

会 報
令和7年
7月号
(奇数月10日発行)
No. 524
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

〒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)

令和7年度区老連定期総会

5月26日（月）、令和7年度区老連定期総会を区役所1階大会議室で開催し、各クラブの会長、副会長らが出席した。

定刻13時30分、司会の鴨川総務部会長の開会宣言の後、全員で物故会員に対し黙禱を捧げた。

開会にあたり松木会長が挨拶し、雨天中止の「垂水っ子まつり」のバザー商品は来年度持ち越しを報告。垂水区は高齢者比率が30%と市内トップの水準で、5人に1人が認知症患者といわれ、クラブ活動に参加して人との交流が予防に繋がると述べた。

来賓挨拶では、若松垂水区長は昨年から老人クラブの協力を得て区内の公立保育所5か所の園児と遊びを通じて多世代交流を図り、また、たるみSIO6プロジェクトでは脳出血予防の啓蒙活動に取り組んでいると紹介。関衆議院議員からは、米価の引下げとトランプ関税に政府は全力投球していると報告。市老連の山端事務局長は高齢者自らが豊かで活力ある生活を送れるよう、生きがいと健康づくりに努め、長年培った知識や経験を地域に活かし共に豊かにしてほしいと求めた。

松木会長を議長に選任し、議案書に基づき下記の議案について各担当役員から説明を行い、審議の結果、全議案が原案通り承認された。

- (1) 令和6年度活動報告及び収入支出決算報告
- (2) 令和7年度活動計画及び収入支出予算（案）
- (3) 垂水区老連会則一部改正（案）

14時20分、松木議長は閉会を宣し、令和7年度定期総会は終了した。
(北山)



当面の行事予定

7月

4	金	区	総合部会	区役所302会議室	13:30
8	火	区	理事会	区役所301会議室	13:30
11	金	市	新任会長研修会	総合福祉センター	
17	木	区	正・副会長研修会	大阪府堺市	
25	金	市	会員増強研修会	総合福祉センター	
31	木	区	体力測定会	市立垂水体育館	

8月

5	火	区	総合部会	区役所302会議室	13:30
8	金	区	理事会	区役所302会議室	13:30

9月

4	木	区	総合部会	区役所302会議室	13:30
9	火	区	理事会	区役所301会議室	13:30
17	水	区	ボウリング大会	ジェームス山GB	
18	木	市	老人クラブ大会	演芸の集い	
20	土	区	楽しいつどい	レバンテホール	
25	木	区	後期輪投げ大会	年金会館	

役員補欠選挙

5月13日（火）、区役所301会議室において広報部会長及び監事の補欠選挙を行い、下記の2名が選任された。任期は前任者の残余期間の1年間。

副会長 大澤和士（五色山健寿会）
兼広報部会長
監事 南川啓治（中山老人クラブ）

単位クラブ情報

（1）クラブ名称の変更

東部老人クラブは4月26（土）日開催の定例総会においてクラブの名称を「乙木フレンズ倶楽部」に変更した。

（2）会長の交代

下記のクラブは定例総会において、会長の交代を行なった。

（ ）内は前任者。

多聞寿会	山内秀世（柏木武雄）
小束山むつみ会	加藤誠一（湊恵子）
五色山健寿会	大澤和士（藤井善弘）
旭ヶ丘悠悠クラブ	古池治孝（小林孝）
狩口台シニアクラブ	横山 隼（庄司庸男）

（3）クラブの解散

滝の茶屋クラブは3月31日をもって、クラブを解散した。（乙木フレンズ倶楽部に吸収）

※広報部会からのお知らせ

垂水区老人クラブ連合会の会報発行は1月、3月、5月、7月、9月、11月の年6回に改定しました。

9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）

※道親会（※責任クラブ）、神陵台三樹会

（次回）※神陵台三樹会、旭ヶ丘悠悠クラブ

☆配布日 9月9日（火）10時～11時30分

（次回）11月10日（月）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ケーブルのものを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

クラブ便り

乙木フレンズ倶楽部に改称

旧名 東部老人クラブ 会長 鴨川 則幸

私たちのクラブは、4月26日の定例総会においてクラブ名の変更を決定いたしました。早速、翌々日28日に区役所地域協働課に書面で届け出をしました。新しい名称は「乙木フレンズ倶楽部」です。

「乙木」は、ずっと地域の「乙木小学校」と様々な行事で長い付き合いがあり、私たちの子や孫が学んだ学校から借用したもので、クラブの存在場所を表すのにふさわしいと考えました。

また、私たち高齢者にとって、たとえ肉体的には若い人たちと同じように動かなくても、持っている気持ちには変わりがありません。家にこもらず外に出て、友達と交わり、旅行にも行き、あらゆるものに感動し、興味も、意欲もなくしておりません。全てに興味津々です。今が青春真っ盛りです。充実した毎日を過ごすことを目指しています。友達関係を大事にする倶楽部です。その願いを込めて、思い切って創立53年目（創立は昭和46年12月）に名称変更いたしました。

もう一つの動機は、お隣の「滝の茶屋クラブ」から大勢の新しい仲間が入会してくれたことです。一緒に新しい「倶楽部」を作っていくこうという願いからです。

垂水区老連の皆様に新しい名前を覚えていただき引き続きご支援を頂きたくお願ひいたします。

孫のおもちゃを断捨離？

道親会 三谷 勝廣

平成22年に初孫が誕生し「目に入れても痛くないほど可愛い」の言葉通り可愛く愛おしく、生活も孫を中心とした日々でした。男の子だったので2歳の頃までは「アンパンマンのぬいぐるみ」や「電動のアンパンマン」「アンパンマンの起き上がりこぼし」を買ってやっていました。2歳を超えた頃からは、やはり男の子です。自動車、電車、飛行機等の乗り物が好きになり、大型バスや飛行機セット、電車などのオモチャ、トミカのミニカー等を「お誕生日」や「子供の日」「クリスマス」にプレゼントをしていました。平成28年には女の子の孫も誕生し、オモチャも人形や台所セット、折り紙やブロックが増え、二人揃えば賑やかなこと、まるで保育園の様でした。（孫は我家の近くに居て、ほぼ毎日の様に預かっていました）その孫達も上が中学3年生、下が小学3年生になりオモチャで遊ぶ歳ではなくなりましたが、買い与えたオモチャが部屋の一部を占領しておりましたので意を決して廃棄する事に。整理しているとその頃を思い出して、涙が出てくる出



てくる。でも、お陰様で部屋の一画はスッキリとしました。これは整理で断捨離とは言わず、「断捨離とは不要なものを断ち切りものに執着せず生きていく事を目的とする考え方」だそうです。

クラブ便り

地域に根差した活動

五色山健寿会 会長 大澤 和士

私たち五色山健寿会は明石海峡大橋を望む「五色塚古墳」や海岸線の「アジュール舞子」「マリンピア神戸」を望むエリアに位置しており113名の会員で活動しています。

阪神淡路大震災の1.17には昨年11月にオープンした「三井アウトレット」で大規模な防災訓練が実施され、我が五色山健寿会も霞ヶ丘防災福祉コミュニティの一員として参加しました。

垂水消防署のご指導のもと歌敷山中学校の防災ジュニアチームとともに放水訓練に挑戦、水浸しになって頑張りました。また避難者として手当を受けたりしながら災害への備えの大切さを学びました。

日頃の活動では毎月2回の「公園清掃活動」に汗を流し、子育て支援では「ハロウィン祭り」や「サーキットでbingo」「ミニ運動会」など真冬でも汗だくになって子ども会との交流を深めています。

サークル活動は「グラウンド・ゴルフ部」をはじめ「輪投げ部」「俳句部」「なつメロ部」「健康麻雀倶楽部」など、仲良く楽しく取り組んでいます。

その他「誕生会」や「歩こう会」「お花見会」「体力測定会」に加え、ふれまちとの連携では「お餅つき大会」や「ふれあい広場」などメンバー一人ひとり多忙な日々ですが、地域に根差した活動を元気なシニアが担って行こうと皆で頑張っています。

第38回こうべ長寿祭に出場

多聞台ときわ会 副会長 田口 政則

4月17日（木）、神戸市主催の「第38回こうべ長寿祭ゲートボール大会」がしあわせの村で開催されました。2～3日前までは天候不順で肌寒い日が続いていましたが、当日は一転し穏やかな春晴れのもと神戸市内の各老人クラブから14チームが参加し競技が行われました。

開会式では神戸市の代表者挨拶があり、いきいき体操で体をほぐしたあと、各コートで一斉に試合が始まりました。

私たちのチームは午前中に2試合に出場し、全勝をして率先の良いスタートを切りました。昼食休憩後の試合では、午前の感覚が消え、第一ゲート未通過の大きなミスをしたりして、結果は多聞台ときわ会は4位に終わりました。



垂水区では、桃山台クラブが3戦全勝で見事に優勝され、10月に開催される「ねんりんピック岐阜2025」の出場権を獲得されました。昨年の島根での大会には神戸市代表として多聞台ときわ会が出場し貴重な経験をさせていただきました。

神戸市主催の本大会は今年限りで終了となります。幸いにして神戸市老連が引き継ぐことで検討されており、来年に向けて練習に励み再度の全国大会出場に挑戦して参ります。

令和6年度練習光景と公園花壇

西舞子友の会 副会長 近藤 恭正

令和6年度も1年間を通じて、垂水区老連による企画運営に心から感謝します。研修・旅行・各行事全てにおいて思い出深く、感謝の日々でした。

本年度の最後の練習は公民館での輪投げでした。前田会長は挨拶で紅白の山茶花の頃になり、年末から年明けの各大会について報告。まず12月の神戸

市輪投げ大会での安福さんのベスト5の入賞とあわせて卒寿のお祝いの言葉を述べ、続いてTSGでの男女1名ずつのベスト4の入賞を紹介され、最後と共に讃え合おう促されました。輪投げ大会の入賞は会報1月号掲載の前田会長の創立60周年記念式典での西舞の会の「活動賞」受賞に続く快挙です。

「神戸輪投げ受賞なりし西舞子ともに讃えつ

明日への絆」

「友の会活動の賞戴きて更なる未来共に歩まむ」

(垂水会報3月号文芸欄に寄稿)

[諸報告]

(1) 五社初詣、8方位とえと時計、十三仏

(2) グラウンドゴルフの練習のスタートの狩口台公園。今は大型スベリ台があり公園花壇ができます。今年も数列の水仙チューリップ、会長の紫陽花を中心に燕子花、夏にはひまわり、朝顔、グラジオラス等の四季の花々、親子で植えた花々の散歩道です。



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

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

鈴虫寺の法話

多聞台ときわ会 会長 北山 淳一



桜見物に京都嵐山へと老夫婦で出かけ、途中の阪急松尾大社駅で下車し「華厳寺」に立ち寄りました。華厳寺は300年前創建の臨済宗の寺で「鈴虫寺」として有名です。堂内には2500匹の鈴虫が四季を通じて生育され、年中鳴き声を聞くことができます。また、住職による法話はテレビでも紹介され今日の世相を仏の教えを交え落語調で解説するユニークな法話は若者にも人気です。

私達が訪れた日の法話は、四文字熟語の「自肅要請」がテーマでした。コロナ感染のパンデミックにより、多数の死者や、人と人の繋がりの分断によって戦争が起き、100年に一度の世界的な危機が生じているとの枕話で法話が始まりました。

四枚の半紙に書かれた文字を順に説明し、「肅」は慎んで規律を守る語源、「慈」はいつくしむ、かわいがる、めぐむを意味し、「静」は自分を見つめ直すための静かな時間、「陽」は明るく陽気な心と説かれました。最後に四つの半紙を並び変え「慈肅陽静」と見事に落とされました。

過去の行いが今を作り、今の行いが未来を作る。過去は変えることができず、今を懸命に生きることが人にとって大切であると説き法話を締め括られました。

老いと共に自我を主張することが多くなつた自分に「慈悲の心」の大切さを学んだ次第です。



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>