

第 144 号

令和 7 年 10 月

ながお町かわら版

発行:長尾町自治会
住所:長尾町宅原 319-2
連絡先:長尾出張所
電話:078-986-2581

町内で活動されている同好会を紹介します。

<https://nagao-kobe.com>



手芸同好会（編み物教室）



私達の編み物教室は、趣味を生かし地域福祉センターで健康寿命延伸を目的として、年間 40 回（神戸市社会福祉協議会福祉補助金制度を利用しているため）、月 3 回～4 回活動しています。

皆様良くご存じと思いますが、昔ながらの手編みで一針一針編み続けて行く作業なので、気長に作品を仕上げていきますが、手先を動かしながらのお喋りはとくに盛り上がり、脳の活性化に一番の薬となり、あっと言う間の楽しい 1 日です。

個人個人の個性を生かし、古い毛糸や新しい毛糸でスタイルブックを参考にしながら、素敵なニューファッションの作品作りに挑戦しています。出来上がった時の感動は、自己満足しながらも次の作品に希望がわいてきます。

秋の「長尾町趣味と芸術の作品展」に出展する目標もありますので、頑張っています。是非興味のある方のご参加をお待ちしています。詳細は地域福祉センターロビーに掲示してあります。



健康教室

健康教室は、生涯歩ける体づくりを目指して、JAふれあい会館にて 2006 年から月 2 回活動しています。

『寿命を迎える 3 日前まで元気に歩こう！』を合言葉に、ストレッチポールを使った体操をメインに、日本コアコンディショニング協会のアドバンストレーナーかつ介護予防運動指導士でもある先生のもと、みんなで楽しく体を動かしています。

ストレッチポールは多くのプロスポーツ選手などにも愛用され、医療・介護の現場でも幅広く利用されている円柱形のエクササイズ＆リラクゼーションツールです。

ポールに体重をかけて寝ることで、凝り固まった首や肩、腰の筋肉がほぐれて血行も良くなり、姿勢や骨格を整えたりする効果もあります。ただし、長時間の使用は逆に負担になるため、ポールを使わずに寝ながらできる体操など、自宅で簡単にできるエクササイズも教えてもらいます。時には、気持ち良すぎていつの間にやら夢の中...なんてこともあったり、なかったり...!?

健康づくりの豆知識や、東海道を歩いて東京まで行かれた経験談など、先生のお話も楽しく、みんなでわいわい交流できて元氣になれます。

いつまでも、みんな元氣に笑顔で自分の足で歩けますように！★



第46回長尾町民ゴルフ大会 9月7日

酷暑が続く中、実施するに当たり参加者の健康が心配されましたが、秋の気配が感じられる中、無事開催することができました。

昨年の 45 回大会は台風の影響で中止となりましたが、その反動か、今回の参加者総数は第 44 回大会の 120 名から 140 名に増え、盛大に実施できました。

プレー終了後の成績発表・交歓会では、北神戸ゴルフ場様が楽しい企画をして頂いたおかげで、笑いの絶えない楽しいひと時となりました。

圧巻は、優勝賞品に一人では持ちきれないほどの大きく重い、“ヨギボークッション” が贈られ、贈呈時の会場は一段と大きな笑いが響いていました。

地元団体部門	優勝	上上津地区	2 位	岡地区	3 位	下宅原地区
地元個人部門	優勝	善入俊勝	2 位	山田ときみ	3 位	美除一仁
シニア部門	優勝	隅井雅幸	2 位	青木国宏	3 位	宮本昌浩



第4回長尾町パターゴルフ大会 8月3日

長尾町ゴルフ協会主催、長尾町自治会協賛の長尾町パターゴルフ大会も、今年で 4 回目となりました。年々暑さが増す真夏の午後、北神戸ゴルフ場のグリーンで、90 名の参加者が競いました。

プレー後、軽食を頂きながら歓談をし、そして表彰式となりました。ホールインワンをされた方、上位 20 名、飛び賞・当日賞の方々に賞品が授与されました。

今年も和気あいあいと楽しい半日となりました。



こんにちは赤ちゃん

【 下宅原 】

敬老のお祝い品を贈呈



9 月 15 日の「敬老の日」に、令和 7 年 9 月 15 日現在、満 75 歳の 29 名、満 88 歳の 5 名、満 100 歳の 2 名、合計 36 名の方々に、長尾町自治会からお祝いの品が贈られました。

長年にわたって、町の活動にご尽力いただき、感謝申し上げます。いつまでも健康で長生きしてください。

【参考】長尾町の 65 歳以上の高齢者人口は 544 人で、総人口 1,108 人の 49.1%です。神戸市全体では 29.2%です。(R7.7.31 現在)



実りの秋

農林水産省が 8 月に発表した令和 7 年産米の収量見込みは、前年比で「上回る」は 1 県、「やや上回る」は兵庫県を含む 12 府県、「前年並み」が 29 都道府県、「やや下回る」が 4 県、そして「下回る」県はなかったとし、生産状況はおおむね良好だと分析しています。



各地区で納涼行事開催

今年も猛暑を吹き飛ばし、夏の思い出作りに、長尾町各地区で納涼行事が開催されました。

上上津地区 2025 納涼の夕べ 8月9日

上上津、夏の風物詩である”納涼の夕べ”が開催されました。

今年は雲行きが怪しい天候の中でのスタート。開始早々に小雨が降る開幕でしたが、悪天候の中、大人 110 名、子供 40 名の総勢 150 名が最後まで参加されました。

運営委員や協賛企業の皆さんによる焼き肉・焼き鳥・焼きそばにおにぎりや、たこ焼き・わた菓子・ポップコーンと生ビールで参加者はお腹も満腹。会場は賑やかで活気のある楽しい納涼祭となり、大盛況でした。



岡地区 バーベキュー大会 8月9日

毎年恒例になっているバーベキュー大会を、今年も岡公会堂で行ないました。お盆休みで帰省している人たちも参加して下さい、お年寄りから子供まで、炭で焼いたお肉、お野菜、イカなどを、お腹いっぱい堪能しました。ビンゴゲームで一喜一憂もし、今年も笑いが絶えない夏の夜となりました。



福寿会 大阪・関西万博 見学 7月10日



福寿会は 7 月 10 日、総勢 43 名で万博見学に出かけました。

1970 年以來の万博の印象は会場が広い、暑い、それに参加国の国旗の多さに驚きました。

会場内は自由行動だったので、各々がお気に入りのパビリオンを見て回れることが出来て良かったです。

1970 年の万博は世の中が発展途上のエネルギーを感じましたが、2025 年の今回はこじんまりのパビリオンも多く、入りやすかったと思いました。

最後にバス乗車間際に空が曇り、稲妻と「ドカン」の雷鳴に思わずヒヤリとした「落ち」がありました。

熱中症にもならず全員無事に帰って来ました。

黒大豆枝豆オーナー定植会（下宅原地区） 6月14日

下宅原営農改善組合では、平成 20 年頃から「黒大豆枝豆オーナー制度」に取り組んでおります。この制度は、希望者がオーナーとして申し込まれ、ご自身で大豆の苗を定植し、ご自身でお世話(除草・水かけ・土寄せ)をし、ご自身の都合のよい時に収穫して頂きます。

申し込まれる方は年々増加し、今年は 250 組で 400 区画の申し込みがあり、4ヶ所の圃場 60 アールに植え付けをして頂いております。

6 月 14 日(土)の定植会は大雨でしたが、7 月に入ってからほとんど雨が降らなかったため、生育を心配しておりましたが、大豆はすくすくとたくましく生育しています。今年の夏は、例年以上に酷暑になっていますので、病気が発生しないか心配です。

「大きな枝豆がとれましたよ」「ありがとう」の声が私達世話人の励みとなっております。今後も多くの方々に喜んで頂けるような「黒大豆枝豆オーナー制度」にしていきたいと思っております。

10 月中旬には黒大豆枝豆が大きく育っていることと思います。



JAふれあいボウリング大会 7月26日



J Aふれあい委員会は、エリア・ドゥ三田ボウリングセンターにて、ふれあいボウリング大会を開催しました。

全14組総勢48名の参加者が集い、わきあいあいと2ゲーム楽しんでいただき、大いに盛り上がりました。

善入ふれあい委員長は、冒頭のあいさつで、「日頃の暑さと仕事から解放され、思い切りボウリングを楽しみながら、長尾町の方々の交流と親睦を深めましょう」と呼びかけました。

参加者たちは、いきなりのガーターもあれば、スペアやストライクが決まるたびに、ハイタッチや笑顔と歓声が飛び交い、1ゲーム190点を超える白熱した競技が展開されました。

表彰式では、個人戦上位3名と、飛び賞、特別賞の方に豪華景品を受け取っていただきました。

ご参加いただきました皆様、ありがとうございました！！



岩谷地区里山保全活動の取り組み



岩谷生産森林組合では、地区外(都市部や新興住宅街居住)からのボランティアスタッフと一緒に、里山の自然環境を守り、次世代に引き継ぐため、放置竹林の整備や栗林の管理を中心に、さまざまな里山保全活動を行っています。

令和4～6年度は、神戸市の補助金をいただきながら、チェーンソーやウッドチップパーの購入、チェーンソー技術講習の受講など、里山保全に必要な機材の取得や技能の習得を行いました。地域の自然資源を大切にしながら、これからも里山の保全活動を続けていきます。

【放置竹林の整備】 放置された竹林は繁茂しすぎると、里山の生態系の変化や有害獣の温床となるなど、悪影響を及ぼします。不要な竹を適切な範囲で皆伐し、過剰繁茂を防いでいます。また、ウッドチップパーを稼働することで、野菜作りなどに利用できる竹チップを作ることができます。

【栗林の管理】 栗林の下草刈りや不要な木の伐採を定期的に行い、栗の収穫、自然観察を容易に楽しめるようにしています。枯損した栗の木を伐採した後に、新たな果樹を植え、季節の里山の味覚を楽しめる試みも並行して行っています。

神戸市長選挙、神戸市議会議員補欠選挙の投票に行きましょう！

私たちの生活や社会をよくするためには、私たちの意見を反映させてくれる代表者を決めるのが「選挙」で、民意を示す重要な機会であり、権利です。

私達に与えられた大切な権利を棄権することなく投票に行きましょう。



○ 投 票 日 令和7年10月26日

長尾幼稚園 午前7時～午後8時

○ 期日前投票

市長選挙 令和7年10月13日 ～ 10月25日

市議会議員補欠選挙 令和7年10月18日 ～ 10月25日

長尾出張所 午前9時～午後5時

おくやみ

<下上津> 伯耆 忠夫 さん (満88才) R7. 6.18
<豊 浦> 豊中千代子 さん (満92才) R7. 9. 2
<岡 > 小林 清豪 さん (満83才) R7. 9.12

編集後記

今夏は群馬県で最高気温(41.8℃)と、国内の観測史上最高気温を更新しましたね。

近年、気候変動に伴い、異常気象による自然災害が頻発し、その被害も増大しています。

災害から命を守るためには、みなさん一人一人の災害に対する心構えや、知識と備えが重要です。今一度、神戸市『くらしの防災ガイド』を再確認しましょう！ 今西昌敏

