



〈題字〉 神戸市長 久元喜造 筆



編集発行
神戸老眼大学会
神戸市中央区吾妻通4丁目1-6
神戸市生涯学習支援センター内
電話・ファックス (078) 251-5586
印刷
インパクトプラン
電話 (078) 792-7781

1 時代に遅れぬこと
2 楽しく毎日を暮らすこと
3 社会のためになること

R8 (2026) 年 新年に寄せて



神戸市長
久元 喜造

新しい年を迎えるにあたり謹んでご挨拶を申し上げます。昨年の市長選挙におきまして、市民のみなさんからご信任を賜り、引き続き4期目の市政を担わせていただくこととなりました。私は市長就任以来、常に「公正で折り目正しい行政」を貫き、あるべき自治体の姿を追い求めてきました。これからも初心を忘れることなく、市民のみなさんからの期待にお応えできるよう、全力を尽くしていく所存です。スピード感をもって先駆的な施策を展開し、次の時代に誇ることができると神戸を築いていきます。

今、神戸のまちは、大きく変わりつつあります。都心三宮、ウオーターフロントでは新たな賑わいと美しい風景が生まれ、郊外では拠点駅を核に、まちが新たな表情を見せ始めています。神戸空港の国際化を契機に、神戸は新たな国際都市としての可能性を手にすることができました。神戸

新年のごあいさつ



神戸市文化スポーツ局
局長 檀 特竜王

新年あけましておめでとうございます。神戸老眼大学会の皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのことと、心よりお慶び申し上げます。昨年は、阪神・淡路大震災から30年の節目を迎え、人々に夢と希望を与えてくれた「文化とスポーツの力」をあらためて認識いたしました。本年も引き続き、市民の皆様への心豊かな生活やまちの魅力向上を実現するため文化・スポーツの振興を一体的に推進してまいります。

また、人口減少時代への対応が重点課題とされるなか、本市では人口減少幅を抑制する取り組みとして、「神戸で暮らし、学び、働きたくなる環境の充実」や「神戸の美しい自然を活かした豊かなライフスタイルの提供」などを目指し、長期的な視点をもって、未来

ルギーの活用など、自然と共生するまちづくりを進めていきます。

神戸老眼大学会会員の皆様におかれましては、引き続き神戸市政の推進にご理解とご協力を賜りますとともに、さらなるご指導ご鞭撻をお願いいたします。末筆ではありますが、本年がみなさんにとって、すばらしい一年となりますことをお祈りいたします。

新春のご挨拶



神戸市生涯学習支援
センター長
橋 口 徹

新年あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、清々しく佳き新春をお迎えにられましたこと、謹んでお慶び申し上げます。旧年中は、老眼大学の運営ならびにコミスタこうべの事業推進に際し、格別のご支援とご協力を賜りましたこと、心より御礼申し上げます。昨年四月の着任以来、神戸老眼大学会の皆様、各種サークルや同好会において意欲旺盛に学び、活発に活動しておられるお姿に接触するたび、深い感銘を受けております。皆様の「熱意」と「探究心」は、まさに生涯学習の理想を体現するものであり、私自身もその姿勢に学び、たゆまず研鑽を重ねてまいりたいと存じます。どうか今後とも、後進の良き範となつていただければ幸甚に存じます。

コミスタこうべは、「学びにつづけたくなるまち・神戸」の実現を掲げ、「学びたいことがここにあり・知りたいことがここにあり」を理念として、学びの成果を地域社会へ還元する、学びの循環型社会の構築を目指しております。これまで築き上げてきた生涯学習市民講師や学習ボランティアの皆様との信頼関係を大切にしつつ、「市民がつくる生涯学習」を基本姿勢として、あらゆる世代の学習活動を力強く支援してまいります。老眼大学会の皆様が主体的に学びを深めておられる姿は、まさにコミスタこうべが目指す生涯学習の姿そのものでもあります。「人生百年時代」を迎え、社会の急速な変化に対応するため、生涯にわたり学び続ける力の重要性は一段と高まってまいります。定年延長や人工知能の進展に伴う技術革新など、働き方や生活環境が大きく変容する中、年齢を問わず新たな知識を習得することが求められています。地域の学習機関が果たすべき役割はますます重くなつており、コミスタこうべもその一翼を担うべく、より一層の取り組みを進めてまいります。結びに、会員の皆様のご健勝とご多幸、ならびに老眼大学会のさらなるご発展を心よりお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

まして、新年のごあいさつとさせていただきます。

会員のみならずまで仲間を増やそう!!



神戸老眼大学 会長 栗山 政一

会員の皆様、新年あけましておめでとございます。平素は、神戸老眼大学の運営並びに各サークル活動に多大なるご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨年、皆様は、積極的なご参加により、例会や旅行、文化祭、そして日々のサークル活動など多くの事業を無事に実施することができました。

これらもひとえに、会員の皆様の日頃からの学習意欲と活動への熱意の賜物と存じます。

さて、当会は「高齢者の豊かな経験に新知識を加え、時代に即応した健康的で意欲的な生活に資する」という設立の趣旨に基づき、60歳以上の神戸市民の皆様が生涯学習の場として活動を続けてまいりました。

しかしながら、近年の社会情勢の変化に伴い、当会の会員数は緩やかな減少傾向にあります。

会の活力を維持し、より多くの地域の方々に「生きがい」を提供し続けるためにも、会員数の増強は本年度の重要な課題の一つです。

本年も引き続きコミス

タこうべを拠点とした様々な教養講座やサークル活動を充実させてまいります。特に、本年4月からは新たなサークル活動として「健康体操」の開始を予定しておりますが、開始には皆様のご参加とご協力がぜひとも必要です。このような魅力ある活

第65回定時総会

令和6年度事業報告概要

令和6年度は、(1)経費削減・年会費改定(2)役員構成・高齢化対策(3)インターネットを利用した活用拡大・セキュリティ対策の強化(4)コンビニ払込による年会費納付・収納の4つの課題に取り組みでまいりました。

(1)経費削減・年会費改定

ここ数年の会員数減少等による収支決算の単年度赤字が続く、数年内の財政破綻が予測されております。

(2)役員構成・高齢化対策

大学会会長に栗山政一が就任し、本部には新たに3名の部・次長(60代後半、70代初め)が就任致しました。

(3)インターネットを利用した活用拡大・セキュリティ対策の強化

会員に向けた連絡のための電子メールの活用を目的に、会員にメールアドレスの登録を推進致しました。

(4)コンビニ払込による年会費納付・収納

約80%の会員がコンビニ払込票による年会費の納付・収納を行い、利便性が高まったほか事務の効率化・省力化に寄与致しました。

動を通じて、皆様により一層楽しんでいただくとともに、ご友人や知人の方々へ当会をご紹介いただくなど、新規会員獲得に向けた皆様のお力添えをお願い申し上げます。皆様には、ぜひご自身の興味や関心のある分野に積極的に挑戦し、新たな仲間との出会いを通じて、より豊かなセカンドライフを築いていただきたいと思います。

令和6年度事業報告概要

しました。

大学会会長に栗山政一が就任し、本部には新たに3名の部・次長(60代後半、70代初め)が就任致しました。又、複数の区で理事の若返りを図りました。

(1)経費削減・年会費改定

ここ数年の会員数減少等による収支決算の単年度赤字が続く、数年内の財政破綻が予測されております。

(2)役員構成・高齢化対策

大学会会長に栗山政一が就任し、本部には新たに3名の部・次長(60代後半、70代初め)が就任致しました。

(3)インターネットを利用した活用拡大・セキュリティ対策の強化

会員に向けた連絡のための電子メールの活用を目的に、会員にメールアドレスの登録を推進致しました。

(4)コンビニ払込による年会費納付・収納

約80%の会員がコンビニ払込票による年会費の納付・収納を行い、利便性が高まったほか事務の効率化・省力化に寄与致しました。

子ファイルに閲覧パスワードに加えて複製や印刷を不可とするセキュリティ対策を施しました。『和顔』や各行事についてのアンケート調査において、紙での調査に加えてアンケート専用のインターネットでの回収の仕組みを構築致しました。

約80%の会員がコンビニ払込票による年会費の納付・収納を行い、利便性が高まったほか事務の効率化・省力化に寄与致しました。

2025年度神戸老眼大学役員・理事一覧表

本部役員 (13名)

各区代表理事・理事 (23名)

Table of Executive Officers (本部役員) including President, Treasurer, and various department heads.

Table of Regional Representatives and Council Members (各区代表理事・理事) across different districts.

凡例: ○:80才以上役員会承認, ●:新任役員, (): 兼務者

神戸老眼大学事業計画

2025年度 (令和7年度)

Main calendar table for 2025 with columns for month, day, event name, and location.

※本部役員会 場所:306号室 時間:13時から 原則 第4日曜日/毎月 出席者:本部役員(6名)、監事(1名)、各ブロック長(3名)、サークル理事(1名) 開催日 4/21(月) 5/26(月) 6/23(月) 7/28(月) 8/25(月) 9/24(水) 10/27(月) 11/25(火) 12/22(月) 1/26(月) 2/24(火) 3/23(月) ※ コミスタこうべ 市民合同作品展開催期間 10月4日(土)~10月12日(日) 予定(案) 募集期間 7月~8月 ※ 定例役員会及び代表理事会の出席メンバー ・定例役員会: 本部役員(総務担当を含む)、ブロック長、区役員(代表理事、理事) サークル理事(代表理事、理事)、サークル部1名(部長または副部長) ・代表理事会: 本部役員、ブロック長、区代表理事、サークル代表理事、サークル部長 ※ コミスタ連絡会(毎月) 定例役員会及び代表理事会開催日の午前10時から開催 ※ 事務所休暇 夏季休暇 8月9日(土)~17日(日) 年末年始休暇 12月27日(土)~1月4日(日)

第62回 敬老記念会

傘寿を迎えて

ますますお元気



新年祝賀会



『あづま太鼓』

神戸市立あづま幼稚園は、平成8年度より『あづま太鼓』に取り組んでいます。子供たちは大好きな『あづま太鼓』を大勢のお客様の前で演奏する日を楽しみにしていました。

武士政権の起り

北 区 島 田 信 一

武士の起りは平安時代中期に遡ります。桓武天皇は地方役人から武芸に優れた者を選出し、軍事的な役割を担わせる制度を拡大して、それにより武士の基盤ができました。朝廷との関係では武士は朝廷に仕える武官としての役割を果たし、次第にその位を確立していきます。武士の機能として武士は荘園の警備や犯罪の取締り等の専門的な役割を持つことになりました。

時政の反対を押し切り頼朝と結婚した後、頼朝は北条氏と坂東武者団とで平氏を倒し、征夷大将軍として鎌倉で幕府を開き、源政権は三代続いた後、北条氏により血筋は絶えて同氏が執権として幕府を継承します。征夷大将軍は源氏か藤原氏の子孫がなり、平氏の流れの北条氏はそれに就けな

いので、京より藤原氏の一族を招いて就任させて執権政治を確立します。その後、足利尊氏により室町幕府が誕生して、戦国時代を経て豊臣政権そして江戸幕府まで武家政権が続きます。羽柴秀吉は朝廷より豊臣の姓を授かり、関白として大阪城で政務を執行し、武家政権を継続しています。征夷大将軍は元々軍の前線の指揮官でしたが、鎌倉幕府から政治の長としての役職となつていきます。

『人生まあなんとかなるでしょう』

神戸老眼大学会 歴史講師 吉 永 正 直

源氏と平氏は平安時代に武士として台頭していき政治的な力を持ち、二大派閥となりました。平氏の起りは桓武天皇の子葛原親王、孫の高見王その子孫により武士として発展しています。伊勢国を中心に西国に勢力を扶植した一族が伊勢平氏で平正盛・忠盛に至って中央政界に進出し、清盛が武家出身者として初めて朝廷の太政大臣となり、政権を掌握していききました。

年齢を重ねると、肉体は衰え、精神は雑念が多くなる。「生きにくい」と思えてくる。もっとラクにラクにのびやかに生きるにはと考えてみました。○古都の神社やお寺に向きしんと静まり返って庭を眺める。○汗を流して山に登り、頂上からの景色を一望する。○青く透き通った海を前に、ただゆっくりと佇む。あわただしい日常を離れ、非日常に身を置いた瞬間、すーっと心が洗われるような気持ちになったことはありませんか。心が軽くなり、体の底からじんわりと力が湧いてくる。日常の悩みやストレスが一瞬で消えてただ生きていく自分を感じる瞬間です。この様な思いの中で、一冊の「禅」の本に出会いその内容を整理してみました。「禅」とは、人間がこの世で生きていく

ための根本となる教えのようです。つまり、人が幸せに生きるための習慣であり、考え方であり、ヒント。深くてやさしい「生きる知恵」の宝庫なのです。まずは「自分」を観察する。仕事に追われ、時間におわれ、生活におられる日々。現代はなんと忙しいことか。目の前にあるやるべきことをこなすだけで精一杯の毎日。そんな毎日にとっぷりと浸かっていると、知らず知らずのうちに、自分の自分の姿や、本当の幸福が見えなくなってしまう。

制で平清盛の子は完全に貴族化して弱体化し、源氏の台頭で滅びていきました。源氏は清和天皇の子貞純親王の子孫が起りです。そして、源頼信が河内の地に館を建てたことで、河内源氏として成立ち、その子源義家が頼朝・義経兄弟、足利尊氏の祖先です。河内源氏の六代目義朝が東国へ下向して東国武士団を率いて保元の乱で戦功を揚げ、その後平治の乱で敗れてその子頼朝は伊豆へ流されました。その後北条政子が父

一日のうちで、たった十分でもかまいません。何も考えずにボーっとする時間をつくってみてください。周りのものにとらわれることなく、ただボーっとしてみる、それが禅的生活の第一歩です。

歴史街道をぶらぶらと！

西区 佃 春雄

神戸老眼大学会に入って、真っ先に飛び込んできたのは歴史散歩部!!これだと。街道巡り、街歩きに興味のある私にとってはもってこいのサークルがありました。

若い頃の趣味と言えはスポーツ。一応、人並みに何でもこなし、中でも登山が大好きで地元鳥取の大山をはじめ、北・南アルプス、尾瀬ヶ原、安達太良山、東北の朝日連峰等数えたらキリがないほど山の魅力に取りつかれ、頂上に立った時の達成感・爽快感は苦勞して登ってきた疲れを一気に吹き飛ばしてくれました。

人生の折り返しを迎えた頃、家内から昔の歴史や文化を肌で感じる「街道巡り」をしてみないかとの誘いがあり、「よっしゃー!行こう」の二つ返事。ここから夫婦で行く弥次喜多の街道巡りが始まりました。先ずは、手短な柳生街道、伊勢街道(二部)、西国街道(二部)と足慣らしをして旧東海道五十三次にチャレンジしました。本来なら江戸から京都を目指すのですが、弥次喜多は逆方向。京から江戸の日本橋に向かいます。距離にして126里6町1間(約490km) 五十三の宿場町を巡る長丁場。不安と期待が一杯の長丁場、しつちやかめつちやか弥次喜多珍道中、果たしてちゃんと無事にたどり着けるかな!

仕事の合間をぬっての街道巡りでした。一日の歩行距離は20km〜30km。なかなか

か地図通りに歩かず右往左往し頭を抱える弥次さん。文句ばかり言っている喜多さん。毎回毎回間違った道を元に戻して何とか軌道修正。歩き疲れ、足の裏に出た豆に文句を言う元気もない喜多さんをナダメすかしておだてる弥次さん。昔の人もこんなかな〜と思いながら、一歩ずつ行く足を進めるのでした。歩くこと通算3年。21日目ようやく江戸の日本橋たどり着くことが出来ました。

街道を歩いているとその地域による面白い発見に出会います。道端の隅に立つ石仏、風雪に耐えてきた常夜灯、苔に覆われた石畳旅人の道しるべとなった石の道標、先人たちが歌った句碑や歌碑、数々の古い神社そして何とんでもない趣のある宿場の街並み、街道には欠かせない松並木や一里塚等当時を回想しながらの街道巡りは本当に楽しいものです。

東海道を完歩した後は、充実感一杯で街道巡りに病みつきになってしまい、すぐに熊野街道(中辺路・大辺路)を制覇しました。

そして今、神戸の歴史を中心に市民講師の懇切丁寧な歴史にまつわる愉快な説明を聞きながら、会員の皆さんと一緒に史跡・名勝巡りを楽しんでおり、私の生きる活力の源となっています。

街道・街並みを歩く魅力とは、先人たちが築き上げた

てきた歴史や文化を再発見し、昔のことに思いを馳せて無心に歩けば、日頃の疲れやストレス・悩みなどがいつべんに吹き飛んでしまいますよ。まさに心の癒しの旅「街道巡り」を歴史散歩部で楽しんでみてはいかがでしょうか。



★ 神戸老眼大学会では、会員の皆さままで様々な活動を行っています。

神戸老眼大学会への入会は、入会案内及び各サークルに体験入部されてから加入を決めていただけます。入会、入部は、各サークルの練習場で加入できます。

囲碁部



伝統ある囲碁で頭脳をリフレッシュとコミュニティアップをしましょう。試みに初めての方から有段者の方まで歓迎しますので、一度体験にお越しください。



毎月第二、第四火曜日に開催していますので気軽に体験にお越しください。初心者の方も、女性の方も歓迎しますので気軽にお越しください!!



毎月第二火曜日に撮影会、月末の火曜日に例会を、年1回原田の森ギャラリー東館にて写真展を開催。その他文化祭等に出展。初心者歓迎



市内・近郊の市町村の名所・旧跡を講師の先生の説明を聞きながら、月1回3〜4キロを散歩します。いつでも体験参加できます。

文化部



謡いを通じて、健康と友情を作りましょう。初心者の方も大歓迎です。



教室では「元気で楽しく」をモットーに楽しく吟じています、新人の方も流派を問わず気楽に立ち寄ってください。大歓迎します。



歌は心の友。思いっきり声を出してみませんか。合唱は人との繋がりを広げ、ハーモニーを楽しめます。



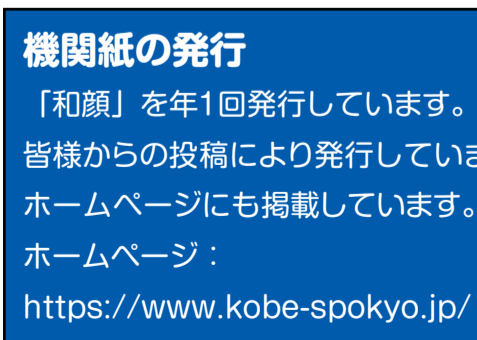
大正琴は楽譜が読めなくても弾けます。童謡、唱歌等皆さんおなじみの唄ばかりです。



毎週土曜日の午後、楽しくお稽古をしています。初心者の方歓迎!気軽にお越しください。



南京玉すだれは、すだれの様な道具を使ってさまざまな形を巧みに作り出す伝統芸です。人前で演じられる南京玉すだれに挑戦し、一芸を増やしませんか!



機関紙の発行 「和顔」を年1回発行しています。会員の皆様からの投稿により発行しています。ホームページにも掲載しています。ホームページ: https://www.kobe-spokyo.jp/comista/shisetsu_guide/koberougandaigakukai/gaiyou

ホームページ QRコード



QR 読取りアプリで QRコードを読み込んで ください

関西万博奮闘記

西区 萩 上 友 基

万博が明日から開幕という4月12日、朝からワイドショーでは前売りチケットの販売は今日が最後なるも(前評判によると年寄りには取得が難しいとのこと)、5千円という価格につられてチャレンジすることとした。チケットの買い方からID・ワントimeパスワードの取得方法、購入会場への行き方、入場の仕方、パビリオンの予約方法等々に苦労して5月26日11時西ゲートのデジタルチケットをゲットした。

当日、家内とシャトルバスに乗車すべく三宮へ少し早めに行ったところ、乗り場では長蛇の列に遭遇し一時間余り並んだ後無事車中へ、11時過ぎに到着した時は既に予約時間は過ぎており、どうなることかと心配したが、西ゲートに着くと予約時間が過ぎたゲートがあり並ばずに入場できた。まず目にしたのは土産物店がガラガラにすいており帰りに寄ることとし、薄曇りの空の下、大屋根リングの中へ行くと世界各国のパビリオンが並ぶ光景に万博の空気を肌で感じた。

ここで家内と別れ、家内は韓国パビリオンへ、私はエスカレーターで大屋根リングへ、パビリオンが一望できる周遊コースの何と大きなこと。ヘルニアを抱え、杖のお世話になりながら人の流れに沿って歩いてみると、突然噴水が水をあげ水上ショーが始まった。見事な音楽に合わせた沢山の水量の演出を約十分見学し、その後約半周を歩いたところ、ポルトガル館が目に入りエスカレーターで途中下車、目指すタルトを購入すべく並んでいると、午前中は完全売切の分は販売時間が分らないとのことと急遽近くの中国館が1時間程度で入場できるので並ぶことにした。竹筒をモチーフにした独特の建築物を見ながら待つこと40分いよいよ入場。人波にもまれながら大型スクリーンによる中国の紹介と竹を基調とした展示物を観賞。出口で待ち合わせをした家内と共に再び大屋根リングに上がり、残りの半周を完歩した。午後になると入場者も増え、どのパビリオンも1時間以上の入場待ち行列ができる状態になったので、込み合った雰囲気味わい、退散することとした。帰りに西ゲート前の土産物店を見ると入場待ちの行列ができており、寄らずに退散することとした。帰りのシャトルバスには並ばずに乗車できた。

母さんに抱かれて死んだガザの子よ
シャツの胸にはキティちゃん見ゆ
木曾路ゆく清き流れの梅花藻よ
流さるるまじ日本の夏

ふつくと白き粉ふく吊るし柿
皮むく夜なべ母の背まろし
夕陽落ちれば群青に染む

下山田 靖子

甲田 節子

地震よりの永き刻経て泡立草
今年も猛く更地を覆う
坂多き神戸の街に住みにしが
海は見えざり霧笛を朝

まっ青にふくれたすだちそつと取り
紅茶にしぼりて目をつむる朝
柿の実がたわわに実りからすらの
襲撃近し胸痛む日々

中原 三和子

渡邊 昭利

歌壇



夢に見たパフォーマンスは
現在にも通用するぞと歌に読み込む
夕暮れはさみしからずや感性が
にぶくなりゆくこともさみしき

「生きがい」とは広辞苑によれば「生きる張り合い」「生きていてよかったと思えるようなこと」即ち「生きる価値や意味」と解釈されます。しかしながら、それは個々によつて千差万別であり、一律に定義されるものではありません。私たち高齢者にとつて「生きがい」と

は何でしょうか。「健康的な生活」「孫など家族との絆」「趣味やスポーツ」「友人や仲間とのコミュニケーション」等でしょうか。神戸老眼大学会は発足から65年を迎え、所謂「高齢者」となります。会

員の皆様やサークルの指導者の高齢化等による会員の減少傾向に何とか歯止めをかけて、皆様の「生きがい」に少しでも充実感を覚えて戴けるように今後とも尽力してまいります。皆様のご意見やアイデアをお待ち致しておりますので、何卒宜しくお願い申し上げます。(東島 記)

印刷のことなら

IMPACT PLAN
インパクト プラン

〒654-0103
神戸市須磨区白川台 3-62-1-411
Tel/Fax: 078-792-7781
e-mail: yz.yama@kdr.biglobe.ne.jp

例会 盛況に開催

令和7年7月



自然を感じる森の中の温泉

香住ガニ&本ズワイガニ 合計1.5杯付

かにフルコース&天然露天風呂ご入浴

14,800円

飯付社郷食・放題/旬彩かき会席

15,800円

満腹 大60分 食べ放題!!

13,800円

淡路島でいただくふぐ料理

14,980円

和歌山産伊勢海老尽くしフルコース

18,300円

恒例 神戸老眼大学会主催
日帰りバス旅行
ご案内

4月8日(水): 備中高梁吹矢ふるさと村
8月26日(水): 大塚国際美術館
11月19日(木): 御在所ロープウェイ

神姫観光 (旅行企画・実施)
神姫バスツアーズ株式会社
〒670-0935 姫路市北条口1-28
(観光庁長官登録旅行業2108号)

ご予約・お問い合わせは (電話番号のお掛け間違いにご注意ください)

コールセンター (受付専用) 0570-0570-11

●営業時間/10:00~17:00
●休業日/日・年末年始
●総合旅行業務取扱管理者/高橋美沙
※IP電話からは、神戸:078-271-8002 姫路:079-289-0111