



入って楽しいアクティブ シニアの会 ゆめくらぶたより

第121号 2023/8/1 発行



発行 けやき坂ゆめくらぶ 〒666-0145 川西市けやき坂2-19-12

電子メール: keyaki@kmail.plala.or.jp

電話: 072-799-4373

「ゆめくらぶたより」の内容はインターネットでもご覧いただけます。

皆様の投稿も大歓迎しております。写真も投稿できます。

右のQRコードもご利用頂けます。



1. 会員の投稿

ポッポ会代表 小原 信雄

6月19日 ポッポ会一行7名は宇治市ある紫陽花の名所として知られる三室戸寺へ出かけました。うわき通り境内には一万株の紫陽花が咲き誇り、その他色とりどりの花が見事な景色を作りだしていました。中でも本堂前の水連は、まさに御仏の花にふさわしい輝きと気品を漂わせ極楽を思わせるようでした。

平安時代に創建された本堂や庫裏などは国宝や重要文化財に指定されており、見どころが沢山ありました。紫陽花園は本堂から下がった窪地にあり広大な敷地に青や紫、ピンクなど様々な色の紫陽花が咲き乱れ、花の海に圧倒されるほどでした。紫陽花園の中央には池があり、周りにはベンチや休憩所がありましたが沢山の観光客でゆっくり景色を楽しむことができず、お弁当を広げる場所もなく（場内食事は休憩所以外禁止）天気が良すぎて暑さと花いきりで酔うほどでしたが飽きることはありません。紫陽花の種類や色や形が豊富で、一つ一つの花に個性を感じました。写真を撮る人も多くいましたが写真では伝わらない花の香りや風の音や空気の感触を味わうことができました。浴衣を着た若い二人連れが紫陽花をバックに写真を撮っています。その光景が場内あちらこちらに見受けられますが不思議と日本語を話す人がいません。いまや浴衣文化は外国人旅行者のものになってしまったのかな～。

鼻緒の下駄をはいて浴衣を着てウチワと巾着を持った日本人美人が恋しいですね。当日の問題は食事場所でした。コンビニで買った弁当と缶ビールを消費する場所が無く、腹はへるし暑いし歩き疲れているし・・・詰まるどころネット検索で近くの公園を目指し着いた所が小さな児童公園。多少

入って楽しいゆめくらぶ

の後ろめたさを感じながらやっと生ぬるいビールと食事にあついた次第。
楽しい一日でした。

次回は「ギター愛好会」です

2. 今月のトピックス



バス旅行のご案内

昨年ご好評頂いたバス旅行を今年も企画いたしました。奮ってご参加
をお願いいたします。詳細は別紙をご参照ください。

- 日時：9月19日（火）
- 行き先：鳥取浦富海岸
- 費用：8,500円（クーポン2,000円が付きます）
（20名の場合の参加費です。30名ならば7,500円となります。）
- 募集人数：20～30名
- 申込期限：8月28日（月）



市老連懇親1泊旅行のご案内

市老連は恒例の懇親1泊旅行を添付別紙の通り企画されております。参加
希望者は夏目（799-4373）までお申し込み下さい。詳細は別紙をご参照下
さい。

- 日時：10月12日（木）～13日（金）
- 行き先：小豆島
- 費用：27,000円
- 申込期限：8月10日（木）



市老連ゴルフ大会のご案内

恒例の市老連ゴルフ大会が下記にて開催されます。奮ってご参加をお願
いします。参加希望者は夏目（799-4373）までお申し込み下さい。詳細は
別紙をご参照下さい。

- 日時：9月25日（月）
- 場所：能勢カントリー倶楽部
- プレー費：9,800円
- 参加費：1,000円
- 申し込み期限：8月31日（木）
- 募集人員：80名（定員になり次第締切）



第3回SKIシニアクラブゴルフ大会の結果報告

第3回SKIシニアクラブゴルフ大会が下記にて開催されました。今回
は、ゆめクラブから入賞はでませんでした。次回頑張りましょう。

- 日時：7月24日（月）
- 場所：猪名川国際カントリークラブ

入って楽しいゆめくらぶ



「シニアの集い」のご案内

恒例の市老連「シニアの集い」が下記にて開催されます。奮ってご参加をお願いします。参加希望者は夏目（799-4373）までお申し込み下さい。詳細は別紙をご参照下さい。

- 日時：9月13日（水）
- 場所：アステ市民プラザ6階ホール
- 募集人員：120名
- 会費：3,500円（女性：3,000円）
- 申し込み期限：8月25日（金）

3. 8月のイベント



「呉服座定例観劇会」のご案内

8月の呉服座定例観劇会を下記の通りご案内します。希望者は夏目（799-4373）までお申し込み下さい。詳細は120号に添付のチラシをご参照下さい。

- 日時：8月4日（金） 申込期限：7月31日（月）
8月21日（月） 申込期限：8月15日（火）
いずれも13:00開演
- 場所：池田呉服座
- 費用：1500円



市老連「カラオケ発表会」の開催

下記にて「カラオケ発表会」が予定されています。時間がある方はご覧下さい。

- 日時：8月11日（金）10:00から
- 場所：市民プラザ6Fアステホール



コミュニティおよび自治会の行事案内

マンボウは解除となりましたが感染予防対策、熱中症対策は怠り無いようにして参加してください。下記行事日程は、あくまで予定ですので参加される場合は、個別に直近情報を確認の上参加願います。

8/5（土）	納涼祭	中央公園グランド	16:00～
/19（土）	防災講座	公民館	10:00～
/26（土）	おもろシネマ	おもろ座（小学校アリーナ）	17:30～
/26（土）	夏季防犯パトロール		20:00～

その他交流会館事業で「つどい」「みんなで歌を」「カラオケ&喫茶」「囲碁・将棋」「ももちゃんカフェ」「ホットサロン」など詳細は「月刊コミュニティ情報」で確認下さい。

入って楽しいゆめくらぶ

4. 8月のサークル活動

番号	サークル (登録者数)	予定	連絡先
1	グランドゴルフ (21)	<ul style="list-style-type: none"> ・何とか7月を乗り切りましたね。 8月は熱中症リスクが高いため自嘲しましょう 再開は9月からいたします。 ・屋内の涼しくて安全なスポーツ「卓球バレー」をやりましょう。8/15 13:30 公民館 	夏目 799-4373 鎌田 090-6375 -2428
2	カラオケ (9)	<ul style="list-style-type: none"> ・8月から2丁目「鷹尾会館」に場所を変更いたします。 ・8/11(金)・8/25(金)「鷹尾会館」で 13:30~15:30 開催しています。 ・6月から更新されたカラオケ機械になりました。 ・奇数月第3金曜日は能勢口駅前カラオケボックス「ゼロフォー」で開催の予定。 	久保田 799-2888
3	ゴルフ (24)	<ul style="list-style-type: none"> ・次回は9月15日に旭国際宝塚CCで開催を予定しています。 	小川 799-2908 藤本 799-4895
4	歩っ歩会 (ハイキング) (30)	<ul style="list-style-type: none"> ・8月は熱中症が心配されますので中止と致します。 ・屋内の安全なスポーツ「卓球バレー」をやりましょう。 8/15(火) 13:30 公民館 	小原 798-0853 keyakisan0145@ yahoo.co.jp 大田 799-3331 keyakinojiji@ yahoo.co.jp
5	ギター 愛好会 (7)	<ul style="list-style-type: none"> ・第2&4水曜日9:30より、よつば会館で活動しています。 ・秋の文化祭に向けて練習しています。 	小川 799-2908 yu-ogawa@nifty.com
6	マージャン・将棋 (11)	<ul style="list-style-type: none"> ・マシン1台を加えて3卓あります。 ・老化防止に効果絶大、余裕で楽しめますのでまずは体験にお越しくください。 ・場所：1丁目さつき会館 ・曜日：毎週木曜日 ・時間：13:00~17:00 ・現在10名(内女性2名)。 	橋本 799-7110

近年の地球温暖化による気候変動で夏の暑さが耐え難く、熱中症患者が毎日のように救急搬送されているニュースが飛び交っています。高齢者の屋外スポーツは年々リスクが高まっています。屋外活動には十分な心構えと備えをしてください。

ここ数年、福祉委員会の健康づくり部会で毎月開催している屋内スポーツ「卓球バレー」があります。

もともと障害者リハビリとして考案されたものですが、ルールをカスタマイズすることによって健常者にも十分楽しめるスポーツとなりました。

入って楽しいゆめくらぶ

現在けやき坂ルールで10数名の方が楽しんでます。
卓球台を利用して鉛の入ったピン球をネットを挟んでやり取りするゲームです。
バレーボールのように3回以内に相手コートに返球します。トスありスマッシュあり、スピード感があってそれなりに反射神経が必要です。
毎回好プレー珍プレーに笑い声が絶えません。安全な屋内スポーツに目を向けて一度経験してみませんか。

毎月第3火曜日 13:30~15:00 公民館集会室 飲み物持参ください

福祉委員会 健康づくり部会 伊達光子

5. 8月の事業案内

ボランティア事業 (中央公園清掃)	*中央公園清掃 日時：8月は休止します。	
----------------------	-------------------------	--

6. その他



クイズ

① 【ナンプレ】

今回は難問レベルです。

問題

6			1				2	
1		2		5				6
9			2		6	4	1	
	6		4					3
	9			3				2
	8		7			5		
		6		8				
			3				1	
		9					2	
								3

「今回の解答」

5	1	9	6	4	7	2	8	3
8	7	3	9	2	5	1	6	4
4	2	6	3	8	1	7	5	9
3	8	4	7	6	2	5	9	1
7	9	1	5	3	8	6	4	2
2	6	5	4	1	9	8	3	7
9	3	8	2	7	6	4	1	5
1	4	2	8	5	3	9	7	6
6	5	7	1	9	4	3	2	8

解答
= 各番目字
052

入って楽しいゆめくらぶ

<ナンプレのルール>

- ①空いているマスに1～9のいずれかの数字を入れる。
 - ②タテ、ヨコの列で1～9の数字は重複しない。
 - ③太線で囲まれた3×3ブロック内の数字は重複しない。
- ルールにしたがって、ワクで囲まれた部分には1～9までの数字がひとつずつ必ず入ることになります。ルールはこれだけ。カンタンに見えますが実際に解こうとすると、なかなかひと筋縄ではいかないかもしれません。

②【さて何と読む（訓読み編）】

今回は比較的易しい問題です。何問答えられますか？

- 1) 飯事 (子どもがおもちゃで台所の仕事や、食事などのマネをする遊びのこと)
- 2) 混凝土 (結合剤を使って骨材を固めた複合材料の総称)
- 3) 遊説 (政治家が意見・主張を各地に説いてまわること)
- 4) 雁字搦め (縄や紐などで上下左右から何重にも巻いて、動けないようにすること)
- 5) 巨細 (大きなことと小さなことや、細かく詳しいこと)

回答：①ままごと ②こんくりーと ③ゆうぜい ④がんじがら・め ⑤こさい

現在会員数：106名(男性:63名、女性:43名)