広報紙
KOBEシニアクラブ
令和4年
1月10日
（毎月10日発行）
No.691

一般社団法人　神戸市老人クラブ連合会　〒650-0016 神戸市中央区橘通3-4-1　TEL(078)341-8507　FAX(078)341-8524　krcr@sunny.ocn.ne.jp　http://kobeshirouren.or.jp/

新年のごあいさつ

神戸市老人クラブ連合会
（KOBEシニアクラブ）
理事長　大辻正忠



新年あけましておめでとうございます。

会員の皆さん、新しい年を健やかにお迎えのこととお慶び申しあげます。

さて、わが国の65歳以上の人口割合は29・1％と高齢化は急速に進行しています。

併せて「人生100年時代」と言われている今日、昨年100歳以上の高齢者は、全国で約8万6千人を超え、今後ますます「健康長寿社会」の実現を目指す取り組みは重要であります。

こうした状況の中、増加する高齢者が健康を維持し、活力を持って地域社会に貢献できるような体制づくりが求められています。

「健康・友愛・奉仕」を三大目標とする老人クラブは、高齢者の地域活動に不可欠な組織であり、その活動を通じて、高齢者自身の生活だけでなく、地域社会を豊かにする役割を担うことが期待されています。

KOBEシニアクラブとしても、三大目標を実践するため、会員自らが健康の維持・増進に努め、仲間づくり、生きがいづくりなどの活動や会員同士の見守り活動などを通じて、互いに手を携えながら活力ある地域づくりに取り組んできました。

この2年間は、新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、不安と混乱の社会状況下にあり、当シニアクラブも十分な活動ができませんでした。

最近は、感染者数も減少傾向にはありますが、新たな「オミクロン株」による「第6波」の懸念もあり、まだ予断を許さない状況です。

一方で、ワクチン接種の推進や治療薬の開発などコロナ終息に向けた取り組みが加速しています。

「感染防止」と「活動継続」の両立を目指して、事業の内容や開催の時期、規模など柔軟に工夫し、各区老連とも引き続き、緊密に連携を図り、フレイル予防の観点からも、可能な限り各種事業を実施していきたいと考えています。

会員の皆さんには、コロナ禍での市老連事業にご理解とご協力をお願いするとともに、改めて、マスクの着用、手指の消毒、体調管理など、引き続き感染防止対策の徹底をお願いします。

「コロナに負けず、元気に！」を合言葉に、皆さんと共に、健康で安全で安心な「健康長寿社会」の実現のため、活力と魅力を感じられる老人クラブを目指していきたいと思います。

最後になりましたが、皆様の益々のご健勝とご多幸を祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。

新年に寄せて

神戸市長　久元喜造



新しい年を迎えるにあたり謹んでご挨拶を申し上げます。

昨年秋の市長選挙におきまして、市民の皆様からご信任を賜り、3期目の市政を担わせていただくこととなりました。私に課せられた責任の重さを常に胸に抱きながら、市民のみなさまからの期待にお応えできるよう、全力を尽くしていく所存です。

新型コロナウイルス感染症については、医療従事者のみなさまをはじめ、多くの事業者や市民のみなさまのご協力をいただき、この未曽有の危機に対処してきました。感染再拡大に備えるために、医療提供体制とPCR検査体制の確保に努め、3回目のワクチン接種を安全かつ迅速に進めるとともに、コロナ禍で大きな影響を受けた市民や事業者に対するきめ細かな支援を展開するなど、引き続き、市民の命と健康を守り、神戸経済を回復させることに全力で取り組みます。

神戸のまちづくりについても、ウイルスの出現前からの課題である超高齢社会、東京一極集中はもちろん、とりわけ人口減少への対応に、強い決意と覚悟をもって取り組みます。都心・ウォーターフロントの再整備を着実に進め、拠点駅のリノベーションを行うことによって、バランスのとれたまちづくりを進めていきます。同時に、神戸が持つ豊かな自然環境を活かし、六甲山上スマートシティ構想や里山の保全・活用を進め、若い世代が集い、住まい、働き、多様な活動が展開されるまちをめざします。また、子育てや教育、孤独・孤立など各種施策の充実を図るとともに、世代を超えて市民がお互いに助け合う、人にやさしい地域社会の構築にも努めます。

神戸は、戦災や災害、阪神・淡路大震災など、幾多の困難を市民の力で乗り越えてきたまちです。これからも国内外に貢献し、市民が誇りを持つ神戸であり続けるために、『海と山が育むグローバル貢献都市』の実現に向けて取り組んでいきます。

KOBEシニアクラブの「健康・友愛・奉仕」を理念とする活動は、超高齢社会における地域の担い手として欠くことのできないものであります。コロナ禍において活動を継続していくためにも、より良い取り組みを一緒に考えていければと思いますので、引き続き、神戸市政に対し、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

末筆ではありますが、本年がKOBEシニアクラブの皆様にとって、すばらしい一年となりますことをお祈りいたします。

躍動する兵庫、コロナを乗り越え未来へ

兵庫県知事　齋藤元彦



新年あけましておめでとうございます。

昨年も新型コロナが私たちの暮らしに大きな影響を及ぼしましたが、県民・事業者・医療関係者の皆さんのご協力により、第五波を乗り越えることができました。

しかし、感染再拡大のリスクは続きます。マスク着用、手洗い、「密」の回避など基本的な感染対策の徹底を引き続きお願いします。

その一つは、時代の潮流であるデジタル化やグリーン化の加速。デジタル技術を、働き方、教育、医療・介護、地場産業や農業など様々な分野で取り入れるとともに、再生可能エネルギーの導入拡大や水素の利活用などの地球温暖化対策に力を入れます。

また、少子高齢・人口減少社会への対応や、頻発化・激甚化する自然災害への備え、交流と日常生活を支える道路ネットワークの整備など、すべての県民の皆様が安心して、育ち、働き、暮らし続けられる、だれも取り残さない兵庫づくりを進めます。

大きなポテンシャルを持つベイエリアの活性化にも本腰を入れます。二〇二五年大阪・関西万博は、兵庫に人・モノ・投資を呼び込む大きなチャンスです。更なる発展の起爆剤とすべく、ベイエリアプロジェクトの起動、万博の来場者を県内各地へ誘うフィールドパビリオンの具体化など、新たなチャレンジをしていきます。

もとより、こうした取組は行政だけでできるものではありません。民間との連携をこれまで以上に広げていきます。また、私自身が県内各地で地域の皆さんと対話を重ね、地域の課題やニーズを新たな施策に繋げていく県民ボトムアップ型県政を推進します。

「躍動する兵庫」の実現に向け、飛躍の一年としていく決意です。

皆さんのご理解、ご支援をお願いします。

サービス付き高齢者向け住宅
フィーカ須磨の丘
入居者募集中
お部屋の見学 個別相談 ご予約受付中
都心から近い！
神戸市営地下鉄
三宮 ⇄ 妙法寺
16分
30㎡のお部屋
残りわずか！
入居一時金 不要

住居中庭

リビング

キッチン
お部屋の広さ 31.75~71.78㎡
家賃 88,000~219,000円
入居条件：60歳以上の方 2人入居も可能
●介護施設・クリニック・リハビリ施設を併設
●お部屋は9種類あり、生活に合わせて選べます
●緊急ボタンがあり24時間スタッフが対応
体験宿泊、昼食試食
【ご予約受付中】
神戸市営地下鉄「妙法寺駅」から
無料送迎バスで5分
見学ご予約・資料請求
受付時間10:00~17:00
0120-554-334
フィーカ須磨の丘　検索
神戸市須磨区妙法寺字菅ノ池3−1
【概要】運営事業主 / 社会福祉法人きらくえん　施設類型 / サービス付き高齢者向け住宅（登録番号 /H30-02 号）　施設名称 / きらくえん「フィーカ須磨の丘」　所在地 / 兵庫県神戸市須磨区妙法寺字菅ノ池3-1　交通 / 神戸市営地下鉄線「妙法寺」駅より徒歩15分（約1.2km）総戸数 /56 戸　契約形態 / 建物賃貸借方式　家賃 /88,000 円～ 219,000 円　共益費 /30,000 円　敷金 / 家賃2か月分　生活支援サービス費 /33,000 円（一人当たり）　食費 /49,500円　前払金 / なし　特定施設入居者生活介護事業者の指定 / なし　建物の撮影年月 / 全て2020年11月

区老連だより

西区老連

日帰り旅行

当区老連では毎年秋の終りに、バス一泊旅行を実施してきました。令和2年はコロナウイルスの関係で、中止せざるを得なくなりました。

毎年の旅行を楽しみにしている方も多く、本年はどうするか9月初めより役員会で協議したところ、一泊旅行は困難、日帰り旅行を行うことで意見がまとまり、旅行社と相談。行く先は県内、募集人員400名余と決定しました。おりしも緊急事態宣言が解除となり、どのくらいの参加人数となるか見通しも明るくなりました。

11月初めには参加者数600名余との情報が入りました。日頃の外出規制の反動と、クーポン利用により参加費が当初予定額の3分の2の5000円と安価にできたことによるものと考えられます。

当日は、バス15台、総勢560名の参加となり、山陰海岸ジオパーク館見学→浜坂港海産物魚市場での昼食・買物→余部鉄橋の見学と県内北部を回りました。ジオパーク・余部鉄橋では、冬の日本海側特有の小雨にあい、美しい景色は見られませんでしたが、帰路のバス上部棚は土産でいっぱいでした。各地区から出発のバス到着に合わせて見学・食事と、今までになかった楽しい一日のバス旅行でした。





兵庫区老連

2年振りの健康増進事業

コロナ禍のため、昨年度は計画していた行事がほとんどできませんでしたが、コロナ感染が少し弱まった10月22日（金）に三宮のラウンドワンでボウリング大会を開催しました。

7階のフロアを貸切り、1レーン3名ずつで参加者40名が熱戦を繰り広げました。例年80名くらいで実施していましたが、会場の都合で参加者を半数に絞り、男女別に優勝以下各賞を多数設けて、大いに盛り上がりました。

なお、当日の成績順位で上位13名が12月14日（火）開催の市老連ボウリング大会に出場しました。



中央区老連

秋のグラウンドゴルフ大会

10月14日（木）、王子スタジアムで、秋のグラウンドゴルフ大会を開催しました。

9月末までの緊急事態宣言で、区老連の活動ができず、久し振りの区主催の大会となり、会場には多くの会員が集まりました。

絶好のコンディションの中の大盛況となった大会の結果は下表の通りとなりました。

また、王子スタジアムでは、定期的にグラウンドゴルフ教室を開催しています。

講師に杉谷美和子氏をお迎えし、体がグラウンドゴルフを忘れぬよう、また、より一層の技術の向上に精進しています。

大会結果

順　位	氏　名	クラブ名
優　勝	杉野喜久子	ふきあい寿会
準優勝	高土　隆輔	パークシティむつみ会
第３位	美野　清志	つつわ会
第４位	神田　正子	エバーグリーン寿会
第５位	石田　陽一	つつわ会

調停手続相談 無料

交通事故・金銭・土地建物・近隣関係・家庭内の夫婦関係・相続などでお困りの方に調停委員が調停のメリットや手続きについて無料で相談に応じます。予約不要。

日時　2月19日(土)午前10時～午後4時(受付:午後3時30分終了)

場所　神戸市勤労会館（神戸市中央区雲井通5丁目1－2）

主催　兵庫県調停協会（担当：神戸調停協会）

相談担当者　民事調停委員および家事調停委員(弁護士を含む)

問合せ先　神戸調停協会（神戸簡易裁判所内）☎078－341－7521（内線4630）

令和４年度 神戸市シルバーカレッジ 学生募集

●願書受付期間　1月17日(月)～1月28日(金)
●学生募集案内配布　区役所、区文化センターなどで配布（無料）
●募集コース・受講料　健康ライフ、国際交流・協力、生活環境各コース：年額70,000円
総合芸術コース（美術・工芸、音楽文化、園芸、食文化各専攻）：年額77,000円
＊これ以外に材料費等は別途実費負担があります
●入学金　6,000円

※詳しくは学生募集案内をご覧ください。お問い合わせは事務局まで
※この事業は、令和４年度神戸市一般会計予算の成立を前提に行うものです。

神戸市シルバーカレッジ事務局　TEL 078-743-8100　FAX 078-743-8103　HP http://kobe-sc.org





※1室あたりのご利用人数、利用日、お部屋タイプにより料金が異なります。
その他、各種プランもございます。詳しくは当宿へお問い合わせください。

販売期間
2022年～2月28日
明石大橋をETC割引を利用してお気軽に当宿へお越しください

神戸市老人クラブ連合会会員特典
①1泊2食以上のプランご利用で1,000円分の館内利用券プレゼント!(お1人様に1枚)※追加飲食・売店お土産購入にお使いいただけます。
②淡路島玉ねぎスープ1袋プレゼント!(お1人様に1つ)
ご予約時に「KOBEシニアクラブを見た」とお申し込みください。

瀬戸内の海の幸と絶景を望む温泉リゾートホテル
かんぽの宿 淡路島
兵庫県淡路市富島824　かんぽの宿　検索
☎0799-82-1073

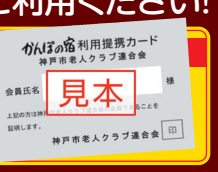


新型コロナウイルス感染症予防対策に取り組んでいます。

【ご注意】●掲載の写真・イラストはすべてイメージです。●宿泊料金には消費税・入湯税（150円）が含まれております。●各種割引・クーポン券との併用はできません。●暴力団関係者等反社会的勢力の利用をお断りします。●入れ墨（タトゥー）をしているお客さまは、他のお客さまから入れ墨（タトゥー）が見えない状態でのご利用をお願い申しあげます。

だれでも!! 泊まれる。
かんぽの宿
各種宿泊プランございます
神戸市老人クラブ連合会様と「かんぽの宿」は利用提携を行っています。
ぜひ、ご利用ください!

神戸市老人クラブ連合会会員1名様につき
1泊2食以上のプランご利用で
さらに!
1泊あたり500円割引!
(同伴者は3名様まで割引)



近畿のかんぽの宿

かんぽの宿 紀伊田辺　和歌山県田辺市目良24-1　☎0739-24-2900
かんぽの宿 彦根　滋賀県彦根市松原町3759　☎0749-22-8090
かんぽの宿 大和平群　奈良県生駒郡平群町上庄2-16-1　☎0745-45-0351
かんぽの宿 奈良　奈良県奈良市二条町3-9-1　☎0742-33-2351
かんぽの宿 富田林　大阪府富田林市龍泉880-1　☎0721-33-0700
かんぽの宿 有馬　兵庫県神戸市北区有馬町1617-1　☎078-904-0951
かんぽの宿 赤穂　兵庫県赤穂市御崎883-1　☎0791-43-7501

※かんぽの宿利用提携カードをチェックイン時に必ずご提示ください。
割引対象外の期間、プラン等がございます。ご予約・詳細はご希望の宿にお問い合わせください。

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です
下肢静脈瘤 / 痔 / そけいヘルニア　当院で日帰りの治療・手術をすることが可能です
下記の症状がある方は下肢の血管状態の悪化、もしくは下肢静脈瘤の可能性があります。まずはご相談ください。

足にこのような症状はありませんか?



- こむら返りで夜中に目が覚める
- 足が重い・だるい・つる
- 足の血管の膨らみと痛み
- 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる
- 足の血管がボコボコ浮いている
- 足の皮膚のボコボコとカユミ

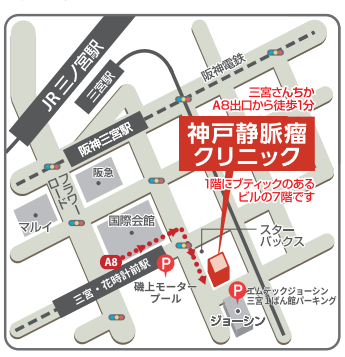
新型コロナウイルス感染防止対策を実施しています　検温実施　マスク着用　消毒の徹底　換気

無料
無料静脈瘤検査は保険外検査

静脈瘤検査
検査項目
●超音波（エコー）による足の血管チェック
●下肢静脈瘤　●血管年齢測定
※静脈瘤の検査(無料)は電話予約制です。お電話の際に無料静脈瘤検査を希望の旨、必ずお伝えください。
日程
1/12(水)、1/15(土)
1/19(水)、1/22(土)
1/26(水)、1/29(土)
※静脈瘤の検査(無料)は13:00～16:00までの実施です。



神戸静脈瘤クリニック
☎078-230-1122
診療日／月、火、水、金、土（休診：木・日祝）
時　間／午前：9:00～12:00　午後：13:00～17:00



クリニック所在地
〒651-0086
兵庫県神戸市中央区磯上通7丁目1-8
三宮プラザWEST ビル７階

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。

クラブだより

“さつま芋”ほり

北区
山の街シニアクラブ
畑山　輝雄



山の街シニアクラブ恒例の〝さつま芋〟ほりを11月6日（土）、好天に恵まれ午前9時より「やきもち地蔵さん」の近くの「猪ころびファーム」で開催しました。ヨチヨチ歩きのチビちゃんから小学2～4年生ぐらいの子ども達約35名に加え、老若男女20名が参加しました。シニアクラブ会員の手ほどきで小さなスコップを手に奮闘し、1株300円ただし2㎏を保証。大きな〝さつま芋〟が連になって大歓声があがり、今年は豊芋で大人達も大喜びでした。

また、野菜コーナーを併設し、大根・ほうれんそう・小松菜・人参・なす・かぼちゃ等々が、あっという間に完売しました。帰り道は急な上り坂で神鉄山の街駅までバスで送迎、皆さん笑顔で大喜びでした。来年もガンバルゾ!!

モデル活動事業 太極拳で健康づくり「カンフー体操」

灘区　灘南部和光会
小谷　辰次



令和3年度モデル活動事業で新しい健康づくり、太極拳「カンフー体操」を選びました。

灘南部和光会の地域はJR摩耶駅南側、西灘小学校周辺で、西灘公園・求女塚西公園があり、屋外活動に恵まれており、会員数は114名のクラブです。

当クラブは自治会・ふれあいのまちづくり協議会と共同で午前9時にラジオ体操を週2回（水曜日と金曜日）40数名が集まり、健康づくりに励んでいます。また、太極拳クラブを4年前に結成し、現在も15名が太極拳を続けています。

ラジオ体操を始める前に、健康づくりで「24式太極拳」を行います。周りの方も見よう見まねで太極拳をする方が増えてきました。その後、ラジオ体操第一・第二が始まります。

今後の太極拳クラブに「カンフー体操」を取り入れ、この公園で「健康づくりを続けていきたい」と思い、「モデル活動事業」を申し込みました。太極拳クラブのメンバーに対して「カンフー体操」のビデオ等で説明し、練習の準備に入りました。9月に予定されている灘区老連行事の「演芸のつどい」に出演し全員がステージに上がることを目標に練習日を増やし、太極拳の練習着を揃えて、練習に励みました。「24式太極拳」は何年続けても難しいものです。メロディーに合わせての練習です。その他、「練功18法」「カンフー体操第一・第二」を含んで、1時間半、みんな熱心です。自治会館の一室を借り、広くはありませんが、密にならないように窓も全開にして練習を重ねるうちに、8月後半になると新型コロナウイルス感染が拡大し、「演芸のつどい」が中止となりました。目標にして練習してきたメンバーも、コロナにはかなわないというような感じでした。

9月中は緊急事態宣言が発出されて、会館の使用ができず、屋外で練習を行っているような状況です。「カンフー体操第一・第二」が完成すればメロディーに乗せてステージ・老人ホーム等で披露できればと、頑張って練習に励んでいます。

活動について

須磨区
松尾新生クラブ
新原　和子

当クラブは、昭和54年に設立されました。発足当時の会員は80名でした。一時は減少しましたが、現在はやや持ち直して36名です。クラブ活動は、カラオケ・舞踊・俳句などをしています。

地域の子ども達との交流として、敬老の日に保育園児が来所し、踊りや歌を楽しませてもらっています。小学生とは当クラブから松尾小学校へ出かけていき、「昔の話教室」、「昔の遊び教室」を行っています。中学生との交流は「トライやる・ウィーク」がメインです。

年間行事は、誕生会・新年会・長寿を祝う会です。会員の楽しみは、カラオケ・麻雀・詩吟・グラウンドゴルフです。

現在の皆の関心はスマホです。最近、「ふれまちのスマホ教室」が当センターで始まり、必死で勉強しています。おかげで頭の中はパニック状態です。

緊急事態宣言も解除され、楽しみだったおしゃべりとお茶の会がまた始まりそうで楽しみにしています。





老人クラブ　会員募集

仲間の輪、広げよう
仲間を増やして、
毎日楽しく、いきいきと！

一般社団法人 神戸市老人クラブ連合会
〒650-0016 神戸市中央区橘通3-4-1
KOBEシニアクラブ
☎078-341-8507　FAX078-341-8524
http://kobeshirouren.or.jp/

老人クラブ会員様
安心のおひとり様の老後対策
身元引受保証・任意後見
葬式等 死後事務・税務
社会福祉士・僧侶・税理士・司法書士・弁護士・行政書士 等による無料個別相談!!　秘密厳守
湊川神社表門
（地下）高速神戸駅
三井住友銀行　菊水せんべい
入口 ★ ココ9F
バスターミナル
ＪＲ神戸駅
神戸駅前合同事務所エール｜甲南スカイビル9F　★ＪＲ神戸駅　山側徒歩2分
予約電話：078-371-2611
事務局長 ヤナギヤスオまで

地下鉄沿線の5つのショッピングセンター
PLENTY［西神中央駅］プレンティ
Serio［西神南駅］セリオ
CampusSquare［学園都市駅］キャンパススクエア
PATIO 須磨パティオ専門店［妙法寺駅］須磨パティオ
RIFARE YOKOO［名谷駅］リファーレ横尾
株式会社 OMこうべ　https://www.om-kobe.co.jp/

神戸ウェストメンバーズカードからのお知らせ
ポイント有効期限にご注意ください!!
レシートをご確認ください!!
2021年3月31日までの取得ポイントが
2022年 3月31日で無効になります。
●たまったポイントのご利用方法
5つのショッピングセンター内のポイントカード対象店舗店頭で500ポイント毎に500円相当分としてご利用いただけます。
※一部ご利用いただけない店舗がございます。
●積立ポイントの有効期限
毎年4月1日から翌年3月31日までに積立されたポイントは翌々年3月31日までがポイントご利用期間となります。有効期限を過ぎると前年度のポイントは無効となります。ご注意ください。
会員募集中!!

文芸欄

俳句

投句　九一句
掲載　八二句

梅苑句会（東）
錦秋の庵寂寂と尼や逝く　**時枝千穂子**
渋柿を吊すむこうに故郷あり　**山田しづ子**
友逝きて淋しき秋の陽のひかり　**藤綱　孝子**
秋夕焼三阡歩の足賞めやりて　**深沢　清子**
宝愛句らぶ（中）
行く秋にひとしお老いを感じたり　**和子**
創作の木の実拾ふや道つづく　**悦子**
行く秋の来年こそと旅マップ　**千枝子**
吟行の里山歩き秋過ぐる　**道子**
行く秋や帰れぬ定め二重橋　**丘**
手に一杯どんぐり集め競う児等　**和志**
木の実落つ耳に楽しき座禅かな　**哲男**
移り行く巷の風情鰯雲　**啓臣**
梅の美会（兵）
甘噛みの強き猫いる冬座敷　**岡田富早恵**
廃屋に赤く熟した烏瓜　**藤田ユイ子**
ぱらぱらと松葉が落ちる庭手入れ　**山口　茂子**
これよりはテレビの時間ひざ毛布　**粟野　富江**
冬支度衣桁に残るシャツ一枚　**山田　朝子**
乱れ菊自在に咲いて垣根越し　**藤井　歌子**
大輪の菊美しき相楽園　**春　次子**
干し柿のすだれ連ねて里景色　**林　静野**
青葉クラブ（北）
水鏡割るごと沼に木の実落ち　**馬場みつえ**
かの人は偉業顕著や文化の日　**山本　恒雄**
病院のバス待つ角や金木犀　**前川　弘子**
高原ささゆり会（北）
新春や鴨の番の飛翔せる　**てる子**
虫の音やながら読書で床につき　**山下　久一**
みてみてとフェンス越えたるコスモスたち　**南　久美子**
箸進む酒宴の脇役柚子胡椒　**佐藤かなめ**
七種粥味も円やか年おんな　**若林　節子**
秋遍路思いたちたる風の朝　**松村二三枝**
ひまわり句会（北）
天を突く皇帝ダリア開花待つ　**辻　寿賀子**
徐行しつつ走る丹波路冬紅葉　**石井　敏子**
ひよどり台句会（北）
駅ホーム千個の干柿つるされし　**塩見　光子**
閃閃と落日の海鳥渡る　**田中　弘子**
三年は生きるつもりで日記買う　**筒井　豊子**
子も五十路話濃くなる星月夜　**中井　光子**
杖の歩に合わす歩巾や落葉道　**矢谷登美子**
北斗句会（北）
たなうらに磨ぎ汁流す秋の暮　**金行　隆**
厳かな祝詞に欠伸七五三　**岸下　庄二**
スニーカーブーツヒールに紅葉散る　**藤井久美子**
天平の螺鈿細工や文化の日　**脇坂有多子**
散り紅葉川床深しねねの橋　**秋山　弘之**
一匙のおろしりんごや母を抱く　**増田　嗣夫**
語り部が一節聞かす文化の日　**北条　幸夫**
菊芋の掘り上げ日和小六月　**松本　洋子**
散紅葉古寺の天空現はるる　**黒田　久江**
虚子館や桂紅葉の散るベンチ　**久松　礼子**
正座してこの凶作の紅葉見る　**祇園　明敏**
福寿草句会（須）
新酒酌み昭和に浸る旧仲間　**林　慎一**
手ひねりの揃ひの猪口の新酒かな　**岩田美代子**
新酒先づ神饌として拝殿に　**上原　綾子**
友の情新酒に込めて荷の届く　**松下修二郎**
新酒提げどんと置きたる左利き　**藤田　栄一**
故郷の歌も懐かし赤とんぼ　**高見希豫子**
多聞台ときわ会文芸部（垂）
砂塵舞い凩一号来たりしか　**大畑留理子**
木枯の中泣き顔の母といく　**中村佳代子**
軽トラに満載の大根艶かし　**久下　順司**
寄り道のコンビニ大根独り酒　**樋山　隆夫**
木枯や別れし人の背は丸く　**山本雄二郎**
昆布巻きぶり大根に母想ふ　**木村　敏博**
きらく句会（西）
傷心も仕舞ふ抽斗十三夜　**森本　珠実**
暮早し玻璃戸に犬の不安顔　**山本スミ子**
二年経て雑木黄葉の再診日　**大橋　治子**
秋夜長グラス片手に詰将棋　**喜田　弘征**
空澄て淡路を望む墓地に立つ　**阪本　道子**
一万歩目指し千歩で日向ぼこ　**田野　湯仙**
月が丘むつみ会（西）
落葉ふむ朝の散歩径気も晴れし　**藤森　勝子**
暮れ懸る秋の山染め大落暉　**川上　富範**
実を一つ残して木々は冬めきぬ　**武井　勇二**
■個人
紅葉燃ゆお顔輝く阿弥陀像　（灘）**都倉　知子**
紙で切る傷の深さや寒椿　（灘）**山上　幸子**
大家族偲びつひとり秋刀魚焼く　（中）**延吉　富子**
元気かと朝のテレフォン祖母の声　（北）**江田　正子**
明るさを招きし墓苑冬紅葉　（北）**竹村　良子**
昨夜雨を吸ひて枯葉のまた寂びぬ　（須）**高橋　純子**
トンネルの先は吊橋紅葉燃ゆ　（須）**福本　和恵**
金木犀手繰る香失せてうら悲し　（垂）**大上　昭敏**
晩秋の夕日真っ赤に沈む丘　（垂）**藤田　恵子**
離宮苑追ふ眼ざしに冬の蝶　（垂）**山田としゑ**
冬晴間残る月日の軽さかな　（西）**小幡美沙子**
夕暮れに田んぼの煙秋深し　（西）**芝田　律子**
放棄畑アワダチソウや花の宴　（西）**寺岡　洋子**
行く秋を惜しむが如く蜻蛉飛ぶ　（西）**水澤　清**

短歌

花山短歌会（北）
山燃えて風も冷たく秋進むランニングの人よく行きかう　**礒元カヨ子**
りんごむく音のかすかに冬の厨切れずに剥けていい事ありそう　**船崎めり子**
花山の歌会を知りて十三年短歌は我の大きい支えに　**山田加壽代**
■個人
啄木も久しき中也にヴェルレーヌ新たに知るやお家時間よ　（灘）**上田　節子**
墓参り息子の車でふるさとに亡き父母に会い嬉しい涙　（灘）**酒井　郁美**
去年今年蕎麦をすゝりて除夜の鐘昇る朝日は復興の年に　（中）**水口　敏子**
生きました夫が逝って20余年孫子と集い焼肉ミント神戸　（兵）**大賀　清子**
それぞれが三角になり丸くなり気儘放題シャネルにはまる　（北）**眞木香代子**
コーヒーの香り芳し元町のカフェで久々友と雑談　（須）**江口　啓子**
読みかけの本をめくりて秋の風そろりはい行く畳みの上を　（西）**秋山シズヱ**
頭上より甘き香りに見上げれば金木犀の黄色き実なる　（西）**古西　澄子**

川柳

新春の寒げいこに立会いし気合いを入れた声かけをする　（西）**瀬尾省二郎**
ひらきたる花と香りをそのままにふわり咲かせる月花美人酒　（西）**松浦　妙子**
桂木ひふみ会（北）
愛惜とコロナまみれの干支飾り　**荒木　宗久**
ウエストゴム慣れてしまうと際限無く　**上原みなみ**
月日の早さ花も愛でずに年の暮れ　**京念久美子**
空気澄む天体ショーの月明かり　**笹岡　淑子**
雲一つない空生きている喜び　**杉尾　悦子**
寂聴さん白寿ごえのチャーミング　**大和ケント**
筑栄会（北）
介護者を支援する我鏡見る　**かほう**
行革でハンコ廃止もコロナでパー　**三茶**
紅葉をながめ一服有馬の湯　**ヨシ**
山紅葉負けずに我も変身す　**とき子**
寒さ増し愛猫ふたつ抱え込む　**としこ**
世界地図ひろげて見ると脳トレに　**まり子**
テレビ欄今日の一日支配され　**まさこ**
■個人
成人式伴侶に合うは何時なのか　（東）**増田　芳之**
楽しめた二月の一句で筆終い　（中）**あさとし**
先ずは聞く何並んでは?年の巧　（北）**植田きみ子**
もどかしいそう語る人おくゆかし　（北）**かんいち**
初夢はフライ・ミー・トゥ・ザ・ムーン　（北）**北野　利一**
始まりは観光船で来たコロナ　（北）**宮内美栄子**
女医さんにほめられご機嫌おじいちゃん　（北）**竜太**
八十路過ぎ「ライン」とやらの友となり　（長）**藤原　道彌**
若作りしてもお肌は正直よ　（垂）**小髙　肇**
お雑煮は密の時だけ召し上がり　（西）**萩原　浩一**
干柿で我家のベランダ赤のれん　（西）**藤長　文子**

へなぶり

招く菊みなの笑顔が見たくって　（西）**松井　文子**
冬至湯に一時五時九時夫々に生活リズムチグハグターン　（北）**清水　久子**

あとがき

昨年一年間はコロナ騒ぎで、老人クラブの行事もほとんど出来ていません。
今年はどうなるでしょうか。高齢者同士の集い。スポーツや旅行など。再開してほしいですね。
待っています。

しあわせの村　本館・宿泊館
1泊2食付き 季節の宿泊プラン
2022年2月28日（月）まで
年末年始：12/31～1/3を除く
休村日：2/14～2/18を除く
本誌ご持参の方に限り お一人様につき、1,000円割引いたします。
極 3年とらふぐ！ 冬の味覚を堪能!!
松
竹
梅
極　高齢・障がい 一般　￥10,500～ ￥13,000～
松　高齢・障がい 一般　￥8,700～ ￥11,200～
竹　高齢・障がい 一般　￥7,800～ ￥10,300～
梅　高齢・障がい 一般　￥6,000～ ￥8,500～
※極プランは2名様より承ります
・写真はすべてイメージです。
・高齢者とは65歳以上の方です。当日、年齢を証明できるものをご持参ください。
・仕入れ状況により一部内容を変更する場合がございます。
・表示料金は1泊2食付き平日1室3名様でご利用の場合です。休前日のご利用また1室の利用人数によって料金がかわります。
・料金は税込みです。
☎078-743-8000
（予約受付9：00～18：00）

相続・終活
老人クラブ会員様 初回相談無料
開所して16年。たくさんのご相談、ありがとうございます。
あじさい総合事務所
予約制　TEL 0120-931-323
毎週土曜日　午前10時～午後4時
税理士・行政書士 高橋 信雄　税理士 浜口 祐介　税理士 播 幹雄
（提携）司法書士 川崎 義幸　（提携）弁護士 濱田 富士郎
神戸市中央区多聞通3-2-9 甲南スカイビル11階 TEL 078-595-9200

借金 離婚 遺言・相続 交通事故
丁寧にお話をお聞きします。
安心してご相談ください。
老人クラブ会員 そのご家族の方 初回相談料 無料
弁護士 津田和之
兵庫県弁護士会所属
神戸山手法律事務所
神戸市中央区中町通2-3-2 三共神戸ツインビル10F
E-メール: kobeyamate.law@gmail.com
神戸山手法律事務所 検索
予約 TEL 078-335-5122 月～金曜日 9:30～17:30