

桂坂山の手倶楽部だより

(第56号)

令和元年8月3日発行
桂坂山の手倶楽部だより編集委員会



区老連からの脱会について …… 会長 清水 健男

5月発行の桂坂山の手だよりで来年度から区老連を脱会する方向で準備中とのお知らせをいたしました。会員の高齢化や若手会員の新規加入がほとんど見られないこと、さらに役員のみ手不足などの最近の状況を見ますと、当倶楽部の組織の大幅な改革を取らざるを得ない状況になってまいりました。このため4月から5単位倶楽部を3単位倶楽部に統合し、組織を簡素化して役員数を減らすとともに、一般会員の行事への参加者が極端に少ない市や区老連への派遣役員を8名から5名に減らしました。これにより役員全体の外の仕事を減らし、活動を桂坂内部に一層集中できる体制としました。さらに今後は余程のことがないかぎり、来年度から区老連を脱会する予定です。

この場合、会員の皆様は区老連や市老連が主催する文化芸能関係や、体育・ハイキング等の外部行事に参加出来なくなりますが、内部活動の一層の充実によりカバーしてゆきたいと考えます。7月27日の合同役員会では同好会の責任者の方々に、脱会時の問題点の取りまとめをお願いいたしました。その結果も踏まえ、9月7日の役員会で審議、11月には正式決定の予定としたいと思いますので、会員皆様のご理解をお願いいたします。

<PTA フェスティバル2019>

昨年は西日本豪雨のため中止になったPTAフェスティバルが、今年は薄曇りの中7月6日(土)桂坂小学校で開催されました。当倶楽部のグランドゴルフ同好会から15名、囲碁・将棋同好会から4名の会員が参加し、多数の熱心な小学生にやさしく指導を行いました。

グランドゴルフは未来のタイガーウッズをめざして、将棋は未来の藤井七段を目標に囲碁は井山裕太天才にあこがれたかどうか不明ですが、皆楽しそうに、真剣な眼差しで取り組んでおりました。協力された会員の皆様お疲れさまでした。(広報 大矢 修一)



活動報告

<区老連・体育大会>

グランドゴルフの区老連大会が、炎天下のもと5月23日小畑川公園で開催され、桂坂から男子8名女子3名計11名が参加されました。成績は細谷修三さん(かえで)がホールインワン4個と善戦しましたが惜しくも1点差の2位でした。7位には西井征一さん(ひいらぎ)女子は6位に辻タカ枝さんが入賞。9月26日の市老連大会に9名が桂坂から出場予定です。

<区老連・囲碁・将棋大会>

去る7月10日(水)洛西の境谷会館において、すこやかクラブ西京主催の第38回囲碁・将棋大会が開催されました。参加者総勢42名(囲碁の部26名、将棋の部16名)のうち、山の手倶楽部、囲碁・将棋同好会から囲碁の部に2名(九野嘉寿さん・かえで、松本茂さん・さくら)、将棋の部に1名(中川豊さん・にれにき)が参加されました。



当日、大会会長の挨拶に続いて、午前10時対局開始、闘志満々の山の手同好会のメンバーらは、九野選手は勝ち進んだものの他の2選手は敗退しました。最終的には残念ながら、全員入賞ならず。今後の奮闘をお祈りします。(福利厚生委員 玄島 康弘)

<区老連・ペタンク大会>

7月12日に前日の雨でグランド状態が悪い中、区老連主催のペタンク大会が25チームの参加で開催され、桂坂からは10名、3チームが参加されました。熱戦の結果、Aチーム(田中健一さん、林正信さん、長谷川洋子さん)、Bチーム(細谷修三さん、内田克己さん、田中紀久子さん)がそれぞれブロック優勝されました。全体の成績はAチームがダントツの優勝、Bチームが5位に入賞され、この両チームは10月に予定されている市老連の大会に出場されます。健闘を祈っています。

軽音楽同好会「クッキーズ」活動報告

クッキーズは、去る7月7日老人ホーム「プレザンメゾン京都宇多野」に招かれ、入居されている方を対象に七夕コンサートを行いました。車いすの方が多かったのですが、熱心に演奏に耳を傾けていただき、また一緒に元気に歌っていただきました。中には楽しそうにリズムに乗って踊られる方もおられ、有意義な活動となりました。

クッキーズは結成4年目を迎え、スケジュール調整に手間取るほど出演依頼をたくさん受けるようになり、練習にも一段と熱が入っております。今後とも機会をとらえ山の手倶楽部の存在をアピールしてゆきたいと思っております。



文、写真 岡村重臣

同好会訪問

再開した書道同好会

書道同好会は、本年4月から交流スペースで月2回、喜多みどり先生の指導のもと9名で活動を再開しました。

今、9月のウエスティでの文化芸能祭や10月の中信での趣味の作品展に出展する作品制作に取り組んでいます。先生が用意したお手本から各自が選んで、個別に添削を受けながらレベルアップを目指しています。（訪問者 大矢 修一）



囲碁・将棋同好会

7年前から毎月1回 桂坂児童館将棋道場で、九野嘉寿リーダーを初め市川修、松本茂、中川豊氏ら4名のメンバーが子供達に将棋を指導しています。

早打ちマックのような子供から、真剣そのもの子供達まで、楽しく対戦している様子は、大変微笑ましい光景でした。

付き添いの先生方からは、「このように将棋を覚えられただけではなく、近所のお

年寄りと子供たちがお話しできる機会を持たせてもらえることは、子供達に大変良い影響を与えていますよ」と感謝されていました。我々山の手倶楽部の存在意義が感じられる一時でした。（訪問者 清水健男）



山の手倶楽部へのお誘い(上)

最近「全国老人クラブ連合会」から大変興味深い報告がありました。即ち「組織活動が健康長寿の秘訣」であるということです。これは全国41市町村が協力して高齢者約20万人を対象とした調査を行い、全国の大学・国立研究所などが多面的に分析し、文部科学省、厚生労働省などの研究助成を受け纏められた結果です。

最近とはかく若年認知症の発症や、それに伴う交通事故、家族や社会への負担増加が社会問題になっています。今月から3回にわたり、この報告結果を連載しますので、皆さん方の周りの方々にもお知らせ頂き、一人でも多くの仲間にもわれわれの「山の手倶楽部」への入会を勧誘していただくようお願いいたします。

- ① 「人との交流が多いと健康にプラス」・・・「交流が月1回未満と少ない人は、1.3倍早く亡くなりやすい」(1.2万人10年間追跡調査)

他者との交流回数	毎日 頻繁	1日1回程度	月1回程度
要介護(全認知)	1.0倍	1.2倍	1.23倍
要介護(要介2以上)	1.0倍	1.05倍	1.37倍
認知症	1.0倍	1.1倍	1.45倍

- ② 「運動は仲間とすると健康にプラス」・・・「頻繁に運動しても、グループに参加しないと要介護認定に至る可能性が高い」(1.3万人4年間追跡調査)

週1回以上の運動	グループ参加 1.0倍	グループ非参加 1.29倍
----------	-------------	---------------

(次号へ続く 清水健男 記)

お
願
い

本年度の「洛西ふれあいの里秋祭り」は9月29日に予定されています。私達山の手倶楽部は今年も会場でバザーを開く予定をしております。会員の皆様には今年もバザー用品の提供をお願いしますので、出品の確保をよろしくお祈りします。ご提供頂く時期は改めてお知らせします。

行事等のお知らせ

月	日	曜	行 事	会 場	主 催 等
8/26	～	9/6	朝の声掛け活動	校門他主要通学路7地点	桂坂山の手倶楽部
9	7	土	カザラッカコンサート	桂坂小学校	桂坂小学校PTA
	14	土	文化芸能祭	ウエスティ	すこやかクラブ西京
	29	日	洛西ふれあいの里秋祭り	ふれあい公園一帯	洛西ふれあいの里授産園他
10	17～18	日	第26回趣味の作品展	中信2階ホール	桂坂山の手倶楽部
11	2	土	第2回山の手芸能祭	桂坂小学校	〃
1/7	～	17	朝の声掛け活動	校門他主要通学路7地点	〃
3	7	土	第2回合同会議	交流スペース	

趣味の作品展は10月17日から18日、中信を会場に開催されますが、一般会員の出展を募っています。8月出展要領のご案内をいたしますので、挙ってお申込いただくようお願いします。また、書道、絵画、写真同好会の方々、力作を期待しています。(内田 実行委員長)

新規会員募集中

当倶楽部では現在16の同好会が活発に活動し、新しく入会される方をお待ちしています。興味をお持ちの方は、以下の担当者にお問い合わせ下さい。合わせて、会員の皆様には新規会員の勧誘をお願いいたします。

同好会	担当者	電話番号	同好会	担当者	電話番号
歩こう会	斎藤 誠	333-6340	社交ダンス	長澤 孝好	332-9535
書道	加藤 元子	332-4332	カラオケ	大矢 修一	331-6862
コーラス	別役 恭子	333-5314	マーじゃん	飯田 義規	204-1720
囲碁・将棋	九野 嘉寿	332-0634	絵画	田中紀久子	332-1565
写真	橋本 篤也	331-2887	ハイキング	坂井 義男	333-5161
ゴルフ	横山 光廣	332-8581	ペタンク	西井 征一	333-7051
グラウンド・ゴルフ	西井 征一	333-7051	映画鑑賞	岡村 英明	332-1400
ボウリング	田窪 浩治	391-4318	軽音楽	原田 敬男	381-0889

会員の状況

(1) 新しく会員になられた方 (令和元年5月以降)

敬称略

お名前	自治会	同好会	お名前	自治会	同好会
福本千重子	はなみずき	Gゴルフ、ハイキング	濱田ひとみ	くすのき	囲碁・将棋

(2) 退会された方 (同5月以降)

西川三郎さん(くすのき)平成31年4月15日に逝去されました。ご冥福をお祈りします。山崎貴治さん(くすのき)、木村律子さん(けやき)、平尾武さん(かえで)、須田吉隆さん((あかしあ)以上の皆様が退会されました。

(3) 会員数の状況 (令和元年7月31日現在)

会員数 242名 本年度入会者数4名、同退会者数7名

今年度の編集委員 大矢修一、清水健男、岡村重臣、西澤四郎