

健康
友愛
奉仕



KOBEシニアクラブ

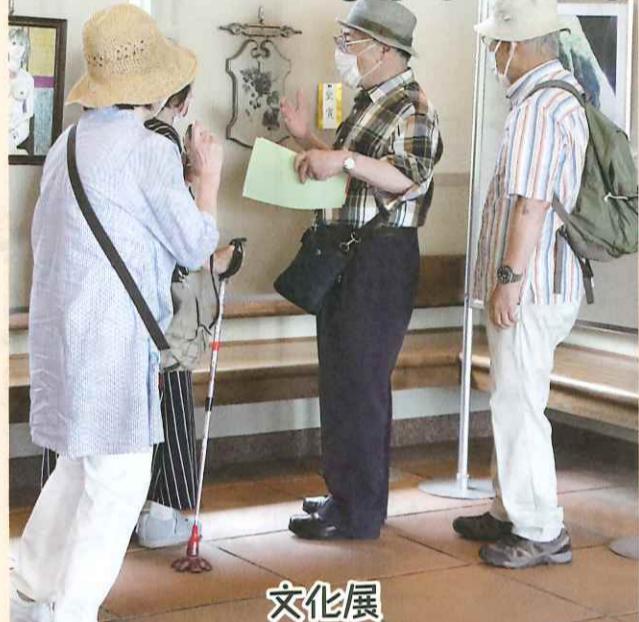
130

北区老連だより

神戸市北区老人クラブ連合会 〒651-1195 神戸市北区鈴蘭台北町1丁目9番1号 北区地域協働課内

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

第48期 老人大学開催



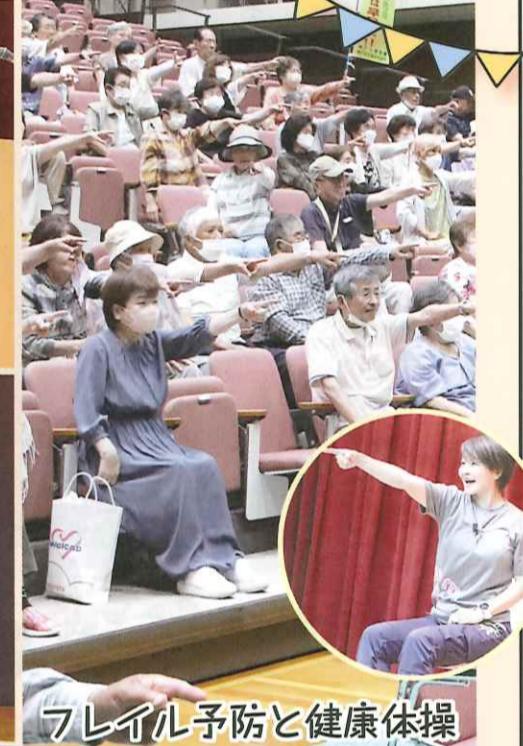
文化展



表彰式



表彰式集合写真



フレイル予防と健康体操



認知症予防講座

7月24日(月)、25日(火)の2日間、しあわせの村シルバーカレッジにおいて第48期老人大学が開講されました。会場の入口スペースでは文化展が開催されており、展示された4部門（書、絵画、写真、俳句（短歌は今回はなし））の作品が来場者の目を楽しませました。

初日では、まず開講式があり、区老連の久保会長と来賓の金本区長、山本北神区長のあいさつを経て、認知症予防の講座、そして、メインイベントのいきいき芸会（9クラブ）が行われ、新舞踊、民謡、民舞、詩吟などを披露。最後は、全員で

河内音頭。観客は出演者に大きな拍手を送り会場は大盛況でした。

2日目は、文化展の表彰式が行われ、受賞者が壇上で賞状を受け取りました。

そして、昨年度に引き続き、「フレイル予防と健康体操」と題した講座がありました。次に、県警交通企画課による交通安全指導を県に1台しかないとされるマシーン「わた郎くん」で実施。最後は、兵庫県警察音楽隊による吹奏楽の通常の演奏以外に特殊詐欺の替え歌などを折り込んだ内容で迫力ある演奏に会場は大喜び! 大きな拍手を送りました。

第48期老人大学は無事終了しました。



「わた郎くん」による
参加者体験実施による
交通安全指導



吹奏楽

令和5年度 いきいき演芸会 出演クラブ



君影友の会
新舞踊「白鷺の城」



大池寿会
民謡「りんご節・江差馬子唄・豊島餅搗き唄」



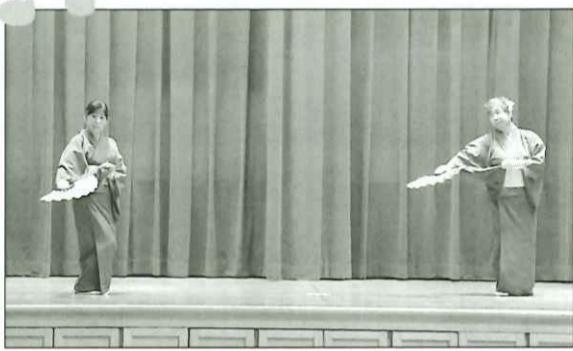
松友会
新舞踊「おけさ恋唄」



下谷上寿友会
民謡「天竜くだれば」



東有野台熟年クラブ
新舞踊「おしろい月夜・佐渡情歌」



桂木ひふみ会
民謡「幸せ桜」



五葉の会
民舞「きたきた元気体操」
元気体操「河内音頭」



花山手悠友クラブ
詩吟「和歌（唱歌富士山入り）・
春望（唱歌早春賊入り）」



陵楓会
新舞踊「南部蝉しぐれ」

8月29日火、老人大学施設見学旅行が実施されました。募集人員400名のところを734名とかつてない参加者!! 名鉄観光も安全に配慮して全力を挙げて取り組んでいただきました。

老人大学修了です。
白桃箱入り2個



歴史街道を訪ねる~古備路の旅~

広報部長 佐藤かなめ

17台のバスに分乗し、サブエリア・各見学地・お食事の「西の屋」でも入れ替えに工夫し、どのバスも全行程を無事終了しました。因幡街道「大原宿」・旧津山藩別邸庭園「衆楽園」は平坦で整備されており無理なく散策できました。お食事処「西の屋」も全館貸し切り!!



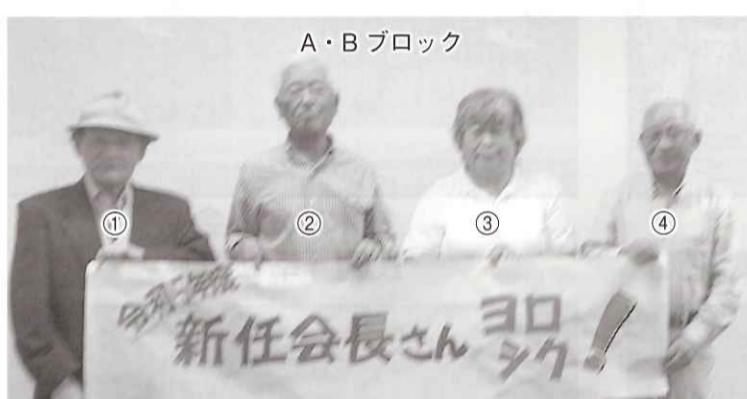
北区老連の“絆”を深めましょう！



令和5年度新任会長研修会が、6月16日(金)開催されました。今年度も3クラブが解散、47クラブになり、13クラブが会長交代しました。研修会には新任会長さん全員が出席され熱心にメモを取られていました。

前任の方とうまくバトンタッチができるない会もあり、会運営がスムーズに進められるよう資料に沿って、担当の役員・各部長が説明をしました。どの会も楽しく会運営ができるよう役員会も支援していくことが大事かと思います…。

北区老連の絆を深めましょう！



Ⓐ クラブ名
Ⓑ 会員歴
Ⓒ 所属部会
Ⓓ 抱負など



※写真の番号は下記会長名の番号と一緒にあります。

A・B ブロック

- ① 山本 敏
Ⓐ A ブロック 鈴蘭台長生会
Ⓑ 18年
Ⓒ 防災部会
Ⓓ 健康第一で頑張ります。
- ② 野村 雅文
Ⓐ B ブロック 北鈴若葉会
Ⓑ 6年
Ⓒ 友愛・福祉部会
Ⓓ 北鈴若葉会会长就任1年目の新人です。
頑張ります。
- ③ 岸 まゆみ
Ⓐ B ブロック 甲緑みどり会
Ⓑ 2年
Ⓒ 総務部会
Ⓓ 少人数で、心機一転、和気あいあいと皆で
楽しんでいきたいと思っております。
- ④ 宮崎恒二郎
Ⓐ B ブロック 陵楓会
Ⓑ 10年
Ⓒ 総務部会
Ⓓ 魅力ある企画を立上げ会員の増員につとめ
ます。(主催者と参加者双赢)



C・D ブロック

- ⑤ 山本 二男
Ⓐ C ブロック 気楽会
Ⓑ 9年
Ⓒ 広報部会
Ⓓ 人生100年を目指して
- ⑥ 喜多川一郎
Ⓐ C ブロック 白寿会
Ⓑ 9年
Ⓒ 総務部会
Ⓓ 会員数減少に歯止め、同好会活動を活性化し会員増を企てる
- ⑦ 曽我部 博
Ⓐ C ブロック 松友会
Ⓑ 15年
Ⓒ 総務部会
Ⓓ 会の前進のため頑張ります。
- ⑧ 高橋雄二郎
Ⓐ C ブロック 大池寿会
Ⓑ 7年
Ⓒ 総務部会
Ⓓ 地域のご老人たちがいつまでも健康で明るく、楽しい日常を過ごせるよう努力したく思っています。
- ⑨ 山田 隆己
Ⓐ C ブロック 藤原カリヨン会
Ⓑ 令和5年4月入会
Ⓒ 広報部会
Ⓓ 会長交代が不調に終わり、会が解散寸前でしたが、解散は惜しいという方々の要請でそれまで会員でもなかったのに会長を引き受けることになりました。よろしくお願いします。
- ⑩ 北野 利一
Ⓐ D ブロック 塩田福寿会
Ⓑ 10年
Ⓒ 文化研修部
Ⓓ 諸先輩が築き上げられた礎をキズつけることなく会長の責務を全う致します。
- ⑪ 道幸 豊次
Ⓐ C ブロック 原野松風会
Ⓑ 7年
Ⓒ 防災部会
Ⓓ 健康に留意し、頑張ります。
- ⑫ 森山 宏一
Ⓐ C ブロック セレノふれあい倶楽部
Ⓑ 10年
Ⓒ 防災部会
Ⓓ しゅくしゅくと続けます
- ⑬ 保田 隆介
Ⓐ ブロック D 東有野台熟年クラブ
Ⓑ 6年
Ⓒ 広報部会
Ⓓ フレイル予防やコミュニケーションを広げるために、行事に参加できる会員を一人でも多く増やしたいと考えています。





スポーツ部会

令和5年度 夏のゴルフ
本コースハーフ&ハーフ大会

スポーツ部会

令和5年度 夏のゴルフ
本コースハーフ&ハーフ大会

部会長 藤本 建治

あいにくの雨の前ぶれでしたが、7月5日(水)、つるやゴルフクラブにて、13クラブ22組64名で競技大会を開催しました。年々会員数が減少する中、会員増強の手立てとして、ゴルフを立ち上げ8年目です。

3度目のコースで雨も気にせず、午前曇天・午後パラパラ、やる気満々

無く楽しく表彰式(ハーフ終了後)を迎えると、優勝者のコメントも聞き、素晴らしいものでした。

結果はともあれ、怪我

た。周囲の歓声に助けられ、何とか最終までプレーができ、感謝、感謝。良きパートナーに恵まれ、和気あいあい、コロナ再発でも楽しい一日でした。



成績は、優勝(アウト・イン共通)高見裕さん(日峰シニア)、2位 杉浦義行さん(日の峰シニア)。

女性優勝は坂上千歌子さん、2位 大瀬松栄さん(大池寿会)、他飛賞も最後までわくわくで楽しく発表

を得て部会役員並びにセントラ一職員のご協力をも

り、熱中症の心配は吹き飛ばし、楽しく実施しました。

体育館内では、にぎやかにお喋りまた練習をした

まち、開会式を…。

また、いきいきクラブ

をしました。

またどの賞にも入らなくて、表彰式にはラッキー賞を設けて、参加者全員最後の最後まで楽しめるよう工夫し、参加者全員にこやかに最後まで雨の中無事故で大会を閉めることができました。

これも皆さまの協力と、一つ部会委員みんなの協力のおかげと感謝しています。

今後とも、会員皆さま宜しくお願いいたします。

ありがとうございました。

楽しく、無理せず、ゆっくりと今日一日が健康寿命増進にまたコロナ予防に活かせることでしょ

う。

【成績】
(男子の部)

優勝 熱田 健
(大池寿会)

令和5年度春季輪投げ
大会を実施しました。

スポーツ部会の主催で、
18クラブ105名の参加

令和5年度春季輪投げ
大会を実施しました。

梅雨時期の6月22日(木)に
北区文化センターにて、
18クラブ105名の参加

参加者全員、健康を考
える、これから夏に向
け熱中症・フレイル予防
などを考えるきっかけに
もなったようです。

本年初めて参加した方
は、コロナ禍の中、戸惑い
もあったことでしょうが皆
楽しく、怪我無く、元気に
汗を流した一日でした。

3位 西澤リよ子
(星和台寿会)

3位 金繩 光義
(陵楓会)

2位 宮崎恒一郎
(大池寿会)

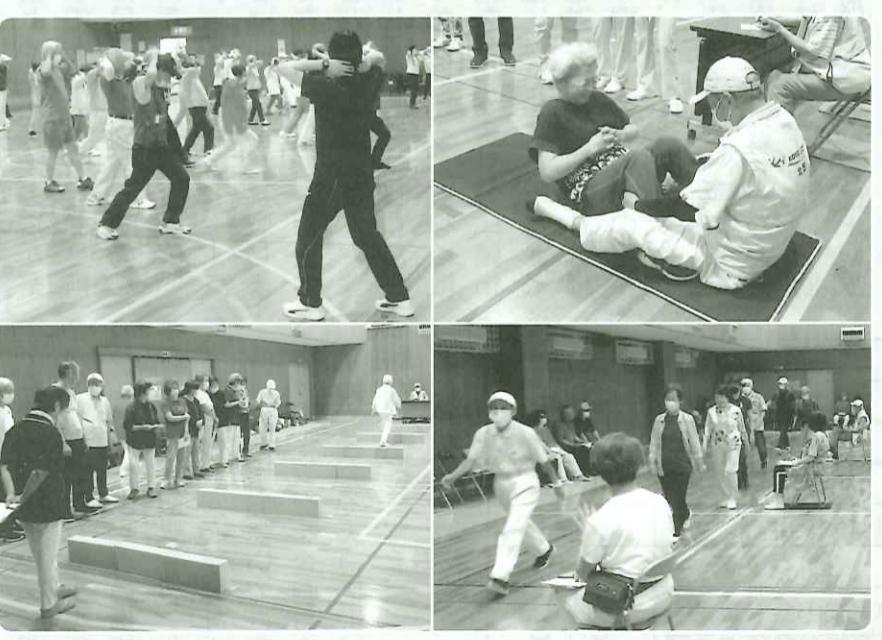
1位 向井由美子
(八多明寿会)

2位 福山 元子
(星和台寿会)

3位 西澤リよ子
(星和台寿会)

令和5年度春季輪投げ
大会を実施しました。

今年初めて参加した方
は、コロナ禍の中、戸惑い
もあったことでしょうが皆
楽しく、怪我無く、元気に
汗を流した一日でした。



今年初めに入会させてもらいました。一番にお伝えしたいことは「下手は下手なりに」とても楽しいことです。周りの皆さまから「力が入り過ぎる」「もっと

員の月間成績集計表を配布

単位クラブ活動紹介

今年度初めグランドゴルフ同好会(25名会員)に入会活動中78歳



宇仁睦子です

有野台鶴令会

宇仁 睦子

やさしく柔らかに~

等々、いろいろと打ち方を教えて下さる

のですが、そうは問

いません。

何度もボールを叩いてしま

い、減茶苦茶に打数が多く

なります。

毎月初め、リーダーが全

上手な方の何倍もボールを打つてあちらこちら動き回る、これは私の体にとって一番良いことだと思ってい

ます。

「君影友の会」は、北区君影町4・5丁目の住宅地にある老人クラブです。老人クラブの共通活動目標である「健康・友愛・奉仕」に沿いながら、従来より高齢化の進む近隣との共助

状です。去年度から会長として、感じたことや思ったことを述べてみます。

本会活動の特色の一つとして、週1回自治会館で「ふれあい喫茶＆手芸の会」を行っています。地域の高齢者

として、感じたことや思ったことを述べてみます。

6月には「終活について考

える」講習会を実施して、多くの会員の参加を得ることできました。今年は、後1~2回講習会を予定してあります。その他の活動として、自分たちを祝う敬老会や有志による情報交換会そして高齢者施設等への友愛

楽しい会づくり、魅力ある会づくりを目指すために現在のニーズに応じた趣味、文化、レクリエーション、健康づくり等地域に密着した会づくりをめざしていきたいと考えますがなかなか課題が多いです。小さなことから、日常的なことから、

単位クラブ活動紹介

「君影友の会」活動について



君影友の会 会長 水船 春美

「地域のつながり」を支える活動に力をいれてきました。

しかし他クラブ同様、少子高齢化が加速して

おり施設入所等で会員の減少が

進み、また空き家が増えており

「地域のつながり」が徐々に薄められている現

状況を経験しています。

そして本会主催として、去年度は「交通安全と特殊詐

欺」の講習会を行い、今年

6月には「終活について考

える」講習会を実施して、多くの会員の参加を得ること

できました。今年は、後1~2回講習会を予定して

あります。その他の活動として、自分たちを祝う敬老会や有志による情報交換会そして高齢者施設等への友愛

楽しい会づくり、魅力ある会づくりを目指すために現在のニーズに応じた趣味、文化、レクリエーション、健康づくり等地域に密着した会づくりをめざしていきたいと考えますがなかなか課題が多いです。小さなことから、日常的なことから、

訪問なども考えています。

わが地域も高齢者は増加していますが、新しい高齢者の老人会への認識が得られていません。今までの活動内容

でよいのか？また、会員の高齢化や一一人化が進むなか、役員のなり手が少なくなりつつあり、限定されています。

されていくようにも感じられます。



会員外の参加者お誘い 健康増進「美山かやぶきの里」ウォーキング



大池見山台清風会 永山 悅子

ユースでもおなじみです。バス駐車場でお弁当片手に美山川沿いで昼食となりました。美山川（由良川）は清流で鮎がありました。美山川の絵の看板がありました。帰りは道の駅「スプリングひよし」に寄り、「スプリングひよし」という名前になりました。

皆さんお楽しみの「買い物タイム」。予定通り出発地に戻り、トラブルもなく楽しい一日でした!!ありがとうございました。

今回は一般参加を呼びかけ、シニアクラブを知っていただき「会員増強の目的」で企画しました。今後とも、安心手軽な末会員の方もお誘いできるウォーキングを企画しますので各会で大いに取り組んでください。



だちを誘つて仲間になりませんか？ 大歓迎です。

5月16日火、晴天の下バス9台が各地の京都南丹市「美山かやぶきの里」に向かって出発しました。バスの車窓からは新緑の山々や、田植えの済んだ水田を眺めつつ、お昼前に目的地に到着。地図を片手に、基本コース3km、ショートカットコース2kmにそれぞれ挑戦しました。コースの辻・角には、各バスの添乗員さんが説明と道案内を兼ね立たれており、迷うことなく散策を楽しみました。「鯛街道」は昔に思いをはせる街道でした。稻荷神社横の樹齢4百年の桟の巨木は、神が宿っているようでした。平成12年で圧巻でした。「美山民俗資料館」が大火で焼失：その後年に2回「放水銃」で一斉に水が放たれる光景はテレビの二

未会員	48名
加入者	26名
内訳	
有野台鶴令会	17名
山の街シニアクラブ	3名
泉寿クラブ	3名
中里楽山会・筑栄会 東有野台熟年クラブ	各1名



令和5年6月18日(日)
Bブロック健康寿命促進
事業の一貫として、神戸
市立森林植物園にて、時
節がら“紫陽花”観察を
行いました。各単位クラ
ブより97名の参加者が午
前10時に植物園に集合。

Bブロック長 畑山 輝雄

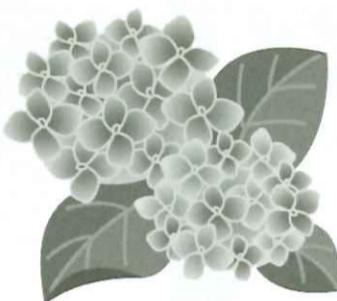
Bブロック “紫陽花散策”

Bブロック長 畑山 輝雄

途中に右の谷間に「日本カモシカ」を見て約1時間30分散策、「シアトルの丘」に全員集合し食事の後「ビンゴゲーム大会」を開催、和気あいあいとした楽しいひと時、全員に景品が当たりー。何と1等を山の街シニアク

ラブ会員が当たりました
(ピンゴゲームの立案者は
は夜眠れなかつた)。

ゲームの後、それぞれ
に自由解散となり、参加
者全員無事故・迷う人も
なく無事に終了すること
ができました。ひとえに、
Bロック事業担当の泉
寿クラブ高口会長の尽力
力に感謝するとともに、
当団体に参加いただいた会
員皆さまにお礼を申しつ
げます。



俳句

会員文芸

◎鶴令会（北斗句会）

梅干すや梅裏返し裏返し
打ち水や風を誘いて夕仕度

現世は色即是空合歎の花
余生にも小さき波風心太

そんなこと言つたかしらと心太

好物は黒蜜がけの心太

箸一本器用に手繰るどころてん
とは言えど子無きは淋し星まつり

眠くなる児の手の温み合歎の花
わだかまり癒すひとつしき心太

金行 松本 洋子 岸下 庄一 黒田 久エ

ホタル追い浴衣汚し日の母の顔
涼求め六甲の山並み仰ぎ見る

過疎の村見渡す限り青葉なる
夏空へ感のばして仰ぐ天

吉田 松熊

月映す稻田で蛙競い鳴き

初夏入りにわか雨降り肌寒し

藤田 弘

ゆるやかに歩む浴衣の力士かな

高石 勝

◎新樹会（大池見山台清風会）
ほととぎす何處に啼くや 3千歩
昼食を終え暫しの午睡かな
丸尾 嘉子
落とし文母の便りの誤字脱字
メール着信麦茶をまたも吹きとぼし
博多帶きりりと卷いてゆかた会 貞永 弘ア
枇杷採りや高枝鉄ふりまわし 佐溝満喜ア

短
歌

◎高原ときわ会（ささゆり会）
雷鳴が連れて始まる夏景色
眼を射す光セミの鳴き声
箱守喜久ア

◎大池寿会

なつかしき笑う声まで聞えくる
集合写真に十五の青春
夏草に隠れて墓石見えかくれ
ふる里の墓地荒れるがままに

眞木香代ア

◎五葉楽の会

誕生日に父と訪ねし円成寺
祖國の為戦ひつづけるスーセーさん
同じ歳でも平和ボケならむか我は

◆短歌

◎サークル鹿の子
掬ひ来て今や三寸なる金魚
得意気に大きな尾鰭振る金魚

竹村 良子

若林 節子

松村 二三枝

鳳仙花昭和が残る寺の町
新光が廟立廟不祭か。

川柳

山田加壽作
七十代以下の人にに戦争の
記憶のなきことよろこぶべきや
◆川 柳
○塩田福寿会
豊年満作家族の笑顔の和
後ふた月かすぎゆく時は早く

◎高原ときわ会（ささゆり会）悔いはない時代に生きた九十才
同窓会ふるさと訛りすぐに出る
ふるさとは遠くなりけり転々と
故郷の遠浅の海なまどこえやら
ジャズの街神戸に住むが山の街
名を呼んで握り返す手ありがとう
窓を開け天然クーラー気持ちよい
留守すると夫何時でもカップ麺
まりマ
かほニ
よー^{あきこ}
三枝

荒磯や足で舵取る箱眼鏡
御朱印を受けつつ那智の

○花山短歌会（花山
海見えし小6の教室

○花山短歌会（花山会）
海見えし小六の教室新任の
新屋幸治先生に9条学びし日のあり

A simple line drawing of a person with short hair and glasses, wearing a dark long-sleeved shirt. They are holding a white yogurt container with a silver lid and a straw. The container has some faint text on it.

۱۰۶



72名の会員さんがを心をこめて熱唱♪



会員募集中！

神戸市北区老人クラブ連合会では、仲間たちと趣味やスポーツ、地域活動に励んでいます。ぜひ一緒に楽しみませんか？ 皆さんの参加をお待ちしています！

ご興味をお持ちの方は、お住まいの地区的老人クラブ会長、または北区老人クラブ連合会事務局（北区役所地域協働課内）までお気軽にご連絡ください。

みんなで一緒に
楽しみましょう！



○原稿送付先
令和5年11月16日(木)
〒651-1195
鈴蘭台北町1丁目9番1号
北区地域協働課内
北区老連広報部

◆短歌、俳句は2首2句以内で
お願いいたします。文字は楷
書ではっきりと記入していただき、ふりがなをお付けください。

◆それぞれ別の用紙に記入をお願いいたします。

◆クラブ名、氏名、電話番号の
書き漏れがある場合は掲載できま

◎応募要領
次号131号1月10日発行予定
内、写真一枚程度。

投稿のお願い