				第1回委員会		
	3	金		カラオケ教室①	第1回グラウンド・ゴルフ大会(予備)			
	8	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	
	10	金		カラオケ教室②			6/9県老連会長研修	
	13	月			第1回体力測定			
	15	水						
	17	金		カラオケ教室③			スマホ講習会9:30~	第1回委員会
	22	水					6/30近畿ブロック研修	
	29	水	阪神南ブロック女性交流事業(西宮)				新任会長・中堅リーダー研修会	
7	6	水				第2回委員会・感謝の一円・健康講座(前期)		
	13	水	三役会/理事会(館外研修)					
	19	火	「うたごえ喫茶」事業					
8	10	水	三役会/理事会(書面)・市②					
	17	水			第2回委員会			
	18	木		第2回委員会				
	31	水	新規講座					
9	2	金		カラオケ教室①				
	7,8	水木			ボウリングの集い			
	8	木		囲碁大会				
	9	金		カラオケ教室②				
	14	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	
	16	金		カラオケ教室③			9/15高齢者の集い	
	26,27,28	月~水		作品展(受付)			9/27県老連G・G大会(稲美町)	
	29	木		作品展(審査)				
10	3	月		作品展(搬入)				
	4~7	火~金		作品展(展示)				
	5	水			第3回委員会			
	7	金		作品展(表彰)				
	12	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	
	19	水		芸能大会(予選)				
	21	金			第2回グラウンド・ゴルフ大会			
	26	水		芸能大会(本選)			10/27~29他府県老連交流事業 長野・富山	
11	4	金		カラオケ教室①	第2回グラウンド・ゴルフ大会(予備)			
	9	水	三役会/理事会・市③				11/6~8 全国大会(東京)不参加	
	11	金		カラオケ教室②		第3回委員会・感謝の一円・健康講座(後期)		
	16	水						
	18	金		カラオケ教室③	第2回体力測定			
	30	水	新規講座					
12	1	木		第3回委員会				
	7	水	5部会交流研修会					
	14	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	
	21	水	臨時三役会(予・決算)					
1	12	木	理事会				新年互礼会	
	18	水			第4回委員会			
2	3	金		カラオケ教室①				
	8	水	理事会/三役会・市④					
	10	金		カラオケ教室②		第4回委員会		
	15	水						
	16	木		第4回委員会				
	17	金		カラオケ教室③				
	22	水						第2回委員会
3	1	水	阪神南ブロック協議会(西宮市)					
	8	水	三役会/理事会				プロジェクト会議	
	29	水	新規講座					

西宮市からのお知らせ

西宮市では、認知症になっても住み続けられるまちを目指して、様々な支援を行っています。今回は、認知症を早期発見・治療につなげるための取り組みを紹介します。

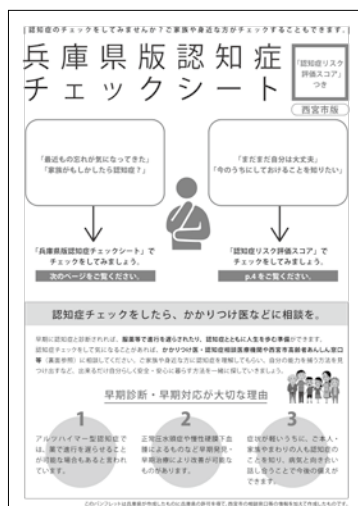


【身近な病気】

過去に厚生労働省が行った調査では、全高齢者の内、認知症と診断を受けたもしくはその疑いがあるとされる人は4人に1人という結果が出ています。また、西宮市でも介護保険制度を利用されている方の内、およそ1万人に認知症状があると推定されており、認知症は特別な病気ではなく誰もがなる病気だと言えます。

【早期発見のために】

そんな身近な病気である認知症を早期に発見・治療を行うことで認知症の進行を遅らせたり、認知症が進行していく中でどのような生活をしていきたいかを家族で話し合う時間を持つことができます。

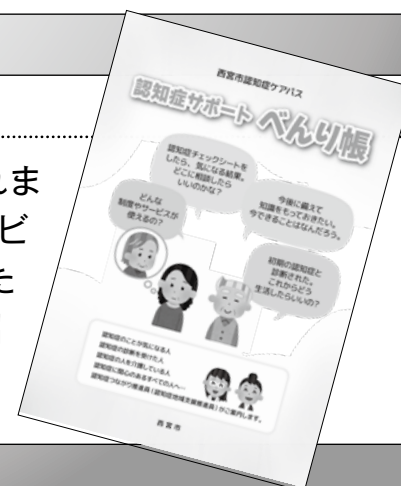


「もしかして認知症かも？」と最初に気づくのは自分自身や周りの家族、友人です。そうなった場合はまずはかかりつけ医に相談し、必要に応じて専門の病院を紹介してもらいましょう。ただ、いきなり認知症のことを相談するのは気が引けるといことであれば、市の発行している『認知症チェックシート』を活用しましょう。このチェックシートは認知症の様々な症状について質問形式でチェックするものです。

また、このチェックシートには4年後に認知症になる可能性がどの程度あるかを自身の生活習慣や健康状態から確認できる『リスクチェックシート』も併せて掲載しています。今はまだ大丈夫と思っている人も早めにチェックして認知症になりにくい生活習慣を身につけましょう。

【認知症になっても】

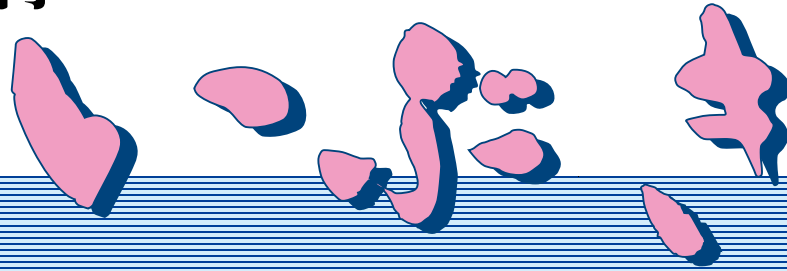
認知症に診断されてもすぐに何もできなくなるなんてことはありません。これまで通りの生活を続けられるように周囲の人がサポートしたり、様々な制度・サービスを活用することが重要です。実際にどのような制度を活用できるかをまとめた『認知症サポートべんり帳』を市で発行しています。認知症の進行状況に応じた紹介を行っているので、興味のある方はぜひご覧ください。



(お問い合わせ) 西宮市 地域共生推進課 地域福祉推進チーム 西宮市役所本庁3階 ☎(0798)35-3286

健康
友愛
奉仕

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 市立福祉会館内
TEL 0798-34-3334
FAX 0798-39-8235
Eメールアドレス
ips@nishi-rouren.jp
HPアドレス
www.nishi-rouren.jp

1,500人 会員増強運動



大井川河川敷にて 写真と文 田中 積氏（用海校区）

冬の名残を惜しむかのように、わずかな雪をいただき
爽やかな青空に映える富士
時が止まったような気持ちで眺めていると
新幹線が景観の中を疾走していった
あつという間にせわしない日常に引き戻された気がした



（安井 荒木）

ことなく流れてゆくことを惜しんだ。▼私も馬齢を重ねて七十有余年、毎年止まることなく年を取ってきた。中年を過ぎてはまだ若いつもりでいたが、さすがに若い人たちのなかに交じると自他ともに年齢を感じざるを得なくなった。▼ところが、老人クラブで八十代の女性に年齢を聞かれて答える時、「若いわねえ」と心の底から羨ましそうに言われた。はて、私は若いのか、年寄りなのか。▼もちろん客観的に間違いなく年寄りであるし、「まだまだ若い者には負けんのだ」と、年甲斐もなく意気込むつもりもない。▼過ぎ去った歳月を振り返って過去をいたずらに惜しんだり、若いつもりであれこれと無理をしたりすることなく、年齢に応じたよき生き方を追求したいものだ、花壇で美しく咲いた薔薇を見ながら考えるところである。



「逝く者は斯くの如きかな、昼夜を舍かず」と、古人は月日が川の流れるように止まる

市老連理事会6/8議事録

1 会員増強運動優秀クラブなどの表彰式

◆純増会員数

第1位 用海校区老人クラブ連合会

第2位 甲陽園校区老人クラブ連合会

第3位 上甲子園校区老人クラブ連合会

◆新規会員数

第1位 石在町西老人クラブ(佐久川博会長)

第2位 石在町南老人クラブ(今中千鶴会長)

第3位 天寿会第4分会(川口幸路会長)

2 西宮市から「健康ポイント」と「空き家対策」の説明

【報告事項】

〈広報部〉

・L版いぶき第73号 7月上旬送付予定

〈文化教養部〉

・カラオケ教室(6/3)の開催状況
・第55回西宮市高齢者作品展出典要領

・第53回西宮市高齢者芸能大会出演要領

〈体育部〉

・第1回グラウンド・ゴルフ大会の成績表

〈女性部〉

・第2回委員会の開催(7月6日(水)および感謝の一円持ち寄り並びに前期健康講座の開催案内)

7月6日(水)午後1時30分健康講座「人生100年時代に向けた 若返り美容と健康」講師・アイリス治療院 山田大輔

〈事務局〉

・ことぶき研修バス(12月)の割当て
・令和4年度実費弁償の支払い
・「西宮いきいきクラブ」冊子の頁1～18の修正版の確認
※修正の申し出は、6月22日(水)まで

・館外研修(7/13(水))のご案内

※次回定例理事会等

7月13日(水)
理事会(館外研修)・・・午前9時

7月・8月の行事予定

7月 6日(水)	女性部委員会・感謝の1円運動 前期健康講座 「人生100年に向けた若返り美容と健康」	10:00 13:30
13日(水)	理事会(館外研修)	9:00
19日(火)	「うたごえ喫茶」事業	13:30
8月 10日(水)	三役会 理事会(書面) 西宮市との定例会議	13:30 15:00
17日(水)	体育部委員会	13:30
18日(木)	文化教養部委員会	13:30

作品展に応募してみませんか？

第**55**回西宮市高齢者作品展(令和4年度)

展示期間: **10月4日(火)～7日(金)**まで

展示会場: **西宮市立市民ギャラリー**

※出展要領等の詳細はチラシ、市政ニュース8月25日号をご覧ください。

受付期間: **9月26日(月)～28日(水)**まで
午前9時30分～午後4時

場所: 西宮市総合福祉センター 別館2階
住所: 西宮市染殿町8-17
電話: 0798 (34) 3334

令和3年度 館外研修

令和3年度館外研修が、令和3年12月7日開催され30名が参加しました。新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として手指消毒・検温を行い、ことぶきバスで一行は京都市右京区西京極にある八つ橋庵としゅうやかた八つ橋庵としゅうやかたは、京都カルチャー体験がテーマの施設です。

今回は、本格おとうふ・七味づくり体験を行いました。豆乳から生搾り製法で作るおとうふ。作る工程の中でできる湯葉も堪能しました。また、豆乳にがり



を入れ、参加者は力いっぱい絞るととうふになっていき各テーブルからは、「すごい！とうふや！」「難しいなあ」との声が聞かれました。また、京七味づくりではとうがらし、山椒、青のり、陳皮、胡麻、ケシの実、麻の実を辛さの加減をお好みで配合し、自分だけの京七味を作りましました。でき上がった



たおとうふは湯豆腐として京七味をかけていただき、京料理のコース料理にも舌鼓を打ちました。参加者は、「おとうふを作るのはなかなか難しかったですが、おとうふが出来上がるととてもうれしくこのような貴重な体験ができてよかったです」と満面の笑みで話してくれました。

またしゅうやかたの二階では、写真や絵画と想わせるほどの繊細で華麗な京刺繍画が展示されています。参加者は、細かい刺繍画に目を凝らして一つ一つの世界観に入っていました。今回も無事に館外研修が盛会に終了しました。



令和4年 新年互礼会



1月12日、西宮市老人クラブ連合会新年互礼会が本曾路西宮店で開催されました。はじめに物故者への黙とうの後、主催者を代表し古結理事長があいさつがありました。古結理事長は「コロナ対応を行いな



乾杯し、懇親会へと移行しました。令和3年の新年互礼会は新型コロナウイルス感染拡大のため中止となりましたが、参加者同士こうして再び集える喜びと各校区老練の情報交換の場として交流を深めていました。西宮市老人クラブ連合会は新春の賀詞を祝い、華々しく令和4年のスタートを切りました。



らも市老連理事の皆さんはリーダーシップを発揮し、市老連を活性化させていきましよう」と会員増強への協力を呼びかけました。次に、石井市長・草加市議長・水田社会福祉協議会議長から令和4年の門出を祝う来賓あいさつをいただきました。次に来賓紹介の後、荒巻副理事長の発声で

第1回 体力測定

令和4年6月13日(月)、第1回体力測定が西宮市中央体育館分館で開催され、34名が参集しました。

はじめに北所理事からのあいさつの後、石井体育部長より各種目の説明がありました。次に、全員でラジオ体操で体をほぐし、測定開始です。

まずは、二人一組で開眼片足立ち。目を開けたまま片足立ちで1分間立っていただけるかで、平衡感覚を測定します。バランス感覚をとることが難しそうでした。



開眼片足立ち



6分間歩行



握力



長座体前屈



上体起こし



10m 障害物歩行



おつかれさまでした！

が、好タイムを記録する参加者も続出でした。続いて、全員で6分間歩行を実施。これは、心肺機能の持久力を測るための運動ですが、かなり熱を入れて速めに歩いている方もいらっしゃいました。

その後は個人のペースで、握力・長座体前屈・上体起こし・10m障害物歩行と計6種目を計測し、自身の体力を知ること健康増進し、さらに好きなスポーツに生かす絶好の機会となりました。

令和4年度カラオケ教室



6月17日(金)、西宮市総合福祉センター別館の2階大集会室において、おなじみの保田勝紀先生を迎えてカラオケ教室が行われました。

課題曲は、初回が神野美伽さんの「浪花恋おんな」、2回目は中村美律子さんの「命の花道」、3回目となったこの日は、市川由紀乃さんの「逢いたいなあ」を練習。この日の参加者は35名でした。

まず、この曲の作曲は五木ひろしさんなので、市川さんバージョンと五木さん



バージョンの歌い方の説明から始まりました。そして、歌詞の読み上げを始めます。先生は、歌に

登場する人は何歳くらいか？ どの街に住んでいるのか？ そのときの主人公の気持ちはどんな感じなのか？ など、参加者の想像力に問いかけます。歌詞の世界から、自分の頭の中に情景を浮かべることで、より深く、楽しく歌えるアドバイスを送りました。

その後、楽曲に沿った歌い方のコツや声の出し方、ブレス（息継ぎ）の取り方、ビブラートの出し方など丁寧に指導。保田先生の言葉にペンを走らせ、熱心にメモを取る参加者の姿が多く見られました。



一度休憩を挟んで、キーの上げ下げについての説明がありました。歌ってて気持ちよい自分の声を探すのがベストであるとのことでした。そして、歌詞に沿って、

て、一番から三番まで三回づつ曲と一緒に歌いました。

最後は、恒例のお楽しみ抽選会。最初に、事前に集めたハガキの抽選があり、市老連から10名に贈り物が渡されました。次に保田先生から、CDが3名に渡されました。引く番号の読み上げに会場の皆さんはドキドキでしたが、見事プレゼントを手にした当選者は、にっこり笑顔に。「やったあ」と喜びを大にする会員の方もいらっしゃいました。今回のカラオケ教室は、皆さんよく歌ってくれたと保田先生もおっしゃっていて、気持ちよく終了しました。



コロナ禍で、1年半ぶりの開催となりましたが、今後も状況を見ながら、9月にも一人でも多くの会員が参加できるカラオケ教室の開催を目指しています。



ご長寿 バンザイ！

エンジョイ シニアライフ

市の教育者として歩み続けた 我が人生

佐藤 尹亮さん（87） 上ヶ原校区



佐藤尹亮さんは昭和9年に大阪府の吹田市に誕生。国鉄職員だった父の転勤により、さまざまな地に移動した少年時代を振り返りました。

小学校時代は吹田市で過ごし、戦時中には疎開で母の実家がある京都の長岡天神のある神足に、その後も尼崎、安土と転居を繰り返します。高等学校も滋賀の近江八幡から京都の嵯峨に転校するなど、引っ越しを重ね、京都学芸大学に進みました。

大学では父の希望もあって教育学部の社会科学科科学倫理学を専攻した尹亮さん。教育者を目指していたわけではなかったと言いますが、教育実習として訪れた小学校で児童たちと触れあつたことから教員になることを決意。大阪府の河内長野市の小学校で3年間教鞭を取りました。

上ヶ原に父が家を建てることになり現在の西宮市に帰省した尹亮さんは、教師を続けたいと考え地元の鳴尾中学校で教壇に

立ちます。尹亮さんには「長く

しっかりと生徒や家庭と向き合
って教育したい」という信念が
あつたため長期勤務を希望して
いましたが、校長先生から「広
い知識を持ちなさい」という助
言を受け、9年間勤めた同校を
後にして大社中学校で5年間、
苦楽園中学校で9年間活躍しま
した。現場では学生時代から得
意の書道を通じ、多くの生徒た
ちと交流を重ねてきました。ま
た、「ベビーブームの影響で、
どの学年も15、16クラスありま
したよ」と、当時の生徒数の多
さを笑いながら話します。



昭和58年、教頭試験に合格し
今津小学校で3年間活躍。その
後、西宮での出発点となった鳴
尾中学校に教頭として再度着任
しました。数々の経歴と活躍を
身につけ、ついに尹亮さんは校長

試験にも合格。平成元年から西
宮北部にあたる山口町の船坂小
学校への配属は、尹亮さんにとっ
て印象深い学校となりました。

当時の船坂は人口も少なく、
一学年の生徒数は5、6人ほど
と、これまでの経験とは大きく
違う環境を目の当たりにしまし
た。また、生徒の中には家庭に
諸事情を抱えた子も多くみられ
地域の保護者とも親密にならな
ければという気持ちの心の中に
溢れました。船坂への着任は、
まさに尹亮さんが以前から抱い
ていた「地域の雰囲気や状況な
ど子どもたちが育つ環境を知る
ことが必要」という信念が重要
になる環境で、「この地に骨をう
ずめる気持ちで取り組む」と
船坂への愛着と教育者としての
決心が湧き上がりました。



しかし立場上、同校に長く残
ることはかなわず、2年後に山
口中学校への移動が言い渡され
ました。同校は北六甲台をはじ
め開発途上の地域の学校で、多
くの校区から小学校卒業生を迎
え入れることになっていまし
た。1年生が入学すると、そこ
には校区内のため山口中学校に
入学してきた船坂の児童たちの



姿が。「校長先生おるぞー」と、
船坂小学校の卒業生が尹亮さん
を見つけ声をかけてくれたこと
は今でも忘れられない思い出と
なっています。そして同校での
4年間の勤務を最後に、尹亮さ
んは教職から退きました。同窓
会などが開かれると、教え子た
ちから「今でも持っています」と、
尹亮さんが得意の書道で卒
業生に贈った一文を見せてもら
えることもありました。

退職後も上ヶ原地区諸団体の
会長や社協県民交流広場での書
道の先生、世代間交流グラウン
ドゴルフ大会などで活躍し、地
域学校の協働活動を進める「西
宮型コミュニティ・スクール
2020」にも参画。一教育者
から市全体の教育者として、信
念の「子どもたちが育つ環境」
を作り続けています。

悲しみ
思ひま
ふり返さず
それ決まらぬ
現をま
ふり返さず
未来を
祝ふ
佐藤尹亮

ご長寿 バンザイ！

エンジョイ シニアライフ

大好きな体操で多くの仲間と
出会った人生

佐藤 仁美さん(92) 生瀬校区



佐藤仁美さんは昭和5年に兵庫県播磨南東部の高砂市に5人兄弟姉妹の長女として生まれしました。父は紡績会社に勤めており、仁美さんの誕生後、一家は福岡町へと移りました。

家族に囲まれ幸せな日々を送っていましたが、尋常小学校4年生となった11歳のときに第二次世界大戦が開戦。幸い住んで

る地域は戦争の影響も少なく、仁美さんは県立福岡高等女学校(現・県立福岡高等学校)へと進みました。

高等女学校1年生のときには勤労奉仕で山菜取りや田植えなど

を、2年生では学徒動員で当時姫路市にあった軍需工場の川西航空機姫路製作所で金属の旋盤



加工などに従事しました。空襲警報が鳴り響くこともあり、「走って防空壕や学校まで逃げましたよ」と、戦局が激しくなってきた当時を振り返ります。終戦を迎え無事学校に戻ることができた佐藤さんは、授業や体育祭など、残された一年間の学生生活を友だちと有意義に過ごしました。

女学校卒業後は「花嫁修行をして欲しい」と言っ父の言葉を守り、実家で家事の手伝いをしながら自分磨きの道を邁進。学校の授業で習っていたお茶・お花などは学生時代と同じ先生のもに通って学び、ほかにも裁縫やダンスなどさまざまな習い事を経験してきました。

昭和25年、二十歳で8歳年上のご主人とお見合い結婚で結ばれ、一男一女を授かります。ご主人の実家は東町で工場を営んでおり、結婚を機に西宮市へと居を移しました。

そして昭和30年代初頭、佐藤さん一家は電機メーカーの提案で電気屋を開業。数年後に東京オリンピックを控え家電製品の普及が進

んでいた背景もあり、ご主人は家業の工場勤務から、いわゆる「町の電気屋さん」のオーナーとなりました。専業主婦として家庭を守ってきた仁美さんですが、電気屋を営んでからは「来客があったら対応していましたよ」と、家事・仕事の二刀流で活躍してきました。



そんな仁美さんが西宮市で新しい出会いがありました。それは市が運営している体操クラブ。もともと体を動かすことが大好きな仁美さんは、地元の学校や体育館で開催される教室に熱心に通い楽しく汗をかいてきました。ときには体操クラブのメンバーと旅行に行ったり食事をするなど、充実した時間を多く過ごしてきました。

平成に入り静かな環境で生活を過ごしたいというご主人の希望で、一家は現在の高台に移りました。「空気が違うなと感じました」と、仁美さんは初めて生瀬を訪れたときのことを今も強く覚えています。

ご近所からのお誘いで生瀬高台老人クラブに入会した仁美さんは、これまでに生瀬高台自治会集会所「きらめき」で開催される手芸やお茶会といった活動

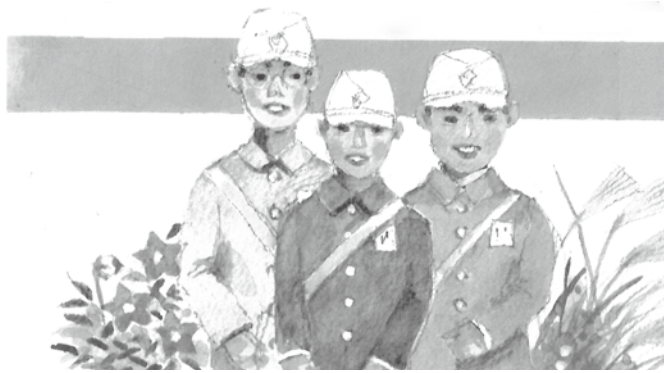
に積極的に参加してきました。また同クラブは恒例の年間行事として三社参りやバス旅行なども行っており、屋内外を問わず、さまざまなクラブ活動を楽しんでいます。



なによりも楽しんでいるのが大好きな体操。西宮市で高齢者の健康長寿のため平成24年から「いきいき体操」を推奨しており、翌年の25年から高台でも活発に行われてきました。市が発行したパンフレットには、クラブの仲間たちと元気に体操している仁美さんの姿が収められていました。さらに早朝には高雄台公園で町内の皆さんと一緒にラジオ体操に参加しています。

現在週2回デイサービスに通い軽い体操やクイズ、レクリエーションやリハビリを楽しんでいる仁美さんは「いつもお元気でですね」と評判で、毎日を笑顔で楽しく過ごしています。





昭和19年の秋。小学校が国民学校になってから4年目の二学期です。

四国の香川県・金ひらさんの近くの田舎道を白い戦闘帽をかぶつて、列をつつて下校してゆく子供たちが

文・挿絵 用海校区 松浦 重之 (89)

国民学校の6年生（連載 1回目）

いぶき

昭和60年の第6回「赤とんぼ絵本賞」（神戸新聞出版センター主催）で最優秀賞を受賞した作品です。表彰式は大谷美術館で行われました。

いました。九月に大阪から学童集団疎開で来た国民学校6年生の男子生徒です。

この村のお寺での生活にもなれ、軍歌を歌って下校することもあります。今日は昼から作業があり、全員つかれ気味。長く伸びた列のうしろを、チビ、デブ、ノッポの仲良し三人組が歩いていました。

背の低いのが山田一郎。級友は彼のことを「イッチイ」と呼びます。一郎のイチと言うよりは、一番チビという意味のイッチイです。

横を歩いているのか西郷正夫。まゆげの太いところから、薩摩の西郷隆盛にこじつけて、西郷ドンから変化して、いまでは「ドンちゃん」。

一番うしろをゆくのが坂本太一。服のポケットが角張っているでしよう。ハーモニカをいれているのです。彼はハーモニカの名手、どんな曲でもいちど聴くと、すぐ吹けます。みんなが「ドレミちゃん」とよんでいます。

「おいイッチイ、あの雲見てみい、お祭りのときのワタ菓子のような雲やでえ」「うん、あんな大きなワタ菓子やったら、みんなだたべてもあまるわ、たべたいなあ棒にまいて……」

「ことしは修学旅行のお伊勢さんが疎開の金ひらさんになつてしまった。……そこで提案があるんや。最後の6年生の記念に、三人の一人ひとりか何か変わった思いつきを日曜日ごとに実行しようやないか。……順番はジャンケンできめるんや」「よっしゃ！」「はい、ジャンケン・ポン！」「あいこでしょ！」

ジャンケンの結果、次の日曜日はイッチイ。その次の日曜はドンちゃん。最後はドレミちゃんに決まりました。

日曜日がやってまいりました。自由時間になると、イッチイはお寺をあとに、どこかへいってしまいました。

夕食のあと、本堂の階段に集まった三人。

「おい、イッチイ、何をはじめるんや」

「第一回の当番さま、期待しているでえ」

「だいじょうぶ。きょうは君らにオヤツをあげる。はい、これや」

箱の中へ入れた手を広げると、小さい花のようなものが、いっぱいありました。

「……………」

「なんやコレ！……おいしいで」

「うん、これお米や、たんぼに落ちている稲の穂のクズを集めてきて弁当箱のふたを使って、たき火で炒つたんや。モミがポンポンはじけて花のようになつたんや。ポン菓子から砂糖を取った味やろ……次はこれ、どうぞ……」

「なんや、虫やないか。きもち悪いなア……」

「たべるんか？」

「うん、たべられる。イナゴや、お米たべて育ているから、おいしいらしい。松葉でつきさして、よく焼いたし、食堂のしょうゆをつけたから、こつばい匂いがするやろ。目をつぶってたべろよ」

「……………」変わった味やけど、たべられるわ。姿を見なければいける。これゲモノくいというんやろ」

「変わったものついでに、

最後はこれや」

「どんぐりの焼いたものか。でも、どんぐりをたべると、ことはかなくなるんや」と

ことを聞いたぞ。こわいぞ……」

「でも、栗の一種とちがうんか？ ……三人一緒にたべようや。勇気を出して、いち・にい・さん！」

「……………」

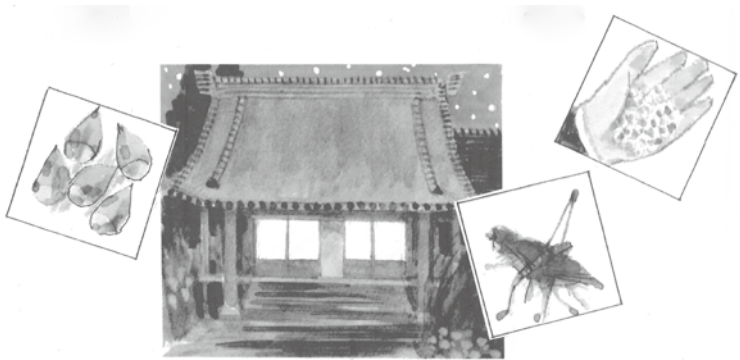
「ベッベッベッ！」「おい、これまずい。さいていや！」

「あつ声が出る。たすかつたあ、アッハハハハ」

「さあ、これで味のきもだめしは終わりや」とすまし顔のイッチイ。

寺の前の杉の木の上に月か顔を出して、三人を見て笑っているようです。

（つづく）



頭の体操クロスワードパズル

タテのカギ

- 肉食性の昆虫。産卵期には、雌が雄を捕食することもあります。
- 祝いごとや祭事で食べる海の魚
- 美食家、食通を指す呼称。元はフランス語
- 最近では少なくなったかも？ブティックなどで見本の服を着た_____人形
- ことわざ。_____に無勢
- 山や谷をわたるために掛けられたもの。古い物はロープや板で出来ています
- イソップ童話に登場。「_____が来たぞ」と言った、うそつき少年
- 岩や石のかげらが河川などで流され、さらに細くなったもの
- _____に物が挟まったような言い方
- 飛行機で空へ昇りパラシュートを使って地上へ落下するスポーツ。_____ダイビング
- 今回の収益は全て慈善団体に_____する
- 講談・落語・浪曲などの技芸を観客に見せる興行小屋

ヨコのカギ

- 子どもを抱えるときはおんぶ、だっこ、肩に担ぐ_____などあります
- 距離を表す単位。日本はキロメートル。アメリカは？
- 背中が丸まって前かがみの姿勢
- 「化けの皮がはがれた」などと同じ意味で使われる言葉。「_____がはがれた」
- サンバで有名。ブラジルのお祭り_____のカーニバル
- シャンプーで頭を洗ったら、_____もしましょう
- シソ科の植物。天ぷらやパスタなどにも使われる香味野菜
- 迎え盆はキュウリで馬。送り盆は_____で牛
- 仕事で概要や計画、目標などを記し上司に提出する書類
- 荷物が多くて足の_____もない
- 横原敬之や SMAP が歌った大ヒット曲。「_____に一つだけの花」

◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEに入ることを見つけてください。

クロスワードクイズについてのお問合せは㈱博報社 編集部まで ☎ 06-6797-0381
※L版「いぶき」第72号のクロスワードの答えは「ゆきだるま」でした。多数のご応募ありがとうございました。

※住所、氏名、電話番号を明記の上、㈱博報社まで
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名の方に記念品をお送りさせていただきます。
当選は賞品の発送をもつてかえさせていただきます。

◆応募締切／8月31日(水)
◆宛先／〒547-1002 大阪府平野区喜連西4-6-69
㈱博報社 いぶきクロスワード係

会員文芸



俳句



浜脇校区 吉識芙美子
虹立つや見知らぬ人と声交わし
雲の峰跳ね橋光跳ねあげて

浜脇校区 森本 規子
小夜更けて時に葉音の竹の音
短冊にふるさと恋しと笹飾り

北夙川校区 団野 恭子
ガラス器の渦に潮騒夏祭
白桃に潮刻々満ち来たる

北夙川校区 今泉 春美
麦の秋畔で一服老夫婦
コンバイン農夫黄金の麦の中

用海校区 大味しげる
透きとほる和菓子いろいろ青簾
色あせし夫の手紙も風入るる

甲東校区 黒川 都美子
形代をはみ出す一字幼き手
氷菓食むネイルアートの話など

南甲子園校区 竹村 香織
大阪を攫ふかのごと雲の峰
日盛や並ぶ寡黙の黒い靴

神原校区 吉田 照美
極楽はこの先にあり蜘蛛の糸
夕風や子らと並びて団扇風

浜脇校区 棧 玲子
しあわせのランドセルたち駈ける通学路

山口校区 大畑はるみ
花吹雪ドクターイエロー通りぬけ
ピッチャー越え走者一掃春ぼこり

広田校区 小林 昌三
水面跳ね葉の裏くすぐる夏陽かな
日だまりを裂く音残し雉の発つ

川柳



高須校区 増田百合子
日本人素直な国民皆マスク
混んでます茶の間から覗く行楽地

高須校区 嶋谷 直美
知床の冷たい海に鎮魂歌
母の歳はるかに超えた母の日に

高須校区 橋本 力
自分だけ癒すことのみプーチンさん
動物園ベビラッシュで盛り上がり

高須校区 本郷 陽吉
阪神ファン勝っても負けても大声援
結婚後六五年で知る縁

高須校区 牧野 功
老人会個性豊かな人ずらり
歩数計ひと踏ん張りど背中推し

北六甲台校区 高瀬 照枝
湯につかり平和悦ぶ生きる糧
春迎え手術成功夢ふたつ

短歌



北夙川校区 河瀬喜和子
待ちわびた広田神社で楽しもうよ
雨で流れしでもきずな強まり

子どもの日孫からメールで寄っていい
25才好青年東京みやげうれしいヨ

安井校区 藤田耕太郎
口元はマスクに隠れ見えねども
コーラスさやかホールに響く

開けやらぬホームに始発到着し
人それぞれの今日を乗せ行く



俳画

神原校区 濱野 照子



頭の体操

神原校区 濱野有希子 (俳句名)

私は、股関節が悪くて障害者です。体のためにと地域のグラウンドゴルフに入会させてもらい、長年楽しんでいます。夙川地区のグラウンドゴルフ部と親睦を深めて一泊グラウンドゴルフの旅を計画し、淡路島や「いいの村はりま」へ行ったことも思い出です。
そんな中、渡辺さんと知り合い「俳句を習いませんか？ 良い先生が来てくださっているのよ！」と誘いました。今ではお互いに頭の体操で、空を、山を、野原を、桜を自然の美しさを感じたとおり心に刻み、五・七・五にと。そこで季語を何にするかが重要ですよ。おがまし、高齡化で頭の働きもゆるりゆるりですが、仲よく続けていけたらと思っています。

原稿募集

次号、1月発刊予定の「いぶき」第74号に原稿をお寄せください。

■投稿締め切り
10月5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、原稿には校区名、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。※文芸に関しましては、ふりがなが必要ない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。



令和4年度 一般社団法人西宮市老人クラブ連合会 第1回 グラウンド・ゴルフ大会

令和4年5月20日(金)、令和4年度(第45回)一般社団法人西宮市老人クラブ連合会第1回グラウンド・ゴルフ大会が、西宮市中央運動公園陸上競技場にて開催されました。

今大会は49チーム計245名の選手が出場しました。8ホール2ラウンド(計16ホール)によるスコアで順位を競います。

準備体操の後、石井市老連グラウンドゴルフ大会実行委員長の開会宣言で開会式が始まりました。「まん延防止等重点措置も全面解除となりました。安全対策を講じながら積極的に活動していきましょう」と古結理事長、続いて来賓あいさつがあり、その後優勝杯返還、諸注意、始球式のち試合が開始しました。

選手の皆様は、ロングショットと繊細なショットを使い分け、日頃の練習の成果を存分に発揮しました。また、会場のあちこちで、「ナイスショット!!」「あー、おしい!!」などの声援が飛び交い、和気あいあいとプレーする姿が見られ、交流を深めました。



インタビューしました!!

御年81歳になる吉岡さんは、高校時代からラグビーや空手など、長年スポーツに携わってきました。5年前からグラウンド・ゴルフを始め、週に5、6日練習しています。去年には第5回兵庫はばタンCUPグラウンド・ゴルフ交歓大会で、準優勝という素晴らしい成績を残しています。

当日は記録員をしながらチームのメンバーを引っ張り、力強いプレーを見せました!



吉岡 忠廣さん
(鳴尾東Bチーム)



優勝 瓦木Aチーム



準優勝 南甲子園Aチーム



第3位 北六甲台Aチーム



第4位 香櫨園Aチーム

