



りんどうシニアクラブ 川西

【発行】川西市老人クラブ連合会 川西市中央町12-1川西市福祉部 地域福祉課内 ☎(072)740-1174

【編集協力】(株)博報社 大阪市平野区喜連西 4-6-69 ☎(06)6797-0212



新年のごあいさつ
川西市老人クラブ連合会
会長 後藤 徹

種の日程も近いといわれていますが、沈静化の見通しは立たず「令和三年定期総会」開催も危惧しております。

新年あけましておめでとうございませう。令和二年度は、新型コロナウイルス感染症問題に明け暮れ、「令和二年定期総会」「創立六十周年記念式典」をはじめとして、全ての行事を中止せざるを得ない年度となりました。感染者数は、一向に減少せず、ワクチン接

平成二十八年に会長に就任して以来、会員増強を訴えてまいりましたが、高齢者は増えても会員数は減少する真逆傾向で危機感を抱いております。楽しく、心の拠り所となり、生きがいを見出せるクラブにしたい！と、今、組織見直しの作業に取り組

んでいます。各単老・地区老連におかれましても、クラブの活性化・維持増進に日頃より創意工夫されおられると思いますが、市老連発展のためにも、さらなるご理解ご協力をお願い申し上げます。今年も大変な一年になりそうですが、会員の皆さまには、くれぐれもご自愛のうえ、二密を避け、コロナ感染予防にご留意されまして、健康で楽しい年になりますようお願い申し上げます。新年のごあいさついたします。

令和2年度 市長との懇談会

日時：令和2年11月20日

場所：川西市役所

参加者：越田市長、後藤会長、西浦副会長、木下副会長、宮前事務局長、上西地域福祉課長、事務局藤井

〈後藤会長〉

① 交通費助成の復活をお願いしたい
② 新型コロナウイルス感染状況について（市内の感染状況が分からない。会員は不安を感じている。小学校区別にも情報提供してほしい）
③ インフルエンザ予防接種の有料について
④ ふるさと納税について
質問させていただきます。

〈市長〉

①の交通費助成については、一人ひとりに何かを配るよりも、その予算を使って皆さまのニーズに沿った使い方をしていきたいことが、基本的な市の考え方です。

〈市老連〉

タクシーと年間契約して、高齢者に利用してもらつことや、また、利用しない人には何か割引か

助成するということのようなことはできないでしょうか？

〈市長〉
タクシー一台で試算すると、一日に百人以上利用しないと無理があります。タクシー会社としても、利益の出ない事業には協力できないでしょう。

②の新型コロナウイルス感染状況については、都道府県の管轄となるので、窓口は兵庫県です。市にも詳しい内容は知らせてもらえないのが実情です。

③のインフルエンザ予防接種の料金については、阪神間市町で、一、五〇〇円という共通のルールがありました。一部の自治体が急ぎよ無料に変更。川西市は間に合わず有料となりました。ご了承をお願いします。ただし、通常の接種料金五、〇〇〇円を一、五〇〇円にしています。



や商品を考えていき、使い方についても分かりやすく魅力あるものにしていきたいと思っています。

④のふるさと納税については、本年度は二億円超えの予想です。一番人気は木の手作り用品、家具などですが、制度もほとんど変わり財産になるような物は駄目になっています。市としても、ふるさと納税のやり方



新春座談会～新年度に向けて～



これまでを振り返って

新型コロナウイルスの影響で、年内は市老連主体の活動を行うことができなくなり、体を動かす機会も減りました。家でじっとしていると筋力が落ち、今まで感じる力のなかった「疲れ」を感じるようになりました。

多様な活動が健康長寿につながる

この数カ月、市老連の存在の大切さ、活動の重要性を改めて実感。令和三年には、少しずつグラウンドゴルフなど再開していきたいです。



単位クラブでは、消毒液を一括で購入して配布。会員の皆さまに大変喜んでいただけました。なかなか集まらない状況ではありますが、三密を避け、人数を減らし、いろいろ企画は考えています。そのような大変な状況でしたが、十月に「GO TO トラベル事業」を使い、梨狩り旅行に行き（旅行会社も新型コロナウイルス

毎年行っていた新年互礼会・作品展までも中止となり、未だ、新型コロナウイルスによる脅威がいつまで続くかとても不安ですが、会員一丸となり感染予防に取り組んでいきたいと考えています。非常に困難な状況ですが、多くの方々から「親睦を深めるイベントを開催してほしい

今後、市老連の新しい活動としては、健康に関する講座や猪名川沿いのウォーキングなどを予定しています。会員ではない方々にも参加していただき、少しでも興味を持って一緒に楽しんでもらうことが何よりも大切であると考えています。

「い」といった声もあり、令和三年の二月あたりに市老連主体の旅など開催できればと考えています。老連の魅力は、会員の皆さまが



令和三年度はどんな形にしていく

市老連にはこれまで以上に、地域と一体になった活動が求められています。地域には市老連に入会していない高齢者の方がまだまだ多く、活動自体を知らないといった方もおられます。そうしたことから、令和三年度は、広報活動に力を入れていき、チラシの制作や、各町会の掲示板などに、市老連の活動を記したポスターを貼る計画なども立てています。地域の方々と、昔のようにつながりをつくり、町全体の活性化を図ることが、今後の市老連の会員増強にもつながっていくと考えています。

そして、役員が会員の声に耳を傾け、単位クラブの問題点などをすくい上げていくことがとても大切です。市老連の会議では、発言を述べる方が少ないのが現状で、それぞれ地域の問題点を意見していただき、それをしっかりと市老連で把握し、解決していくような形が望ましいです。会

員の皆さんが発言しやすい環境づくり、個人個人の考えをしっかりと述べていただくような会議の形を役員が中心となり作り上げていきます。現在、各単位クラブの会長は男性が多いのが現状ですが、女性のほうが会員数は多く、行事なども積極的に参加していただいています。今後は、女性の方々からも活発な意見を出していただき、各単位クラブにおいても女性会長が多く誕生するよう、私たち役員も協力させていただきます。



最後は、市老連事務所のIT化です。パソコンを導入し、インターネットの接続環境を確立し、会員同士のスムーズな連絡や、行事で使う資料の制作・保存など、次の世代が使いやすいシステムづくりへ向けて動きます。IT化も重要ですが、一

番は人と人が対面し、お互いに声を掛け合うことが何より大切だと考えます。川西市内には、単位クラブの新設が可能と思われる地域がまだまだあります。私たちは今後、こうした地域に直接足を運び、市老連の魅力を伝えて、そして活動の現状を一緒に体験していただき楽しんでもらい、参加しやすい環境づくりを推進していきます。その全ては会員増強につながり、ゆくゆくは市老連活動の活性化につながっていくと確信しています。皆さまのご協力なくしては何もできません。今後ともどうぞよろしくお願いたします。



新春座談会の様子

後藤会長が全老連会長表彰を受賞!!

後藤会長が、令和二年十一月十八日付で、老人クラブ活動永年功労で「全国老人クラブ連合会・会長清家 篤」より表彰されました。

地区だより



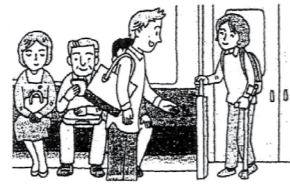
高年齢者・障害者等の移動の円滑化の促進に関する法律(バリアフリー法)が施行されたため、出在家友和会として署名運動をし、令和元年十二月に能勢電鉄の絹延橋駅に車椅子用のスロープが能勢口駅方面の片方が出来上がり、福祉のまちづくりで完成することができました。

バリアフリー車椅子用のスロープが竣工

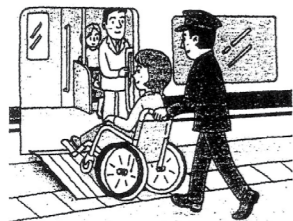
川西北小地区

今回のバリアフリーのおかげで、障害者や高齢者の方々が気軽にまちに出掛け、市内の公共施設を利用していただけるようになり、大変うれしく思っております。これでも多くの高齢者の皆さまに少しでもお役に立ちますことを念願するところです。

電車やバスなどで席を必要としている人がいたら、優先席でなくても席を譲る。



車いすの利用者が電車に乗るときや降りるときは、それぞれの駅で連絡を取り合い、駅員が手助けをする。



(出在家友和会)

会長 金田 明三

「けやき坂ゆめくらぶ」は平成二十五年四月に設立の比較的新しい老人クラブです。九月現在の会員数は一一一名です。今年に入ってから活動はほとんど自粛しております。令和二年度の総会も委任状による承認という、異例のものとなりました。十月に入ってからしばらく全体的なサークル活動が再開となりましたが、クラブ本体の活動(誕生会・旅行・飲み会等)は今も自粛



(けやき坂ゆめくらぶ) 会長 夏目 幹也

の状況です。毎月発行の機関誌「ゆめくらぶたより」が唯一の活動となっております。このため、年会費は半額といたしました。 こういった状況ですが、「自粛の掛け声だけでなく、何か消毒液等の配布などを考えたら」という意見が出て、会員全員に「マスク専用消毒スプレー」の配布を実施し、好評を得ています。また、けやき坂自治会では青色パトロールを週一回実施していますが、人材不足でパトロール車に乗れる方が少なくなっています。このため自治会から協力要請があり、「ゆめくらぶ」からパトロール隊への登録者を募り、十名ほどの方に協力していただくこととなりました。「ミニニティとの連携も図りながら、地域に根差した活動を推進したいと考えています。

けやき坂ゆめくらぶの活動

清和台・けやき坂地区



地区だより

久代地区

わがクラブの活動

コロナ禍の中で皆さま元氣でお過ごしでしょうか。感染防止対策で行事が全て中止に追い込まれる現況です。

コロナウイルスに感染しないためには三密を避けて自粛するのが最善の方法です。このような状況下で行事を実施することはさまざまですが当クラブはいろいろなことを実践しています。最も人気があったのは大正琴の演奏会でした。

会場の収容人数制限の六十名ほどの参加でした。換気、ソーシャルディスタンス、マスク着用、消毒に気を配りながらの開催でした。 その他保健師によるウィズコロナの時代「安心して暮らすために」を題材にした健康講座。きんたくん健康体操を毎週月曜日一時間程度、十一



名で実践。カラオケ、ネイルアート等活動を推進してきました。これらの活動場所の提供、出演者、参加者、支援していただいた皆さまに感謝しつつ、これからもコロナウイルスに感染しないよう対策を施しながら新たな行事に挑戦したいと思えます。(久代三丁目フラインククラブ 会長 越智 武司)

会員随想

民謡と私

平成十九年の集いの家事業で十人ほどで始まった民謡の会。一人一曲練習すると、他の人の歌も聞き、結局十曲練習できます。たくさん習えば面白いと思うことがたくさんできてきます。

年に一度の盆踊りで、「嫁ご探しはこの踊り」とさうりと言っているの、別の歌では「踊り上手は目に止まる」と娘たちを品定め。私は絶対選ばれなかっただろうなあ。「金毘羅船々」では「シユラシユシユシユ」とあつという間に巡り、あの長い長い階段を苦もないうちに「振袖島田」が「ララララ」とサッと登る。歌の文句がかわいらしく面白く、間奏も無くしかも何番も続くので、歌い終わったら、皆で大笑いです。「舟



漕ぎ流し唄」の漁師たちの「親方金あるなあ」という素直な気持ちに同感。江州音頭の七巻半もある大ムカデを退治したと評判の他所者に、それが「何やいな。在所じゃ八巻半余る」「ほいたら(踊ったら)ふなずし呼んだるで」と、琵琶湖自慢、地元愛が半端でなく、面白過ぎます。かと思えば、平家の落人となった娘と追手の若武者、島流しになった上皇と村娘。悲しい別れに胸が詰まります。 一つ一つの歌の物語と三味線の音色に惹かれて、もう十二年が過ぎました。上手とは言えませんが、毎年演芸大会に出演させていただいています。今年もまた出演できるよう、月一回楽しくお稽古しています。(美園町さつき会 二國眞喜子)



在宅サービスの利用者負担額の目安 (要介護3で負担割合が1割の場合)		1月の負担額
在宅サービス(例)	☆訪問介護(ホームヘルプ)→20~30分未満の身体介護を月に7回、45分以上の生活援助を月に8回利用する	3,783円
	☆訪問看護→30分以上60分未満の訪問看護を月に7回利用する	6,135円
	☆通所介護(デイサービス)→1日8時間のサービスを月10回利用する	9,426円
	☆定期巡回・随時対応サービス(要介護3の人が1カ月間利用した時)	21,146円

(2) 主な在宅サービスの費用について

(4) 介護保険サービスの自己負担額が高額なときは、上限額を超えた部分が高額介護サービス費として払い戻されます。☆上限額と対象の所得については、前ページを参照してください。

要介護区分	支給限度基準額	利用できる限度額の目安	限度額を超えてサービス利用	サービス利用手順
要支援	1 5,032単位/月	約 50,320円	①範囲内でサービスを利用すると自己負担は1割から3割です ②限度額を超えてのサービス利用は超えた分の全額が自己負担となる	①サービス提供機関にサービス利用票と被保険者証を提示 ②ケアプランに基づきサービスを利用する
	2 10,531単位/月	約105,310円		
要介護	1 16,765単位/月	約167,650円		
	2 19,705単位/月	約197,050円		
	3 27,048単位/月	約270,480円		
	4 30,938単位/月	約309,380円		
	5 36,217単位/月	約362,170円		

(3) 在宅サービス利用限度額(月)が介護度ごとに決まっています

詰将棋に挑戦!!

出題 久代健勝クラブ 大井津弘通

第3問

5	4	3	2	1
			歩	
馬		龍		
			歩	
				王
				入
				歩

▲先手持駒 飛

第2問

5	4	3	2	1
				王
				歩
				桂
				歩

▲先手持駒 金銀

第1問

5	4	3	2	1
		龍		歩
		歩		王
		角	歩	歩
				歩

▲先手持駒 飛

★解答は十一ページ

高齢者に人気の趣味

趣味を持つことにより、毎日の生活にも張り合いが生まれ、心身の健康と若さを保つ効果もあります。複数の趣味を持ち、人生を楽しく素晴らしいものにしていきましょう。



旅行

時間的余裕のできる高齢者の方に、圧倒的な人気のある趣味が旅行です。



ウォーキング・ジョギング

手軽にできる健康法として、年代を問わずに人気のある趣味です。



家庭菜園・ガーデニング

自然に触れて行うので癒し効果があり健康にも良い趣味として人気があります。



その他

音楽鑑賞、登山、温泉めぐり、楽器演奏、パソコン、囲碁・将棋などがあります。

◎介護保険制度に関する問い合わせは 川西市介護保険課 740-1147 まで

将来の介護についてかんがえよう!

～広報部 友安 正夫 調べ～

- ① 施設入所の特別養護老人ホーム(特養)について考えましょう
- (1) 特別養護老人ホーム(特養) 施設とは、社会福祉法人の運営で自宅での生活が困難(介護認定で三以上の方)な高齢者が入居できます。
- (2) 介護保険サービスを利用するには、申請をして「要支援・要介護認定」を受けます。
- ◎申請は市役所介護保険課へ↓調査(認定調査・主治医意見書)
- ◎審査(介護認定審査会検討) ↓認定(介護度の必要について認定して通知される)
- (3) 入居方法
- ◎入居申請を特養老人ホームに出す(川西市十九所 ↓定員あり、入居しやすい)
- ◎自宅の生活が困難(介護認定三以上の方) ↓認知症は考慮されます。
- ◎各施設は、兵庫県の一定の評価基準に沿って入居の順番を決める。

〈介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)の1カ月の自己負担の目安〉

◎要介護5の人が多床室を利用した場合

施設サービス費の1割	約25,000円	
居住費	約25,200円	(840円/日)
食費	約42,000円	(1,380円/日)
日常生活費	約10,000円	(施設により設定されます)
合計	約102,200円	

◎要介護5の人がユニット型個室を利用した場合

施設サービス費の1割	約27,500円	
居住費	約60,000円	(1,970円/日)
食費	約42,000円	(1,380円/日)
日常生活費	約10,000円	(施設により設定されます)
合計	約139,500円	

(4) 施設を利用する方のサービス利用料金(月額は一割負担として記載)

上限額を超えた部分が高額介護サービス費として払い戻されます。

	対象となる方	負担の上限額/月額
第4段階	世帯のどなたかが市民税を課税されている方	44,400円(世帯)
第3段階	世帯の全員が市民税を課税されていない方	24,600円(世帯)
第2段階	前年の合計所得金額と公的年金収入額の合計が年間80万円以下の方など	24,600円(世帯)
		15,000円(個人)
第1段階	生活保護を受給している方など	15,000円(個人)



	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度
要介護認定者	8,384人	8,775人	8,756人	9,093人	9,306人
施設サービス受給者	1,096人	1,092人	1,123人	1,112人	1,131人
居宅サービス受給者	5,345人	5,622人	4,714人	4,927人	5,009人
地域密着型サービス受給者	298人	906人	954人	1,004人	1,007人
在宅サービス受給率	67%	74%	65%	65%	64%

☆在宅利用者は居宅サービス受給者と地域密着型サービス受給者の合計数です。
☆在宅サービス受給者は要介護認定者の年度で少し差があるが平均67%はいます。
☆地域密着型サービス受給者数は5年間で約3.5倍と大きく増加しています。



訪問看護・訪問介護



デイサービス



ケアマネージャーへの相談

☆介護認定者で在宅サービス受給者(居宅サービスと地域密着型サービス)の数はこの五年間を見ると平均して六十七%はいます。介護保険施設を望むも入居に難。有料老人ホーム等は高額で、本人の希望もあり、自宅の在宅介護者が多いのが現状です。介護する人が少ないのも問題です。(次ページへ)



9ページの詰将棋解答

第1問～第3問解答	
第1問	▲1二飛△同香▲2二龍△同馬▲2四角成まで五手結
第2問	▲2二銀△同玉▲3二金△1一玉▲2三桂不成まで五手結
第3問	▲2四飛△同歩▲1二龍△1三歩合▲4一馬まで五手結



【記載せられのお詫び】
令和二年六月発行「りんどうシニアクラブ川西」第四十五号の八ページ、総務部の紹介欄で、部員の「松井恵美子」さんが記載されておらず、深くお詫び申し上げますとともに、追記していただきますよう、よろしくお願いいたします。
(総務担当…川田副会長)

原稿募集

原稿随時募集中!

《地区だより》

各地区、あるいは地区所属単
位クラブの多彩な活動や取り組
みなど。

《会員のひろば》

会員の皆さまの趣味、随想、
日常生活などエッセイ風につ
づったもの。

《文芸コーナー》

短歌、俳句、川柳、詩、漢詩
など。

◎「投稿規定」

地区だより、会員のひろば
☆字数は六〇〇字程度。
☆政治、宗教、営利にわたる話
題はご遠慮ください。

文芸コーナー

☆短詞系作品は三首三句まで。
他は一編に限りませう。
☆どの部門(俳句など)に投稿
か必ず明記の上、難しい文字
には、ふりがなをふってくだ
さい。

【広報部】

副会長広報担当 川田三十六
広報部長 大井津弘通
副部長 坂下 享廉
友安 正夫
中出 良太
曾我部英機
原 建二郎
木下カヲル

TEL 七四〇一―一七四
FAX 七四〇一―三一一

事務局宛て

川西市中央町十二―
川西市福祉部 地域福祉課内
「川西市老人クラブ連合会」

投稿宛先

☆所属単位クラブ会長または
☆千六六―八五〇―

原稿記載事項

氏名、住所、電話番号、クラ
ブ名。

お断り

紙面の制約上、ご投稿全てを
掲載できない場合もあります。

添付写真

☆他誌投稿でないもの。ただし
所属クラブ会報は除きます。

写真があればお送りくださ
い。

文芸コーナー

《俳句》

南花屋敷寿会

吉岡 保子

六月の花嫁それは孫の嫁
雨しどど葉裏にひたと蝸牛
朝の日に砂利きらめける春の川

白萩会

出口 民子

繰り返す時の流れよ紅葉散る
凍星や若者の顔みな同じ
一番は平穩無事よ年明け

大和友愛クラブ

桐木 文男

春嵐横浜港にクルーズ船
ウイルスで街は静かに天降りて

友愛 春霞

河原 允子

大野 樹史

卒業中止先生たちの送る歌



《川柳》

久代健勝クラブ

大井津弘道

長寿県金持県は何処も無し
長生きは西高東低な一んでか
おめでたや島根、鳥取、高知県



植木 打風

川柳 好子

宮山 正年

小出夫美子

極楽 蜻蛉

水鳥の豊かに遊ぶ春の川

小野いつ子

春の雪ネギ先残し白き庭

吉森 邦夫

池田ツマ子

上西イツ子

北河原清美

坂根 英生

主治医より退院通知風光る



大和友愛クラブ

小川 周一

恋という言葉忘れて半世紀

元気澆刺石も跳ねてる子供の碁

ちよいワルも歳を重ねてちよいモレに

ひとり旅楽しむ秘湯思考中

植木 打風

リユウグウの原始の謎とく石キャッチ





かくしゅうじ
覚正寺(浄土真宗)

覚正寺(浄土真宗) 住職 末井 明尚

当山は、山号を宝林山、寺名を覚正寺と称します。川西でいちばん南にある浄土真宗本願寺派(西本願寺)の寺院です。戦国時代の初め頃、辻本市右衛門が、この地を訪れた蓮如上人(本願寺第八代宗主)の教えを受けて、釋教念と号し、明応5年(1496)2月11日に念仏道場を興したのが開基とされています。第四世釋教圓の寛永18年(1641)に良如上人(本願寺第十三代宗主)より寺号『覚正寺』の公称を許され、第六世釋教秀の享保17年(1732)に鐘楼、第十世釋教浄の時代に山門が建立されました。

「流れ向拝鋸葺き単層寄棟屋根」と言われる特徴的な本堂の建立については詳細不明ですが、第十四世釋義明の平成3年(1991)に大修復が行われました。平成7年(1995)の阪神淡路大震災によって本堂と山門の再修復を余儀なくされましたが、第十五世釋明尚の平成29年(2017)に鐘楼の修復を行い、現在に至っています。

本尊は、像高105センチの木造阿弥陀如来立像で

す。造頭は室町時代で、その伝来については「箕面の勝尾寺」より譲り受けられたと伝えられています。全体に破損が目立ちますが、昭和20年(1945)に京都の仏師によって修復されました。

覚正寺では『総永代経法要』(5月)・『お盆法要』(8月)・『報恩講法要』(10月)を中心に、毎月の例会を実施しています。また、毎年夏休みには『夏季子供会』を開催し、「本堂の清掃」「お経の練習」「ゲーム大会」を早朝から行っています。(小学生以下どなたでも参加可能・夏休み初めの一週間・毎朝7時~8時まで・『盆踊り』の時に修了式を行います)。当山掲示板および『覚正寺だより』(年4回発行)にて各法要のご案内をしておりますが、どなた様もご参拝いただけます。



流れ向拝鋸葺き単層寄棟屋根



夏休み子供会のゲーム大会

【〒666-0024 川西市久代1-23-8 ☎072-759-7511】

あとがき

皆さま謹んで初春のお喜びを申し上げます。

新型コロナウイルスの影響で、日々ままならないことが多いですが、川西市老連「りんどうシニアクラブ川西」第四十六号を無事発刊することができました。

お互いに健康で丑年を迎えましたことに感謝し、一日でも早く以前の生活が戻るようにご一緒に祈願しましょう。

【広報部一同】