



超高齢社会に向けて

神戸市老人クラブ連合会 (KOBEシニアクラブ)
理事長 近藤豊宣

新年明けましておめでとうございませう。皆様方には健康やかに新春をお迎えになられたことと心よりお喜び申し上げます。

平素は神戸市老人クラブ連合会の諸事業推進に対し、格別のご理解とご協力を賜っておりますことに深く感謝申し上げます。

さて、2025年を迎え、背景となる「少子高齢化」が急激に進むことが懸念されます。特に「団塊の世代」が75歳以上となり、国民の約5人に1人が後期高齢者、約3人に1人が65歳以上の高齢者

という超高齢化社会を向かえることになりませう。

このような状況を考えるとき、会員一人一人が互いに支え合い、励まし合いながら楽しみを共にし、長寿の喜びを実感できる人間関係の醸成が極めて大切となります。

私たちが目指す「健康・友愛・奉仕」を基に、会員一人一人が、健康に留意し、地域の中心となつて、支え合う仲間と、若い世代を巻き込んで、生きがいのある環境づくりを、積極的に進めていく役割が重要です。



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。

本年1月17日で、阪神・淡路大震災から30年が経過します。神戸は、市民の皆さんが力をあわせて助け合うとともに、国内外のたくさんの方々から温かい支援をいただき、復興を果たしてきました。そしてこの間、災害に強いまちづくりを着実に進めるとともに、国内外の被災地支援、復興支援に積極的に取り組んできました。

この経験、教訓を次世代に継承し、広く国内外に発信するため、本年1月から12月にかけて震災30年事業を実施し、この1年を未来に向けた年としていきます。また、春からはいよいよ神戸空

港での国際チャーター便の運用が始まり、神戸の陸・海・空の要衝としての機能がさらに強化されます。加えて、大阪・関西国際万博の機会を捉え、神戸市においても、観光・ビジネス需要の創出を推進し、市内経済のさらなる活性化を図ります。

一方で、日本の人口は2008年をピークに減少しており、神戸市の人口も同じ傾向をたどっています。このような時代において、神戸市がまちづくりに追いつくためには、未来にわたってこのまちを引き継いでいく「持続可能性」、まさに「SDGs」の価値観です。これからは神戸市は、豊かな自然の活用や保全、都心部の緑化に取



り組み、神戸の文化や歴史を大切にしながら、持続可能なまちづくりを進めていきます。

併せて、次代を担う子どもたちの教育の推進、健康・福祉の増進などに一層取り組んでいきます。

今後も、時代の変化や要請を的確に捉え、未来を見据えたまちづくりに全力で取り組み、「海と山が育むグローバル貢献都市」の実現を確かなものにしていきます。市民の皆さんには、神戸市政に對し、まして引き続きご理解とご協力を賜りますとともに、現在策定に向けて取り組んでいる新たな総合基本計画にご意見をいただき、ともに神戸のまちづくりを進めていただき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シニアクラブのみなさんにとって、すばらしい一年となりますことをお祈りいたします。

KOBEシニアクラブHPもぜひご覧ください!

市老連の活動内容や各種行事のお知らせ、区老連及び単位クラブの活動状況などを掲載しています。QRコードからぜひチェックしてみてください!



第53回全国老人クラブ大会



第53回全国老人クラブ大会が、令和6年11月20日(水)～21日(木)神奈川県神奈川県民ホール大ホールで開催され、全国各地から1,254名の老人クラブ会員等が参加しました。

KOBEシニアクラブ(神戸市老人クラブ連合会)から近藤豊宣理事長をはじめ、各老連の代表、今回表彰を受ける皆さんが参加し、式典では、全国で234名、111団体が表彰され、代表者が村木厚子全老連会長から賞状を授与されました。

【全国老人クラブ連合会会長表彰】(順不同、敬称略)

- 女性リーダー育成功労表彰
重松 桂子(神戸市老連女性委員会委員長)
- 若手リーダー育成功労表彰
濱田 亀志政(灘区老連副会長)
- 優良老人クラブ表彰
東灘区深江親交クラブ(会長 川島 行男)



区老連だより

垂水区老連

創立60周年記念式典と 第49回楽しついでい

垂水区老連創立60周年の記念式典を、令和6年10月19日(土) 10時30分から、垂水区文化センターレバンテホールにて開催しました。

総務部会鴨川部会長の司会で開会の言葉、国歌斉唱、物故者への黙祷と進み、主

催者挨拶として区老連松木会長から、少子高齢化という転換期に、地域に老人クラブという存在があつて、多くの仲間が出来、健康を

気遣いながら充実した生活ができて、本当によかったと感じている。それぞれのクラブでの楽しい経験や充



えられ、来年度震災30年に寄せて避難所でのマイナナンバーカード、薬手帳の有効性を紹介されました。

に区老連ブログ開設に貢献した個人に、それぞれ授与された式典は終了しました。昼食休憩の後、気持ちを切り替えて、第49回楽しついでいです。

実感を周囲の人に伝えていきましようと思われました。次に参加された来賓を紹介、うちお二人から祝辞をいただきました。

最後に表彰式に移り、活動賞に西舞子友の会、広報賞に桃山台クラブ、特別賞

演目の内訳は、詩吟3組、リズム体操3組、民謡2組、太極拳1組、マジック1組、ダンス1組、笑いヨガ1組、フォークダンス1組、コーラス1組、フィナーレに青い山脈を全員で合唱し14時に閉幕しました。

灘区老連

晩秋のバス旅 伊根湾のグルメと舟屋眺望遊覧



1号車の参加者



2号車の参加者

令和6年最後の思い出の旅は晩秋11月11日で天気は最高!灘区各所よりバス2台

に乗り込んだ74名の仲良し日帰り旅行です。京都天橋立方面へ秋の風情を味わい



モメのカの群れ、伊根湾の鳥

つつこの春にリニューアルした「橋立大丸シーサイドセンター」に到着。記念撮影をし、丹後半島のグルメ(のどろろ陶板焼き・焼き鮑・焼きさざえ・甘エビ・橋立そば等)を満喫しました。その後、伊根湾めぐり遊覧船で舟屋を眺めて秋うらら

の静かな内海で30分の憩いのクルーズです。遊覧船を取り巻き群れ飛ぶ数十羽のかもめが甲板に右舷左舷に舞い降り、肩や頭に停まり、空中より小指の爪ほどのポテトチップスを摘まんで飛び去る。驚くも可愛い想定外のスキップのひと時でした。

最後に海産物のお店に寄り、みやげ物等色々買物を楽しみ、紅葉の野山、秋空を染める夕焼けを眺めながら帰路につきました。灘区老連の活動も、コロナ感染防止が緩和され、演芸の集い、幅広い多くのスポーツ大会、福祉・防災防犯活動と、正に健康・友愛・奉仕の旗の下、地域での役割を果たしています。しかし、新規会員の入会が充分でなく、新たな意識付けによる活性化が望まれますが、令和7年度は灘区民ホールと王子競技場が大幅な改装工事で使用できないのが課題です。

須磨区老連

執行部役員が専用倉庫組立、福祉友愛のついでい開催



須磨区老連は、このたび愛称を須磨シニアクラブと決定した。シニアクラブが行うグラウンドゴルフ大会や室内運動会の用具等は、

勝手がよいように柵も取り付けた。特技を持つ人がリードして全員が協力し、業者に頼らないで自前の倉庫を完成させた。

これまで区役所倉庫に保管しており、搬入と搬出は開庁時間に限られていた。そのため手間暇がかかるので須磨シニアクラブ会長は、倉庫新設場所確保に奔走し、須磨区衣掛町の公園内に3畳程の大きさの倉庫新設について市の了解を得た。次に会長は「資材のみ購入し、基礎工事と組み立ては我々の手で行おう」と役員に呼びかけ。昨年6月13・14日、元建設会社経営の会長の指揮のもと、70代、80代役員が図面を見ながら作業開始。柱、梁の組立ては不具合のつどボルトを緩めて向きを修正などを行って倉庫を完成させ、その内部には使い

また、11月17日には須磨パティオホールで福祉友愛部と女性委員会の合同で「第2回福祉友愛のついでい」を開催した。これは、7月7日に東須磨地域福祉センターで行った「福祉友愛のついでい」が好評で、「再度開いてほしい」「女性委員会の活動を見たい」との要望に応じて実施した。内容は、須磨警察署員による特殊詐欺防止と心臓外科の権威である凌駕クリニックの樋上哲哉院長による突然死防止の講演のほか、女性委員会のいきいきクラブ体操、ボランティアのオカリナ演奏と合唱が行われた。



参加者は須磨シニアクラブ会員のほか、その友だちや関心を持つ地域の人のひとりで、参加者アンケートの結果は高評価で、当クラブがめざす地域の人のびとの交流促進取組みのひとつになった。

クラブだより

兵庫中央第三寿会の活動

兵庫区

兵庫中央第三寿会

岡田 富早恵

兵庫中央第三寿会は、兵庫区のほぼ中央の位置にあたる所にあります。東に六甲山、西に須磨の

海が広がりとても環境のいい所です。50名程の会員ですが、おの健康に気を付けて活動しています。令和6年4月には中道地域福祉センターで講師の山田様をお迎えし法律の勉強会をしました。法律について解かりやすく説明してくださいま

した。20名の会員さんが参加し、とても有意義な時間が持てました。また、5月には湊川寿友の会主催の太極拳に参加しました。指導者の演技を見せてもらったり実際に皆で体験をしたり楽しい時間を過ごすことができました。他の活動として週に2回程度、中道公園の清掃を行っています。7、8名で午前7時30分から1時間程ですが草引き、荒



ゴミ、缶、ペットボトル拾い等。道行く人が「ありがとう!!」「ご苦労さま!!」と声をかけてくれるので、とても嬉しく思います。清掃が終われば輪投げの練習をします。それは区老連の行事で輪投げ大

会があるので、そのために頑張っています。また、グラウンドゴルフも水曜日、日曜日に中道公園に集まり練習しています。区老連の歩こう会、いきいきクラブ体操、友愛福祉研修、三社詣り等色々な行事にも参加し楽しく活動しています。兵庫中央第三寿会の motto「健康第一、笑いを忘れない、大きな声でブラボー。」

名称を変えて再出発

長田区

二久塚長老会

藤竹 一夫

二久塚長老会は昭和36年7月に立ち上げられて63年、よく持ちこたえられたと思います。結成から私で4代目になります。

しい敬老の日であったそうです。私になって何もありません。3800円の繰越からのスタートでした。平成19年3月に前会長が亡くなられて老人会にも入っていない私に「区役所で話を聞いてきてくれ」と言われ向かうと当時の区老連会長に呼ばれ前に

からないことが多く、区役所の担当者に相談するなど奔走しました。しかしながら私が会長になった頃より活動の場の会館もなく、資金も乏しくいろいろな行事を取りやめました。そうすると次々と辞めていかれ、腕塚町9・10丁目のみとなり近隣にマンションもないので、家内の知り合いを誘うなどしてなんとか30名を超えようになりました。

また、グラウンドゴルフも(月・火・水・金曜日)にしています。木曜日は皆さん病院に行く日となっています。会員は8名ですが、そろそろの5・6名、先日初めてあわせの村グラウンドゴルフ場に足を運びました。

晴天に恵まれ、午前中は前のチームがもたつき時間もかかりましたが3ゲームをこなしました。クラブハウスでもグラウンドゴルフの話に花が咲き、また1ゲームしました。いつものグラウンドは平坦ですが、当日は芝生で坂ばかりのコースでしたが楽しく遊べました。次回はメンバーを増やして行きたいと思っています。その他、催し物や体操などはクラブが小さいため、二葉喜楽会の仲間に入れてもらっています。そして、令和6年11月に総会を開き、人気投票の結果、名称を令和7年度より「さわやかクラブ」とし再出発することになりました。これを機に新しい仲間が増えたらいいと思います。

このころは自治会、老人会で会館を持っていたそうです。葬儀や会合、結婚式もされていたそうで、前会長までは敬老の日には折箱で酒もあり楽

このころは自治会、老人会で会館を持っていたそうです。葬儀や会合、結婚式もされていたそうで、前会長までは敬老の日には折箱で酒もあり楽

現在役員も決めて頑張る、町内32名町外15名の47名です。どなたも高齢ですが、先日の輪



晴天に恵まれ、午前中は前のチームがもたつき時間もかかりましたが3ゲーム

健康と笑顔でつながる御影つるかめ会

東灘区

御影つるかめ会

川上 博司

- 【主な活動】
- ・月曜日 卓球、オセロゲーム (西町会館)
- ・火曜日 輪投げ (本町公園)
- ・水曜日、木曜日 グラウンドゴルフ(本町公園)
- ・月に1回 カラオケで大きな声で歌いストレス発散をして楽しんでいます。

御影つるかめ会は昭和59年4月に設立されました。40年余り先輩諸氏の努力により現在に引き継がれています。



皆とラジオ体操



グラウンドゴルフメンバー

本町公園で楽しくプレー

その他シニアクラブの行事に参加し、和気あいあいと健康で楽しく過ごせるように頑張っています。地域の皆さまにも参加を呼びかけ会員の増強に努めています。

神戸市シルバーカレッジ 学生募集

57歳以上の市民が学び集う生涯学習施設です。令和7年(2025)年4月入学生を募集します。



出願期間：令和7年1月14日(火)～1月24日(金)(必着)
学生募集要項(願書)はシルバーカレッジ、区役所などでお配りしています。郵送も可能です。
学校説明会を1月16日(木)・17日(金)・20日(月)・21日(火)に開催します。
各日2回①10:00～12:00、②13:00～15:00。(事前申込制)

コース	健康ライフ	国際交流・ECOライ	総合芸術コース			
専攻	コース	協力コース	美術・工芸専攻	音楽文化専攻	園芸専攻	食文化専攻
定員	100人	100人	35人	35人	35人	35人

<申し込み・お問合せ先>
シルバーカレッジ事務局 電話078-743-8100
神戸市北区しあわせの村1番16号

詳細は<https://kobe-sc.org>か右記QRコードにアクセス



シルバーカレッジ で 検索!

文芸欄



俳句

紅梅会 (東灘区)

天扇五福あまねき福寿草
松竹端雲つつみ初日の出
めでたさは障子越しなる初明り
花野ゆつくり歩く限りなく
六甲山道一本の青芒
穂穂たれ風ゆき渡り黄金波
四方の山ふところにして薄紅葉

宝愛句らぶ (中央区)

スーパームーン世の争のこと知らず
真青なる空映す海秋の声
夕月に願いをこめて世の平和
音楽祭緊張解けば秋の声
夏日からいきなり冬日季語虚ろ
箱買いの酢橘の続く夕餉かな

梅の美会 (兵庫区)

水仙を一輪活けて掃除置く
セーターの虫くい穴を修理する
ひたすらに園児の動画見入る秋
霜月や季節の色もなまに
瑠璃色の花器に似合うや実南天

高原ささゆり会 (北区)

朝の空天の岩戸の初神楽
秋彼岸遠近法でならぶ雲
ドリップでアロマ広がり山装う
葛の花大葉のかげでかほり居り
年の暮ほうき片手の立ち話
潮風や指に残りし蜜柑の香
徘徊の犬の爪音朝寒し

ひまわり句会 (北区)

秋祭り思ひを込めて餅をつく
振り向けばここにいろよといがの栗

ひよどり台句会 (北区)

猛残暑気候変動怖さ知る
捨てられぬ母の手づくりサンドレス
大の字に畳の冷えや処暑となり

- 美恵子 朋子 扶喜子 早智子 里子 松子 恵
- 和子 悦子 千枝子 道子 和志
- 岡田富早恵 山口茂子 藤井歌子 山田朝子 栗野富江
- 笠井照子 中井裕子 佐藤かなめ 尾崎順子 松村二三枝 南久美子 若林節子
- 石井敏子 辻寿賀子
- 塩見光子 田中弘子 中井光子

推敲の迷ふ一文字夜長かな
横丁は釣瓶落としや赤提灯

北斗句会 (北区)

秋祭久しき人に出会ひけり
ハローウインおぼけも踊るウインドー
交通の安全祈願や神の留守
病む友の句集紐解く良夜かな
秋暑し何も書かずに閉ず日記
秋祭猿田彦足袋真白なり

見山台新樹会 (北区)

秋暑し若狭の海のおぼろなる
知らぬ間にぬすびと萩が我が庭に
虫の音や他に音なし夜の道
夕日浴び見て見て見てと紅葉かな
冬の月廃校の屋根苔青し
幼子の笑顔はじける秋夕焼
暖かし仲間集いて談笑し

新長田地区和楽会俳句同好会 (長田区)

天高しシャチのジャンプや波しぶき
マラソン日初冬の街を駆け抜ける
初日の出雲間の一瞬未来見る
秋うららバス停過ごし三千歩
復興へ浜の朝市秋刀魚揚ぐ

桃山台クラブ文芸部 (垂水区)

秋探し夫に合せてタイガース
沈む陽や暫し見つめる秋さな
初冬にも秋刀魚の薫り町包む

きらく句会 (西区)

時紡ぐ恒星の光天の川
風止みていずこも静か草の花
九百円無人ショップの西瓜買い
刈入れはいつかいつかと稲穂揺れ
竿さして浮島押せば秋の声
屈託を転がしてみる芋の露

◆個人

平和やかな黄金色続く麦の秋
二人居て名月愛でし団子かな
名月や思わず空に合掌す
渡り鳥子育ておわりV字飛行

矢谷登美子 筒井豊子

黒田久江

久松礼子 増田嗣夫 秋山弘之 岸下正二 松本洋子

貞永弘子

丸尾嘉子 佐溝満喜子 高石勝行 石本宏一 松隈弘子 藤田和夫

有賀英子

益井信子 木村トキ 竹内幸子 竹内孝人

田畑美恵子

大上昭敏 小高肇

大橋治子

尾上正紀 喜田弘征 阪本道子 田野育利 森本珠実

都倉知子

福井悦子 山上幸子 朝岡俊之

卒寿生き昭和一桁枯れすすき
柿熟す見上げる児等の声高し
色鉛筆芯尖らせて涼新た
新札が財布をすりと秋の風
炎天下グランドゴルフでも楽し
白波の際立つ川面秋暮色

川柳

筑栄会 (北区)

夫婦とは選び選ばれまあいいわ
白内障術後のメガネウツトウシイ
ベビーカー覗くと犬かでも褒める
枯草を集めて焼いたうまい芋
根性で生きているよと母笑顔
温暖化台風迷走根性悪!!
散歩道カレントゴロゴロ落ちてる

◆個人

九十寿でも新しい友二三出来
ダイケアに欠けたる空席何時迄か
新鮮味落ちるは速く流行は早い
初参り歩きくたびれ願忘れ

短歌

高原ささゆり会 (北区)

今は昔家族だった人の名を
ネットの波の中に訪う
ロボットと共に働く世となれど
光の君と同じ月見る

花山短歌会 (北区)

暁の空の約束真珠色
シルエット濃き嶺朝餉の煙
疲れたねしんどかったね有り難う
一生懸命老人会長よ
ともしびを灯すが如くひそやかに
一輪の花サザンカが咲く
老いてゆく不安忘れて老友会
初心者マジャン月曜日ごと

(北) 馬場みつえ (北) 山田キミ子 (須) 福本和恵 (垂) 木村敏博 (西) 芝田律子 (西) 寺岡洋子

かほう

三茶 あきら かをる まさこ 勢似 つくしん坊

増田芳之

(東) 増田芳之 (東) 村瀬武子 (北) かんいち (北) 北野利一

中井裕子

箱守喜久子

船崎めり子

清水恵子 富田夢助

山田加壽代

最近早い目覚めで起こされて
歩き出したらそれを楽しむ
秋と冬ゆき交う空の通り路よ
さ庭に清しき風わたりゆく

◆個人

故郷へ二人旅する約束の
弟病みぬ秋風寂し
なごみサロンのお世話になつてもう5年
仕事プラスの親切うれし
平戸より宣したるザビエルの
教会残り十字鎮まる

降り注ぐ陽射しに光る須磨の海
列車は走る海辺の街を
夜半覚めて何も見えねばまぶた閉ぢ
想ひ出の苑にしばしまどろむ

(垂) 堀江千生子 (須) 江口啓子 (西) 増田 當代

とっておきの作品



「鯉の滝のぼり」
【兵庫区】湊山すまいる会
岡田 瑠美子

あとがき

明けましておめでとうございます。
2025年がはじまりましたが、いかがお過ごしでしょうか。
さて、本年も神戸市老人クラブ連合会は、皆様笑顔で過ごせるような一年にしていきたいと考えています。
昨年は、たくさんの行事を開催し、皆様と楽しい時間を共有することができました。今年心機一転、新たな気持ちで様々なことにチャレンジしてみませんか？