



## ふれあい情報

ひよどり台クラブ情報誌委員会

Tel 078-741-6658(地域福祉センター)



第41回ひよどり台クラブ定期総会を盛大に開催

ひよどり台クラブ 会長 松田 恒雄

雨あがりの4月15日満員の会員参加のもと

ひよどり台福祉センターで開催されました。

今年度の総会の概要をご報告いたします。

○ 出席者 百六十名

○ 欠席者 六十五名

○ 会員数 二百二十五名

○ 来賓者 四名

○ 平成二十九年事業報告 (第一号議案)

○ 平成二十九年収支決算報告 (第二号議案)

○ 平成三十年事業計画案 (第三号議案)

○ 平成三十年収支予算案 (第四号議案)

○ 平成三十年新役員承認 一六名

○ 記念講演「日常生活習慣改善」のための

「健康体操セミナー その2」

市民講師 扶川 郁美 先生

○ 今年のクラブとしての目標は実質的な

「会員相互の交流」の強化と健康の促進を基本として

頑張っております。

今年も引き続き会員の皆様方の一層のご協力を

心よりお願い申し上げます。

定期総会記念講演

「日常生活習慣改善のための

健康セミナー その2」

講師 扶川 郁美先生

昨年の敬老祝賀会記念講演に続き  
今回は私たちにとって最大関心事の一つ  
でもある「認知症にならない体作り」とい  
うテーマで意義深いお話をきかせていた  
きました。

認知症予防には、6〜8時間の睡  
眠、30分以内の昼寝、適量のお酒(特に赤  
ワイン)、園芸活動、料理作業、息が弾む  
程度の早歩き、食生活の改善(カロリー控  
えめ、腹7分)などが有効なお話...日々  
心掛けて健康に過ごしたいものです。



市民講師 扶川先生の講演風景

市老連交流ウォークツアー

日 時 5月8日(火)

行 先 奈良市柳生の里

参加人数 42名

行程

ひよどり台を定刻通りに、奈良へ出発、途中  
香芝SAと針テラスに休憩し一路柳生の里へ  
各グループ毎に駐車次第順次ウォークへと出発  
今回はバスガイドの乗車無しの事前連絡もない  
状態で、下車直前に配布されたイラストマップ  
を頼りにスタートして間もなく小雨が！構わず  
予定のコース(八坂神社・旧家老屋敷・十兵衛  
杉・あたや地蔵)は完歩出来ました。

今回のツアーでの**好企画**の報告です。

全車両30台以上のバスが順次移動、休憩後に  
バスに戻るのに目立つように「子供を見守る会」  
の「黄色のジャンパー」をバスのフロントに吊  
下げたうえに、各世話人が着用したのが大好評  
でした(松田会長の発案でした) **拍手**  
間違い乗車もなく、時間通りスムーズに経過  
し、予定より早く無事に帰着出来ました。



旧家老屋敷

皆様のご協力  
誠にありがとうございました。

山歩会例会報告

3月度「六甲の山すそ本山」

日 時 平成30年3月26日(月)

参加人数 33名

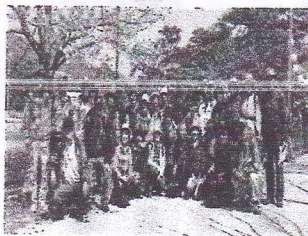
行程

JR三ノ宮駅〜摂津本山駅〜岡本南公園(桜  
守)〜岡本公園(梅林)〜清流の道公園(昼食)  
山田公園〜山田区民会館(水車)〜深田池(解散)  
弓弦羽神社〜阪急御影駅〜阪急三宮駅

神戸ムスリムモスク



深田池にて



4月度「北野異人館への散策」  
日 時 平成30年4月23日(月)  
参加人数 26名

行程

北向き地蔵尊〜神戸ムスリムモスク〜北野  
工房のまち(昼食)〜海外移住と文化の交流セン  
ター〜北野異人館広場(自由観光解散)  
日本初の回教教会では、館内案内、男女別の  
礼拝堂の見学を〜北野工房での昼食〜交流セ  
ンターは休館(国花イペ鑑賞)〜異人館街へ

## 新入会員のご紹介

平成 30 年 4 月以降に入会された  
新会員の方々です

齋藤 勁 ひよどり台 5-12-63  
☎ 743-3926  
松岩嘉世子 ひよどり台 5-1-95  
☎ 743-0548  
中村美佐子 ひよどり台 3-2-8-101  
☎ 743-0101  
ひよどり台クラブへようこそ!

## ふれあい俳句会

古着市誰が纏ひしか花衣はなころも

北山 悦子

塔見えてれんげ畑の吉備路かなきびじ

田中 弘子

風薫る胸いっぱいの深呼吸しんこきゅう

筒井 豊子

万緑の光入り込む仏間かなばんりよく

中井 光子

夏めきてひとりひとりの暮しあり

矢谷登美子

## 花見会報告

四月二日(月)しあわせの村にて、毎年恒例の花見会を行いました。

今年は何年と異なり、三月二十日前後から気温が二十度を上回る日が続き、三月二十六日が神戸の桜も開花となり、四月二日は満開になり、又天候にも恵まれて、近年で一番良い花見となりました。

参加された三十六名の皆さまには楽しんで頂いた事と思えます。

又桜の花に添えてお酒を口にしながら、歌声もあり、楽しい一日でした。

来年も花が咲いていることを期待しています



お花見集合写真  
来年も皆さんの参加  
お待ちしております

## 予 告

北区老人クラブ連合会文化展

6月25日～26日

北区老人クラブ連合会カラオケ大会

7月10日

北区老人クラブ連合会施設見学旅行

8月下旬

クリーン作戦

7月17日(火)

8月13日(月)夏まつり翌日  
皆さんの参加をお願いします

9月18日(火)

10月16日(火)



ひよどり台クラブ  
創立40周年を  
迎えました

創立40周年記念植樹  
として、白梅と紅梅を  
ふれあいセンター前  
に植えております



# ひよどり台クラブ同好会活動予定

## 夏祭り

8月12日(日)



## 敬老祝賀会

9月17日(月)



## ワイワイフェスタ

10月14日(日)



## 山歩会

6月25日(月)

HAT 神戸めぐり臨浜海岸

通の新しい街並み

7月



休み

8月

9月からは再開します。

## ゴルフクラブ

場所 すずらんゴルフ場

6月28日(木) 9:30~7組

7月26日(木) 10:37~7組(注)

8月23日(木) 9:30~7組

9月27日(木) 10:37~7組(注)

10月25日(木) 9:30~7組

11月22日(木) 9:30~7組

## ローンボウラーズ(L・B)

場所 しあわせの村ローンボウルズ場

6月20日(水)

7月18日(水) 夕涼みLB

7月25日(水)

8月15日(水)

8月22日(水) 夕涼みLB

9月26日(水)

10月17日(水)

## 編集後記

ひよどり台クラブ会員の皆様、クラブ発足40周年おめでとうございます。

それに、クラブの情報を年に3回発信しております「ふれあい情報」誌も第60号と節目の年を迎えました。

それもひとえに会員皆様方の多大のご協力と、ご先輩諸氏の弛まぬ努力の賜物ではないでしょうか!!

クラブ創設から、運営に携わって下さった、先輩方々に御礼申し上げます。

**大変ご苦勞様でした**

### お願い

ひよどり台クラブ関連の文書類は主に会長及び編集委員の方々が文書化されたものです。

各同好会の代表の方は同好会の内容について変更や間違いがある場合は速やかに、会長及び各情報委員、又は福祉センター受付まで書面にてご連絡下さいます様お願い申し上げます。

編集担当一同