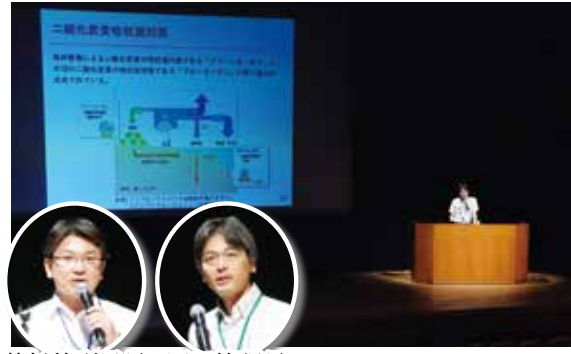


地域の健康と幸福のために

令和5年度会長・リーダー研修会
令和5年6月23日(金)、
神戸文化ホール・中ホールにて、会長・リーダー研修会を開催しました。



若杉稔副局長 岡田篤課長

KOBEシニアクラブ近藤理事長の挨拶に続き、参加した単位クラブの会長や副会長等のリーダー343名は、2つの講演を聴講しました。

一つ目の講演は、神戸市環境局自然環境課の岡田篤課長より「新たな温暖化防止対策『ブルーカーボン』の役割」と題してお話いただきました。水中に海藻などを育てることで、二酸化炭素を吸収させるといふ温暖化防止対策「ブルーカーボン」の役割と題して

「ブルーカーボン」に注目が集まっています。神戸市ではブルーカーボンの取り組みが積極的に進められており、神戸空港周辺の海域や須磨海岸、兵庫運河などに施設を設けて活動しているという内容でした。

二つ目の講演は、神戸市福祉局の若杉稔副局長による「神戸の高齢福祉（健康寿命延伸に向けた取り組み）」というテーマのお話でした。

講演では、神戸市が高齢者の健康寿命を延ばすために行っている「介護保険制度の導入」「介護予防への取り組み」「認知症にやさしいまちづくり」「高齢福祉の今後」「KOBEシニアクラブに期待すること」の5つの取り組みについて詳しく説明がありました。これらの取り組みが継続して進化することで、地域全体の健康と幸福が一層推進されることへの期待が高まります。どの講演も非常に興味深く、私たちの日常生活に密接に関わるテーマばかりでした。

最後に、文化研修部会の森松部会長より「今後の活動の糧にしてほしい」と閉会の挨拶があり無事に終了しました。

令和5年度 春季グラウンドゴルフ大会

狙い定め振り切れ 214名ベスト尽くす



214名が自己ベストめざす

令和5年5月18日(木)、青空が広がり、爽やかな風が吹く中、しあわせの村多目的運動広場にて春季グラウンドゴルフ大会を開催しました。

練習の成果を競うだけでなく、地区を越えて交流を育む良い機会となりました。上位の成績は次の通りです。なお、ホールインワンは11名が達成されました。おめでとうございます。

4分科会で討議 活動のヒントを得る

令和5年度 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会
令和5年6月29日(木)、
兵庫県民会館で近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開催され、近畿



中村美津子会長あいさつ

2府4県4政令市から約200名の参加があり、神戸市老連から21名が参加しました。

兵庫県老連の中村美津子会長の挨拶に続き、全国老人クラブ連合会の笹尾勝常務理事より「老人クラブの現状と課題」と題し基調報告がありました。

次に講演にうつり、人材養成コーディネーターの浅見真一氏より「人とかかわる、人と出会う」老人クラブのこれまで・これからをテーマにお話いただきました。アイス

ブレッシングや自己紹介を通じて、会場は笑顔が広がり和やかな雰囲気になりました。また、自己分析を行う際

発表。自治会をはじめ、民生委員、ふれあいのまちづくり協議会など、地域団体との協働による活動により、クラブの活性化が図られています。より分かりました。

午後、4つの分科会に分かれて、事例発表と討議が行われました。神戸市老連からは、第3分科会の発表者として、垂水区つつじが丘シニアクラブの新谷寛子会長が「地域団体との交流」と題し

他の分科会でも、スマホ講座の開催や、会員増強につなげる声かけ事例など、様々な視点から意見があり、活発な議論が行われました。

会員の減少を食い止めるためには会員の声かけが大きな力になります。一人でも多くの仲間を増やし、活発に活動していきましょう。



仲間と交流 笑顔輝く

上位入賞者(敬称略)

- | | | |
|------|-----------|-----|
| 【男性】 | 1位 小林 大 | 西区 |
| | 2位 岡本 幸雄 | 垂水区 |
| | 3位 浜崎 俊二 | 須磨区 |
| | 4位 村田 弘司 | 西区 |
| | 5位 櫻井 信幸 | 垂水区 |
| 【女性】 | 1位 岡本 貞美 | 須磨区 |
| | 2位 杉尾 はるみ | 兵庫区 |
| | 3位 藤井 志都香 | 西区 |
| | 4位 長谷川 律子 | 須磨区 |
| | 5位 杉野 喜久子 | 中央区 |



区老連だより

西区老連

鳥取遠征GG大会 "コロナ前に戻る"



上位3名表彰

6月27日(火)、28日(水)、鳥取において、西区老連第27回健康増進遠征グラウンドゴルフ大会が開催され、108名(男79・女29)が参加しました。新型コロナウイルス感染症の影響により令和2年・3年は中止になりましたが、昨年度に続き開催できた事は、本当に良かったと思えます。



2日目試合開始前

昨年度は、気温35度を超える猛暑の中での大会で、熱中症にならないか心配でしたが、今大会は梅雨前線の影響で、大気が不安定になり雷・大雨に見まわれるのではないかと心配でした。しかし、2日間「梅雨空の合間」で表彰式に小雨が降りましたが、プレーする事ができました。 ※皆さん、雨合羽・多くの着替えを準備されていました。 鳥取遠征最大の楽しみである夕食時(懇親会)でのカラオケは、各協議会から選ばれた16組が出場され大いに盛り上がりました。そして『酒』を酌み交わし話をして、多くの人と交流を深める事ができたのではないのでしょうか。 今大会から、表彰は「総合の部」1位〜10位の他に、新たに「女子の部」1位〜3位を設けました。参加人数の減少ならび女子に少しでも多く参加して貰おうと新設した次第です。 最後になりましたが、今回の遠征大会に参加された皆様、ご協力ありがとうございました。

大会結果			
順位	氏名	所属	打数
総合の部			
1位	藤本 邦弘	櫛谷長寿会	154
2位	黒野 文章	西神 NT 老人クラブ	161
3位	小池 孝司	櫛谷長寿会	164
4位	池内 敏明	櫛谷長寿会	164
5位	渡辺 明義	押部谷老人クラブ	165
6位	小泉 昭	西神 NT 老人クラブ	168
7位	山本 栄二	櫛谷長寿会	169
8位	松崎 行雄	西神 NT 老人クラブ	169
9位	藤井 明代	櫛谷長寿会	169
10位	末長 則幸	玉津寿楽会	169
女子の部			
1位	藤井 明代	櫛谷長寿会	169
2位	梶月 恭子	岩岡老人クラブ	174
3位	清川富貴子	岩岡老人クラブ	174

—旅行行程表—	
1日目	西区各地発—権現湖PA(合流)—「グラウンドゴルフの里公園 潮風の丘とまり」(4コース×8ホール)—はわい温泉 千年亭—夕食(懇親会) 《昼食》お弁当(車中にて)
2日目	千年亭発—「白兔グラウンドゴルフ場」(4コース×8ホール)・表彰式—砂丘センター見晴らしの丘(昼食)—賀露港中村商店(海産物のお買物)—西区各地着



とっておきの作品



本棚の整理中に懐かしい絵がありました。思い出せば...これを描いた翌年に大震災がありました。 【東灘区】前田町さつき会 江口 一三

研修会風景



日頃の疲れを癒やす最高の旅に!

兵庫区老連

会長・副会長研修会

6月27日(火)、28日(水)に4年振りとなる1泊2日の研修旅行を実施しました。 当日、午前8時30分に

兵庫区役所前を出発して三重県伊勢神宮(外宮)を参拝のあと午後3時から当日の宿泊場所である鳥羽・扇芳閣にていよいよ研修会です。18クラブから30名が出席して7名から各クラブの活動について発表されました。内容は定例行事、良かったこと、問題点、悩みごと、区老連に対する要望などです。 それぞれのクラブでは主に輪投げやグラウンドゴルフなどの健康づくりと清掃活動ですが、麻雀教室や手芸教室、カラオケ、その他参考になる活動をされていました。その後は活発な意見交換がなされましたが、問題点はやはり会員の減少です。 研修会終了後は温泉で

旅の疲れを流して午後6時30分から食事、カラオケ、どじょう掬いまで飛び出し、終始なごやかに1日目終了。 翌日、午前8時30分に宿を後にして、内宮参拝とおかげ横丁での買物などを楽しみ午後5時30分区役所前へ無事帰着しました。初参加の方々とも親睦を深めることができました。 宴会はとてにぎやか!



宴会はとてにぎやか!

「とっておきの作品」募集中!

会員の皆様から絵はがき&色紙絵を募集しています。必要事項を記入したものを同封の上、作品をお寄せ下さい。

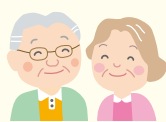
- 《必要事項》①氏名(ふりがな) ②クラブ名 ③題名 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号

※葉書サイズ(100mm×148mm以内)・色紙サイズ(242mm×272mm以内)をお願いします。それ以外は受付できません。 ※作品は随時ご返却いたしますが、長期間お預かりする場合がありますのでご了承ください。 ※作品は丁寧に扱いますが、損傷については理由のいかに関わらず、一切の責任は負いません。

《宛先》〒650-0016神戸市中央区橋通3-4-1 KOBEシニアクラブ「とっておきの作品」係

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 神戸市中央区橋通3-4-1
☎078-341-8507 FAX 078-341-8524
https://kobeshirouren.or.jp/

クラブだより

自治会、ふれまちとの連携も



牧野富太郎の植物研究所跡地

月発行し、本年6月号が第100号となった。その配付は役員が会員相互の見守りを兼ねて会員宅を訪問して行うとともに、10戸毎の階段脇と屋外の各掲示板にも掲出し、非会員の当クラブ活動への理解と協力促進にも努めている。

須磨区

中落合シニアクラブ

坂本 一昭

平成26年頃から当時民生委員の私たち3人は、UR分譲350戸の住民交流の必要性を訴え、平成27年2月に有志31名で中落合シニアクラブを設立した。所在地は名谷駅北東徒歩7、8分の交通至便地で、大型商業施設、病院、北須磨文化センターや落合中央公園も近い。

当クラブならではの活動は広報紙「かわら版」の発刊。会員交流は情報共有から」と設立以降毎

学校にしようと、毎週木曜日に花苗移植、施肥、花柄摘みなどに勤しんでいる。

コロナ禍も緊急事態宣言下以外は感染防止対策をとって活動を継続してきた。だが、自治会が3年間活動自粛で夏まつり中止、ラジオ体操、クリーン作戦も当クラブ単独実施となり参加者は減少した。今後は自治会との共催などによる活動直直しが急務である。

また、会員の健康づくりと地域の再発見をめざす「里山・歴史ウォーク」を毎年7、8回実施。当クラブが始め、後に花谷ふれまち協議会との共催として、本年5月には兵庫区の「池長植物研究所」跡地を14名で訪ねた。

NHK朝ドラモデルの牧野富太郎が植物分類学研究資料や文献集めで経済的に困窮した際に神戸の資産家・池長孟が大正7年に会下山小公園の麓に設け昭和16年まであった場所だ。ほかにも地元の花谷小学校を校名どおりの花いっぱい



兵庫津ミュージアムから兵庫大仏へ

感動の淡路花比べ・目の前で愛で景観に圧倒され

灘区

篠原青葉会

仁居津 勲

今年は暖かい日が続き、桜はもう半ば葉桜！兵庫は五国で淡路島は神話と海と食、今回は花が主役の旅。区老連の日帰りバスは手軽で、近畿近辺の新しい魅力を案内してくれる。

4月6日(木)、区老連の花見バスは、車窓に六甲山の山桜を見つつ、田んぼの水面に映す4キロの桜並木で有名なおの桜堤回廊は盛り過ぎ。一路明石海峡大橋を抜け、明石海峡公



美しきチューリップの丘

園「チューリップの丘」へ。100新種18万本のチューリップが広い池と新緑の樹々を舞台によく手入れされ育てられた広い美しい数多くの花壇が次々に広がる。形も色も様々に鮮やかな景観で圧倒される。ゆったりと池一周の贅沢な散歩を約1時間、花を愛でながら、同行の仲間と語りながらの夢のようなひと時であった。

あわじハイウェイオアシスで昼食と買物の後あわじ花さじきへ。あわじ花さじき「菜の花畑」には100万本の菜の花が視野一杯に咲き誇る。春の夕陽の迫る中、風が緩やかな斜面を吹きおろし、一面の黄色い絨毯に波風

がそよぐ。こんな景観、爽やかな心地良さに倅せを実感した。司馬遼太郎の「菜の花の沖」を思い出し、高田屋嘉兵衛に想いを馳せる。

そう云えば、灘の花はマリーゴールド、灘の歴史の花は菜の花。朝夕不安定な天気の中、観光中は傘要らず、夕べには陽ざしに恵まれて黄色い花の絨毯と海の広がり、さながら灘区老連の発展を祝福するかのようだ。

感動の花旅にこの時、この処、そして同行の皆さんの活躍と心掛けの影で楽しい一日だった。

空気がおいしく鳥や花を楽しむ「野鳥の会」



バードウォッチを楽しむ様子

北区

中里楽山会

藤原 玉太郎

昨年4月の「観桜会」で会員の方から「自然が近い場所にある当会で『バードウォッチ』をしては？」と提案があり、観察地域を近隣調査した結果で発足することになりました。

第1回は5月に森林植物園へ、10名の参加がありました。「野鳥の会」をスタートしました。

会員で野鳥や草花に詳しいリーダーの安井国夫さんから、まず双眼鏡の扱い方、野鳥の見つけ方、鳴き声の特徴等の説明を受け出発しました。高木にいる鳥、低木の中にいる小さな鳥、目では見えても双眼鏡では見ることが

できませんでした。動きが早く止まっています。場所すらわかりません！

「センダイムシクイ」や「シヨウビタキ」そして「コゲラ」などがよく鳴いてくれました。

また、草花が多く咲き乱れて驚くばかり!!色とりどりの菖蒲やおオデマリ、シヤクヤク、そして変わった名前の子ヨウバクチなど楽しい2時間でした。

毎月第3金曜日が定例会です。森林植物園、しあわせの村(藍那の里)、菊水山の三方所を月ごとに決めて観察しています。



野鳥の会のみなさま

文芸欄



俳句

宝愛句らぶ(中央区)

小雨降るあじさい寺の傘の列
梅雨晴れ間観光船に波きらら
青梅や酒に砂糖に浮かびおり
声のして仰げば虹の波戸岬
梅雨時は気合を入れてやっとなち
葉隠れの青梅一つ飢へし眼に
青梅の少し熟して紅をさす
朝の風棚田波打つ青田風

梅の美会(兵庫区)

際だつや暮色の中に白紫陽花
梅雨空に明るさ添える立葵
竹林に色添えて咲く山の藤
炎天に杖をたよりに家路坂
冷奴ガラス皿にてもてなしぬ
早や日焼けノースリーブの向いの娘

青葉クラブ(北区)

紫陽花に競ふ彩あり傘の波
凌霄花今年も咲きて吾もありて
久しぶり一病共に敬老会

高原ささゆり会(北区)

山肥ゆるあまたの緑袴めきて
梅雨曇り苔の緑さを言いはなち
タンデムの赤いペディキュア夏来る
孫帰省鶏の唐揚大皿に
ほうたるや戦火に散りし若き叔父

ひまわり句会(北区)

こぼれ落つ赤く熟せりゆすらうめ
梅雨晴れ間トンボ見つけてひ孫呼ぶ

ひよどり句会(北区)

歳重ね更衣にも一息し
住む人のなき軒したにつばめの子

花山短歌会(北区)

谷上駅のいすに座りて次々とバスの発着ながめていたら
この頃は阪神が勝つて心の弾む夏の夜空の花火見る思いに
皿いっぱいこれもあれものバイキングはずむ会話に旅の朝食
音もなく雨ふりそそぐ紫陽花のひらがなめきぬ七色の彩
我が影を浮べて流るる紀の川の中州に一羽白き鷺見ゆ
つばめさん早起きですぬ午前四時さかななる声電線に鳴く

- 和子 悦子 千枝子 道子 恵子 和志 啓臣
岡田富早恵 林静野 藤田ユイ子 藤井歌子 栗野富江 山田朝子
馬場みつえ 前川弘子 山本恒雄
南久美子 松村二三枝 若林節子 山下久一 笠井照子
辻寿賀子 石井敏子
塩見光子 田中弘子

青春の恋よみがえり青林檎
黄昏れて十葉の花なほ白し
梅雨雲に下校児傘を持って余す

北斗句会(北区)

夜なべして母様手縫い藍浴衣
奥飛騨の朝は火を入れ明け易し
ムツクリはアイヌ乙女の非恋の音
散りてなほ水面に咲くや合歓の花
現生は色即是空合歓の花
眠くなる児の手の温み合歓の花
梅雨出水田ごとの堰を開け放つ
ねじ花の左右自在に巻きにけり
姉からの絵手紙すらり花菖蒲

福寿草句会(須磨区)

波音を耳に旅寝や明易し
明日生きる為の体操冷麦茶
短夜の目覚める度に見る時計
夕まぐれ網戸あたたふた繕ひぬ

多間台とぎわ会文芸部(垂水区)

夏草や我が庭一面ひろがりて
宿題をおつぼり出して日焼の子
夏草や繁るにまかせ吾が空屋
泡盛でますます赤く日焼け顔
アスリート自慢は日焼け顔の傷

桃山台クラブ文芸部(垂水区)

学園の昼のチャイムや風薫る
寝苦しき明け方うれしホトトギス
きらく句会(西区)

里遠く廃線横に山吹花
腹掛けを片手に孫を追ひしかな
父の日はボロと帽子がセツト成り
梅雨晴間博物館の長い列
草いきれ山の墓地の菩薩像
菖蒲湯に子の数え居る百の数

個人

秋を待つもみじの緑うす化粧
紫陽花や空も澄みきる藍の色

- 筒井豊子 中井光子 矢谷登美子
金行隆 久松礼子 松本洋子 増田嗣夫 岸下庄二 秋山弘之 脇坂有多子 黒田久江 藤井久美子
上原綾子 岩田美代子 松下修二郎 林慎一
中村佳代子 久下順司 山本雄二郎 樋山隆夫 木村敏博
田畑美恵子 大上昭敏
大橋治子 尾上正紀 喜田弘征 阪本道子 田野育利 森本珠実
(東)北田建樹 (灘)都倉知子

川柳

筑栄会(北区)

羨まし肌の色つや油虫
虫達は花の蜜吸恋をする
みごと咲く花に隠れただんご虫
旅立ちはまだ先ですと医者が言う
加令から次々解散同好会
銀ヤンナムスに仕立ててオスを捕る
会えぬ日は想い想われ夢にみる

桂木ひふみ会(北区)

今の世は貧富積み木の成れの果て
あと幾年頭抱えるケアプラン
つもり貯金空箱のみが増えていく
物価高騰大根の種を蒔く
MCさん大根足が見えかくれ

個人

立ちどまる青空と花新緑に
霧の中「かやぶきの里」は風情あり
呆け防止吹矢の的もぼやけ見え
旅の計懐元氣なら可能
祖国は一目平和でもこわい国
災難はコロナでないのに隔りされ
カタツムリ宿を求めて紫陽花に
新築屋八軒並びで赤児なく
薫風にタンポポふわり空の旅

個人

病院へ行きは晴れて帰る晴れ
診療時には土砂降りの雨

- 山上幸子 植田きみ子 竹村良子 山田キミ子 山口茂子 福本和恵 藤田恵子 松本淑美 芝田律子 寺岡洋子
あきら まり子 まさこ よし 三茶 かほう としこ
荒木宗Q 京念久美子 笹岡淑子 杉尾悦子 大和ケント
(灘)山上幸子 (北)植田きみ子 (北)竹村良子 (北)山田キミ子 (長)山口茂子 (須)福本和恵 (垂)藤田恵子 (垂)松本淑美 (西)芝田律子 (西)寺岡洋子
(東)辻本美佳子 (東)早川キミエ (東)増田芳之 (北)かんいち (北)北野利一 (北)宮内美栄子 (垂)小高肇 (西)濱頭ミノル (西)藤長文子
(北)清水久子

あとがき

残暑お見舞い申し上げます。暑さ厳しき折柄、会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。先日新聞で「鬼ごっこ」を幼児教育の現場に本格的に千葉県富里市で取り入れたという記事がありました。近年、子どもの体力低下と運動不足が懸念され「楽しく体を動かし、友だちと一緒に助け合うことを学んで欲しい」とのこと。老人クラブの活動もまさしく「つながりを持ち、楽しみながら老人クラブ活動に参加」しています。暑さに負けず皆さん頑張ってください！

市老連からのお知らせ ボウリング大会開催!!

令和5年12月8日(金)

フェニックスプラザ長田にて、ボウリング大会を開催します。お問い合わせは各区老連スポーツ部会まで!!

スポーツ部会



交通事故

金銭

などで

家庭内の夫婦関係

相続

お困りの方

土地建物

近隣関係

無料

最高裁委嘱「調停手続相談」

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5年10月14日(土)
場所: 中央区文化センター (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(神戸市簡易裁判所内) (078)341-7521(内線4630)