

10月24日(金)、浜甲子園体育館多目的グラウンドAにおいて「令和7年度第2回(52回)グラウンド・ゴルフ大会」が開催され、市内各校区から募集した44チームと西宮市役所1チームの総勢225名が熱戦を繰り広げました。

1チーム5人編制で、それぞれ8ホール2ラウンドをプレーしてのチーム総得点で競いました。

当日は、朝から快晴、絶好のプレー日和となり、皆さんの熱気と共に気温も上昇し、汗ばむほどでした。「ナイスイン」「あーあー」という声があちらこちらから聞こえる楽しい一日でした。



令和7年度 一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会 第2回 グラウンド・ゴルフ大会

大会結果



《優勝》鳴尾東 A チーム



《準優勝》高木チーム



西宮市社会福祉協議会理事長賞
《第3位》南甲子園 B チーム



市連理事長賞
《第4位》高須 B チーム

令和7年11月5日(水)、アミティ・ベイコムホールにおいて「第56回西宮市高齢者芸能大会」が開催され、厳しい予選を突破した大会最多の23組の出演者が頂点を目指して芸を披露しました。

開会式では古結理事長と来賓によるあいさつの後、ことばきコーラスによりオープニングのコーラスが披露され、石井市長のピアノ演奏披露後本戦スタートとなりました。

今大会は、最優秀賞(中国伝統芸能・変面)、優秀賞(アコーディオン演奏・歌謡腹話術・大道芸)、特別賞(創作ダンス・コントコーラス)、他カラオケ・

入賞おめでとうございます



第56回 西宮市高齢者芸能大会

民謡・マジック・落語・楽器演奏など幅広く幅広いジャンルの芸能大会で、会場全体は拍手喝采の連続となりました。

全種目が終了すると、ゲストの鷹取靖彦氏のトラソペット演奏と菊岡万里子氏のピアノ伴奏の素晴らしい演奏で会場全体素晴らしいひと時となりました。

その後、表彰式と作曲家の保田勝紀先生による講評、お楽しみ抽選会が行なわれ、今大会は盛会裏に幕を閉じました。

なお、入賞者一覧と出演者の雄姿は、最終12ページに掲載していますので併せてご覧ください。

石井市長



鷹取靖彦氏と菊岡万里子氏による素晴らしい演奏

内科・呼吸器内科・アレルギー科・外科 たけまさクリニック

院長・医学博士 家田 泰浩

西宮市樋之池町21-26
(樋之池市民プール前)

☎(0798)72-5951

皮膚科・アレルギー科・美容皮膚科 医療法人社団 櫻根 純子

日本皮膚科学会認定皮膚科専門医 院長 櫻根 純子

診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:30 ○○○○/○○/○
午後4:00~6:00 ○○○○/○○/○

西宮市樋之池町10-15 2F-203号(関西スーパー向かい)
☎(0798)74-1331
URL: <https://www.sakurane-hifuka.com>

日帰り白内障手術 医療法人社団 とみい眼科クリニック

診療時間 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○○○/○○/○
15:00~18:00 ○※○○/○○/○

※火曜は手術日
西宮市大谷町7-1
夙川グリーンプレイスA棟 2F
☎(0798)34-5575

とき皮フ科

診療時間 月火水木金土日祝
A.M.9:30~11:30 ○○○○/○○/○
P.M.5:00~7:00 ○○○○/○○/○

西宮市羽衣町7-27(サン夙川ビル2F)
阪急夙川駅前徒歩2分
☎(0798)38-5081

内科・胃腸科・循環器科 医療法人社団 園田内科

診療時間 月火水木金土日祝
午前8:30~12:00 ○○○○/○○/○
午後3:45~7:00 ○○○○/○○/○

西宮市南越木岩町14-7(国5台有り)
☎(0798)72-4601

涙がもたらす健康効果

—— むくみ、クマの解消 ——

泣くことで涙腺の詰まりが解消され、血流がよくなり、その結果むくみやクマが解消されます。

—— スッキリする ——

泣くことで脳内ホルモンの一つである物質の鎮静作用が働き適度な運動の後のようなスッキリ感があります。

浜田歯科クリニック 歯科・矯正歯科・小児歯科

診療時間 月火水木金土日祝
9:00~1:00 ○○○○/○○/○
3:00~7:00 ○※○○/○○/○

※火曜午後は3:00~9:00 休診
△土曜午後は2:30~5:00 水、日、祝日
西宮市両度町3-2-4
アメニティコート西宮北口1F
☎64-4182

あかお歯科医院

診療時間 月火水木金土日祝
9:30~13:30 ●●●●/●●/●
15:00~19:00 ●●●●/●●/●

▲15:00~18:00
診療受付時間 午前12:45まで 平日夜18:30まで 土17:30まで
訪問診療します。
西宮市高木西町4-16 パールコート1F
【ご予約・お問い合わせ】 はによい
☎(0798)42-8241

しげしたデンタルクリニック shigeshta dental clinic

お口に関するお悩みなら何でもお気軽にご相談下さい。

診療日 月火木金土 休診日 水曜・日曜
(祝日のある週は、水曜日診療いたします)
西宮市甲陽園若江町6-15(阪急甲陽園駅前)
TEL(0798)70-3330
<http://www.shigeshta.com>

いぶき

知っておいて！ 突発性難聴

名塩校区

赤坂美智子

一昨年の夏も暑かった。田んぼには二番草がモコモコ生えた。草引きに通う毎日だった。お米が値上がりした。「それは政治の失敗よ！」零細農家の私でも分かる。秋になり稲刈りをしJAに出荷したが、カメムシの害で等級は低かった。いつも買いに来てくれる友人たちを畑のサツマイモ・サトイモ堀りに招待した。

やっと一段落したころ疲れが出てきた。大阪の歯科（弟が開業）を定期受診。帰りにJR西宮名塩駅で降りたら左の耳がシーンとなった。子どものころ

からバス通学で、標高差には慣れている。おかしいな風邪かな？薬を飲んで休んだ。「シーン」は治らない。歯科医に尋ねた。「突発性難聴ならすぐに耳鼻咽喉科に行つて」と言われ、《家庭の医学》で調べた。「ある日突然片耳がまったく聞こえなくなる劇的な病気」「耳鳴り、耳閉塞感、めまい、ふらつき、吐き気をとまなづ」「原因不明」「発病から2週間以内に治療を開始すれば回復に結び付く」

耳鼻咽喉科に行った。「突発性難聴ですね。大きい病院を紹介します」病院を受診、1週間の入院、朝からステロイド剤の点滴を1時間、後は休養です。「3割の人が治ります。どうしますか？」めまいも吐き気も無いが準備をして次の日に入院。すぐに看護婦さんが病室に来て説明の後、点滴が始まった。テ

レビ体操、廊下を歩く、読書、メール等で過ごした。ステロイド剤の量が徐々に減り、退院。飲み薬も減ったころ友人が来て「どっちが聞こえないの？」と聞く。片耳ずつ塞いで聞くと「聞こえたー」治っていた。

母の介護で「認知症の予防は目と耳と歯、情報の入り口」。今回は「目の奥は脳、鼻と耳の奥も脳、炎症と菌はそのまま脳に行く。歯周病菌は血液に乗って全身を巡る」と知った。自分の身体を大切にしよう。種々の病気は「過労とストレス」が原因だ。「加齢」ではない。「気の持ち方」でもない。知らないことを損をするのだ。



俳句で頭の体操

神原校区

濱野 照子

ある日のこと、俳句の話になりました。俳句は季語を入れて五・七・五にまとめます。一般的に場所を想像できなければならず、かといって説明になってもダメ。いろいろな「決まり事」

があるのですが初めからは細かいことは言えません。

まず、何でも感じたことをメモに書いておくといいと思います。俳句って難しく考えるときませんが気楽に続けていきましよう。

先生は遠くから来ていただいていたがコロナもあり、また途中での事故が心配で、今では通信教育で教えてもらっています。これもボケ防止と考えます。



ミャンマーのじふ④

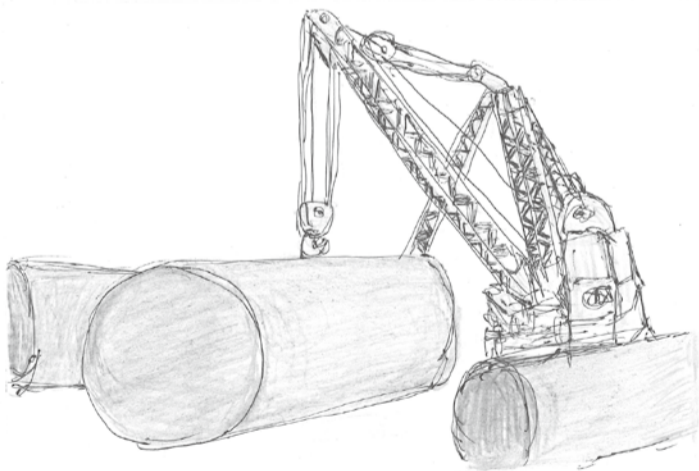
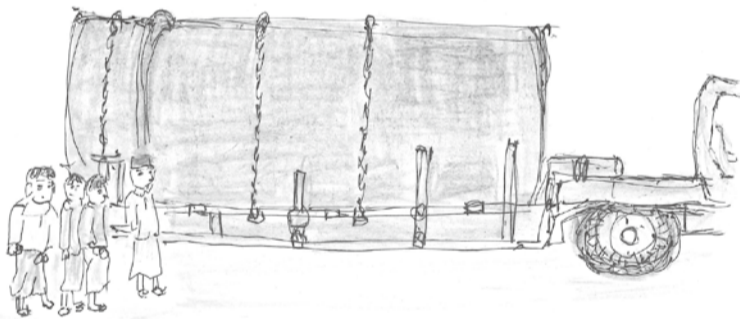
（文・絵）名塩校区

大前 慶治

初めての裁判所

日本からビルマ（ミャンマー）にやってきて、当時の首都ラングーン（ヤンゴン）の宿舎となる一軒家でしばらく過ごした後、1日に1本出る列車に乗ってオンバン駅に来ていた。僕の頭の中は仕事のことだけだった。

呼び出しの日に隣町カローの裁判所へ向かった。通訳も弁護士もない。小さな部屋で3人の役人に囲まれて始まった。書類には英語が併記してあって、やっと理由が分かった。



輸送始まる

ラングーン港で船から貨車積みされてやってきたP・P・Lのパイプをトレーラーに積んで発電所の現場へ届ける仕事が始まった。どんな道路事情の場所を走るのか見に行きたいと頼んだが叶わなかった。途中の危険な地域を軍が護衛しているという。1日目に積み込み作業、2日目には夜明けに出発して夕方現地到着。3日目に荷下ろし、4日目に戻ってくる。2日目と4日目に行きと帰りのトレーラーが走り、軍が護衛するのだ。

オンバンに来て2カ月になるうとする頃、通訳がやってきた。独立戦争のとき、日本軍の通訳をしていたという。荷を固定するワイヤー……と言ったら、敵国の言葉はダメだと言われた。やれやれ。（つづく）

外国は初めてで軍政の怖さなど知らない。ただ僕に知られていない15人の人間が僕のことを見ている、出国時に彼らが滞在中問題がなかったとサインをしなければ出国を認められないということとは教えられていたが。

僕は旅行者ではなかった。住所を届け出なければ不法入国者だ。届け出の期限が過ぎていた。でもこの国の仕事で来ているのです。「判決・懲役1カ月」「ええっ」なんてやねん。「……あるいは罰金刑に処す」「支払いますっ！」そんなに安いかいと言いたくなるほど安かった。千円くらいやったと思う。負けてくれたんかもしれない。駅舎に戻ると心配していたみんなが迎えてくれた。



ことぶきバスツアー 泉州を訪ねて

北夙川校区 北楽友会
多田 輝子

10月2日、絶好の秋日和。参加者43名を乗せて、ことぶきバスは水間寺へと走ります。途中、高速から淡路島、大阪・関西万博の大屋根リングを見ながら約1時間半で到着。水間寺は奈良時代に聖武天皇の勅願によって、行基菩薩が開創されたお寺で、現在厄除け観音として信仰されています。

「いぶき」
みなかみは清き流れの水間寺
願う心の底は濁らじ

食事処「よさこい」で昼食後、次の見学地国華園で切り花、苗、旬の果物等々に行ったり来たり楽しい買い物時間。最後は青空市場に、近くの海で獲れた新鮮な魚が並びあれこれと迷い見つかります。泉州タオルも安くて人気でした。帰りのバスの中は、ハーモニカに合わせて歌い、懐かしい曲で合唱。上手な司会で、あつという間に1年に1度のバス旅無事終了。



水間寺参拝記念写真 2025年10月2日

会員文芸

◆俳句

山口校区 森 結子

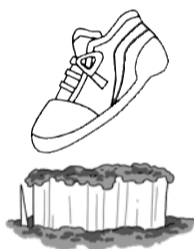
秋更くや間違ひ探しあと一つ
腰痛や湯加減熱め柚子の風呂

山口校区 大畑はるみ

村祭農継ぐ子らもつがぬ子も
濃き西日ゲート前の万国旗

山口校区 横垣内眞澄

かまくらや餅が弾ける童声
霜柱ザクザクザクとしやべり好き



北夙川校区 佐藤紀美子

朝明けや連たてし鴨の群れ
夕暮れに名残を惜しむほどの秋

北夙川校区 多田 輝子

冬鳥の輪をかく池の日向ぼこ
公園を風と枯葉の鬼ごっこ

広田校区 小林 昌三

秋冷の清き社殿に背筋伸び
廃屋や野葡萄の実は七色に



北夙川校区 団野 恭子

磐座を隅なく照らす初明かり
七草や明石の門波行く巨船

浜脇校区 森本 規子

曳き船の水脈の分かれて冬鳴
門毎に小さきとんどの残り灰

用海校区 大味しげる

古九谷の盃も徳利も松の内
寒鰯の眼は蒼き海を恋ひ

南甲子園校区 竹村 香織

寒星のまっすぐ我に迫るなり
夕星や和泉式部の日記など

神原校区 吉田 照美

よくしゃべる集金人の冬帽子
食配のすきやきうどん冬マスク



◆川柳

山口校区 山垣みね子

電話の声若いと言われ腰のばす

高須校区 増田百合子

橋幸夫いつでも夢を有難う
あこがれたスマホを手に入れ持て余す

高須校区 嶋谷 直美

一瞬の猛暑忘れる赤トンボ
ノーベル賞日本人揃って快挙なり

高須校区 橋本 力

一言が皆な嫌がるオーバーラン
日本の先行き不安な早苗丸

高須校区 福井 進

今日もまた猛暑で足りぬ救急車
身に覚えないうちとも言えぬ過去

高須校区 本郷 陽吉

外出も自粛して家呑み会ができる糧
政局は船頭多く山登る

高須校区 飯田 浩二

還暦の我が子を案ずる母卒寿
公約は獲らぬ狸の皮算用



高須校区 船津 早苗

届かない手紙もしやお蔵入り
何事も塞翁が馬と生きる日々

春風校区 最上 弘男

いつも鳴くあぶら蟬か耳鳴りか

北六甲台校区 高瀬 照枝

原稿募集

■投稿締め切り

令和8年5月8日(金)

■投稿規定

市販の400字詰原稿用紙2枚まで。
長文の場合は紙面の都合によりカットする場合もあります。俳句や短歌、川柳はおひとり2句まで。

※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。

第56回 西宮市高齢者芸能大会

※9ページに記事を掲載しています。



優秀賞



特別賞



優秀賞



最優秀賞



優秀賞



特別賞



入賞者
(敬称略)

最優秀賞	中国伝統芸能	変面（へんめん）	近藤 幸人（安井）
優秀賞	アコーディオン	ラ・クンバルシータ	桑名 恵子（小松）
優秀賞	歌謡腹話術	瞼の母	長澤 甚一（南甲子園）
優秀賞	大道芸	皿廻し 南京玉すだれ	横山 美知子（高木）
特別賞	創作ダンス	Yeah! めっちゃホリディ	浜 由紀子（鳴尾東）
特別賞	コント・コーラス	東京ドンパ娘	ハッピー&エンジョイクラブ（上ヶ原）

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 甲子園グリーンプレイス内
tel. 0798-61-8000

～これまでの70年
これからの100年～
地域のみならず必要とされる病院であり続けるために
明和病院は新しく生まれ変わります！

2027年5月新棟オープン予定

親切で信頼される病院を目指します 〒663-8186 兵庫県西宮市上岡尾町4-31
医療法人 信和会 TEL：0798-47-1767（代表）
0570-0-89470（患者さん専用）
めいわりん「リハビリ病院/明和リハビリセンター/西宮・めいわりん」
訪問看護センター/明和/居宅介護支援事業所 併設

明和病院

・関節が痛い（腰痛）
・変形性膝関節症

で悩む方へ

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

スポンサーのみなさまへ

広報紙L版「いぶき」の広告掲載
に関するお問い合わせ等は㈱博報社
までご連絡いただきますよう宜しく
お願い申し上げます。

㈱博報社 ☎ 06-6797-0212
FAX 06-6797-0479

いつも笑顔を絶やさず
素敵な日々を

TEL(0798)40-5222
西宮市上田中町17-26
http://www.miyako-clinic.com

胃腸科・肛門科・外科・リハビリテーション科

都クリニック

診療時間 月火水木金土
A.M.9:00～12:00
P.M.4:00～7:00

休診日 日曜・祝日・土曜午後

各種検診・検査いたします
TEL(0798)40-5222
西宮市上田中町17-26
http://www.miyako-clinic.com

松本整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

診療時間 月火水木金土日
9:00～12:00
15:00～19:00
13:30～15:30
10:00～13:00

△外来診察のみ、リハビリはありません 休診日：木曜午後・祝日
西宮市今津二葉町1-24
（阪神今津駅南へ徒歩200m）
☎(0798)35-5535（代）

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

甲子園口駅 徒歩1分

歯科、小児歯科
歯科口腔外科、矯正歯科

甲子園口オカダ歯科医院

診療時間 月火水木金土日祝
9:00～13:00
15:00～19:00

休診日 日曜・祝日 ▲土曜午後は17:00まで
西宮市甲子園口北町4-1-101号
TEL(0798)65-8383

東急リバブル

お気軽にお電話下さい。東急リバブルが買取も致します！
～秘密厳守～ マンション 土地 一戸建 駐車場 アパート

甲子園センター

無料相続相談会実施中

0120-982-690 ☎(0798)42-1091
FAX(0798)42-1092
リバブル 甲子園
西宮市花園町10-21 ノーブル甲子園1階 https://www.livable.co.jp/

家庭でできる！
かんたんエコ
～エアコン～

エアコンの設定
温度は外気温に
近づけましょう

夏：28℃、冬：20℃を目安にしましょう。

火災保険を見直すなら今!!

西宮市民共済の
組合員さんなら
集団扱で保険料が
割安

火災保険 地震保険

風災、水災、火災、盗難、落し物、水漏れ等
地震による倒壊、火災、津波による流失

地震保険は火災保険とセットでの加入となります。
（有）西宮協同サービスからのご案内

お見積り無料 詳しくは、F（フ）ン（フ）レ（フ）ット「契約概要」等をご請求のうえご確認ください。 ※組合員になって頂くには、100円の出資が必要で、
通話料 0120-24-9431 西宮市民共済生活協同組合 営業時間 9:00～17:30
（土曜日は17:00まで 日曜・祝日休業）
（有）西宮協同サービス

お酒の上手な
付き合い方

自分の適量を守る
適度な飲酒量は、1日※純アルコール
で約20g程度であるとされています。
これには個人差があります
ので自分の適量を把握しましょう。

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

総合受付
0120-24-9930

様々な悩みをワンストップ解決！

空き家NEXT

ご近所さんの目が気になる
雑草・技術の処理
不用品処分から始める
ハウスクリーニング
売却・解体工事

0120-48-0802
㈱信和建物 空き家NEXT事業部
西宮市西宮浜2-21-9

長寿社会の文化に貢献します

博報社は広報紙制作を通じて老人クラブさ
まの情報を会員の皆さまや地域の高齢者さ
まに伝えています。高齢社会における必要不
可欠な老人クラブさまの活動を支えることが
社会貢献につながると信じています。

老人クラブ広報紙制作

HAKUHOUSHA
Enrich Your Heart

大阪市東住吉区駒川5-4-11 2F
☎(06)6797-0212