

支えあい 助けあい 通じあい ともに笑おう

KOBEシニアクラブ

第110号

# 西区老連だより

編集協力:(株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎06-6797-0212

発行  
神戸市西区老人クラブ連合会

<事務所>

〒651-2295  
神戸市西区梶台5丁目4-1  
西区役所 まちづくり課内  
☎(078) 940-9501  
発行人 近藤 豊宣



神本神社

## 全国一斉 社会奉仕の日

### 神出かたこ会 ~神出第八かたこ会の取り組み~

神出第八かたこ会では元気な会員たちにより、自治会館庭園の剪定作業を実施しました。脚立からの転落事故の無いように気を付けながら植木バサミを持ち、形の良いように整えながら頑張りました。熱中症予防のため水分補給も充分にしています。フレイル予防にもなり、体も頭も使いながら元気ハツツに活動しています。(広報 坂口)



### 岩岡老人クラブ



大型台風到来前の9月18日(日)、午前8時から岩岡出張所の剪定、草抜きの作業を開始。総勢40名余りの参加があり作業は順調に進む中、高さ3m余り直径40cmの枯れ木をチェーンソーで伐採、長さ40~50cmに切った丸木も環境局のパッカー車に楽々と収納され、けが無く無事終了。ありがとうございました。(広報 敦見)



### 玉津寿楽会

9月14日(水)、社会奉仕の日として玉寿会では男性9名、女性15名の参加で地域内一丁目から七丁目までのバス道歩道のごみ拾いおよび草取りの作業を行いました。朝から暑く汗だくになりながら作業し最終地、浄泉寺公園に集合しまして、ごみ袋45ℓ入り20袋以上集まりました。参加者全員にお茶を配り少し休憩をとり散会しました。普段車で通行してもあまり気にしていませんごみも道路を歩いて掃除をすると、意外とごみが多く感じます。交差点付近はポイ捨てが多いです。終了後は少し美しくなったと感じました。参加者の皆さんご苦労さまでした。(広報 人見)



- 10/6(木) 西区ポッチャ大会(西体育館)
- 10/23(日) 趣味の集い(西区文化センター)
- 10/25(火) 秋季グラウンド・ゴルフ大会(平野町公園) (予備日10月26日)

- 11/17(木) 西区輪投げ大会(農業公園)
- 11/27(日) 囲碁・将棋大会(農業公園)
- 11/29(火) 研修旅行

私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

**特別養護老人ホーム**  
ショートステイ  
デイサービス

**神出シニアコミュニティ**  
西区神出町南368-119  
☎078-965-3080

**SOMPOケア 介護付きホーム**  
**ラヴィール神戸伊川谷**  
ご入居に関するご相談  
随時受付中  
ご見学も承っております。

西区伊川谷町有瀬1745-1  
TEL(078)975-6541

医療法人社団 重会

**伊川谷病院**  
救急指定病院 総合健康センター併設

膝・股関節の痛み 乳がん 白内障

診療科目  
内科・外科・整形外科・循環器内科  
人工透析内科・乳癌外科・消化器外科  
肛門外科・脳神経外科・眼科・婦人科  
放射線科・リハビリテーション科

神戸市西区池上2丁目4-2  
TEL(078)974-1117

医療法人 博愛会

**広野高原病院**  
TEL 078-994-1155 FAX 078-994-2811

居宅介護支援事業 **グリーンホーム**  
はくあい  
TEL 078-994-5861

介護老人保健施設 **緑風苑**  
安田記念  
TEL 078-995-1222 FAX 078-995-1261  
西区北山台3丁目1番1号

社会福祉法人 神港園

**神港園シルビアホーム**

特別養護老人ホーム  
ショートステイ  
デイサービス

西区神出町東1188-345  
☎965-1407(代表)

医療法人社団 岡田会

医療法人 敬性会

**神戸白鷺病院**  
「もの忘れ(認知症)外来」  
好評受付中

神戸市西区神出町小東野9-94  
☎(078)965-1203  
FAX(078)965-2705

いつも笑顔を絶やさず  
素敵な日々を

神戸市認知症疾患医療センター

医療法人 実風会

**新生病院**  
西区伊川谷町潤和字横尾238-475  
☎(078)919-1755  
FAX(078)919-1723

医療法人 ときわ病院

診療科目  
内科・外科・消化器内科・消化器外科・肛門外科  
整形外科・脳神経外科・神経内科・乳癌外科  
リハビリテーション科・歯科・歯科口腔外科

三木市志染町広野5丁目271番地  
TEL(0794)85-2304 FAX85-3868  
http://www.tokiwa-hospital.or.jp

医療法人 敬性会

**神戸白鷺病院**

医療法人 敬性会

**神戸白鷺病院**



坂東ミエさんのご自宅にお伺いしました。玄関からリビングに数々の作品がお出迎へ。創ることの日々と、折に触れ作った作品を惜しみなく差し上げること喜んでいただき、請われるままに作ることに共有でき、自然発生的に仲間が増えたとのこと。

作った作品数は、種類数においては100点を越えるとか。若いころには大きな作品もあったようですが、今新作への挑戦に意欲溢れる日々とのこと。その活力は90歳を超えてなお盛んです。



ついで最近まで早朝のラジオ体操で参加者数のカウンター役を務め、サークル活動の「輪投げ」では迷うことのないキレのある投法で、はまれば大量点獲得に。お茶会では世話役さんの中心となり、来場者のお出迎へなどに。そこで大量に作った作品を記念にお渡し、思わずさぼれる笑顔が次の新作作りの励みになるのですね。進化を続ける創作意欲は、いぶし銀のごとく輝いています。

さて次の新作はどんな？楽しみにいたしておりました。(広報 水合)



手作りの楽しさに魅せられて

われら生き生きクラブ

太山寺・学園老連協 (学園長寿会)

西神南井吹台谷口公園内のトンボ池周辺は池を眺望できる棧橋もあり、美しい風景をかもし出しています。しかし、残念ながら周辺に桜の木が少なく、春には一望しても「少し寂しいですよね!!」との意見もあり、桜の植樹会を立ち上げました。

年間5本ずつの植樹をすることに。はや20本の植樹が終わり、また小さいですがこの春には花見も楽しむことができました。しかし、桜の開花とともに下草である「よもぎ」などが繁殖して見苦しい一面がある



西神南 丸山 信吾



趣味の人 100

核守りから

花壇づくり

どにしたらどうかとの意見がありました。周囲は広々とした場所であり、花壇ならそのまま集めれば作りやすい!!

そこで会員の協力を得まして、各家庭の庭にある余分な花の苗の提供をお願いしましたところ、「クリスマスローズ・花ボタン・紫ラン」などが集まり、植樹することになりました。その結果、花壇らしき姿になり、サークル員の散策コースの一部にもなりました。やがて近くに住む人たちがトンボ池散策の一部となったように称賛の声も上りはじめ、それに伴い余分になった草花の提供が数多く増え、花壇の増設につながっています。地域のふれあいの場ともなり、日々楽しんでいきます。

私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

神戸市許可 一般産業 廃棄物  
遺品整理・生前整理 受け賜ります  
有限会社 **舞子運送**  
神戸市西区伊川谷町瀬和字古川1015-1  
☎(078)974-8825

**パネ製造販売**  
株式会社 **東光パネ工業社**  
〒651-2142  
神戸市西区玉津町二ツ屋107-94  
☎(078)918-2495  
FAX(078)918-2448

資源回収業・兵庫県公認トラックスケール業  
神戸市・兵庫県認可産業廃棄物処理業  
くぼた くぼしょうてん  
株式会社 **窪田窪商店**  
岩岡工場  
神戸市西区福吉台1丁目1619-2  
☎(078)967-1351(代)  
本社  
明石市大久保町駅前1丁目1-6

株式会社 **フラッシュ**  
病院・施設用リース  
福祉用具レンタル・販売・住宅改修  
保育園用寝具レンタル  
神戸市西区宮下1丁目16-6  
TEL(078)925-1165  
FAX(078)925-1169

安全・敏速・快適で奉仕する!  
**神明タクシー**  
リフト付タクシーも有ります。  
西区枝吉5丁目141-1 (森友交差点角)  
☎(078)928-8282(代)  
西神受付 ☎(078)991-5500

看板製作全般  
ショップカード・名刺  
**西神アート**  
西区枝吉4丁目131  
☎(078)928-5014  
FAX(078)928-7949

総合防水・塗装全般  
株式会社 **伏見工業**  
神戸市西区長畑町9-2  
☎(078)926-6531(代)  
FAX(078)920-3223

廃棄物処理のプロフェッショナル  
**ゴミの110番**  
0120-762-110  
FreeCall 営業時間/9:00-17:00 日曜・祝日休  
リサイクル資源買取 重い粗大ゴミ  
引越越しゴミ 遺品整理  
木村工業株式会社 西神戸事業所 ☎(078)967-7500

**やすらぎホール西神戸**  
お葬式の事前相談で無料  
不安を解消しませんか?  
家族葬など要望に沿った葬儀を提案いたします。  
JA兵庫六甲組合員様以外の方もご利用いただけます。  
JA兵庫六甲グループ **JAやすらぎセンター**  
神戸市西区伊川谷町瀬和1058  
TEL.078-974-7350  
葬祭ジェイエイアクト

ステンレス・チタン・特殊鋼  
株式会社 **O.S特殊金属**  
神戸市西区岩岡町岩岡3211の1  
☎(078)967-7722  
FAX(078)967-7739



住吉神社・周辺の明石川水辺  
第17回 押部谷 明石川まつり

・クリーン作戦  
老人クラブ会員が中心になって、午後1時から地域の方々と一緒に明石川周辺2km程度、投棄されたゴミの収集をしました。参加の方々にはお茶、マイオネズ、お菓子が配られました。

・魚のつかみどり  
深い所をさけて網で囲い安全対策。子供たちは含図と同時に放流された鮎やウナギを捕ろうと川へ入って行き、手をつかもうとしたり魚取り網ですくい上げたなど何度も挑戦していました。捕れなくても川まつりならではの体験ができたようでした。おみやげにお菓子が配られました。



もち渡し



8月21日(日)、押部谷明石川愛護協議会主催の地域の皆さんと共に作る「明石川まつり」が行われ、約1200人の参加がありました。

当日は、朝降っていた雨も上がり、午後から晴れて行事に最適日和となりました。

私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

ホームページリニューアル!  
<https://hakuhousha.info>  
各地域の情報が見やすくなりました!  
地域ニュース募集中!  
(審査後、掲載させていただきます)  
株式会社 博報社  
大阪市平野区喜連西4-6-69  
☎(06)6797-0212(代)

株式会社 辻竹建設  
TSUJITAKE  
西区持子3丁目101番地  
☎(078)928-0370  
FAX(078)928-5576

株式会社 松本金属工業所  
神戸市西区森友4丁目92  
TEL(078)927-6300  
FAX(078)927-6005  
E-mail: t.matsumoto@matsukin-kobe.co.jp

総合建設業  
ISO9001認証取得  
株式会社 四ッ橋組  
代表取締役 四ッ橋 次雄  
本店 神戸市西区森友5丁目53-1  
761-2132 TEL 078-927-3777  
FAX 078-927-0300

災害時に役立つ「ラップ」活用術  
①食器洗いの代用...食器の上に敷く  
②ヒモの代用...長く伸ばしてねじる  
③スポンジの代用...こぶし程に丸める  
④防寒の役目...体に巻きつける  
⑤包帯の保護、三角巾の代用

たくましい体 ゆたかな心  
社会福祉法人 神戸愛育会  
幼保連携型認定こども園  
あい保育園  
西区伊川谷町有瀬1137-8  
☎(078)974-5588  
FAX(078)974-5811

天台宗  
日輪寺  
日輪寺保育園  
神戸市西区玉津町小山561-1  
☎(078)928-0975  
FAX(078)928-0976

浄土宗 永金山  
常纂寺  
神戸市西区枝吉4丁目40  
☎(078)928-6622  
FAX(078)928-6858

御賛助

7月30日(出)、西神南「セリオ光の広場」において、サマーフェスティバル「涼風祭」が令和元年以来3年ぶりに開催されました。

新型コロナウイルス発生前は、毎年7月の最終土曜日に出店が軒を連ねて、大勢の人でにぎやかに開催されていましたが、ここ2年は感染への懸念から中止を余儀なくされていました。

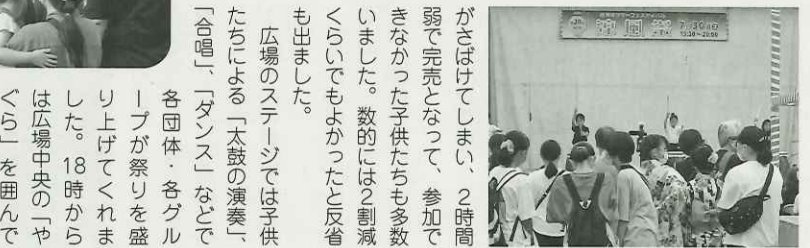
当井吹台東シニアクラブも「輪投げ」と「クジ引き」の店を出して子供たちに喜んでもらうという計画を

立て、従来はそれぞれ500個ずつの商品を出していましたが、今年は4割減の300個ずつとしました。

開始時間15時30分を待ちかねるよう店前には親子の長い列が出来て、久方ぶりの真夏のイベントを案しもうこの思いが伝わってきて、緊張しながらの対応でした。開始30分ほどで思

いは約3500人の来場があったとのこと、大に喜びました。新型コロナウイルスの勢いが一向に衰えない状況ですが、来年も引き続き開催できることを願っております。

(広報 平岡)



## 正しい手の洗い方

**1**

流水で手をぬらしてせっけんをつけます

**2**

せっけんをよく泡だてて手のひらをこすり洗います

**3**

手の甲をこすり洗います

**4**

指の間は手を組むようにして洗います

**5**

親指はねじるようにして洗います

**6**

つめの間や指先は手のひらで念入りにこすり洗います

**7**

しあげに手首を洗いましょう

**8**

水できれいに洗い流します

コロナに気をつけて  
楽しいクラブ活動を

私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・消化器科・糖尿病科 (往診随時)  
医療法人社団 山緑会

### いわもと医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM 9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●	●
PM 5:00~7:00	●	●	●	●	●	●	●	●

休診日 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日

西区岩岡町岩岡890-6  
TEL(078) 967-1110

### 山川整形外科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○	○
15:30~19:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日 土曜午後・水曜・日曜・祝日

西区学園西町1-1-2 神戸学園都市ビル3F  
TEL(078) 796-5355  
FAX(078) 796-5366  
URL <http://www.yamakawa-seikei.jp/>

社会福祉法人 光朔会

特別養護老人ホーム・小規模多機能ホーム  
居宅介護支援・CAFE  
高齢者総合福祉施設

### オリンピア 神戸西

神戸市西区玉津町上池315-10  
TEL(078) 918-7098 FAX 918-3745  
TEL(078) 913-7098(明石)  
<http://www.olympia.or.jp/>

サービス付き高齢者向け住宅

### ゆいま〜る伊川谷

見学随時受付中  
お問い合わせください  
☎0120-710-772

神戸市西区前開南町1-3-8  
◆地下鉄「伊川谷」駅より徒歩1分

### 高齢者に人気の趣味

俳句・詩作

新聞や雑誌に投稿したり、将来の夢にもつながる趣味。

家庭菜園・ガーデニング

自然に触れながら行うので癒し効果があり、健康にも良い趣味として人気。

VAVA ライフ動物病院

診療時間 平日 9:00~12:00  
17:00~20:00  
土曜 9:00~12:00  
日祝 9:00~15:00  
休診日 火曜・第3日曜日

神戸市西区森友5丁目130  
☎(078) 926-6422  
<http://www.life-ahp.com>

### 朝食をしっかり摂りましょう

朝食を摂ることはとても重要な生活習慣といえます。「これからすることのエネルギー」として、いい1日を過ごす為に欠かすことが出来ません。

社会福祉法人 大樹会

特別養護 西神の里 老人ホーム

デイサービスセンター  
短期入所生活介護  
居宅介護支援事業所

〒651-2404  
神戸市西区岩岡町古郷2888  
☎(078) 967-7151

小規模多機能型居宅介護

### ハッピー雅 (2F)

☎(078) 976-8280  
障がい通所(生活介護)・障がい訪問

### タイヨウ (3F)

☎(078) 976-0880  
神戸市西区伊川谷町有瀬1050-1

### 音楽鑑賞

お茶やコーヒーを飲みながら、好きな音楽を楽しみたいという方に人気。

高齢化が進む中、地域や会員の支え合いの意識が高まり、ちょっとした困りごとへの支援活動に取り組みもついつい増えて、令和元年8月に榊の木会全員にアンケート調査をしました(回収率67%)。その結果

①手助けをしてもらうと助かると思う方：約2割

②お助けの支援に協力したいと思う方：約5割

これにより、手助けをして欲しい方がいて、支援に協力してくれる方がいることが判明し、具体的に支援活動の体制を整えました。

①手助け対象者は榊の木会会員とし、業者に依頼するほどでもない、ちょっとした困りごと(車の使用を除く)の対応で、お



西神NT 老人クラブ

庭の草取り

副会長2名が務めることになりました。

令和元年9月に「ちょっとした困りごと」利用案内」を全会員に配付し、支援活動を開始し、早速、第1号の依頼が9月12日におりました(換気扇の清掃の依頼)。令和4年8月時点で(発足して約3年)累計45件実施しました。1ヵ月1〜2件程度です。

・令和元年12月に市老連「助け合い事業」に登録申請し承認され、この事業が廃止された令和3年3月まで、1ヵ月20000円の助成をいただきました。

・榊の木会の「月だより」、「榊の木だより」等で、利用促進の声掛けをしています。

礼をした方が依頼しやすいとの声が多く1回100円とし、支援は2名以上で行い、1回1時間以内と決めました。

②支援をしてくれる方(推進員)も募り、16名が応募してくれました。

③この活動のまとめ役(コーディネーター)を

・依頼の半数は庭の片付けであり、その他はごみ出し・自転車パンク修理・雨戸清掃等々です。

関係者からは「以前のようないい活動がある」と励みになる」との声もありますが、会員からは「助かる」「今は支援の必要はないが、このような活動があることは、安心感がある」との声も頂き、「助け愛活動」が地域の支え合いの一助となつていくことを実感しています。

榊の木会 副会長 萩原 浩一



植木の切断



自転車パンク修理

このころ、自転車で上り坂をこいでいくのが重くなってきた。少し前まで立ちこぎでいけたが、今では自転車を押しながら歩いていく。電動アシスト付き自転車だと楽に乗れそうだが、乗り換えようかと考えている時に免許更新センターから免許更新のながながが届いた。

76歳と後期高齢者になる私は、あらかじめ認知症テストを受けた。問題の「今日は何日ですか？」に、自信を持って答えた。それは前日の日付であった。「しまった」と思ったがもう遅かった。

免許は交通事故のことを考えると返納するのが安全・安心であることに間違いない。今まで車で移動してきた地域に行くのが簡単でなくなり、行動範囲が狭くなる。自転車、電車、バスだと行き先が特定され



免許の更新

る。車の用途はもっぱら買い物である。市内、三木、明石くらいを運転している。9年前の車は2.2万kmと走行距離は短い。九州の実家に帰省するにもフリーに乗るので100kmも走れば往復できてしまう。45年間免許を持って交通事故はないが速度超過の違反が1回あり、当時の職場の上司に、ゴールドでなく青色の免許がバシバシと叱られた。

最近の自動車には自動ブレーキなどの安全機能が備わっており、高齢者事故で多いペダルの踏み間違い時に発進を防いでくれるようになっていく。安全な車に乗り換えを考えたら当然価格も高い。そう思いながら新車展示場に寄っては、ため息ばかりついている。このようにさまざまなかを思い考えながら誕生日の2月に免許を更新した。

病氣、けがなどしないで元気にしておれば3年間は車を運転できるので、毎日の日課である歩くことを大事にしていきたい。

(恵友会会長 佐藤 安雄)

このころ、自転車で上り坂をこいでいくのが重くなってきた。少し前まで立ちこぎでいけたが、今では自転車を押しながら歩いていく。電動アシスト付き自転車だと楽に乗れそうだが、乗り換えようかと考えている時に免許更新センターから免許更新のながながが届いた。

76歳と後期高齢者になる私は、あらかじめ認知症テストを受けた。問題の「今日は何日ですか？」に、自信を持って答えた。それは前日の日付であった。「しまった」と思ったがもう遅かった。

免許は交通事故のことを考えると返納するのが安全・安心であることに間違いない。今まで車で移動してきた地域に行くのが簡単でなくなり、行動範囲が狭くなる。自転車、電車、バスだと行き先が特定され



私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・消化器内科・小児科

### 藤原医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日 日曜・祝日・火曜午後・木曜午後・土曜午後

西区糀台4丁目7-4

☎(078)991-2345

医療法人社団悠生会 精神科

### おこつ雄岡病院

診療時間 日・祝を除く9:00~16:00

西区神出町小東野48-58

(国道175号線沿 小東野交差点より入る)

☎(078)965-0344

医療法人社団 借生会

### 借生病院

在宅療養支援病院(機能強化型)

診療科目  
内科・外科・整形外科・消化器内科・泌尿器内科  
循環器内科・リウマチ科・リハビリテーション科  
訪問診療・訪問リハビリテーション・訪問看護

神戸市西区持子3丁目2-2

TEL(078)927-3211

### 中村医院

いつもありがとうございます  
ございます

西神中央

物忘れ・認知症・老年期の心の問題  
おの認知症クリニック

院長 小野 成夫 医学博士  
日本老年痴呆学会専門医・有資格

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
15:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日 日曜・祝日・水曜午後・木曜午後・土曜午後

神戸市西区大津和1丁目4-7

☎(078)978-0722

予約制 FAX(078)978-0723

## 4つのエコ

家庭でできる!

- 冷蔵庫に物を詰め込みすぎない**  
ドアの開閉時間が長くなる原因に。冷蔵庫の中を整理してみましょう。
- 待機電力を減らす**  
長時間使用しない家電はコンセントを抜きましょう。
- エアコンの設定温度は外気温に近付けましょう**
- お風呂の残り湯を洗濯に利用する**

# 久しぶりの玉津寿楽会 春季研修・親睦旅行に参加して!

玉津寿楽会



玉津寿楽会では、毎年春季に13クラブの役員や会員さんの親睦行事として日帰り旅行を開催してまいりましたが、令和元年に開催して以降、新型コロナウイルス感染症防止の観点から中止としていました。本年3月に感染者が緩やかに減少し、「まん延防止措置や緊急事態宣言」も解除されましたので会長会で検討した結果、3年ぶりに5月25日『世界最大級の渦潮(うず)しお観潮船クルーシング』と淡路島七福神(開運大黒天/八淨寺)を訪ねての春季研修親睦旅行を13クラブ

総勢91人の参加でバス2台にて開催されました。この旅行は、兵庫県のみ(他県に行かない)のコース設定をすれば、県民補助が出るので、それを活用するために当初のコースを一部変更して淡路島だけで四国には渡らないコースにしました。

当日は快晴の中、玉津地区の各クラブのバス停にて参加者を順次乗せて、明石海峡大橋を渡り、最初の合流地点の淡路IC・SAでトイレ休憩を兼ねて集合しました。その後、淡路ICを出て地道を走り「兵庫

立公園あわじ花さじき」に向いました。花園は可愛い花が咲き乱れ、全員写真を撮るのに賑やかなことでした。次に淡路島七福神霊場「八淨寺」に到着、全員で御住職の法話を聞いたのですが、御住職の話は無論仏教の内容が主ですが漫談より面白く、また仏具の販売セールスも兼ねて時間の経過も忘れるくらいでした。その後、参加者が一番楽しみにしている「昼食懇親会」です。

赤い屋根より皆さんよく知っている「夕」せんべいの館」の横の「きこり食堂」にて各クラブごとに分かれての昼食です。玉津寿楽会の末長会長のあいさつに続いて旅行業者の差入れのビールで乾杯をして食事です。各クラブとも久しぶりの飲食をともにする宴会で、飲み物の追加をするクラブが多くありましたし、何といっても昼食の料理が素晴らしいので、少し前の旅行の料理と比較して良かったの声がほとんどのクラブからの感想でした。

次に本旅行のメインであります『世界最大級の渦潮(うず)しお観潮船』による鳴門渦潮観潮でした。約1時間の観潮船の旅でしたが、乗船前にちょっとしたことで知り合いになった福良港の館長さんの話で、この時間の観潮は最高に良いし、中潮で大潮の少し前で大きな渦が巻く」と言われて期待して観ますとすこ

い渦が出て、初めて見た人は大きな声で素晴らしい良かったと叫んでいました。その後、最後の休憩場所の淡路IC・SAでトイレを済ませ、帰途に着きました。

3年ぶりの玉津寿楽会の本年最初の行事が、大きなトラブルもなく素晴らしい体験をして、参加者からの良かったのの評価も頂いて、本年計画している各行事も順調にできることを祈りながらの帰途に着きました。

(西区事務局担当  
出合長寿会 角 昇)



次は淡路島七福神霊場「八淨寺」に到着、全員で御住職の法話を聞いたのですが、御住職の話は無論仏教の内容が主ですが漫談より面白く、また仏具の販売セールスも兼ねて時間の経過も忘れるくらいでした。その後、参加者が一番楽しみにしている「昼食懇親会」です。

赤い屋根より皆さんよく知っている「夕」せんべいの館」の横の「きこり食堂」にて各クラブごとに分かれての昼食です。玉津寿楽会の末長会長のあいさつに続いて旅行業者の差入れのビールで乾杯をして食事です。各クラブとも久しぶりの飲食をともにする宴会で、飲み物の追加をするクラブが多くありましたし、何といっても昼食の料理が素晴らしいので、少し前の旅行の料理と比較して良かったの声がほとんどのクラブからの感想でした。

次に本旅行のメインであります『世界最大級の渦潮(うず)しお観潮船』による鳴門渦潮観潮でした。約1時間の観潮船の旅でしたが、乗船前にちょっとしたことで知り合いになった福良港の館長さんの話で、この時間の観潮は最高に良いし、中潮で大潮の少し前で大きな渦が巻く」と言われて期待して観ますとすこ

い渦が出て、初めて見た人は大きな声で素晴らしい良かったと叫んでいました。その後、最後の休憩場所の淡路IC・SAでトイレを済ませ、帰途に着きました。

3年ぶりの玉津寿楽会の本年最初の行事が、大きなトラブルもなく素晴らしい体験をして、参加者からの良かったのの評価も頂いて、本年計画している各行事も順調にできることを祈りながらの帰途に着きました。

(西区事務局担当  
出合長寿会 角 昇)

私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

**お薬手帳を持つ  
メリットを知りましょう**

●薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。  
●同じ薬による副作用の再発を防止できます。  
●旅行先で病気になる時などお薬手帳があれば飲んでいる薬を正確に伝えられます。

**眼科一般・コンタクトレンズ  
レーザー光凝固・日帰り手術**

**山崎眼科クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後 4:30~6:30	○	○	○	○	○	○	○

休診日：木曜・土曜午後 日曜・祝日  
神戸市西区桜が丘中町1-1-10  
☎(078) 998-3003

**さいとう整形外科**  
リウマチ・スポーツクリニック

院長 斉藤 聡彦

西区桜が丘中町4丁目9-7  
☎(078)995-7377  
FAX(078)995-7376

内科・外科・歯科

**甲斐診療所**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後 5:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日：火・木・土曜日午後、日曜日、祝日  
※水曜日のみ歯科診療有り  
神戸市西区神出町田井310-3  
☎(078)965-1405  
FAX(078)965-2701

整形外科・リウマチ科  
リハビリテーション科

**中神クリニック**  
Nakagami Clinic

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後 4:30~7:00	○	○	○	○	○	○	○

神戸市西区狩場台3-9-8  
☎(078) 991-4118  
http://www.nakagamicl.com

歯科・小児歯科・歯科口腔外科

**むらおが歯科医院**  
院長 村岡 重忠

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後 3:00~7:30	○	○	○	○	○	○	○

●診療時間変更します。 ※往診も可能です。  
神戸市西区岩岡町岩岡636-5  
TEL(078)967-7737

**カルシウムを  
しっかりとろう!**

骨そしょう症の予防や精神を安定させる効用のあるカルシウムは、高齢者には特に必要な栄養素です。  
★カルシウムが豊富に含まれる食品  
牛乳、チーズ、ヨーグルトなどの乳製品、骨ごと食べられる小魚、豆腐や納豆などの大豆製品、野菜類や海藻など。

保険調剤

**オレンジ薬局**  
神出店

西区神出町田井字吉森305-1  
☎(078)964-2707  
FAX(078)964-2708

西神戸医療センター等  
各種医療機関発行の処方せん受付致します

(専用駐車場完備)  
**かりば台薬局**  
保険調剤

西区狩場台3-9-7 狩場台郵便局、交番北側  
TEL(078) 991-8931  
FAX(078) 991-8935  
在宅医療ご相談承ります



2022年6月28日(火) 29日(水)に行われました。今回は122名が参加、近藤豊宣会長も参加されました。

1日目は潮風の丘とまり4コース×8ホール12時20分～16時。  
2日目は白兔グラウンド・ゴルフ場4コース×8ホール8時40分～12時15分。

表彰式は12時30分～上位10名が表彰されました。8位の方はなんと90歳です。

- ※敬称略
- 優勝 黒川 博之 (岩岡)
  - 2位 藤井 敏秀 (樫谷)
  - 3位 末長 則幸 (玉津)
  - 4位 山崎 勝己 (神出)
  - 5位 二星 和巳 (岩岡)
  - 6位 山下 豊俊 (岩岡)
  - 7位 佐藤 雅巳 (西神NT)
  - 8位 池内 正良 (岩岡)
  - 9位 清道 玉男 (樫谷)
  - 10位 吉川 治 (押部谷)



『ゴキブリ団子』を有志が作りました!

出合長寿会女性部の毎年恒例行事として、『ゴキブリ団子』を6月23日有志4～5人が出合公会堂にて作りました。

昨年度に続いて本年度も申込者全員が集まって作るの、三密になるの有志だけが10数軒分の『ゴキブリ団子』を作りました。

昔と違ってゴキブリもほとんど見かけなくなってきましたが、それでも全然いなくなっただけではなく、隠れていることもあり申込者も減少しましたが、10数軒の注文がありまし

この『ゴキブリ団子』はゴキブリ退治の妙薬として、昔から引き継がれた秘伝の方法で作っています。ゴキブリが好んで寄ってくる新玉ネギが主成分で、それが穫れる6月にこの行事を開催しています。

ゴキブリ団子は、材料としてホウ酸・強力粉・新玉ネギ・砂糖・牛乳を量りにかけて混入するのですが、分量は秘伝で伝授された配合で混ぜ合わせ、大きなプラスチックの容器に入れて皆で交代に練って行くのですが、玉ネギが完全に潰れて混ざり合うまで相当の力仕事です。今年は、少ない

人数で練りましたので、全員が腕が痛くなるほど疲れたと思います。

ゴキブリ団子は別名ホウ酸団子と言って、ホウ酸の分量がポイントだそうです。

市販されているゴキブリ退治の薬品は各種ありますが、何といても薬品ですから人体にも影響があります。出合で作っている団子はゴキブリには本当に良く効きますが、人体には影響の非常に少ない良品です。数年前から作り始めましたが、効果も非常に好評です。作り終えると、10数軒に分けてビニール袋に入れて申込者が取りに来

て、材料代と引換えに渡して終了です。

買った方々は、それぞれ家でペットボトルのフタに入れて、家の中の彼方此方に置くことで完成して、早くゴキブリが終息して、このような実のある楽しい行事を会員さんの多くが参加してできれば良いのにねと参加者からの声がありました。

また来年、新玉ネギが取れる時期に開催しようねと、参加者で話し合っって本年度最初の女性部の楽しい行事が無事終了しました。

出合長寿会  
副会長 阪井 初子



私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・循環器科・小児科・皮フ科  
**福井医院**  
医学博士 福井 亮介  
循環器科専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
内科	○	○	○	○	○	○	○	○
小児科	○	○	○	○	○	○	○	○
皮膚科	○	○	○	○	○	○	○	○

往診 月～金曜 午後1:30～4:00  
西区井吹台西町4丁目4-2  
TEL(078)996-9991

原クリニック  
診療科目 内 科・胃腸科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
PM4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休 診 日・木・土曜午後・日・祝祭日  
神戸市西区王塚台5丁目2番  
☎(078)921-2221  
FAX(078)921-6181

神保皮膚科クリニック  
じんぼ JIMBO

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~6:30	○	○	○	○	○	○	○	○

水曜・土曜午後、木曜、日曜、祝日休診  
西区持子2丁目16番2 JCビル101号  
☎(078)922-9701

循環器内科・内科  
谷崎循環器内科クリニック  
院長 谷崎 俊郎

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜・日曜・祝日・土曜午後  
神戸市西区曙町1096-3 曙ビル1F  
☎(078)927-8707

救急指定  
**足立病院**  
脳神経外科・整形外科・内科・外科  
胃腸科・歯科(口腔外科)・小児病棟  
リハビリテーション科・半日ドック  
各種健康診断受付中  
西区伊川谷町有瀬696-2  
TEL(078)974-1122(代表)

にしふじ歯科医院  
診療時間  
月～金曜 9:30~1:00  
3:00~7:00  
土 曜 9:30~1:00  
3:00~6:00  
(受付は30分前で終わります)  
休 診 日 木曜・日曜・祝日  
神戸市西区春日台1丁目25-1  
TEL(078)961-2345

スマイル歯科ふくながクリニック  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○	○
PM2:00~8:00	○	○	○	○	○	○	○	○

△全曜はPM2:00~7:00  
▲土曜はPM2:00~4:00  
神戸市西区春日台3-3-21  
☎(078)961-1827

かまたに歯科  
診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
あさ9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○	○
ご2:30~5:00	○	○	○	○	○	○	○	○
よる5:00~7:30	○	○	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜午後、日曜、祝日  
西区神出町田井288-1  
TEL.078-965-3190

丸橋歯科医院  
診療時間  
9:00~13:00 14:30~18:30  
土曜 9:00~14:00  
休 診 日 日曜・祝日  
神戸市西区梶台5-6-3 神戸西神オリエンタルホテル1F  
☎(078)990-1880  
FAX(078)990-1882  
www.maruhashi-shika.com

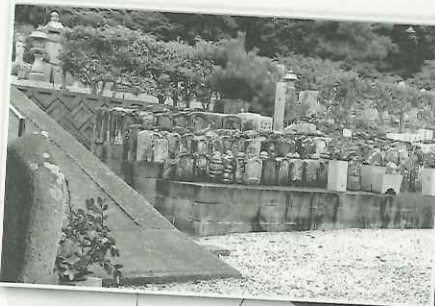
やまさき歯科・矯正歯科  
診療時間  
午前9:30~午後1:00  
午後2:30~午後7:00  
(土曜日は5:00まで)  
休 診 日 日曜・祝日  
西区大津和2-10-4  
☎974-8041 大津和ローソク

8月9日(火)朝8時よりかんのん堂、いこいの家の大掃除を開始しました。友清集落23名が参加。かんのん堂、いこいの家の室内、墓の草引き、草刈り、植木の剪定、溝掃除など広い境内をエリアを分担して作業をしました。暑い中2時間30分ほどで作業を無事終了しました。

かんのん堂の清掃は大掃除を年3回で、他の月は4軒1組で室内の換気と清掃、境内の清掃作業をしています。かんのん堂の名称は天台宗写清山新長谷寺、明石西国観音霊場第十九番札所です。



檀谷町友清かんのんさんの大掃除



かんのん堂での昔からの行事は年に6行事行われています。昔からの行事を現在にまた、次の世代に継承する和の心が集落の平安であると私は思います。



(広報 三譚)

(広報 坂口)

神出かたこ会

カタコユリ園の整備

神出かたこ会では、カタコユリの植え付けをし、カタコユリの保存に取り組んでいます。

え付けをしました。桜の季節には花が咲くことを願っています。

(広報 坂口)

檀谷長寿会

福祉センターと檀谷市民中央公園の清掃

8月15日(月)、今月は友清長寿会の当番です。22名が参加し、センターと隣接する公園に分担し午前9時より作業を開始しました。

センター内は掃き掃除、拭き掃除、と周囲の溝の掃除などです。公園は落ち葉、ごみの収集、草の除去、道路側の溝掃除などです。1時間ほどで作業を終了しました。



(広報 三譚)



8月7日(日)は、岩岡老人クラブ連合会第三懇談会が当番月で、会員の皆さんの参加で行われました。

早朝8時の集合でした。7時30分には個々集合され、公園の落葉の収集、トイレ清掃など作業は8時すぎに終了し、汗ひっしょりの作業でした。



## コロナウイルスに負けるな

岩岡老人クラブ

今回はコロナウイルス感染症から2年半が経ちいまだ終息していない中で活動でした。例年なら、50人以上の参加者で行っていましたが、今回は真夏日の高温が続く日、熱中症が心配される中での作業で、参加会員も30人余りとなりました。体調管理を注意されたの事と思います。酷暑の中、がんばって活動されている会員の報告でした。

(広報 山崎)



若宮神社は、西神中央駅から約6km南でJR明石駅から約6kmと中心にあり、県道小部明石線(通常楡谷線)バス停松本南口より西へ徒歩8分の小高い天が岡振興団地で約600戸数の少数団地の北側に有ります。まず立派な鳥居が目につき、鳥居をくぐり少し急な階段を登りますと西区でも数少ないと思われ、立派な若宮神社の社殿が鎮座されています。

若宮神社は、近畿地方でも早くから弥生文化を持ち先祖がこの地を開拓し水田を開発し、二千数百年前に天が岡の峰に子宝と安産を護り「磐境」を祀ったのが



玉津寿楽会  
西区ふるさと自慢百選  
「天が岡 若宮神社」

2年「1533」天照皇大神の父、伊弉諾尊を祭る若王子権現として神殿を建立したと伝えられています。

また、明治維新の祭政一致の布告でこの地方に關りのあった神社でもありません。昭和50年に氏子一同が子々孫々の繁栄と幸福を願って春日造りの社殿ができました。

現在も1月成人の日の祈年祭には、巫女によりますお神楽と湯立が行われ、この湯のしずくに当たると1年間風邪にかからない無病息災と

創始で、「大宮赤命」を祀る神社として未社の奉斎され安産の護り神として広く信仰を集めています。

若宮神社の歴史は、天皇の治下になり盛境の自然石をこの磐境の宿りれたと信じ若王子権現と称したそうです。祭神は、天皇家の神頭宗天、仁賢天皇、安閑天皇を祭り天文



このようにして天が岡は開発が進む住宅地とのどかな田園風景がすぐ近くにあり、高台からは明石大橋のほぼ全景が展望できる素晴らしい場所です。

一度、散歩を兼ねて「天が岡若宮神社」を見学に来られてはいかがでしょう?

(玉津寿楽会副会長 天が岡シニア倶楽部 会長 黒武者幸治)

言われ、参拝者は我先にと湯を浴びに行きます。湯立神事が終わる宮総代役員関係者によります餅撒きが始まり、参拝者が競って取り合いをして喜んでいきます。

秋の例祭には、平成7年から子ども神輿が出るようになり、平成8年からは子どもだんじりも加わり約3時間練り歩きます。

**感染症対策をしましょう! コロナに負けない! みんなで乗り切ろう!**

**手洗い**

帰宅時  
食事前などこまめな手洗い

**うがい**

起床時  
人混みから出た後には  
プクプク・ガラガラうがい

**マスクの着用**

せき・くしゃみが出るときは  
マスクを着用しましょう

西神美春  
クラブ

連載コラム

# 中国語(汉语)を趣味として その4

1、中国語(汉语)と簡  
単字  
①パターンで読み解く簡  
単字  
中国では1950年代、  
国民の識字率を上げるた  
め、普通語の制定と同時  
に、旧来の漢字から画数を  
減らして新しい書体を作成  
した。これが簡体字。初め  
て簡体字を見た人は、漢字  
がかくも変化ししたと嘆く  
かもしれないが、元の漢  
字(繁体字又は正体字)か  
ら簡体字への転換には一定

の  
パターンがある事に気付  
く。1つの文字について理  
解すれば、他の多くについ  
ても大方の類推ができるた  
ろう。

例えば下記(一)にあけ  
る部首の簡略化。  
簡体字では、「言偏」「食  
偏」「糸偏」「金偏」等の形は、  
いつも同じになる。(三)  
(四)(五)あたりの文字は、  
最初奇異に感じるが、実は  
草書体や、昔からある字(民  
間俗字、古字、異体字)を  
使ったもので、歴史的な根

拠がある。(八)の「新会  
意」は面白い。「陰陽」を陰  
陽、「涙」を「泪」とする  
等クイズ的楽しさもある。  
(一)「へん」や「くへん」  
を簡略したものの  
話(話)飯(飯)給(給)  
鉄(鉄)など  
(二)元の字形の一部を残  
したものの  
灭(滅)务(務)乡(郷)  
(三)草書体を楷書体にし  
たもの  
东(東)为(為)长(長)  
书(書)  
(四)画数の少ない古字を  
採用したもの  
云(雲)丰(豊)网(網)  
从(從)  
(五)民間の略字を採用し  
たもの  
斗(鬪)听(聽)类(類)  
实(實)など  
(六)同音で画数の少ない  
字に変えたもの  
机(機)干(乾)后(後)  
丑(醜)  
(七)発音を表す部分を簡  
単にしたもの  
构(構)远(遠)认(認)  
价(価)など  
(八)新しく作った会意文  
字  
阳(陽)泪(涙)笔(筆)  
尘(塵)

Oracle bone script 甲骨文 (jiǎ gǔ wén)	horse 馬	cart 車	fish 魚	dust 塵	see 見
Bronze script 金文 (jīn wén)	馬	車	魚	塵	見
Large Seal script 大篆 (dà zhuān)	馬	車	魚	塵	見
Small Seal script 小篆 (xiǎo zhuān)	馬	車	魚	塵	見
Clerical script 隸書 (lì shū)	馬	車	魚	塵	見
Standard script 楷書 (kǎi shū)	馬	車	魚	塵	見
Running script 行書 (xíng shū)	馬	車	魚	塵	見
Draft script 草書 (cǎo shū)	馬	車	魚	塵	見
Simplified script 简体字 (jiǎntǐ zì)	马	车	鱼	尘	见
hànyǔ pīnyīn 汉语拼音	mǎ	chē	yú	chén	jiàn
zhùyīn fúhào 注音符号	ㄇㄚˇ	ㄔㄜ	ㄩˊ	ㄔㄣˊ	ㄐㄧㄢˋ
zhuàn xù fúhào 注音符號	ㄇㄚˇ	ㄔㄜ	ㄩˊ	ㄔㄣˊ	ㄐㄧㄢˋ

漢字変遷表(例)  
～甲骨文字から簡体字まで～

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

漢字変遷表(例)  
～甲骨文字から簡体字まで～

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

中国語のホームページを  
作ろうとする場合、中国語  
には、繁体字と簡体字があ  
る。では、どういった違

## 第2回ポッチャ競技大会、体力測定



第1回開催より、およそ  
8カ月を経て、第2回ポッ  
チャ大会と体力測定が桜が  
丘小学校体育館で開催され  
ました。

今回は、30チーム90名の  
参加です。ポッチャはまだ  
日の浅い競技ですが、参加  
者の増加は、この競技が今  
後深く浸透しそうな予感が  
致します。第1回は、競技  
ルールが確立できなかったま  
まですた。第2回は、西  
区老連の改正ルールの確立  
に準備したので、ゲームの  
流れも良くなりました。この  
ルールの確立で、

今後、より視野が広がって  
いくものと想像されます。  
本日の試合ぶりを見ると  
前回に比し、随所に美技・  
妙技が見られました。

ジャックボールをできる  
だけ自軍に有利な位置に投  
ずる、ジャックボールの周  
囲を自軍のボールで早い段  
階で囲み相手ボールを妨害  
する、相手ボールを乗り越  
えてジャックボールに寄せ  
る、あるいはドロップボー  
ルを相手ボールに当ててジ  
ャックボールから引き離す  
など、戦術的に向上してい  
ました。熱戦の結果は以下

の通りです。 ※敬称略

優勝 秋葉台春秋会  
杉琴・佐藤・山下  
準優勝 北山あけぼの会  
義・蛸谷・中野  
3位 月が丘むつみ会  
宮川・市川・谷一  
部長 宮川 公

(押部谷協議会 普及部)

体力測定

西神美春  
クラブ

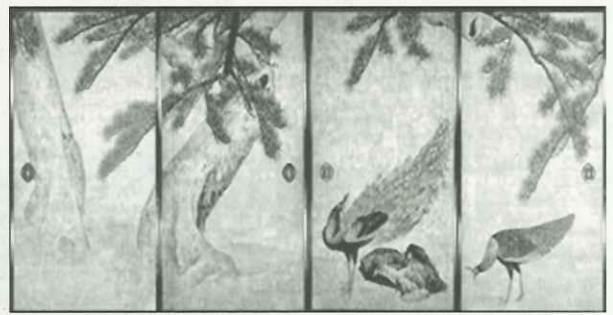
香住 大乘寺と応奉  
(その2)



生派の祖) 江戸中期における絵画の第一人者と云われる。

一方、密蔵上人がついに成しえた念願の大乘寺本堂、客殿の再建が完成。新装なった客殿のすべての障壁画は、応奉にと副住職で弟子の密英(みづひ)上人に指示。京に向いた密英は、応奉に会い要請を依頼したと記録が寺に残されている。密蔵上人生前での完成には、為らなかつたが応奉、大恩義の密蔵上人に一門の息子の応端、応受の他、応門十哲と云われた。駒井源綱・長澤芦雪・山跡鶴嶺・森徹山・吉村孝敬・渡辺南岳・西村桐亭・山口素綱・奥文鳴・月傳(十哲は5度の訪問に分散して参加)の愛弟子の他若き門人数名の総勢20名を伴い、完成となった大乘寺客殿において、密蔵、密英上人と共に構想を練った165点にわたる障壁画の大伽藍をここに完成させたのです。(障壁画全て国の重要文化財である)

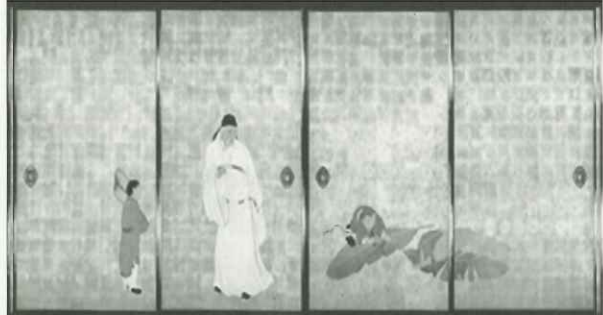
世の中に、これ程幸せな男が居ましようや、密蔵上人に、自身の不徳を詫言ひたのでしよう。再び大乘寺住職密蔵上人の支え、大乘寺において寺男として働く傍ら日常作法の修行にいつも「般若心経」を唱えたと云う。また、戒めと悟りにと授かりし上人自筆の書【心清有動機】(心清らかにして物事に当たれば必ずや達成できるの意)を心に、数年が過ぎたある日、上人の「そのそよよがらう



た、「心清有動機」謙虚にして驕らずを私の「一座右銘」とし、密蔵上人と円山岩次郎(応奉)の話を変えて、部下の仲人や新職員の研究、さらには、他官庁の学校、研修所での講師等に活用させていただきました。最後に、障壁画を拝観されている歌人でもあり、小説家でもある与謝野晶子さんの素晴らしい称賛の和歌を「西区老連だより」の愛読者の皆さまに、ご紹介して完結と致します。「いみじけれ みらくのよまでほるぶなき 古き巨匠の丹青の後」

か」に、26歳をとうに過ぎていた岩次郎(悔悟漸羞)と上人の優しさに号泣したと話されました。上人の手紙を携え京に戻りて師の幽汀に心から許しを請う、生意気な天才絵師が破門を許されたのだから、密蔵上人さんは相当な人物だったのでしょうね。【岩次郎36歳の時、京都狩野派より応奉の名前を頂き諸説の通り、京都の人気絵師(西洋と東洋の画法を確立し円山派を起した日本画における写

の話と襖絵の説明に私達は、衝撃の感動を受けるのです。山深き山陰の香住で、慈悲深い密蔵上人にとつて、これらの人生の指針ともなる素晴らしい巡りあわせに大乘寺有難うと感謝致しました。



与謝野晶子  
木口 文敏

会 員 文 芸

俳句



◎きらく句会  
一人居に風鈴あたらなく揺れて  
森本 珠実  
吾亦紅惹かれて寄りぬ喫茶店  
山本スミ子  
夏祭老いも楽しや夜店の灯  
大橋 治子  
野良猫か空き家の庭に夕涼み  
喜田 弘征  
炎風やテニススコートの駐車場  
阪本 道子  
産声が動画で届く夏座敷  
田野 湯仙

◎個人  
腹見せて路あちこちに蟬絶ゆる  
稲光故人彷彿歩の緩む  
雨上がり糸瓜葉先宝石に  
(竹の台) 寺岡 洋子  
猛暑にも折鶴らんは涼やかに  
(玉津) 演頭ミノル  
赤トンボ猛暑に負けたか元氣なし  
(玉津) 藤長 文子

短歌

◎樫の木会短歌会  
庭畑に熱れしトマトや茄子きゅうり  
老いの身今日も笑みつつ収穫  
尾崎 陽子  
コロナ禍の最中に高校野球する  
老いはテレビで応援喝采  
重本嘉代子

川柳

◎個人  
苗磨く度心の磨きふと過ぎる  
我が愛車ベタル知ってる四十年  
諦めとタックルしての今がある  
(竹の台) 寺岡 洋子

### 洗筆余話

「健康・友愛・奉仕」活動に向けて

老人クラブ活動の中で「健康・友愛・奉仕」の理念のもと、会員や近隣地域の方々と相互に助け合う活動があります。

私自身、老人クラブの役員2年目に「お助け隊」を立ち上げようと考えました。内容は、ごみ出し、買い物時の帯同、電球取り替え、庭木の整理他です。残念ながらコロナウイルス感染が始まり、先方との接触、簡単な作業もできなくなりました。

少子高齢化、核家族の増加と数十年前と生活様式は変わってしまい、普段のあいさつ、会話の機会も大幅に減り、個人情報ハードルは高く安易に声掛けもできません。

先日、親族よりクーラーの清掃依頼があり、ハンディ掃除機、ドライパー類を持参。素人でできる範囲の作業で、網の洗浄、乾燥、再度取り付けとを約1時間半で作業を無事終えました。

助け合いと言いながら、先方からの依頼があれば当方から出向き対応できますが、当方のアプローチをどのようにすればよいかについて悩み多く、会員の方々からのお知恵をおかりしたい。無償でできるボランティアにも限度があるのかも。

(A)



① 練部屋の分水所  
神出のふるさとをぶらり散歩して、名所旧跡・文化財の一部をご紹介します。

② 神出北楼街道  
練部屋の分水所から県道65号線を東へ500メートルほど、神出町北集落があります。集落の南側にある

③ 神出神社  
国道175号線「老の口」信号を北東へ歩くこと20分で左側が雌岡山で山頂に神出神社があります。神代にスサノオノミコト・クシナダヒメの二神がこの雌岡山に降臨され、粟草を採



(神出第八かたこ会 広報 坂口)



ぶらり散歩で西区を紹介

### 郷土の名所めぐり 19

### 神出の名所旧跡・文化財



取して住民の病苦を救い農耕を指導されました。二神の間に多くの神々がお生まれになり、オオナムチノミコトもこの地で誕生されたということですが、このようにたくさんの神々が誕生されたので、この地を神出というようになりました。東経135度の子午線も通っています。標高249メートルの神社からの眺めは淡路島・明石大橋そして神出の里が広がっています。神出かたこ会の名前の由来となったカタコユリ園もあります。「毎日登山会」の皆さまも元気に登っておられます。

### 岩岡の郷

特養 ショートステイ デイサービス



神戸市西区岩岡町岩岡656-2  
☎078-967-5566

### ご協賛いただいた皆様への御礼

「西区老連だより」の発行に際しましてご協賛いただきました皆様に対し厚く御礼申し上げます。本紙は会員の生きがい向上、交流のためにさらに内容の充実にも動んでまいります。どうかこの趣旨に御賛同いただき今後も倍旧の御厚誼を賜りますようお願い申し上げます。 西区老人クラブ連合会

### 原稿募集

皆さまの文芸作品や随筆を「西区老連だより」にお寄せください。600字までの原稿をお願いします。また原稿の採用、内容の一部修正等についてはご一任願います。

【投稿先】所属協議会の担当広報部員へ  
または〒651-2295  
神戸市西区糀台5丁目4-1  
西区役所まちづくり課 西区老連事務局まで



私たちは、神戸市西区老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会福祉法人 報恩会

### ラグナケア春日台

特別養護老人ホーム  
ショートステイ デイサービス  
居宅介護支援  
ケアハウス本館  
神戸市西区春日台7-45-2  
TEL:078-963-3400  
ケアハウス南館  
神戸市西区春日台7-45-3  
TEL:078-963-3800

サービス付き高齢者向け住宅

### リアルライフ神戸

随時見学会開催中  
お気軽にご相談ください。

■ご入居、申込、相談はこちらまで  
☎078-939-2430  
神戸市西区伊川谷町有瀬696-16

Nakanishi Eye Clinic

### なかにし眼科クリニック

受付時間 月火水木金土日祝  
9:00~11:30 〇〇〇〇〇〇〇〇  
15:00~17:30 〇〇〇〇〇〇〇〇

休診日/木曜午後 土曜午後 日曜 祝日

西区持子2丁目3-2  
☎(078)925-4100

社会福祉法人 松風会

### 三芳苑

特別養護老人ホーム  
ショートステイ  
デイサービスセンター  
ケアプランセンター

西区伊川谷町酒和1447-1  
TEL(078)975-0500  
https://shofukai.jp/

認知症デイケア施設  
医療法人社団

### はなふさメンタルクリニック

ものわずれ外来・心療内科・精神科  
西区玉津町今津366-8(玉津中学校横)  
☎(078)911-2140(外来)  
☎(078)911-2141(デイケア)  
バス停 今津停留所より 徒歩約10分

社会福祉法人 雄山福祉会

### おっころ山

神戸市西区神出町五百蔵142-453  
☎(078)965-3713

医療法人社団

### いしだクリニック

診療時間 月火水木金土日祝  
午前9:00~12:00 〇〇〇〇〇〇〇〇  
午後4:30~7:00 〇〇〇〇〇〇〇〇

◎土曜は午前9時から午後2時まで  
往診いたします

西区糀台5丁目5番地2  
(コスモ西神中央1F 西神オリエンタルホテル横)  
☎(078)920-9200  
FAX(078)920-9300

介護老人保健施設

### エルダービレッジ

☎(078)996-1200

有床診療所 さとらクリニック  
内科・消化器内科・人工透析内科  
☎(078)996-0180

認知症対応型共同生活介護  
エルダービレッジグループホーム  
☎(078)996-3000

居宅介護支援事業所  
エルダービレッジ ☎(078)996-1643

医療法人社団 聖徳会  
神戸市西区糀台伊川谷町882番  
☎(078)996-1193  
http://www.asunaro-grp.jp

社会福祉法人 絆福祉会

### ふるさと

デイサービスセンター ふるさと有瀬  
神戸市西区伊川谷町有瀬31-1-101  
★無料体験実施中★  
TEL(078)976-8349  
FAX(078)977-1193

医療法人社団

### 田中整形外科

整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科  
日本整形外科学会整形外科学専門医 院長:田中 浩一

診療時間 月火水木金土日祝  
午前9:00~12:00 〇〇〇〇〇〇〇〇  
午後4:00~7:00 〇〇〇〇〇〇〇〇

※初診の方は午前11:45、午後は18:45までの受付  
\*現在予約なし診療受付を制限しております。  
神戸市西区玉津町高津394-1(高津志津池文化センター)  
☎(078)917-6000 〇〇〇〇  
https://tanaka-seikei.com/