



健康・友愛・奉仕

# 長田いきいきクラブ

長田区老人クラブ連合会広報紙

150号

令和5年  
1月10日発行



発行：長田区老人クラブ連合会 神戸市長田区北町3丁目4番地の3 長田区まちづくり課 TEL: 078-579-2311  
印刷：株式会社ニチコミ 神戸市中央区元町通4丁目4-8 タイムスビル9F・10F TEL: 078-351-3387

## 謹賀新年

区長あいさつ



豊かな知識や  
経験を發揮して

長田区長 山端 恵実

会長あいさつ



長田いきいきクラブ連合会  
会長 名田 章仁

新年のご挨拶を  
申し上げます

明けましておめでとうございます。会員の皆々様ご家族共々新しい年をお健やかにお迎えのこととお慶びを申し上げます。旧年中は各クラブの会長をはじめ、会員の皆様のご理解とご尽力を賜り厚く御礼を申し上げます。

この二年間コロナウイルス感染により諸行事が中止や延期の繰り返しを余儀なくされました。しかし、事態は予断を許しませんが、各種行事の開催が実施されるなど喜ばしい状況となつて来ました。今後も感染予防を心掛け、「健康

明けましておめでとうございます。会員の皆々様ご家族共々新しい年をお健やかにお迎えのこととお慶びを申し上げます。旧年中は各クラブの会長をはじめ、会員の皆様のご理解とご尽力を賜り厚く御礼を申し上げます。

長田区老連を取り巻く様々な諸課題が存在します。なかでも最大の課題と問題は加入クラブ及び会員の減少一途による組織維持の危機。そして、コロナ禍での高齢者の健康問題。近い将来、高齢者の四人に一人が認知症を発症すると言われる問題があります。

長田区老連は、昨年度、「認知症予防と地域住民が安全で

友愛・奉仕」の理念に基づき、日々可能な限り体を動かして、長田いきいきクラブの諸行事に参加下さることをお願い申し上げます。

新年あけましておめでとうございます。長田いきいきクラブの会員の皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申しあげます。旧年中は区政府行政にご理解とご協力をいたしました。特に、日頃からスポーツ、旅行、子どもの支援・見守り、健康寿命を伸ばす取り組みやボランティア活動など多種多様な交流活動が行なわれております。また、今年度からは認知症予防と高齢者の居場所づくりに取り組まれるため「認知症予防地域での支え合い推進委員会」を設置され講演会等も実施いただいており、役員の方々をはじめ、各活動のお世話をされている皆様のご尽力に心から敬意を表します。

安心して住めるまちづくりへご支援を得て精力的に予防の取り組みを試みています。本件は「自分たちの問題」として行動を起こし、高齢者の生じ甲斐づくりや健康増進を図り「この町に住んでよかった」と言える活動を進めているところであります。区老連の諸活動に会員の皆々様、家族や地域の友人、知人たちをお誘いしていただき、この取り組みに是非、ご参加をお願い申し上げる次第です。

昨年はロシアのウクライナ侵攻に端を発した世界平和や経済が混沌。諸物価高騰で生活苦到来等私たちを取り巻く環境は厳しいとの一言でした。今年こそは、平和を希求し、人々の生活が安定出来るよう念じ、今後、皆々様の益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ新年のご挨拶とさせていただきます。

昨年6月コロナウイルス予防対策の渦中に加え、長田区老連では健康寿命をのばす活動を実践中であります。が、認知症予防も危急の課題であり、自らの健勝とご多幸をお祈り申し上げ新年のご挨拶とさせていただきます。

この活動の推進委員会の責任者として私が「名田章仁会長」より委員長の指名を受けました。拝命をお受けした上は、認知症予防、認知症に優しいまちづくり実現に向け、長田区老連の「自助」「公助」との連携により、活動のより深化を目指したいと誓えております。何分にも不慣れなことであり不安であります。ですが、兵庫県神戸県民センター、長田区役所、長田社会福祉協議会、地域包括支援センター、長田区医療看護サポートセンター、市老連をはじめ、長田区老連名田会長、末澤副会長、長田区老連専任副会長の皆々様のご助力を頼りに誠意を持って務めて参りますのでよろしくお願いを申し上げます。



認知症予防推進委員会  
設置について  
長田区老連



認知症予防推進委員会  
委員長 辻 潔  
長田区老連専任副会長



クラブ  
だより

## 秋の日帰り旅行(京都・滋賀)

総務部会 会長 中橋 動

## ながたっ子ネット祭

二久塚長老会 藤竹 一夫



東側の場で、翌年の開催。競馬が  
はじめてやつとした大競馬で、「江戸  
ものがのかなあ…」。翌に電  
話連絡は来ず、の間に、翌日  
電話が来ない。の時、の集合は  
でひつあれば「家を出た」。  
区役所に通じ、ト、トモ張り  
終わって準備が済つてしま  
る。「出来がいい立派に働いていた  
よ。」「去年は「ロナ」で開催され  
た、「今年はやつたら」と。区役所

令和4年10月25日、総勢77人が2台のバスに分乗し、少し肌寒いが澄み切った絶好の旅行日和の晴空の下、最初の目的地である京都の平等院へと向かつた。

10円硬貨の裏面に載つていて「世界文化遺産」に登録されている「古都京都の文化財」平等院は、阿字池の静寂の中に、威厳を持って建つていて深い感銘を受けた。ノロナ禍も小康状態が続いているが、やはり京都、修学旅行の高校生が多く見

取られた。その後、宇須瀬で有名なお茶の名店が並ぶ街中を抜け、滋賀県大津市へ。石山寺の畠前へ今田の圓食舎へ。場の洗心寮に到着。店の眼前を流れ(灘田川)は、全国有数のしじみの産地。しじみを炊き込んで、「しじみ飯」せ縄呑。燙葉酢味噌で呑む(螺のおひびき)、茹鳥の寄せ鍋等これらも美味しげ頂き貪食。その後、皆様店内で近江のねう産品を物色。次に、びわ湖畔の大津館インゲリッシュガーデンを訪問。

今回の秋の旅行は天候に恵まれ、交通の混雑にも遭わず、皆様と次回での再会を念じての散開となりました。

NO.15年に完成したこの庭には、バラを中心としたベンダーやハーブ類が300種、3千株で構成されてる。バラも最盛期にはまだ早いのか咲いている花が少なく残念な気がしたが、湖畔の庭園で湖面をコットンが滑りよみに走っているのを見るのも風情があった。その後、最後の立ち寄り先の井筒八つ橋本舗にて皆様京都名産の八つ橋を買い求め、足刻の5時半前に無事、長日暮の旅が終った。

やじもたちや 嘬  
嚮の私たのも  
良き悪き田の口  
よほつ。

私の恋愛史。物語始めたのが恋愛  
び込む様。大抵の恋愛が小恋  
愛から始まるから、いつかは恋愛  
を経験する。恋愛を経験しながらも、  
つい懐詠詩。今も昔ながらの恋愛  
詩を口にしたり歌う事で、恋愛  
の恋愛を恋愛にして、恋愛をして  
り上手にこなす。これが恋愛の上  
がゆき場所だ。恋愛をしていて恋愛  
意義などと迷ったりしない。今  
じかたの恋愛は戀愛では恋愛やされ  
た。恋愛が恋愛になる事を叫ぶれ

さすがに初回は、力加減が難しく、思つよつにならないボールが多かつたのですが2打目からは、上手に力加減ができるようになっていました。2時間ほどでゲームは終りました。応援にも力が入り、皆さん満足ができた様子でした。再度の開催の希望をした人が大勢いて、その参加ができるように約束して終つとしました。

『大会結果』  
2位 荒川 大崎 (女) 田代 遠内 (男)  
『2人1組』

## 井碁ボーグ大会

長樂すみれ会  
二久塚長老会  
野田地区長寿会

# 淡路島のみかん狩り

第二永寿会会長 坂本 小夜子



10月13日(木) うつね天氣  
に恵まれてうしがばねせじの  
田に、3名の遊びと淡鎧町の  
みかん狩りに行つてやめた。  
浜塵県立公園「あわじ花さじ  
め」で カルピア、コスモスの  
花畠を見学。花々に因られ、素  
晴らしい花の香りに包まれま  
した。ついで淡路市久留麻「淡  
路島千年一酒廻」を見学。お酒  
の試飲とお買ひ物でね土産を  
沢山買つし始めた。

だった。食後はみかん狩り。  
果樹園では食べ放題。  
みかん狩りのあとで、淡路パ  
ルシエ通りの湯に入浴。湯は瀬  
戸内が一望できる時間を楽し  
みました。バルシエ入浴後、「お  
買い物コーナー」(お買い物券)  
が配布され、券の券で「たりや  
ん」「玉ねぎ」などの他色々な買  
い物を楽しむもった。あつとい  
う間の一回が過ぎもった。無事  
に事故もなくバス船に帰着。  
来年もここ旅がでれおかよ

長田の歴史紹介



長田神社は「チキンテンプル」と呼ばれた

期まで

55代 約千年にわたる

『日本書紀』に記述する神功皇后が三韓を征服後、新羅から難波に遷る年（西暦552年）が神功皇后摂政元年（西暦501年）である。

長田大明神・櫻津本宮長田  
大明神とも呼ばれ、社に奉  
祀する神<sup>ノ</sup>（かんぐ）41<sup>ノ</sup>  
によつて護持されついた。  
現在まで続く「神<sup>ノ</sup>（かんぐ）  
」の尊称は、「神<sup>ノ</sup>職  
」由来といつてよい。

平成13年(2001年)に  
は鎮座1000年を祝つた。  
太古から長田神社と呼ばれ  
ていたが、長田社・長田廟・

還すの透舟 武庫の水門（現  
在の駒ヶ林あたりといわれ  
る）で船が進まなくなつた  
ので占つたといふ。事代主  
の神より「吾を長田國に祀  
れ」と神託を受け、創祀され  
たといひ。この由緒から

## 令和4年・5年 常任理事(担当役職)の紹介



会長  
名田 章仁  
高麗台和風会  
市老連理事  
広報部会長



副会長  
山田 雅秋  
二葉喜楽会  
スポーツ部会長  
市老連担当



副会長  
末澤 章弘  
長田寿会  
企画調整担当  
認知症副委員



副会長  
辻 潔  
池田親交会  
認知症委員長



副会長  
中橋 勲  
室内長生会  
総務部会長  
認知症委員



副会長  
山下 富美恵  
梅香寿会  
文化研修部会長  
認知症委員



会計  
藤原 賀  
大谷山麓クラブ



会計  
釜江 輝彦  
つぼみ会



監事  
清瀬 勝弘  
細田永寿会



監事  
柏木 久雄  
庄山あじさいクラブ



常任理事  
重松 桂子  
五位ノ池天寿会  
女性委員会長



常任理事  
藤竹 一夫  
二久塚長老会  
福祉部会長



常任理事  
村上 悟  
駒ヶ林寿会  
友愛奉仕委員・事務



常任理事  
森蔭 明行  
かんなで会  
スポーツ部会長



常任理事  
日置 一夫  
高取台サンハイツ  
シニアクラブ高寿会  
広報部会長・認知症事務局長



常任理事  
荒川 博之  
長樂すみれ会  
認知症委員



長田区役所  
老人会担当部門  
課長  
安井 功氏



長田区役所  
老人会担当部門  
係長  
松岡 恵子氏



長田区役所  
総務部まちづくり課  
担当  
寺田 龍平氏

今年も  
よろしく  
お願ひいたします



## 会員文芸

### 俳句

- 洪滯の車窓に秋をとどめ置き  
我が余生妻に従うと敬老日
- 新長田地区和楽会  
ボランティア出演後のきのこ飯
- 五千歩の日課目標冬近し  
見上げればビルの端間に後の月
- 新長田地区和楽会  
秋寂や夜半の電話で訃報聞く
- 新長田地区和楽会  
凛として菊の香まとう船屋形
- モーニングコップの秋草ゆれてをり  
晩秋の稜線入り陽の色惜しむ
- 山下富美恵  
梅香寿会  
鉄棒に曾孫ぶらさがる秋の日（一歳六ヶ月）  
金木犀秋も深まり香り豊か  
芋けんぴおいしいと言う孫の笑み
- 有賀 英子  
新長田地区和楽会  
無花果の無性に甘い独り言  
秋空へ野外演奏アンコール
- 北村 駿子  
野村 マサ  
マサ



### 編集後記

会員の皆々様、新年あけましておめでとうございます。今年の干支は「卯」。卯（うさぎ）

は穏やかで温厚な性質であることから、「家内安全」。また、その跳躍する姿から「飛躍」「向上」を象徴するものとして親しまれてきました。今年はコロナ撲滅、戦争を無くす年にしたいも

のです。

私たちの健康寿命をのばし、認知症予防に一層の努力をしたいものです。皆々様にとって良き1年でありますことを祈念申し上げます。

### 健康寿命をのばすには

- 運動は1人よりもグループがいい
- 笑わない人は1.5倍不健康
- 男性で孤食だと死亡リスクは1.5倍
- 共食で鬱は少ない
- 男性は役割があると健康度が上がる
- つながりが豊かだと認知症は少ない

(近藤克則教授著「長生きできる町」より)