

# 区老連だより

## 中央区老連

### 年末も活発に活動

昨年の年末（令和6年12月）は区老連としての大きな行事が重なりました。

まず12月11日（水）午前10時から「季節の寄せ



植え講習会」を中央区役所1階多目的ホールにて開催しました。お正月を前に、お正月飾りとなるようお花をどのように配置して植えるかと綺麗な鉢飾りになるかを学ぶ講習会です。

30名の参加者が集まり講師はグリーンアドバイザーの土取玲子さん。お花の種類は赤・白の葉ボタン、ガーデンシクラメン、フリルパンジー、黒松の小木を色々

と配置を変え、それぞれの高さの調節などの指導を受けながら1時間ほどかけてできあがりしました。

その後、この鉢植えを維持管理する水の与え方、栄養土の配合、補充の仕方などの講習もあり、参加された皆さんはできあがりも含め満足な様子でした。

その5日後、12月16日（月）、同じ区役所1階多目的ホールにおいて午前10時から「健康体操と落語会」と銘うち、友愛・奉仕事業研修会を開催しました。

2部制で実施し、第一部は神戸リハビリテーション病院の長谷川博一理療法師、井上紳也作業療法士の2名によるフレイル予防講話と、椅子に



座つても筋肉をつけられる体操を約45分行いました。

休憩をはさんだ後、第二部の落語会が始まり、司会者の紹介でまず登場したのは、若手落語家の桂文路郎さん。おなじみの「時うどん」で大いに笑わせていただきました。

次席の落語家は、中堅落語家で、神戸新開地喜楽館の副館長をしている桂三ノ助さんが登場し、演題は「西行鼓ヶ滝」

を。話の筋は名の通った歌人の西行法師が鼓ヶ滝で自信作一句を読んだあと、道に迷って世話になった農家の老人夫婦、孫娘に句全体を添削されてしまいます。



それがより良い句になったと反省し、さらに修行を重ね、後世に残る歌人となったという面白さの中にも、おごり昂ぶりを戒める味のある落語を楽しめた楽しい会となりました。

## 兵庫区老連

### 晩秋の晴天に恵まれた福祉研修会



令和6年11月9日（土）友愛福祉研修会として大阪のATCエイジレスセンター（健康\*福祉\*介護機器関連商品の展示場）を見学するため兵庫区役所を午前9時に出発しました。

集合時間前には全員が集合し、行く気満々です。参加者は男性8名、女性36名で、遠くにあべのハルカスを見学しながら午前10時50分に、ATCエイジレスセンターへ到着しました。エイジレスとは「老いない」「年をとらない」という意味の英語だそうです。

体験型のシヨールームで2班に分かれて説明を受けながらお風呂用品、手押し車、ベッド、車椅子等々のコーナーを見学しました。中でも「自動ラップ式ポータブルトイレ」の凝固剤を入れて汚物を包み自動的に処理が出来る仕組みには驚きました。「母を介護した時にこれがあつたら」と、参

加者の声がありました。自助具コーナーでは、爪切りやストロー、フォーク等、可能な限り自分で使えるように工夫された道具類があり、希望すれば作ってもらえることを知りました。およそ1時間の見学でしたが介護される人、介護する人に便利な用具の開発が日々進んでいることを学びました。

その後、豪商辻元家が江戸時代初期に建築したとされる古民家「がんこ平野郷屋敷」で昼食をとり、石切刃箭神社を参拝して最後の見学場所「造幣局\*造幣博物館」へと向かいました。

ここでは文化勲章や各種褒章、オリンピックのメダル等も展示されています。造幣局は桜の通り抜けで有名ですが、なぜかこの時期に狂い咲き？かと思われる木があり皆が足を止めて眺めていました。

いよいよ帰路へとバスは進み有意義だった1日に感謝し、これからも色々な研修会に参加したいと思いをしました。

## 西区老連

### 西区親睦旅行

令和6年12月3日（火）西区老連親睦旅行を実施。

午前7時30分よりバス5台に各地区から分散し乗車。宝塚北サーブスエリアに集合し、京都に向けて出発。

最初の到着地は、西本願寺向かいの京つけもの「西利本店」。到着順に下車し店内へ。参加者186名で店内は満杯でレジの順番待ちは10分あまり。各自お土産

を買い満足な表情が見られた。

次は洛西金閣寺より北側にある「しょうざんリゾート京都」へ。途中、金閣寺前で信号待ち車窓より20名あまりの外国人観光客が見え、平日の午前中でも京都は人気があると感じた。「しょうざんリゾート京都」は会員制リゾートホテル、料亭、工芸館他各種の設備が整う静かな



リゾート施設。京懐石で昼食後、日本庭園に入園。手入れされた高さ10mを超える北山杉。紅葉は赤一色で落葉もなく思わずカメラを向けたくなる絶景。最後の場所は、宇治平等

院。30台入るバス駐車場は満杯。鳳凰堂への入場待ち時間は1時間で残念ながら入場できず。観光客を見ると外国人が1割程度。修学旅行の高校生が3割くらいでオーバーツーリズムがこれかと感じた。午後5時過ぎに西区に無事帰着。暖かい一日旅行は皆さまの普段の精進のたまものだと感じた。ちなみに前回の奈良飛鳥方面旅行の参加者は260名で老人クラブの高齢化の影響が出ているのが心配だ。



院。30台入るバス駐車場は満杯。鳳凰堂への入場待ち時間は1時間で残念ながら入場できず。観光客を見ると外国人が1割程度。修学旅行の高校生が3割くらいでオーバーツーリズムがこれかと感じた。午後5時過ぎに西区に無事帰着。暖かい一日旅行は皆さまの普段の精進のたまものだと感じた。ちなみに前回の奈良飛鳥方面旅行の参加者は260名で老人クラブの高齢化の影響が出ているのが心配だ。

