

北六甲台&上山口東の住宅街

福祉だより

# ぬくもり

第91号  
平成29年2月16日

西宮市社会福祉協議会  
山口支部北六甲台分区  
分区長 日高 昭夫

●発行/社協北六甲台分区 ●発行日/偶数月 ●編集/北六甲台分区広報部 ●配布エリア/北六甲台・上山口東

超高齢社会を迎えて住民どうしが支え合いながら暮らす上で地区コミュニティの役割は重要です。とりわけ団塊世代のウエ

### コミュニティの弱体化

「コミュニティの弱体化」... 超高齢社会を迎えて住民どうしが支え合いながら暮らす上で地区コミュニティの役割は重要です。とりわけ団塊世代のウエ

### 年頭所感 排除でなく包み込みを！

イトが高い北六甲台では二〇二五年問題等の高齢化対応は深刻で重大なテーマです。コミュニティの一層の強化が求められています。



「多様性を認め合うこと」「意見の違いを包み込むこと」「多様な選択肢を提案できること」。

超高齢社会を迎えて住民どうしが支え合いながら暮らす上で地区コミュニティの役割は重要です。とりわけ団塊世代のウエ

### コミュニティの弱体化

「コミュニティの弱体化」... 超高齢社会を迎えて住民どうしが支え合いながら暮らす上で地区コミュニティの役割は重要です。とりわけ団塊世代のウエ



重要な決定に当たっても可能な限り二者択一で

### 〇に近い△の選択

「〇に近い△の選択」... 重要な決定に当たっても可能な限り二者択一で

お弁当を食べながらの懇談の後、参加者全員に自己紹介をして頂きました。個性豊かな紹介やコメントに日頃窺えない一面が見受けられ大いに盛り上がりました。

### 新年互礼会を開催

去る一月十日、今年最初の社協役員会の後、恒例の新年互礼会が開催されました。



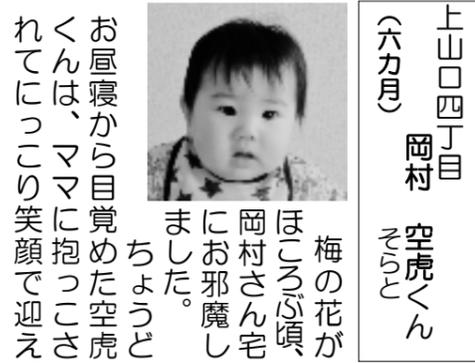
### 北欧から日本へ 理想の介護を求めて

「デイサービス施設 河村夫妻」... 北欧から日本へ理想の介護を求めて

「北欧から日本へ理想の介護を求めて」... 北欧から日本へ理想の介護を求めて

「北欧から日本へ理想の介護を求めて」... 北欧から日本へ理想の介護を求めて

「北欧から日本へ理想の介護を求めて」... 北欧から日本へ理想の介護を求めて



### こんにちは 赤ちゃん！

「こんにちは 赤ちゃん！」... こんにちは 赤ちゃん！

「こんにちは 赤ちゃん！」... こんにちは 赤ちゃん！

「こんにちは 赤ちゃん！」... こんにちは 赤ちゃん！



### 恒例の「青い空」クリスマス会

「恒例の「青い空」クリスマス会」... 恒例の「青い空」クリスマス会

「恒例の「青い空」クリスマス会」... 恒例の「青い空」クリスマス会

### 平成二十八年度ふれあい交流会

## 一堂に会し、和やかに交流を深める

寒波到来の真っ只中の1月23日、75歳以上の皆さんを対象とした社会福祉協議会北六甲台分区の「ふれあい交流会（食事会）」が、今年度も地元サンパレス六甲で開催されました。心配されていた天候も、この日の午前中は晴れ。お手伝いを含めて106名の皆様に参加されました。

開会に先立ち、日高区分長が「全住民を対象とした福祉支援の基盤になるよう、多様な人たちの考えを受け入れながら共存できる地域をめざし、排除ではなく包み込みを大切に心身ともに元気に生涯を過ごせる環境づくりに努めたい」と挨拶。北六甲台の各丁目と上山口東ごとに13のテーブルにわかれ、日頃、なかなか顔を合わせていなかった方々とも、食事を囲んで和やかに歓談し親交を深めておられました。

また、この日は4丁目の橋本清さんが「伝楽亭 朱珠」の亭号で「初音の鼓」をご披露され、会場は初笑いでも和やかな雰囲気。そのあとのカラオケタイムも、9名の方の熱唱に会場はおおいに沸き、拍手喝さいで盛り上がりしました。

最後は、各丁目ごとに記念撮影。参加者の皆さんは「また来年も元気に参加したいですね」と、名残りを惜しみながら帰路につかれました。日ごろの地域生活の中での交流の場を大切に、語り合い、食事等を囲みながら、地域としての絆を、強くしていただける「場」の一助になったことと思います。

社協のこの「ふれあい交流会」は、歳末助け合い募金の助成を受け、地元企業の（株）レックさん、ならびに市役所のマイクロバス等のご支援を得て、地域福祉活動事業として開催しています。ご協力ありがとうございました。（小澤 薫）



#### お弁当の献立

赤飯、ロースステーキ、翡翠餃子、焼売、焼魚、だし巻き卵、紅白かまぼこ、煮物、ご飯、デザート。薄味のご高齢者向きの和風弁当です。



#### 九人の皆さんの熱唱

参加者の方の美声と楽しいパフォーマンスに、拍手喝さいのカラオケタイム。参加者と会場の皆様が一体となった楽しいひとときでした。



#### 橋本清さんの古典落語

お殿様に、鼓を高値で売りつけようとして策を講じた道具屋・金兵衛。「ボン」と打てば「コン」と狐が鳴く掛け合いに思わず笑いが。

## 「いきいき体操」で元気に！

「筋力アップで健康増進」今年度のボランテア交流会が、二月一日、北六甲台自治会館で開催され、ボランテアの皆さんら三十四人が参加されました。

今回は、ボランテアさんの健康増進を兼ねて、西宮市の「いきいき体操」を経験する内容で、市の地域共生推進課健康づくり支援チームから派遣された指導員の指導に従って、約一時間にわたり楽しく取り組みました。

「いきいき体操」は、全国的に広がっている高知市の「いきいき百歳体操」などを参考に考案されたもので、西宮市内では、現在一七六会場で合計約六千人の市民が取り組んでいるそうです。六種類の筋力運動を行う簡易版と、十種類のスペシャル版があり、週二回ほどのペースで繰り返し行うことで、例えば歩



講師の山川さん



く姿勢が良くなり、速足で歩くことが出来るようになるなど、自立した生活を送るための支えになるようです。参加者らは、手や足をゆっくりと動かすことが、意外に筋力アップにつながることを体験し、今後が続いていこうという声があがっていました。（栞野 恵次）

## ちよいい呑みオヤジ会・全体会

### 初めての全体会、二十九名のオヤジ集合



#### 世話人 酒井哲男

初めての説明、ゴルフコンペや行方不明者捜索チーム等の活動の案内があり、いよいよ会としての形が整いつつあります。恒例の自己紹介を兼ねた近況報告を通して、また今回は自由に席を移動して呑みながら歓談をする時間もあって、情報を交換し、お互いにより深く知り合うこともできました。

「老人よ、外へ出よ！」とばかりに、最年長九二歳、平均年齢七〇歳の面々ですが、丸山へ登ったり菜園を耕したりゴルフに打ち込んだりボランテア活動に関わったりと、元気に定年後の生活を満喫しておられます。アツブダウンの多い北六甲台ですが、これも健康のためにはプラスに捉えることができますという意見もありました。最後に、これも恒例の



全員の集合写真を撮り、夕方五時に始まりジャスト八時に閉会。これも「ちよいい呑みオヤジ会」の持ち味のひとつです。

「オヤジ会は今回三十二回目を迎え、会員も四二人を数えます。グループ別に隔月の第四日曜日の夕方の開催です。入会は次の連絡先まで。☎〇九〇・九八七八・六三三六（日高）