# クラブだより

## モデル活動・交流グラウンドゴルフ大会

長田区　二葉喜楽会　梶田　順子

令和3年11月17日（水）晴天、風もなく心地良い日差し、久しぶりに皆大いに楽しもうと集合。駒ヶ林寿会、二久塚長老会、二葉喜楽会、顔見知りの方もいれば、名前と顔が一致しなかったりの方も。会長から「皆大いに楽しんで」と声を掛けられ、まずはチーム戦なので抽選をした。

8チーム4名か5名が決定。あちこちで「私が足引っ張るわ」と謙遜の声が上がる。

振りに行事ができる喜び、皆大いに楽しもうと集合。駒ヶ林寿会、二久塚長老会、二葉喜楽会、顔見知りの方もいれば、名前と顔が一致しなかったりの方も。会長から「皆大いに楽しんで」と声を掛けられ、まずはチーム戦なので抽選をした。

8チーム4名か5名が決定。あちこちで「私が足引っ張るわ」と謙遜の声が上がる。

私は「シメシメ」と思った。そこそこのメンバーなので優勝はできなくても、競馬でいえば3番手にはなれる。

2ゲーム終了後、長田警察署の方が来られ、特殊詐欺・交通事故の話があった。

これだけ耳に「タコ」ができる程聞いているのに、未だに引っかかる人がいるのが不思議、こんな考えの人が危ない、分かっているよ！

さあ3ゲーム目の開始。8枠特に良いメンバー。ここだけには勝つ目標を定めた。

フタを開けてみてビックリ。ダークホースのチームが優勝。競馬で言うなら「中穴」だ。4名の平均点56。個人戦でも良い点だ。選手は競走馬かと思いながら見ていたら、馬に見えてきた。そんなことはないか？

私たちは4着だった。人生と同じで想定外のことが起こる。しかし、コロナ禍にかかわらず頑張った。総勢40名参加（2名欠席）目標達成！賞品をゲットした人は嬉しそう。

指を咥えて帰宅した。少し悔しいが「まっいいか」これだけ楽しんだのだから。旧二葉小学校グラウンドにて。

## 交流会を終えて

兵庫区　兵庫四ツ葉会　泉谷智重子

兵庫四ツ葉会のグラウンドゴルフ部を立ち上げて早や6年が経ち、当初7名でのスタートが35名までに増え、荒田グラウンドでの練習を日々楽しんでいます。

この度、兵庫区老連健康づくり指定クラブ事業の一環として、晴天に恵まれた令和3年11月8日（月）コロナ禍の中、自己防衛をしっかりしてのグラウンドゴルフ交流会開催の運びとなりました。

当日お忙しい中、市会議員および区老連役員のご臨席を賜り開催のご挨拶をいただきました。また、コース設営、受付準備等四ツ葉会員全員協力のもと、準備することができました。日頃馴染みのない方々とも時と共に親しさも増し、和気藹々とプレーすることができ、楽しいひとときを過ごすことができました。四ツ葉会員一同参加頂きました皆様には多方面に渡りお力添えいただき、会進行、終了できました事、心より感謝いたします。有り難うございました。

## シニアクラブ会長になり感じたこと

東灘区　深江南親交クラブ　植田　延生

令和2年11月、前会長が逝去され急遽、会長代行としてスタートいたしました。

コロナ感染拡大の中、何も分からず右往左往の出来事で、まず最初に取り組んだ年1回の誕生会では沖縄舞踊を楽しみ、会員の皆様に助けられ無事終了。

区老連の理事会に出席しても中々馴染めず、やっていけるかなと、心配？　総会前には会計処理、区まちづくり課の方々に助けていただきやっと令和2年度を終えました。

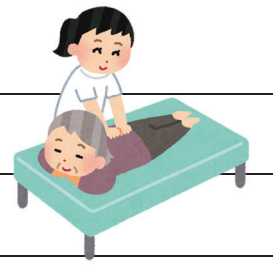
令和3年4月、総会で改めて会長を引き受け3年度をスタート。まず今までの内容を引き継ぎながら、去年苦労した誕生会は落語2人会、本庄婦人会民謡部の踊り、75年ぶりに復活した深江音頭を皆さんで踊り、楽しみました。少し余裕が出てきたか!?　後は、今和3年度の締め括りに向かって進めていきたいと思います。

来年度（令和4年度）には、少し内容等も変更しつつ、前進していきたいと思っています。


はり・きゅう・マッサージ

施術料を3,000円助成します

令和4年3月1日から申請受付開始

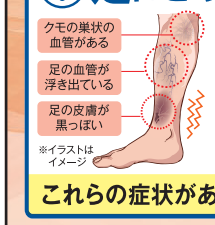


| | |
|---|---|
| 対象者 | 令和４年４月１日現在、神戸市在住で満70歳以上（昭和27年４月１日以前生まれ）の方 |
| 助成内容 | 保険適用外のはり・きゅう・マッサージの施術を受けた場合、１年間で3,000円（1,000円の割引券を３枚）助成します。 |
| 申請方法 | 申請書は、区役所等（各区役所健康福祉課、北須磨支所保健福祉課、北神区役所保健福祉課、玉津支所保健福祉サービス、各出張所）の窓口や、割引券を取り扱う施術所に置いています。または官製はがきに、住所・氏名・生年月日・電話番号をご記入の上、『〒650-8570（住所不要）神戸市福祉局　国保年金医療課　はり・きゅう・マッサージ助成係』まで送付ください。過去に申請し認定された方へは、翌年以降も毎年３月末ごろ継続して割引券をお送りします。 |

お問い合わせ先　神戸市総合コールセンター　☎0570-083330 または 078（333）3330　FAX078（333）3314

下肢静脈瘤は早期の発見が大切です

足にこのような症状はありませんか？




- ☑ 足が浮腫む　☑ 足が重い・だるい・かゆい
- ☑ 足の血管がボコボコ浮いている
- ☑ こむら返りで夜中に目覚める（足がつる）
- ☑ 膝から下の皮膚が硬く黒ずんでいる、ただれている

これらの症状がある方は下肢静脈瘤の可能性があります。

無料　静脈瘤の無料検査は保険外検査です

静脈瘤の無料検査

当院では、下肢静脈瘤の無料検査を行なっております。

検査項目
- ●超音波（エコー）による下肢静脈瘤のチェック
- ●検査キットによる血管年齢測定

電話予約制です。（ネット予約できません）

3月の検査日程　12（土）・16（水）・19（土）・23（水）・26（土）・30（水）
静脈瘤の無料検査は13:00～16:00に実施します　※開催日時要確認

院長　吉村 衛

下肢静脈瘤 / 痔 / そけいヘルニア　日帰り治療・手術専門クリニック

神戸静脈瘤クリニック ☎078-230-1122

診察日／月、火、水、金、土　（休診：木・日祝）
時　間／午前：9:00-12:00 午後:13:00-17:00

クリニックへのアクセスはこちらから

所在地　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。