

会報
令和5年
12月号
(毎月10日発行)
No. 506



KOBEシニアクラブ



垂水

垂水区老人クラブ連合会

発行人 松木伸年 〒655-0893 神戸市垂水区日向1-5-1 垂水区役所地域協働課内 TEL078-708-5151(内線312)

11月度理事会報告

11月9日(木)13時30分から、区役所301会議室に於いて、11月度理事会が開催された。

1. 事前案件

W T S社：①11月18日(土)の女性幹部研修会参加申込者が最終的に17クラブ 46名になりましたと報告。詳細の案内書が配布された。

②12月10日(日)の施設見学旅行：近江八幡方面の申込は本日は11クラブ、100名でした。追加申込は11月25日まで受け付けるとのこと

③新春恵方三社詣について、京都方面で1月11日(木)A班と18日(木)B班で計画。

申込は12月の理事会で受け付ける

2. 会長挨拶

秋田県で開催されている「全国老人クラブ大会」に参加のため欠席。

3. 協議・報告事項

1) 11月17日(金)の区老連ボウリング大会の参加申込が17クラブ、87名と紹介された。

2) 12月8日(金)予定していた理事会に先立ち神戸市高齢福祉課の要請により「交通安全教室」を13時から開催することになり、クラブの交通安全推進委員も参加するよう伝達があった。

理事会は「交通安全教室」終了後に行われる

3) 来年1月26日(金)12時から市老連「新年互礼会」会場：ホテルクラウンパレスへの参加者15名要請との発表があった。

4) 会計システム(エクセル版)の提供について各単位クラブの、会計処理を効率的に行うために神戸市が作成したので希望するクラブにUSBを貸し出すと紹介があった。

5) 区老連「新年交歓会」を1月27日(土)舞子ビラで開催することが決定した。詳細は後日発表

6) スポーツ部会より、令和6年度スポーツ活動実態調査についての依頼、グラウンドゴルフ・輪投げ・ボウリング・ゲートボールの各クラブの参加数を12月又は1月理事会で報告願う。(小林)

当面の行事予定

12月

5	火	区	総合部会	区役所301会議室	13:30
8	金	区	交通安全教室&理事会	区役所大会議室	13:00
8	金	市	ボウリング大会	フェニックス長田	9:00
10	日	区	施設見学旅行	近江八幡	

1月

9	火	区	総合部会	区役所301会議室	13:30
11	木	区	新春恵方三社詣(A班)		
12	金	区	理事会	区役所大会議室	13:30
18	木	区	新春恵方三社詣(B班)		
26	金	市	合同会議&新年互礼会H	クラウンパレス	10:30
27	土	区	新年交歓会	舞子ビラ	

区老連秋季輪投げ大会

スポーツ部長 前田 敏夫

10月19日(木)秋季輪投げ大会(個人戦)が神戸市立水産会館2階大ホールで16クラブ144名の選手が参加し開催されました。

開会式は、山本スポーツ部会長の司会で進行し、松木区老連会長の挨拶、森口垂水副区長はじめ来賓のご祝辞に続き、女性委員会4人の先導で、いきいきクラブ体操で身体をほぐした。

次に恒例になった野球の始球式を模した来賓の始輪式で、雰囲気盛り上げて1回戦が開始。個人戦なので敵味方の隔てなく応援し3回戦を終えた。成績は以下の通り。



スコア

優勝	竹野 郁代	84	きずなクラブ
準優勝	石原 澄子	82	下畑老人クラブ
3位	尾崎 桂子	79	桃山台クラブ
飛び賞	5位	藤田佐代子	74 狩口シニア倶楽部
	10位	岡本美枝子	67 西舞子友の会
	15位	竹野 利和	61 旭が丘悠悠クラブ
	20位	宗田千代美	59 五色山健寿会
	25位	中川多美江	50 神陵台三樹会
30位	板脇 英子	48 旭が丘悠悠クラブ	
35位	阿部 米子	46 西舞子友の会	
40位	清水美智子	45 下畑老人クラブ	
BB賞	寺上ミエ子	3	霞ヶ丘健寿会
最高齢賞	女性	岡本トシエ	霞ヶ丘健寿会
	男性	阪本 栄一	滝の茶屋クラブ

1月号会報配布当番

☆当番クラブ(2クラブで半数交替、同一人物で円滑引継)
※シニアクラブ松寿会(※責任クラブ)、西舞子友の会
(次回)※西舞子友の会、狩口シニア倶楽部

☆配布日 1月12日(金)10時~11時30分

(次回)2月8日(木)10時~11時30分

☆作業手順

1.準備 当番クラブは事前(9時30分~10時)にミーティングコーナーで区老連会報と市老連広報紙の同一クラブのものを2段重ねにし、クラブ番号順に長机上に並べる

2.配布・受領他 各クラブは10時~11時30分に受領・押印する。この間、当番クラブは区老連会報を所定の封筒に封入(計13通)糊付けし、宛名ラベルを貼りそれらをレターボックス(会計)の引出しに入れる

3.後作業 11時30分に配布を締切、未引取会報をクラブ毎に専用袋に入れクラブ名札を付け、受取記録表・残存会報等と共に、レターボックス上コンテナボックスに収納する(市・区会報を各々10部所定位置へ保存)

令和5年度 こうべ県政ミーティングに参加して

総務部会長 鴨川 則幸

去る9月22日「知事と神戸市民が語る集い」こうべ県政ミーティングが兵庫県神戸県民センター主催で農業共済会館で開催され、垂水区老連からは会長以下7名が参加しました。

冒頭、知事から①交通安全向上のため自転車用ヘルメット購入に対する支援②益々デジタル化を推進するための支援③2025年の関西万博の際、兵庫県にも大勢のインバウンドを期待するとの挨拶がありました。続いて、東灘、中央、兵庫、長田、須磨の各区老連会長による「活動状況の報告」があった。各区老連共最新情報を駆使し、割当時間一人5分の短い時間内に実に上手に発表された。特に長田区老連 日置氏の「長田区老連における認知症予防の取り組み」は素人ではできない、専門家の領域ではないかと思えるものでした。来年以降その成果を伺いたいものです。須磨区老連の「会員増強運動」も大変参考になりました。その手法を盗用したいと思っています。

最後の知事の講評は①各区共資料の出来栄が素晴らしい県のデジタル化推進の成果が出ている②長田区老連はじめ認知症・フレイル予防・独居老人の孤立化を防止など素晴らしい③須磨区老連の会員増強のためのポスティング3,000枚は素晴らしいです。

後は、近藤市老連理事長の謝辞で終了となりました。

第48回 楽しいっどい

10月25日(水)13時から垂水区文化センターレバンテホールにおいて開催された。第一部では、松木区老連会長の挨拶、若松垂水区長、鹿野市老連事務局長の祝辞に続き、垂水警察署生活安全課の特殊詐欺防止の講話と進んだ。10分の休憩のあと第二部に移り、昨年より3クラブ多い13クラブが出演し23演目が披露

クラブ便り

霞ヶ丘健寿会について

霞ヶ丘健寿会 会長 長谷川 明

霞ヶ丘小学校区を中心にした80数名の集まりです。平均年齢は84歳、女性が約8割を占めています。

年間を通じた行事としては、歌敷山保育園・霞ヶ丘児童館の子どもたちとの昔遊びの交流会や、自宅からアジュール舞子や五色山古墳までの健康ウォーキング、グラウンドゴルフや輪投げの練習会や大会への参加、歌敷山公園の清掃、カラオケやフォークダンス活動などです。特に園児児童たちとの交流は、楽しみにして待ってくださっていますし、またかわいい子どもたちとの交流はこちらも元気を貰います。



最近では、ようやく四季ごとのお誕生日会で一緒にランチを食べアトラクションを楽しむことができるまでになりました。機会は少なくなりましたが小旅行にも行くこともあります。

毎年、霞ヶ丘地域輪投げ大会を開催しています。子どもも参加できる2メートル(公式ワナゲ協会ルール)で行っています。このような地域全体で楽しめる大会を拡げたいと思っています。また「かすけん映画サロン」として往年の名画を楽しむ映画会を開催しています。

当会が設立されてから50年を過ぎます。昔は壮健で旅行などと活動も活発だったようですが、高齢化やコロナ禍の影響もあり、昔のような面影もありません。できるだけ多くの方に参加していただき楽しんでいただけるような「場づくり」、地域のコミュニケーション作りに資する活動ができるように努めていきたいと考えております。

された。内訳は、コーラス4、舞踊2、民踊3、ダンス2、カラオケ3、フォークダンス1、笑いヨガ1、マジック2、リズム体操2、太極拳1、詩吟2で、区役所を訪れた一般の方の見学もあり、約440枚のプログラムが足りなくなる盛況の中、17時に無事終幕した。(小林)



俳句

(多聞台ときわ会)

君は空吾は地に身は木枯が

木村 敏博

(下畑老人クラブ)

読めぬ句をひとひねりする夜長かな

藤田 恵子

(霞ヶ丘健寿会)

我が庭の奥の細道紫式部

大和 齊

夫見舞う秋の小道を通り抜け

渡邊富士子

落葉舞う夕暮の道家路へと

左 長子

(滝の茶屋クラブ)

百舌鳥の声高い枝から声がする

伊藤 孝子

(五色山健寿会俳句部)

末枯れや余生しばらくゆつくりと

吉原 正子

海鳴りの海峡末枯るる墳丘

笹浦 健一

身をつくし防風林の末枯るる

藤井真美子

末枯るる庭の叢草入り日濃し

隅田 保代

末枯るる有馬街道ひた走る

中田 邦子

また一つ廃校のあり末枯るる

増田 智子

末枯や能面壁に掲げられ

蒲原 義博

(塩屋柏台パール句会)

秋晴や誘ひ誘はれ展覧会

加瀬 徳子

抄らぬ風の翻弄落葉掻き

中山沙江子

山上の野菊の道や瀬戸の海

菅野 正彦

秋高し城に登れば歓喜わく

月山 光枝

松茸や開かぬ傘に金の価値

島谷 祐次

笠地蔵野菊一輪抱へをり

大森 康宏

秋爽や寺に一礼学僧出づ

水島 章雄

新米といふ御馳走と二人酒

小中 命子

木洩れ日や紅葉重ねて万華鏡

黒森 真理

但馬路や山の粧ひ走り抜け

梶尾 絹代

冬めきて毎朝服とにらめっこ

瀧 千尋

窓越しに身を低くして月を見る

瀧 小夜子

壮絶な鞍馬の火祭闇焦がす

角野桂治郎

(狩口シニア倶楽部)

秋の蟻辞書に「休憩」の文字のなく

山 一力

むら雲を抜けて名月静かなり

長瀬 冨子

紅はるか乙女の羊羹土まみれ

佐藤 浩恵

セピア色亡夫の写真や栗ご飯

富澤トモ子

妻の手に彼岸団子をそつとのせ

春山 和久

朝陽浴ぶ借景の庭檣紅葉

吉俣 正光

首洗ひ池の萍黄葉かな

橋田 草徑

友からの絵手紙の中栗二つ

佐伯サトミ

手鏡に野菊の花弁映りおり

服部 豊康

(桃山台クラブ文芸部)

手を引かれ足音キユキユ秋の風

大上 昭敏

川柳

(多聞台ときわ会文芸部)

宝塚乙女の園はバラ枯れる

木村 敏博

(旭が丘川柳会)

若き日の思い出めぐり日々新た

阿倉 慶子

長生きをしたら出会えた初ひ孫

阿部 和子

踏み台に乗っても届かぬ天袋

板脇 英子

腕前を披露するにも腕が無い

桂木 文子

台湾は独立国だなぜチャイナ

熊谷 勝紀

台湾で原作以上盛り上がり

小林 孝

高台をめざし明日を見失う

富岡 節子

棚作り今はキットで釘要らず

前田 妙子

見守り隊 挨拶なき子の背中追う

三木 浩

地下深くマントル動くお静かに

本谷文日子

見せたくて迷いつ決めた老いの意地

森田美佐子

雄弁の力で黒が白になる

和田 恭子

(霞ヶ丘健寿会)

カラオケで自己満足の日々おくる

森 博子

カラオケの音がはずれてアカペラに

左 吉宏

カラオケのおはこも機会失ひて

細見 公子

減税飴舐めてしもたら大增税

ハッセン

(桃山台クラブ文芸部)

欠伸して孫が待つてる年金日

小高 肇

短歌

(西舞子友の会)

秋晴れや古都を彩どり風流なり

近藤 恭正

人物衣装時代を越えて

近藤 恭正

(桃山台クラブ文芸部)

ひろびろと大地見渡すその先に

尾崎 桂子

まつ赤な帯のサルビア花壇

尾崎 桂子

秋日差ししみに照う庭の辺に

堀江千生子

五弁広げて芙蓉花咲く

堀江千生子



新しいサークル「モルック」

桃山台クラブ 総務部 副部長 福田 幸子

桃山台クラブの新サークル「モルック」が誕生して1年8ヶ月が経過しました。

フィンランド発祥のスポーツを垂水区老連の方々にも「モルック」って、どんなん!どうするの!ってマイナースポーツ感でスタートしました。

地面に立てた12本の白樺製の棒(スキttl)を目掛けて、手持ちの棒(モルック)を下手から投げて得点を競うもので、二人からはじめられる。

1996年にフィンランドで生まれたスポーツがモルックです。

ルールは簡単、複数本倒れた場合は本数。1本しか倒れなかった場合は倒れたスキttlに書かれている数字が点数になり、50点ピッタリになるまで得点した方が勝ちというとてもシンプルなものです。但し50点を超過してしまった場合は25点に減点されゲームが続きます。またチーム内で3回連続でスキttlを倒せなかった場合、得点は0になり失格となります。

昨年12月神戸総合公園内グリーンアリーナサブアリーナで第1回神戸モルックカップが行われ、キッズ3面、一般3面の各コートで競い合いました。一般の部は学生、社会人、高齢者が14チーム出場、高齢者の出場は当クラブの2チームのみ。垂水区老連の各クラブの方たちと、「モルック大会」が実施されることが夢であります。はじめましょう。



友愛福祉活動研修会に参加して

福祉部 部長 新谷 寛子

10月27日(金)総合福祉センターでの研修会に垂水区から女性5名で参加しました。テーマは「見守り訪問活動における地域のあり方」です。

開会のあいさつがKOBEシニアクラブ近藤理事長からあり、その後はオリエンテーション、講義・グループワークと続けました。

グループワークでは2つの質問を参加者全員で考える作業です。

質問①は「見守り活動をしていて良かった点」を各自が考え発表しました。質問②は「こんな見守りがあった方がよい」です。①②とも、様々な多くの意見が出ました。

質問①②を通して、老人クラブというつな

がりの中だからこそ可能なこともある、地域では小さな気づきができる人が必要だということ学びました。

ちょっとした気づきとは「あるはずのものが無い」「ないはずのものがある」ということだそうです。

発表の中で印象的だったのは見守り活動をすることが「私にとってもいい時間なんです」という言葉。

長寿とは何なのかと考えた時、おめでたい長生きとはそこに自分の居場所があり、そこに自分の役割があることだそうです。

明日の老人クラブのためにお互いにもうしばらく頑張りましょう。



女性に対する暴力をなくす運動

「ストーカー被害」や「配偶者やパートナー、恋人からの暴力」について相談することは、とても勇気が必要です。

でも、その一歩を踏み出すことで、一人では気付くことができなかった解決法が見つかることがあります。

一人で悩まず、早めに
相談をしましょう。

- 女性のためのDV相談室
(神戸市配偶者暴力相談支援センター)
☎078-382-0037
 - 悩みのほっとライン
(兵庫県配偶者暴力相談支援センター)
☎078-732-7700
 - 兵庫県警察本部(ストーカー・DV相談)
☎078-371-7830
- 緊急時は110番(最寄りの警察署でも相談に応じています。)

旅のご相談は…

WTS ワールドツアーシステム



お気軽にご相談ください。

大阪府知事登録旅行業2-2047号
ワールドツアーシステム株式会社
神戸営業所

〒650-0015

神戸市中央区多聞通2-4-4
ブックローンビル2階

電話番号 078-382-0088

ファックス 078-382-0089

<http://www.e-wts.co.jp>