

支えあい 助けあい 通じあい とともに笑おう



岩岡神社秋季大祭

KOBEシニアクラブ

第119号

西区老連だより

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

発行
神戸市西区老人クラブ連合会

<事務所>
〒651-2295
神戸市西区糀台5丁目4-1
西区役所 地域協働課内
☎(078) 940-9501
発行人 近藤 豊宣

西区老人クラブ連合会の皆様には新春を健やかに迎えたいと心よりお慶び申し上げます。

昨年は、地域の皆さまのご理解、ご協力のもと、玉津庁舎がリニューアルオープンしました。1階には、玉津地域福祉センター、地

域活動を支援するカウンター、カフェコーナー、キッズスペースなどの交流スペース、4階には多目的ホール、活動ルーム、会議室、図書コーナーなどの活動スペースを設けております。お気軽にお越しください。

さて、今年も平成7年1月17日に発生した阪神・淡路大震災から30年を迎えます。区老連の皆様には、この節目に改めて、阪神・淡路大震災の経験や教訓を若い世代へ語り継いでいただければと思います。西区と

しても、引き続き地域の皆さまと力を合わせて防災力向上に努めて参ります。今年も地域の特性・良さを活かしながら、みどり太陽として笑顔あふれるまちとして、より魅力ある西区となるよう努めますので、お力添えをよろしくお願いたします。

末筆ながら、西区老人クラブ連合会のみますますのご発展ならびに会員の皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げ、新年のあいさつとさせていただきます。



新年のごあいさつ
西区長 豊永 太郎

新年明けましておめでとうございます。皆さま方には健やかに新春をお迎えになられたこと心よりお喜び申し上げます。

平素は西区老人クラブ連合会の諸事業推進に対し、格別のご理解とご協力を賜っておりますことに深く感謝申し上げます。

さて、2025年を迎え、背景となる「少子高齢化」が急激に進むことが懸念されます。特に「団塊の世代」が75歳以上となり、国民の約5人に1人が後期高齢者、約3人に1人が65歳以上の高齢者という超高齢社会を迎えることとなります。

このような状況を考えるとき、あらためて人と人とのつながりを大切に、生きがいのある自分らしい暮らしを大切にしたい人間関係の醸成が求められます。

老人クラブが目指す「健康・友愛・奉仕」の理念のもとに健康に留意し、地域の中心となって、支え合う仲間と、若い世代を巻き込んで、生きがいのある環境

つくりを、積極的に進めていく役割が重要です。

区老連では、今後の取り組みとして、友愛活動の重視、情報化社会への適用、組織強化のための会員増強、地域活動への参画、特殊詐欺被害の防止等、各連絡協議会との連携を密にし、その環境に適したさまざまな事業に取り組みんでまいります。

終わりに、会員の皆さま方には、本年も区老連事業へのご支援とご協力をお願いいたしますとともに、皆さまのご健勝とご多幸を心より祈念申し上げます。



新年のごあいさつ
西区老人クラブ連合会
会長 近藤 豊宣



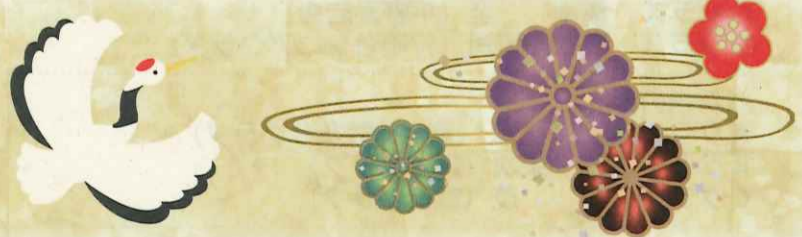
あけましておめでとう
あけましておめでとう
あけましておめでとう

2025

西区老連
行事予定
1月~3月

2/16(日) 令和6年度リーダー研修大会
(西区文化センター大ホール)

3/月上旬 区老連歩こう会(農業公園)



第40回趣味の集い



10月20日(日)、西区文化センター2階なでしこホールにて「第40回趣味の集い」が開催され、総勢56組の出演者がカラオケやコーラス、詩吟、民謡などで舞台を華やかに彩りました。

1階多目的ホールでは作品展が行われ、多くの作品が展覧されていました。

令和6年度秋季西区ボッチャ大会

令和6年10月4日(金)12時より秋季ボッチャ大会を開催しました。参加者数240名(65チーム)と前回を上回るその数にスタッフも驚き、会場内は熱気でムンムン状態。



西体育館指定の駐車場も11時半で満杯。駐車できない方は近隣で駐車スペースを探さざるを得ませんでした。



名引スポーツ部長、近藤会長に続き、西区長と神戸シニアクラブ来賓のあいさつの後、前回優勝者の開会宣言で試合開始。

西区役所、神戸シニアクラブの方々も参加をいただきました。

屋外でのスポーツに参加できない方々が、屋内で気軽に参加できるメリットを求められ、参加者数が大幅に増加したと考えられます。

当日は大いに楽しめられたと思いますが、これ以上の参加者があれば、どのように対応するか主催者の嬉しい悩みです。

(西区老連 普及部 藤田)

◆試合結果

コート名	優勝チーム名		
A1	東寿楽会 A	D1	春日台クラブ B
A2	イキイキ天が岡 A	D2	春日台クラブ C
B1	東寿楽会 C	E1	狩場台シニアクラブ A
B2	樫の木会 A	E2	月が丘むつみ会 A
C1	井吹台東 A	F1	月が丘むつみ会 B
C2	竹の台・恵友会	F2	日輪寺あすなる会 B
		G1	日輪寺あすなる会 C

第72回 囲碁将棋大会

11月23日(出)西区玉津庁舎4階たまつホールにて、西区老連主催の第72回囲碁将棋大会が開催され、囲碁に52人・将棋に19人参加されました。



競技方法はともに5回対戦し、勝者の合計勝ち点で順位を決定するものです。

対戦時は、碁盤の上の碁石と駒を真剣な眼差しで見て考えられている姿を拝見しますと、囲碁将棋は脳をよく使う競技で認知症予防に最適であると言われることも理解できます。

対局後はお互いに健闘をたたえて終局していたのが印象に残っています。



< 囲碁の部 >

- A1 クラス 吉田 義明 (狩場台シニアクラブ)
- A2 クラス 井尻 栄治 (狩場台シニアクラブ)
- B クラス 安井 勝 (月が丘むつみ会)
- C クラス 橋本 至 (平野愛宕会)
- D クラス 藤本 博司 (狩場台シニアクラブ)

< 将棋の部 >

- A クラス 松野 昌彦 (第2美賀多台クラブ)
- B クラス 堀口 栄次 (富士クラブ)
- C クラス 熊岡 茂 (富士クラブ)

西区 親睦旅行に参加して

12月3日(火)、西区親睦旅行に参加。午前7時30分よりバス5台、各地区より分散し乗車。宝塚北サービスエリアに集合し、京都に向け出発。



最初の到着地は、西本願寺向いの京つけもの「西利」本店、到着順に下車し店内へ。

参加者186人で店内は満杯で、レジの順番待ちは10分余り、各自お土産を買い満足な表情が見られました。

次は洛北金閣寺より北側にある「しょうざんリゾート京都」。会員制リゾートホテル、料亭、工芸館ほか、各種の設備の整う静かなリゾート施設です。京料理で昼食後、日本庭園に入園。手入れされた高さ10mを越える北山杉、紅葉は赤一色で落葉もなく満開で思わずカメラを向けたくなる絶景でした。

最後の場所は宇治平等院、30台入るバス駐車場は満杯。鳳凰堂への入場待ち時間は1時間で、残念ながら入場できませんでした。観客を見ると外国人は1割余、修学旅行の高校生が3割くらいで、オーバーツーリズムがこれかと感じました。

午後5時過ぎに西区に無事帰着。暖かい一日旅行は皆さまの普段の精進のたまものだと感じました。(岩岡老人クラブ 敦見)





第45回 西区老連輪投げ大会

11月21日(木)西体育館にて、輪投げ大会が開催されました。

名引スポーツ部部长さまのあいさつの後、いきいき体操を行いゲーム開始となりました。

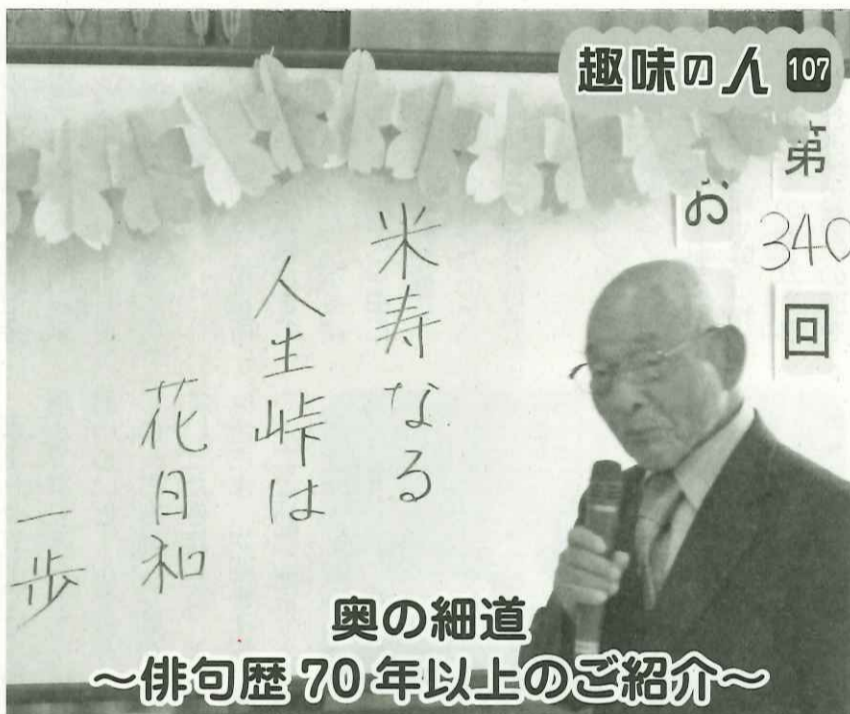
244人の参加者で、3回の投げ競技での合計点数で競い合い、とても高齢者とは思えない若々しい投げ方の人、特に女性の方の好成績が目立っていました。競技中は、楽しく、輪が点数に入った時には拍手で賑やかなひと時でした。

ゲーム終了後の片付けは、役員以外の選手の人も手伝っていただき、早く終了し、表彰式となりました。



入賞者の方々

優勝者は、男性の部は押部谷の宮川公さまで82点、女性の部は西神美春の中尾幸子さまで80点でした。役員の皆さま、お世話になりました。選手の方々もお疲れさまでした。(玉津寿楽会 広報 人見)



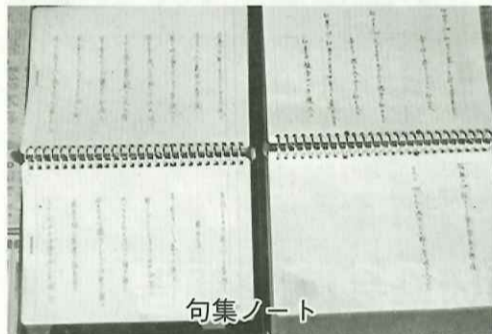
趣味の人 107

第340回

奥の細道 ~俳句歴70年以上のご紹介~

一歩さんです。大正生まれの現在90歳を超えておられる人です。

15年ほど前に地区の民生委員が主催する「おもと会」(給食会)で親しく言葉がわすようになり、「奥の細道」を歩いていること、俳句を趣味にしていることなどを知りました。この度、原稿依頼があり、家族の方に資料などの提出をお願いしたところ、快くご協力をしていただきました。ご持参いただいたノート(俳句集)を見てみると、なんと、昭和24年が最初の俳句でした。以来、ずっと俳句をその時々々の時代、風景、心の中(表現は難しいですが)、などを詠んでお



句集ノート

られ、その「句」は優に1万句をはるかに超えています。その中から、おもと会で披露された俳句は次のとおりです。
・豆飯のほどよき味の塩加減
・糸菊の糸千本の乱れなし

思えば、一歩さんが退職されてから「奥の細道」を1日1万歩を目標に歩いているところを私も何度かお会いして、「マムシを捕まえた」と木切に巻きつけていたり、稲の刈り取りの後の「ひつじ」が出てきたとか、今年「うぐいす」の声が遅いなどと会話したことを思い出しました。その俳句は次のとおりです。

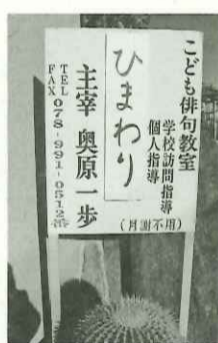
杜鵑鳴くや夜明けの月淡し
つまづいて振り向く石の
枯野道

一歩さんは、高齢のため介護施設で過ごされていましたが、昨年11月17日に98年と7カ月の生涯を閉じられました。ご冥福をお祈りいたします。

(榎谷長寿会 垂井友陽)



奥の細道



われら生き生きクラブ

学園輪投げクラブ



太山寺・学園老人クラブ連絡協議会の「倶楽部の今」

先日、西区老連主催第45回「輪投げ大会」に我がクラブ、学園長寿会が参加し、女子の部で11位に入賞を致しました。頑張りましたね。過去を振り返れば、優勝入賞は多々あり、先輩方の活躍を誇らしく懐かしく思い出されます。

最近では、いずれの大会も終わった後で「練習は成績がいいのにどうして本番に弱いんだろ」の嘆き節、それでも90歳台の会員から「もっと練習あるのみ、次回優勝を…」の言葉は明日からの励みになります。

今、新種目のポッチャ大会が盛り上がりを見せ、我々クラブも競技が合っているのか成績もそこそこ楽しんで参加しています。難しい競技ではなく新人の方も慣れるのが早いようです。

最近、全国的にクラブ会員の減少が著しく「やってみよう、参加してみよう」を合言葉に、まずはクラブ参加にお誘いしてみよう。いつか会員増に繋がればクラブ競技もより楽しくなりますね。

(広報部 水谷 勝)



優勝 棚岡香代子

2位 藤岡 茂

3位 中橋 照夫

令和6年11月14日(休)、神戸市西区の唐熊公園で参加者164人でした。休憩をしながら8ホール4回のゲームでした。朝から晴天に恵まれ末長会長のあいさつの後、高齢者表彰をして、体操を行いゲーム開始となりました。

優勝者は、今津寿楽会の棚岡香代子さまでスコアは69打4本のホールインワンでした。2位は出合長寿会の藤岡茂さまで、3位は同じく出合長寿会の中橋照夫さまでした。怪我もなく終了しました。楽しい一日でした。

(広報 人見)



玉津寿楽会

第59回 玉津寿楽会 グラウンド・ゴルフ大会

令和6年9月5日(休)、初めての玉津寿楽会女性部研修会を計画し実施致しました。内容は神戸市役所市会議事堂見学と、人と防災未来センター見学、ポートタワー見学をし、萬寿殿での昼食の内容でした。



市会議事堂では、市役所の担当者とし会議員さまの説明を受けました。本会議が休みでしたので自由に席に座り記念写真を撮り、初めての立入でしたので、ビックリすることばかりでした。

(女性部 部長 中尾)



玉津寿楽会

女性部の研修会 実施報告

人と防災未来センターでは、西館、東館とゾーン別になっていて、それぞれ災害があった写真や展示物、スクリーンでの紹介があり、阪神淡路大震災の時を



先生(?)

「ポン」「チー」と元気な声とともに大きな笑い声も聞こえてきます。近年、頭脳トレーニングにもなるト、あちらこちらの老人クラブで麻雀サークルが盛んになってきています。当榎の木会は20年前にサークルを立ち上げ現在に至っています。メンバーはベテランばかりなので、麻雀牌を触ったこともない会員から「私たちでも参加できる初心者向けのサークルを！」との声上がり、3年前に新たに発足しました。

まず牌の種類や麻雀用語の説明、アガリの形やリーチのかけ方、その他諸々。役の理解などはまだまだ…。先生(?)は付きっ

「役」も徐々に覚え上達してきたメンバーもいますが、ベテラン組には入る気はなく、こののんびりとした笑いの絶えないサークルが大好きと「リーチ」「ロン」を目指して楽しんでいきます。

榎の木会 会長 馬場萬知子



西神NT 老人クラブ

新たに発足『初心者向け麻雀サークル』



歯抜け状態の牌

きりで指導。「チョンボ」も続出など、どうなることかと不安のスタートでしたが「楽しくランプのゲーム感覚でいこう！」で、楽しいそんな雰囲気「ロミ」で伝わりメンバーも10名近くになっていきます。

ベテラン組のメンバーは「牌が歯抜けになって並んで」と茶化しますが、プレイヤーは「分けといた方がよく分かるから」と聞く耳を持っていないようです。

岩岡老人
クラブ

「世界遺産・高野山奥の院めぐりと
慈尊院参拝の旅」



昨年(令和5年度)は新型コロナウイルス感染症の影響で中止になっていた、1泊2日のバス旅行を3年ぶりに復活させましたが、今年は会員や役員の意向を踏まえ、日帰り旅行を実施することになりました。

去る10月7日、世界遺産・高野山奥の院めぐりと慈尊院(弘法大師のお母様が祀られている寺)参拝の旅と題して実施をしました。

参加者は42人で、午前7時30分に岩岡を出発しました。まず最初に向かったのは慈尊院です。弘仁7年(816年)に弘法大師が高野山開山のために雨引山麓に政所(寺務所)として建立された古刹です。「我

が子が開いている山を一目見たい」と弘法大師の御母公が香川県善通寺より訪ねてこられました。高野山は女人禁制であったため、弘法大師の元には行くことができません。この慈尊院で暮らされたそうです。

慈尊院に到着し、境内を見学しながら本堂に向かいました。本堂では住職からビデオで慈尊院のわかりやすい説明と、1988年から約20年間住みついた「ゴン」という名の案内犬の工ピノードが紹介されました。

ゴンという名は、鐘の音を好んでいたことから名づけられ、弘法大師時代にいたとされる案内犬の再来かと言われています。

奥の院の入り口となる一の橋から参道を通り、神妙な面持ちで奥の院を参拝し、皆さん疲れも見せず無事バスの駐車場に到着しました。

当日の天気予報は一日中雨模様でしたが、出発時から高野山参拝を終える時までには足運びました。バスを降りてから奥の院までの往復に徒歩で約1時間半はかかると聞いていましたが、ガイドさん(顔も声もタレントの故やしきたかじんさん似)の巧みなユーモアのある説明と、目の前に広がる諸大名や著名人の墓石群、供養塔、慰霊塔などの数々が樹齢数百年の杉木立の中に並んでいる様相に圧倒され続け、時間の経つを忘れるほどでした。



慈尊院 山門



高野山案内犬「ゴン」の碑



慈尊院 多宝塔



西神南
シニアクラブ
1時間の感動

令和6年12月6日(金)、11時より西神南住宅集会所において「入場無料」のクリスマスコンサートが開かれ、約30人が楽しい時間を過ごしました。

はじめに、プロのフルート奏者下田幹さん、ヴァイオリン奏者で甲南大学オーケストラ部の森川開さん、チェロ奏者で甲南大学オーケストラ部の森田梨央さんの奏者3人の紹介がされました。

下田さんが進行役を兼ね、巧みな話術で次々と曲

の説明と笑いを織り交ぜながら進めていきました。クリスマスコンサートなので、クリスマスソングを中心に童謡、シャンソンメドレー、昭和歌謡曲などを演奏。曲と曲の間には参加者との合唱もありました。間近で生の演奏を鑑賞することができたのは、この上もない贅沢で幸せな気分でした。またフルート、ヴァイオリンのすこく透き通ったような音色には心が洗われるような思いがしました。



あつという間に1時間が経ち、最後に絶大な拍手で終わりました。機会があればまた参加したいものです。(広報 角野)

12月9日(月)、好天のもと8時30分から井吹台東公園において、西神南シニアクラブ協議会のグラウンドゴルフ大会が、2019年以来5年ぶりに開催されました。

新型コロナウイルス感染症が猛威をふるう中、感染防止のため「密を避ける」ことから開催を中断していましたが、下火になったこともあり、井吹台西町・東町のシニアクラブ会員の親睦を兼ねて開催にこぎつけました。

井吹台西町からは好友会ときらくクラブから33人、東町からはグラウンドゴルフ部とふれあい協議会から32人の計65人の方が参加されました。

開会式で延平会長から「5年ぶりに開催することができて、うれしく思っています。楽しんでプレーしましょう」とのあいさつがあり、そのあと競技要領の説明後、先行組が8ホールに分かれてプレーを開始しました。

打順は固定式で、時間短縮を図るため5打で打ち止めの取り決めをし、先行、後行に分けて8ホール2ラウンドのトータルスコアで順位を決めました。

西町の方は慣れないグラウンドで思い通りの



2位:37 優勝:36 3位:38

◆大会結果(敬称略)

- 優勝 山脇 克義 (井吹台東シニアクラブ)
- 2位 平間 清明 (井吹台東シニアクラブ)
- 3位 真鍋 信雄 (井吹台西町好友会)

(広報 平間)



西神南
シニアクラブ
令和6年度「シニアの集い」を開催

敬老の日に合わせて毎年恒例になっている「シニアの集い」が9月17日(火)、西神南のセリオホールで会員55人の参加で開催されました。村田会長のあいさつの中で当シニアクラブの今後の行事予定が紹介され、会員の積極的な参加を呼びか

けることともに、会員増強の上から身近な人への勧誘を参加者をお願いしました。

続いて神戸西警察署交通課の上本さんより「交通安全と特殊詐欺防止」についての講演がありました。交通事故について昨年は過去

最少の死者数でしたが、高齢者の事故はそれほど減っていないとのこと。自宅から半径500mくらいの所での事故が多く、いつもの道でも「止まる、見る、待つ」の意識を徹底してほしいとの要請がありました。

また特殊詐欺も連日ニュースになっていて、還付金詐欺、投資詐欺等に騙される人が後を絶たないとのこと。電話で現金が支給されることは絶対にならないとの注意喚起がされました。

次に西区役所健康福祉課の福島さんが「地域で一緒に暮らすため」と題して、フレイル予防に対する取り組み方をプロジェクターを使用して丁寧に説明してく

れ、さらに浅井さんが認知症予防に繋がる「後出しジャンケン」を紹介してくれました。「10回勝つ」「10回負ける」の2種類で、講師が「後出しジャンケン、グー」と言ったら「パー」を出すと勝ちますが、「負ける」となると「後出しジャンケン、グー」に対して「チョキ」を出さないと負けにならず、「ジャンケンは勝つ」という固定観念があるのが皆さん苦笑しながら対応されていました。試しに一度やってみてはいかがでしょう?

今年も高齢者の健康維持・増進につながる意識付けができ、有意義な集いとなりました。(広報 平間)



西神南
シニアクラブ
令和6年度
グラウンドゴルフ大会を
5年ぶりに開催!

スコアが出せなかったようです。それでも西町、東町合わせて15人の方が、ホールインワンを達成して、お互いのレベルの高さを認識いたしました。

表彰では、優勝から5位までの入賞および20位までの飛び賞、BB賞とホールインワン達成者、さらには「ラッキー賞」を30人抽選して豪華な賞品が授与されました。最後に井吹台東シニアクラブ村田会長のあいさつの後、閉会となりました。来年は西町の谷口公園での開催となる予定です。(広報 平間)



ぶらり散歩で西区を紹介

郷土の名所めぐり

その②

岩岡神社



1682(天和2)年、神出荘(神出神社)から大岩を迎え氏神として祭ったことに始まり、1693(元禄6)年3月に本殿・幣殿・拜殿を建立し、姫路の廣峯神社より八雲山牛頭天王(素盞鳴尊の別名)の分

霊を勧請した。明石藩主松平若狭守直明は、越前大野の国主より明石城主となり、岩岡一帯の荒廃を憂い開拓に尽くされ、岩岡興隆の基礎を築いた。住民はその遺徳をしのび正建神霊(神号)として合祀した。

そのため、社殿の屋根瓦に牛頭天王の紋と松平直明公の紋がある。1847(弘化4)年、明石城主松平家より青銅製灯籠2基が奉納される。

1721(享保6)年、本殿・幣殿・拜殿の三殿を改築し、明治7年2月、郷社となる。現在の幣殿・拜殿は昭和13年4月に改築、本殿は平成11年3月に改築される。

岩岡町と神出町の西部を氏子とし、春祭りには相撲が奉納され、秋の大祭には天狗(はな)が現れ、神輿、お先太鼓、各地区から7台のふとん太鼓が木遣りに合わせて宮入りし、その威勢のよさを競い合います。秋季大祭にあたり、近年の少子高齢化による乗り子、担ぎ手の不足です。ふとん太鼓1台に必要な担ぎ手は60〜70名。人材確保により、従前の伝統を守っていきたいものです。翁の面(豊宮)

地下深くに翁の面が祭られている。豊宮さん(豊年の神様)としてあがめられ、干ばつがひどく、一村が危急存亡に瀕した時には、地中より取り出され、お祭りを雨乞いをした。この翁の面には次のような伝説がある。昔、越前大野に山藤五郎という能太夫があった。なんとが能の名手になりたいと断食して、伊勢に参宮した。その帰途、宮川のほとりに出ると川上から翁の面が流れてくるので拾い上げてみると、誠に名作の面である。ところが顎が無い。翌年同じく参宮しての帰り、宮川を渡るとき流れよるものを取り上げると翁の面の顎の部分である。持ち帰って去年拾った面と合わすとぴったりと合った。太夫は非常に感銘して大切にしまっておいた。その後、太夫は大変貧しくなり、その面を越前屋という質屋に預けた。すると間もなく越前屋には怪しいことが多く起こり、時には電光が光り、家が震動した。主人はただ事ではないと思い、その面を太夫に返そうとしたが、その時には太夫の家が絶えてしまっていたので、当時の領主松平家に差し上げた。松平直明が明石城に移るとともに、翁の面も明石城

良(東北)の櫓に移された。廃藩後、直明を祭るこの神社に納められたのである。

以来、干ばつの際に取り出されると大いに雨が降ったという。享保15年の明石早越の時、野口政之丞という人がこの面を掛けて舞ったところ、日数7日にして洪水があったと伝えられている。これを面掛けの神事と言っている。(祝講員 敦見 敏明)

原稿募集

皆さまの文芸作品や随筆を「西区老連だより」にお寄せください。600字までの原稿をお願いします。また原稿の採用、内容の一部修正等についてはご一任願います。

【投稿先】所属協議会の担当広報部員へ
または〒651-2295 神戸市西区糺台5丁目4-1
西区役所地域協働課 西区老連事務局まで

洗筆余話

家庭菜園と猛暑

わが家は、毎年畑の隅に夏野菜としてキュウリ、トマト、ナス、カボチャ他数本ずつを植えて、朝取り野菜の新鮮味を堪能しています。

まず土づくりは油かす、石灰を混ぜ耕します。石灰は消毒効果があり、市販のプランターには肥料が混ぜられており、そのまま植え付けできます。

土づくりが準備できれば各種野菜の苗の購入です。ホームセンターでは安価なものが出回っていますが、農村育ちの私は専門の種苗店で継木苗を購入し、植え付けをしています。理由は病気に強いからです。

5月初めに苗を本場に植え付け、着根までは毎日水掛けをします。着根すれば水掛けの量は減りますが、即効性のある化成肥料を根本にまきます。1カ月後には初物が収穫できます。7月中旬以降は毎日夕刻にタップリと水掛けをします。早朝の水掛けは午前10時以降には蒸発し、効果が薄れます。

収穫が2回を超えると、補肥として化成肥料を追加します。理由は最初の肥料の効果が落ち、果実の味が落ちるからです。プランターも収穫後に追肥すれば味落ちが減ります。

令和6年の夏場は連日猛暑。連日の水掛けのおかげで毎日おいしい野菜を頂きました。

(A)