

堺市堺区老連広報誌

令和7年1月発行

6号



堺区フェニックスクラブ

だより

発行所：堺市堺区老人クラブ連合会

編集・制作：株式会社ニチコミ 神戸市中央区栄町通1-2-7 大同生命神戸ビル7階 ☎078(333)7707



旧紀州街道にあたる南北に走る幹線道路。幅員50mの中心をローカル色豊かに路面電車(チンチン電車)が走り抜け、付近には与謝野晶子生家跡、千利休屋敷跡、ザビエル公園など名所が集中しています。文書で、府の有形文化財に指定されている。

(参照：<https://www.sakai-tcb.or.jp/spot/detail/99>)

会長ごあいさつ



新年の挨拶

堺市堺区老人クラブ連合会

会長 藪内 寛之

明けましておめで
とございます。皆さ
まにおかれましては
すこやかに新年を迎
えられたことと心よ
りお慶び申し上げま

す。日頃より堺区フェ
ニックスクラブ連合
会に協力していただ
き感謝しております。
令和7年、今年の干
支は巳年。金運上昇、

よりよい運氣をもつ
のが巳年「蛇」です。
堺区老人クラブ連合
会も巳年にあやかり、
健康で心豊かに前進
されることを願って

おります。

これから役員一
同、尽力して参りま
す。平穩無事に過ごせ
る1年になりますよ
うお祈り申し上げま
す。

区長ごあいさつ



新年の挨拶

堺区長 西川 哲夫

新年あけましておめ
でございす。

堺区老人クラブ連合
会の皆様におかれまし
ては、清々しい新春を
お迎えのこととお慶び

申し上げます。皆様が
高齢者の生きがいや健
康寿命の増進に加え、
地域の安全や福祉の向
上などさまざまな活動
で貢献いただいていま

すこと、深く感謝申し
上げます。誰もがいき
いきと自分らしく健や
かに暮らせる地域の実
現にむけ、堺区役所も
ともに取り組んでまい

りますので、本年もご
支援とご協力をお願い
いたします。結びに、
貴会のますますの発展
と皆様のご健勝、ご多
幸を祈念し、新年のご
挨拶いたします。

令和6年度

堺区フェニックスクラブ役員



役 職	名 前	校 区
会 長	藪内 寛之	浅香山
副 会 長	黒瀬 良三	熊 野
副 会 長	福井 稚男	錦 綾
会計兼校区長	米山 智恵子	湊
書記兼校区長	葉井 義嗣	錦
校 区 長	下野 耕生	大 仙
校 区 長	上野 明雄	大仙西
校 区 長	神垣 真二	綿 西

役 職	名 前	校 区
校 区 長	播磨 修	榎
校 区 長	富里 智恵子	小林寺
校 区 長	谷口 行雄	市
校 区 長	杉村 俊昭	英 彰
女 性 部 長	安藤 和子	浅香山
会 計 監 査	島並 勝治	三 宝
会 計 監 査	森 詔子	神 石

よろしくお願いいたします。

令和6年6月21～25日に堺市立東文化会館2階ギャラリーにて、堺区フェニックスクラブ主催の第47回高齢者作品展が開催されました。堺区からも多数の作品が展示され、来場した人は素晴らしい作品に目を奪われている様子でした。



堺市高齢者作品展
力作ずらり!!



人生下り坂も楽しい

～皆でつくりあげたシニア作品展～

大仙校区

下野 耕生



や会員の訃報など
悲喜こもごもの話
題も多くて、残る
人生の過ごし方な
ど楽しい会話もあります。
同世代の想いを感じます。

途中、湊校区の米山会

長、少林寺校区の富里会
長が忙しい中でも見学に
来てくださいました。お

二人とも行動派でリー
ダーシップに優れ、常に
校区会員さんに何をして
やるかを念頭に動いて
いる姿を印象深く見せて
もらってききました。厳し
い老人クラブ活動の最中
たさんのパワーをいた
だきました。

これから、誰もが参
加しやすいディスコン等、
健康志向で笑って汗を流



布で作られたクリスマスリースや
ツリーとシャドウボックス

せるものを積極的に取り
入れながら人生の3コー
ナーを楽しんでいきます。

末筆ながら富田自治会

連合会長、松下女性団体

会長、清久民生委員長、

小川、ほのぼの旭ヶ丘

理事長、吉田みさぎ会

理事施設長の皆様には大

変お忙しい中、足を運ん

でいただきましたありが

とうございました。会員

一同とても励みになりま

す。今後ともどうぞ宜し

くお願い申し上げます。

この季節、大仙校区で
は恒例のシニア作品展
を開催します。永年続く
伝統行事でも、昨今の老
人クラブの現状や高齢化
などを思うと開催の見直
しは例外ではありません。
はたして出品者は確保で
きるでしょうか、何より
も足を運んでくれる会員
さんはどうでしょう？新

たに運営に加わってくれ
た総務担当メンバーのや
る気に促されて開催は決
まりました。
そして本番、連日盛況
で、見覚えのあるにぎや
かな顔ぶれに逢えて幸せ
を感じました。お会いす
る会員さんの作品の出来
栄えはもちろんですが、
ご主人や奥様の健康状態



今年も恒例の堺区フェニックスクラブの社会見学旅行に行ってきた。11月5日、6日と1泊で岡山「湯郷温泉」でした。

年々高齢化が進み、参加人数も減りましたが、天候にも恵まれ充実した2日間でした。観光バスは校区を廻り、9時30分に堺を出発。まず兵庫県立フラワーセンターでは美しい花「ダリア」、「菊」などなど満開でした。昼食を済ませ小林芳香園でお茶になるまでの行程の説明を聞き、私の実家もお茶加工していたので昔を思い出しました。

少し早めに湯郷グランドホテルに到着。18時に懐石料理が運ばれ宴も酺。カラオケも芸人さんが多く盛り上がりました。美人の湯に入り各校区の人とコミュニケーションをとり絆を深めました。

6日は9時にホテルを出発。後楽園の大きな池の蓮の手入れをしていました。



堺区社会見学旅行 温泉旅行で深まる絆

湊校区

米山 智恵子



美作まで帰り昼食。辻川山公園「もちむぎのやかた」で黒豆を入れて家でおこわを炊きました。バスは堺市に入り、無事帰宅できました。お世話をしていただいた役員さん、参加された皆さんのご健康、ご多幸をお祈り申し上げます。

写真 コーナー



会員皆様が撮った
お気に入りの
スナップショット集



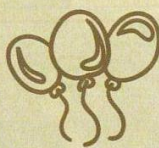
堺区八幡通り -
木本さんの庭の花々

共同募金活動は
老人会の恒例行事





浜寺公園のバラ



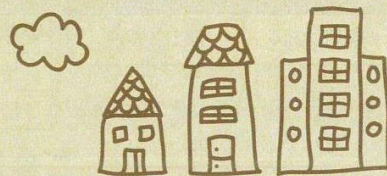
堺市は日本一バナナが大好き（テレビ放送より）



浜寺公園バラ祭り



ぜひ皆さんの
お気に入りの一枚を
ご投稿ください！



堺区グラウンド・ゴルフ大会

恒例の
グラウンド・ゴルフ大会

健康部会



令和6年10月19日（土）、季節はずれの曇り、大気の不安定な天気の中、旧湊小学校のグラウンドで、堺区フェニックスクラブのグラウンド・ゴルフ大会を行いました。午前8時30分開始。先発、後発2ラウンド。終り頃から曇りだし、雨が降り出し2ラウンドで終了しました。



大会結果

総合優勝

校区名	氏名
錦西校区	南川洋子



男子の部

	校区名	氏名
優勝	綿綾校区	大西敏夫
2位	英彰校区	佐藤広司
3位	湊校区	和田義喜

女子の部

	校区名	氏名
優勝	錦西校区	南川洋子
2位	英彰校区	應本良江
3位	神石校区	山名祝子

ご参加ありがとうございました。

(敬称略)



川柳コーナー

天空望む名月就寝の前ベッドで眺める

米山智恵子（湊校区）



大豆と小麦と食塩を原料にし10ヶ所の製造工程を経うゆを愛用しています。

富里智恵子（少林寺校区）

加藤有里子（英彰校区）

山口 節美（神石校区）

龍本 利代（榎校区）

池宮城妙子（市校区）

安藤 和子（浅香山校区）

○堺区からの参加者

今回は歴史あるキッコーマン高砂工場です。キッコーマンといえば私たちの食生活に欠かせない食品です。私も「特選丸大豆しょうゆ」を愛用しています。

ておいしいおしょうゆの出来上がり。とても感動しました。参加者には食卓用醤油ボトルのお土産をいただき大喜びでした。

堺市フェニックスクラブ主催 女性部リーダーセミナー

浅香山校区

安藤 和子



キッコーマン高砂工場の前で記念撮影

ディスコン大会

湊校区が優勝

錦校区

田中 重彦

令和6年6月11日（火）堺区老連主催の第11回ディスコン大会が今年も旧湊小学校の体育館で開催されました。午前7時40分に校区内で集合して今年は3チームの出場です。3台の車を提供していただき、朝早くから各家庭に回っていただき助かりました、ありがとうございます。また、設営などのお手伝いと思い、意気込んで出発し、旧湊小学校に集まりましたが、大体の準備もできあがり、今年はお手伝いがほとんどできませんでしたが、最後のお片付けのお手伝いはできそうです。皆さま朝早くからお疲



参加者の皆さん

交流を深める

第4回堺区ディスコン交流会が10月22日（火）に行われました。43名の参加者が湊の体育館に集合しました。

集合時間の8時にはすでにロープでコート作り、イスの準備が始まっていました。

半年に一度の大会、みんなの期待の大きさを感じました。準備体操、ルール説明の後、3つのコー

れさま。錦の女活の松村さんより激励のコーヒーの差し入れもいただき、頑張りましたが試合の結果はあまりよくなかった。今回の試合は頑張ります。

私たちのメンバーはA・B・Cの3チームに分かれ、時間通り数内会長より激励の開会宣言で、私らのCチームは1試合目、いざ試合となれば、何歳になってもどきどき緊張しますね。私らのチーム



堺市ディスコン大会の優勝者【湊校区】

トに分かれてゲームスタートです。あちらこちらからの歓声が体育館に響いていました。全チーム3ゲームずつ終わり、結果発表です。

1位 ゆりチーム

2位 もみじチーム

3位 すいせんチーム

おめでとうございます。皆さんの日ごろの成果は出せましたでしょうか。

は、前回は全体で優勝しましたが、今回は1勝2敗の良くない成績で、3試合とも同じで残念でしたが、錦のAチームの成績が良かったので、いい賞品をいただき良かったですね。

今回の試合は私たちのチームも優勝目指して頑張りますのでよろしく願っています。いい歳して欲だけは人一倍ですね、楽しい1日でした。良かったですね。前日から当日には区老連の男性・女活の役員の方々には数日よりお世話いただき、お疲れさま、ありがとうございました。

高齢者、自分のことは自分でできれば一番の幸せです。自分の健康に感謝しましょう。ありがとうございます。



頭の体操

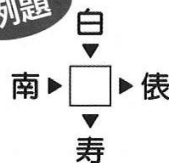
漢字

共通漢字
クイズ

中央の四角の中に共通する漢字が入り、2文字の単語となります。
その漢字を順番に4つにまとめると4文字の単語になります。
その単語とはいったい何でしょうか？



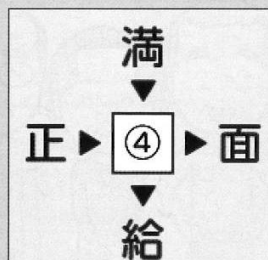
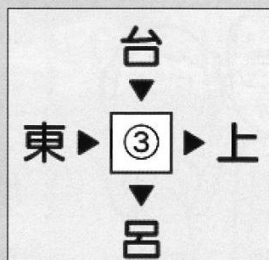
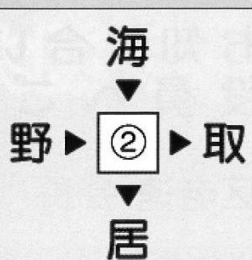
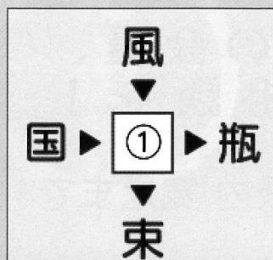
例題



(解答例)

・白「米」 ・「米」俵
・南「米」 ・「米」寿

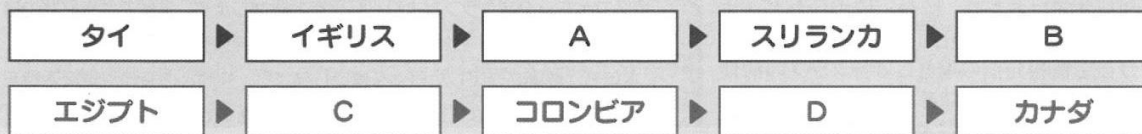
答え / 米



解 答 ①：花 ②：鳥 ③：風 ④：月

世界の国名で
しりとりしよう

日本、アメリカ、中国、イギリス・・・
世界には多くの国があります。
そんな国だけでしりとりをしてみました。
空白の入る国名はなんでしょう？



解 答 A：スイス B：カナダ、カメルーン等 C：トルコ D：アメリカ

老人クラブに入会して 生きがいを見つけましょう

老人クラブ会員募集

仲間づくりと健康づくりを一緒に



老人クラブをご存じですか？私たちは「健康・友愛・奉仕」に基づき活動をしています。概ね 65 歳以上なら誰でも仲間になれます。

健康・友愛・奉仕



入会に関するお問い合わせは

お知り合いの会員、
役員へご相談を！

堺区老連 会長 藪内 寛之まで

【主な活動内容】

- ◆グラウンド・ゴルフ大会 ◆ゴルフ大会
- ◆親睦旅行 ◆健康講座 ◆他世代との交流

スポンサーへのお礼

広報誌「堺区フェニックスクラブだより」を刊行するにあたり、協賛・協力いただきました方々に厚くお礼申し上げます。

今後も情報発信の場として各クラブの活性化に寄与できる広報誌をめざしていきますので、皆様のご協力のほどよろしくお願いします。

堺区老人クラブ連合会

編集後記

寒い時期が続いておりますが皆さまいかがお過ごしでしょうか。

「堺区フェニックスクラブだより」6号をお届けします。今号では作品展の様子や旅行の様子など、会員皆さまの活動の様子をご紹介いたしました。

本年も、健康で充実した日々を過ごしなが、仲間との交流や地域活動を楽しんでいただければ幸いです。クラブ活動を通じて新たな発見やつながりを育む一年となりますようお願いしております。