



第110号

発行日
令和3年
(2021)
6月1日

熟年

じゅくねん

編集発行

姫路市老人クラブ連合会
(姫路市生涯クラブ)

〒670-0943
姫路市市之郷1006番地8
姫路市すこやかセンター内
TEL (079) 223-6855
FAX (079) 223-6128



密を避け、登園バスを降り楽寿園へ入るみなさん。

ウイルスは怖いですが、何も活動をしないことは、様々なリスクがあります。リスクの一つであるフレイル（虚弱）を経て要介護状態にならないことが不可欠です。

フレイルの予防の三つの柱は、運動・栄養・社会参加です。自らの人生と向き合い、下り坂でもゆとりのある時間を過ごし、健康寿命を延ばしていくため、まずは実践してみませんか。

老人クラブの活動を通して自然を敬い、人を敬い、仲間を信じてつながり合うことの大切さを感じつつ、目標に向かつて前進です！



姫路市老人クラブ連合会
副会長 宇治貞子

昨年度は新型コロナウイルス感染症により、著しく社会環境が変わってしまいました。各校区での活動をはじめとして、老人クラブ連合会の行事もほとんど中止となってしまいました。自粛要請により健康を害された方もおられると思います。

はじめとして、老人クラブ連合会の行事もほとんど中止となってしまいました。自粛要請により健康を害された方もおられると思いませんでした。各校区での活動をはじめとして、老人クラブ連合会の行事もほとんど中止となってしまいました。自粛要請により健康を害された方もおられると思いませんでした。

目標は「明るく、元気よく、楽しく」

姫路市老人クラブ連合会 令和三年度

活動方針

新型コロナウイルスの感染拡大は、収束の見通しが不透明な状況です。

一方高齢化はますます進み、令和二年後半には姫路市において、七十五歳以上の後期高齢者数が六十五歳から七十四歳までの前期高齢者数を上回り、今後さらに加速していくことが予想されています。

特に、一人暮らし高齢者や高齢者の夫婦世帯の増加、また地域の繋がりの希薄化により、引きこもりや認知症、フレイルといわれる虚弱高齢者の問題等、複雑多岐にわたっています。このような社会状況の中で、高齢者の居場所づくりが大きな課題となっています。

老人クラブにおいては、「広げよう！仲間づくり」を合言葉に、健康・友愛・奉仕（社会貢献）を基本とし、生涯現役の理念のもと高齢者の居場所づくりとなる「魅力ある老人クラブ」を目指し、下記事業に取り組みます。また昨年度に引き続き、機関紙「熟年」を活用、活性化特別委員会では、女性部の名称、女性役員の登用、若手会員の加入促進について協議をすすめます。

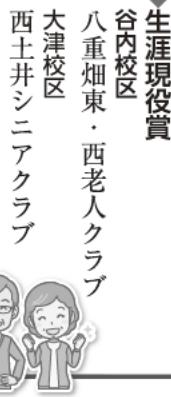
事業予定

一、健康づくり事業	年間を通して各クラブで実施
二、友愛訪問活動	推進員養成研修会
三、教養文化事業	すこやかセンターで随時実施
四、社会奉仕活動	十、交通安全学習会
五、次世代育成支援事業	(1)交通安全教室（各校区、単位）
六、会員加入促進事業	（2）作戦
（1）理事会	・第一回 令和三年五月二十五日
（2）常任理事会	・第二回 令和三年九月二十一日
（3）本部役員会	・第三回 令和三年十一月二十一日
（4）部会	（1）地域住民への活動PRのため 機関紙「熟年」活用
（5）定例会 毎月一回開催	（2）活性化特別委員会
（6）教養文化部会 年二回予定	（3）加入促進リーフレット印刷配布
（7）広報調査部 機関紙発行の都度	（4）アラスワン運動 通年実施
（8）総務財政部会 年二回予定	（5）市老連ホームページ更新・維持
（9）健康福祉部会 年二回予定	（6）姫路お城まつり総踊りに参加
（10）永年勤続勇退者その他の表彰	（7）大手前通り
（11）講演	（8）姫路市への協力事業
（12）事業実績及び計画の報告	（9）地域の子ども見守り活動
（13）教養講座	（10）スクールヘルパー、トライやる・ ウイーク
（14）趣味の教室	（11）歩こう会（十四ブロック）
（15）すこやかセンター、楽寿園	（12）ブロック毎に実施
（16）市民会館	（13）健康コーラス 楽寿園
（17）合同研修会 未定	（14）健康リズム体操
（18）校区女性部代表研修会 令和三年六月二十九日	（15）すこやかセンター
（19）第四十七回姫路市高齢者作品展 令和三年八月二十五日～	（16）ガンバルンバ体操 楽寿園
（20）姫路市長杯 八月二十九日	（17）イーグレひめじ市民ギャラリー
（21）姫路市高齢者スポーツ大会 令和三年十月五日 陸上競技場 （予備日 十月六日）	（18）第四十七回姫路市高齢者芸能発表会
（22）第四十七回姫路市高齢者芸能発表会	



本年度も愛の募金にご協力下さいますようお願い致します。
この貴重な募金は主として次のような活動に活用させて頂きます。

- 老人クラブ会員の災害見舞金
- ねたきり・ひとり暮らし会員の訪問
- 米寿・白寿会員の慶祝訪問
- シルバーヘルパー養成研修



優秀団体表彰

生涯現役大賞

令和三年度
（大会中止により表彰式は別日）
令和三年四月～令和四年一月

生涯現役賞

御国野校区
深志野第一、第二、第三
老人クラブ
西土井シニアクラブ

谷内校区
八重畠東・西老人クラブ

大津校区
西土井シニアクラブ

令和四年二月十五日
アクリエひめじ
表会

- (4) 生涯現役活動優秀団体表彰
令和三年五月二十日 市民会館
(5) 生涯現役地域活動助成事業
令和三年四月～令和四年一月

令和2年度 愛の募金収支決算書

〈収入の部〉

(単位:円)

項目	金額	摘要
校 区 募 金 総 額	2,356,300	64校区
雜 収 入	35,152	利息
一般会計より繰入金	750,000	
基金会計より繰入	2,000,000	
前 年 度 繰 越 金	453,378	
収 入 合 計	5,594,830	

〈支出の部〉

項目	金額	摘要
支援活動	災害見舞金給付(火災)	60,000 2件
支援活動	ねたきり会員訪問	233,570 136名
支援活動	一人暮らし会員訪問	2,253,340 1,668名
支援活動	米寿白寿会員訪問	1,168,113 1,255名
研修	シルバーヘルパー地域支援活動費	1,270,780 1,422名(各ブロック)
研修	実行委員会	4,952
事業費合計	4,990,755	
消耗品費	8,600	事務用品
通信費	18,266	
印刷費	7,498	愛の募金依頼趣意書
雑費	133,840	
事務費合計	168,204	
予備費	0	
支出合計	5,158,959	

次期繰越金 435,871円

〈基 金〉

項目	金額	摘要
基 金	38,000,000	(令和3年3月31日現在)

一般会計報告

(単位:円)

令和2年度 収入・支出決算表		令和3年度 収入・支出予算表	
収入の部		収入の部	
会 費	7,438,500	会 費	7,380,000
補 助 金	13,532,450	補 助 金	13,720,000
寄 附 金	0	寄 附 金	1,000
委 託 費	2,347,151	委 託 費	6,595,600
雜 収 入	7,196	雜 収 入	8,100
繰 越 金	1,258,261	繰 越 金	2,074,465
合 計	24,583,558	合 計	29,779,165
支出の部		支出の部	
会 議 費	289,013	会 議 費	340,000
諸 給	7,123,436	諸 給	7,262,000
費 用 弁 償	1,082,650	費 用 弁 償	1,150,000
旅 費	110,800	旅 費	130,000
需 用 費	1,345,435	需 用 費	1,420,000
諸 費	259,134	諸 費	355,000
大 会 費	241,622	大 会 費	480,000
教 養 文 化 費	2,092,499	教 養 文 化 費	3,755,600
地 域 活 動 費	3,281,666	地 域 活 動 費	3,420,000
研 修 費	681,929	研 修 費	870,000
広 報 費	2,698,035	広 報 費	3,240,000
調 査 費	35,200	調 査 費	40,000
健 康 增 進 費	2,017,674	健 康 增 進 費	5,030,000
繰 出 金	750,000	繰 出 金	750,000
積 立 金	500,000	積 立 金	500,000
予 備 費	0	予 備 費	1,036,565
支 出 合 計	22,509,093	支 出 合 計	29,779,165

次期繰越金 2,074,465円

令和三年度役員

副会長
(新)

常任理事
(新)(新)

(新) (新)(新)

(新) (新)

理事
事

(新) (新)

村中梅志中明増藤寺宮山中中北北松河立高八上立有碇宮金池岡山森酒尾馬宇長難
上谷田水安星田原本本田村山村川本端川田尾田田本 本澤上本口崎見野場治川波
喜 雅か明多正美留政 美栄子 喜代美 千代之 坦(北部第二) 喜代美(西) 千代之(西)
一力幸彦秀彦(夢家) 明鈴司(家) 黙(北部第二) 京網(西) 京網(西) 京網(西)
(城安室東) 安(安室東) 安(安室東) 田(北) 田(北) 田(北) 田(北) 田(北) 田(北)
選富 富

理事

(新)(新) (新) (新)(新)(新) (新)

(新)(新) (新) (新)(新)(新) (新)(新)(新)

荒谷秦竹上松松中宝村定田荻永高福中庄宮國吉辰勢上藤山天中前小山林增池笠蟹菅後
木田 内田島岡井野瀬時靡野川木井野 崎岡野巳田流井崎野島村林本 田田岡井原藤
義勝英 登慎正敏武浩秋 寛敏茂敏健 正美智子 悅一祥常比博昌 満健俊博正俊 好久
照郎喜朗夫吾彦夫臣三男巧通和之雅一寬昭洋次則平隆志司三弘雄一行花昭弘雄守紀孝
坊安(安室東) 広城野山船豊砥林峰青白旭網干大津幡鹿浜田木浜引郷内外田柄陽場西
勢室東峰北里田津富堀田相山鳥陽西

理事

監事
(新)

永年勤続勇退者
会長

理常任理事長

元理事

監事
(新)

教養講師

クラブ会長

講の教諭師

松大井田西円新福久福中多大洪河菅衣清中的高藤酒下内春奥
岡山垣中浦尾居田野本川田塚水本原笠水村野田本井田海名西
洋嘉俊和辰博壮和輝正幸輝 睦慶正郁正憲守良 孝 資正良
巨明祐代雄昭介雄子澄彦男清美子子代文正明造正弘隆郎男行城
水(青) 青(広烟第二) 田柄堀田(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西) 里(高岡西)

白春大立本池藤
石江前石條内原
正善 憲数太
勉(中) 广(東) 昭(上) 夫(香呂南) 平(山之内)
信(安富北) 哲(菅生) 昭(上) 菅(菅生)

健康雑感



日々の生活で健康や体調の話
が挨拶がわりです。たまの同窓
会など病気の自慢話で盛り上がり、
おまけに解説付きです。

謬や戒めのことばが多くあります。
無病息災、一病息災、病は氣から、腹八分、医者の不
養生、予防に勝る治療なし、風邪は万病のもと：あるある。い
くらでも。

「医食同源」・発祥は中国かと思つていましたが日本での造語
らしい。調べてみたら中国では
「藥食同源」だとか。

健康で無病息災に越したことはありませんが、自信過剰も困
りものです。
さて皆さん、一番うれしいと
感じたことは何だと思います
か？ある方が言つたことを思
い出しました。健康診断で「問
題ありませんよ!!」の一言だそ
うです。

あまりの嬉しさにカンパ
イ！一日酔いが心配でした？
昔からの諺は理に適つてお
り、自分への戒めとして生活す
るのもいかがでしょうか。

活動報告

今年初めての行事

旭陽校区 前田光晴



令和二年度は新型コロナウイルスが世界規模で蔓延して、高田老人クラブ活動も「音無しの構え」が当たり前の年になってしまった。さりとて、年中行事である長寿祝い、金婚夫婦のお祝い、新入会員の歓迎会を来年へ日延べする事もできず、意を決して、令和二年十二月二十日（日曜日）午前十時より祝賀会を開催致しました。

解散時に高級折詰赤飯弁当を班長さんより手渡し、長寿欠席者にはクリスマスケーキを配付。
○高田老人クラブ会員総数一〇五名
○参加者七十名
○式典時間二十分にて終了。
○春三月に向かって楽しくて、希望の多い令和三年の新入会員をお迎え致しましょう。

コロナウイルスで 変わった昔遊び

東校区 薮木祥子

当日は快晴にして無風に恵まれて、気持ちも乗り乗りです。公民館内で金一封の贈呈式を行つて記念写真を撮り、会食に、催物は一切なくして、公民館脇の高田公園にて全員集合写真を撮りました。

解散時に高級折詰赤飯弁当を班長さんより手渡し、長寿欠席者にはクリスマスケーキを配付。
「南京玉すだれを本番の衣裳で演技したら子ども達が喜ぶと思うので正装で参加します」思いがけない申し出に驚き、少人数での昔遊びが盛り上がるようとの優しい心遣いが嬉しい。紙芝居と指遊びは新たな試みでしたが子どもの真剣なまなざしと楽しそうに見ている姿に玉すだれと共に「成功」の手応えを感じました。

コロナ禍であわただしい一時間でしたが周りの人助けられ、そして協力のお陰で昔遊びが無事出来たことを感謝しています。ありがとうございました。

米寿を迎える

八幡校区 西奥啓二

十二月二十二日は老人会と東小一年生三十九名との昔遊びでした。今回は今までと少し違いコロナウイルス感染予防の為、参加人数制限や從来のお手玉・あやとり・羽根つき等が出来ないと学校側からの通知があり、しかも時短の一時間。

こんな条件の中でどんなことが出来るのだろうか。私達が子どもの前で見せる昔遊びとは。ウーン、数日前そのことばかり模索していたが去年実施し大好評だった伝統芸能の玉

病気らしい病気もせずに元気でこられた事を親に感謝し、スミちゃん（我が家愛妻）にもまた、今年がダイアモンド婚も重なる年になりました。

さて、この二十年来三つのテーマを設けて実行して参りました。



平成十五年から月一回ゴミを拾い続けて二十年、新蒲田橋～才崎橋、六十余人が参加、トライやる

ウイーク。市国際交流日のごみリサイクル分別投棄システムの確立など、このボランティアの活力が私を支えているのです。

三、グラウンドゴルフも二十年です。

一、毎夜の脳トレと筋トレ
(1)脳トレは、いろはカルタ。
すだれと皿回しを、そしてボランティアによる紙芝居、指遊びをお願いしました。

いろはカルタには、江戸かるたと京かるたの九十六句を床に入つて眠る前に、一句一句つぶやいてスヤーと。

キログラムダンベルを持つて十分間、頭からスクワットまで。朝は、起きる前五分間のゴキブリ体操、週一回の腹筋体操百五十回、腕立て伏せ百二十回など。

二、二十年來のボランティア活動夢前川を美しくする会を結成。

十回、腕立て伏せ百二十回など。

朝は、起きる前五分間のゴキブリ体操、週一回の腹筋体操百五十回、腕立て伏せ百二十回など。

やいてスヤーと。

【小説 流転の海】

網干西校区 重永成子

返す者など、生と死の無常に涙があ
書いたとある。

レイちゃんとまる

城乾校区 黒田澄子

図書館で手にした一冊の本『流転の海』は、宮本輝が三十七年の歳月を要して、完結までの全九部の連作を完成させた。作家自らの「父と子」を描いた長編小説である。

コロナ禍のステイホーム中、全九部に気が遠くなる思いを抱きながらも、一冊一冊の分厚い本に引き込まれ、完結まで読み終えたときは、一抹の寂しさが胸をおおつた。

小説は戦後の大坂闇市から始まる。実業家として再起を図る松坂熊吾は五十歳にして初めて子を授かった。「わが子が成人するまでは死なぬ」と祈りに似た決意を持つ。

熊吾には商才の先見性があり、義理人情に厚く、ものに動じない度胸を持つ。反面、暴力的な人間性を併せ持ち、トラブルが絶えない。裸一貫で奔走し着々と財を成したが、惜しげなく、すべての事業を畠み、病弱な妻子のために郷里の南宇和に移り住んだ。

その後、故郷を離れ大阪でもう一度再起をかける。どこにいても汚濁にまみれた人生を戦い続け、宿命のように失敗と挫折を味わう。

受けた恩を心に置く者や恩を仇で

月大きいお姉さん犬。
好奇心旺盛で恐いもの知らずのま
るが、最初にレイちゃんに近づいた
時ビビッて後ずさりしていたのに、
今ではたがいの鼻先を近づけて、に
おいをかぎ合う仲になっている。

散歩の途中で鉢合わせになつたも
のなら大変。散歩そっちのけで、ま
るの相手をして遊んでくれる。長毛
種でおつとりしているレイちゃん
が、小柄ながら体力があり活発なま
るに、時にはタジタジになつて遊ん
でくれる微笑ましい光景に心が和ん
でいる。

どんなに仲がよくても、レイちゃん
とまるは犬同士だから親友とは言
えない。けれども、信頼関係は充分
なので犬友にしておこうかと思う。

古城を訪ねて

香呂校区 木村雅二

兵庫県には現在の「世界遺産・姫路城」をはじめ、数多くの城や城跡

があります。

淡路島の「洲本城」は、三熊山・標高一三三メートルの山上に天守と石垣、麓に水堀などがあり山上からは紀淡海峡を見下ろすことができま

す。

昭和三年（一九二八年）昭和天皇御大典記念に再建された三層の模擬天守（日本最古）です。平成二十九年（続）百名城に指定されています。

「淡路城」は平成二年（一九九〇年）観光目的で三層三階の天守閣が建築されたが平成二十八年三月閉館、外観のみ見ることができます。



洲本城

砥堀校区 的野守明

十分、道路脇にあります。どちらも無料です。

老人会長退任に当つて

砥堀校区 的野守明

この度、八年間務めてきた老人クラブ会長を退任いたしました。老人クラブ会長を通じて沢山の方と出会い、様々な活動をさせて頂きました。私自身、最初は務められるかどうか超不安でしたが、会員達の温かいご協力のおかげで微力ながら務めさせて頂くことが出来ました。本当に全会員達に感謝、感謝です。ありがとうございました。

この八年間の活動の中で一番印象に残っていることは何と言つても、甲子園ナイター観戦ツアードです。

「高齢者の生きがいと健康づくり」を目標に様々な活動に取り組んできましたが、あの日の会員達の笑顔とパワーには本当に驚き、これが「若者たちとの交流」「生涯現役社会」を目指す私達のターニングポイントになつたような気がします。

これから時代はコロナの影響で思うような活動を行うのが困難になることもあると思いますが、これからも高齢者が生きがいを持ち、豊かな人生を送れることを願つて、退任のご挨拶とさせて頂きます。

風水害時の適切な避難行動について

風水害時の適切な避難行動は、「命を守る」という観点から、切迫する危険を回避するための行動を基本とします。一人ひとりがおかれている状況に対し、適切な避難方法や避難するタイミング、避難場所を選択し、適切な行動をとります。

お住まいの地域の「ハザードマップ」を確認しておきましょう。

- ・校区別洪水・土砂災害ハザードマップ

<https://www.city.himeji.lg.jp/bousai/0000015172.html>
新たな想定を踏まえたハザードマップは、現在配布中です。

避難についての基本的な考え方

- 高齢者等避難で危険な場所から高齢者等は避難、その他の人は避難準備。
- 避難指示で全員避難行動をとつてください。
- 緊急安全確保で直ちに命を守る最善の行動をとつてください。

■命のパスポートの活用

姫路市では、災害から命を守るために、姫路市版携帯・災害避難カード「命のパスポート」を作成しました。事前に「自宅の危険度」「避難場所」「避難開始のタイミング」などを確認し、いざというときに活用しましょう。



危機管理室 ☎079-223-9593

令和二年度 地域交流 大グラウンドゴルフ大会

令和二年度



開催場所	花田・谷外・谷内・別所・御国野・四郷
参加校区	姫路市立球技スポーツセンター
主催	姫路市老人クラブ東部
ブロック	



午前八時前から選手・役員等集合し、球技スポーツセンターの南半面にNo.1～No.8の標準コースを南・北二コース会場設営。

開会式で前年度優勝校区「谷内校区の代表選手」による選手宣誓の後、第一ゲーム・第二ゲームを完全ローーションでそれぞれ九チームが、ゲーム。コートを変え、第三ゲーム、第四ゲームを実施し、打点の少ない上位三チームを団体表彰した。

- 優勝 八重畠Bチーム
チーム得点一一五点
第二位 上原田チーム
第三位 佐士チーム
ホールインワン賞 十一名

後日、個人の順位表を各校区へ配布

校区登園

妻鹿校区
すこやかセンター

令和二年十一月五日本

登園の際、体操の指導者でもある校区女性代表の福永八重子さんに「空き時間に体操の指導を」と依頼。

親しい方の指導ということでも、みんなで和気あいあいと楽しみながら運動することができた。



広畠ブロック活動紹介



様には期待を持って参加を頂いています。

「お帰り」と声をかけると「ただいま」と大きな声で返事がくるようになり子どもたちの顔も大体わかるようになりました。

ブロック行事とは別に地域活動では、広畠区・大津区地域づくり推進協議会に参加する他、毎夏開催される各地域対抗の「緑の町スポーツ大会」では老人クラブはグラウンドゴルフを担当し運営委員として協力すると共に各地域自治会・婦人会・子ども会と共に競技にも参加して成績上位を目指して活動している。

広畠ブロックは姫路市の南西部に位置し、日本製鉄の町として発展、その中心に広畠と広畠第二校区があり、北の八幡校区、西の大津と南大津の五校区、三十五クラブ会員約二、五〇〇人で活動している。

ブロックでは活動の中心を歩こう会に置き田畠大会等開催してきた。その「歩こう会」については、各校区持ち回りで、その校区の神社仏閣や旧跡等を辿りながら道のり四キロメートル程度を歩いている、会員皆

広畠校区は社会情勢の変化により高齢化が進み、広畠小学校も全校生徒三〇〇名弱の中、小規模校になっています。

地域の「お宝」であるこの小学生たちを無事に登下校させたいと校区老人クラブを主体に子ども見守り隊を結成いたしました。

約三十人の会員が見守り地区、曜日、時間などを分担しながら見守り活動を続けて三年が経過しております。この活動を継続するためには高齢会員の健康管理がとても大切です。暑い夏の熱中症対策や厳寒期の寒さ対策で連合自治会の援助を受け、日傘、ウインドブレーカー、手袋やホッカイロなどを配布しながら

広畠校区

小学生の見守り活動

子どもたちを交通事故から守るだけでなく不審者の出没も少なくなり、子どもたちとの会話交流もあって見守り活動の成果を感じています。

また、見守り活動の途中で通学路のゴミ拾い、雑草抜きなどを行なうがら学校、PTA、子ども会などの関係者その他、地域の方々との交流にも役立っています。

広畠第二校区

ビーンボウリングを楽しむ

コロナ対策も身に付き、安全に十分分配慮しながらの楽寿園への登園日、初めての方にも簡単に参加できるビーンボウリングを広畠校区と楽しみました。

広畠第二校区では六年ほど前から大会も実施していますので、取扱の注意事項を一緒に確認し、楽しい時間を共有しました。体力によらず、立つても座つてもできるニュースポーツです。

会員の皆様にも体験者が増え、出口収束後、ますます普及していくますように!!

八幡校区

「機関紙やわた」について

創刊（昭和六十年八月）以降タブロイド版で、記事の収集、編集と校正をクラブ編集部が受け持ち、ゲラ刷りから印刷会社に発注していた。

一〇〇号記念号（平成三十年十一月発行）からは、記事の収集、仕上がりまでをクラブ編集部が担当PDFとし、ネットで印刷会社に発注している。最近の流れと言え珍しいことではないかと思っている。

九〇〇部印刷、全会員はもとより自治会役員はじめ学校関係、校区各種団体役員に配布し、評価を頂いている。



北部第一ブロック 活動紹介



北部第一ブロックは水上・砥堀・豊富・船津・山田校区の五つの校区で、姫路市の一一番東の北に位置します。地域の共通点としては、生野鉱山の銀を飾磨港まで馬車で運んだ、日本最初の高速道路、「銀の馬車道」が走っていることです。



水上校区

一番南の水上校區は播但線野里駅を中心とした地域です。校区内の保城横手に、市川の水を船場川に引き込む井堰があります。この水が姫路市民の飲料水になっています。

水上という名称はこの姫路市の用水の源流地域というので付けられました。

同じく校区内の大日町の大歳

豊富校区

歩道として多くの市民に親しまれています。

ユニークなのは、甲子園ナイター観戦ツアーでここ三年続いています。

砥堀校区の東が豊富校區です。

豊富校区にも円通寺、福林寺、岩屋寺、砂川古墳、横山古墳といった名刹、遺跡がたくさんあります。

この豊富校区にはこの大日町の大歳



北部第一ブロックは水上・砥堀・豊富・船津・山田校区の五つの校区で、姫路市の一一番東の北に位置します。地域の共通点としては、生野鉱山の銀を飾磨港まで馬車で運んだ、日本最初の高速道路、「銀の馬車道」が走っていることです。

その北の砥堀校区は、播但線砥堀駅と仁豊野駅に隣接した地域で、播磨国風土記にその地名の由来が記されている、歴史ある土地です。



砥堀校区

日本の最高峰の思想家とも評価されている和辻哲郎博士は、この校区の仁豊野の生まれで、砥堀小学校の卒業です。また、砥堀校区に「そうめん滝」があつて、近畿自然歩道として多くの市民に親しまれています。

ユニークなのは、甲子園ナイター観戦ツアーでここ三年続いています。

船津校区

市川中流域の船着き場があつたので「船津」となったようです。

中野の獅子舞、仁色の長持道中などの独自の民俗芸能があります。就中、四三〇年以上の伝統を誇る正八幡神社の龍王舞（宮脇）は有名です。また、日本の国史学の創設者と言われる三上参次が、船津町御立に生まれています。

そのほか、「銀の馬車道」沿線では、船津瓦が有名で



老人クラブの活動としては「頭と体の健康測定会」が特筆されます。六年前から神戸大学との連携で行われていて、体組成・体の機能・頭の機能の三分野について測定し、その結果を分析、総合した診断書が神戸大学から受検者一人ひとりに後日郵送され、今後の指針にするといふものです。

さて、この町にも少子高齢化という課題が押し寄せ、地域の活性化が求められています。そこで、一昨年から姫路市の「がんばる地域応援団事業」に認定され、様々な活動が開かれています。コロナ禍ではありますが、例えば「山田すいかの食べ比べ大会」「採れたて野菜市」「山田の又兵衛」というブランドでの地酒づくりなどが推進されました。これらの活動の担い手が老人クラブです。これに刺激されて次代を担う小学生が「町の活性化策」を考案し、昨年、姫路市長に直接意見を述べるという機会があり、新聞でも大きく取り上げられました。



山田校区は、田畑と山に囲まれたのどかな田園地帯です。町の入口に「戦国武将後藤又兵衛誕生の地」を示す大看板が見えるなど、古くからの歴史を誇っています。

文芸欄

短歌

春山の拙きゴルフの成績に
「まあ伸び代」と吾を慰む

津田林 清志

氣楽さと寂しさ半々もち合わす
われの歩幅の米寿坂道

網干西

中山小夜子

熟年歌壇—投稿 小松カツ子 選

海を渡りコロナウイルス舞い込めば

一大事となる風薫る島

対岸は朝日を受けて煌めきぬ

河幅ほどの湾の入江に

家島芝原美恵子

ほろ酔ゆくほろ青くさしるさとの

野にイタドリの白き花咲く

余部平山廣嘉

コロナ禍の人込みを避け雑木林の

道歩みゆく風の音のみ

御国野岩山志保子

リュウグウを目指して六年の旅を終え

ハヤブサ2は夢もち帰る

網千龜田とみ子

菜を刻む包丁の音軽ければ

この日も妻の健やかなるべし

勝原荒堀治雄

断捨離にて出でてきたる古きハーモニカ

吹けばなつかし昭和の音色

白浜篠原加代子

冷蔵庫の隅に忘れられていし

椎茸夕餉の鍋に煮えゆく

大輪のあじさい車窓に触れたり

細き山道ゆつくり下る

網干西三木よし子

須磨寺の敦盛の君よ叶うなら

青葉の笛の音を聴かせたまえ

津田井上幸子



俳句

今日も無事デイサービスや春田道
縁がはの陽射しも春の陽気かな
八木中村侍 西川美智子

繩張りの鳥の来る庭 梅桃
四郷中寺前田眞佐子

○恋の絵馬春一番に裏返る 鈴磨東室田ひろみ
中島保選

初ひ孫寝返りするらしこロナ禍で
会いには行けずワクチン待ちおり

津田後藤敦子

○万物の命育む春の雨 峰相木下秀信

向かい家のおさな児春より一年生
祝いの品を選ぶ樂しさ

城陽黒田昭代

樺の小枝に蜜柑を差せば前栽に
メジロ飛び来てせつせとついばむ

大津田井東吉三

巡り合う人の心のぬくもりに
九十の春を生きるよろこび

手柄井上美幸

福を呼ぶ金の成る木に花咲けり
腰痛しばし忘れほっこり

船津安達みさお

日帰りの出で湯に浸りて見る桜

別所渡部淳子

春夕焼散歩の距離を延したる
九十の春を生きるよろこび

八木梶原武子

春日傘少し回して土手の上
福を呼ぶ金の成る木に花咲けり

香呂南中務みき子

若鮎の光る浅瀬や目眩まし

別所渡部淳子

春夕焼散歩の距離を延したる
九十の春を生きるよろこび

八木梶原武子

春日傘少し回して土手の上
福を呼ぶ金の成る木に花咲けり

船津安達みさお

雜草よけに藁を敷きたる畑に来て
桜のようなピンクの小花

青山片山喜栄子

春だ春だと小鳥たわむる

安室竹内明美

枕べに打つ雨の音春近し
銀髪となりて翳せる春日傘

中寺前田千代美

万緑や赤子の指の柔らかく

荒川中村和子

枕べに打つ雨の音春近し
銀髪となりて翳せる春日傘

春愁やひとりに疲れ独り言
畠道の白きタンポポ慎ましく
船津古澤満寿美

蒲公英のどこまで続く空の旅

甥っ子の車掌敬礼春の旅

香呂 大塚

宣子

あたたかや園児六人箱車

前之庄 細引

岡本 清子

晴れ渡り言ふことなしや花の中

白浜 小西

敬子

桜咲く声はづませて吾子が来る

城南 辻井智枝子

城南 喜子

春の雨いつのまにやらしとしと

城東 前川 祐助

谷内 橋本和佳子

五分咲きの花に陣取る庭かな

御国野 三木 敏夫

中島 保

群青や空へ伸びらか白辛夷

城東 前川 祐助

中島 保

船を漕ぎ堀の花弁掌で掬ふ

御国野 三木 敏夫

中島 保

（選者吟）なごやかな花庭にある上座

城東 前川 祐助

中島 保

ワクチンの痛みこらえて命乞い

別所 井置 善朗

今村 敏子

遺影用念入りマイクカメラ前

野里 三木

島部 宏

リタイヤし免許返して一万歩

前田 忠義

高浜 吉野 陽子

大丈夫今日も豚汁おいしいよ

桐村 晃

酒井 成子

爺ちゃんは嬉し寂しき孫成長

綱干 長澤

辰三

コロナ禍でくしゃみもせきも気をつかう

船津 平石

城乾 土居 則男

聰子

熟年川柳 — 投稿

山本 三雄 選

荒川同好会

朝の刻茶柱のたち心浮き

今村 敏子

会えるかな心搖いで日々歩く

島部 宏

二才児のCDデビューただ啞然

前田 忠義

県またぎ来たよと笑うやさしい目

高浜 吉野 陽子

マスク顔誰かと思や我が女房

桐村 晃

春のかぜ胸に一杯はずむ足

（代表）山本 三雄

計報きく待合室のマスク越し
ふつ飛ばせ今朝の揉めことホールインワン
感謝こそ世界を救う力なり

首伸ばしアクリルよけてしゃべるオレ
青山 前原 治子

わが犬が私の相手家の中
わが犬が私の相手家の中

箱根路を孫駆けおえ安堵する
来年は花見出来るか楽しみに

英賀保 木村 優代

朝ウオーケお旅所に鹿親子連れ
青天に鮎そつくりな雲ふたつ

荒川 東

水上 田邊 稔一

バスルーム色と香りは有馬の湯
金婚式ほどよいソーシャルディスタンス

妻 鹿 篠原 繁明

バヌルーム色と香りは有馬の湯
金婚式ほどよいソーシャルディスタンス

妻 鹿 篠原 繁明

令和2年度 住宅用火災警報器設置促進事業の実施

火災からあなたの命を守る

『住宅用火災警報器』設置していますか？

火災をいち早く感知し、音声等で周囲に知らせて命を守る『住宅用火災警報器』を一つでも多く設置していただくことで『住宅火災による焼死者をゼロにする』ことを目指し、住宅用火災警報器設置促進事業を実施しました。

(1)事業対象と実施内容

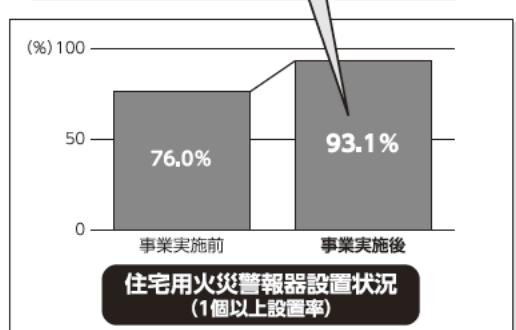
姫路市連合自治会のうち216自治会、36,126世帯にアンケート調査を実施

(2)アンケート内容

火災予防条例で設置が義務付けられている全ての部屋等【寝室・子供部屋（寝室として使用している場合）・階段（寝室が2階以上にある場合）】に住宅用火災警報器を設置していますか？

- 条例に必要な部分又は台所に1個以上設置されている……………1個以上設置率
- 未設置……………未設置率

今回の事業で協力いただいた自治会においては、1個以上の設置率が大きく上昇しており、住宅火災に対する安全性も大きく向上したと考えられます。



姫路市消防局予防課 TEL 223-9532

6月からの行事予定

令和3年 6月	
1日(火)	機関紙「熟年110号」発行
22日(火)	ニューリーダー研修会
29日(火)	校区女性部代表研修会
8月	
8月～2月	シルバーヘルパー地域支援活動推進委員養成研修会 (各ブロック)
25日(木)～ 29日(日)	高齢者作品展
9月	
9月～11月	「米寿・白寿」会員の訪問 歩こう会（各ブロック）
21日(火)	SPC(シルバーパワークリーン)作戦
10月	
1日(金)	機関紙「熟年111号」発行
5日(火)	高齢者スポーツ大会
27日(木)	ニューススポーツ大会

高齢者作品展

出展作品を募集します

出展資格

満60歳以上の姫路市民

募集作品

洋画、日本画、水墨画、書、陶芸、彫刻、盆栽、写真、工芸、手芸等

自己創作で未発表の作品。一人一作品。
一人で搬入可能な大きさのもの。

展示期間

8月25日(水)～8月29日(日)

展示場所

イーグレひめじ 市民ギャラリー

申込方法

6月30日(火)までに、ハガキ、ファックスまたはメールで、部門と作品名(ふりがな)、サイズ、日本画・水墨画・書は作品の形状(軸・額の別)、洋画は作品の号数、手芸は作品の種類、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、8月25日現在の年齢を生涯現役推進室まで。

申込先

〒670-8501

姫路市安田四丁目1番地 生涯現役推進室

TEL.221-2986 FAX.221-2972

メール▶ikigai@city.himeji.lg.jp



※応募多数の場合は調整させて頂くことがあります。

兵庫県知事選挙

投票日 **7月18日(日)**

[期日前投票のできる期間]

7月2日(金)～7月17日(土)

そろって投票しましょう!!

す。会員皆さんの投稿をお待ちしております。
す。す。す。す。す。
し。し。し。し。し。
込。込。込。込。込。
体。体。体。体。体。
制。制。制。制。制。
ま。ま。ま。ま。ま。
た。た。た。た。た。
編。編。編。編。編。
集。集。集。集。集。
部。部。部。部。部。
も。も。も。も。も。
新。新。新。新。新。
しい。しい。しい。しい。しい。
メン。メン。メン。メン。メン。
バー。バー。バー。バー。バー。
迎。迎。迎。迎。迎。
え。え。え。え。え。
五。五。五。五。五。
人。人。人。人。人。
に。に。に。に。に。
喜。喜。喜。喜。喜。
ば。ば。ば。ば。ば。
れ。れ。れ。れ。れ。
ホ。ホ。ホ。ホ。ホ。
ーム。ーム。ーム。ーム。ーム。
ペ。ペ。ペ。ペ。ペ。
ー。ー。ー。ー。ー。
ジ。ジ。ジ。ジ。ジ。
も。も。も。も。も。
取。取。取。取。取。
組。組。組。組。組。
ん。ん。ん。ん。ん。
で。で。で。で。で。
い。い。い。い。い。
く。く。く。く。く。
所。所。所。所。所。
存。存。存。存。存。

編
集
後
記

『熟年』の原稿を募集します。

投稿規程

(1)投稿は、会員に限ります。

…校区名・氏名・住所・電話番号を楷書で

(2)クラブ活動の様子・提言・随想・詩など

…写真やイラストを除いて原稿用紙で400字以内

詩は、16字×20行以内

(3)短歌・俳句・川柳など

…はがき1枚に1人3首(句)まで

俳句は、俳句欄末の兼題で(雅号不可)

(4)編集の都合で添削し、割愛または次号に回すこと

があります。原稿は、すべて返却しません。ご了承ください。

原稿の送り先

〒670-0943 姫路市市之郷1006番地8

姫路市すこやかセンター内

姫路市老人クラブ連合会 事務局「熟年」係

次回締切りは**8月1日**です。

機関紙「熟年」は、ホームページでもご覧いただけます。

姫路市老人クラブ連合会

検索

URL <http://www.hime-ro-ren.com/>

老人クラブ事務局
執務時間

月・火・木・金 9:00～16:00

土 9:00～15:00

水・日・祝日 休日

