

ご長寿 バンザイ!

エンジョイ シニアライフ

まだまだ元気 100歳目指して楽しく生きる

北六甲台校区 第2福寿会

荻野 愛子さん(92歳)



荻野愛子さんは昭和7年大阪
市西区北堀江に、4人兄弟の長
女として生まれました。織物会
社経営の父親に可愛がられなが
らも厳しく箱入り娘で育てられ
ました。

第2次世界大戦の戦火が激し
くなった小学校6年生の時、親
類を頼って家族で福井市内へ疎
開しましたが、福井も戦火が激
しく芦原温泉に移りました。

中学校を卒業後、花嫁修業を
兼ねて福井の織物問屋へ住み込
みで預けられました。16
歳から約4年、その間
実家に帰ることは余りな
かったようですが、父親
が毎週のように会いに来
てくれたそうです。ここ
にこと明るく愛子さん、
辛かったと言いませんが
他人の家で暮らすことは
大変だったろうと察しま
す。花嫁修業が終って実
家に帰ってから、24歳で

結婚するまで家事手伝いをして
過ごしました。

ダイハツ工業の下請け会社を
経営していたご主人とお見合い
結婚後、姑、小姑と一緒に7人
家族の生活でしたが、今でも姑
の教えに感謝していると言われ
ます。結婚後もご主人の会社経
営の協力と2男1女の子育てに
頑張り、映画館にも行ったこと
がないと、今はそれが少し残念
と言いつつも、「主人は仕事
に精を出し、家族や従業員のた
めに一生懸命働いてくれたこ
と、今でもとても感謝していま
す」と明るく笑います。親会社
のダイハツ工業から夫婦でハワ
イ旅行に招待されたことも楽し
い思い出の一つだそうです。
じっとしていられない愛子さ
んは子どもたちが成長すると、



新婚時代ご主人と



招待されたハワイ旅行で

資格を取って近
くの高田病院で
15年間働きまし
た。市老連の文
教委員も10年ほ
ど務め、北六甲
台から車で楽し
く通ったと、懐
かしそうに語っ
てくれました。
免許は53歳で
とって82歳まで
乗っていたそう
です。最近も中
学時代の同窓会
で、福井まで一
人で行くほど元
気いっぱい愛
子さん、息子には心配かけた
いたずらっぽく笑います。



カラオケ発表会で歌う

編み物も得意で、16年間編み
物教室を開き、常に20人ほどの
生徒さんに教えていました。「今
でもよく編み物をしては皆さん
にプレゼントして喜ばれていま
す」と嬉しそうに話されます。
ご主人は20年前に亡くなられ
ましたが、息子さん夫婦と2世

帯で暮らしていて家事は自分で
するとか。お孫さんが6人、曾
孫さんが2人いて「おばあちゃ
ん大好きと言ってくれるので、
幸せそうな笑顔を見せてくれま
した。
今はいきいき体操や、デイ
サービスに週1回行って運動を
いろいろやっているという荻野
さん。他にも北六甲台老人いこ

いの家でのカラオケ同好
会に月4回、そのうち2
回は新しい歌を練習する
とか。「ボケ防止なのよ」と
言っています。が、心配
ありません。得意の歌は
天童よしみ「昭和かた
ぎ」だそうで、発表会用
の衣装もたくさんと、楽
しそうにお話しをする名
前通りの可愛く朗らかな
愛子さんです。

介護付有料老人ホーム
やすらぎ
24時間あんしんの暮らし
介護 × リハビリ × 医療
西宮市津門呉羽町9-10
ヨイローゴ
☎ 0120-4165-99

社会医療法人 **甲友会**
●西宮協立脳神経外科病院
西宮市今津山中町11-1 ☎(0798)33-2211
●西宮協立訪問看護センター
●西宮協立デイケアセンター
●西宮協立認定栄養ケア・ステーション
●西宮協立リハビリテーション病院
西宮市鷺林寺南町2-13 ☎(0798)75-3000
●西宮協立ケアプランセンター
●西宮協立訪問リハビリテーションほほえみ
●西宮市瓦木在宅療養相談支援センター

高齢者総合介護センター
いまづ聖徳園
西宮市今津港町3番11号
(36-8023)
リハビリ特化型デイサービス
(36-8024)
西宮市今津巽町7番10号
今津南デイサービス(32-1701)

高齢者総合介護センター
にしのみや聖徳園
西宮市段上町6丁目24-1
☎(0798)54-8885
甲武デイサービスセンター
ホームヘルパーステーション
介護支援センター
甲武地域包括支援センター

御賛助

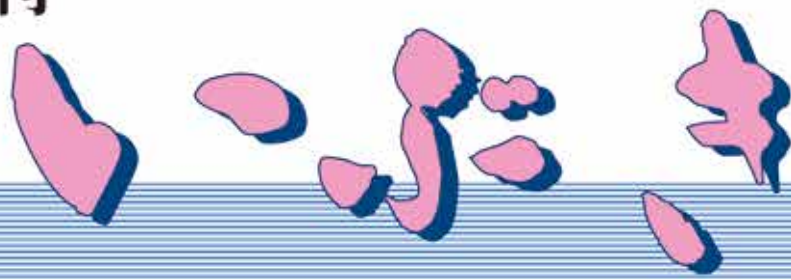
社会福祉法人 **イエス団**
いちばく
一麦保育園
西宮市高木東町30番3号
☎(0798)67-2775
FAX(0798)67-1893

～共に生きる、木も虫も、
風も光も、わたしたちも～
社会福祉法人 **長陽会**
**ニコニコ桜今津灯
保育園**
西宮市今津水波町9-8
☎(0798)22-0034

万博あれこれ
2025年、大阪で開催される「大阪・関西万博」。万博は1851年、イギリスのロンドンから始まりました。日本が初めて参加したのは1867年(慶応3年)の「第2回パリ万博」。「徳川幕府」、現在の鹿児島県にあたる「薩摩藩」現在の佐賀県にあたる「鍋島藩」が参加。日本政府として初めて万博に参加したのは、1873年の「ウィーン万博」でした。

健康
友愛
奉仕

月刊



編集発行
一般社団法人 西宮市老人クラブ連合会
〒662-0913 西宮市染殿町8-17
西宮市総合福祉センター 別館2階
TEL 0798-34-3334
FAX 0798-39-8235
Eメールアドレス
ips1@nishi-rouren.jp
HPアドレス
www.nishi-rouren.jp

一丸となって、会員の増強を目指そう

「いぶき」1面に素晴らしい写真を提供していただいた田中積氏(用海校区)の写真は、今号を最後に掲載を終了します。長年にわたりありがとうございました。

11月号から登場していただいている川条秀和氏(名塩校区)は1991年に切り絵に出会い30年余りになります。地域でも切り絵教室を開くなど活躍中です。2011年第96回一科展入選、2016年西宮市高齢者作品展市長賞など多数入賞されています。

お知らせ



河口湖からの富士山 写真 田中 積氏(用海校区)

新年おめでとございます
本年も皆さんにとって良い年となりますように



(生瀬 田村)

私の唯一の趣味であり、健康法はノルディックウォーキングです。仕事を辞めた後、何を始める気にもならずダラダラしているときに会いました。▼それから10年毎週2〜3回歩いています。ノルディックウォーキングとは、北欧フィンランドにおいてスタートした、2本のポールを使ったウォーキングです。▼クロスカントリー選手夏のトレーニングの一つとして活用され、その手軽さと全身運動効果の高いエクササイズとして注目され、世界中で急速に人気が高まりました。また、年齢を問わず気軽にできるのも特徴です。▼登山ではないので歩く道も平らな所が多いです。健康目的で歩くのなら一人で歩けば良いのですが、私は大勢の人と一緒に歩いて季節感や美しさを一緒に感じながら話をしたりして、楽しく歩くことが大事だと思っています。そしてそれを出来るのがノルディックウォーキングなのです。



私の唯一の趣味であり、健康法はノルディックウォーキングです。仕事を辞めた後、何を始める気にもならずダラダラしているときに会いました。▼それから10年毎週2〜3回歩いています。ノルディックウォーキングとは、北欧フィンランドにおいてスタートした、2本のポールを使ったウォーキングです。▼クロスカントリー選手夏のトレーニングの一つとして活用され、その手軽さと全身運動効果の高いエクササイズとして注目され、世界中で急速に人気が高まりました。また、年齢を問わず気軽にできるのも特徴です。▼登山ではないので歩く道も平らな所が多いです。健康目的で歩くのなら一人で歩けば良いのですが、私は大勢の人と一緒に歩いて季節感や美しさを一緒に感じながら話をしたりして、楽しく歩くことが大事だと思っています。そしてそれを出来るのがノルディックウォーキングなのです。

内科・呼吸器内科・消化器内科・消化器外科
外科・皮膚科・大腸肛門外科・麻酔科
リハビリテーション科

医療法人(財団)喜望会

谷向病院

西宮市今津水波町6-30
☎(0798) 33-0345 (代)

宇山眼科

院長 宇山 令司

診療時間 午前8:15~12:00
午後4:00~6:30

休診日 日曜・祝日・木曜・土曜午後
および第1水曜

西宮市戸田町5-16 西宮ビル1F
☎(0798) 26-0711

浜本医院

内科 小児科

※診察の際は診察券を受付にお出し下さい。
毎月始めの来院時には保険証を受付にお出し下さい。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後 4:30~5:00	○	○	○	○	○	○	○	○
午後 5:00~7:30	○	○	○	○	○	○	○	○

予約: BCGと介護、認知症相談など
受付: 午前は11:45、午後は7:15までです。

西宮市東山台1丁目10-3 回あり
☎(0797) 63-2588
JR西宮名塩斜行エレベーター2F横

…ナシオンの救急箱…
有限会社ナシオン中川薬局

《本店》西宮市東山台1-10-2 斜行エレベーター2F
TEL(0797) 61-0122 FAX 61-0985
営業時間: 9時~20時(水・土は9時~17時)
定休日: 日曜、祝日

《エコール店》西宮市名塩新町8 エコールなじお5F
TEL(0797) 62-1211 FAX 62-1335
営業時間: 9時~20時(木・土は9時~17時)
定休日: 日曜、祝日
http://www.nakagawa-yakkyoku.com

心のやすらぎを
医療法人社団 緑水会

〒669-1101 西宮市塩瀬町生瀬1281-5
http://www.ryokusuikai.or.jp

北摂中央病院 ☎(0797) 84-8281(代)
FAX(0797) 84-8285

介護老人保健施設
シルバーハウス ☎(0797) 85-8591(代)
FAX(0797) 85-8593

訪問看護ステーション みどり ☎(0797) 85-8611
居宅介護支援事業所 ☎(0797) 85-8613

西宮市北部在宅療養
相談支援センター ☎(0797) 84-2061
FAX(0797) 84-2062

斉藤皮フ科クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日

AM9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
PM4:00~7:00	○	○	○	○	○	1:30~3:00	1:30~3:00

休診 木曜午後・祝日

西宮市南越木岩町10-25
コンコード若楽園2F
TEL(0798) 72-9465

救急協力病院
高田上谷病院

老人保健施設
幸泉エルズ
☎ 078-903-3333

特別養護老人ホーム
幸泉サンス
☎ 078-904-1078

内科・人工透析
リハビリテーション科
医療法人 誠豊会

日和佐医院

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○

西宮市田代町18-11
☎ 65-8534

循環器科・呼吸器科
外科・リハビリテーション科

前田クリニック

診療時間 午前9:00~12:00
午後4:30~7:00

休診日 木曜日、日曜日、祝日

西宮市甲子園口3丁目14-1
☎(0798) 67-6663
FAX(0798) 67-7000

内科・放射線科・消化器科・呼吸器科

山路クリニック

診療時間 月 火 水 木 金 土 日 祝

午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
午後 4:00~7:30	○	○	○	○	○	○	○

西宮市田中町3-1-208
阪神西宮駅南側イイヴィスプラザ2F
クリニックフロア 有り
☎(0798) 34-6650



1月・2月の行事予定

Table of scheduled events for January and February, including dates, times, and event names like '三役会' and '理事会'.

市老連理事会(11/13)報告

【議案事項】
ことぶきバスの使用料を令和7年4月から4万円に改定することについて
西宮市高齢者交通安全啓発推進委員の推薦について
新年互礼会(1月15日(水))の開催場所及び開始時間について

市老連理事会(12/11)議案書案

※地域共生推進課から令和6年度補助金実績報告書の記載について
【議案事項】
単位老人クラブの休止・廃止・新設の情報について
【報告事項】
月刊「いぶき」第272号(2・3月合併号)原稿依頼(原稿締切:1月8日(水))

初詣 狛犬の一声



神原校区 濱野 照子



キッズ(子供達)



川桑さんの切り絵紹介

山縣眼科 (Yamagata Ganka) advertisement with contact info and website.

さいた眼科 (Saita Ganka) advertisement with contact info.

笹生病院 (Sasobin Hospital) advertisement with contact info.

はまおかクリニック (Hamaoka Clinic) advertisement with contact info.

橋本病院 (Hashimoto Hospital) advertisement with contact info.

橋野医院 (Hashino Hospital) advertisement with contact info.

さいとう内科・呼吸器クリニック (Saito Clinic) advertisement with contact info.

あさくら皮膚科クリニック (Asakura Clinic) advertisement with contact info.

国夫新生クリニック (Kunio Clinic) advertisement with contact info.

石山整形外科 (Ishiyama Plastic Surgery) advertisement with contact info.

入賞者一覧(敬称略)

◇絵画の部

市長賞	竹下 いづみ
議長賞	松野 正淳
社会福祉協議会理事長賞	牧野 英郎
老人クラブ連合会理事長賞	山本 祐三
特別賞	小篠 英幸
特別賞	井上 さゞ代
特別賞	福田 純子
佳作	高橋 渉
佳作	大西 美陽子
努力賞	城島 州洋
努力賞	越後 哲

◇書の部

市長賞	奥田 忠蔵
議長賞	筒井 雪子
社会福祉協議会理事長賞	中野 恵子
老人クラブ連合会理事長賞	田村 芳晴
特別賞	林 千恵子
特別賞	岡本 郁子
佳作	高橋 渉
努力賞	塚本 嘉一郎

◇写真の部

市長賞	西澤 忠雄
議長賞	武田 眞理
社会福祉協議会理事長賞	荒木 透
老人クラブ連合会理事長賞	田中 積
特別賞	森田 実
佳作	背尾 忠憲
努力賞	堀井 滋

◇工芸の部

市長賞	青木 光子
議長賞	常念 桂子
社会福祉協議会理事長賞	西山 要子
老人クラブ連合会理事長賞	楠谷 千津子
特別賞	山添 艶子
特別賞	井上 さゞ代
特別賞	岡崎 歌代子
佳作	前田 裕子
努力賞	北村 道子

芸術の秋、多くの力作が勢揃い



令和6年度 西宮市高齢者作品展



工芸 「三十路の思い」 青木 光子

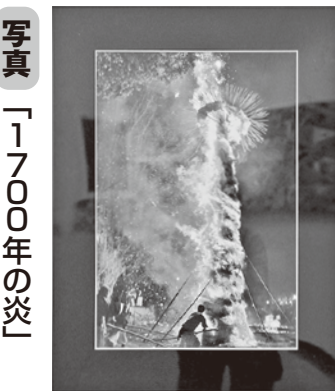
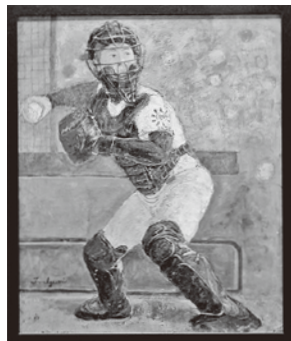
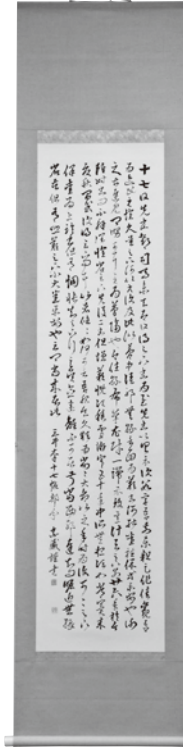


写真 「1700年の炎」 西澤 忠雄



絵画 「よし行くぞー」 竹下 いづみ



書 「十七日先書都司馬」 奥田 忠蔵

10月1日(火)~4日(金)の4日間、西宮市立市民ギャラリーにて「令和6年度西宮市高齢者作品展」が開催されました。今回の出展作品は絵画の部58点、書の部14点、写真の部17点、工芸の部24点の合わせて113点でした。



会場には趣向を凝らした力作が並び、来場者の目を楽しませました。最終日には品評会も行われ、部門別に審査員を務めた先生が審査と講評を行いました。表彰式では、各賞の受賞者に温かい拍手が送られました。



書の部・市長賞 「十七日先書都司馬」 奥田 忠蔵さん(86歳)

「はじめのうちは緊張しながら筆を進めますが、途中でふらふらになってきて最後に気力をふり絞って完遂するような感じですね。墨の濃淡のバランスに細心の注意を払いました」と作品づくりの苦勞を振り返る奥田さん。書き始めてひととおり書き終えるまで1時間半くらいかかるのだとか。寄る年波に体力と気力の維持が課題としながらも、「継続は力なりで、今後も書を書いていきたいですね」と抱負を語っていただきました。

●審査員総評

〔絵画の部〕 田中 理先生

多様な作品が見えていて心を和ませてくれます。作者の「なにを描くか、いかに描くか」一点一点の作品から読みとれる楽しみで時間が足りません。

〔書の部〕 米田 蒼宇先生

昨年そして一昨年の上位の方は今回も作品が素晴らしいので特別賞となりました。よく練習されていると感心しました。次回この調子でお願いいたします。他の方も負けないで下さい。

〔写真の部〕 三井 博先生

バラエティーにとんだ作品が出品されていたが、今一歩踏み込んだ作品が欲しかった。自分の思いをどうすれば、みる人に適格に伝わるかを考え、シャッターを。

〔工芸の部〕 合同審査

工芸作品は日常生活の場にいるおい、やすらぎを与えてくれます。多種多様な作品を通して改めて実感させられました。

耳鼻咽喉科 アレルギー科 足達医院
日本耳鼻咽喉科学会認定専門医
院長・医学博士 足達 治

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	△	△
午後3:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

△土曜は13:30まで 休診日:土曜午後・日曜・祝日
西宮市段上町6-19-34
TEL(0798)52-5655 FAX52-5656

皮膚科・形成外科 **田所クリニック**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	○

◎:水曜午後は予約手術のみ
休診日:木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
初診受付/午前11:30まで、午後18:30まで
西宮市田中町5-20-2F
(エビスタ西宮 阪神百貨店 西出口すぐ)
TEL(0798)36-1112

内科・循環器内科・胃腸科・外科 **風川医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後5:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

訪問診療・往診いたします。
西宮市門戸荘18-19
☎52-2018

内科・小児科・循環器内科 **御幡医院**

み はた

日曜・祝日・木曜午後・土曜午後 休診
西宮市甲子園春風町4-27
春風公園東側
☎(0798)33-0273

整形外科・リハビリテーション科 **谷本整形外科**

院長 医学博士 谷本 真 日本整形外科学会専門医

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
AM 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
PM 3:00~6:00	○	○	○	○	○	○	○

西宮市小曾根町3-1-31
☎(0798)41-3060
阪神バス「小曾根三丁目」まえ
●駐車場3台あり●

浜田歯科クリニック
歯科・矯正歯科・小児歯科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~1:00	○	○	○	○	○	○	○
3:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

※火曜午後は3:00~9:00 休診
△土曜午後は2:30~5:00 水、日、祝日
西宮市両度町3-2-4
アメニティコート西宮北口1F
☎64-4182

あかお歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~13:30	●	●	●	●	●	●	●
15:00~19:00	●	●	●	●	●	●	●

▲15:00~18:00
診療受付時間 午前12:45まで 平日夜18:30まで 土17:30まで
訪問診療します。
西宮市高木西町4-16 パールコート1F
【ご予約・お問い合わせ】 はによい
☎(0798)42-8241

整形外科・リハビリテーション科
リウマチ科・内科 **勝部北夙川医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後2:00~5:00	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜日・日曜日・祝日
西宮市樋之池町7-1-1
☎72-5555 FAX71-7044

消化器科・外科・往診・在宅医療
漢方全般 **川崎医院**

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

<休診>火曜日午後・木曜日午後・土曜日午後
日曜日・祝日
西宮市越水町6-7
TEL0798-71-6236

なかじま内科クリニック
往診・訪問診療いたします

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
在宅医療	○	○	○	○	○	○	○
午後4:00~7:00	○	○	○	○	○	○	○

休診日 日曜、祝日、水曜午後
△…午後2:00~4:30
西宮市甲風園1-9-8 睦ビル1F
TEL(0798)66-1700