

クラブだより

深江南親交クラブの現状について

東灘区

深江南親交クラブ

植田 延生

深江南親交クラブと分かれ8年、前会長の灘井氏より引き継ぎ5年に入つてまいりました。

その間、紆余曲折、今では各サークル(カラオケ・卓球・吹き矢・ダーツ・グラウンドゴルフ、誕生日会等々落ち着き、少しずつですが世話人も増え、人も入れ替わり楽しまれています。

しかしながら難点は若返りのないことです。また、皆一様にお年を召してこれられ、リタイアをされ立ち上げた時より若干減少気味。60歳代の若手



カラオケサークル

が入ってこれられるような工夫はないものかと世話人一同思案中。

特に男性の方々は一樣に「私はまだ年寄りではない」とのことです。入会する気配すらありません。「サークル活動もやってみると楽しいですよ」とアピールしますが、なかなか前には進みません。皆様方のクラブではいかがでしょうか。何か良い手だて、知恵がありましたら教えてください。よろしくお願いいたします。ご指導ご鞭撻をお願いします。



グラウンドゴルフサークル

陽のあたる坂道を歩いて元気です

長田区 池田親交会 三宅 義弘



公園花壇の手入れ

池田親交会は、長田区中部の坂道と階段が多い、上池田地区の方が主なメンバーです。

神戸市は坂道が多いですが、区ごとの「坂道の数」などを発表した公式データはないようです。当クラブでは継続して行っていることがあります。

毎月第3土曜日に、近くの地域交流センターの「ふれあい喫茶」に集まっています。

また、30年以上前から公園の美化活動を行っています。毎月1日と15日に清掃活動と、季節に応じた花の植付けをしています。終わつた後はみんなでティータイム。時々病院の話やお墓の話がりますが、それでも皆さん和気あいあい笑顔です。とても元気がもらえます。



上池田地区の階段



上池田地区の坂道

他にも特別養護老人ホームの清掃ボランティアを毎月第4土曜日にしています。最近参加される人が減っている状況です。しかしながら、昨年度、公園美化と特養ボランティアの活動が評価され、神戸市福祉

元気に過ごせるクラブ活動を目指して

兵庫区

神田町慶寿会

福西 一夫

神田町慶寿会の活動は会員約50名で行っています。

4月の総会後の懇親会、9月の敬老の日を祝う会、新年会等、送迎バスを利用して半数以上の会員の方が参加、約2時間程度食事をしながら皆さまの近況を聞き、楽しい時間を過ごしています。

旅行では、春の季節に



年2回の清掃活動

大会で「優良地域福祉活動団体」として表彰されました。

また、以前にこんなことがありました。5歳くらいの子どもが「いつもきれいにしてくれてアリガトウ」と言ってくれたのです。子どもから表彰状をもらったようで嬉しくなりました。

毎日坂道を歩いていると、必ず「こんにちは」と声をかけてくれる人がいて元気になるります。陽の当たる坂道です。



今年1月の三社詣り

心地よい穏やかな場所を選び、日帰り旅行を6月に、年の始めの1月には三社詣りに行きます。どちらでも足腰に負担がなく参加できるように、旅行社には階段や坂道など長い歩行を避け、お土産屋さんでおいしい食事ができる場所を探してもらっています。1人での旅行は不安ですが、近所の人たちと一緒に安心なので毎回楽しみにしている人もいます。

健康活動では猛暑、雨、

冬日を除き大会に備えて月3回輪投げの練習をしています。思った所に輪が投げられず大きな声を発しながらストレスを発散し、楽しんでいきます。

また年齢、性別、障がいの有無や、運動能力に関わらず誰もが一緒に楽しめるユニバーサルスポーツ、フィナンランド発祥の「モルック」は室内外でもできる手軽なスポーツで



昨年6月のバス旅行(三方五湖レインボーライン)

す。数字と戦略の競争として、昨年から練習しています。

その他、小学校の盆踊りやラジオ体操への参加、年2回6月・9月の清掃活動も実施しています。また、何かイベントをするときは神田町慶寿会と自治会と合同で案内を掲示板に貼ったり、口コミで参加者を募ったりしています。

おいしい物を食べ、適当に運動もし、人ととのコミュニケーションで認知症予防、安否確認もしながら、いつまでも元気に過ごせる会を目指します。