

会報  
令和7年  
2月号  
(毎月10日発行)  
No. 520  
発行人 松木伸年



KOBEシニアクラブ



垂水区老人クラブ連合会

垂水

〒655-8570 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)

## 1月度理事会報告

1月10日(金)、1月度理事会を開催した。

### 1. 事前案件

- ①区役所保健福祉課長より「たるみSIOプロジェクト」発足の説明があり、脳出血予防に一日の塩分摂取量6グラムを目指し毎月17日を「塩分の日」としてイベントを行う。また希望クラブには学習会を開催し保健師を派遣する。申込期限4月10日
- ②区役所地域協働課橋本係長より年始の挨拶。
- ③社会福祉協議会より共同募金協力への謝辞と、レーベルシェフ菓子と缶バッジへの募金の協力依頼。
- ④WTS社：新春恵方三社詣の参加者A班65名10クラブ、B班129名11クラブ。3月13日福祉研修会の但馬方面催行の案内。申込受付2月度理事会

### 2. 会長挨拶

- (1) 県警からの要請で、特殊詐欺防止「国際電話利用契約の利用申込書」の各クラブ会員への配布枚数を区老連新年交歓会時に報告して欲しい。
- (2) 垂水警察管内で今年に入り既に6件の特殊詐欺事件が発生し、警察は対策に力を入れている。
- (3) 2025年は震災後30年、昭和100年、戦後80年、55年ぶりの大阪万博や昭和25年生まれの団塊世代が後期高齢者となる等、節目の年。新年度に向けて事業計画の策定に取り組んでいる。

### 3. 協議・報告事項

- (1) 新年度4月以降の区老連行事予定表は2月初旬に案内の予定。
- (2) 新年交歓会の費用について、舞子ビラと交渉の結果、室料及び飲み放題の値引きと料理の提供をバイキング方式への変更により当初見積80万を昨年並みの67万円に減額できた。
- (3) 新年交歓会の参加者は来賓22名、会員45名の総勢67名の予定。座席配置は資料のとおり。式次第及び演目(カラオケ、マジックショー、ビンゴゲーム)の説明と、当日の準備運営の役割分担について資料に基づき確認を行った。
- (4) 交通安全研修会には各クラブ2名以上参加すること。40名程度の動員を想定。

(北山)

## 当面の行事予定

2月

|    |   |   |         |             |       |
|----|---|---|---------|-------------|-------|
| 4  | 火 | 区 | 総合部会    | 区役所 301 会議室 | 13:30 |
| 6  | 木 | 市 | 福祉研修会   | 神戸文化ホール     | 14:00 |
| 7  | 金 | 区 | 理事会     | 区役所 302 会議室 | 13:30 |
| 14 | 金 | 市 | 健康増進研修会 | みなとがわホール    |       |

3月

|    |   |   |         |             |       |
|----|---|---|---------|-------------|-------|
| 4  | 火 | 区 | 総合部会    | 区役所 301 会議室 | 13:30 |
| 7  | 金 | 区 | 交通安全研修会 | 区役所大会議室     | 13:00 |
| 7  | 金 | 区 | 理事会     | 区役所大会議室     | 14:00 |
| 13 | 木 | 区 | 福祉研修会   | 但馬方面        |       |

## 新春恵方三社詣

矢元台むつみ会 会長 村上 榮一

令和7年1月8日(水)、今年の縁起の恵方“西南西”の播磨の国へ「新春恵方三社詣」日帰り旅行にA班がバス2台、10クラブ65名が参加しました。

第二神明道路を西に進み明石SAで1号車と2号車が合流して、最初のお詣り先「高砂神社」に到着しました。高砂神社は相生の松で有名、能・謡曲の高砂の舞台の一つとも言われ、一行は「金運と夫婦円満」のご利益を授かりました。

二社目は姫路バイパスを経て播磨国総神社「射楯兵主神社」を参拝しました。

昼食は“ホテルサンシャイン青山”にて、松木会長の乾杯音頭で会席風料理「官兵衛プラン」を食し、各テーブルで和やかな雰囲気です。

三社目はたつの市の「神戸神社」を訪れ、別名大黒様と呼ばれて人と人、人と社会、人と幸福のさまざまな「縁」を結ぶと崇められています。

最後は旅の楽しみ、お土産の買い物に“道の駅みつ”を訪れました。海に面した場所で海産物も豊富で、野菜等もあり選ぶのに困るほどでした。ワールドツアーシステム(株)からは縁起の“巳の土鈴”とお神酒を頂きお土産が増えました。参加者一同、本年一年の無病息災を祈り無事に家路に着きました。

今回は区老連として初めての試みで行先を二方面に分散し、三社目のお詣り先をA班は神戸神社で8日、B班は松帆神社で15日に催行されました。



## 3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)
  - ※桃山台クラブ(※責任クラブ)、つつじが丘シニアクラブ(次回) ※つつじが丘シニアクラブ、矢元台むつみ会
- ☆配布日 3月7日(金) 10時~11時30分(次回) 4月9日(水) 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)の引き出しに入れる
  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)



### 市老連 令和6年度 輪投げ大会

スポーツ部会長 山本 寿

令和6年12月17日(火)神戸市立中央体育館において標記の大会が開催されました。

当日は選手327名、大会役員等44名、総勢371名の参加となりました。垂水区老連からは、45名(男性20名、女性25名)が参加しました。

開会式では、近藤理事長の開会挨拶、藤本大会運営副委員長の競技説明が行われ、女性委員会の指導による“いきいきクラブ体操”で体を解した後、競技に入りました。

選手の皆さん、今年最後の輪投げ大会ですので、9本の輪を集中熱投。1ゲーム毎のスコアに一喜一憂。そんな空気の中にも、他のクラブの方達との交流を深め、和やかな楽しい一日を過ごす事が出来ました。



#### 15位までの入賞者(垂水区老連関係) (敬称略)

- 男性の部 4位 溝口 敏晃(桃山台クラブ)
- 5位 安福 靖(西舞子友の会)
- 9位 小高 肇(桃山台クラブ)
- 12位 倉本 信男(狩ロシニア倶楽部)
- 14位 小林 孝(旭が丘悠悠クラブ)
- 15位 古池 治孝(旭が丘悠悠クラブ)

女性の部 4位 菱谷富美江(きずなクラブ)

参加された選手、役員の方お疲れさまでした。

### クラブ便り 日本舞踊練習中

狩ロシニア倶楽部 民踊部長 船越 文子

隣りと見合わせ笑いが止まらない人、唄いながら踊る人、等々普通では、ゆるされない光景!

「楽しいつどい」出演へ80才の手習いで喜びあっている6年になる民踊サークルです。人数も少しづつ増え、にぎやかに楽しんでます。

日本古来から伝わってる民踊、新民踊も取り入れ、親睦の輪作りです。

「和服の着付」が大変なので、気軽に洋服にて踊っています。

地域行事(文化祭、友愛食事会等)声が掛ければ依頼に応じ喜んで参加し楽しんでおります。

和服の着付けが出来るよう、少しでも興味を持って下さる様に願っています。

たまに大学生が実習に、先生と共に参加して下さい、仲間達全員いきいきしております。

踊りの輪が、だんだん大きくなる事を願ってます。



### 多聞寺「追儺式」

多聞台ときわ会 会長 北山 淳一

多聞台ときわ会の地元「多聞寺」にて、1月5日午後2時より「追儺式」が行われ、晴れの穏やかなお正月日和の中、地域内外から数百人が参集した。コロナ感染の影響により2021年に中断され、今回5年ぶりに再開された。

追儺式は僧侶の読経により始まり、大太鼓とホラ貝の合図で青、赤、茶褐色の面を着けた三匹の鬼が壇上に登場し境内に向かって塩をまきお祓いをした。

お祓いの後、槌や鉞、剣などを持って鬼が舞い、松明を振り翳し飛び跳ね床を踏み鳴らし走り回って両手を挙げ仁王立ちの場面は最大の見せ場。最後にソゴの木に紙花を付けた華を観衆に振り翳した。

追儺式の由来は、もともと中国の行事で日本では706年の文武天皇の時代に流行した疫病を追い払おうと、宮中で大晦日に行われたのが始まりとされ良鬼が疫鬼を払い疫病を除く儀式で現在の豆まきの原形とされている。



今回は餅まきを取り止めとされたため、三匹の鬼が境内に降りて、紅と白のそれぞれの餅を鬼から観衆に直接に手渡しされ、今年の無病息災を授かった。

多聞寺へはJR舞子駅又は地下鉄学園都市からバスで多聞寺前で下車徒歩1分。5月の連休前後には境内の心字池に5千本の燕子花が咲き、多くの人を訪れる。

### 市老連 令和6年度

### 秋季グラウンド・ゴルフ大会(団体戦)

スポーツ部会長 山本 寿

11月7日(木)しあわせの村「運動広場」において標記大会が開催されました。前日までは、晩秋の爽やかな好天の日が続いていましたが当日は、打って変わり、木枯らし1号の到来。寒い冷たい北風の吹く中での大会となりました。

来年度からは、市老連の大会も、春秋共個人戦となる為、今秋が最後の団体戦となります。

各区の代表(9区×4チーム)36チームで、3ゲームの熱戦を展開。須磨区の竜が台チームが見事優勝されました。

垂水区代表チームの成績

7位:つつじが丘シニアクラブ

15位:桃山台クラブ

20位:矢元台むつみ会

28位:西舞子友の会

来春の再会を楽しみに15時過ぎ閉会解散。お疲れさまでした。





# 俳句

(塩屋柏台パール句会)

悴むや明星潤みたる家路  
水島 章雄

医者通ひ一段落し年迎ふ  
梶尾 絹代

あるがまま生きて健やか去年今年  
小中 命子

床の間の青磁の香炉淑気かな  
加瀬 徳子

七坂の登り下りや淑気満つ  
角野桂治郎

播磨灘瑞雲浮かぶ初御空  
中山沙江子

いつもより多勢の句会淑気かな  
菅野 正彦

元旦や金粉の舞ふ一升瓶  
黒森 真理

仄暗き神殿の灯に淑気満つ  
島谷 祐次

ぐつぐつと踊って動いておでんの具  
瀧 千尋

ランドセルゆすり帰る子寒牡丹  
瀧 小夜子

時すでに動き出したる初明り  
立村 霜衣

(桃山台クラブ文芸部)

注連飾近くの枝に雀二羽  
田畑美恵子

黒き雲染めて暮れ行く師走空  
大上 昭敏



(五色山健寿会俳句部)

偕老の静かに拝む初日の出  
隅田 保代

静静と巫女の鈴音や初神楽  
藤井真美子

あたらしき朝の静寂初御空  
中田 邦子

静かなるものにふれしか寒椿  
増田 智子

青垣の静けさまとふ冬の菊  
蒲原 義博

(狩口シニア倶楽部)

煤逃げや図書館の椅子固かりき  
橋田 草徑

紅葉のこもれ日ぐり苔の庭  
春山 和久

師走など超特急でいつちまえ  
松本佐知子

姉妹会囃やされ語る木の葉髪  
小川芳養見

伴走の絆や白き息あひて  
木下 幸子

極月の洗濯日和もつと照れ  
吉俣 正光

かき雑炊息吹き夫婦仲もどる  
服部 豊康

除夜の鐘ここに生きると過疎の村  
佐藤 浩恵

窓ガラス映す冬空磨きけり  
佐伯サトミ

公園の菰巻き終えて冬支度  
長瀬 冴子

張り替えし障子に午後の日差入る  
富澤トモ子

# 川柳

(桃山台クラブ文芸部)

数の子が値を上げられず音をあげる 小高 肇

# 短歌

(桃山台クラブ文芸部)

頬撫でし秋風の吹く道端に  
堀江千生子

穂先を揺らし尾花群れ生う

(西舞子友の会)

西叡山萬山紅葉舞台映え  
近藤 恭正

千年たたずむ観世音なり





## 新卒の詐欺

多聞寿会 副会長 今岡 三枝子

ピンポーン！インターホンが鳴る。

出てみると、NTTを名乗る作業服姿の男性が「この地域一帯の工事完了につき、不用になったネットの接続機器を回収いたします」「???…」はて、工事なんか頼んだ覚えはないし、何を返却せよというのか？押し問答の末、ようやく撃退。よく似た内容の電話も幾度かあり、これまたしつこいこと。

一体目的はなんだろうか？息子によると、「ネット接続機器の交換を強引に契約させる、新卒の詐欺まがい業者」かもしれない、という。

相手が何を言ってるのか、よく理解できないままに、不安を煽る巧みな手口に騙されることも多いという。親しい友人の話。窮状を訴える息子（を名乗る人物）からの突然の電話に、やはりパニックになったという。

古着買い取り、貴金属買い取り、等は決して家に入れないこと、とはわかっている。投資詐欺に引っかかるほどのお金もないし、ロマンス詐欺に高齢者は縁がない(?)。(世間には何とお金持ちの多いことか)

しかしまあ、次から次へと新しい手口を巧妙に考えて来るものだなあ、と感心、してる場合でもないか…



## 風邪とヒートショックには

ご注意を！

五色山健寿会 会長 藤井 善弘

先日、歌手、女優として活躍された中山美穂さんが、風呂場での不慮の事故により亡くなりました。実は私も昨年1月26日、風呂場で三途の川を渡りかけました。その体験をお話したいと思います。

昨年1月中旬から風邪っぽい症状が出始めたにも拘らず、無理をして毎日出掛けておりました。そして26日、体がだるいな…と思いつつ、いつも通りかけ湯をして湯船に入った途端、意識を失ってしまったのです。幸いにも3時間後に意識が戻ったものの、身体に力が入らず動けません。一体何が起きたのか、自分でもさっぱり分からぬまま、何とか湯船から這い出しました。よく溺死しなかったものだと、いま思い出してもぞっとします。

後日、ケアマネージャーの勧めで脳検査を受けましたが、異常はありませんでした。何が原因だったのかと思っていたところ『地域支え合い推進委員情報誌(ニコニコはあと)』(2021年1・2・3月)に、「ヒートショックには一時的な脳虚血状態による意識消失がある」と書いてあるのを見つけました。脱衣場と風呂場を温めるのは勿論ですが、体調が悪い時は入浴を控えることも、冬期の入浴時におけるヒートショック防止に繋がるのかもしれない。

全ては患者様のために

特定医療法人 明仁会

**明舞中央病院**

◇内科 ◇消化器内科 ◇腎臓内科 ◇外科  
◇循環器内科 ◇呼吸器内科 ◇糖尿病内科  
◇消化器外科 ◇乳腺外科 ◇整形外科  
◇脳神経外科 ◇リハビリテーション科 ▲詳細はコチラ！



明石市松が丘 4-1-32 TEL:078-917-2020

心地よい毎日を皆様に

**Meiwakai**  
social welfare corporation  
社会福祉法人 明和会

SP スプリングテラス明舞

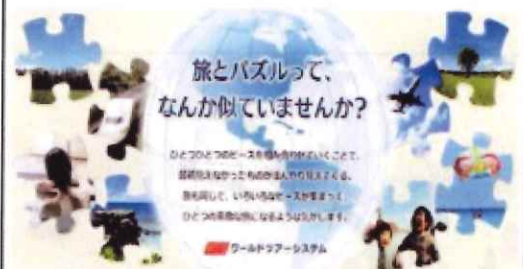
◇特別養護老人ホーム ◇ショートステイ  
◇デイサービス ◇ケアプランセンター ▲詳細はコチラ！



明石市松が丘 4-1-43 TEL:078-911-5151

旅のご相談は…

**WTS ワールドツアーシステム**



旅とパズルって、  
なんか似ていませんか？

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>