

第116号

発行日
令和5年
(2023)
6月1日



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

第48回 姫路市高齢者芸能発表会

主催 / 姫路市



姫路市高齢者芸能発表会 2月10日(金) (中寺校区)

「人と人との絆」
を大切に

姫路市老人クラブ連合会
副会長 笹岡俊雄



老人クラブの本部に
入って一年、総務財政
部長を担当して居りま
す。

クラブ会長や校区会長を兼務しており、
未だ本部の活動は、充分に役割を果たすこ
ろまでに至って居りません。

総務財政部としては、大会や各種会議の
準備や交通安全学習会の推進等を担当して
いますが、一番重要な役割は、会員加入促
進事業及び次世代育成事業です。

今、社会は目まぐるしく変化し、日々の
新聞やテレビからはあふれる程の情報が流
れて来ます。

高齢である私たちは、ともしればついて
いけない事も多々あるかと思えます。こう
いう複雑な世の中であればこそ、老人クラ
ブでお互いに知識を深め、温かい友愛の心
で、会員の皆さん一人一人が支え合う「人
と人との友愛の絆」を大切にして、高齢者
が生き生きと暮らせる社会を目指してい
ましょう。

姫路市老人クラブ連合会 令和五年度 活動方針

「人生二〇〇年時代」といわれるように、姫路市においても高齢化はますます進んでおります。特に、一人暮らし高齢者や高齢者夫婦世帯の増加、地域の繋がり希薄化、新型コロナウイルス感染症予防のための活動自粛により、フレイルといわれる虚弱高齢者の問題等、憂慮すべき状況は深刻さを増しています。

市老連では、男女共同参画での友愛活動の拡充と会員相互の支え合いを一層深めていくことが重要と考えます。「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」を目指し下記事業を計画します。女性役員の登用、若手会員の加入促進についての取組みを継続、またデジタル社会への対応としてスマホ講座を校区登園の中で取り組む予定としています。

- 一 健康づくり事業
- 二 友愛訪問活動
- 三 教養文化事業（会員の資質の向上と老人クラブの育成に努める活動）
- 四 社会奉仕活動
安全安心の明るい、魅力あ

る地域社会づくりに貢献
五 次世代育成支援事業
六 会員加入促進事業
高齢者団体であるため基礎疾患を有する会員が多いことから、市老連活動ではマスクの着用を継続し、新型コロナウイルス感染症予防対策に配慮しながら各事業を実施することいたします。

事業計画

一 会の運営

- (1) 理事会
- (2) 常任理事会
- (3) 本部役員会
- 定例会 毎月一回開催
- (4) 部会

- ・ 総務財政部会
 - ・ 健康福祉部会
 - ・ 教養文化部会
 - ・ 広報調査部会 機関紙の発行
 - ・ 友愛部会
- 二 大会
令和五年五月二十六日
市民会館
永年勤続勇退者その他の表彰講演
事業実績及び計画の報告

三 教養文化事業

- (1) 教養講座
すこやかセンター、楽寿園
- (2) スマホ講座・相談 楽寿園
- (3) 趣味の教室 六教室
すこやかセンター

四 友愛活動の実施

年間を通して各クラブで実施
社会奉仕事業
SPC（シルバーパワークリーン）作戦

- ・ 第一回 令和五年五月二十九日
 - ・ 第二回 令和五年九月二十五日
 - ・ 第三回 令和五年十一月二十一日
- 六 会員加入促進事業
(1) 地域住民への活動PRのため機関紙「熟年」活用
公民館・自治会へ送付

- (2) 広げよう仲間づくり委員会
- (3) 加入促進リーフレット配付
- (4) フラスワン運動「通年実施強化月間 令和六年一～三月
- (5) 市老連ホームページ更新・維持管理
- (6) 姫路お城まつり（総踊りに参加）
令和五年十一月十一日
大手前通り

七 次世代育成支援事業

- ・ スクールヘルパー、トライやる・ウィーク、世代間交流
- ・ 地域の子ども見守り活動

八 研修会

- (1) ニュージーダー研修会
令和五年七月四日
イーグレひめじ
- (2) 校区友愛部代表研修会
令和五年八月二十七日
市民会館
- (3) 合同研修会
令和五年七月二十八日
イーグレひめじ

九 地域支援活動推進員養成研修会

（令和四年度までシルバーヘルパー地域支援活動推進員養成研修会）
令和五年八月～令和六年二月

十 交通安全学習会

- (1) 交通安全教室
各校区、単位クラブ、楽寿園、すこやかセンターで随時実施

十一 機関紙「熟年」の発行

- 第一一六号 令和五年六月一日
- 第一一七号 令和五年十月一日
- 第一一八号 令和六年二月一日

十二 健康増進事業

- (1) ニュースポーツ大会
令和五年十一月二十二日
すこやかセンター
 - (2) シニアスポーツ講習会
希望校区で実施
すこやかセンター
 - ピンボウリング・ペタンク
 - (3) 歩こう会（十四ブロック）
令和五年十月～十二月
ブロック毎に実施
 - (4) 健康リズム体操
すこやかセンター
 - (5) 健康コーラス 楽寿園
 - (6) ガンバルンバ体操 楽寿園
- 十三 姫路市への協力事業
(1) 第四十九回姫路市シニア作品展
令和五年八月三十日～九月三日
イーグレひめじ市民ギャラリー
- (2) 姫路市長杯
姫路市高齢者スポーツ大会
令和五年十月五日



本年度も愛の募金にご協力いただきありがとうございます。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いただきます。

- 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
- 地域支援活動推進員養成研修

◆ 生涯現役賞
高岡校区 東今宿老人クラブ
広畑校区 老人クラブ連合会

◆ 生涯現役大賞
手柄校区 飯田老人クラブ

令和五年度 生涯現役活動
優秀団体表彰

- (5) 生涯現役地域活動助成事業
令和五年四月～令和六年二月
市民会館
- (4) 生涯現役活動優秀団体表彰
令和五年五月二十六日
市民会館
- (3) 第四十九回
姫路市高齢者芸能発表会
令和六年二月六日 市民会館
- (予備日 十月六日)
球技スポーツセンター

令和4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	1,997,200	
雑収入	6,282	利息
一般会計より繰入金(市助成金)	750,000	
基金会計より繰入	1,000,000	
前年度繰越金	1,077,790	
収入合計	4,831,272	

〈支出の部〉

項目	金額	摘要
地籍 災害見舞金給付(火災)	120,000	4件
支援活動 ねたきり会員訪問	137,596	97名
ひとり暮らし会員訪問	1,757,884	1,618名
米寿白寿会員訪問	1,186,689	1,276名
研修 シルバーヘルパー 地域支援活動費	1,107,758	1,428名(各ブロック)
実行委員会	5,290	
事業費合計	4,315,217	
消耗品費	5,268	事務用品
通信費	17,089	
印刷費	7,498	募金の依頼趣意書
雑費	64,620	
事務費合計	94,475	
予備費	0	
支出合計	4,409,692	

次期繰越金 421,580円

〈基金〉

項目	金額	摘要
基金	35,000,000	(令和5年3月31日現在)

一般会計報告

(単位:円)

令和4年度 収入・支出決算表				令和5年度 収入・支出予算表			
収入の部				収入の部			
会費	6,382,800	会費	6,120,000				
補助金	13,728,307	補助金	14,367,000				
寄附金	0	寄附金	1,000				
委託費	4,969,224	委託費	6,295,000				
雑収入	3,825	雑収入	5,100				
繰越金	2,157,322	繰越金	1,632,838				
合計	27,241,478	合計	28,420,938				
支出の部				支出の部			
会議費	225,926	会議費	250,000				
諸給	6,893,373	諸給	7,000,000				
費用弁償	1,081,380	費用弁償	1,080,000				
旅費	110,820	旅費	120,000				
需用費	1,217,990	需用費	1,425,000				
諸費	165,265	諸費	210,000				
大会費	403,442	大会費	430,000				
教養文化費	3,995,522	教養文化費	4,724,200				
地域活動費	3,089,964	地域活動費	3,090,000				
研修費	595,366	研修費	500,000				
広報費	3,010,625	広報費	3,060,000				
調査費	39,600	調査費	40,000				
健康増進費	3,529,367	健康増進費	4,890,800				
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	350,938				
支出合計	25,608,640	支出合計	28,420,938				

次期繰越金 1,632,838円

大会

五月二十六日(金)
市民会館大ホール

本年度の姫路市老人クラブ連合会大会が、市内の校区会長・クラブ会長・校区友愛部代表の参加を得て開催されました。

第一部は馬場副会長の大会宣言で始まり、国歌斉唱・物故者への黙祷、難波会長の挨拶がありました。次に姫路市生涯現役活動優秀団体表彰・永年勤続勇退者感謝状贈呈と続き、清元秀泰姫路市長・三輪敏之市議会議長が祝辞を述べられた後、メッセージを披露し感謝状受賞者を代表し北村坦氏の謝辞で終わりました。

第二部は、姫路城世界遺産登録30周年を記念して、姫路文学館 副館長兼学芸課長 甲斐史子氏による「姫路城に紡がれた歴史ものがたり」の講演がありました。
最後に事務局から、理事会で承認された事項の報告があり、酒見副会長の閉会の言葉で大会を終えました。

令和五年度役員

会長
副会長

常任理事

(新)

(新)

(新)

(新)(新)

(新)(新)

(新)

(新)

(新)(新)

梅田良幸(安)	新土明(安)	明星隆(安)	藤川久美子(夢)	高谷正明(夢)	寺本美鈴(家)	宮本留司(家)	山田政美(美北第2)	上田登美夫(北第2)	奥平洋子(北第2)	高井良(北第2)	内山貴詞(西)	永川敏和(西)	河端萬千代(網)	高木茂之(網)	山本繁樹(広畑)	位田嘉幸(広畑)	池田忠子(磨)	立田博(磨)	湊本英子(灘)	秋本利隆(東)	林加代(東)	清瀬一郎(東)	池上絹代(中第2)	池田正弘(中第2)	山口博子(中第2)	森崎義則(中第2)	酒見宣子(広畑)	天野昭一(豊)	尾野哲文(勝原)	馬場武司(別所)	笹岡俊雄(手柄)	難波功(高浜)
---------	--------	--------	----------	---------	---------	---------	------------	------------	-----------	----------	---------	---------	----------	---------	----------	----------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------	---------	----------	----------	----------	---------

理事(新)

(新)(新)

(新)

(新)

(新)

(新)

(新)

(新)

(新)(新)

(新)

村上正勝(安)	加藤正富(安)	池内洋二(広峰)	中村慎(野里)	松島隆(野里)	小西正(好)	大村浩三(砥堀)	山尾正樹(永上)	田尾巧峰(山)	荻野寛通(青)	小段昭文(勝原)	中島厚網(千西)	立川左京(網)	庄純寛(天津)	森尾弘一(八幡)	吉野洋妻(鹿)	吉野弘高(浜)	大西弘津(田)	上水祥平(磨西)	藤井常隆(磨東)	富尾欣宏(大塩)	松田琢藏(八木)	中島昌三(系引)	木原忠(四郷)	木下秋夫(谷外)	林俊行(花田)	増田昭高(岡西)	今田富幸(高岡)	今村登美子(城陽)	後藤久孝(城西)	春江正広(東)	村上喜一(城南)	藤村重城(南)
---------	---------	----------	---------	---------	--------	----------	----------	---------	---------	----------	----------	---------	---------	----------	---------	---------	---------	----------	----------	----------	----------	----------	---------	----------	---------	----------	----------	-----------	----------	---------	----------	---------

理事(新)

監事

永年勤続勇退者

常任理事

元常任理事

理事

クラブ会長

熱年編集委員

吉川勝子(高岡)	岡本正行(城乾)	立花貞行(野里)	土居清隆(林田)	黒田隆幸(網)	肥塚正己(南大津)	山下正朗(南大津)	三木億美(南大津)	浦川清(八幡)	浅見順之(城南)	大森順之(城南)	荒木義照(坊勢)	福井敏雅(網西)	中野健一(南大津)	勢田一則(津田)	中山美栄子(砥堀)	國岡美智子(広畑第2)	宮本真子(谷外)	北村坦(水上)	宮崎昭八(幡)	中谷力(城南)	白石勉(中寺)	岡本直樹(高岡)	定時秋男(林田)	菅原好紀(船場)	大前善信(安富北)	栄永幸雄(香呂南)	渡邊清和(中寺)	大野節子(坊勢)
----------	----------	----------	----------	---------	-----------	-----------	-----------	---------	----------	----------	----------	----------	-----------	----------	-----------	-------------	----------	---------	---------	---------	---------	----------	----------	----------	-----------	-----------	----------	----------



活動報告

夢 叶う

東校区 蔭木 祥子

叶えたい夢に レッツ ゴー
音楽を通じて知ったkさん。地域のサロンで、ギターリストとして長年活躍されている。無謀な望みと分かっているが、いつかkさんのギターとオカリナでコラボしてみたい。
認知症予防サロンを再度立ち上げる。

制度が変わり一度諦めたが、皆が気軽に集まれる唯一の場がなくなり、今まで築いたコミュニティションの輪が、消えてしまいそんな危機を感じた。
継ぐ人を育てる。
現在通っているオカリナ教室の仲間に演奏を依頼し、共に音楽を楽しむ一時を生かし、老人会を知らない若い人と繋がる機会を広げたい。
仲間に入り、一緒にやってみたいと思ってくれるたくさんの人と、共有できたら嬉しい。
参加しやすい環境、次の世代に続く道を開拓するのも、今の私達の役目です。
次の夢計画は、多くの方に老人会に関



心をもってもらえる様に魅力を考えたい。

安室小学校 創立百五十周年

安室スールルバー 一井美智子

安室小学校が創立百五十周年を迎えられましたことを心より、お祝い申し上げます。
明治六年二月より開校され、その後昭和二十二年に市立安室小学校と改称されました。昭和四十八年百年を迎えられて、昭和五十三年は、児童数が増加し、安室東小学校を新設し分離しました。よい結果が出て、姫路市ICT活用の進展に、大きく寄与され、「やさしく、かしこく、たくましく」のキャッチフレーズで、充実した取り組みをされています。

高学年の子供達、体格のよい子が、目立っています。百五十年前の着物姿、ぞうり(草履)で通学当時は考えられませんが。戦争あり、食料不足あり、思い出せば悲しくなります。
父が明治生まれ、息子達、私も昭和の卒業生です。孫達が平成の卒業と、縁があり、この街で生まれこの街で育ち、ヘル



パーも生涯現役で頑張りたいと思っています。

完 歩

勝原校区 塚本 清子

小学校八時五十分出発。子供のころの遠足のように、リュックを背負って。いつも車移動だが今日は挑戦してみよう。完歩出来る事を願って。さあ出発だ。秋の扉が開いた。スポーツ、食欲、旅行と一番よい季節だ。車の目線ばかりと違って徒歩の目線だからこそ景色が嬉しい。
陸橋の隅に夏の名残か紫色の朝顔が精一杯咲いている。踏まれないようにね。

ピラカンサが枝が折れそうな位に赤い実を溢れんばかりにつけている。柿も今年は豊作かな、ポタッとぶら下がっている。「早く食べてよ。美味しいよ。」と言ってるみたい。
何度目かの水分補給。喉通る水の美味しいこと、胃に到達するまでに又飲む。水ってこんなに美味しかったっけ。
潤ったところでまた出発。何とか歩いて良かった。ゴール目前だ。この足よく頑張ったね。疲れたけど完歩出来た。爽やかな気持ち。
老けない、惚けない、寝込まない。

※ICT 情報処理および通信技術の総称を指す用語のこと。(編集部)

昨日と同じ今日の元気に感謝して、今日と同じ明日を願って！
本当にお疲れさまでした。ありがとう！
(前号に掲載の予定でしたが、紙面等の都合で今回になりました。)

主張・随想

大河ドラマ、どうする家康?!

香呂校区 木村 雅二

信長、秀吉、家康が戦国時代を戦って、最後に徳川家が十五代二百六十五年余り江戸時代が続きました。
明治維新が起こり、明治、大正、昭和、平成、令和と歴史は現代に続いています。
信長が「人生五十年」と言ってきた、現在は「人生百年時代」と言われ始めました。

家康は三河国、岡崎城で生まれ(幼名、竹千代)、その後、浜松城、駿府城、江戸城と出世し、幾多の困難に遭いながら「人



名古屋城

生は重荷を背負うて進むが如し」で天下を統一して、子宝に恵まれ時流に乗り、七十五才の長寿でした。各地に東照宮が建立され、「神君」として祀られています。

私は「全国城めぐり」で日本各地を訪ねました。テレビドラマを見て各地のお城を思い出しています。八十路を「これから、どうする！」ですが、まずは「健康第一」を motto に、ゆっくり歩んで行きたいと思っています。

秋祭りを終えて

勝原校区 釣井 一男

コロナ感染症の終息が見えない中、役員の皆さんは、感染防止に努め、細心の注意を払いながら準備を進めた。

一日とその日が近づくも、乗り子が叩く太鼓の音はちぐはぐな状態、三年ぶりに屋台が出せるのか。役員をはじめ、親御さんも祈る思い。本番前日になり、太鼓もドーンドーンと息の合った音が響き出す。我が家の孫は大学生。法被を着たいとバイトで小遣いを貯めた。父親も多忙な中、担ぎ手として参加。当日、三年ぶりに屋台蔵が出る感動。

「とあやるぞ」と私も声が出た。私、息子、孫の三代での参加。若い担ぎ手が屋台を持ち上げる

「チヨース」に思わず、「えーどえーど」と声援を送る。若い衆の力強いエネルギーを感じた。

少子高齢化の時代、祭りには、家族の対話や町内の世代を超えたコミュニケーションの場となった。



(前号に掲載の予定でしたが、紙面等の都合で今回になりました。)

母と

網干校区 重永 成子

父に代わり、重労働を重ねてきた実母が、脳梗塞を発症して入院した。左半身不随の後遺症が残った母は、誰もが願う「人の手を煩わさないで、ポツクリ行きたい」と常々口にしていただけに胸が痛む。

介護施設も充実していない頃で、父と兄弟が交代で、自宅介護することに決めた。小姑が常に出入りする自宅は、義妹にとつて気が休まることになかった。

気分転換に、散歩や喫茶店にモーニング



ングを食べに行った。母にとって喫茶店で食事することなど、今までになかったと思われる。

車いすに座り、膝まであるビニールの前掛けをつける。パンをコーヒーに浸して、柔らかくして口に運ぶ。半身不随は口半分機能を奪い、ポロポロと前掛けの上にこぼした。私は周囲の目を気にしないようにしていた。

よほど珍しかったのか、満足そうな母の笑顔。「また行こうな」の約束をしていた。

フレンドシップデー

網干旭陽校区 前田 光晴

年のせい、月並みの温泉、名所、旧跡巡りには飽いています。でも「フレンドシップデー」、岩国航空基地の航空ショーには、気分うきうきわくわくさせられます。

広大な基地内には軍用飛行機が間近に展示公開されています。そして離着陸、曲技飛行を「これでもか！」と見せ付ける様に披露をします。開放された飛行機に自由に触れたり、覗いたり、近寄れる嬉しい一日です。

基地に駐在されている、アメリカ人家族やパイロット、子供達ともバザーを通じて交流も出来ます。写真を撮らせてもらったり、大きなス

ターキを喰ったり、キャンデーを買ったり、衣類を物色したり、岩国は「リトル、アメリカ」になっています。

アメリカ本土より直送された、僕の背丈より大きなボックスが随所に置かれています。これが塵箱です。ユーモアに笑ってしまいませ。輸送機の影で一服するのも乙なものです。



第四十八回 姫路市 高齢者 芸能発表会

部門別団体・出演者数

体操	六校区	九十一名
ダンス	七校区二団体	百四名
民謡	一校区二団体	九名
合唱	四校区	七十二名
詩吟・民謡	一校区	六名
舞踏・新舞踏	三校区	二十八名
その他	四校区団体	八十二名
総出演者数		三百九十二名
参加団体		三十一校区は二十六

(姫路市生涯現役室資料)

第四十八回 姫路市高齢者芸能発表会

二月十日(金) アクリエひめじ中ホール

姫路市では皆さんの趣味活動の成果を披露する場として高齢者芸能発表会を開催しています。四校区より報告を頂きました。概要は別記の通り(六頁に掲載)です。

ハワイアンフラ

カネオハ

八幡校区 林 寿々子

今までの会場とは違い、今回は新しい舞台での演技となるため、この日に備え一生懸命練習を重ねてきました。当日、本番で舞台上立つと、客席から大きな波がどどんと押し寄せるとよめを感じました。今こそ練習の成果を出す時

と思い、全員で舞台いっぱい、元気いっぱい思う存分踊ることができました。大成功です。会場からは心のこもった大きな拍手が続き、華やかなドレス、髪飾りなどを身に纏い、若返ります。健康で楽しく笑顔いっぱい、ハワイのメロディーにのせて、ハワイアンを！社会のためにボランティアで生涯現役をモットーとして続けて参り



たいと願っております。素晴らしい機会を与えていただきありがとうございます。

唄と踊り

麦畑

荒川校区 中元百合子

昨秋の事、田生生涯クラブの方より「麦畑」を演じる為に鎌や鍬等の道具を作りされたところ、コロナで中止になったため私達に貸して頂ける事となり、振付師のいない私達は、試行錯誤しながら全員で考え和氣藹々楽しく練習しました。そのため、形が出来上がったのは、当日朝の練習という有様。合言葉は会場の皆様に笑って楽しんで頂こうとの思いで頑張りました。踊り終え、楽しかったよ、面白かった、良かった、沢山の方に声を掛けて頂き練習



3B体操

元気に楽しく3B体操

谷内校区 吉川光子

から本番まで全員で楽しい時間を共有出来、素晴らしい思い出が作れた事を大変嬉しく思っています。

3B体操は幼児から高齢者まで体に無理なく気軽に参加できる体操です。3Bとはボール・ベル・ベルトのBから始まる三つの道具の一つ以上を使って行う体操です。他の体操と違うのはプログラムに「遊びの要素」が入っていることです。私たちは谷内公民館で月三回木曜日に先生と共に十名の仲間と和気あいあいと練習に励んでいます。給水タイムのお喋りは大変楽しいひと時です。

今回は「スイス・シャーター」の音楽に合わせての演技でしたが、ベルトを思うように操ることができず四苦八苦「こうかな」「ああかな」と考えながらできた時には「バンザイ!!」「ヤッター」と嬉しく達成感があります。これからも3B体操で足腰を鍛え仲間とワイワイいながら続けていき



大正琴

高原列車は行く

林田校区 是兼陽子

新しく出来たアクリエひめじで演奏する事を目標に練習に励み二月十日無事出演して演奏する事が出来ました。当日のお天気はあいにくの雨でしたが、どこからともなくお客様がこられてほぼ満員状態でした。満足な音出しも出来ず不安一杯の出発進行でしたが我らの高原列車は山を越え谷を越えて軽快に運行、たくさんのお客様に盛大な拍手を頂き達成感を得られました。お世話して頂いた方々に感謝しています。私たちのグループは十四名で平均年齢は七十四歳です。生涯現役を目指しコロナ禍でも無理のない練習がストレス発散となり大正琴を楽しみボランティアも頑張っています。今後いつまでも高齢者芸能発表会がアクリエひめじで開催される事を願っています。



網干ブロック 活動紹介



網干ブロックは、南から網干・網干西・旭陽・勝原の四校区四十単位クラブで構成しています。

活動としては「ユニーススポーツ大会予選会・本大会」「歩こう会（熟年第十五号掲載）」「シルバーヘルパー研修会」「SPC作戦」を実施しています。

四校区共通の話題は、旭陽校区にある「魚吹八幡神社の武神祭（鬼追い）」で、三月二十五日、四年ぶりに行われました。太鼓・三味線、手踊りの行列、境内での献納・神事、奉納演芸、勇壮な鬼舞い、餅まき、が続き、今年当番村、津市場の老人クラブ会員も張り切って参加していま



した。奈良時代からの伝統を受け継ぎ守っています。

網干校区

網干校区は十五クラブ、会員数は一、〇四一名です。校区内は四自治会があり、自治会ごとにグラウンドゴルフ、カラオケ、いきいき百歳体操、ベタンク、輪投げ、健康マージャン等同好会として活躍しています。

三年ぶりに網干中学との交流グラウンドゴルフ大会を十二月六日に行いました。第十八回目の大会となり、生徒一五三名、教師十二名、老人クラブ五十三名の参加で大変盛り上がりました。生徒五名、会員一名で八ホールを回り交流を深めることができました。

後日生徒達から心のこもった礼状をもらい、会員達も喜び有意義な大会でした。



網干西校区

網干西校区は九単位クラブ、会員数約五〇〇名で構成しています。しかし、会員数の減少が顕著で現状維持に四苦八苦しています。

活動事例として、公民館と共同し

て「自然探勝教室（近辺のウォークと、バス研修旅行）」、グラウンドゴルフ、輪投げ、吹き矢、カラオケ交流会、恵方三神社初参り、「いきいき教室（教養講座）」など年間を通して計画的に行っています。

輪投げは月二回、二十五名前後で約九〇分、お茶を飲み、雑談しながら和気あいあいと楽しんでいきます。三年ぶりの網干校区合同演芸大会開催を願っています。



旭陽校区

旭陽校区は八単位クラブ、七九八名で構成しています。旭陽公民館を中心に、各競技大会、歴史、教養、健康、特殊詐欺防止、災害等の講座、書道、絵手紙、石ころアート、フラワーアート、と多彩です。単位クラブでは、趣味の教室、カラオケ、輪投げ、憩いの日、百歳体操、ふれあいサロン等



屋内活動、グラウンドゴルフ、ベタンクの屋外活動を行っています。市老人クラブ連合会主催の登園は七五名、八〇名の参加、三月十一日には三年ぶりに九〇名の参加を得て輪投げ大会を楽しみました。

勝原校区

勝原校区はおおよそ網干駅からはりま勝原駅に至る東西に長い校区で、八単位クラブ、会員九七八名です。各クラブとも早朝よりグラウンドゴルフを楽しみ、月一回校区大会を開催しています。

また、奉仕活動にも積極的に参加しています。平成二十年はりま勝原駅開業と同時に「美しい駅をつくらう」と地元能見に「すぐりべの会」が発足し、自由通路、駅周辺の清掃、放置自転車撤去等を行うこととなり老人クラブも参加し一緒に活動を進めてきました。今年で十六年目に入りますが、発足当時の「日本一の駅にした」との決意が今も受け継がれているからだと思います。



※「すぐりべ」は「福磨風土記」に由来する名前。

安富ブロック活動紹介



安富ブロックの現状

安富ブロックは姫路市の西北端に位置し、面積は六〇キロ平方メートル、東西四キロメートル、南北十五キロメートルの細長い地域です。町の九〇パーセントを山林が占め、古くから産業の中心は林業と農業です。

国道二十九号線が町を縦断して宍粟市に延び、雪彦山系を水源に持つ林田川が町の中心を南に流れ、自然がおりなす四季折々の豊かな景観が私たちの心を和ませてくれます。加えて林田川左岸の桜並木、稲穂で作られた加茂神社干支置物、県指定天然記



念物「鹿ヶ壺」、国重要文化財「皆河千年家（古井家住宅）」、県指定史跡「塩野六角古墳」など、市中の喧騒を離れて静かに心憩う所があちこちに点在しています。

さらに、演歌歌手で姫路観光大使の「丘みどり」さんの出身地でもあり、町最北の関地区には「奥播磨かしの里」もあります。特産品としては「柚子」の加工品や地酒「奥播磨」があります。

令和五年四月現在で、自治会数は南校区十三地区、北校区に四地区で合計十七地区を数えます。市老連に属するのは南校区七クラブ会員約四八〇名、北校区二クラブ会員約一八〇名合計九クラブ会員六六〇名になっています。



安富町は加速度的に人口減少と少子高齢化が進んでいます。平成十八年の合併時に比べ昨年九月現在で、総人口は約一、二〇〇人減の四、六〇五、十四歳以下の年少人口率は十五、四パーセントから九、九パーセントと約三分の二に減少。高齢化率は二十一・五パーセントから三十四・五パーセントと約一・六倍になっています。

ます。この人口減少と高齢化の課題解決には、若者の働く場と定住の場の創設や子育て支援や介護の拡充、地域経済の活性化など行政の施策が必要で

安富町老人クラブ連合会の活動

町老連の活動は安富ブロック役員会（南北校区の単位クラブ会長と南北友愛代表者で構成）を年約十回程開催し、活動の企画実践について協議を重ねて円滑な運営を図っています。具体的な行事としては、(一)安富ダム周辺約五キロの歩こう会、(二)中学生とのグラウンドゴルフなどのふれあいの会、(三)安富子ども園の園児との年数回の交流会、(四)市高齢者スポーツ大会や市老連ニュースポーツ大会への参加、(五)月一回の高齢者教室への参加、(六)すこやかセンター、楽寿園登園時の研修、(七)町老連役員の一泊親睦研修旅行などです。



フレイル予防講座

安富北地区・安富南地区の活動

九クラブとも、地域の花壇や神社、墓地、公園などの清掃活動に取り組

み地域の環境維持にはげんでいます。また温度差はありますが、週二回程程度のグラウンドゴルフや、日帰り親睦旅行、総会時の会食やビンゴゲーム、カラオケなど仲間との温かいふれあいを重ねています。また、地域に学ぶ中学生の活動を老人クラブが担当しているところもあります。毎月の友愛訪問にも各クラブ熱心に取り組んでいます。

南校区のクラブでは、昨年保健福祉サービスタワーの支援で、フレイル予防講座を年四回実施し、他クラブの参考になる成果をあげることができました。北地区では昔より校区の全世帯が参加する北小学校大運動会を行っています。北校区老人クラブが大活躍しています。また、北小の地区餅つき大会も恒例で老人クラブが重要な役割を果たしています。

人口減少、少子高齢化という大きな社会変化の中、老人クラブも会員減少やクラブの消滅という大きな課題を抱えています。今こそ「魅力ある老人クラブ」が求められています。今後は今より少しでも活力のある老人クラブにしていきたいと考えています。



短歌

熟年歌壇 投稿

小松 カツ子選

公園の桜吹雪の花びらを

背にのせ小犬曳かれゆきたり

家島 塩澤 文字

早朝のラインにのってやって来る

曾孫の動画元気を呉るる

津田 後藤 敦子

夕日背に歩みてみたき網干沖

さらさらひかる春のなぎさを

網干 吉田 善次

堀に鯉はねる音せりふり向けば

波紋広がり落葉ゆらめく

野里 井上 孝昭

天眼鏡にて必死で探すグアム島

男孫の拳式今やたけなわ

網干西 中山小夜子

赤色の木瓜の花咲く庭先に

枝を飛び交う目白のつがい

旭陽 山本 治男

陽の差さぬビルの谷間に残る雪

解くることなくひと日暮れゆく

手柄 井上 美幸

春風にのりて嬉しきプレセント

うす紫の靴届きたり

城陽 黒田 昭代

期せずして嫁ぎし島に根を下ろし

気付けば強き妻・母となる

家島 芝原美恵子

瀬の音の届く車窓に入りきたり

菜の花の香と早春の風

白浜 篠原加代子

快復の見込み難しと移さるる

四階の病室に弟は居り

勝原 荒堀 治雄

早春の光まぶしく空仰ぐ
かすかに白き昼の半月

御国野 岩山志保子

寂しいと娘には言えずに送る日々

昔のアルバムめぐりておりぬ

網干西 三木よし子

汝と共に登りし尾根にひとり来て

「チャコー」と呼べどただ符のみ

津田 田中 和裕

参観日つねにスーツの母なりき

「あなたとなた」と泣き伏ししわれ

家島 西野 繆子

九十路悔いも残るが長寿得て

心おちつく日々が嬉しい

青山 片山喜栄子

風呂上り焼き牡蠣あてに新酒のむ

これ又旨い男冥利ぞ

大津 田井東吉三

桜咲くとうげ降れば待つ未来

遠き初恋ふるさと山河

網干 亀田とみ子

桜の花まつ盛りなる広場にて

グラウンドゴルフ楽しんでおり

高岡西 中野加代子

八十路すぎプレー楽しくホールイン

ひと花咲かせ心るんるん

大塩 松岡 輝代

俳句

熟年俳壇 投稿

中島 保選

○ 欽びに満ちあふれる桜かな

八木 梶原 武子

○ 欽ふるひ春の匂ひの生まれをり

高岡 福光 生男

○ 走りきて小さき手にあり桜貝

高岡 福光百台子

○ 路の臺よみがへり来る村づくり

峰相 木下 秀信

○ 土手をゆく土筆摘むらしふたり連れ

中寺 前田眞佐子

○ 梅見つつ園児の列が山上る

別所 矢島 勉

カッパ着て陣取る人や花の下

津田 中野眞理子

納経帳墨の匂ひや春霞

船津 古澤満寿美

春の夜友に褒められまた一句

谷内 角谷 千里

春惜しむ灯船うるむ瀬戸の海

飾磨東 室田ひろみ

我が家にもひざしが届く上巳かな

高岡 山本美津子

友逝きてけんかした日の花の雨

中寺 前田千代美

春泥の湿りが足に忍び寄る

妻 鹿 篠原 泰子

波音の聞こゆる丘に梅ひらく

安室東 永瀬 薫

春寒や店にかけ込む親子旅

香呂南 中務みき子

水面跳ね宙で光りし春の鯉

御国野 中村 玉美

春時雨里の野菜の荷の匂ひ

大塩 桑川 邦子

梅林や子らの写生のなつかしく

広畑 小畑香代子

春雪の轍のあとに空のくも

広畑第二 松本 キミ

春の闇またあしただけ言ひのこし

糸引 藤森 陽子

子猫抱き遠来の友見送りぬ

安室 竹内 明美

春立つ日磯の香りの膳囲み

勝原 井貫ミヤ子

早春賦口遊みつつ旅支度

城陽 吉川千賀子

春の日や着物縫ふ我まだ八十路

荒川 中村 和子

轉や柱時計のねじを巻く

英智保 高石 和子

牙返る二度寝もぐりで数かぞへ

香呂 田中恵美子

待ち侘びて旧姓呼び逢ふ花見宴

広峰 尾池美保子

山桜枝さす先に村の屋根

野里 井上 和子

縁側で猫が寝そべる春の色

広畑 木下 康子

土手の上土筆の坊やすくすくと

高浜 小林 勝子

なまめかし椿の花のひらく刻

高浜 吉野那奈子

二度見しておたまじやくしに孫笑ふ

白浜 藤本 康子

白い雲乗つて見たいな春の空

飾磨東 石原 和子

〈選者より〉

今回もよい句が多く寄せられました

た。次回は「夏」の句を募集します。

奮って御出句下さい。

すこやか句会 趣味の教室

句会へとメッシュの靴や春心

中寺 牛尾 和子

文机を春めりてきた庭に向け

香呂南 江藤かつえ

鼻歌で帰り来る児や新学期

香呂 大塚 宣子

かげろふに乗りて去り逝く翁かな

糸引 岡本 清子

春寒し気合を入れて起床する

青山 荻野しづ子

啓蟄や南方の兄出ぬまま

前之庄 片岡サヨ子

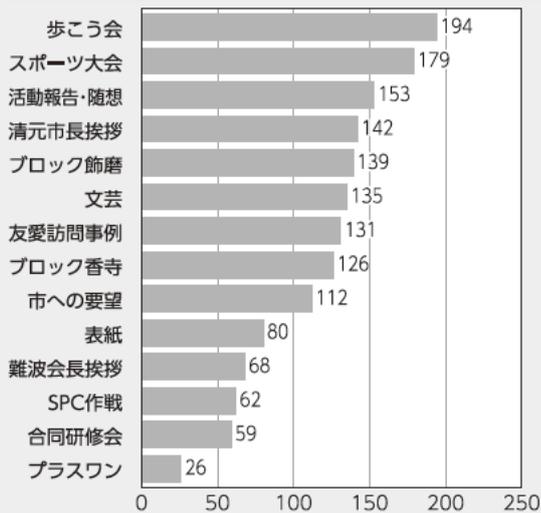


115号アンケート調査結果

各校区会長に依頼して、ご協力願ったアンケート調査の結果がまとまりました。厚くお礼申し上げます。

回答者数 542 (単位：人)
 男性 (223) 女性 (206)
 60代 (55) 70代 (382) 80代 (95)

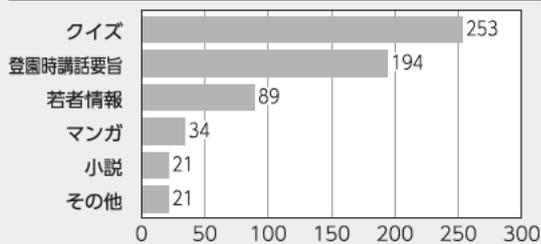
◆興味・関心のあった記事



◆興味・関心のなかった記事

表紙 (17) 会長 (9) 市長 (38)
 市への要望 (23) 歩こう会 (14) SPC (45)
 スポーツ大会 (12) 合同研修会 (36)
 友愛訪問 (5) 活動報告・随想 (5)
 ブロック飾磨 (3) ブロック香寺 (5)
 文芸 (55) プラスワン運動 (40)

◆熟年に新しく掲載して欲しいもの



※その他については紙面の都合で割愛しましたが、十分に参考にいたします。

◆熟年の分量 (12頁) について

適切 (480) 多い (50) 少ない (17)

◆目次について

一面 (266) 一面以外 (91) 不要 (164)

子の声の新入学の季節かな
 四郷 北川 節子
 世界一野球小僧の夢の春
 白浜 小西 敬子
 我が郷の山葵田白し谷の水
 城南 辻井智枝子
 ふんはりと居場所彩る山桜
 広畑 富岡 節子
 花の雲浮き立つごとき白鷺城
 安室 西川 千歳
 母の眼に光る物あり卒業す
 城南 西川 瞳
 公園や老女もうかれ春動く
 城東 西川八重子
 春雑誌ポストに溢れ旅さそふ
 野里 長谷川佳子
 遠き空ふはりふはり山桜
 山田 福永 恭子
 掌の中の花は母へと走り去る
 御園野 三木 敏夫
 〈選者吟〉躑躅も新たな一歩春の石
 中島 保

川柳 山本三雄選

熟年川柳―投稿

何事もなく日の暮れてゆく夫婦
 香呂南 上月 長
 米寿きてまだまだと言いつくワット
 妻 鹿 篠原 繁明
 八十路来て妻におんぶの居候
 広畑 長澤 辰三
 いい夫婦共に語らず傍目良し
 高岡 廣瀬 義輝
 セルフレジ判った顔でびびってる
 英賀保 大北 良裕
 ハイハイと返事はしたが何のこと
 津 田林 清志
 写真見てこれは誰だとカガミ見る
 英賀保 井上 裕一
 マスク無しやっぱり不安持ち歩く
 船津 平石 聰子
 まず一歩心静かに遍路道
 水上 田邊 禎一

読んだ本又借りて来て苦笑い
 野里 三木 昌子
 練習日掃除洗濯テキパキと
 高岡 廣瀬 緑
 鈴虫と今年も友に夏送る
 荒川 中野 忠
 青春の夢冷め止まぬ今もなお
 勝原 永濱 實
 喜寿過ぎて傘寿は近し米寿まで
 城乾 土居 則男
 故郷にまだある小川さらさらと
 網干 津田 良子
 この悪も生まれた時は可愛いと
 荒川 東 毅
 狭き庭四季の香りを漂わせ
 英賀保 木村 倫代
 プーチンに効くか連れ去り逮捕状
 別所 井置 善朗
 ひ孫生まれ五体満足天をつく
 香呂 青田美代子
 初プロで日本のタイガ友の孫
 高岡 小林ちひろ

荒川同好会

まあいいか二十歳の孫娘のへヤカラー
 広畑 小畑香代子
 恵方巻日本中みんな南南東
 高岡 吉田 恭子
 八木交流「アレ」を目差して猛練習
 大塩 梶原 利幸
 ありがとう妻の背中に最敬礼
 島部 宏
 空が泣く冷たき朝の訃報かな
 前田 忠義
 逃げる猫必ず一度振り返る
 酒井 成子
 初恋をいつまで追うの夢の中
 桐村 晃
 春風に胸膨らませ前を向く
 (代表) 山本 三雄



6月～10月の行事予定

令和5年 6月	1日(木) 機関紙「熟年116号」発行 27日(火) 校区友愛部代表研修会
7月	4日(火) ニューリーダー研修会 28日(金) 合同研修会
8月 8月～2月	地域支援活動推進員養成研修会 (各ブロック)
30日(水)～ 9月3日(日)	シニア作品展
9月 9月～11月 25日(月)	「米寿・白寿」会員の訪問 歩こう会 (各ブロック) SPC(シルバーワーククリーン)作戦
10月	1日(日) 機関紙「熟年117号」発行 5日(木) 高齢者スポーツ大会

シニア作品展

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30日(水)～9月3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(金)までに、ハガキ、ファクスまたはメール
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30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。

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

「侍ジャパン」日本チームがWBCに三度の優勝を果たして人々を熱狂させたのが昨日のように思い出されます。栗山監督の「(夢は)できるできないではなく、やるかやらないかだけである」との名言。この言葉に多くの人々が感銘を受けられたかと思えます。

今号では芸能発表会の報告をはじめ、素晴らしい記事をたくさん頂きました。次号では新型コロナウイルスが第五類に引き下げられたのをきっかけに様々な行事が復活して、会員の皆様の原稿がいつそう多く届く事を願っております。
(編集子)

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)活動報告・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
(ジャンルを明示してください)
…1人3首(句)まで(はがき1枚のみ)
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。