



創立60周年  
記念号

# 須磨区老連だより



◇発行 神戸市須磨区老人クラブ連合会 ◇発行者 高見省吾 ◇編集者 広報部

〒654-8570 神戸市須磨区大黒町4丁目1-1 須磨区役所地域協働課内 TEL731-4341

阪市平野区臺連西 4-6-69 TEL (06) 6797-0212 FAX (06) 6797-0481 E-mail:sukovaka@gold.ocn.ne.jp

編集協力 (株)博報社 〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69 TEL(06)6797-0212 FAX(06)6797-0481 E-mail:sukoyaka@gold.ocn.ne.jp

# 60周年記念の集い

「須磨区老人クラブ連合会 60 周年記念の集い」では、冒頭、物故会員に黙祷を捧げた後、高見省吾会長があいさつに立ち、「60 周年の節目の年を迎える、これからも皆さんのお力添えをいただきながら活動をしていきたい」と日頃の感謝と今後の抱負を述べました。来賓として熊谷保徳区長をはじめ、鹿野靖男神戸市老連事務局長、小池弘三社会福祉協議会理事長、関芳弘衆議院議員、村野誠一市会議員、門田まゆみ市会議員からそれぞれお祝いのことばをいただきました。第1部講演、第2部アトラクションと盛りだくさんの内容で、会場は会員皆さんの笑顔であふれていました。

※ 第2部は8頁に掲載



令和5年8月8日

須磨区文化センター4階大ホール



- ~認知症になりにくい生活のポイント~
  - 生活は少し面倒くさいのがちょうどよい
  - 運動はちょっとしんどいのが効果的
  - →笑顔で運動するのが続けるコツ!
  - 慣れより、新しいことの方が脳は働く

年	月	出来事
2013	8	第1回執行部と新任会長との懇話会 （2019年まで開催）
2014	2	初年度「全国100万人会員増加運動 （5ヵ年計画）」取組
2015	2	須磨区長と執行部との懇談会 （2019年まで開催）
2016	5	奥井重忠新会長就任
2017	「声の箱」（提案箱）を理事会時に設置する 提案事項の実施項目4件	
2018	2	会員増強パネルディスカッション開催 （区役所多目的会議室）
2019	7	弓場八幡神社「こども神輿」を展示 （区役所1階ロビー）
2020	2	ブロック別会議開催 （グループ討議・発表）
2021	5	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、定期総会は書面総会決議で行う
2022	5	定期総会は昨年に引き続き書面表決で行う 「須磨区老連だより」第100号発行
2023	R5	文化研修部長前任者退会のため、新部長選任臨時総会を書面表決にて行う。 新部長 北 忠男氏承認
8	7	3年振りに囲碁大会が開催される （須磨区文化センター）
7	5	会員増強対策用ポスター・チラシ企画・作成
3	2	演芸大会、新年会など横断幕を作成
2023	10	4年ぶりの妙法寺さくらまつりに出店 神戸まつりが4年ぶりに通常開催 （縮小時と同様ゲーム）出店
8	8	市老連会員増強研修会において高見会長が事例発表 が開催

### *60th anniversary congratulatory speech*

## 60周年記念 祝辞

創立60周年を迎えて

須磨区老人クラブ連合会  
会長 高見 省吾



新型二口ナゼイール不感症の  
分類見直しにより、社会生活が  
少しずつですが戻ってまいりました。  
した。皆様方には、健勝のことと

第二次世界大戦を経験され  
日本の現在の基礎を築かれ、家  
族や社会を守られた諸先輩達が  
創設された須磨区老連が六十周年

と存じ上げます  
須磨区老連  
周年の記念の  
会長職を賜り  
名誉なことと  
めでていますが  
の重さもひし  
感じています。

と存じ上ります。

お祝いの言葉



須磨区老人クラブ連合会が創立60周年を迎えられますことを心からお慶び申し上げます。須磨区老人クラブ連合会が創立された昭和37年(1962年)は、高度経済成長期の真っただ中でした。

の崩壊・阪神・淡路大震災、一  
ロナ禍など、大きな時代の変化  
や様々な出来事に直面しまし  
た。

## お祝いの言葉



須磨区老人クラブ連合会の皆様、このたび60周年という記念すべき節目を迎えたことをお祝い申し上げます。

は地域や社会活動に尽力いたしました」と心より敬意を表します。

昭和30年代当時は高度経済成長の時代であり、東海道新幹線

や認知機能の低下が懸念されています。高齢者の方々の健康づ

り感謝申し上げます。

今後とも、区老連のスローガンである「誘い合せ 生きがい

年節目を迎えると、多くの会員が不幸にもお亡くなりになります。また、活動拠点の施設が倒壊したり、避難所に利用されたりで、老人クラブ活動が困難な中でもめげる事なく乗り越え、今まで続けてくださいました。

また、六十周年の記念の集いでは、出演者の方々に趣旨を、

現在は、健康、友愛、奉仕を目標に地域社会に貢献いただいておりますことに改めて深く感謝申し上げます。

今後も、高齢者の皆様が地域でいつまでも、いきいきと暮していけるよう、会員同士の健康づくりや、生きがいづくり、社会福祉活動などに継続して取り組んでいただきことを期待いたします。

現在、須磨区では、須磨海浜水族園・海浜公園の再整備や

くりにとつて、外出することや友人・隣人との「コミュニケーション」などで社会とのつながりを持つことが大変重要です。

そのような中で、須磨区老連が、広報紙の発行やスポーツ行事などを通じて、外に出るきっかけづくりや生きがいづくり人ととのつながりを大切にしようと活動しておられますように敬意を表するとともに、心

理解頂き、盛大に開かれた事にも感謝の気持ちでいっぱいです。

広げる「シニアの広場」の言葉  
どおり、高齢者の方々が住み慣  
れた地域でお互いに支え合い  
助け合いながらいきいきと過  
されるように、区老連の皆様方  
の「」活躍を期待しております。  
最後に、須磨区老人クラブ連  
合会と各単位クラブの今後ま  
すの「」発展ならびに、会員の  
皆様の「」健康と「」多幸を祈念申  
しあげます。

引き続き、協力をお願いいたします。

た、令和6年夏ごろのオープンを目指して、新北須磨支所ビルの整備を進めます。

今後も、須磨区が更に住みたいい、住み続けたいまちとなるよう取り組んでまいりますので

アナログ世代の我々にはついて  
いくのがやっとです。  
いくら時代が変わっても心や  
繋がりは変わりません。友交を  
楽しみ、弱者をいたわり、感謝  
を忘れず、和を以てこれからも  
皆様方と共に歩み、次に繋げて  
行きたいと思っています。  
これからも変わらずの「」理  
解、「」協力の程よろしくお願ひ  
します。

## 60th anniversary congratulatory speech

## 60周年記念 祝辞

## 御祝辞

須磨区社会福祉協議会  
理事長  
大本山須磨寺貫主

小池 弘三



須磨区老人クラブ連合会の創立60周年おめでとうございます。各地域の特性を重んじながら、それらの活動をまとめ、拡充させてこられた事に、衷心より敬意を表します。

3年前、私も高齢者の仲間

現在、毎週水曜日と土曜日の足元は下駄、という姿で歩いておられる方もありました。

須磨区老連だよりを見て、その活動の幅と内容の深さに感心しておりますが、クラブも会員

丁度60年前のテレビ番組で、沢山の牛を遠くまで率いるカウボーイ達が、その道中で発生す

貴会益々のご発展と会員一同の健勝をお祈りしております。

## 60周年おめでとうございます

須磨区老人クラブ連合会  
前会長 奥井 重忠

ンスの女神さまの髪の毛を「掴みなさい」と先輩の皆さんから教わりました。

須磨区老連の文化

研修部副部長から会

長改選選挙に立候補しました。

その時の立候補者は私を含めて

3人いました。

経験も浅く、若

年の私は若さを取り入れた工夫

をして、会長選挙(会則)に挑みま

しました。夢にも思わなかつた当

選をしてしまいました(この時

に私は定年80歳と決めました)。

会長となつてます

①会議の場所の事務室を貸してくれている区役所の方々にお礼の気持ちで朝の挨拶は(感謝の気持ちで)大きな声です。

我々が区役所に出入りする為近郊の皆さんに迷惑を掛けているので、会議開始20分前に区役所のゴミ広い道具を借り、役員会議前に駐車場と区役所周辺50m範囲内のゴミ拾いの美化清掃をする事を役員会議で決め、2~3年続けたところ、ある家の前のゴミを拾った時、家の玄戸が開き、高齢の婦人が「ご苦

タインニングでした。  
④室内運動会について  
きつかけは就任1年の時のあ  
る日、事務局の人が須磨も高齢  
者の健康に役立つ事を何かを申  
請してはとヒントがあり、天候  
によつて左右されず、32単位ク  
ラブが楽しめ、体を動かして、  
笑いがあり、簡単にでき、チー  
ムでできる物(種目は7項目)  
は室内運動会と閃き、現在継続  
しております。

須磨区老人クラブ連合会会員

の皆さまの健康と多幸を祈

念致します。

須磨区老人クラブ連合会60周年を迎えたこと、心からお祝い申し上げます。

須磨区老人クラブ連合会で

歴代の会長様はじめ役員の皆様、そして会員の皆様のたゆまざる努力と結束によって、今日の60周年を迎えたるものであり敬意を表する次第で

お祝いの言葉  
神戸市老人クラブ連合会  
理事長 近藤 豊宣



は、「以和為貴」の精神をもどして、会員相互の親睦を図る趣味やレクリエーション活動のか、健康づくり活動、友愛訪問、清掃活動、児童たちの見守りから交流活動など、様々な活動を通じて地域に貢献され、地域福祉の推進と心のふれあいのコミュニケーションで、大きな成果を上

入りをさせて頂きましたが、60年前の私の周りにいた現在で言う高齢者は皆さん明治生まれで、ほとんどの女性は髪を結い、冬は地味な着物に前掛けをし、夏は「あっぱぱ」の姿でした。男性はほぼ洋服でしたが、夏には裾を端折つた浴衣に羽織、カンカン帽被り足元は下駄、という姿で歩いておられる方もありました。

須磨区老連だよりを見て、その活動の幅と内容の深さに感心しておりますが、クラブも会員

朝、うちのお寺の境内を通つて行かれる方は本堂の前で、自転車や徒歩で参道を上がってこられる方は仁王門前で手を合わせ、須磨寺公園で行われている「百寿会」のグラウンド「ゴルフに向かわれます。その軽快な服装と後ろ姿は、男女ともに若者と見紛うばかりで、60年前の高齢者とは全く違う姿であり、行動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

車や徒歩で参道を上がってこら

れる方は仁王門前で手を合わ

せ、須磨寺公園で行われている

「百寿会」のグラウンド「ゴルフ

に向かわれます。その軽快な服

装と後ろ姿は、男女ともに若者

と見紛うばかりで、60年前の高

齢者とは全く違う姿であり、行

動力です。

朝、うちのお寺の境内を通つて

行かれる方は本堂の前で、自転

## 総務部の歩み

平成24年に50周年を迎えてから10年の活動を纏めてみました（1面参照）。

新型コロナウイルス感染拡大防止で緊急事態宣言等が発令された期間においては、定例会議はもとより、イベント等の開催も出来なかつたことはとても残念な思いでした。これからも油断せず、基本的なことを守りながら活動をしていきたく思います。

須磨区老連はこれからも新たな歴史を刻みながら、シニア世代の憩いの場所として活動を通して楽しく元気に過ごしていくことを願っております。



弓場八幡神社「こども神輿」を展示  
(区役所1階ロビー・2018年7月)

## スポーツ

### スポーツ部の10年の活動について

区老連のスポーツ部の事

業は、  
○春季グラウンドゴルフ大会（個人戦）

○秋季グラウンドゴルフ大会（個人戦と団体戦）

○秋季ハイキングコスモスの丘

○輪投げ大会

○室内運動会

○ゴルフクラブ同好会コンペ（年4回）

です。

10年前との違いは、6年

前に神戸市老連の助成によ

り、新しいことを行うこと

になり、先輩たちが「認知症予防と会員増強を図る」

をスローガンに「室内運動

会」を計画し、色々模索し

て「みんなで玉入れ」「ビー

玉移し」「スパークリー」「

輪投げ」「缶詰み高さ競争」「パン喰い競争」の種目を



これからも1人でも多くの方々が参加出来るように頑張っていきたいと思ってます。

（スポーツ部 山下 造）



## 文化研修

### 須磨区老連60周年を迎えること

区老連は今年60周年を迎えますが、歴史の変遷を感じにはおれません。

現在の会員は27クラブですが、クラブNo.は1番から77番まで残っています。さまざまな歴史の変遷の中で現在の姿があるといえます。

会員の平均年齢は80歳を超えており、「激動の昭和」の真っ只中を生き抜いてこられた戦前・戦中生まれの方々です。

毎年開催の演芸大会、作品展にも変化が見受けられます。歴史ある「一弦琴」の出場が無くなり、「よさこい」が加わり「書」の出店が減っている等です。

戦後の団塊の世代の人々

が2025年には75歳を迎



（文化研修部 北 忠男）



## 広報　この10年のあゆみ



私が広報部長になった時は、区老連だよりは年に3回(7月・10月・1月)発行していました。しかし、丁度新型コロナウイルスが感染拡大し始めた頃で各種行事は実施出来なくなり、紙面の割り付けが出来ない状態でした。幸い、屋外で行うスポーツ部の行事はそれなりに実施されていたので記事にすることが出来たのですが、とても3回発行する記事はなく、区老連広報紙の発行は年間2回にすることを執行部会で承認されました。但



れで、年数回のバス旅行(三社詣り・ブドウ狩り・カニツアーラ等)を実施し毎回4~5台のバスを繰り出しています。

友愛関係は、講演会や関係団体との懇談会等を実施し、講演会には入場者が100名を超えたこともあります。

しかし、昨年から各種行事が開催されても年2回の発行で、収まっています。

(広報部 川部 忠夫)



し、コロナの感染拡大が収まり、各種行事が実施されれば紙面を増ページにして対応することにしました。

福祉関係は、2021年からは福祉部と統合し、福祉友愛部として活動することになりました。

須磨区老連としても2021年からは福祉部と統合し、福祉友愛部として活動することになりました。

須磨区老連として活動ではなく福祉部に含む活動部隊としました。

## 福祉友愛部のこの10年の活動



高齢者消費者被害防止などの講習をつけ、各単位クラブで啓蒙し被害に歯止めがかけられるようにする。

### ③「見守り活動サポーター」

最初はぎこちないですが、ませんでしたが2022年には開催されました)

### ④いきいき体操指導者研修会

指導者からきめ細かく説明を受けながらの研修で、とても大切です。



歴代女性委員長から引き継がれている市老連の活動としては、

- ①フレイル予防で健康寿命をのばす。
- ②料理講習会に参加
- ③須磨海浜水族園への見学
- ④いきいき体操指導者研修会

最初はぎこちないですが、終了前には何とか出来ていました。

(女性委員会 嶋谷 敏子)

## 女性委員会10年の活動







## 会員増強 キャンペーン

須磨区老連では、令和4年10月の執行部会で会長から“会員増強についてポスターやチラシを作成してキャンペーンをやりたい”との提案があり、即座に決定しました。

ポスターはA3サイズ(80枚)・チラシはA4

サイズ(18,000枚)とし、ポスターは区役所をはじめ商業施設・薬局・美容院・医院・須磨在住の議員事務所・会員の住居の掲示板等に掲示し、チラシは会員の住居周りの戸別宅にポスティングをしました。

その結果は、各クラブとも数人、クラブによっては20人程度の加入者があり、成果が確認できたため、今後も継続することになりました。

## 区老連 ホームページの開設



須磨区老連活動の“見える化”を進めて会員増強を図ろうと、市内各区老連に先駆けて2023年2月にホームページを開設しました。活動紹介のほか、年間行事計画、役員名簿、総会資料を掲載しており、今後、内容の充実をめざしています。

<https://sumakuren.jimdofree.com>