

会員ふれあいの情報紙



東灘区シニアクラブ 100号

発行：東灘区シニアクラブ連合会

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

健康・友愛・奉仕



第61回東灘区シニアクラブ連合会総会開催



5月24日(金)、神戸市立東灘区文化センター(うはらホール)5階において第61回東灘区シニアクラブ連合会の総会が開催されました。第1部の式典では主催者挨拶に始まり、来賓祝辞、総会議事と表彰式が行われ、第2部では8組の出演者による演芸大会が行われ、見事な芸を披露しました。※関連記事2・3面に掲載



私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

学校法人 灘育英会
灘高等学校
灘中学校
 〒658-0082 東灘区魚崎北町8-5-1
 ☎(078) 411-7234

森井眼科クリニック
 ●眼科日帰り手術全般(白内障・緑内障・網膜)
 ●ICL・涙の治療・眼科一般
 診療時間 月火水木金土
 8:40~12:40 ●●●●●
 14:20~18:00 ●★●●●
 手術:火曜午後・月曜・水曜13:00~14:00 ★手術
 東灘区御影中町1-6-9ウエダビル2階
 TEL.078-821-9477

ケア21の介護付有料老人ホーム
PLAISANT GRAND プレザンテ
 岡山
 温故創新
 上質な暮らしの継承
 関西神戸線「岡本」駅徒歩7分
 お問い合わせはケア21受付センター
 ☎0120-944-821
 ケア21 兵庫県神戸市東灘区岡本7丁目3-21

高齢者の交通安全
安全確認は十分に
 道路を横断するときは、必ず止まって左右の安全を確かめましょう。渡りはじめより、渡り終わるころに事故に遭いやすいので、車が遠くに見えても無理せず、通過してから横断しましょう。

医療法人 神戸健康共和国
東神戸病院
 <受付> 午前8:30~ 夜間4:30~

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	予約	予約	予約	予約	○	○
夜間	○	○	○	○	○	○

 診療時間 午前 8:45~12:00 夜間 5:00~7:00
 東灘区住吉本町1-24-13
 ☎(078)841-5731

御影歯科クリニック
 MIKAGE DENTAL CLINIC
 診療時間(予約優先) 月火水木金土日
 午前 10:00~1:00 ●●●●●
 午後 3:00~7:30 ●●●●●
 ○…午前10:30~1:30、午後3:00~7:00
 東灘区御影本町2-16-3 御影グレイスハイツ1・2・3F
 (阪神御影駅南口より徒歩30秒) R4.11.2リニューアルOPEN
 ☎(078) 842-1181
 https://mikage-dental.jp

うさみ内科クリニック
 内科 循環器内科
 診療時間 月火水木金土日祝
 9:00~12:30 ●●●●●
 16:00~19:00 ●●●●●
 東灘区住吉宮町6-14-17
 ☎(078)845-2500

内科・消化器科・循環器科・整形外科
 外科・リウマチ科・リハビリテーション科
 放射線科・精神科・心療内科
 医療法人明倫会
宮地病院
 神戸市東灘区本山中町4丁目1番8号
 ☎(078)451-1221
 医療法人明倫会
 本山リハビリテーション病院
 神戸市東灘区本山中町7丁目7番15号
 ☎(078)412-8080(代)

7/7 リニューアルオープン
 医療法人明倫会
 老人保健施設 **あずさ**
**入所・ショートステイ
 通所リハビリテーション**
 神戸市東灘区青木3丁目1-48
 (潮騒の家 東隣)
 ☎(078)451-0004
 見学受付中

「その人らしく生きる」を支える
 サービス付き高齢者向け住宅
潮騒の家
 神戸市東灘区青木3丁目1-43
 (新設あずさ 西隣)
 ☎050-1753-4265
 見学受付中



挨拶をする
森松会長



区长あいさつ

東灘区長 工藤 健一

東灘区シニアクラブの皆様、4月から東灘区長に就任しております工藤です。「会員ふれあいの情報

変光栄に思っております。昨年度はシニアクラブ連合会が発足から60周年の節目を迎えられたと伺っております。60年間という長い年月にわたり活動を繋ぎつ

感謝申し上げます。東灘区には平成25年度から課長として勤務して参りました。再び東灘の皆さまと区政に取り組んでいけますことを、大変嬉しく思っております。

果たす役割は益々大きくなってきています。東灘区としても、会員増強をはじめとする活気溢れるクラブづくりを微力ながらお手伝いしたいと考えております。

最後に東灘区シニアクラブ連合会のますますの結束・活性化を祈念いたしまして、私の挨拶とさせていただきます。



紙・東灘区シニアクラブ100号の発行誠におめでとうございます。記念すべき節目の号にてご挨拶させていただきますことを、大



壇上で表彰を受ける国川さん

和6年度予算案が審議されました。各議案には各部長から詳細説明があり、すべての議案が拍手をもって承認され議事は滞りなく終了しました。

次に長寿者表彰式へと移り、88歳以上119名と100歳以上3名の名前が読み上げられました。受賞者を代表して西青木クラブの国川洋子さん(71歳)が壇上で賞状を受け取る来場者から大きな拍手が送られました。

第2部の演芸大会は女性部のいきいき体操で幕を開け、8組の出演者がコーラスやフラダンス、詩吟などさまざまな演目を披露。吟剣詩舞では家元の安倍氏も出演し、見事な舞で観客を魅了しました。最後は執行部も壇上にあがり会場全体で「ふるさと」を熱唱して幕を閉じました。



令和6年度 東灘区シニアクラブ連合会執行部

役職	氏名	所属クラブ
会長	森松リキ子	魚崎郷4丁目OB会
副会長兼総務部長	佐々木千秋	住吉台楽寿会
副会長兼会計部長	前田 邦夫	本山クラブ
文化研修部長	宗重 正幸	森クラブ
友愛福祉部長	森本はるみ	西御影若葉会
スポーツ部部长	伊藤 誉雄	西岡本クラブ
広報部部长	石田 朋子	上御影若葉会
女性委員会委員長	松井 和子	御影ひふみ会
監事	川上 博司	御影つるかめ会
監事	吉田 叡子	本山南町喜楽会

(敬称略)

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

税務調査・申告書の作成
税理士ながたひろあき事務所
相続・贈与・譲渡・税務相談
阪神御影駅から南・徒歩2分
☎(078)843-8151

大原会計事務所
神戸合同会計
東灘区向洋町中5丁目1-524-115
☎(078)858-1196
FAX(078)858-1197

株式会社 赤松鉄工所
東灘区青木3丁目6-13
☎(078)411-2771

株式会社 正建工業
本社 東灘区田中町3-13-5
TEL(078)453-7491
魚崎営業部 東灘区魚崎西町3-4-8
TEL(078)842-7491

造園・土木工事・植物管理
津田造園土木
SINCE 1970
東灘区住吉宮町6丁目10-5
TEL(078)841-2237
FAX(078)841-2334

新任挨拶

文化研修部
部長 宗重 正幸

主たる担当として、春と秋開催の囲碁大会の旅行関係では、桜・藤・紅葉を中心に年間4回程度の実施。又、神戸市シニアクラブ主催の文化研修部が行われる定例会出席。同じく市シニアクラブ大会演芸会及び東灘区シニアクラブ

総会後の演芸会等々、多くの主要業務が待ち受けておりますが、これら担当部長として、数多くの会員の皆様が無難に参加する事が出来、尚且つ楽しめる文研で有りたいと願いつつ、責任を持って遂行致したいと考えております。



新任挨拶

友愛福祉部
部長 森本はるみ

この度、私森本はるみは友愛福祉部部長 尾崎美喜子様から福祉部長を引き継ぐ事になりました。同時に若葉会前会長 中野勉様より次期会長にとお声がかかり、私には大変重荷と思われませんが、皆様から力添えするからと強き言葉に押さ

れ、会長を引き受けることに致しました。良きチームワークを取りつつ福祉部と若葉会に対し力を発揮できるよう頑張つて参りますので、ご協力をよろしくお願い致します。



新任挨拶

監事 吉田 観子

監事に就任しました本山喜楽会の吉田です。仕事の内容も具体的には分からず、少し不安です。また、執行部の一員としてどこまでお役に立てるかも心配です。

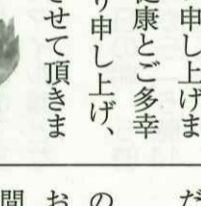


退任挨拶

前副会長兼会計
前部長 久保 良治

行く春を惜しみつつ、新緑に目をうばわれる時節になつてきました。皆様方には益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。

さて、この度5月24日の区老連総会をもちまして、執行部を退任致しましたのでよろしくお願い致します。その節は、皆様方にお



退任挨拶

友愛福祉部
前部長 尾崎美喜子

この度は、福祉部長を退任することになりました尾崎美喜子です。令和二年より四年間つとめさせていただきました。

最初の1年間はコロナ禍のため何も行事が行えずにりましたが、あとの3年間は皆様のお陰で予定通り行事を取り行うことができ



単位クラブ活動紹介



魚崎郷4丁目OB会

笑顔あふれるOB会

副会長 清水 博子

東灘区シニアクラブ連合会情報紙の発行100号、おめでとうございます。そしてクラブの活動は、4年ぶりに規制がなくなりま

した。私はこの春副会長との大任を戴きました。コロナ元年からの参加のため、各種催しは相次ぐ中止、昨年初めて参加できた行事がいくつもありません。

そんな訳で未だシニアクラブの現状は分かっておりません。必死の思いで会長についてい

つてる次第です。それでも旅行は大好きで、この4年間、何度参加させていただいた事でしよう。コロナ禍での決行はとても刺激的で、家族や友人から驚かれたものです。10何台のバスを背に外で食べたお弁当は新鮮な思い出

した。さて、我がクラブは今年25周年を迎えるそうです。設立メンバーが現会長で我々をグイグイ引き込んで下さいます。その会長を中心に年3回、お誕生会があります。会長自らの手作り招待状が全員の誕生会別に届き、お茶とケーキでおしゃべりをします。普段お聞きできない事等、自由な楽しい時間です。終了後、各役員がブロック別に高齢者を訪問し、お元気なお顔に安

堵して帰ります。文化活動として「生きがいづくりサークル」があります。会長よりシニアクラブの現況や予定、連絡があった後、皆で何曲か歌い、いきいき体操、盆踊り等、身体を動かします。昨年末からパラリンピック種目の「ボッチャ」の練習を始めました。屋内でできるスポーツとして、マスターできたらと皆で励んでおります。又、年1回「みんなのつどい」として会費に補助を頂き、心ゆくまで楽しめます。又、自治会活動の中で、月1回の公園清掃を共同で行っておりま

す。昨秋は、子育て支援の秋祭りを公園で行いました。予想外の大盛況に、終了タイムを待たず完売。子供たちの笑顔に大満足で、皆

ました。そして後任に長年福祉部のお世話していただいた森本はるみさんに引き継ぐことができたことを喜んでおります。4年間、本当にお世話になりました。御礼申し上げます。

様へ感謝感謝の一日でした。我がクラブ名OB会の由来ですが、自治会の方が60歳を迎えられ人生のOBになった時、シニアクラブに加入いただくとの主旨だそうで心強い限りです。次々起こる大きな災害に心が痛みますが、会長を中心に地域で仲良く、OB会の一員として前向きに進んでいけたらと思います。笑顔で参加を

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

コープの葬祭サービス
クレリ東灘ホール
(株)花六総本店
阪神魚崎駅・住吉駅より徒歩4分
24時間受付・年中無休
東灘区住吉南町3丁目2-31
☎0120-00-8769
https://www.cleri-net.or.jp

御賛助

葬儀会館
イズミホール花一
(有)花一総本店
神戸市規格葬儀取扱指定店
東灘区住吉宮町2-13-10
☎(078)851-3369

社会福祉法人
神愛子供ホーム
2才以上のお子さんのデイサービス及びショートステイしています。
東灘区住吉山手4丁目7-35
(阪急御影駅より徒歩5分)
☎811-8698

姜税理士事務所
税理士 姜 照宗
東灘区住吉宮町4-2-5
エイボンビル4階
TEL(078)841-7212
FAX(078)841-7213



長寿表彰者

(敬称略)

100歳3名・88歳120名 計123名

100歳

深江親交クラブ	手島 正行
山田明楽会	山田 幸
塚町和敬会	竹本 澄子

88歳

魚崎寿会	藤井 和夫	藤井 福枝	東海恵美子	松井 英子
魚崎つるかめ会	赤尾 龍助	富ヶ原田鶴子	近藤シズ子	能勢 安子
赤陽会	宮内 廣美	井上知永子	酒井喜久子	高田 秀之
西岡本クラブ	高井 淳子	二井 和道子	川崎 廣馨子	中井 ミエ子
田中クラブ	林 本吉	川久保藤幸子	権藤大平	

深江親交クラブ

多田 はな	江村 正	鳥越 守	大賀 菊枝	小田 節子
勝見 有	江木 晃子	田中 廣明	田川 早苗	西原 和也
國川 洋子	黒沢久仁子	貝原 玲子	杉本 順子	堀 和代子
大西 圭子	黒田 啓造	川崎 武	江原 恵子	杉中 義子
對間 茶代子	入田 文子	石本 育生	井上 知里	五反トシ子
西村 艶子	森蔭 節子	大塚 幸子	小川ユリ子	信岡すえ子
江口 二三	西山 順子	大杖喜久次		

西青木クラブ

上御影若菜会

山田明楽会

空区明楽会

住吉つるかめ会

前田町さつき会

宮東明楽会

吉田明楽会

茶屋明楽会

住吉山手明楽会

本山クラブ

御影つるかめ会

魚崎親交会

渦森会

御影ひふみ会

岡本クラブ

本山南町喜楽会

魚崎南3クラブ

魚崎川西豊友会

山御影クラブ

魚崎郷四丁目OB会

本山センチュリークラブ

住吉きずな倶楽部

魚崎セブンクラブ

魚崎南8親睦会

鴨三クラブ

住吉台楽寿会

中御影笑和会

森クラブ

岸本 幸子	松井 英子	中村 瑛子	吉田 克己	有谷タカエ	山口 治男	濱田 長次	山本八重子	久保 良治	泉 英子	高井 勇	藤本 茂	堀 アイ子	坂下 尚生	佐藤レイ子	永島 良子	野田土佐子	林 栄治	澤田 淳子	中村アイ子	杉内 明	西村 芳子	吉田 稔	池田 勇	中尾紀美子	中川須磨夫	渡邊 弘忠	福田 松實	石原 良子	黒田 正直	荒井 寿子	野間 浩
-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	------	-------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------

あすの暦	3月8日	神 戸 本
日出	6.19	6.36 6.11
日入	18.01	17.18 16.53
月出	5.04	11.51 11.19
月入	15.23	23.46
月齢	27.2	満潮干潮

下は地名	神戸	北	20
12時	11-5度	北	10
18時	11-4度	北	0
12時	丹波	北	30
18時	10-2度	北	20
12時	豊岡	北	40
18時	8-3度	北	30
12時	姫路	北	20
18時	12-2度	北	20

あすの暦	3月7日	神 戸 本
日出	6.21	6.36 6.11
日入	18.02	17.18 16.53
月出	4.20	11.51 11.19
月入	14.07	23.46
月齢	26.2	満潮干潮

今年3月7日の朝、5時過ぎのラジオから「5時44分にISS(宇宙ステーション)が西方向から東南へと通過します」とのラジオからの声が耳に留まりました。日の出(6時20分)の前はまだ空も暗い時間帯で、その夜明け前の大阪湾上には春の三日スマイルの月が西向きに出ていす。そこへISSが矢のように突進していきました。速さ比べになります。ISSが矢のように見える速さは、六甲山附近をヘリコプターが200キロ近くで飛んでいる速さにも思えたところ。今年の大河ドラマから「光る君へ」の13回目(3月末)に一瞬でしたがTVの中で春の三日スマイルで三日月が現れていて、又平安疫病の惨々たる川の様子(TV)には、平安時代の住民全体が感染防止に困難を極めた事だろう等、ここ4年間のコロナ禍にも共通した部分でしょう。ドラマ内容とは異なり、当時に書かれた言葉の「春はあけぼの(春の夜明け前の美しさ)が近代の1000年後まで残り続けている、今後も続くだろう事に驚きを感じます。この夜明け前の美しさを求める現在では、夜明け前を通る「光るISS」でしようか。

会員投稿

近くに見えた平安時代と太陽
魚崎つるかめ会 森 勇

東へと通過します」とのラジオからの声が耳に留まりました。日の出(6時20分)の前はまだ空も暗い時間帯で、その夜明け前の大阪湾上には春の三日スマイルの月が西向きに出ていす。そこへISSが矢のように突進していきました。速さ比べになります。ISSが矢のように見える速さは、六甲山附近をヘリコプターが200キロ近くで飛んでいる速さにも思えたところ。今年の大河ドラマから「光る君へ」の13回目(3月末)に一瞬でしたがTVの中で春の三日スマイルで三日月が現れていて、又平安疫病の惨々たる川の様子(TV)には、平安時代の住民全体が感染防止に困難を極めた事だろう等、ここ4年間のコロナ禍にも共通した部分でしょう。ドラマ内容とは異なり、当時に書かれた言葉の「春はあけぼの(春の夜明け前の美しさ)が近代の1000年後まで残り続けている、今後も続くだろう事に驚きを感じます。この夜明け前の美しさを求める現在では、夜明け前を通る「光るISS」でしようか。

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

医療法人
山形耳鼻咽喉科
院長 山形 健一

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

東灘区北青木3丁目4-19
☎441-2739

のぶさわ内科医院

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 土曜午後・木曜・日曜・祝日
受付は診療終了の30分前までです

神戸市東灘区甲南町3丁目8-17
☎(078)453-1228

ろっこう医療生活協同組合
うはらクリニック

内 科	老年内科	呼吸器内科			
受付時間	月	火	水	木	金
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○
午後2:00~5:00	△	△	△	△	△

休診日:土・日・祝 △:往診

東灘区魚崎北町5丁目6-12
TEL(078)452-6666

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科
小林整形外科クリニック

予約時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

JR甲南山手駅北スク

東灘区森北町1-7-13 アーク玉谷ビル2階
☎(078)412-2177

胃腸内科・外科
肛門外科・リハビリ科
森垣胃腸科外科

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後2:00~4:00	○	○	○	○	○	○

木曜・日曜・祝日 休診 △...予約検査のみ

東灘区御影1丁目12番9号 P10台あり
☎(078)851-0300

甲南山手 さかい 整骨院

院長 酒井 健太

診療時間 午前8:00~12:30
午後3:00~8:00

休 診 日 水曜・日曜・祝日

東灘区本庄町1-15-12(JR甲南山手駅より徒歩5分)
TEL(078)806-8351

内科・消化器内科・内視鏡内科
せき川クリニック

診察時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
検査13:30~15:30	○	○	○	○	○	○	○
午後診16:00~18:30	○	○	○	○	○	○	○

○一般診療 ●予約制

胃カメラ、大腸カメラ(ポリプ切除)、腹部エコー、日曜日検査予約承ります。

東灘区田中町1丁目6-11 毛利ビル2F
☎(078)436-0335

脳神経外科・神経内科・リハビリテーション科
おざき脳外科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後16:00~18:30	○	○	○	○	○	○

休 診 日 木曜・日曜・祝日

岡本2丁目7-13 アルンハイム岡本1F
☎(078)411-6660
www.ozaki-clinic.org

循環器内科 呼吸器内科 外科
村田泰正クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前10:00~12:45	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~6:15	○	○	○	○	○	○	○

東灘区森南町1-5-1-126
(セルバ1F西側)
☎(078)436-1088

宇山眼科

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
午後3:00~6:30	○	○	○	○	○	○

※火曜日午後 予約診療(2:30~4:30)
休 診 日 日曜・祝日

東灘区岡本2丁目14番12号
☎(078)451-5561

シニアクラブ 春季囲碁大会

6月10日(月)、東灘区民ホールで開催されました。参加者32名がA~Dの4ブロックで、盤上の戦いを展開しました。(前田 邦夫)



●大会結果 (敬称略)

Table with 4 columns: Rank (A-D), Winner Name, Club Name, and Prize Name.

東灘シニア囲碁大会



シニアクラブ 春季輪投げ大会

4月16日(火)、川井公園にてシニアクラブ春季輪投げ大会が開催され、175名(男性50名、女性125名)が参加しました。(スポーツ部長 伊藤 誉雄)



●大会結果 (敬称略)

Table with 3 columns: Rank (1-5), Winner Name, and Club Name.

シニアクラブ 春季グラウンドゴルフ大会



5月17日(金)、シニアクラブ春季グラウンドゴルフ大会を瀬戸公園にて開催。午前86名、午後79名の計165名が参加しました。

素晴らしい晴天の下、絶好のグラウンドゴルフ大会ができました。参加数も少しずつ減っていく傾向の中、何とか前回と同じ数字を残せました。今回は女性の方が優勝されております。ケガや病気の方も出ず、無事に大会が終わってホッとしています。今後とも宜しくお願いいたします。(スポーツ部 平野 隆文)



●大会結果 (敬称略)

Table with 3 columns: Rank (1-5), Winner Name, and Club Name.

感想

審判 黒岩 俊文

難しい局面で時間が欲しいときも多くあったと思いますが、対局進行にご協力いただき有難うございます。皆さん方の対局を拝見して、特に印象に残ったのは大石の死活に係る戦いが多かったことです。

Aクラス決勝戦は、玉津八段と池田五段でした。3子局で三隅は黒に占められていたため、中央の大きな石の戦いに勝敗がかりましたが、玉津氏の攻めが厳しく、池田氏が投了し玉津氏の中押し勝ちとなりました。

Bクラスの決勝戦は、原四段と宇野二段でした。序盤の戦いで、宇野氏が味良く6子を制し戦い易い形になりました。中盤、大石の死活を賭けた戦いが始まりましたが、白が取られ、宇野氏の中押し勝ちとなりました。

どちらも激しい戦いで、楽しく鑑賞させていただきました。

4月6日に子供遊びを実施しました。中之町公園にて13時~15時くらいまで親御さんとともに楽しみました。グラウンドゴルフ、輪投げ、お手玉、ケン玉、ポッチャと多種多様な遊びを用意。最後にプレゼントの交換を親御さんに楽しんでいただきました。これは毎年実施しており、親御さんに喜んでいただいております。

田中 単位クラブ活動紹介

田中クラブ

活動紹介

会長 白石 郁子

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

山崎産科婦人科医院 山崎正明・山崎敦子 診療時間 月火水木金土日祝

長坂医院 診療時間 月火水木金土日祝 午前9:00~12:00

胃腸内科・外科 リハビリテーション科 杉原クリニック 診療時間 月火水木金土日祝

市橋眼科 Ichihashi Eye Clinic 診療時間 午前9:00~午後12:30

とうこ皮ふ科 診療時間 月火水木金土日祝 午前9:00~12:00

株式会社 神戸医薬研究所 東神戸薬局 住吉本町2-19-29 TEL 811-3948

医療法人 元就会 宮脇内科医院 循環器内科・糖尿病内科・腎臓内科

泌尿器科・内科・循環器科 土田クリニック 診療時間 月火水木金土日祝

お薬手帳を活用しましょう! 医師・歯科医師・薬剤師が あなたのお薬の内容を確認するための大切な記録です。



東灘区シニアクラブ連合会 単位老人クラブ活動一覧

区内各所に存在する東灘区シニアクラブの単位クラブが、いろいろな場所で講習会やスポーツ、文化行事、奉仕活動などを行っています。興味のある活動がありましたら、一度活動状況をのぞきに行ってみてはいかがでしょうか。

27 渦森台 渦森会 【会長】 牧 文代

【主な活動】カラオケ(月2回)、マーじゃん(月2回)、グラウンドゴルフ(毎週月・木)等のサークルで楽しく活動しています。その他にバス停公園清掃のボランティアも定期的に。また、夏休みの子供さんにラジオ体操の会に飲み物を提供して喜ばれました。

40 鴨子ヶ原 鴨三クラブ 【会長】 福田 晋児

【主な活動】囲碁将棋・ピンポン(毎週土曜日)、フレンド喫茶(第4日曜日)、歌のつどい(第1・3木曜日)、マジック(第4木曜日)、鴨三名画サロン(年4回)

33 御影山手 山御影クラブ 【会長】 坂本 安彦

【主な活動】あじさい喫茶を開催しています。コロナ対策をしたうえで子供たちとの交流「うり坊クラブ」を開催。現状では《アウトドアメニュー》ウォーキング・グラウンドゴルフ《インドアメニュー》コーラス・輪投げ・カラオケ・パソコン教室・言葉の遊び・囲碁など(6年度よりペタンク中止)

10 御影 上御影若菜会 【会長】 石田 朋子

【主な活動】会員訪問(話を聞く。お茶をともにする)、笑和会とのコーラス、上御影協会の如水会と茶道、紅梅会俳句の会、区老連催しの参加、誕生日会(年4回)、敬老会、クリスマス、おひなさま、花壇(年2回)、御影北小と交流会、インターナショナルと交流会

2 御影中町 西御影若葉会 【会長】 森本 はるみ

【主な活動】70名で認知予防に取り組んでいます。

44 御影中町 中御影笑和会 【会長】 小谷 春美

【主な活動】ラジオ体操(毎朝)、上御影若菜会とコーラス部(コールミカゲ)

25 御影石町 御影つるかめ会 【会長】 川上 博司

【主な活動】毎週月曜日(卓球・オセロゲーム/13時/西町会館)、毎週火曜日(輪投げ/9時30分~/御影本町公園)、毎週水・木曜日(グラウンドゴルフ/9時~/御影本町公園、月1回(カラオケ/13時~15時/ジャンカラ)

28 御影石町 御影ひふみ会 【会長】 松井 和子

【主な活動】お花見の会(年1回)、ワナゲ、体操、福祉講座

14 御影塚町 塚町和敬会 【会長】 久保 進一

【主な活動】地域見守り、石屋川公園清掃、お誕生日会

41 住吉台 住吉台楽寿会 【会長】 佐々木 千秋

【主な活動】ラジオ体操(毎朝)、バス旅行、グラウンドゴルフ(毎週木曜日)

4 住吉山手 赤陽会 【会長】 南原 順子

【主な活動】グラウンドゴルフサークル(週2回)、輪投げサークル(週1回)、麻雀クラブ(月2回)、カラオケ同好会(月2回)、舞踊サークル(月2回)、ポッチャ(予定)

13 住吉山手 山田明楽会 【会長】 福田 晋児

【主な活動】グラウンドゴルフ、カラオケ、輪投げ、バス旅行、ウォーキング、地域の行事、学校行事、地域の清掃

22 住吉山手 住吉山手明楽会 【会長】 大西 史郎

【主な活動】グラウンドゴルフ、カラオケ、輪投げ、バス旅行、ウォーキング、地域の行事、学校行事、9丁目全域の清掃

16 住吉本町 空区明楽会 【会長】 尾崎 美喜子

【主な活動】公園清掃、グラウンドゴルフ、輪投げ

19 住吉東町 宮東明楽会 【会長】 榎本 千恵子

【主な活動】年1回誕生日会、総会、マーじゃんの集い(計画中)

37 住吉東町 住吉きずな倶楽部 【会長】 近藤 勝則

【主な活動】①「植栽会」活動⇒居住マンションの庭木や花壇の手入れと美化 ②防災の備えと非常時の対策⇒防災グッズの配布、避難経路の確認など ③「敬老会」の開催⇒敬老の日お祝いと見守り活動 ④今年度は、七夕コンサートを企画⇒ジャズシンガーによるミニコンサート

17 住吉宮町 住吉つるかめ会 【会長】 本田 正美

【主な活動】公園お掃除

20 住吉宮町 吉田明楽会 【会長】 井上 美子

【主な活動】グラウンドゴルフ、お誕生日会、小学生見守り

21 住吉宮町 茶屋明楽会 【会長】 雨宮 栄彦

【主な活動】昨年より学童交通見守りを実施しています。これは毎月4~5名が参加しています。

29 岡本 岡本クラブ 【会長】 山田 シツ子

【主な活動】サークル活動⇒グラウンドゴルフ・コーラス・ストレッチ・俳句・囲碁、年間行事⇒公園清掃・敬老会・エコ研修ツアー・地域行事及び小学校との交流

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

さわだクリニック
 内科・循環器内科
 リハビリテーション科
 診療時間 月火水木金土
 午前9:00~12:00 ○○
 午後4:30~7:00 ○○
 土曜午後、木曜・日曜・祝日 休診
 芦屋市川西町8-12
 TEL(0797)23-7117

西川クリニック
 内科・外科・胃腸科・リハビリ科
 診療時間 曜日月火水木金土
 時間 午前9:00~12:00 ○○
 午後4:00~7:00 ○○
 休診日 火・木・土曜午後、日曜・祝日
 東灘区甲南町4-9-20
 ☎(078)441-7100
 FAX(078)441-7101

便秘解消は **薬** 決め手
 ハーブで自然なお通じ
 植物性便秘薬
エバシェリン「顆粒」
 ハーブ100% 添加物ゼロ
神戸エバース東灘薬店
 神戸市東灘区甲南町3-6-14
 ☎0120-41-9355

眼科やまなか医院
 予約優先 日帰り白内障手術センター併設
 診察時間 月火水木金土日祝
 9:30~12:30 ○○
 15:00~18:30 ○○
 ☎(078)841-4113
 https://www.doc-yamanakas-ec.com/mikage/
 御影コンタクトレンズセンター 併設

医療法人社団
山中眼科クリニック
 診療時間 月火水木金土日祝
 10:00~13:00 ○○
 15:30~19:00 ○○
 ☎FAX(078)851-9778
 https://www.doc-yamanakas-ec.com/

5 西岡本 西岡本クラブ 【会長】伊藤 誉雄 【主な活動】 グラウンドゴルフ(本山第二小学校で毎週日曜日10時30分~11時30分/年会費2,000円)、カラオケ(本山西地域福祉センターで毎月1回13時30分~16時/クラブ会員参加費200円)、野寄公園の清掃(毎月第三日曜日9時~10時)	6 田中町 田中クラブ 【会長】白石 郁子 【主な活動】 健康吹き矢、マージャン、グラウンドゴルフ、輪投げ、おしゃべり会、公園清掃
35 田中町 本山センチュリークラブ 【会長】久保 良治 【主な活動】 歩く会、社会奉仕、出前講座、社会見学(美術館・工場他見学)、手芸教室、音楽会(昔の歌)、ダンス教室、麻雀教室、映画会茶話会、お花見、敬老の集い、新春の集い、会員宅訪問、グラウンドゴルフ、輪投げ、日帰り旅行	26 魚崎北町 魚崎親交会 【会長】佐藤 信久男 【主な活動】 ①グラウンドゴルフ(毎週月・火・木) ②脳トレ麻雀(毎週水・木) ③太極拳(毎週土) ④社会奉仕活動(月1回) 川井公園バス停付近清掃 ⑤毎月会報発行 見守りを兼ね会員宅訪問配布 ⑥年1回食事会
1 魚崎中町 魚崎寿会 【会長】藤井 福枝 【主な活動】 月1回の輪投げ、週2回のグラウンドゴルフ、年5~6回のセミナー(ヤクルト他)、カラオケ、お楽しみ会(予定)	3 魚崎中町 魚崎つるかめ会 【会長】玉谷 雅則 【主な活動】 グラウンドゴルフ(毎週火・木曜日/横屋グラウンドにて第1火曜日に大会をいたします)、カラオケ(毎月第1または第3月曜午前9~10時/横屋館)、ポッチャの練習(毎月1~2回/横屋会館)、舞踊の練習(毎月1~2回/魚崎会館)
31 魚崎南町 魚崎南3クラブ 【会長】濱田 義則 【主な活動】 お楽しみ会(年2回/魚崎会館/落語・プロ歌手・映画)、美化・緑化活動(第3日曜日/8時~8時30分/43号線南側3丁目)、ラジオ体操(毎週金曜日/10時~10時15分/五百地公園)、グラウンドゴルフ(毎週水曜日/8時~9時30分/浜公園)、輪投げ(毎週土曜日/8時~9時/浜公園)、カラオケ(第2・4土曜日/13時~16時/魚崎会館・南福祉センター)、ウォーキング(年2回/六甲アイランド)	34 魚崎南町 魚崎郷四丁目OB会 【会長】森松 リキ子 【主な活動】 お誕生会(年3回)、高齢者見守り訪問、健康講座、フレイル予防体操、地域子育て支援秋まつりゲーム大会、みんなのつどいお食事会、クリスマス会、ひな祭り会、ボランティア活動、公園清掃、清流プラザ管理当番、地域社会奉仕、福祉友愛シルバー介助
38 魚崎南町 魚崎セブクラブ 【会長】瀧内 輝夫 【主な活動】 国道43号線(当魚崎南町7丁目地域内)側道の清掃活動(月2回実施)及び7丁目広場の芝刈り等整備作業(年適時)、輪投げ大会(当地域)の開催(年2~3回)、グラウンドゴルフ・輪投げ・モルックの練習(各週1回)、「魚崎セブクラブだより」(広報紙的なもの)の発行(全会員に毎月1回配布)、「まち歩き会」として近隣各所等散策(適時)、お花見会(桜・梅)、ラジオ体操(夏休み一定期間)、年末特別警戒(年末2日間)及び小学校児童登校見守り(年間登校日)等の実施	39 魚崎南町 魚崎南8親睦会 【会長】中村 陽洋 【主な活動】 グラウンドゴルフ(年4回) ウォーキング(年2回)、輪投げ(区老連以外)(月1回)、懇親会(年1回)
32 魚崎西町 魚崎川西豊友会 【会長】森本 和也 【主な活動】 カラオケ、歌おう会、輪投げ、公園清掃、グラウンドゴルフ(毎月)、うたの会、喫茶の会	23 本山北町 本山クラブ 【会長】前田 邦夫 【主な活動】 会員交流会(月1回:体操・脳トレゲーム・工作etc)、毎週1回小学校下校見守り、毎月1回清掃、歴史散策、輪投げ、囲碁活動
30 本山南町 本山南町喜楽会 【会長】吉田 叡子 【主な活動】 グラウンドゴルフ、麻雀、カラオケ、大正琴	9 北青木 西青木クラブ 【会長】國川 洋子 【主な活動】 カラオケ、お誕生日会、輪投げ、ゲートボール
18 北青木 前田町さつき会 【会長】溝端 一美 【主な活動】 《レクリエーション》グラウンドゴルフ、きらく部(ゲーム、唄、クイズ、カラオケ等)、健康麻雀 《地域活動》児童の登校時の声掛け・見守り、福祉センターの清掃	45 森北町 森クラブ 【会長】宗重 正幸 【主な活動】 囲碁・将棋部、カラオケ部、ノートル麻雀部、グラウンドゴルフ部の4つの部活が中心。区老連主催の囲碁大会、ウォーキング、輪投げ、日帰り小旅行などに参加。他、もと3プラザ(本山第3小学校地域の各自治会・児童館・病院・医師会等)による地域活動への参加
8 深江北町 深江親交クラブ 【会長】川島 行男 【主な活動】 お誕生会(年3回)、高齢者見守り訪問、健康講座、フレイル予防体操、地域子育て支援秋まつりゲーム大会、みんなのつどいお食事会、クリスマス会、餅つき大会、ボランティア活動、公園清掃、清流プラザ管理当番、地域社会奉仕、福祉友愛シルバー介助	43 深江南町 深江南親交クラブ 【会長】植田 延生 【主な活動】 子どもたちの登下校見守り、各会員の方々の安否確認(不定期)、公園等掃除(南町3ヶ所:東・見附・磯島の各公園/月2回)、サークル活動(グラウンドゴルフ(週3回)、卓球・カラオケ・吹き矢・ダーツ(月2回)、輪投げ(休部中)、地域団体等との連携での行事への参加(ふれあいサロン、納涼まつり、餅つき)

東灘区シニアクラブ連合会は各単位クラブの活動の他に、連合会全体行事としてバスツアーやウォーキング、各種サークル活動などが行われています。また、地域の自治体や委員会とも連携・協力をして、さまざまな東灘区内の行事に参加しています。

東灘区シニアクラブへの入会は、おおむね55歳以上の方が対象です。お住まいの地域で活動するクラブをご存知であれば、クラブの会長へ直接お問い合わせください。心当たりがなければ、東灘区地域協働課へお問い合わせください。お住まいの地域やご希望の活動に合わせてクラブをご紹介します。

入会等に関するお問い合わせは
各単位クラブ会長、もしくは

東灘区役所4階
地域協働課シニアクラブ担当
電話:078-841-4131(代表)
FAX:078-811-4901



まで

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

 <p>たけのの歯科</p> <table border="1"> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> <th>日祝</th> </tr> <tr> <td>10:00~13:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>15:00~19:00</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>●</td> <td>○</td> </tr> </table> <p>※(土)15:00~17:00 東灘区住吉本町2-13-16-2F (JR東海道本線「住吉駅」より徒歩1分) TEL(078)858-7570</p>	診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝	10:00~13:00	●	●	●	●	●	●	○	15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	○	 <p>いけだ歯科</p> <table border="1"> <tr> <th>診療時間</th> <th>月</th> <th>火</th> <th>水</th> <th>木</th> <th>金</th> <th>土</th> </tr> <tr> <td>9:00~13:30</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> </tr> <tr> <td>15:00~18:30</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>○</td> <td>△</td> <td>△</td> <td>△</td> </tr> </table> <p>休診日 日曜・祝日 △17:30まで 東灘区住吉宮町5-1-31 阪神住吉駅 スグ 阪神住吉郵便局 裏 JR住吉駅から徒歩約10分 ☎078-822-0280</p>	診療時間	月	火	水	木	金	土	9:00~13:30	○	○	○	○	○	○	15:00~18:30	○	○	○	△	△	△	 <p>目指ろ58020/ 歯の健康を保つコツ</p> <p>虫歯を放置せずに 治療しましょう</p> 	<p>入れ歯のお手入れを 忘れずに行いましょう</p> <p>★毎食後にはずし、専用のブラシで汚れを落とす。 ★就寝時にはずし、翌朝はよく洗浄してから装着する。 ★乾燥を避けるため、保存容器の中に水を浸して保管する。 ★歯科医で半年ごとに噛み合わせの調整をもらう。</p> 
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝																																									
10:00~13:00	●	●	●	●	●	●	○																																									
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	○																																									
診療時間	月	火	水	木	金	土																																										
9:00~13:30	○	○	○	○	○	○																																										
15:00~18:30	○	○	○	△	△	△																																										



絵手紙「柳家小さん」さん
上御影若菜会 阪西 明子



ゲネ写真「姥見合」
魚崎南3クラブ 濱田 義則
※2024年3月8日(金)、劇団
神戸リーディングシアター3
「姥見合」作・田辺聖子/会場:
神戸三宮シアター・エートー

文芸欄

俳句

◎上御影若菜会「紅梅会」

公園の小てまり芽吹き細き針

美恵子

春の空星座を語る夢ロマン

早智子

トンネル抜け桃花一面一両車

松子

木の芽吹く育つことのみ期待して

里子

山林に家を囲みて芽吹きだす

作品集



写真

前田町さつき会 藤井嘉源太

※この花はヒマラヤ山脈の中腹で20年に一度咲くと言われてワンちゃんに似ている幻の花です



写真

上御影若菜会

石田 幸俊



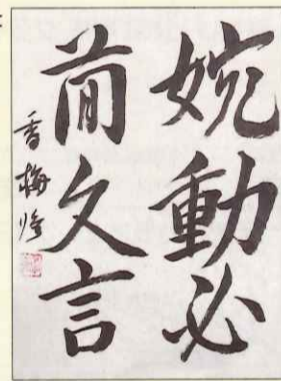
写真「古座和歌山」
中御影笑和会

小牧 英雄



ちぎり絵

上御影若菜会 石田 朋子



書

上御影若菜会 小山 悦子



魚崎親交会 佐藤せい子

子の笑顔ものの芽出でて忘れ録
比佐美
風霞急ぐ足元一歩づつ
日之差せば動き出さう春の山
助喜子
◎岡本クラブ「梅苑句会」
千穂子

◎御影つるかめ会 天井 紀子
あじさいや葉の上コロリ玉しづく
かきの列子供の声がひびき合う
◎住吉台楽寿会 奥山 清志
朝顔をあしらしき浴衣おびをしめ



◎深江親交クラブ 裕芳
卒寿になりもう一花は無理なのか
もう一花咲いて見ないかこの俺と
もう一度咲いて見たいが貴男では
アレのアレ使おう選手がうまくいき
アレのアレ微塵も無き立ち上り
アレのアレ余所ではうまくいかんのか
川柳
千穂子
光子
シヅ子
蝶蝶の生れ飛び交う春の庭

この度、令和6年能登半島地震に際し、心温まる義援金をお寄せいただき誠にありがとうございました。皆様のご厚志が十分に活かせるように図り、生活再建の一助となり、皆様のお気持ちが被災者の方々の大きな励みになるものと確信しております。感謝
東灘区シニアクラブ

■原稿募集■
◎募集作品
シニアクラブ活動記、随筆、文芸作品(俳句・川柳・短歌)、書道、写真、手芸や絵画等を広く募集しております。文章は市販の原稿用紙2枚(800字)程度。今まで投稿されたことのない方もどしどしお寄せください。
※単位クラブ名・氏名を必ず明記してください。
※文章の一部修正についてはご一任願います。
◎次号の発行月
2024年11月 (101号)
◎原稿締切
101号は9月10日
※102号(11月発行)の原稿締切は11月15日
◎投稿先
地域協働課へ直接か、単位クラブ会長を通じてお届けください。
〒658-8570
住吉東町5の2の1
東灘区役所地域協働課

編集後記

四方の峰芽立ちの中に、生みいづる100号という節目に同席し、広報部長として数年前より東灘区森松会長より伝言もあり、温めた案、各地シニアクラブ、会員増強、維持の重要性とは、絆を広め、声掛け、貴女を想う。声を一掛。まさに社会奉仕、友愛福祉、健康の三本柱。人生の重要な文素、人ありてこそ街が活々と呼々あがります。若人に年配の生き方、人生の結晶の一粒の重要性をここに在と、一花をめで、飾る日々の重さを、こころを、そそと咲かせたいと100号を発信しました。
お元気で共に楽しみましょう。
(広報部長 石田 朋子)

私たちは、東灘区シニアクラブ連合会の活動を応援しています

東灘区で相続税のご相談なら
ひがし神戸相続税理士・行政書士事務所
国道2号線沿い 東灘区役所徒歩7分
東灘区田中町4-2-5 坂根ビル2階
TEL: 078-452-1735



特別養護老人ホーム
ロングステージKOBEOB本
東灘区西岡本2-25-4-101
TEL(078)414-0789 FAX414-3663
ロングステージ御影
東灘区御影石町1-2-18
TEL(078)822-5620 FAX822-5621

介護付き有料老人ホーム
シニアスタイル神戸住吉
「その人らしい暮らし」の実現を...
東灘区住吉東町4-2-17
入居相談担当
☎0798-31-2781
https://senior-style.co.jp/

大川歯科医院
日本歯周病学会歯周病専門医
歯周病・インプラント・審美
ホワイトニング・小児・矯正治療
診療時間 月火水木金土日祝
9:30~13:00 ○○/○/○/○/○/○/○
14:30~18:00 ○○/○/○/○/○/○/○
※祝日がある週の木曜日は診療いたしません
※診察時間は予約制です。初診・急患の方は事前にご連絡下さい
東灘区岡本4-6-1
TEL(078)452-3910

リゾートトラストグループのシニアレジデンス
サービス付き高齢者向け住宅
トラストグレイス御影
資料請求、見学のお申込は
☎0120-701-300
(毎日受付 10:00~17:00)
トラストグレイス御影 検索

のだ整形外科クリニック
●診療科目 整形外科・リハビリテーション科
診療時間 月火水木金土日祝
午前8:45~12:15 ○○/○/○/○/○/○/○
午後3:00~6:00 ○○/○/○/○/○/○/○
休診日 水曜・日曜・祝日・土曜午後
東灘区住吉本町1-7-2 石橋ビル2F
☎(078)858-8208

