



令和8年度会長・リーダー研修会

地域活動への 一歩を応援

令和8年6月12日(金)神戸文化ホール・中ホールにて、KOBEシニアクラブ会長・リーダー研修会を開催しました。

KOBEシニアクラブ久保三男理事長の挨拶の後、神戸市地域協働局地域活性課高野尾光代課長、事務局山下文子氏より『KOBEシニア元気ポイント制度』についての説明が行われました。KOBEシニア元気ポイントとは神戸市内在住65歳以上の方が、地域でのボランティア活動に参加されることで、活動後にポイントを取得できる制度で、ポイントは年度末に、1ポイント＝1円で換金できることなどが紹介されました。



皆さん真剣に聞いておられ、時折頷かれながら地域のボランティア活動への参加について深く考える機会となりました。

続いて休憩をはさみ映画「104歳、哲代さんのひとり暮らし」を上映。会場は笑い感動に包まれ、皆さんは、熱心にご鑑賞されていました。

令和8年度 新任会長研修会

運営の基本を学ぶ

令和8年度新任会長研修会を、令和8年7月10日(金)、神戸市立総合福祉センターにて開催しました。

この研修会は、昨年6月以降に単位クラブの会長に就任された新任会長等を対象に開催したもので、今回は新任会

長等38名と役員等を合わせた47名が参加しました。

冒頭、KOBEシニアクラブ久保三男理事長が開会にあたり激励の挨拶を行いました。続いて事務局から、「神戸市老人クラブ連合会の概要」として、市老連の組織や活動方針、主要事業について、また、「クラブ運営の基本について」として、単位クラブの運営や事業計画の立て方について説明

令和8年度 会員増強研修会

会員増強の工夫を共有



令和8年度会員増強研修会を、令和8年7月15日(水)、神戸市立総合福祉センターにおいて開催しました。

研修会には、単位クラブの会長等28名、次世代リーダー養成講座「KOBEシニア希望塾」の受講者27名、事例発表者2名、役員等10名の計67名が参加しました。

事例発表では、はじめに、灘区鶴甲白寿会の土橋イサ子

会長から、会員増強の取り組みについて発表がありました。同クラブは、グラウンドゴルフや輪投げ、民謡、カラオケ、歩こう会など活発に活動。令和7年度には、ニュースポーツ「モルック」と健康マージャンの参加者募集ポスターを作成し、地域の掲示板やふれあいのまちづくり協議会の機関紙でPRを行った結果、前年83名だった会員数は100名となりました。

また、モルックでは独自のスコアシートを作成したり、グループLINEで活動日時を案内するなどの工夫も紹介されました。

続いて、西区れいせい寿会の桃尾行男前会長から、モデル活動事業として取り組んだ会員増強活動について発表がありました。

具体的には、①自治会回覧やチラシのポスティングによ

る広報活動、②体験入会者の会費の一定期間免除、③七夕まつりやクリスマス会などの充実、④参加ポイント制度の導入などの工夫を実施しました。このほか、スマートフォンの研修会やハイキング、ボッチャ大会などで非会員との交流を図り、会員が15名増加しました。

休憩後は、単位クラブの会長等とKOBEシニア希望塾受講者が会員増強について意見交換を行い、有意義な研修会となりました。

とっておきの作品



【北区】有野長寿会 高宮 久代

KOBEシニアクラブ

ホームページを 一部リニューアルします!

9月上旬に市老連のホームページを一部リニューアルします。QRコードからぜひチェックしてみてください!



区老連だより

中央区老連

令和8年仲間づくり体験学習
滋賀県油日神社と
「信楽焼絵付け体験」に参加して



毎年恒例の物作り体験学習に今年はたぬきの里・信楽に行きました。梅雨の最中でしたが、当日は晴天で総勢29名が参加しました。

車内では皆さんが和気あいあいと話に花を咲かせ楽しそうでした。平日のバス走行はスムーズで11時過ぎ信楽の里に着きました。到着後、係の方から絵

付作りの説明があり、各々が絵の具で体験開始です。体験教室内には大、小さまざまな焼物が並んでいました。素焼きたぬきに小筆で色を塗るのですが、30分程で皆さん、個性を發揮して真顔で立派なたぬきができました。完成品は紙に包み、ケースに入れ持ち帰りました。

信楽焼のたぬきは「他（た）を抜（ぬ）く」に通じる語呂合わせから、商売繁盛、開運招福を願う縁起物であり「八相縁起」と呼ばれるさまざまなご利益の意味が込められた置物です。特に店先や玄関に置くことで、客足や金運、家庭円満を招くとされています。

待ちに待った楽しみのランチは、近江牛入りのお食事でおいしかったです。次に「くすり学習館」を見学しました。学習館では人と薬の関わりや甲賀薬の歴史と情報を学び、薬製造の機械も設置されており、よい知識を得ました。

日本遺産で室町時代創建の由緒ある油日神社に参拝し、お祈りしました。

最後は、道の駅に寄り、たくさんのお土産を買いました。



油日神社で参拝



帰路に就きました。

今日の中央区老連バス旅行が明日から、クラブ活動の一助になれば、と思います。

今日一日、安全運転に努めていただいたバスの運転手さんと、いろいろと気配りしていただきました添乗員さん、ありがとうございました。全員で感謝の拍手を送りました。

兵庫区老連

老人クラブを
わくわく元気にする
7つのポイント

令和8年7月6日（月）7日（火）、道後温泉道後プリンスホテルにて兵庫区老連の会長・副会長研修会を開催しました。参加者は29名で、研修内容は全老連の資料「仲間への呼びかけ」を使って昨年同様ワークショップ形式で3グループに分かれて実施しました。

- 1 想いを伝える
老人クラブの楽しさを私たちの言葉で語ってみよう
- 2 活動を工夫する
「ゆるやかに・楽しく・地域とともに」が継続のコツ
- 3 次世代へつなぐ
若手を迎え次世代にバトンをつなごう
- 4 無理なく続ける
形を変えても大丈夫、無理なく続けよう
- 5 広報の力
活動の「見える化」で元気な老人クラブ
- 6 制度活用
制度を使って私たちの活動をより豊かにしよう
- 7 行政との協働
行政と手を取り合い、暮らし続けられる地域をつくろう



石手寺参拝



おめでとうございます!!

大会成績

(敬称略)

順位	氏名	クラブ名	打数	HO
優勝	松江 勇	王塚福寿会	68	2
準優勝	佐藤 雅巳	岩岡老人クラブ 第2睦会	68	2
第3位	垂井 和則	友清長寿会	69	3

令和8年4月27日（月）、西区老連グラウンドゴルフ大会が開催されました。前日夜半の降雨により開催が危ぶまれましたが、早朝7時役員集合。グラウンド数箇所水たまりが残っていましたが、思い切って開催することになりました。

区老連名引スポーツ部長、末長新会長、西区役所三宅副区長の挨拶に始まり、いきいきクラブ体操。女性部のリードによりスムーズに終了。参加人数335名（56チーム）で午前9時ゲーム開始。午前10時頃には、日が差しはじめ、弱めの北風とグラウンドコンディションも良くなりました。

はじめ「午前と午後では転がり方が違う」の声があちこちから聞かれました。

こちらから聞こえてきました。8ホール4ゲームで終わって万歩計を見ると7000歩を超えていました。

調整区域内には、各単位クラブが練習できるグラウンドがあり、週2〜3回の練習、月1回は各地区大会が開催され、熱心な会員の方が多数おられるのも喜ばしいことです。

毎年6月下旬には、1泊2日で鳥取遠征グラウンドゴルフ大会も開催されており、競技後の宴会・カラオケ大会が楽しみの方も大勢おられます。

西区老連

第63回西区老連
グラウンドゴルフ大会



悪コンディションのなか元気にプレー



クラブだより

新しく古いシニアクラブ

須磨区 竜が台朗友会 合田 晴雄



◀お楽しみ会



須磨区グラウンドゴルフ大会優勝チーム

私たち竜が台朗友会は今年度で設立49年目を迎えています。クラブ名の竜が台は地下鉄名谷駅エリアの南に位置し、ポートアイランドや六甲アイランドを造成するために山を削った跡地に50年ほど前に開発されたニュータウンにあり、当会は新しい街ができて間もなく設立されました。今年4月の会員数は101(男51、女50)名で、平均年齢は82・5(男83・3、女81・6)歳です。

竜が台朗友会の運営は8人の運営委員が担い、毎月運営委員会を開いており、奇数月に会報を発行して8人のブロックリーダーが分担して全会員に配布し情報伝達をしています。特徴的な行事としては、偶数月ごとに『お楽しみ会』を開いています。シルバークレジットOBや社会福祉

協議会のボランティアセンター、近所の伝手を頼りにマジックや音楽などの演芸を披露してもらっています。そのあとはお茶とお菓子で会員同士の親睦会になります。

クラブ活動は、スポーツ系では唯一のグラウンドゴルフクラブが毎週月、水、金の早朝に近隣の竜が丘公園で練習や試合をしています。なかなかの強豪でKOBESニアクラブや須磨区シニアクラブ連合会の大会で団体戦や個人戦で優勝や上位入賞の経験者が多数おられます。

文化系では竜が台地域交流センターで、健康マージャンクラブが毎週月曜または火曜の午後に、囲碁クラブが毎週木曜の午後に、編み物クラブが毎月第1火曜の午後に活動しています。

昭和43年「西の軽井沢・温泉付き別荘地」として分譲。53年に生野高原の高齢者の親睦を目的に女性10名・男性7名で発足。「高原ときわ会の灯を消してはいけない」の思いで歴代の会員さんが大切に育て続けて48年！3年前に「45山おめでとう会」を開催し記念誌も発行しました。

あのコロナの期間、委縮するのではなく、できることはないかと知恵を出し合い「七夕に願いを」をテーマに七夕集会に取り組みしました。七夕飾りを作成し、ラジオ体操の後、参加者に願いを短冊に書いてもらい、大きな2本の笹に吊るす

住んでよかった生野高原、入ってよかった「高原ときわ会」

北区

高原ときわ会

佐藤 かなめ

全員で記念撮影です。今では生野高原の「風物詩」となっています。

そんな努力を続け10年連続(コロナ禍でも)会員を増やし続け100名の大台を突破しました。現在86世帯(自治会加入の約4割)117名となり、自治会と連携し、美化・見守り・消防・ラジオ体操はもちろん、夏祭り・文化祭などの大きなイベントを支える戦力になっています。

「この指とまれ」のクラブ活動は百人一首・ボウリング・文芸・編み物・カラオケ・輪投げ・みんなであいさす」が担当しています。

住んでよかった生野高原、入ってよかった「高原ときわ会」が合言葉です。

また、会員の絆を深めるため「高原ときわ会だより」は10年ほぼ毎月発行し、行事・各クラブ参加の呼びかけ・報告・会員さんの情報等共有をしています。

特筆すべきは、2年前住民の悲願だった「ふれあいバス」がようやく本格運行し、JR西宮名塩駅・神鉄岡場駅への住民の足が確保されました。運動の推進・継続の大きな力を「高原ときわ会」が担っています。



生野高原の風物詩「七夕集会」

誘いあつて、声かけあつて、楽しく

灘区

高羽楠会

前田 やす子

高羽楠会は、昭和34年に創立され、3年後には70周年を迎えるという古くからのクラブです。現在の会員数77名、毎月1の日に開催する月例会には、30名を超える会員が参加され、5月に開催する総会には55名の出席者がありました。皆さん明るく熱心な方が多いです。

月例会の冒頭に、お誕生会として、その月生まれの方に赤飯のお祝いがあり、当該の方数名にながしお言葉をいただきます。今年8月に98歳になられた元会長がおられ、人生の大先輩としてそのお言葉をありがたく拝聴し、98年の重みを感じました。

美緑花清掃活動を始め、多くの会員がさまざまなボランティア活動に積極的に参加しています。



「健康・友愛・奉仕」のもと活発に活動中



揚げたてのポテトは大好評

文芸欄が
変わります！

次号 11 月号より文芸欄投稿
作品から各部門優秀作品を選
考し、記念品を進呈します。

【詳細】 5 月号・7 月号・9 月号の文芸
欄に掲載された作品の中から
部門ごとに選考を行い優秀作
品を 11 月号にて発表します。
11 月号・1 月号・3 月号投稿
作品は 5 月号にて選考発表。

優秀作品に記念品を進呈
お楽しみに！

注： 投稿の際はクラブ名、氏名、
住所、電話番号等はしっかりと
記入してください。
次回より投稿はおひとり 1 句
(1 首)とさせていただきます。
投稿は会員の方に限ります。

俳句

宝愛句らぶ（中央区）
風薫る世界遺産の飛鳥かな
ベランダのトマト一個の収穫祭
雨上がりあじさいの花ダイヤなり
明治期にナース誕生風薫る
薫風を浴び散策の京の街
六甲の峰の豊かさ風薫る
丸めたるナースの髪に風薫る
梅の美会（兵庫区）
読み耽ける独りの世界梅雨籠り
目的地いつ着くのやらかたつむり
水たまり飛んではしゃぐ梅雨の子ら
大沢句会（北区）
海風に押されてくぐる茅の輪かな
達筆な友の手紙や新樹風

和子
悦子
千枝子
道子
和志
藤井歌子
山田朝子
栗野富江
西山純子
山田三恵子

短歌

高原ささゆり会（北区）
私には冬至のほうが夏至よりも
秋分よりも春分が好き
深夜聴く渥美清の七つの子
クスツと笑い心のみぬ
子に孫にいとしさの連鎖持つことを
夢見たことも我にはありと
夢の中久しぶりねと笑いあう
電話をすると初七日の朝
時折を詠む無心の心教わりて
幼き我の思い起こし

佐藤伸二郎
佐藤かなめ
中井裕子
箱守喜久子
島田脩

古里の谷渡りゆく青田風
中谷弘枝

高原ささゆり会（北区）
兵児帯のピンクピョンピョン夏祭り
禅寺にこころ放ちて半夏生
昨日今日やと涼風有馬川
クルージング浴衣の君はキラキラし
沙羅の下お国なまりの行き交うて
風天忌いってことヨと笑いたい
短冊に想いを込めて願ひ川
草刈りて滴る汗でスイカ喰らう
佐藤伸二郎

尾崎順子
松村三枝
笠井照子
佐藤かなめ
若林節子
中井裕子
島田脩
石井敏子
辻寿賀子
金田美恵子
塩見光子

ひまわり句会（北区）
子供たちどろんこになって田植かな
茎太く紅く咲きたりアマリリス
遠足児声の溢るる無人駅
はつなつの天日に干されさくらえび
ひより台句会（北区）
「遠足の前の夜みたい」と言いながら
パッキングする明日旅に出る（北）乾 外志
夢の中ハンドル握る高速道
とつくにしている免許返納（須）江口 啓子
シリウスは貴方が一番好きな星
今でも夜空を見上げてますか（須）蔭山 宮子
古希越えの県庁所在松江にて
八雲ブームにあやかり開く（西）吉野 洋子

水田に残雪の山映り込む
夏めくやグラウンドの土白く跳ね
推敲に一息入れる新茶汲む
見山台新樹会（北区）
新学期花いちもんめ多数決
ネモフィラの青きうねりを一万歩
台風一過目には眩しき青若葉
梅雨晴間ケキョケキョと鳴くウオーケ路
閉校の庭に老桜静まれり
石本 宏一
五色山健寿会（垂水区）
故郷は湖底にありと不如帰
紫陽花の色を数へて雨籠
新茶汲む茶どころの菓子すすめつつ
洋上の朝日を拝す夏の旅
ハイカラな父の傾げる夏帽子
夏の月無言の床に始発まつ
きらく句会（西区）
夏椿ほろとこぼれし半日陰
親つばめえさ待つ子等へまつしぐら
風鈴の音に合せて沸くやかん
暴れ梅雨行つては還る右左
臨月を梅雨と過ごして名は陽子
片陰に外野やかまし飛車落す
廣常 憲
森本 珠美
阪本 道子
喜田 弘征
尾上 正紀
栗崎 節子

田中弘子
中井光子
矢谷登美子
高石 勝行
貞永 弘子
佐溝満喜子
松隈 弘子
石本 宏一
智子
眞みこ
波音
くに子
穂花
淡峡

川柳
深江親交クラブ（東灘区）
ほつとする町内過る救急車
老人会ナツメロ唄って皆笑顔
年金日牛井大に酒が付く
元気です月に一度の医者通い
卒寿すぎ酒も飲まずに千鳥足
クーラー点ける心配電気代
四ヶ月ひ孫の笑顔に命伸ぶ
桂木ひふみ会（北区）
知りたくてお知恵拝借古書店へ
らつきようつけピンを覗いてうまくなれ
チャイム鳴る居留守をつかう覗き窓
小田 節子
辻本美佳子
林 芳一
東方 輝子
増田 芳之
三島 茂子
森 和子
京念久美子
笹岡 淑子
杉尾 悦子

観かすともこれでもかぞとコマーシャル荒木 宗Q
筑栄会（北区）
流星群車走らせ畦道へ
昼下りセレブ気分でミルクティー
冬は夏は冬好き勝手もん
フレイルの予防は口・手足八丁
流れ星光と雲が邪魔をする
粋なやつみんなのスター転校生
インストール要パスワードで挫折する
ミシランの三ツ星狙う路地屋台
菜々
かをる
ポッ
かほう
三茶
まさこ
せい
あきら

◆個人
登山道見つけてうれしサンカヨウ
としかさねて知る見返り求めるな（北）早川キミエ
遊ぼうヨに体鍛えて待つジイジ（北）北野 利一
老齢を言訳にせず凛と生き（須）渡部 恭子
蟬の声止んだ後には松と鈴（垂）久山 節子
商店街レトロを残し新しく（西）小高 肇
藤原 健二

交通事故
土地建物
相続
金銭
夫婦関係
面会交流
などで
お困りの方
最高裁委嘱「調停手続相談」
無料
予約不要
調停委員が調停のメリットや
手続きについてご説明いたします！
日 時：令和 8 年 10 月 17 日（土）
午前 10 時～午後 4 時
（受付は午後 3 時 30 分まで）
場 所：中央区文化センター 10 階
（神戸市中央区東町 115 番地）
主 催：兵庫県調停協会（担当：神戸調停協会）
相談担当者：民事調停委員及び
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) 367-1179

あしがき
夏の疲れは、忘れた頃に顔を出すもので
す。何となく元気が出ない日は、無理をせず、
少しひと休み。好きなものを食べ、気の合
う仲間と語らい、たくさん笑う。それも心
と体を元気にする大切な健康法です。地域
の仲間との交流を楽しみながら、実り多い
秋をお過ごしください。

【お詫びと訂正】 7 月号 1 頁にて誤りがありました。
理事長挨拶
(誤) 一般財団法人
(正) 一般社団法人
訂正し、お詫び申し上げます。