健康
友愛
奉仕

KOBEシニアクラブ
北区老連だより
139

神戸市北区老人クラブ連合会　〒651-1195　神戸市北区鈴蘭台北町1丁目9番1号　北区地域協働課内

編集協力：㈱博報社　〒546-0043 大阪市東住吉区駒川5-4-11 2F　TEL 06-6797-0212

文化展

文化展表彰式

第51期 老人大学開講

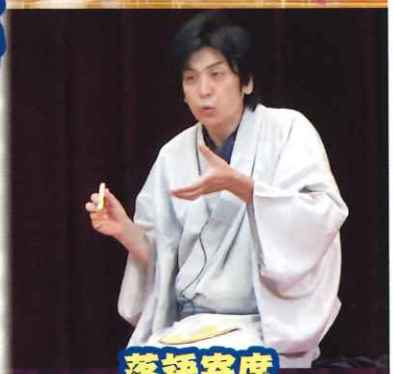
神戸北交通安全協会

交通安全指導

7 月 28 日㈫、29 日㈬の 2 日間、しあわせの村神戸市シルバーカレッジにおいて第 51 期北区老人大学が開講されました。会場の入口スペースでは文化展が開催され、5 部門（書・絵画・写真・短歌・俳句）の力作に来場者は見とれていました。

1 日目は開講式があり、区老連の久保会長と来賓の三木区長、山本北神担当区長、市老連山端事務局長にあいさつをいただき、「フレイル予防と健康体操」の講義と実技で健康の大切さを学んだ後にお待ちかねの「いきいき演芸会」と続き、9 クラブが得意の演目で初日を大喝采で締めくくりました。

2 日目は文化展の表彰式が行われ、受賞者 14 名が壇上で表彰状を受け取りました。休憩を挟んで喜楽館から桂三之助氏、桂あおば氏を招いての「落語寄席」、神戸北警察署交通課長の講話と交通安全指導、最後は兵庫県警察音楽隊による迫力を感じる吹奏楽の演奏で会場全体が音楽の楽しさでつつまれ、51 期は成功の拍手で幕を下ろしました。


落語寄席

兵庫県警察音楽隊による吹奏楽

フレイル予防と健康体操

健康増進ウォークツアー

～「『南禅寺』『哲学の道』と京都府立植物園」に参加して～

藤原カリヨン会　佐々木敦子

5月13日㈬、晴天のもと区老連主催の健康増進ウォークツアーに参加しました。藤原カリヨン会からの参加者は12名、全体ではバス7台で308名が参加。私達のバス（5号車）は岡場駅前を予定より20分遅れて9時頃に出発。名神高速道路の京都東インターチェンジを出て、蹴上の坂を下ると、南禅寺駐車場に到着。そこからは自由行動で、南禅寺中門をくぐり、レトロなレンガ造りで美しいアーチの『水路閣』へ（全長約93メートル）。さすがフォトジェニックです！ドラマ登場も多いです。外国人観光客や修学旅行生などで大変な賑わい。私たちも集合写真を写してもらいました。

その後、高さ22メートルの圧巻の南禅寺『三門』を見ながら、永観堂総門前を通り、『哲学の道』入口へ進みます。哲学の道とは、哲学者西田幾多郎が思索にふけりつつ歩いたことが名前の由来で、熊野若王子神社から銀閣寺まで琵琶湖疏水に沿った小道を指します。途中、少し脇道にそれて法然院に立ち寄る人たちもいました。おしゃべりをしながらゆっくりと、時には疏水の流れを覗いたり、土産店に寄ったり、休憩を入れたり、思い思いに歩いて行きますと右手には銀閣寺の参道。時間の都合で、拝観は次回とし、再びバスに乗り、京都府立植物園へ。お弁当の昼食と見学です。植物園駐車場に着いた頃に雨が振り出し、本降りになったので、配られたお弁当はバスの中で食べることになりましたが、これも旅の思い出になりました。

食べ終わる頃には小降りになったので、ばら園の見学だけでもと傘をさして行きましたところ、30種類のバラが見事に咲き誇っていました。「早春」とか「貴船」とか日本名もありましたが、ほとんどがカタカナ名で「きれい！」と近づいて名前を見ても次の花を見た時には忘れてしまいます。でも、バラ達は素晴らしかったです！

帰途、おたべ本館の「京ばあむ」に立ち寄りお土産を買いました。帰りはウトウトしている間にあっと言う間に岡場でした。何やかやと言いながら仲間と行く旅は楽しいですね。

スポーツ部会活動報告

スポーツ部会　副部会長　宮田　潤

北区スポーツ部は、「ボッチャ」をニュースポーツとして位置付け、来る11月に開催される予定の「ボッチャ大会」を目指して、まずは5月と11月に研修会を実施します。

「ボッチャ」競技について簡単に説明しますと、この競技名のボッチャとは、元々イタリア語で「ボール」を意味する単語からきています。ルールは、赤または青の革製ボールを投げ、「ジャックボール」と呼ばれる白い目標球にどれだけ近づけられるかを競う競技であります。

最初に、研修会が、5月7日㈭にしあわせの村「研修館」で開催され、約70名近くの人が参加しました。参加された中には、ボッチャを経験された方もおられ、未経験者と共に汗を流しながら和気あいあいと練習されていました。

「ボッチャ」は、2023年時点で国際競技連盟に登録する団体は、全世界79の国と地域に本拠を置いています。また、パラリンピックの正式競技にも認定されているうえ、ルールが氷上で行われるカーリングと似ているところから「地上のカーリング」、または、「床の上のカーリング」とも称されています。北区スポーツ部は、この「ボッチャ」が数多くの人に認識され、スポーツ活動の一角として定着されることを期待しております。

輪投げ大会が、6月4日㈭13時～北区文化センター4階体育館で開催されました。

各クラブとも、日頃の練習結果を思う存分発揮して輪投げに集中しておられました。ある人は、「いつもやったら完璧やのに今日はあかん」と首をかしげておられる一面、ある人は、「いつも中々上手い事行かないのに、今日は、嘘みたいに入るで」と、いつもの試合風景が見られました。そして、実力を発揮した人、発揮出来なかった人と様々ですが、成績の結果は、次の通りです。おめでとうございます。

《大会結果（敬称略）》

優　勝　柚口軍司郎（陵楓会）
第２位　熱田　健一（大池寿会）
第３位　安福　米子（星和台寿会）

以下 4位～10位 飛び賞など数多くの方が入賞されました。

今後11月にも「輪投げ大会」を開催される予定ですので、各クラブからの参加をお待ちしております。

体力測定（A・Bブロック）

本件「体力測定（A・Bブロック）＆輪投げ演習」は、当初6月27日㈯に開催される予定でしたが、台風の影響により延期となり、10月6日㈫北区文化センターで開催されることになりましたことをお知らせします。

なお、「体力測定（C・Dブロック）＆輪投げ演習」については、11月26日㈭に開催される予定です。

単位クラブ活動紹介

「君影いきいき演芸会」の開催！

君影友の会 会長　水船　春美

君影友の会独自の活動の一つに、年間３回昼食付の歓談会を開催しています。

去年度は、総会後にハーモニカ演奏とともに昭和の懐かしき歌を楽しみ、２回目は百歳になられた二人の会員を囲んで、「敬老を祝う会」を行い共に健やかあれと祝いました。そして３回目は、会員が考え、作りあげた「君影いきいき演芸会」を開催しました。皆さんのかくし芸？をこれとばかり発表！まずプロとしても活躍されている常磐津に三味線の音色とともに聞き入り、次は朗々とした詩吟の吟詠の披露、そしてカラオケで皆さん拍手喝采…。

最後は、この演芸会のために編成された君影友の会劇団による劇「かさじぞう」の発表です。地蔵さまの笠、赤いまいかけ、地蔵さまの服装等々…出演者のお手製です。アドリブいっぱいの出演者の熱演で、笑いがあっちこっちから沸き起こり、会場は熱気に包まれ一体感さえ感じられるようでした。

「あ～おもしろかった…」の言葉を後に終えることができました。

さあ～本年度も、この演芸会に何が上演されるか今から楽しみです。今年度も会員の皆さまが、明るく楽しく健やかに活動していく会でありたいと願っています。

単位クラブ活動紹介

大池寿会の活動報告

大池寿会 会長　高橋雄二郎

４月１日現在、１０５名の会員数でありましたが、喜ばしいことにその後２名の入会者があり、男子37名、女子70名、計１０７名の会員で構成されています。現在、クラブ活動として、文化・学習関係　民謡教室11名、カラオケ部13名、スポーツ関係、グラウンドゴルフ部Ａチーム45名、Ｂチーム26名、輪投げ部11名、ゴルフ部12名、延べ人数１１８名の会員が、文化・スポーツに勤しんでおります（ダブル・トリプルでクラブ活動している会員あり）。

大池寿会として主催する行事としては、４月29日、年次総会（大池交流センターにて）、９月21日、敬老会（大池交流センターにて）、10月10日、グラウンドゴルフ大会（大池小学校グラウンドにて）、それ以外に主催ではありませんが、ふれあいのまちづくり協議会主催の夏祭りに出店し、子どもたちを主体とした、飲物類を販売しております。

また、歴代、大池寿会の会長は、東大池公園管理会の会長を兼任しており、毎月第１日曜日、９時30分より、公園内の清掃及び公園周辺の側溝及び道路の清掃を実施、またグラウンドゴルフ部は月水金、輪投げ部は火木と、平日公園を利用しておりますので、プレイ前必ず清掃に留意しております。

それと公園内には６区画の花壇があり、神戸市より５月末と11月末に花苗の支給がありますが、全ての花壇を満たす数量ではないため、一部は種を播いて栽培育成し、全体を満たすことにより、近隣の住民の憩いの場として喜ばれ、感謝されております。

いずれにいたしましても、日常の活動を通じて、健康・友愛奉仕の精神を忘れることなく、明るく・楽しく・元気に活動することにより会員相互がフレイルに陥ることのないよう活動しております。

会員文芸

◆俳　句

◎桂木ひふみ会

柿若葉田の字座敷に風通す
柿若葉懸樋の滑車のいと軽き　橋本　和子

◎塩田福寿会

浴衣掛け庭に水まく孫ふたり
ゆかた掛け力士の粋にほれぼれし　北野　利一

◎大池見山台清風会（新樹会）

すうっと来てパッと飛び去る蝶一会
新学期花いちもんめ多数決　高石　勝行

エゴ咲いて背山の一樹匂い立つ
ネモフィラの青きうねりを一万歩　貞永　弘子

雨の中蛍袋も重たげに
台風一過目には眩しき青若葉　佐溝満喜子

梅雨晴間ケキョケキョと鳴くウオーク路
学童のあふれる笑顔柿若葉　松隈　弘子

閉校の庭に老桜静まれり
麦踏みの遠き記憶や今廃村　石本　宏一

◎高原ときわ会（ささゆり会）

亡き夫の秋雲映す黒ベンツ　佐藤伸二郎

願い詠むバスに揺られて神無月　島田　脩

城下町そろいの浴衣リンゴ飴　佐藤かなめ

銀木犀降る如く散り黄絨毯
揺らいでも空みて笑う秋桜　南　久美子

街並みのかがやき勝る月今宵　若林　節子

鍋みがく軽くハミング今朝の秋　松村二三枝

良き風の通り道知る枯葉かな　笠井　照子

未明より悲しき声のホトトギス
雨漏りの思い出語り桶を置く　中井　裕子

◆短　歌

◎五葉楽の会

夫逝きて半年たてりやうやくに
　拙なき短歌を詠もふと思ふ
敬老パス夫の写真をしのばせて
　一緒に行こうよさみしいからね　片島　光弥

◎高原ときわ会（ささゆり会）

助手席でいつも寝ている君がいう
　ここの信号 何時も赤だね　佐藤伸二郎

あずき色つややか光るムカデの目
　毒さえ無けりや愛でたかも知れぬ　尾崎　順子

生まれ人指折り算え今現在思う
　鏡の前のしあわせ黒子　島田　脩

「無言館」五百余名の画学生
　平和の願い九条守れ　佐藤かなめ

5.2を5ということで生きていく
　端数はなかったような顔して　中井　裕子

天敵に襲われ残るひな一羽
　奇跡のつばめ大空に飛ぶ　箱守喜久子

◎百合ヶ丘緑寿会

坂道をわれより早く上り行く
　娘の脚に御礼申す
妻手術子と共にある控え室
　終了告げる知らせが届く　片島　光弥

◆川　柳

◎筑栄会

妻植えし山吹八重に七回忌
海戦の御霊に捧ぐ対馬沖　かほう

誕生日止ったままの年の数
梅雨が明け蝉の初鳴き海の日に　三茶

平和な世ものとり合戦ではできぬ
不名誉な負傷ころんでひざ痛め　せい

温かい言葉にゆれる誕生日
思い出はときめき歩いたあの海辺　まさこ

寄りつくなたまの香水五月蠅よ
海の底のぞいてみたいカナヅチが　ポン

そうなのか価格一緒で数減らす
海ときけば思い出すのは若大将　かをる

誕生日ローソク消せぬ肺活量
海の字に母を見つけた習字の児　あきら

断われど断われども来る誕生日
とんでもない酷暑日出来た今年から　菜々

◎塩田福寿会

雨蛙虫捕り遊ぶガラス窓　北野　利一

令和8年 第40回 カラオケ大会
～北神文化センターありまホールにて開催～

副会長　吉田　幹子

令和8年6月30日㈫、午前10時より北神文化センターありまホールにて北区老連主催カラオケ大会が盛大に開催されました。

今回は78名の参加で平年より30分終演時間が遅くなりました。開場前からロビーは人で溢れました。最初に、北区老人クラブ連合会久保三男会長のごあいさつで始まりました。

1番目は、白寿会の中川豊さんの、「弥栄ヤッサイ」の華やかな曲で始まりました。客席の応援で会場は盛り上がりました。応援の皆さんもそれぞれに凝らしたグッズで歌手の方々もますますノリノリで次々と曲は進み午前の部は終了しました。無事に進行できて、司会、スタッフ一同で良かったと思いました。

午後からは、青葉クラブの柴田勲成さんの「北国の春」でスタートしました。皆さんそれぞれに歌自慢‼ 素晴らしい‼ 順調に進行しました。

特に、62番花山手悠友クラブ川畑輝盛さんの「酒ごころ」は今回の最年長者94歳で、ひ孫さんから孫家族さん、家族全員の応援に立派に歌われました。

また、64番の下谷上寿友会の宮脇三明さん、大きな看板を背負って歌われた「街のサンドイッチマン」本当のパン屋さんがあるそうです。毎回、工夫を凝らしてカラオケ大会を盛り上げていただき感謝申し上げます。

投稿のお願い

次号140号
1月10日発行予定

◎応募要領

◆個人投稿に関しては300字以内、写真2～3枚程度。

◆俳句、短歌、川柳は2首2句以内でお願いいたします。（掲載は1首1句になる場合がございます）文字は楷書ではっきりと記入していただき、ふりがなをお付けください。

◆クラブ名、氏名、電話番号の書き漏れがある場合は掲載できません。

◆それぞれ別の用紙に記入をお願いいたします。

◎原稿締切
令和8年10月30日㈮

◎原稿送付先
〒651-1195
鈴蘭台北町1丁目9番1号
北区役所地域協働課内
北区老連広報部