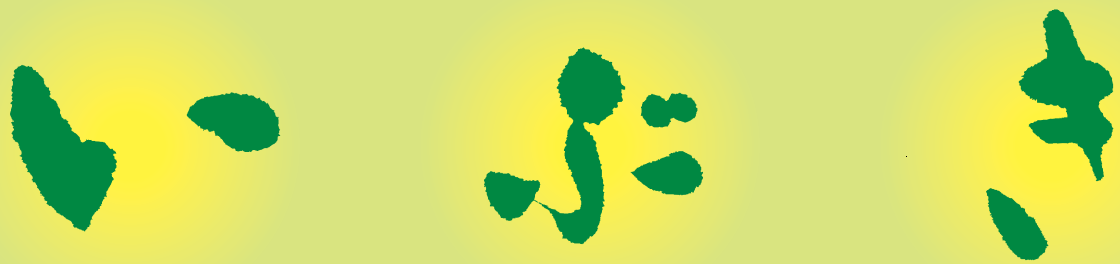
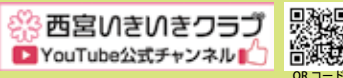


〈Ｌ版〉ふれあい広報紙

第80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
〒546-0043 大阪市東住吉区駒川5-4-11 2F
TEL (06) 6797-0212
FAX (06) 6797-0479



一丸となって、会員の増強を目指そう



前を向いて一歩ずつ歩こう、
下ばかり見てはダメ！

西宮市老人クラブ連合会

理事長 古結 公司

新年あけましておめでと
うございます。会員の皆様
におかれましては、健やか
に良き新春をお迎えのこと
とお慶び申し上げます。ま
た、旧年中は、西宮市老人
クラブ連合会の運営に格別
のご理解ご協力を賜り厚く
御礼申し上げます。

昨年は西宮市市制100
周年を迎えたこともあり、
西宮市石井市長には、高齢
者作品展「書の部」に出
展、更には高齢者芸能大会
にも特別出演（ピアノ演奏）
と、会場を大いに盛り上げ
て頂きありがとうございました。
市老連の事業推進に
大きく寄与したものと感謝
するとともに、例年以上に
中身の濃い事業になったと
喜んでいます。

振り返りますと、昨年は、
過酷な夏が続き猛暑疲れが
残る身ながら、各事業部が
ギアを上げて頑張つて頂い
た一年であったと感謝して
います。特筆する事業とし
ては、広報部ユーチューブ
班が、市老連の主催事業、
各校区の催し等へ出向き、
取材、公式ユーチューブチ
ャンネルでPR、会員増強
への強力な一翼を担ってい
るものと考えています。

老人クラブ組織、会員数
は減少傾向にあり、待ちの
姿勢では、なかなか組織拡
大はできません。会員増強
は会員全員で積極的に活動
しておりますが、なかなか
現状は厳しいものがありま
す。2040年には団塊シ
ュニア世代が高齢化とな
り、加入促進、リーダーの
育成、健康づくり、仲間づ
くり、地域づくり等に更に
取り組んでいく必要があります。
待ちの姿勢ではなかな
か組織力向上は望めませ
ん。頑張ろう！

また、各校区の研修活動
に利用していただいている
ことぶきバスは、待望の新
車が7月には完成（8月中
に納車）予定です。抽選で
一番クジを引いて、最初に
日帰り研修に行くのはどの
校区でしょうか？今から
胸がワクワクしています。
結びに、会員の皆様、ご
家庭の皆様にとりまして今
年一年が幸多き年になりま
すようにご祈念申し上げます。
年のご挨拶といたします。



新年のご挨拶

西宮市長 石井 登志郎

明けましておめでとござ
います。西宮市老人クラ
ブ連合会の皆様におかれま
しては、よき新春をお迎え
のこととお慶び申し上げます。
平素は、児童の登下校見
守りなどの地域福祉活動を
はじめ、健康増進のための
活動や生きがいづくり、イ
ベントやセミナーの開催な
ど、市政各般にわたりまし
て格別のご理解とご協力を
賜り、厚く御礼申し上げま
す。

また、長きにわたり「健
康」「友愛」「奉仕」の精神
に基づき活動を続けておら
れ、地域づくり・仲間づく
りなど地域福祉の推進に多
大なるご貢献をいただき、
心より敬意を表するととも
に、深く感謝いたします。
さて本市では、市制施行
100周年による様々な記
念イベントが開催されてお
ります。貴連合会における
イベントでも、例年を上回
る人数の参加があり、多く
の方がご来場になりました。
市政を推進するうえで、
私たちの故郷であるこの西
宮が、より一層魅力あふれ
るまちであり続けられるよ
う、



新年のご挨拶

西宮市社会福祉協議会

理事長 梶 泰享

新年あけましておめでと
うございます。西宮市老人
クラブ連合会の皆様におか
れましては、健やかに新春
をお迎えのことと、心より
お慶び申し上げます。
平素より、西宮市社会福
祉協議会の地域福祉活動に
対し、温かいご理解とご協
力を賜り、厚く御礼申し上
げます。

昨年、異常気象や自然
災害が各地で発生し、私た
ちの暮らしに大きな影響を
与えました。改めて「備え
ること」の大切さを実感す
る一年となりました。
このような中でも、西宮
市老人クラブ連合会の皆様
には、地域のつながりづく
りや支え合いのため、大変
ご尽力いただきましたこと
に深く感謝申し上げます。
西宮市社会福祉協議会では、
第9次地域福祉推進計
画に基づき、「共生のまち
西宮」を目指し、つながる
「認め合ふ」「話し合ふ」を

う、諸課題の解決に向けて
全力を傾け取り組んでまい
ります。会員の皆様におか
れましては、ご自身とご家
族の健康を第一に、本年も
変わらぬお力添えをいただ
きますよう、よろしくお願
い申し上げます。
結びに、西宮市老人クラ
ブ連合会のみならずのご発
展と、会員の皆様並びにご
家族の皆様にとりまして、
今年一年が明るく幸多き年
となりますことを心から祈
念申し上げ、年頭のご挨拶
といたします。



福祉目標として掲げ、地域
住民や多様な団体と協働し
ながら活動を展開してあり
ます。

新しい年を迎えるにあた
り、これまで以上に老人ク
ラブの皆様と連携し、孤立
を生まない地域づくり、誰
もが安心して暮らせる共生
のまちづくりを進めてまい
りたいと存じます。今後と
も、変わらぬご理解とご協
力を賜りますようお願い申
し上げます。

最後になりましたが、皆
様のますますのご健勝とご
多幸を心より祈念申し上げ、
新年のご挨拶とさせて
いただきます。

〈1面〉新年のごあいさつ 〈2面〉新任会長・中堅リーダー研修会 〈3面〉兵庫県高齢者の集い 〈4面〉楽しいボウリングの集い 〈5面〉会員募集
囲碁サークル 女性囲碁クラブ/クロスワード 〈6～7面〉西宮市老連ニュース月刊「いぶき」 〈8面〉高齢者作品展 〈9面〉グラウンド・ゴルフ大
会/高齢者芸能大会 〈10～11面〉心のひろば/会員文芸/原稿募集 〈12面〉高齢者芸能大会



令和7年度 前期健康講座

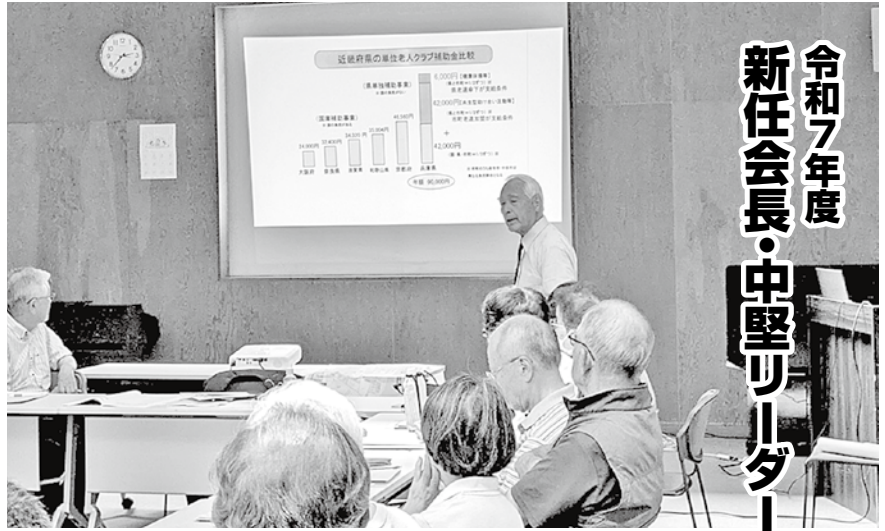
おいほれバンド五重奏団による生演奏



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。

7月2日(水)午後1時30分から
西宮市総合福祉センター別館2
階大集会室において開催されま
した。参加された方は49人で、
酒井団長からメンバー紹介、西
宮市吹奏楽連盟OB（4人の方
が元中・高の音楽教師）の方々
です。

今回の五重奏団はクラリネット4、バスーン1の構成です。
「愛の賛歌」のオープニング
に始まり、懐かしの歌謡曲、ク
イズコーナー（楽器によるイン
トロクイズ）、そして「瀬戸の
花嫁」を楽器演奏に合わせてみ
んなで歌いました。心温まる楽
しいひとときでした。



令和7年度 新任会長・中堅リーダー研修会



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。

6月25日(水)午後1時30分から
西宮市総合福祉センター別館2
階大集会室において開催されま
した。参加された方は24人で、
参加者の自己紹介から始まり、
冊子「老人クラブリーダー必携」
から老人クラブの運営、活動等
についての説明がありました。

理事長から「会員増強運動に
ついて」一年々厳しくなっている
現状、今後の進め方等のプレゼ
ンがあり、会員増強運動の事例
として今津大東町長生会の白井
会長より報告がなされました。

最後に、西宮市地域共生推進
課より補助金申請の留意点の説
明がありました。



令和7年度 第2回 うたごえ喫茶



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。

皆でかけ声も元氣よく「ピク
ニック」でスタート。
ピアノ伴奏だけでなく、ピア
ニカに合わせての曲あり、童謡
朗読のあとの歌唱、口を大きく
開ける発声練習、簡単な体操な
ども取り入れての全15曲。「高
校三年生」の大合唱のあと最後
は「今日の日はさようなら」。

皆さん「楽しかった!」とお帰
りになりました。

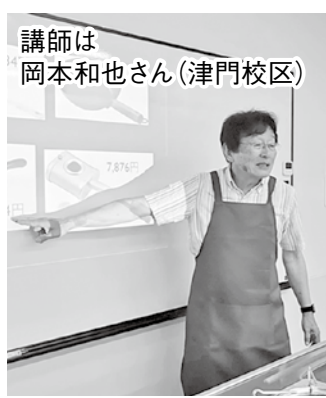


美味しい珈琲を楽しむ



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。

珈琲焙煎を体験し、美味しい
珈琲を楽しむというこで、8
月19日(水)、西宮市総合福祉セ
ンター別館2階料理実習室におい
て、午前の部、午後の部の2回
実施されました。午前、午後合
わせて20人の参加でした。要望
があれば、出張講座も実施する
とのことです。



遺言 相続手続
相続税 家族信託

円満な相続を目指す無料相談機関
NPO法人 相続相談センター
(★セミナーも開催しています)

〒662-0051 西宮市羽衣町7-30-305-A
夙川グリーンタウン3F
TEL(0798)31-3303 FAX38-1039
URL: http://www.e-sozoku.org

そば辰

●営業時間／午前11時～午後8時30分
(ラストオーダー午後8時00分)
●定休日／毎月曜日(祝日は営業)
西宮市越水町5-7
Tel. 0798-72-3522

初宮詣・結婚式・地鎮祭
えびす宮総本社
西宮神社

☎神社 33-0321
☎神社会館 23-3311

・神社 https://nishinomiya-ebisu.com
・会館 https://jinjakaikan.com

甲山大師
神呪寺

西宮市甲山町25-1
TEL (0798) 72-1172

門戸厄神
東光寺

西宮市門戸西町2-26
☎(0798) 51-9090
門戸厄神 検索

創業 昭和22年
総本社(元西宮市役所南西角)
矢野葬祭株式会社

火葬式 家族葬 一般葬 社葬

ご寺院様のご紹介も承ります。取次料
矢野寝台自動車(24時間対応) 不要

携帯電話からも通話無料のフリーダイヤル 年中無休
☎0120-140-990

コーヒー記念日

コーヒーに記念日か?
あることを知っていますか?
一般社団法人全日本コーヒー協会
によって昭和58年に10月1日に
制定されました。

G.M.T
WELDERS-MACHINES
独逸機械貿易株式会社

先端溶接技術で日本の産業界に貢献
本社 川崎市川崎区駅前本町24-5
☎(044) 222-6751(代) FAX 233-6696
関西支店 西宮市本町5-27
☎(0798) 35-6751(代) FAX 35-6759

自動車 鈑金塗装
お車のことは、お任せ下さい!!

有限会社 ナニワ

西宮市津門稲荷町12-2
TEL(0798) 23-7151

総合建設業
株式会社 国松工務店

一級建築士事務所

西宮市今津野田町2-24
TEL(0798) 33-2885
FAX(0798) 33-0606

被表彰者一覧(敬称略)

【兵庫県知事表彰】

◇優良老人クラブ

松月クラブ(鳴尾西校区)

高須レインボークラブ(高須校区)

名来老人クラブ(山口校区)

【兵庫県老人クラブ連合会会長表彰】

◇老人クラブ育成功労者

大前 慶治(名塩校区)

沼崎 南雄(段上校区)

大賀 通子(瓦木校区)



受賞
おめでとうございます



令和7年度 兵庫県高齢者の集い



9月12日(金)、兵庫県看護協会ビルのハーモニーホールにおいて令和7年度兵庫県高齢者の集いが開催され、県内の老人クラブ会員及び一般高齢者が参集されました。

オープニングセレモニーとして川西市老連の「踊りの会りんどう」が盆踊りを3曲披露し開会となりました。黙祷後、齊藤県知事、中村連合会会長のあいさつ、大豊県議会副議長の来賓祝辞のあと、「兵庫県高齢者特別賞」「兵庫県知事表彰」「兵庫県老人クラブ連合会会長表彰」などの表彰がなされました。大会宣言が読み上げられ無事式典が終了。

その後、川西市老連と芦屋市老連による活動事例発表会が行なわれ、閉会となりました。

令和7年度 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会

講演がありました。

午後の分科会は4部屋に分かれ、以下について事例発表が行われました。

- 第1分科会
会長・役員の後継者育成と会員増強について
- 第2分科会
一人暮らし高齢者や認知症高齢者を見守る地域の連携について
- 第3分科会
高齢者の消費者被害防止の取り組みについて

6月26日(木)、神戸市産業振興センターにおいて令和7年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開かれ、近畿2府4県から府・県・市の10連合が参集しました。

基調報告では全老連の松島紀由常務理事が「老人クラブの現状と課題」～今後の老人クラブ活動の振興に向けて～について報告がありました。



兵庫県老連の参加メンバーで記念撮影

●第4分科会
フレイル予防のためのユニークな文化・スポーツ活動について

事例発表が終わると、質疑応答にくわえ参加者からも独自の取り組みや実例が発表され、各分科会場は大いに盛り上がりしました。

閉会は全員参加の「いきいき体操」で体をほぐした後、神戸市老連の近藤豊宣会長が挨拶のあいさつを述べ、滋賀県老連の西澤基治会長が次回開催地のあいさつを行いました。

最後は東住吉区老連会長も務める近老連の野口一郎副会長の閉会あいさつで令和7年度の近畿ブロック老人クラブリーダー研修会は幕を閉じました。

セメント・生コンクリート卸販売
IMAZUパワーポートセンター

今津港湾荷役株式会社

今津西浜町2番16号

TEL(0798)34-1221

TEL(0798)34-1290

FAX(0798)34-1226

住まいのプロ集団が
ご相談をお受けします

— ご相談・お見積 無料!! —

新築・建替

リフォーム



株式会社 シンエイ

西宮市小曾根町4-5-16

TEL(0798)47-1661

メンテナンスアドバイザー

(株)マリン技研サービス

西宮市鳴尾浜1-6-2

TEL(0798)49-6481(代)

FAX(0798)49-6471



信頼と技術で躍進

富田興業株式会社

西宮本社

西宮市津門綾羽町1-13 ☎(0798)23-2001

東条工場

加東市南山6-6-5 ☎(0795)47-6801

吉川工場

三木市吉川町貸瀬336 ☎(0794)73-1500

シルバー便利屋さん

包丁研ぎ、お墓の掃除
網戸障子の張替え
パソコン・スマホの使い方

お気軽にご相談ください。

(公社)西宮市

シルバー人材センター

青木町2-5 TEL(0798)72-3461

「山村塗装店」で昭和56年創業。地域密着、丁寧な対応。



(株)ヤマムラ

西宮市本町9-3

0798-33-2445

戸建住宅の外壁塗装、屋根修繕、防水
マンション、商業施設の大規模改修その他 内装リフォーム、トイレ改修など
調査から企画設計、ご提案、施工まで

豊かな自然に抱かれたお菓子工房



http://www.tsumagari.co.jp

本店

〒662-0015 西宮市甲陽園本庄町6-38

☎0120-221-071

気軽に始められる

シニアにおすすめの趣味

カメラ

旅行先、お孫さん、ペット
など好きなものを自由に写真に収める
ことで感情を自由に表現できます。
被写体を求めて出歩く機会が増えれば
良い運動にもなります。

手芸

編み物、裁縫、アクセサリー
やレース編み、ビーズ
など手を動かす作業なので、
脳の活性化にも繋がります。



令和7年度 西宮市高齢者囲碁大会

9月18日(金)、囲碁を愛好されている方々が一同に会し、日頃から鍛錬されている囲碁の腕前を競うとともに、大会を通じて参加者相互の親睦・交流を図ることを目的に開催されました。

A（三段以上）、B（初二段）、C（級）クラスの3つに分かれて対戦します。各クラスの優勝者は、Aクラスは、畑中明さん、Bクラスは、宮下正行さん、Cクラスは、片野洋子さんでした。



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。



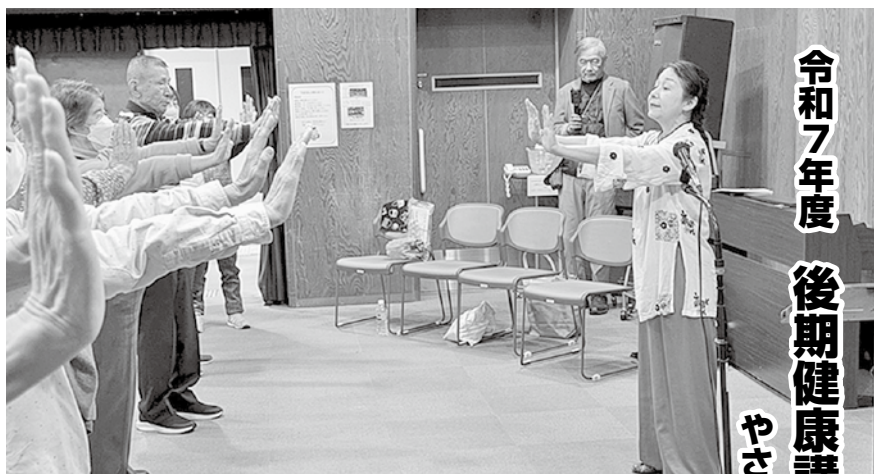
令和7年度 楽しいボウリングの集い

9月3日(水)、4日(木)の両日、4グループに分かれて開催されました。参加者は13校区131人、にぎやかに各人2ゲームを楽しみました。

第1位は、340点で広田校区の小林昌三さん、第2位は、322点で生瀬校区の斎藤尚予さん、第3位は、312点で名塩校区の中山勇さんでした。今回は北部より40人の参加があり、1位を除く2位〜5位まで北部の方が入られました。



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。



令和7年度 後期健康講座 やさしい気功体操

11月19日(水)、一度は耳にされた方もあると思います「気功」をテーマに、講師として阪神間の教室で指導されているコープスポーツ指導員をお迎えして開催しました。

座席の間隔を広くとったこともあり、参加者は51人と大盛況でした。まず、気功の「気」とは？からの話から始まり、呼吸を意識した柔らかな体操へと4人の指導員によるリレー形式で実施されました。

決して無理をせず、柔らかな体操によって「気」をバランスよく巡らせます。歌い（声を出さず）ながらゆったりと身体を動かしたり、普段あまり動かない身体の部分へのストレッチを行ったりする内容でした。



当日の様子は、
You Tube でも
見ることができます。



令和7年度 第2回 カラオケ教室

11月7日、14日、21日(金)の3回シリーズで実施しました。参加者は延べ55人の参加でした。

講師は、おなじみの作詞・作曲家、編曲家の保田勝紀先生です。会場は西宮市総合福祉センター別館2階の大集会室ですが、カラオケ機器が更新され、BGMも画像（モニターテレビ）も鮮明になりました。講師の保田先生の指導（ピアノ伴奏も）により、課題曲キム・ヨンジャの「女の荒波」、津吹みゆの「夜桜の宿」、瀬川瑛子の「萩の宿」令和バージョン」でした。大きな声、皆で歌うことは元気の源です。次回は、2月6日、13日、20日(金)です。皆さんの参加をお待ちしております。

介護付有料老人ホーム
やすらぎ

24時間あんしんの暮らし
介護 × リハビリ × 医療

西宮市津門呉羽町9-10
0120-4165-99

社会医療法人 甲友会

- 西宮協立脳神経外科病院
西宮市今津山中町11-1 ☎(0798)33-2211
- 西宮協立訪問看護センター
- 西宮協立デイケアセンター
- 西宮協立在宅栄養ケアセンター
- 西宮協立リハビリテーション病院
西宮市鷺林寺南町2-13 ☎(0798)75-3000
- 西宮協立ケアプランセンター
- 西宮協立訪問リハビリテーションほほえみ
- 西宮市瓦木在宅療養相談支援センター

高齢者総合介護センター
いまづ聖徳園

西宮市今津港町3番11号
(36-8023)
リハビリ特化型デイサービス
(36-8024)
西宮市今津巽町7番10号
今津南デイサービス(32-1701)

高齢者総合介護センター
にしのみや聖徳園

西宮市段上町6丁目24-1
☎(0798)54-8885

～共に生きる、木も虫も、
風も光も、わたしたちも～

社会福祉法人長陽会
**ニコニコ桜今津灯
保育園**

西宮市今津水波町9-8
☎(0798)22-0034

社会福祉法人 イエス 団
いち ばく
一麦保育園

西宮市高木東町30番3号
☎(0798)67-2775
FAX(0798)67-1893

社会福祉法人 甲山福祉センター
幼保連携型認定こども園
安井保育園

人が人として人とともに
豊かに生きる

西宮市安井町4-15
TEL(0798)34-6677
FAX(0798)34-0337

うま
馬

〈動物のことわざ〉

- 馬の耳に念仏
- 馬子にも衣装
- 将を射んとせば、まず馬を射よ
- 牛を馬に乗り換える
- 老いたる馬は路を忘れず
- 生馬の目を抜く

ずっと昔から人間とともに歩んできた馬。歴史が長いぶん、もちろん「ことわざ」も多数。馬にマイナスの印象を持つものから、プラスの印象を与える「ことわざ」まで様々です。