



ふれあい 檜の台

No.56

令和 4 年 1 月 1 日

発行 檜野台ふれあいのまちづくり協議会

〒651-2275

神戸市西区檜野台5丁目4番地2

檜野台地域福祉センター

☎・FAX (078) 991-9922



新しい年を迎えて

檜野台ふれあいのまちづくり協議会

委員長 傳 田 雅 明

あけましておめでとうございます！

昨年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、緊急事態宣言とまん延防止等重点措置が長期間発出され、長い間自粛生活が強いられました。

地域の恒例イベントのふれあいまつり、もちつき大会、敬老会などは一昨年同様中止となりました。

そのような中、檜野台ふれあいのまちづくり協議会のホームページを5年振りに再開し、最新の情報をスマートフォンでもお届けできるなど、デジタル化社会にも対応できるようになりました。

自粛生活により、フレイル（加齢により心身が老い衰える状態）の予防がより重要になっていきます。フレイル予防には「運動」「栄養」「社会参加」の3つの要素が必要であり、その中でも特に「社会参加」が大切であるといわれています。本誌で紹介しています老人クラブ、婦人会などの地域団体に参加して、楽しく過ごされませんか。

今年こそは新型コロナウイルスの感染が収まり、楽しく地域活動ができることを願っています。

ホームページ リニューアルオープン！

檜野台ふれあいのまちづくり協議会のホームページが、新しく生まれ変わりました。

今回のホームページの特徴は「お知らせ」欄で、皆様に地域回覧などの情報をいち早くお知らせするために情報の更新を頻繁に行うようにいたしました。

また、スマートフォンでも閲覧しやすく配慮しています。

立ち上げたばかりで、内容はこれから徐々に充実させていきます。

右のQRコードを読み取るか下記 URL からお入りください。

ホームページ URL <https://kashinodai.sakura.ne.jp/wp/>



檜野台地域 2021年10月31日現在

世帯数：2,969 世帯 人口：7,005人 15歳未満：717人（10.2%） 65歳以上：2,280人（32.5%）

グラウンドゴルフ大会

11月7日

気をもんだ天気も一転秋晴れとなり、今回もグラウンドゴルフ大会を開催できた事を心より嬉しく思います。皆さんも待ちわびていたようで、参加者は47名と、たくさんの方々に集まって頂きました。日頃の練習の成果が出て、ホールインワンが9名も出ました。今までで一番多いようです。

少し風が強かったものの、心地よい気候でした。周りの景色も木々が色づき始め、気持ちよくプレーができ、賑やかな笑い声と笑顔が飛び交っていました。



クリーン作戦

11月14日

6月のクリーン作戦は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止しました。11月の「榎野台公園クリーン作戦」は、秋晴れのもとコロナに気を付けながら実施しました。お子さんも15名が参加し、お父さんに誘われてとか、小学4年生の女の子は自分で掲示板を見て等々で例年より若者が多く見受けられ、世代の輪の広がりを感じました。参加者102名で118袋のごみを収集できました。

ご協力ありがとうございました。これからも地域の環境美化に、力を合わせ務めましょう。



子育てサークル

“たんぽぽ”

11月15日

コロナ禍で休止していた活動を約1年半ぶりに再開しました。実施日を第3月曜日に変更しましたが、当日は親子18名の参加があり、ボランティアグループによるリズム遊びで楽しんでもいただきました。子育てに関する情報も提供いたしますので是非ご参加下さい。なお、活動内容等はふれまち協のホームページで確認して下さいです。



榎野台子ども見守り隊

榎野台子ども見守り隊は、榎野台小学校の児童の登下校の安全を願って地域で取り組んでいる活動です。地域の老人会が主体となっておりますが、最近は老人会も高齢化し活動も厳しい状況で、老人会に限らず人材を求めています。暑い日も寒い日もありますが「お帰り!」「ただいま!」

「今日学校で何したん?」そういった言葉の声掛けで子供たちの安全と交流になっていると思います、全くのボランティアですが頑張っています。



老人会・婦人会の紹介

榎野台ふれあいのまちづくり協議会に所属している老人会・婦人会を紹介

します。各団体への入会を歓迎します。問い合わせは福祉センター受付へ（電話 078-991-9922）

榎野台倶楽部（老人会）

設立5年目、主に1丁目の皆様の倶楽部で、活動は、歓談・ゲーム・健康体操を楽しむ茶話会、懐メロを口ずさむカラオケ、認知症予防に麻雀、健康づくりにグラウンドゴルフがあり、さらに“街並探訪”では、2か月に1回、神戸の街の魅力を再発見しています。これまでに兵庫大仏、新開地喜楽館等、最近では



兵庫大仏



顕宗仁賢神社

顕宗仁賢神社等の西区ミステリースポットを巡っています。

オークヒルズクラブ（老人会）

榎野台3丁目や近隣の65名の皆さん方が在籍していて、お誕生月のお祝い会、ビンゴゲーム、最近人気のポッチャゲームなどを楽しむ「おたのしみ会」やグラウンドゴルフ、カラオケ、囲碁、歩こう会などのサークル活動を通じて、みんなで交流を図りながら楽しんでおります。新規の会員も大歓迎します。お気軽に声をかけてください。



ポッチャ

春秋会（老人会）

正式には「榎野台4丁目春秋会」といいます。会員数が36名のこじんまりした会です。例年ですと2か月に一度誕生会をし、お祝しながら少し贅沢な食事会をワイワイしながらやっています。年1~2回社会見学として市内外のバス旅行（バスツアーに参加）で各地に行っています（コロナの関係で最近休止）。また地区内のバス停2か所の清掃美化（月1回）を行いバス利用者から感謝されています。



誕生会

オークシニアクラブ（老人会）



落語会

マンション「オーク・スクエア西神中央」(566戸)内の老人クラブで、現在女性24名男性12名の会員を有しています。

毎月2回のお茶会をはじめ落語家を招いての新春落語会、お花見会、夏のソーメン大会、秋の日帰りバス旅行、暮れの忘年クリスマス会などのイベントを毎年開催。サークルとして輪投げ、麻雀、グラウンドゴルフを行っています。



助け愛 庭の片づけ



歩こう会



クリスマス会

榎の木会（老人会）

発足31年目になり、榎野台5,6丁目及び隣接地域から現在約60名の会員です。各種親睦会やサークル活動（カラオケ・健康麻雀・短歌・輪投げ・グラウンドゴルフ・歩こう会）健康麻雀には初心者向けグループもあり、楽しい時間を過ごしています。会員のちょっとした困りごとをお手伝いする「助け愛」で推進員16名が手分けして対応しています。

かしのレディース（婦人会）

これまでバス旅行や料理・手芸教室、ヨガ・健康体操など活発に活動してきました。コーラス・生け花・茶道・健康麻雀・編み物・パソコン・折り紙・オカリナ・カラオケ・歩こう会・踊りの11サークルがあり、新年会や文化祭などでも親睦を深めてきました。今年は創立30周年。「清く、明るく、美しく」をモットーに今後も楽しく活動を続けていきたいと思っております。



バス旅行(2019年)



健康体操

高齢期 安心して暮らしたい 高齢者向け住居・施設など 住まいは？

長寿社会となった今、いつまでも自分らしく暮らすために、また身体の状態も考えて…。どこで、どの様に暮らすか、またどこに相談すればいいのか等々、漠然とした不安があるのではないのでしょうか。そこで、平野西神あんしんすこやかセンターの職員を招いて話を伺いました。

老後の暮らし方はそれぞれの価値観によって異なりますが、自宅で様々な支援制度を活用しながら過ごす方法や、高齢者向けの施設で過ごすという方法もあります。資料をもとに有料老人ホーム・介護型ケアハウスやサービス付き高齢者向け住宅など 10 数種類の施設の説明や費用面の説明もありました。自分の希望や状況にあった住まいを選ぶ助けになると思います。今は元気であっても、やはり早くから考えておくことも大事ですね。

あんしんすこやかセンターは地域での支え合い活動の支援や情報提供、高齢者の介護相談窓口になっているので気楽にご相談されるといいです。

(☎ 平野西神あんしんすこやかセンター 078-961-1299)

最後にフレイル（加齢により生じやすい衰え全般）予防の筋力トレーニングの指導もあり有意義な講座となりました。

【福祉講座 アンケート】平野西神あんしんすこやかセンター 集計資料



普段の生活で困っていること

- ・庭の草引き、木々の刈込
- ・ごみステーションが遠く感じる
- ・大きなごみ出し
- ・庭の手入れが追い付かない
- ・掃除、食事

今後どの様なことを地域で学びたいか？

- ・ボランティア活動、高齢者のスポーツ
- ・訪問診療ができる病院を知りたい
- ・介護保険の内容を詳しく知りたい
- ・終活について
- ・高齢者住宅の具体的な住所と施設名を知りたい
- ・認知症対応でないグループホームはないですか？
- ・認知症予防について実例をあげてほしい
- ・将来の住生活について具体的にイメージできる内容



榎野台ふれあいのまちづくり協議会

＊サークル活動の紹介＊



榎野台地域福祉センターにおいて右の7つのサークルが活動しています。

共通の趣味を通して、楽しく交流を図っています。休止中のサークルもありますので、電話でお問い合わせの上、見学にお越し下さい。



サークル	開催曜日	時間
囲碁将棋	第2・4日曜日	9:00～12:00
書道	第1・3火曜日	10:00～12:00
カラオケ	第2・4火曜日	13:00～16:30
短歌	第2木曜日	13:00～16:30
コーラス	第1火曜日	13:30～15:30
詩吟	第1・3土曜日	14:00～16:00
パソコン	第1・3金曜日	10:00～12:00