

第121号

発行日
令和7年
(2025)
2月1日

熟年

じゆく 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

初春の天へ羽ばたく白鷺城



(撮影 東崎 義明)

貢献寿命！ 楽しみ活動拡大



姫路市老人クラブ連合会

会長 難波 功

会員の皆様には、お健やかに
新年をお迎えになられたことと
心よりお喜び申し上げます。

人生百年時代、ますます高齢化が進んでいま
す。私ども、姫路市老人クラブ連合会にあっても、
七十五歳以上の後期高齢者の方が七十パーセント
と圧倒的に多くなっていますが、改めて健康寿命
の大切さを痛感しています。長い高齢期を生き生
きと生きていくためには、人と人との触れ合いは、
欠かすことが出来ません。私ども老人クラブは、
「うれしい」「楽しい」と感じていただく活動を推
進することに心がけ、一人でも多くの方が喜んで
活動に参加していただけるよう尽力してまいりた
いと考えています。

ある大学の名誉教授は、「貢献寿命への挑戦」
という文の中で、「長生きを喜べる長寿社会、そ
れは何歳になっても社会と繋がり、役割を持って
生きる、収入を伴う仕事に限らず些細なことでも
ありがたいと感謝される、そうした自分であり続
けられる、そうした高齢期の日々を最後まで歩ん
でいける社会」と述べておられます。

姫路市老人クラブは、「健康・友愛・奉仕（社
会貢献）」の三つの大きな柱を中心に、大切な会
員お一人お一人と、共に励まし、共に支え合い、
共に貢献寿命を延ばし、安心と喜びの輪を広げて
まいりたいと考えています。

会員の皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げま
す。

新しい年に寄せて



姫路市長 清元 秀泰

梅の便りも聞かれる今日この頃、陽だまりに春の気配を感じる

季節になりました。難波会長をはじめ、姫路市老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、日頃から市政へのご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、昨年の本市における高齢者施策を振り返りますと、フレイル予防アプリの導入やスマホ教室の開催、終活支援事業の開始など、時代の変化に対応しながらも、市民の皆さまにいつまでもいきいきと過ごしていただけるよう力を注いでまいりました。

また、高齢者の生きがいづくりや、島内外の交流の場として開館した家島交流センターは、イベントや講座の開催などを通じて、高齢者のみならず、多世代交流の拠点となっております。

一方で、人口減少の進行や長引く物価高騰など、市民生活を

い状況が続いており、このような先行きを見通すことが困難な時代を迎える中において、地域のつながりの重要性が再認識されています。

老人クラブにおかれましては、個人の価値観やライフスタイルの変化に加え、高齢単身世帯が増加する中、会員ニーズやクラブの役割も多様化しているものと認識しておりますが、誰もが住み慣れた地域で健やかにくらしをいける地域共生社会の実現に向けては、地域の老人クラブで取り組まれていた仲間づくりや生きがい・健康づくり、社会奉仕活動が非常に重要なものとなるため、人生一〇〇年代を謳歌するためのたいせつな受け皿として、持続的、発展的に活動を継続されることを願っております。

皆さまにおかれましては、これまで培われた豊富な知識や経験を生かし、これからも生涯現役で活躍いただくことを期待するとともに、皆さまにとって本年が幸多き年となりますよう心から祈念申し上げます。

アンケート調査結果報告

2024年12月25日現在

クラブ解散による会員の減少が続くなか、市老連では、校区会長、校区友愛部代表、クラブ会長の方々に、来年度に向けて以下の4項目についてアンケートをお願いしました。
ご意見の多かった回答を掲載しています。

クラブ会長として困っていること

- 実際の活動に参加する人数が少ない。役員の年齢が高く、若いなり手がいない。
- 会員の減少。
- 助成金申請などでの情報処理(パソコン)。

会員加入促進の活動

- グラウンドゴルフだけでなく、ポッチャなど活動の種類を増設すること。
- 自治会への加入依頼等自治会と連携する。
- 60歳、65歳または、70歳になれば全員自動的に会員になるようにする。
- 会員相互のサロンのようなものがあればいいと思います。
- 単位クラブの会長の仕事をできるだけ簡素化する。
- 現在の会員が根気良く、入会への声掛けをして、コミュニケーションを図る。
- 学ぶ以外の楽しい内容の研修会、講演会。

- 予算申請の簡素化。
- 補助金のアップ。補助金が少なすぎる。
- 誘われなくても参加したいという魅力的な活動、イベント。
- 市老連本部で解散防止プロジェクトチームをつくる。
- 次世代役員候補の早期発掘。
- 多くの人が集まる場所で、老人クラブの大切さ、楽しさを語りアピールする。
- 意識の改革。ネーミングの見直し。
- 食堂の復活。
- 講演テーマが事前にわかるようにする。
- 解散したクラブ同士を合わせて合同クラブをつくる。

合同研修会について

- 現状のままで良い…67%
- 講演会の代わりにフリートーキング…3%
- 事例発表の代わりにフリートーキング…12%

市老連主催の事業・行事の要望

- 意見交換会と懇親会…18%
- チャリティーパザー
- カラオケ大会
- パスツアー
- グラウンドゴルフを年2回。
- 登園が盛んなクラブの活動を紹介してください。

第28回
姫路市
社会福祉大会
市長表彰者

高齢者福祉功労者表彰

かげ き さち こ
蔭 木 祥 子
東校区 友愛部
代表
同あじさいクラブ
会長

ゴールド顕彰

ば ば たけ し
馬 場 武 司
姫路市老人クラブ連合会
副会長
別所校区 老人クラブ連合会
会長

ブロック「歩こう会」

実施報告

ブロック会員の交流と健康増進、
神社仏閣・遺跡等をめぐって歩く行事です。



西部ブロック

青山校区 荻野 寛通

十一月六日(水) 九時～十二時

参加校区 白鳥・青山・峰相・林田

参加人数 百十一名

実施コース 約四キロ

桜山駐車場―宗全
寺跡―旧庄屋敷
―稲岡神社―金毘
羅宮―青山名士の
碑―交差水路(ド
ンドン)―妻見の
岡―人丸神社



桜山駐車場



稲岡神社



青山名士の碑



人丸神社



金毘羅宮

香寺ブロック

中寺校区 渡邊 清和

十一月二十七日(水) 八時～十二時

参加校区 中寺・香呂・香呂南

参加人数 二百五十名

実施コース 往復八キロ

香寺公民館広場―行重地区―相坂地
区―相坂トンネル



香寺町多目的広場



相坂トンネル

SPCシルバーパワーウォーク作戦

(姫路城をはじめ河川堤防、
公園等を一齐に清掃)

旭陽校区

日 時 十一月二十日(水)

場 所 八時～八時四十五分

参加人数 魚吹八幡神社境内

八町三十四人



現代用語解説

SNSやインターネット等で流行っている言葉です

デジタルディバイド▶ コンピュータやスマホが使える人と使えない人によって生じる格差のこと。
オヤカク▶ 就職内定者を確保できるよう、会社が親の確認を取ること。
マウントをとる▶ 会話の時、いつも自分の優位を押し付ける態度のこと。
カーボンニュートラル▶ 温室効果ガスの排出量と吸収量を均衡させること。
カスハラ(カスタマーハラスメントの略)▶ 顧客が企業に対して理不尽なクレーム・言動をすること。

アップデート▶ 直訳すると「更新」という意味で、コンピュータやスマートフォン、アプリなどを最新の状態にすること。
SDGs(エスディー・ジーズ)▶ 持続可能な開発目標と訳されます。簡単に言うと「世界中にある環境問題・差別・貧困・人権問題といった課題を、世界のみならず2030年までに解決していこう」という計画・目標のこと。
マエストロ▶ 芸術家、専門家に対する敬称。または称号。特に西洋クラシック音楽やオペラの指揮者、音楽監督、作曲家、師匠の敬称。

令和6年度 ニュースポーツ大会

◆11月27日(水) すこやかセンター

ピンボウリングAグループ			ペタンクAグループ		
順位	チーム名(ブロック)	得点	順位	チーム名(ブロック)	
1	野里A(北部第二)	310	1	城西A(中部第一)	
2	荒川A(中部第二)	226	2	安室3兄弟A(北部第二)	
3	名坂老人クラブA(安富)	223	3	東部の雄(東部)	
ピンボウリングBグループ			ペタンクBグループ		
順位	チーム名(ブロック)	得点	順位	チーム名(ブロック)	
1	御国野(東部)	195	1	夢前B(夢前)	
2	大塩B(灘)	188	2	大塩B(灘)	
3	名坂老人クラブB(安富)	184	3	坂上B(網干)	

第十四回ニュースポーツ大会が昨年十一月二十七日にすこやかセンターで行われました。ペタンク・ピンボウリング双方とも十九チームの各ブロック代表チームが参加しました。上位三位までの成績は左記の通りです。

ピンボウリング
優勝 野里A・御国野
優勝 城西A・夢前B
ペタンク



活動報告

「ありがとう」の
メダル

旭陽校区 富士初美

九月九日、旭陽幼稚園で、私たち老人クラブと園児でいっしょに輪投げをして遊びました。名札を見て名前を呼び、小さな手を取り合うとにっこり笑ってくれました。

「げんこつ山のためきさん」をしてから、先生の所へ行って手を後ろに回して、何かなと思うと、「首にかけて」と「ありがとう」のメダルを渡してくれました。

子供たちの元気な歌、ダンスに胸がいっぱいになり、元気をもらいました。

最後まで、こちらをふり返りながら手を振り室を出て行った子供たち。このまま素直に、やさしく成長してくれることを願いました。

人に感謝

手柄校区 西本時代

過日の楽寿園の登園で笑いヨガを学んだ。一笑一若！一怒一老！とよく言う。手や体ごと笑うことを感じた。体の成長には限界があるかも知れないが、心の成長には限りがないと、笑いは健康の源であると感じ

ることたびたびある。

悩んで入ったグラウンドゴルフも早くも一年が過ぎました。点数はメチャメチャでも気にしない事に。参加することが楽しくなってきた。一番に人と出会い！話ができる！

遠くに飛んだボールを笑いながら走る自分に、これでいい、これでいいと思ひ、人と一緒に楽しめることに感謝しています。休んでたらラインや電話で激励のコメント、嬉しいです。皆さんありがとうございます。私自身も人に感謝し、思いやりを忘れず、自分みがきの挑戦と自分から面白いことも求め、明るく日々を送りたいし、高齢者いえ自分自身が幸齢社会の一員として輝きたいです。

主張・随想

入会申し込みみに夢を託す

東校区 蔭木 祥子

東校区の老人会は、一度消滅してしまつたが、再び一つの「小クラブ」から始まつた。しかし会員を勧誘する度、知名度の低さに驚き、どうしたら、今の活動や存在を知ってもらえるのか？と考えた末、口コミで広げるのが一番だと思ひ、ボランティアや自治会の中で常に発信し、少しづつ輪が広がった。歳を重ねると外出するのが億劫になりがちですが、独りで家に居るより昼食を共に

し、皆と笑つて話しませんか？と勧めた。

現在東校区では当初より八十四人増え、「小クラブ四十二人」「中クラブ七十四人」の二つのクラブになっている。

又、嬉しいことに今ではいろんな町から、勧誘ではなく自ら「入りたい」と言われるようになった。高齢、孤立化が進む社会の中で老人会の必要性、魅力を改めて感じます。

今回すこやかセンターの登園日に、初の輪投げ大会をします。クラブでの体験を生かし、それぞれの町で新しい老人会を再度立ち上げてくれるのを、期待しています。そして、東校区で多くの笑い声が聞こえますように！

優しい地域

勝原校区 三宅 春治

高齢化に伴つて認知症の人が増えています。今年は「団塊世代」が後期高齢者となり、総人口の約五人に一人が七十五歳以上になると言われています。

高齢期になれば、社会との接点を失いがちで、現代の世相と相まつて誰もが認知症になる可能性がありま

す。なかでも徘徊に苦心しているのではないかと思われま

す。最多で、亡くなって発見された人も少なくないようです。

行方不明者の発見は、通りすがりの人が多いとか、困っている様子の高齢者を見かけたら声をかけるようにしまし

ょう。誰でも住み慣れた所で友人らと暮らせることを望むものです。認知症になれば「何もわからない、出来なくなる」といった負のイメージを変えることが、その人たちへの優しさであり、住み良さにも通じるのではないかと思ひます。

デイサービスに通つて

城野校区 黒田 澄子

週に一回、家から十分程にあるデイサービスに通つている。運動神経が鈍い私が三年余りも通ひ、リハビリを受けていられるのは、デイサービスのアットホームな雰囲気と職員さんの、こまやかで適切な指導のおかげだと感謝している。

それと私には、デイサービスに入所した時に立てた目標がある。現状維持の生活が出来て、自分の足で歩く。長年の夢だった石清水八幡宮に参詣する。日課の愛犬の散歩に出かける。これらの目標はある程度は達成出来たかなと思つているけれど、課題も残っている。

それらを含めて、これからは無理のないように「足あげて、手を振つ

て元気よく」の、リハビリの合言葉

大阪・関西万博へ行くついで!!

香呂校区 木村 雅二

令和七年四月から半年間、日本万国博覧会が、大阪夢洲で開催される。昭和四十五年（一九七〇年）「人類の進歩と調和」をテーマに大阪千里で開催され、延べ六、五〇〇万人が入場し大変賑わつたものである。

当時、「月の石」が展示され長蛇の列で何時間も待つたものです。私は全七回も観覧に行き世界中のパビリオンを廻りました。一番の思い出は「太陽の塔」です。

今回のテーマは『いのち輝く未来社会のデザイン』です。「空飛ぶクルマ」や「火星の石」が展示されるそう、とても期待しております。市街地では無人自動運転の車が走り交ひそうです。将来はどんな社会、生活になるのでしょうか？会期中に一度だけでも行って、大阪、関西、日本館などのパビリオンは是非見たいと思つています。「万博」は夢多い祭ですね！



短歌

熟年歌壇—投稿

小松 カツ子選

抱かれたるみどり児の目に映りいる

霜月の空をゆく颯雲

白浜 篠原加代子

秋祭りの神輿と太鼓とかけ声が

響く境内甘酒うまし

家島 塩澤 文字

朝の降車ボタンを押すは新妻か

指輪の光る細き指先

家島 芝原美恵子

朝の日に川面の霧は薄れゆき

白鷺一声鳴きて飛び立つ

津田 田中 和裕

アスファルトに団栗ひとつ転がりて

小さき靴の庭先にある

御国野 久野 正子

マスクして表情見えぬ看護師に

付き添はれゆく手術室まで

勝原 荒堀 治雄

草引きの手際の良さをほめらるる

百姓たりし父祖の血を継ぎ

勝原 木原やす子

温暖化の影響ならむ遅咲きの

群生をなす赤彼岸花

勝原 森下眞智子

友逝きて幾年経しやデュランタの

花のむらさき霜月に咲く

網干 亀田とみ子

能登袖をまといし亡妻は今いずこ
朝の夢に言葉あらずも

旭陽 山本 治男

波質の里の滝に打たれている紅葉

「不動の滝」に心を洗う

網干 吉田 善次

西空に彗星を隠す雲のあり

惜しむ心に「九ちゃん」の声

津田 林 清志

内障子細目に開けて見る天気

大雪の朝冷気入り込む

網干西 中山小夜子

刈り取りしバケツの中のコスモスの

花の一束友に贈らむ

高岡 大給 幹子

新しきカタカナ文字の多くして

クロスワードの升目うまらず

城陽 黒田 昭代

亡き人の好物などを語り合ひ

盆の食膳を嫁ととのふ

手柄 井上 美幸

廃車して車に乗らないわが生活

思いもかけず体にこたえる

大津 田井東吉三

久びさに姫路の町を走り抜け

「御座候」にて一息入れる

網干西 三木よし子

玄関の鍵をする夫頼もしき

今日一日の締め括り見る

家島 西野 繆子

杖をつき郵便局まで往復一キロ

孫に小遣い送りに帰る

御国野 岩山志保子

しわしみと共に歩みてふり返る

年齢サインと笑っておこう

津田 後藤 敦子

俳句

中島 保選

熟年俳壇—投稿

○印……秀逸

○古里は瀬戸の海べり秋燕

英賀保 梶 弥生

○秋うらら麒麟の親子雲を喰む

峰相 木下 秀信

○鷗鳴く伊根の舟屋や村時雨

大塩 桑川 邦子

○一生をくもらずてら草の花

高岡 福光百合子

○灯り消ゆ伊根の舟屋の月明り

飾磨東 室田ひろみ

○稽田ひづたに生まるる風の音清し

別所 矢島 勉

○風そよぎ急ぎ掃く背に色葉落つ

高岡 福光 生男

○けふもまた枯葉鳴る道散歩道

谷内 角谷 千里

ひとつだけ喰ひ残されし木守柿

大塩 橋本 健司

一人来て二人三人日向ぼこ

妻鹿 篠原 泰子

船上の君注ぐワイン星月夜

御国野 三木 敏夫

ひとつぶの涙こらへし秋の暮

広畑 小畑香代子

新米を食うて内臓全開す

糸引 藤森 陽子

古顔や小雨のち晴芋煮会

船津 古澤満寿美

唐きびを四本家路へ茜雲

荒川 中村 和子

病窓のはるか向かうに竹の春

高岡 山本美津子

笑栗の二つ三つ落つ塀の外

高浜 吉野那奈子

つりがねの天女と亀に秋時雨

大津 土居 正樹

世話役の世代交代秋まつり

荒川 田中 澄子

秋霖の径に暮色や小京都

英賀保 橋本 栄子

山茶花や追加切手で投函す

中寺 前田眞佐子

星月夜山ざれ道を雲海へ

白浜 藤本 康子

それぞれに持ち味競ふおでん鍋

網干西 矢野力ヨ子

SLの走る山河や彼岸花

津田 中野眞理子

おでん鍋湯気の間笑顔かな

野里 井上 和子

人の世の出逢ひと別れ鳥渡る

青山 松本 典子

夕暮れて鹿と鐘聞く奈良路かな

高浜 川谷 越

書を捲る更け行く窓に雪明り

広峰 尾池美保子

我が部屋の模様替へまだ冬に入る

飾磨東 志方 早苗

秋の空夫婦楠バスの旅

津田 大野たづ子

冬の燈や家路と急ぐサラリーマン

広畑 木下 康子



思ひ出のセーター抱きて夫偲ぶ

城陽 今村登美子

倒伏の樹木の先に赤蜻蛉

香呂 藤花 輝世

あかり消え露天湯けむり萩かすむ

大津 赤木 繁

〈選者より〉

今回もよい句が多く寄せられました。次回は「春」の句を募集します。奮って御出句下さい。

川柳

山本 三雄 選

熟年川柳 — 投稿

ふんわりと体重計に乗ってみる

津田 柳川 美幸

値札見て財布を覗く試着室

旭陽 三田 哲生

これしきと水溜まり飛び老いを知る

妻鹿 篠原 繁明

いい気分もう言いませんあと一合

高岡 桐村 晃

盗み聞き最後の一つ聞きもらす

英賀保 大北 良裕

走れないバスが来たきた手が走る

香呂南 上月 長

ハイハイと返事はしたが何だっけ

高岡 廣瀬 緑

手の平にのっかるだけの福が良い

網干 津田 良子

急ぎ足タイムセールに籠二つ

水上 田邊 禎一

五十年歩めた二人恵まれて

船津 安達みさお

熟年の身の用心に徹す今

勝原 永瀧 實

老いの友情き悪友みな元氣

高岡 廣瀬 義輝

叶うならなにもいらぬ若さだけ

野里 三木 昌子

宴会をオールフリーで盛り上げる

城乾 土居 則男

犬の背を借りて子猫が昼寝する

津田 柳川 浩

下げる壁乗り越え逃げる国のカネ

別所 井置 善朗

伝統を守り引き継ぐ子らに夢

船津 奥見ますみ

身一つあちこち用事いっぱい

旭陽 富士 初美

湯の町の夜にカラコロゲタの音

船津 平石 聰子

棘あるが花の優雅さ魅せられし

英賀保 木村 倫代

敬老会馴染みの人にやあ元氣

荒川 東 毅

物価高我も我もの値上げかな

前之庄 宗利 彰二

めでたさ半分今年も来る老いの誕生日

大塩 黒川洋一郎



わらいは
元氣の
源
元氣が
あれば
何でもできる



安室東 黒田 久代

登園講話

「播州皿屋敷」 お菊さんは本当のお話？

しろまる会 森喜一先生講話要旨

江戸時代の『播州皿屋敷細記』が元になった小説です。

皿屋敷はお芝居で有名になった

寛保元年（一七四一年）に浄瑠璃「播州皿屋敷（為永太郎兵衛他作）」の大坂上演があり、宝暦八年（二七五八年）に「皿屋敷辨疑録馬場文耕」の番町皿屋敷怪談芝居が行われるなど、江戸時代になって浄瑠璃や歌舞伎の隆盛に伴って伝承が増加。その地方に馴染む内容となつて語り継がれていったようです。

現在の「番町皿屋敷」は岡本綺堂（大正六年―一九一七年）の戯曲である。どちらが古いか、いまだに論争中ですが、「播州」が先というのが通説です。

お菊井戸
「大正元年（一九一二年）に城が一般公開された際、観光の見どころとして設けた」という。播州皿屋敷は永正年間（一五〇四～一五二一年）の出来事とされ、現在の姫路城が建築された一六〇九年よりもだいぶ以前だ。

お菊神社
江戸時代中頃に建立された。ジャコウアゲハとお菊虫
寛政七年（一七九五年）に姫路城下で、女が後ろ手に縛られたような形の虫が大量発生し、城下の人々は「お菊虫」と呼んで、お菊の怨霊が年忌ごとに現れるのだと恐れられたという。正しくは、ジャコウアゲハのさなぎと言われている。

桂米朝さんのお墓
落語にも皿屋敷を、特にお菊さんが皿の枚数を数えるところを中心に語る「皿屋敷」があり、姫路出身の米朝さんも演じたであろうというので、米朝さんの墓を紹介しました。
名古屋墓地にあり、上から見ると「米」の字に見える。



2月からの行事予定

令和7年 2月	機関紙「熟年121号」発行 高齢者芸能発表会(市民会館)
1日(土)	
4日(火)	

落語を聴く会

すこやかセンター
12時50分～13時40分

■開催日

2月3日(月)・10日(月)・28日(金)
3月24日(月)



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

いつも「熟年」をご愛読くださってありがとうございます。原稿をお寄せ下さった方から、「友達や地域の方々の、『読んでよ』『楽しみにしているよ』という言葉を励みに寄稿、投稿を続けている」という言葉をよく聞きます。そのつど、一人の筆者や作者の背後にたくさんの方々の支持や推薦者がいることに気づかされ、改めて原稿の一字一句も疎かにしてはならないと肝に銘じます。

今号も初めての方や馴染みの方々の随想や文芸作品が紙面を飾っています。

背後の方々の期待にも沿えるように今後とも工夫を凝らし、良い「熟年」づくりに努めてまいります。今年もよろしくご鞭撻をお願いいたします。

(編集子)

編集後記

新刊案内

すこやかセンター2階
老人図書室

令和6年12月現在

- ▶ 母の待つ里 浅田 次郎 著
- ▶ 和田式 老けないテレビの見方、ボケない新聞の読み方 和田 秀樹 著
- ▶ 脳はスマホで若返る 退屈ボケの処方箋 内野 勝行 著
- ▶ 老けない最強食 笹井 恵里子 著
- ▶ 助太刀稼業(一・二) 佐伯 泰英 著
- ▶ 結 妹背山婦女庭訓 波模様 大島 真寿美 著
- ▶ 親子の旅路 仕立て屋お竜 岡本 さとる 著
- ▶ 生きがい 世界が驚く日本人の幸せの秘訣 茂木 健一郎 著
- ▶ 人生は80歳からがおもしろい 吉川 幸枝 著
- ▶ 認知症グレーゾーンからUターンした人がやっていること 浅田 隆 著
- ▶ 死なないノウハウ 雨宮 処凛 著
- ▶ 源氏物語 全8巻 角田 光代 著
- ▶ 枕草子 上・下 酒井 順子 著
- ▶ 認知症は予防が9割 ボケない7つの習慣 森 勇磨 著
- ▶ 雑草と楽しむ庭づくり 曳地 トシ+曳地 義治 著
- ▶ なが生きしたけりや居場所が9割 川口 雅裕 著
- ▶ 93歳でわかったこと 細井 恵美子 著
- ▶ 私が死んだらどーなるの? おひとりさまの後始末 などみみわ 著

貸し出しは事務局へ。

『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・随想など
…写真やイラストを除いて原稿用紙で400字以内(厳守)
- (3)短歌・俳句・川柳・詩など(ジャンルを明示してください)
…1人3首(句)まで(ジャンルごとにはがき1枚のみ)
俳句は、俳句欄末の兼題で(雅号不可)
詩は、16字×20行以内
- (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4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

(土曜日休日の日)▶ 2月1日・3月1日・15日)