



たかさご老連

高砂市老人クラブ連合会発行 高砂市高砂町松波町440番地の35 高砂市ユーアイ福祉交流センター内 ☎ 079-444-3020

■編集・制作 株式会社ニチコミ <http://www.nichicomi.com>
神戸市中央区元町通 4-4-8 タイムスビル 10F ☎ 078-351-3387



高砂市老人クラブ連合会 会長 藤井 加代子

新年のごあいさつ

謹んで新春のお慶び申し上げます。
「よつ老人クラブ」をスローガンに仲間づくり、健康づくり、生きがいづくりを目標に、明るく楽しく、笑顔で日々の活動に取り組んでいます。人と人が接し、知性、説得力、自制心、持続する意志を持つて、親しく交わることで、私たち老人クラブ活動がよりスムーズに運営できるので

高砂市老人クラブは、「高齢者の元気は地域の元気。活気ある地域づくりに貢献します。」
あけましておめでとございます。
皆様におかれましては、令和6年の初春を清々しい気持ちで迎えのことと心からお慶び申し上げます。
会員の皆様には、「高齢者の元気は、地域の元気」を基本理念として、本市の各種事業へ積極的にご参画いただくとともに、文化・スポーツ活動や社会奉仕活動をはじめとする、さまざまな事業や活動を通じて、活気ある地域づくりにご尽力賜っております。



新年を迎えて

高砂市長 都倉 達殊



また、新型コロナウイルス感染症の取扱いが変わった後も、感染症対応につきましても、様々な場面において格段のご理解とご協力を賜り、重ねてお礼申し上げます。
さて、人口減少と高齢化が急速に進むなか、本市では「高齢者福祉計画及び介護保険事業計画（第8期）」において、だれもが住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるために、健康や生きがいづくり、社

会参加など、地域社会との関わりが重要であると位置づけております。地域包括ケアシステムの推進とともに、地域住民一人ひとりの暮らしと生きがい、地域を共に創っていく「地域共生社会」の実現をめざし、本年も引き続き、各施策に取り組んでまいります。
会員の皆様には、今後とも市政運営へのご理解、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。
結び、高砂市老人クラブ連合会のますますのご隆盛と会員の皆様のご健康、ご多幸をお祈り申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。

はないかと思っています。
今年度は何事も柔軟性をもちて対処するよう心掛け、会員相互の親睦を今まで以上に図っていただけると願っています。
年頭にあたり、老人クラブ会員の皆さまの今後ますますのご健勝とご活躍を心から祈念申し上げますとともに、引き続き市老連への変らぬご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

株式会社 ニチコミ
弊社ホームページで全国の元気な老人クラブの活動を紹介しています。

ニチコミ 検索
<http://www.nichicomi.com/>

丸山造園土木株式会社

高砂市米田町古新329
TEL.079-432-6026

糖尿病内科・消化器内科（肝臓）
すがの内科クリニック
診療時間
AM 9:00～12:00 月 火 水 木 金 土 日祝
検査（予約制） 13:30～15:30 13:30～15:30 14:00～15:30 健康教室 月2回
PM 4:00～7:00 月 火 水 木 金 土 日祝
★…火・水・金の午前診は予約診
月・火・水 午後：胃内視鏡と超音波検査（予約）
別所町北宿 1048-3 北宿信号 北へスグ
☎(079) 252-7350

株式会社 マツヒロ
高砂市曾根町 2941-2
☎079-448-0250
FAX 079-448-0260

金網工事
兵庫県建築工事業者協会会員

土地分譲が専門の会社
土地と住まいのコンサルタント
不動産の企画・販売
有限会社 大成住建
免許番号 兵庫県知事(11)第400089号
高砂市阿弥陀町魚橋 1016-1
☎(079) 448-6671(代)

株式会社 二建
TOTAL CONSTRUCTION
<http://nikken.cc/>
高砂市阿弥陀町阿弥陀 1220-1-N2
TEL.079-440-5966
FAX.079-440-5967

想いこもった作品群に感動!



込めた心が輝く作品展に

第3回ふれあい作品展



▼出展者
156名
▼作品数
283点



第3回ふれあい作品展を11月28、29日の2日間皆さまのご協力のおかげで開催する事ができました。今回は出展品に過去の作品は出さず最近の作品をと依頼しました。156名の方で283点の出展がありました。特に額物が多く飾りつけに苦労されたようです。来場者は2日間320名でした。お忙しい中、都倉市長、藤森議長他老人クラブ会員以外の方も来場していただき本当にありがとうございました。

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・糖尿病内科



はぎはら内科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	13:00 まで
16:00~18:30	○	○	○	○	○	○

JR 曾根駅前 休診日 木曜・土曜午後、日曜、祝日
高砂市阿弥陀1-5-28 ☎ **447-3343**



Clinic of Neurology

森脇神経内科

阿弥陀町魚橋958-1

☎448-4800

URL: <http://www.m-neuro-clinic.com>

西本歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
14:00~18:30		○	○	○	○	△	○
14:00~19:00	○		○	○			○

△…土曜日/PM5:30まで ◆日曜・祝日・水曜/休み
(祭日を含む週の水曜は診療)
1階へ移転しました!!! TEL **447-1180**
コープ前ノムラビル1階 (079) **447-1180**
<http://www.nishimoto-shika.com/>

友田神経内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
あさ10:00~12:30	○	○	○	○	○	△
よる 4:00~ 5:30	○	○	○	○	○	○

初診は予約制 受付9時より △ 9:30~12:00

■休診日/日・祝および木・土の午後
山陽電鉄伊保駅下車

高砂市伊保港町2-7-14 TEL **448-5561**

有限会社 **カトウ薬局**

高砂市高砂町北本町1119

TEL: 079-442-1601

FAX: 079-442-1602



医療法人社団 内科・小児科

植杉医院

高砂市松陽1丁目6-18 松陽ビル2F

☎ (079) 448-9886



作品展を機に親睦も深まる



一つ一つの作品に皆さまの心を込めて作成された成果が見る人の感動につながったのだと改めて感謝しています。

作品展を通してこれまで以上に各単位クラブ相互の親睦を計りながら今後の老人クラブの活動が増々明るく輝くようご協力をお願いいたします。

皆さま本当にありがとうございました。



ご来賓の方々(敬称略)

高砂市長
高砂市議会議員
衆議院議員

(代理)

高砂市福祉部長
高砂市社会福祉協議会理事長

都倉 達殊
藤森 誠
渡海 紀三朗
渡海 敦子
森岡 修平
稲垣 稔



令和6年1月9日、
賀詞交歓会が開催されました。

賀詞交歓会



私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

食事のヒント

高血圧予防

ポイント
減塩は

1. だしを効かせる
2. 香りを利用する
3. 酸味を利用する
4. 油を利用する
5. 食材本来の持ち味を生かす



医療法人社団仁秀会
東高砂胃腸外科
高砂市米田町古新305-1 TEL 432-1119
サービス付高齢者住宅
ラポール東高砂
24時間対応スタッフ常駐
高砂市米田町古新310 TEL 432-3871

さかい眼科

〈診療時間〉	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:00	○	○	○	○	△ 11:00	○
午後3:30~6:00	○	—	○	—	○	—

※日曜・祝日は休診
高砂市伊保4丁目559
TEL (079)446-0164

眼科 多木医院

医師 多木大輔

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	○	○	※	○	○	○
午後3:00~6:00	○	○	○	○	○	○

※火曜日午前診 12:00まで(手術のため)

※日・祝日・火・木・土曜日午後は休診
高砂市高砂町浜田町2丁目7の41
(山電高砂駅下車西300m線路沿い)
TEL(079) 21台
442-1069

木澤美生子 司法書士事務所

相続・遺言・成年後見・民事信託・登記手続

お気軽にお問い合わせください
☎079-432-0225

高砂市神爪一丁目4番11号 FKビル 201号

シニアコーラス開催中

～元気に共に歌いましょう!～

- 毎月第3金曜日午後1時30分～
- 問い合わせ:079-442-4854(高砂教会)



高砂教会

主任牧師 新谷 和茂

高砂市荒井町紙町1-34

http://takasago-church.com/

いつまでも
お元気で
楽しい人生を!

白熱! 第27回グラウンド・ゴルフ大会

(健康部 記)



巧打の度に大きな歓声が!

第27回高砂市老人クラブ連合会、グラウンド・ゴルフ大会が、令和5年11月9日、高砂市陸上競技場で開催されました。

高砂市老連7地区29チームと松陽学園2チームのゲストを迎え31チーム、186名(記録員31名含む)で開催、当日は早朝7時30分に健康部・役員が集合し、会場設営を行い、無事に開会式(9時)を迎えることができました。

開会式では、前年度優勝チームの伊保古沼チーム稲岡智美氏の元気な選手宣誓の後、予定通り9時30分より試合開始となりました。

順位	団体名	点数
1位	曾根A (曾根)	203点
2位	古沼老人クラブA (伊保)	207点
3位	松尾会A (阿弥陀)	209点
4位	島GGクラブ (米田)	214点
5位	松尾会B (阿弥陀)	217点

試合中2番・4番のリボン賞で、ホールインワンが出るたびに大きな歓声が競技場内に響き渡っていました。

試合の方は、2回戦が終わり総合得点の結果次の順位となりました。

試合結果はいづれも少数の差で順位が決まりましたが、各チーム練習の成果が出て白熱したプレーが多く感じ取れました。

最後に、本大会の準備のため早朝よりの手伝いと終了時の後片付けに協力いただいた役員の皆さまに感謝申し上げます。

猛暑に負けず激闘! ツウゲットボール大会

(健康部 記)

高砂市老連のツウゲットボール大会が、令和5年9月15日高砂公園で開催されました。

ツウゲットボールは、グラウンド・ゴルフのボールを使用して2回の打数で得点を競う二コースポーツで、(財)兵庫県いきがい創造協会が高齢者の生きがいづくりのために開発されたと聞いています。

市老連の7地区から参加者を募り、60名の参加がありました。各地区参加人数にばらつきがあり、団体戦ができないため、個人戦で3セット1ゲームでの開催にしました。

また、今年は例年になく猛暑日が続く、大会当日も真夏日が想定されていたので、熱中症対策として、午前中に終わることを念頭に、1ホール12名編成とし



好プレー連発!大会は大盛況!

5ホール一斉スタートとしました。しかし、4・5ホールのグラウンドコンディションが悪く、競技者から不満の声があがり、順位を見てもコンディションの悪いグラウンドでの競技者の成績が悪く、全体の結果発表ができなかった事を参加者の皆さんにお詫びいたします。

ツウゲットボールの競技者も年々増えており、今後は、地区毎の団体戦ができる事を願い令和5年度の大大会報告とします。

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

高砂市一般廃棄物収集運搬業
兵庫県産業廃棄物収集運搬業

株式会社 高砂興業

高砂市竜山1丁目2番32号

TEL 079-448-5252
FAX 079-448-3575

新築・増築・改築・リフォーム・店舗内装

株式会社 テラタニ工務店

高砂市米田町米田612-2

TEL:079-439-6419
FAX:079-244-1542

HSI 株式会社

高砂市高砂町浜田町1丁目12-16

TEL.079-497-5575
FAX.079-497-5576

ISSETU

各種機械設計・製作・据付

日本機設工業株式会社

〒676-0807 高砂市米田町島24

TEL(079)432-2111
FAX(079)431-8424一般社団法人 日本健康倶楽部
兵庫支部

- 協会けんぽ 生活習慣病予防健診
- 事業所健診(巡回・来所)
- 一般健康診断 ●特殊健康診断
- 行政指導による健康診断(腰痛ほか)

健康診断のご予約
お問い合わせ 0120-444-691月～金 10:00～16:00(祝日除く)
http://www.kenshin-hyogo.jp保温、保冷、各種板金工事
空調及各種排気ダクト工事

初田工業株式会社

〒676-0824 高砂市阿弥陀町南池21-3

TEL(079)448-0028 FAX448-3108

▶Eメール hdk@hatsuda.com
▶ホームページ http://www.hatsuda.com

誰でも熱中! モルック大会 (健康部 記)

モルックはフィンランド発祥のユニバーサルスポーツで、木製の棒を投げ、数字のついたピンを倒してピタリ50点をねらうといった、とても簡単なルールで、年齢性別を問わない気軽なスポーツです。

モルックコートプレイエリアも幅5m、縦10mとテニスコート半面で行うことから、近くの公園でも簡単にできます。

市老連からモルックのセットを7地区に提供し、各地区徐々にモルック競技が広まりつ

高得点目指して力投!



つある中で、令和5年9月25日高砂市文化会館中ホールにおいて、モルック大会が開催されました。

初めての大会で、各地区1チームの参加となり、初代優勝チームは中筋地区が見事栄冠を収めました。

中筋地区は、市老連代表として、11月17日兵庫県神崎町で開催される県大会に出場します。

市老連として、各地区モルックを通して対戦し、楽しく交流ができることを願っています。

歴史
旧跡
探訪

11月20日、秋日和の中、歴史旧跡探訪が曽根町で開催されました。参加者は90名。まず境内で藤井会長、紙谷文化交流部長のあいさつで始まり、岸野理事(曽根町)よりルートの説明がありました。宮司さんより天満宮の説明を聞き、2班に分かれ旧入江家住宅に向け出

発。15分ほど歩くと到着し、内部をそれぞれ見学後説明を受け、最後にふるさと納税返礼品にもなっている鎌田商店さんの高砂ラムネをいただき解散しました。準備をしていたたいた曽根町役員の方々、また、朝早くからお世話してくださった会員の皆さまありがとうございました。



私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

たまごジェラートのお店

yellow

たまごジェラートのお店 yellow

高砂店/兵庫県高砂市荒井町
若宮町 7-17
TEL 079-444-2410
元町店/兵庫県神戸市中央区
栄町通 2-2-1

KAGOTANI

株式会社 龍谷

〒676-0005
高砂市荒井町御殿2-1-17
代表取締役会長 栗原 直樹
代表取締役社長 小畑 成久

空調・換気で快適な空間づくり

エアコン
空調
エコキュート

株式会社 ASK電設

高砂市阿弥陀町
南池 6-6
TEL 079-446-3119 FAX 079-440-2929

株式会社

TOKURA

CLEAN & GREEN

緑と豊かな環境づくり

高砂市荒井町蓮池2丁目7番29号

TEL.079-443-3311(代)

FAX.079-443-1688

https://kk-tokura.co.jp

株式会社 浜田五務店

GROWING TOGETHER

本社 高砂市高砂町田町 491

TEL (079) 443-2226(代)

FAX (079) 443-2227

URL <http://www.hamada-net.co.jp/>

Heart to heart

心の通った住まい創り

ヤング開発(株)

本社/高砂市米田町島2番地 TEL 079-431-2650
支店/姫路・土山南・西明石・神戸 工場/東二見

インターネットで 検索ワードは ヤング開発 で検索
最新情報公開中 <http://www.yangu-kaihatsu.co.jp>

SK

杉原工業株式会社

本社・工場: 高砂市時光寺町 1-3
姫路第一工場: 姫路市四郷町上鈴 281 番地 1

TEL.079-447-3100

市老連「秋の親睦旅行」

仲間が集った笑顔の旅行

福祉親睦部



令和5年度秋の親睦旅行は、9月22日、市老連の会員192名が、観光バス5台に分乗し、山陽道を岡山方面に向かって出発、途中のトンネル事故の改修遅れのため、少々時間がかかりましたが、主目的の豪華なお食事を旨し、鷺羽グラウンドホテル備前屋甲子へ。

会場は、2室に別れましたがお食事は、満足して頂けたと…皆さまはいかがでしたか。量も多く満腹で次の目的地、白壁の町倉敷美観地区柳並木の町並みを自由散策しました。

最後に吉備サービスエリアで小休憩とお買い物を済ませ、山陽道を北上、帰路に着きました。天気にも恵まれ交通事故もなく無事に行事が終了しました。ご参加ありがとうございました。

◀宴会は大賑わい!



倉敷美観地区▶

シルバードライバースクール

シルバードライバースクールに参加して

学習研修部

交代で受講しました。

12月7日、はりま高齢者講習専門学校で、シルバードライバースクールが開講されました。各地区より20名の参加があり、ほとんどの方が初めて受講参加とのことでした。



昨今高齢者の自動車事故が、マスコミなどで多々報じられている中、皆さ

ん緊張感の中での講習会でした。講義は、安全運転座学と実車による運転技能訓練を、2班に分かれて交代で受講しました。座学では「高齢者ドライバースクールの特性と傾向について」の講義があり、実車運転では試験ではないのに、緊張感の中でハンドルを握っていました。両講習で感じたことは、高齢者になると運転能力・身体機能が低下している

実走行
さながらの講習に緊張!

事実をまず自覚すること。そして無理のない法令遵守の安全運転を心掛けることを、再確認する良い機会となり、有意義な講習会であったと感謝しています。

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

はりま自動車教習所直営

はりま高齢者講習専門学校

☎079-447-1003

営業日時：月曜日～金曜日、祝祭日（正月除く）
8:30～17:30

〒671-0121 兵庫県高砂市北浜町牛谷187-1

はりま高齢者講習専門学校 検索

<http://harima-kourei.com>

真心こめたご葬儀をお約束いたします。

(株)加古川産業会館

JAやすらぎ会館 高砂

お問い合わせ・お申し込みは
年中無休・24時間受付

☎079-424-0038

高砂市高砂町朝日町3丁目2-4 ☎444-4438

「ニチコミ」のブログで
全国の老人クラブの
活動を紹介しています!
詳しくはホームページで!



ニチコミ

検索

<http://www.nichicomi.com/>

浄土真宗本願寺派

宗教法人 善立寺

代表役員住職 原田 宗司

高砂市高砂町横町 1096
TEL.079-442-5096

御協賛

・米田・

子どもたちに元気をもらおう



子どもたちの笑い声で自然と笑顔に

米田町老人クラブ

藤井 加代子

3ゲームの講習をしました。
(6台輪投げ台使用)

生徒の真剣に取組む姿を見て私達も思わず頑張つてと声をかけていました。後日生徒達全員からお礼の感想文を冊子にして届けていただきました。

米田町老人クラブ

では各単位クラブ毎に地域の方々との交流会を実施しています。

「高齢者の元気は地

域の元気。活気ある地域づくりに貢献しよう老人クラブ」をモットーに今後全員一丸となつて頑張る米田町老人クラブでありたいと思っています。



▲子ども達からお礼の感想文も頂きました!



・曽根・

集うことは、楽しいこと

曽根町老人クラブ連合会の活動を報告いたします。

①市老連グラウンド・ゴルフ大会で優勝し、祝勝会を催しました。グラウンド・ゴルフ部は、毎水曜日に練習を重ねています。優勝は数年ぶりですが、熱心な練習と、チームワークの良さで勝ち取りました。祝勝会には約50名が出席。練習の時は、励まし、慰め合いながらですが、この場では病院のこと、薬のことで各テーブルはにぎやかでした。来年は市代表としての交流試合もあり、練習も気合が入りそうです。

②数年ぶりに曽根町8単位クラブ合同でのバス旅行を実施しました。(12月6日)旅行参加者は48名。当日は風もなく、青空で観光日

第一長生会 岸野 元和

和でした。淡路島の有名な鯛料理店での食事です。鯛の生造りは格別でした。その後ラオケタイム。出演募集から数分で約20名の申込者。1番の方は「タイガース応援歌」、2番の方は「東京ブギウギ」。

雰囲気盛り上がりました。料理、カラオケ、入浴。帰り際にタコセンベイ屋に立ち寄つて帰路へ。帰宅16時30分としたのも好評でした。「同じ曽根やけど会つのは何年ぶり!」の会話もあちこちで。集うことは楽しいことと実感しました。



仲間とカラオケで和気あいあい!

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

健康
コラム

とってもべんり

お薬手帳を持ちましょう!

お薬手帳を持っていると...

- ・複数の病院にかかっている、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- ・過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- ・災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- ・かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことでより適切な処方に役立ちますよ。



わくわくの 集い



多彩な演目に
心弾む♪



- 日 時 令和5年11月10日 10:00～12:00
- 場 所 播磨町中央公民館1階ホール
- 内 容 男性四重唱ゴールデン・ハートカルテット・演芸サークルびっくり箱
- 参加者 高砂市 15名

女性部 研修会



みんな一緒に
ワクワク!

- 日 時 令和5年11月30日 13:30～15:30
- 場 所 稲美町総合福祉会館集会室
- 内 容 バルーン教室と楽しい大道芸一体感のある「ワクワク」「ドキドキ」「ワハハ」を体感しよう!
- 講 師 ピエロ 栗煮空
- 参加者 高砂市 10名



東老連 スポーツ 大会



一投入魂!
白熱の試合に!

- 日 時 令和5年10月6日 10:00～
- 場 所 はりまシーサイドドーム
- 参加者 高砂市 20名



但陽信用金庫様より
ピブスを頂きました!!



10月4日、但陽信用金庫高砂支店にて、清水秀晃支店長より藤井市老連会長へピブス100枚が贈呈されました。後日、早速東老連スポーツ大会に参加者20名全員で着用して出場し、**見事伊保チームが優勝しました。**但陽信用金庫関係者の皆さまに厚くお礼申し上げます。



贈呈時の様子

私達は高砂市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ロコモティブシンドロームの予防



「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。

症候群（シンドローム）とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- ☐ 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- ☐ 片足立ちの状態で靴下を履くことが出来ない
- ☐ 手すりがないと階段の上り下りが困難
- ☐ 2kg 程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
- ☐ 15 分以上連続して歩き続けられない
- ☐ 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
- ☐ 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。

グラウンドゴルフ県大会・団体戦

各地から集い、

熱戦・接戦の盛り上がり!!

古沼老人クラブ

9月29日、第11回グラウンドゴルフ県大会が、全但バス但馬ドーム（豊岡市）で実施され、高砂市代表で古沼老人クラブが参加しました。

古沼チームは、朝8時マイクロバスで、選手・市老連藤井会長・関係者が

同乗、和やかに会場にむかいました。和田山から但馬道路に入ると各地より大会に参加するチームのバスが散見、いざドームへと向かう光景も見られました。

会場に到着して中に入ると立派な近代的ドーム

でアンツーカーグラウンドが整備されており、申し分ない環境の中での大会となりました。

心を一つにして戦った古沼チーム

10時30分より開会式が始まり、県老連中村会長のあいさつ、選手宣誓の後、11時より団体戦・38チーム（228名）、個人戦120名のエントリーの中、合

図とともに大会が開始されました。

古沼チームは心一つに結束を固め、ひまわりシニア太子チームと同組で8ホール2ゲームの試合に臨みました。成績は1点及ばず10位入賞ならず、12位と悔しい結果となりましたが善戦。県内・北から南から各地（兵庫県は広いな）の老人クラブの方々と和気あいあいの中、またとない親睦がはかれ有意義な大会に参加できたことが誇らしく思われました。

団体戦の結果は、優勝は豊岡市の戸牧北チーム、準優勝は太子町のひまわりシニア太子チーム、3位は淡路市の北淡水越チームで10位までが表彰されました。

アンツーカーグラウンドとは？

アンツーカーグラウンドとは、高温で熱加工した人工土で舗装された、降雨時でも使用できる特徴をもつ赤褐色の準全天候型グラウンドのことです。野球場・陸上競技場やテニスコートでおもに使用されています。

第1回モルック県大会

モルックの県大会に出場して

シニア春日野

11月17日、第1回県老連主催のモルック大会に、高砂市老連を代表して、中筋地区シニア春日野4人のメンバーで出場しました。会場は、兵庫県の中心地・神戸町で、自然の紅葉に囲まれたすばらしいグラウンドでした。

いよいよ開始となり、第1試合は、50点にグループ1番乗り。好スタートを切りました。ところが、2試合目、順調に得点を重ね48点となり、後2点と盛り上がったのですが、非情にもオーバー、25点となった時点で、他チームが50点の上がり。3試合目こそは、と三層力が入ったのか、3人共0点が続き失格。4人目はいちども投げることなく終了してしまい、予想外の展開となつてしまいました。結果は残念でしたが、県大会に出場できて楽しかったです。今後も、週2回のモルック練習に励みたいと思います。



強豪あつまる県大会で健闘！

ます。

神戸まで、同行してくださった、藤井会長・伊藤事務局ありがとうございました。うございました。なお、優勝チームは、147点の豊岡市老連で、来年北海道で行われる世界大会に出場します。

芸能発表会



●日時 令和5年11月15日
●場所 高砂市文化会館大ホール

作品展



●日時 令和5年10月17日・18日
●場所 松陽学園

松陽学園 作品展 & 芸能発表会
作品展 & 芸能発表会に参加!

松陽学園 作品展 & 芸能発表会

防災講話

「もしも」のときのために学んでおくべきこと

緑寿会 小原 敏弘

●日時：9月10日 9:00～10:45 ●場所：緑丘自治会館 ●参加者数：24人

●講師：防災リーダー高砂 会長 井端 正晴 氏

●テーマ：みんなで考えるこれからの防災・減災・縮災

9月の防災月間に合わせて、防災の学習会を行った。

地震およびそれに伴う津波に関して、プロジェクターによる画像と話でプレート移動による地震発生のメカニズムから始まり津波発生に至る、1時間半の講話であった。

その後、質問の時間をとったが、ハザードマップと避難方法で活発な質疑のうちに終了した。

総括すると津波警報が出たら高い所へ避難をするという事であった。



自分の身を守るため、一同真剣に拝聴しています。

詩

「ライン引き」

シニア春日野 しゅんじ

ひとり 大地に 立つ
白いラインを いっぱい
ひたすら まっすぐ
何本も 何本も
最後に 丸いサークル

これを45年
サッカーひとすじの
我が人生

出来上がった2面の
サッカーコートをつめ
すいとうから注いだコーヒー

あったかく、心にしみる
ありがとう

子ども達がやって来た



● 西松屋 高砂店 ●

荒井

きもの販売

高砂市緑丘2-1-40 イオン高砂2F
☎079-444-0051シルバーカード
提示で和装小物 **5% OFF**シルバー
カードを
持って
出掛けよう!

● メガネのやまもと アスパ高砂店 ●

メガネ・補聴器

高砂市緑丘2-1-40 イオン高砂2F
☎079-443-3206

シルバーカード提示で

メガネ一式レンズ **5% OFF**

※他の割引ぎとの併用は不可

荒井



● 大貫堂印房 ●

● 大貫堂印房 アスパ高砂店 ●

印章業

高砂市緑丘2-1-40 イオン高砂2F
☎079-490-4401消費税含む
1,100円以上購入時
シルバーカード提示で**5% OFF**

(一部対象外商品有)

荒井



● 三ツ輪屋 ●

精肉店

高砂市曾根町812-2 ☎079-448-1615
営業時間 午前8時～

曾根町南の町の精肉店三ツ輪屋です。

先代社長から受け継ぎ、現在2代目でシルバーカードを引き継ぎ
現在に続いています。カードはたくさんの方にご利用頂いております。
これからも市老人会のお役に立てたらと
5%引きを続けていきます。

シルバーカード提示で

5% OFF

曾根町



◆新規追加・再加盟店舗

地区	番号	加盟店名	業種	所在地	電話番号
荒井	96	西松屋 高砂店	着物販売	緑丘2-1-40	444-0051
荒井	89	メガネのやまもと	メガネ補聴器	アスパ 高砂店 2F	443-3206
荒井	74	大貫堂印房	印章業		490-4401

◆退会により削除した加盟店

地区	番号	加盟店名	業種	所在地
米田	14	プリリアントガールズ	子供服 販売店	米田町島

中筋地区。社会奉仕の日



シニア春日野



▼清掃作業

- 実施日 令和5年9月27日
- 時 間 9:00~10:00
- 実施人数 21人
- 実施場所 JR曾根駅南歩道橋・歩道・西部土手
- 実施内容 JR曾根駅に通じる陸橋の清掃班と駅南の線路沿い歩道班・西部土手の3班に分かれて作業
- 収集量 土嚢1袋・ゴミ6袋・空き缶小袋1



▶清掃作業

- 実施日 令和5年9月28日
- 時 間 8:30~9:30
- 実施場所と参加人数
 - さつき公園 10人
 - さつき会館周辺 8人
 - そのわ公園 8人



中筋一丁目

▼草引き作業

- 実施日 令和5年9月17日
- 時 間 8:00~9:00
- 実施人数 22人
- 実施場所 中筋1丁目第1公園
- 実施内容
 - 除草清掃 低木剪定
 - ゴミ袋 25袋 ○公園課に回収依頼



編集後記

スポンサーへのお礼

会報紙「たかさご老連」を刊行するにあたり、協賛・協力いただきました方々に厚くお礼申し上げます。

今後も情報発信の場として各クラブの活性化に寄与できる会報紙をめざしていきますので、皆様のご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

高砂市老人クラブ連合会

令和6年幕開けに、広報紙 108 号をお届けいたします。藤井会長の改革への決意や都倉市長も期待や応援のお言葉を寄せてくださいました。ニュースポーツ大会（ツウゲットボール・モルック）など新たな挑戦や3回目となった作品展、2回目の歴史探訪など、継続行事として模索のご苦勞を想います。他にも、写真や原稿をありがとうございます。320 名参加の作品展をはじめ、多くの会員さんの笑顔溢れるかわりかうかがえ、「高齢者の元気は地域の元気」実践そのものです。

コロナに翻弄された令和の3年間を経験した私達。昨年は学びの中でコロナと向き合い、活発に前に進んできました。令和6年も明るく元気に頑張ります。



樹脂ホース製造・組立

株式会社

タカサゴ

高砂市阿弥陀町魚橋 1276

TEL (079) 447-1391 (代)

FAX (079) 447-6392

Obbli 三愛オブリガス播州株式会社

LIXILリフォームライファ高砂

5年連続LIXILお客様満足度アンケート

兵庫県第1位!

ガスの供給・ガス機器・水廻りリフォームフルリノベーションまで、一級建築士が在籍する当社にお任せください。

0120-920-432

〒676-0027 兵庫県高砂市阿弥陀町阿弥陀29-2



株式会社

もり新聞舗

取扱い紙一覧

神戸新聞・デイリースポーツ
産経新聞・サンケイスポーツ
日本経済新聞・日刊工業

高砂市松陽1丁目6-14 TEL079-448-2030



油

大

断

敵

ルールを守って
安全運転

- × 歩行者妨害
- × 傘さし運転
- × 一時不停止
- × 走行中の携帯電話使用
- × 二人乗り
- × 飛び出し
- × 無灯火

自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう