

会報
令和7年
3月号
(毎月10日発行)
No. 521
発行人 松木伸年



KOBEシニアクラブ



垂水

垂水区老人クラブ連合会

〒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)

2月度理事会報告

2月7日(金)、2月度理事会を開催した。

1. 事前案件

WTS社：新春恵方三社詣の参加者はA班(1月8日)が65名10クラブ、B班(1月15日)が126名10クラブで合計191名16クラブであったと報告。

3月13日の福祉研修会の参加申込み者は36名。

2. 会長挨拶

(1) 本年度の新年交歓会が各クラブの協力により無事に開催できたことへ感謝を述べた。

(2) 特殊詐欺が横行し、1月に西区でロマンス詐欺で1150万円、垂水区でも還付金詐欺で180万円等の被害が発生している。

(3) 固定電話の海外からの詐欺電話ブロックは確実に効果が出ており、申込みして良かったと実感している。各クラブの申込み件数を2月10日の市老連理事会に報告する。

(4) 区老連会則の見直しを検討しており3月度理事会で改定後会則を配布する予定。

3. 協議・報告事項

(1) 令和7年度年間行事予定表が配布され、下期については一部の行事日程未定と参議院選挙等で日程変更がある旨、説明。

(2) 令和7年度モデル活動事業の設定テーマは「会員増強・後継者育成に繋がる新しい活動」「スマートフォンなどを活用した新しい活動」で、申請希望単位クラブは「実施計画書」及び「収支予算書」を3月度理事会迄に提出すること。

(3) 令和6年度モデル活動事業及び健康増進事業の「実施報告書」を3月度理事会迄に提出すること。

(4) 単位クラブ会報に対するモデル活動事業助成金未請求クラブは早急に領収証を提出すること。

(5) 新年度を迎えるに当たり、単位クラブでの会長交代の予定がある場合は事前に知らせてほしい。

(6) 2月18日、神戸市シルバーカレッジ主催の「卒業後の進路を考える会」に鴨川総務部会長が出席し、区老連会報、各クラブ便り及び大人の居場所MAP等を持ち込み、ブースで卒業生の会員入会及び役員の勧誘を図る。(北山)

区老連「新年交歓会」

1月26日(日)11時より、区老連の新年交歓会が舞子ビラで開催され、来賓を含め62名が出席した。

開宴に先立ち、鴨川総務部会長の司会のもと、国歌斉唱に続き物故会員へ黙祷を捧げた。

松木会長は開会挨拶し、昨年に区老連60周年を終え会員の支援と協力に感謝。高齢化社会進展により老人クラブ活動への期待は益々高まっていると述べた。

来賓挨拶では、若松垂水区長は2月1日に区防災訓練と防災フェアを開催し、区民の防災意識の高揚を図ると述べ、また「たるみSIOプロジェクト」を発足し、脳出血の主原因である塩分の摂取を一日6gに制限への啓蒙活動に取組み、自称「減塩大使」と紹介した。鹿野市老連事務局長からは能登支援金は神戸が一人平均500円の拠出で、ダントツの全国一位との報告があり感謝された。単位クラブの解散は会員数の大幅な減少が伴うので防止対策強化を望む。特殊詐欺の8割が海外からで県警は自宅電話の国際電話ブロックを推奨しており申請手続を呼びかけた。

垂水区社協の唐津部長の乾杯発声で開宴し、祝賀の詩吟が披露された。司会から出席来賓者18名と6通の祝電を紹介した。

暫しの歓談のちカラオケ大会が始まり前後半含めて8曲が歌われ、プロ顔負けののど自慢大会となった。

マジックショーではネタバレ寸前の場面もあり笑いど驚きが交錯し、会場は大盛況。恒例のビンゴゲームはカルタを用い氏名を消し込む方法、終盤に「か」「や」で一度に20数名ビンゴとなり賞品切れで、新年交歓会は閉幕した。(北山)



4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)
※つつじが丘シニアクラブ(※責任クラブ) 矢元台むつみ会
(次回) ※矢元台むつみ会、五色山健寿会

☆配布日 4月9日(水)10時~11時30分
(次回) 5月13日(火)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を、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(10部を所定位置へ保存)

当面の行事予定

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	

4月

4	金	区	総合部会	区役所302会議室	13:30
9	水	区	理事会	区役所301会議室	13:30
17	木	市	長寿祭ゲートボール大会	しあわせの村	

福祉研修会に参加して

東部老人クラブ 会長 鴨川 則幸



去る2月6日神戸文化ホール中ホールにて、市老連主催の「認知症対策 福祉

研修会」が開催されました。ホールがほとんど埋まるほど多くの受講者で、よいテーマには会員も良い反応をすると感じました。近藤理事長のいつも変わらぬ爽やかな開会挨拶のあと、劇団“フレンズ”による認知症予防啓発劇「ぼけたらあかん」が約45分上演され、我々高齢者には胸に刺さるような熱演を観て大いに反省するとともに笑えない現実を目の当たりにした次第です。その後、NPO法人認知症予防サポートネット 理事長 福田章氏による講演「認知症の予防と生活習慣」があり、認知症は我々にとって身近な問題であること、また、日常生活で認知症にならないための多くの注意すべき点を学びました。講演の内容は食事・飲酒・喫煙・運動・発病の原因・患者に対する注意など多方面に亘るものでいちいち身につまされるものでした。

劇団“フレンズ”の啓発劇の主役も福田氏でしたが、当日予定していた本来の主役が突如来られなくなり、福田氏が急遽主役を務めたことを後に聞き大いに驚きました。

ここで学んだことを毎日の生活にどれだけ多く取り込んでいくことができたかで、認知症になるか、ならないかが決まるように感じました。

クラブ便り

アクティブシニア:若き高齢者達の群れ

南多聞台シニアクラブ 会長 高野 牧人

人口2万2千人の明舞団地の4居住区の中で南多聞台には何故か老人会がない？そこで有志で2024年7月に垂水区最後発のシニアクラブが結成されました。半年が経過し会員も団塊世代中心に40人程に。

「世の為、人の為、最後に自分の為に」を標語とし、SC(シニアクラブ)内活動の他に、地域課題の発掘やZ&アルファ世代との対話ができるSCでありたいと願っています。カラー機関紙も250部発行し地域内にも配付しています。

主な活動としては、①カラオケ部、②健康麻雀部(月1の明舞荘杯)、③ボドゲ中心の遊戯部、④モルック部があります。特にモルックには力を入れていて日本モルック協会に加入し、月2のカップ戦(勝利チームにはカップ麺、洗剤、バナナ、大根贈呈)と近隣のこども園年長組との交流戦に力を入れています。また地元の県営明舞高層自治会、児童館、コミセンとの連携を重視しています。

ある会合で神戸市民高齢者の2割しか介護保険を申請していないと伺いました。我がSCも皆元気で介護保険無申請の「アクティブ・シニア・若き高齢者達の群れ」として進みたいのです。元気なシニアに市政はもう少し褒めてくれてもいいのではないかと思います？



研修旅行、日本の文化の奥深さ

西舞子友の会 副会長 近藤 恭正

恵方初詣を始め、垂水区老連のモデル事業や研修旅行で歴史探訪を重ねると日本文化の奥深さに触れる事ができ感動する。企画と出会いに感謝である。

令和6年の新春恵方は東北東で、京都五社巡り。平安京を守る四神は、北の上賀茂神社で玄武(冬・水)、東は八坂神社で蒼龍(春・木)、南は城南宮で朱雀(夏・火)、西は松尾大社で白虎(秋・金)である。五行や風水等を考えると正に川端文学の「古都」である。東大寺、延暦寺、高野山、白毫寺や須磨寺、各霊場での十三仏は圧巻。

十三仏尊名	法要	役割
①不動明王	初七日	火焰で汚れを払い衆生を守る
②釈迦如来	二七日	仏教の開祖。家庭円満。悟り
③文珠菩薩	三七日	文珠の知恵。学力向上。合格
④普賢菩薩	四七日	行・徳を司どる。延命長寿
⑤地藏菩薩	五七日	慈悲深く子供を守る。賽河原
⑥弥勒菩薩	六七日	慈しみの仏。家内安全縁結び
⑦薬師如来	七七日	不老長寿の仏。病災から救う
⑧観自在菩薩	百箇日	三十三身に变化。諸願を叶う
⑨勢至菩薩	一周忌	知恵と学業の仏。光明遍照
⑩阿弥陀如来	三回忌	極楽浄土の主導。無量光で福
⑪阿閃如来	七回忌	不動の菩提心の仏。無病息災
⑫大日如来	十三回忌	密教の最高仏。全ての誕生仏
⑬虚空蔵菩薩	三十三回忌	無尽の智恵と慈悲。五穀豊穡

赤い羽根共同募金へのご協力 ありがとうございました

令和6年度も、15クラブのみなさまに「空き缶募金」にご協力いただきました。垂水区の地域福祉のために活用させていただきます。

ありがとうございました。

【募金額】

101,586 円



社会福祉法人兵庫県共同募金会
神戸市垂水区共同募金委員会

俳句

(滝の茶屋クラブ)

春陽やすずめの背中ふつくらと

黒田 一美

(狩口シニア倶楽部)

薄氷を小石で割りて罅の華

橋田 草徑

初詣神殿遠し人の波

長瀬 冴子

雪風や夜汽車の音や夢の中

佐伯サトミ

熱爛やいよいよ声の高くなる

吉俣 正光

梅が枝の影さす障子そぼすする

小川芳養見

したためる一筆箋の寒椿

富澤トモ子

かみ合わぬ話もありて鱈大根

服部 豊康

言葉出す鳥の騒めき春ぎざす

木下 幸子

煌きて藁葺屋根の氷柱かな

佐藤 浩恵

孫たちの歓声あがるお年玉

松本佐知子

(桃山台クラブ文芸部)

音もなく雪深深と積もりおり

田畑美恵子

初日の出ベッドの上にて祈願する

大上 昭敏



(五色山健寿会俳句部)

一切を過去に流して春立てり

増田 智子

矢の如く三十年流れ阪神忌

隅田 保代

萬斎のポレロ流るる小正月

藤井真美子

春隣り柔らかき風流れをり

中田 邦子

はや二月流れる様に日は立ちぬ

武田多美子

北極の流水の壁鳴動す

蒲原 義博

(塩屋柏台パール句会)

この橋を渡れば生家春時雨

小中 命子

当てもなくバレンタインのチョコを買ふ

中山沙江子

瀬戸の海風ぎて海苔粗朶陽に揺るる

梶尾 絹代

海女の顔輝き弾け磯竈

島谷 祐次

信号待つ登園親子のペアマフラー

加瀬 徳子

何ありき声長く引く寒鴉

水島 章雄

旧邸の大き式台実千両

角野桂治郎

熱爛の友は宿痾の影法師

大森 康宏

里に住み難儀な季題磯竈

黒森 真理

梅はまだ一輪のみや天神様

菅野 正彦

水仙の先より光入りけり

瀧 千尋

春隣信じて挑む試験の日

瀧 小夜子

雨水けふ海は神戸の色となる

立村 霜衣

短歌

(桃山台クラブ文芸部)

三社詣の高砂神社の夫婦松

柴山希美子

爺と婆の軸飾り想う

堀江千生子

昨夜からはげしき雨の朝道に

堀江千生子

紅葉敷きつめ道辺散りぼう

堀江千生子

(西舞子友の会)

友の会活動の賞戴きて

近藤 恭正

更なる未来共に歩まむ

近藤 恭正

川柳

(桃山台クラブ文芸部)

コロナ済み次はインフル待ったなし

小高 肇



俳句とエッセイ

狩口シニア倶楽部 橋田 勉

比叡の影麓に落ちて芋の露 草徑

賤ヶ岳の古戦場は秀吉の浅井攻めなどの激戦地であり、村人は観音様を戦火から守るために土中や川底に埋めて護ってきた歴史がある。

米原駅から各駅停車に乗り換え醒ヶ井駅にて下車する。目的は梅花藻を見るためである。水温は年間を通じて摂氏14度で冷たく澄みきった豊富な水量で可憐な花がとても美しい。針魚(はりよ)という小さな魚が流されずに藻に沿っている。川を少し遡ると倭健の石像がある。天皇の命を受け伊吹山の賊を退治に来たが敵の毒矢とも毒蛇とも、また道に迷ったという説もあるが、倒れてしまう。この「居醒の水」を呑んだことから「醒ヶ井」と名づけられたということである。

梅花藻を摘む指さき流さるる 草徑

伝説や歴史上の人物の悲惨な最期を思い浮かべながら帰途に着く。



詐欺メールに引っ掛かりそうに

道親会 三谷 勝廣

最近新聞紙上で毎日のように、詐欺被害の記事が掲載されていますね。小生も先日危うく詐欺メールに引っ掛かりそうになりました。ある銀行のATMで出金するのにキャッシュカードと通帳を挿入し、出金したところ出金はできたのですが、「この通帳は利用できない」と表示され、何回か記帳を試みたのですがエラー表示で記帳ができませんでした。

帰宅して暫くすると携帯電話に「お客様の口座に関するセキュリティ事項です」とショートメッセージが入ってきました。先程の出金でのエラーの事と思い、メッセージに記載されているアドレスを開いたところ「口座番号・支店名・暗証番号」を記入する画面になり、一瞬！入力しようとしたのですが少し気を休めてから、銀行のカスタマーセンターに電話をして「詐欺メール」と教えていただき難を逃れました。パソコンの受信メールには、アマゾンの名前を騙り日に数件の詐欺メールが入ってきます。迷惑メールに登録し対処していますが、一向に減りませんね。

「石川や、浜の真砂は尽きるとも、世に盗人の種は尽きまじ」ですね。

皆様も十分にお気を付けて下さいね。

会員情報の確認と更新のお願い | Amazon.co.jp

Amazon.co.jp <Amazon-snotomi@idob.net> 宛先

【重要】会員情報の更新について

いつも Amazon.co.jp をご利用いただき、ありがとうございます。

お客様のアカウントの安全性を確保し、サービスをご利用いただく

テキストメッセージ・SMS
木曜日 17:01

銀行：お客様の口座に関するセキュリティ事項です。速やかにご確認ください。

<https://resano.co.jp>

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

SPRING 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



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>