

堺市 中区老連

67
Nov
2024

生きがい・健康・教養を高める
老人クラブ広報紙 すとやか老友

【発行】堺市中区老人クラブ連合会

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



8月8日(木)、第6回中区ディスコン交流会が、深井小学校体育館にて88名参加のもと開催されました。参加者は熱中症に気を付けながら、精いっぱいプレーしました。

第6回 中区ディスコン交流会

優勝チームの皆さんおめでとうございます!!

1コート



中町西A(深井西校区)

2コート



水池町ディスコンクラブA(東深井校区)

3コート



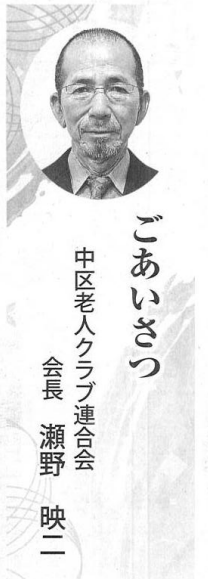
土塔町百寿会B(東百舌鳥校区)

堺市中区老人クラブ連合会

深井西校区老人クラブ連合会
深井校区老人クラブ連合会
東深井校区老人クラブ連合会
宮園校区老人クラブ連合会

久世校区老人クラブ連合会
西陶器校区老人クラブ連合会
東百舌鳥校区老人クラブ連合会

コート	優勝	準優勝	第3位
1	中町西A (深井西校区)	西陶器ディスコンクラブA (西陶器校区)	土塔町百寿会A (東百舌鳥校区)
2	水池町ディスコンクラブA (東深井校区)	西陶器ディスコンクラブB (西陶器校区)	中町西B (深井西校区)
3	土塔町百寿会B (東百舌鳥校区)	深井清水町A (深井校区)	水池町ディスコンクラブB (東深井校区)



いあいさつ
中区老人クラブ連合会
会長 瀬野 映二

本年四月より、中区老人クラブ連合会の会長を務めさせていただくことになりました瀬野映二と申します。よろしくお願い申し上げます。

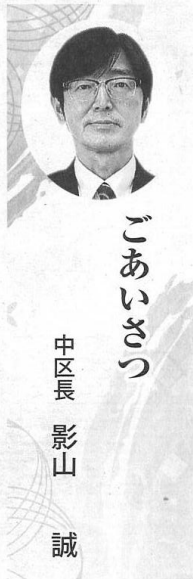
感染症の分類が二類から五類に変わり、各単位・校区老人クラブの行事・活動等が再開されました。

二〇二四年度は春季ゲートボール大会、グラウンド・ゴルフ大会、ディスコン交流会、休止をしていた演芸大会が五年ぶりに再開します。また、女性部活動など、さまざまな活動を計画・実施していきますが、会員の高齢化、会員数の減少、若い会員の未加入、役員の後

継者不足などの課題を抱えています。中区老連役員一同連携して課題解決に取り組んで参りたいと思っています。

中区老連の目標は「健康で元気」を推進するとともに、仲間づくりをしていきます。

今後とも会員の皆さまのご理解、ご指導をよろしくお願い申し上げます。



いあいさつ
中区長 影山 誠

中区長の影山でございます。紅葉の美しい季節となりました。中区老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、日ごろから行政の各般にわたり、温かいご理解、ご協力を賜り、心よりお礼申し上げます。

今年も全国各地で大規模な災害が発生しています。石川県では、一月の能登半島地震に続き、九月の大南

により大規模な土砂災害が発生し、地震からの復興途上のなか、甚大な被害をもたらしました。

八月には、宮崎県日向灘の地震により、南海トラフ地震臨時情報(巨大地震注意)が発表されました。南海トラフ地震が発生した場合、堺市では全域で震度六弱の揺れが想定されており、沿岸部では津波の危険性があります。

中区役所では、区ホームページや区長×(旧ツイッター)などで防災への備えなどの情報発信を随時行っています。自らの命と暮らしを守るために、災害発生時に慌てることなく行動できるよう避難場所・避難経路の確認や非常持ち出し品などの備えをお願いいたします。

また、中区役所で進めています、深井駅周辺地域活性化事業につきましまして、水質池公園において公園と商業・サービス、居住等の機能が一体となった、多様な世代が集い交流する中区の新たなシンボルとなる交

流拠点施設の令和九年度オープンに向けた取組を進めています。現在、工事着手に向けて地元説明会を開催させていただいており、地域の皆様から様々なご意見等をいただいております。引き続き、地域の皆様へ水質池公園整備についての丁寧な説明を行い、早期完成に向け取り組んでまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

最後になりましたが、中区老人クラブ連合会のますますのご発展と、皆様のご健康、ご多幸をお祈り申し上げます。私のご挨拶といたします。

会 員 募 集 中

老人クラブではさまざまな活動を通し「健康で元気」を目指しています

- ◎ゲートボール大会
- ◎グラウンド・ゴルフ大会
- ◎ディスコン交流会
- ◎演芸大会
- ◎女性部活動

皆さまのご参加お待ちしております

中区老連からのお知らせ

- ◎令和6年12月8日(日)、秋季ゲートボール大会を開催いたします。
- ◎令和6年度第7回ディスコン交流会を、令和7年2月初旬に原池公園体育館の中アリーナにて開催します。今回は20チームを予定しております。インストラクター資格を12名取得しましたので、ディスコンのさらなる普及に期待したいと思います。

中保健センターよりお知らせ

中保健センター 保健師 宮 寛代

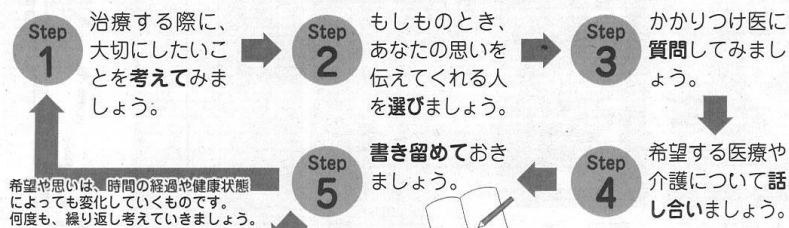
自分らしい生活を送るために あなたの思いを伝えましょう

もしものときのために 話し合いをはじめよう 「人生会議」



「人生会議」は、いのちの終わりについての話し合いです。人生の最終段階は、いつ訪れるかわかりません。もしものときに、希望する医療や介護を受けるために、大切にしていることや望んでいること、どこでどのように過ごしたいかを前もって考え、信頼する人たちと話し合いましょう。

人生会議のすすめかた



人生会議チェックシート

※以下のチェックシート以外にも様々なものがあります。

人生の最終段階で大切にしたいことはどんなことですか？(複数回答可)

- | | |
|--|--|
| ☐ 家族や友人のそばにいたいこと | ☐ 自分が経済的に困らないこと |
| ☐ 仕事や社会的な役割が続けられること | ☐ 家族が経済的に困らないこと |
| ☐ 好きなことができること | ☐ 少しでも長く生きること |
| ☐ 痛みや苦しみがないこと | ☐ その他(具体的に思い浮かべてください) |

自分の思いや考えが伝えられなくなった時、治療や介護について、あなたの代わりになって話し合ってくれる人は誰ですか？(複数回答可)

- | | | | |
|------------------------------|------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| ☐ 配偶者 | ☐ 子ども | ☐ きょうだい | ☐ 親戚(姪・甥など) |
| ☐ 友人 | ☐ 親 | ☐ 医療や介護の専門職 | ☐ その他 |

なぜ人生会議の話し合いが必要？

いのちの危険が迫った状態になると、約70%の方が、医療や介護(ケア)に関する望みを自分で決めたり、人に伝えたりできなくなると言われています。治療やケアに対する思いを、あなたの大切な信頼する人と話し合っておくと、もしものときに、信頼する人が代わりに治療やケアについて決断をし、あなたの思いを伝えてくれるでしょう。

「考えたこと」

「わからないで迷っていること」
「考えたくないということ」
を、信頼している人に伝えましょう。

自分らしい人生の
最後を迎えるために…

※堺市 堺市医師会「人生会議」パンフレット引用



「共同募金運動」への ご協力に感謝します

堺市社会福祉協議会
中區事務所長 三田 英樹

堺市社会福祉協議会中區事務所長の三田でございます。

中區老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、平素より社会福祉協議会の事業運営並びに地域福祉活動の推進につきまして温かいご理解、ご協力を賜り、心より厚くお礼申し上げます。

さて、本年も「つながりをたやさない社会づくり」をめざし、十月一日から全国一斉に第七十八回共同募金運動が展開されておりま

す。皆さまにはこの運動の趣旨にご賛同いただき、毎年多大なるご協力をいただいております。今年も、雨の降る中、早朝から深井駅周辺において街頭募金運動にご協力をいただき誠にありがとうございます。重ねてお礼申し上げます。

この共同募金運動は、社会福祉の充実を目的に募金運動を展開し、誰もが住みなれた地域で安心して暮らすことができるよう、地域の民間福祉事業に活用し、地域福祉の向上に寄与することを目的としています。今後とも引き続き共同募金運動にご理解、ご支援賜りますようお願いいたします。

また、中區高齢者関係者会議の取組として、「中區高齢者お役立ち情報提供ス

ポット」ウェブサイトで、「出張まちなか保健室」などの健康イベント情報や、ラジオ体操やタオル体操の介護予防動画、地域の企業や事業所による社会貢献活動などのお役立ち情報を発信しておりますので、スマートフォンやタブレットでアクセスしていただき、皆さまの健康づくりや地域における活動に是非活用ください。



第47回

堺市高齢者作品展

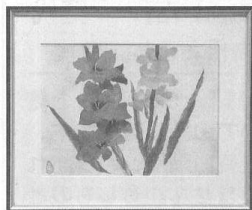
東深井校区



西 孝男



谷川恵美子



金沢三恵子



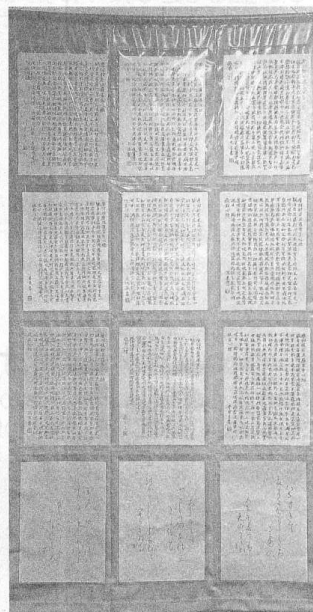
霜野 洋子



絹田美佐子

久世校区

向かって左から
宮村 里美
大町 京子
下村 初子

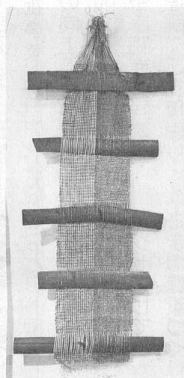


松尾奈津江 藤田 俊子

東百舌鳥校区



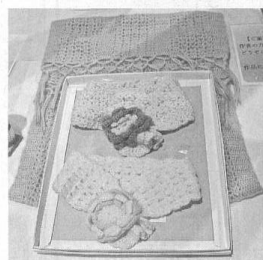
小谷 恵子



近藤 紀子



山下田鶴子



岸 代子



本釜トヨ子

深井校区



中尾 章



佐藤 博子



友澤 孝子



西埜植充代



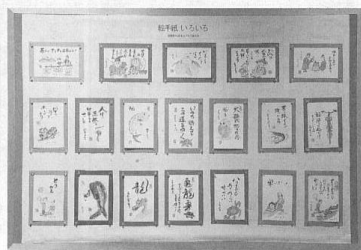
岩井美佐子

令和六年六月二十一日(金)二十五日(木)午前、堺市立 東文化
会館二階ギャラリーにて開催され、中区老連からは四十三点
の作品が出品されました。

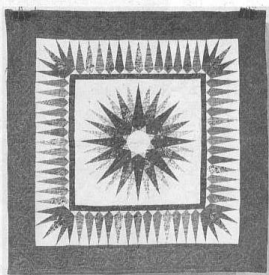
西陶器校区



川北みさ子



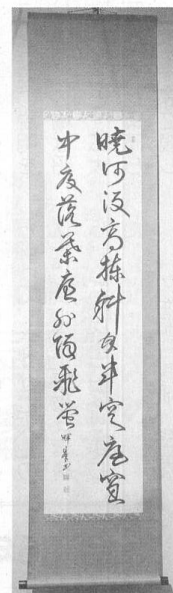
大橋 政男



近本 梯子



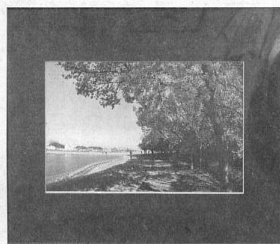
東本スミエ



濱野 正信



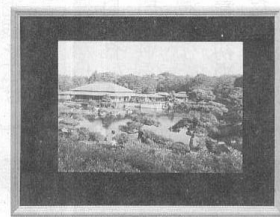
眞砂さな枝



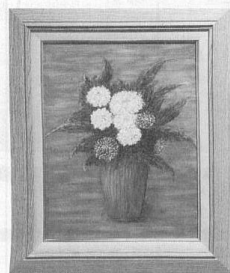
辻野 勝



辻野 定子



坪内 千昭



今井 實

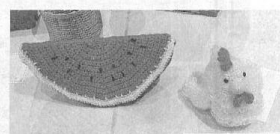


谷口 玲子 川本 妙子

宮園校区



荒木あつ子



小野里明美



隅 幸子

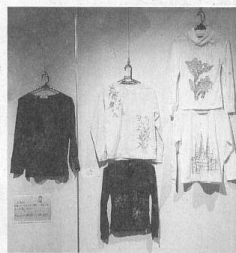


栗原ツヤ子

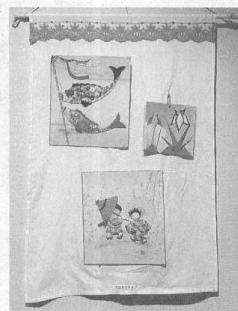
深井西校区



小掠 光江



辻 香代子



古谷由美子



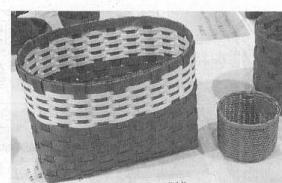
井上 明子



新熊 澄子



田部千代子



畑井 英子

令和6年度堺市フェニックスクラブ 女性部会・施設見学研修会



素晴らしい天気恵まれ令和6年度堺市フェニックスクラブの女性部会・施設見学研修会に参加いたしました。

中区の女性部八人は全員知らないばかり！初めましてから始まり、バスの中での交流話が弾みました。高速道路はスムーズに走り、研修会場のキッコーマン高砂工場に到着。

A・B班に分かれ、醤油作りの歴史・行程の説明を受けました。高砂工場は昭和六年創業とのこと。広大な敷地で管理された素晴らしい工場で、全世界に親し

まれているキッコーマン醤油の規模の大きさに感動しました。また、生醤油は冷蔵庫に入れたなくても良いことなど教えていただきました。懐かしい醤油さし(びん入)の醤油をお土産に頂きました。

高砂工場を後にして、一路姫路市へ播磨の名物ひめじおでん。昼食後はとても豪華で美味でした。ちなみに姫路おでんは生醤油でいただきます。会食後、世界遺産の姫路城へ。

青空に白鷺が羽根を広げた姿のお城はまさに圧巻。暑かったので遠くから眺め、仲間とティータイム。

帰りの車内もおしゃべりに花が咲き、渋滞もなく予定時刻に堺に到着。初めて会った方ばかりだったのに古くからの友達のように打ち解けて、さすがに人生の達人。リーダー研修は素晴らしい思い出になりました。

(女性部 高畑 益美)

令和6年度 赤十字「街頭募金活動」

～深井駅で街頭募金活動を行いました～



令和6年度赤十字「街頭募金活動」に、中区老連7校区の代表者計30名が参加しました。

10月3日(木)午前8時から9時過ぎまでのおよそ1時間、小雨の降る中、深井駅出口に立ち、通行人へ募金を呼びかけました。



研修風景



堺市老連 映画のつどい

【上映作品】
老後の資金がありません

令和6年9月2日(月)産業振興センター イベントホール、3日(火)西文化会館 ホール、5日(木)東文化会館 メインホールにおいて、堺市老連「映画のつどい」が開催され、中区老連からは92名が参加しました。

上映作品は「老後の資金がありません」。主婦・後藤篤子(天海祐希)が葬式、結婚、夫のリストラに自身の派遣切り、姑との同居問題、さまざまなお金のトラブルに遭遇する様子をコミカルに描いています。嫁姑問題・老後の生活資金の件、予定外の出費が発生していく様子はとてもリアリティがあり、はらはらしながらもとても心温まるストーリーになっています。

中区老連 第4回グラウンド・ゴルフ大会



7月4日(木)、新家町スポーツ広場で第4回グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

この大会は11月に開催される堺市フェニックスクラブのグラウンド・ゴルフ決勝大会への出場者選出を兼ねています。



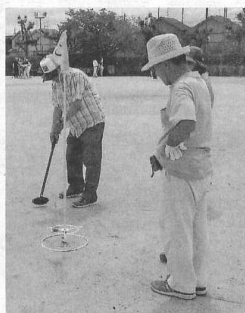
当日は、6校区から77名が参加。気温が上昇し、参加者は服装や体調管理に苦労されましたが、明るく楽しく競技を行いました。

最後は上位12名の表彰とホールインワン賞の発表に大きな拍手が送られました。

(区老連会長 瀬野 映二)

大会結果

順位	氏名	校区名
優勝	水上 孝正	東百舌鳥
準優勝	宮ノ原昭弘	宮園
第3位	高野 京子	深井
第4位	細田 欽也	東百舌鳥
第5位	田部千代子	宮園
第6位	阪口 幸子	西陶器
第7位	大塚 節子	宮園
第8位	赤木 美佳	深井
第9位	樋口 優子	久世
第10位	山下田鶴子	東百舌鳥
第11位	山口 薫	東百舌鳥
第12位	中辻 和良	東百舌鳥



ホールインワン賞

氏名	校区名
水上 孝正	東百舌鳥
山下田鶴子	東百舌鳥
山口 薫	東百舌鳥
中辻 和良	東百舌鳥
今田ケイコ	東百舌鳥
村松 安廣	東百舌鳥
中村徳太郎	東百舌鳥
東尾 敏次	東百舌鳥
畑崎 博子	東百舌鳥
宮ノ原昭弘	宮園
片山 明美	宮園
高野 京子	深井
赤木 美佳	深井
松村 治子	深井

氏名	校区名
北埜加代子	深井
辻野千鶴子	深井
加藤 純子	深井
樋口 優子	久世
大山 進	久世
木寺 文子	久世
辻本 博文	久世
森本眞佐子	久世
小林 武次	東深井
金沢 文治	東深井
東尾 正照	東深井
山田登亀子	東深井
山下美佐子	東深井
沢尾 文子	東深井



中区老連 春季ゲートボール大会

5月26日(日)、桜の季節も過ぎ、初夏を感じさせる気候の中、土塔町菰池グラウンドにおいて令和6年度中区老連春季ゲートボール大会を開催しました。

今大会は4校区、7チームが2コートに分かれ対戦。拮抗する試合が繰り広げられ、それぞれのチームが上位入賞を競いました。

成績発表では優勝と準優勝の各1チーム、第3位の2チームが発表され、参加者から大きな祝福の拍手が送られました。(区老連会長 瀬野 映二)

大会結果

順位	チーム名	校区名
優勝	西陶器	西陶器
準優勝	新家会B	東百舌鳥
第3位	土塔町うぐいす	東百舌鳥
第3位	深井中町西	深井西



ご協賛各位への御礼

本紙の発行にあたりご協力いただいたご協賛各位に厚く御礼申し上げます。

今後も本紙は会員の生きがい・健康・教養を高める一助になるよう内容の充実にも努めますので、末長いご支援を賜りますようお願い申し上げます。

堺市中区老人クラブ連合会



堺市フェニックスクラブ主催 令和6年度堺市高齢者福祉大会



十月十一日(金)、堺市総合福祉会館六階ホールにおいて、令和六年度堺市高齢者

福祉大会が開催されました。第一部式典では、はじめに主催者を代表して辻堺市フェニックスクラブ会長が開会あいさつを行いました。続いて、来賓として列席した永藤堺市長、札幌堺市議会副議長、木村堺市社会福祉協議会会長が祝辞を述べました。

表彰式では、はじめに老人クラブ育成功労者として校区会長・区老連女性部会長一名、単位クラブ会長・役員、校区の役員八十六名、優良老人クラブとして二クラブがフェニックスクラブ

中区老連受賞者(敬称略)

◆堺市老連会長表彰状 老人クラブ育成功労者 (単位クラブ会長・役員、校区の役員)

曾根 晴美 (深井)
井澤 章 (深井)
西野 春夫 (西陶器)
優良老人クラブ
宮園老人クラブ (宮園)

退任理事

南埜 健二 (深井西)

◆堺市老連会長感謝状

退任校区会長、退任区老連女性部会長

仲辻 正美 (東百舌鳥)
大谷 博己 (深井)
阪西 正秀 (東深井)
辻尾 耕一 (久世)
古市 靖夫 (宮園)
吉光 敏子 (深井西)



表彰を受ける宮園老人クラブ
(代表の藤原義徳さん)

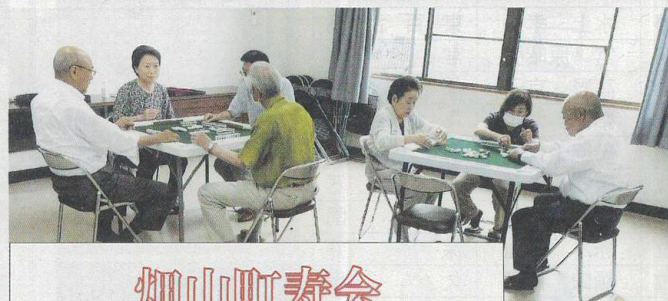
会長から表彰状が授与されました。次に、退任理事二名、退任校区会長・退任区老連女性部会長十三名、退任単位会長または役員、退任校区役員六名、多大な貢献をされた会員十一名に感謝状が送られ、第一部式典は滞りなく終了しました。

第二部講演会では、講師に若宮正子氏を迎え、「人生100年時代 ―一緒に楽しみましよう―」と題し、新しいことにも恐れず、楽しんで挑戦する大切さを話しました。

最後は、添田堺市フェニックスクラブ副会長の開会あいさつで、令和六年度堺市高齢者福祉大会は無事終了しました。

麻雀を通し、地域との交流を深める
畑山町寿会の有志から、麻雀をしたいという声が上がります。令和四年から週一回、午前中二時間ほど、禁煙・禁酒・掛け金無しの三禁主義で始め、男性四名・女性

六名で現在続けています。新聞やテレビなどで、老人クラブ、老人施設などでも楽しんでる様子を見かけます。今後この活動を通して、地域の交流を深めていきたいと考えております。(霜野 廣司)



東深井校区 畑山町寿会

畑山町寿会 健康麻雀教室

賭けない

飲まない

喫わない

参加者
募集中



健康麻雀の効能

- ・指を動かすことにより、脳が自然と活性化され認知症予防になる。
- ・卓を囲むことにより、自然と会話が弾み交流が深まる。
- ・体力をあまり使わず、脳活性化のスポーツで、集中力が高まる。

毎週木曜日 9:30~11:30

畑山町第二会館

皆さん一度見に来てください

