

SAKAI CITY
堺市

西区老連

● 編集協力 株式会社 博報社 大阪市平野区喜連西 4-6-69 ☎ 06-6797-0212 ●

第 72 号

浜寺石津校区老人クラブ連合会
浜寺校区松寿会老人クラブ連合会
浜寺東校区老人クラブ連合会
浜寺昭和校区老人クラブ連合会
向 丘校区老人クラブ連合会
平 岡校区老人クラブ連合会
鳳 校区老人クラブ連合会
鳳 南校区老人クラブ連合会
福泉校区高齢者クラブ連合会
福泉東校区老人クラブ連合会

9/26
浜寺公園
第2球技広場
103名参加

綺麗な青空の下 西区老連秋季グラウンドゴルフ大会開催



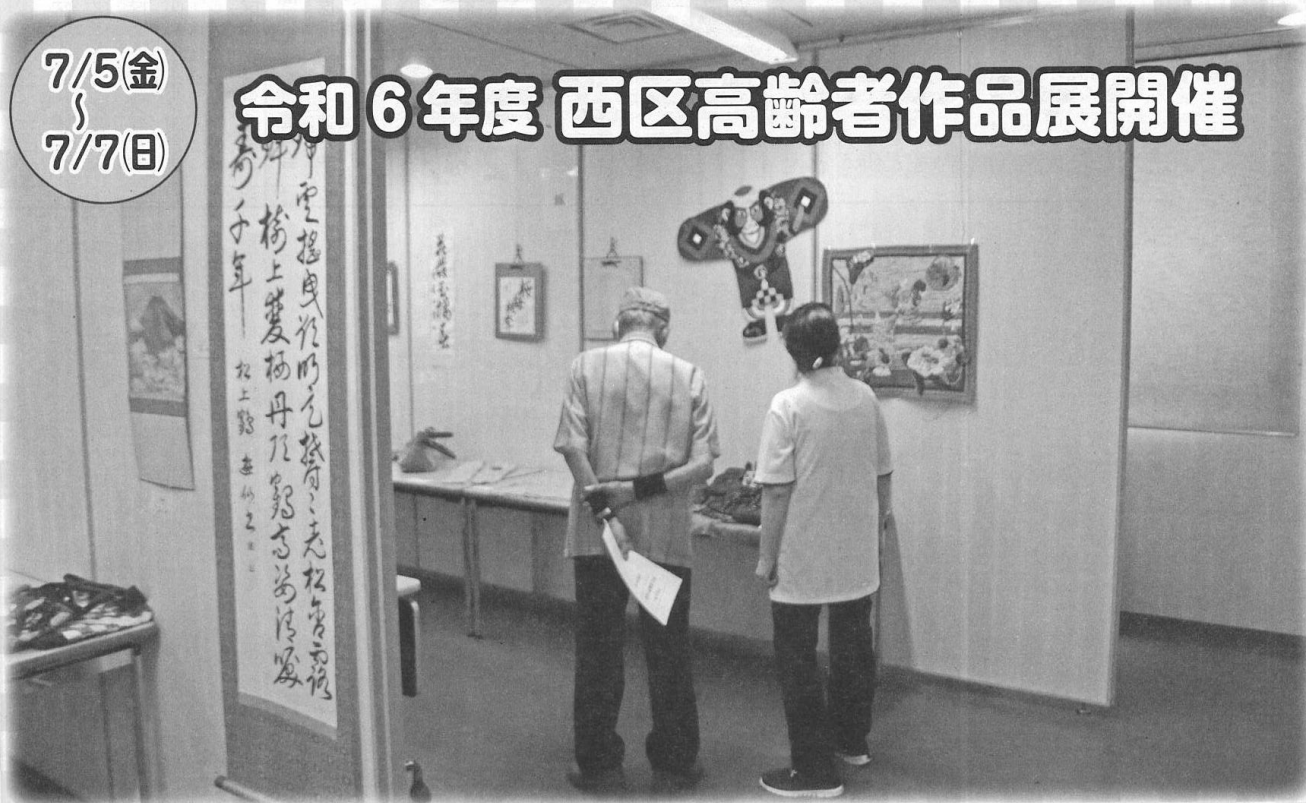
★おめでとうございます!★

大会結果 ※敬称略

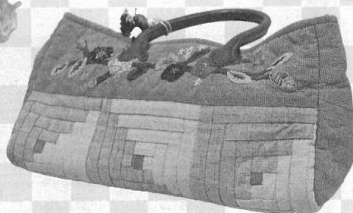
優勝 本庄 丈人(浜 寺)
準優勝 赤尾 吉徳(浜寺東)
第3位 中司 常己(石 津)

7/5(金)
7/7(日)

令和6年度 西区高齢者作品展開催



作品の一部を
ご紹介します

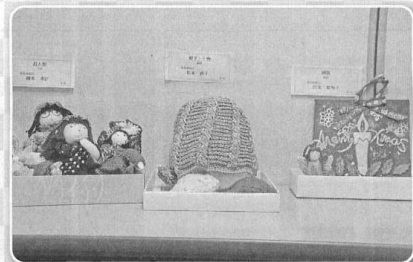
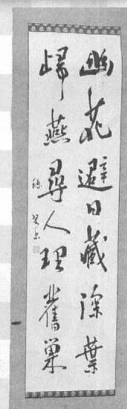


高齢者作品展

西区老人クラブ連合会

7月5日(金)～7月7日(日)、西区文化会館2階ギャラリーにおきまして老連主催の高齢者作品展が開催されました。各校区から合わせて約60点以上もの作品が出品され、見学の方がたくさん訪れていました。

校区ごとに配置された作品は、見事な作品ばかりで、来場者は「かわいいね」「よくできてるね」など声をあげていました。



投稿欄

ゴールデンウィーク

平岡校区 才木 敏彦

新緑を迎え花や緑が一番美しい季節となりました。今日は朝から気分が良い。大谷翔平がホームランを打ったからかなあ。5月3日

ループで楽しそうに話をしていた。多分地域で知り合った気心の知れた仲間であらう。

晴れ。朝から気温が20度を超え、例年ゴールデンウィークは、平戸ツツジが満開で近くの公園は賑わっているが、今年は我が家ですでに刈込を行っている。季節が変わった気がする。これも地球温暖化のせいかなあ。

歩いて5分ぐらいのところに、奈良時代の高僧行基さんが生まれた場所として、知られている家原寺がある。知恵の文殊さんとして親しまれ、入学祈願のお寺として有名である。以前は落書き寺と言って、チヨウクで本堂の壁や柱に書いて入学祈願をしていたが、今はハンカチに祈願を書いてピン留めをしている。

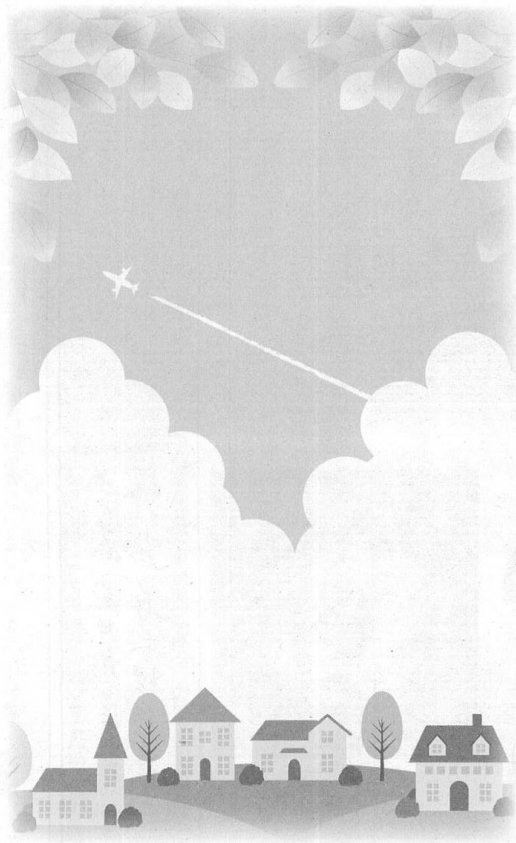
歩こう会の人達が、刈込の音を聞いて声をかけてきた。「兄ちゃん綺麗にしているね。あれは何の花？」地図を頼りに目的地を探している。十人ぐらいのグ

椅子に腰を下ろしていると、爽やかな風が頬を撫でていく、なんとも言えない

良い気持ち。モンシロチョウが目の前を飛び交う。時計を見ると5時、夕飯にはまだ時間がある。ちよっとビールでも飲みたい気分。また日が高いが、一気に飲み干す。旨い、のど越しが最高。このあと6時から阪神対巨人戦を見るだけ。

一報が入ってきた。夢ノ若が祖父の琴桜を襲名する。体も大きくなり風格が出た。早くJAPAN出身の横綱を見たいものだ。若い力士の台頭で活気が出てきた夏場所では5月12日が初日で楽しみにしている。

明日は恒例の焼肉の日、女房が握るおにぎりが好評で5合のご飯と、3キロの肉があつという間に無くなる。我々に回って来ない。これで我が家のゴールデンウィークが終了となる。



カラオケ沼にハマる

平岡校区 永井 一正

老人会のカラオケサークルに参加して7年余り、今ではすっかりカラオケ沼の深みにハマってしまいました。

カラオケの曲は、プロ歌手の音程に合わせてあり、素人が歌うと高音が出にくいのですが、カラオケマシンは曲のキーを上げ下げ調節して、誰でも無理なく歌えるようになっています。キーというのは、ドレミファソラシドの音階(これが1オクターブ)が半音12個分で構成されており、その半音1個をキーといいます。

私は地声が低いので、男性歌手の曲はキーをマイナス2か3にして歌っていました。女性歌手の曲はキーをマイナス6にしても、高音が出しづらく、またカラオケマシンでは、キーをマイナス6より下に下げることができないので、男性歌手の曲ばかり歌っていました。ところが、ある時サークルメンバーの男性1人が、女性歌手の曲をキーを上げて歌われていたので、不思議に思い聞いてみると、1オクターブ下

した。人の音感能力は不思議なもので、高音が出てくいた時は、無意識に1オクターブ下げて(即ちキーはマイナス12)発声しているのです。男でも女性歌手の曲のキーをプラス5にすれば、無意識に1オクターブ下げて、キーはマイナス7で歌っていることになりました。そのためカラオケマシンのキーはマイナス6までしかないのです。またキーをプラスにすることで、伴奏の曲調も華やかになります。おかげさまで、女性歌手の曲も歌えるようになり、カラオケが益々楽しくなりました。また歌を覚えるのも、ほとんどの曲がインターネットのYouTubeで検索すれば、ミュージックビデオが見つかるので、繰り返し聴いて覚えた新曲を、カラオケサークルで歌うのが楽しくてたまりません。



投稿欄

野良猫を減らすために。

浜寺東校区 大崎 博子

皆さんは TNR 活動を知っていますか？ TNR 活動とは、野良猫を捕獲し、避妊去勢手術を行い、繁殖を制限する活動です。

猫は 1 年間に 2〜4 回出産し、1 回の出産で約 4〜8 匹の子猫を産みます。そして産まれた子猫は生後半年ほどで子どもを産むことができます。なので 1 匹のメス猫がたった 1 年間で数十匹に増えてしまうのです。

猫が増えると、ふん尿被害やゴミを荒らすなど地域環境への被害も増えます。そうならないように野良猫

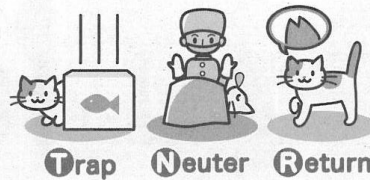
を減らすための活動が TNR 活動なのです。

TNR が終わった猫は片方の耳の先に V 字型に切り込みが入っています。切った耳の形が桜の花びらのようにみえることから「さくら耳」や「さくら猫」と呼ばれています。耳カットのある猫は繁殖できません。地域には猫が好きな人、嫌いな人、興味の無い人など思いは様々ですが、「野良猫を増やしたくない」という着地点は同じのはずです。野良猫の問題は地域全体の課題です。地域の一人一人が考え取り組むことで

解決へと向かいます。

野良猫の平均寿命は 3〜5 年ほどです。一代限りの命をあたたく見守っていただけたらと思います。

5 年後、10 年後に地域の方々と「最近野良猫を見かけなくなったね」と笑顔で話せる、そんな地域にしていけるように、これからも TNR 活動を頑張っていこうと思います。



Trap

Neuter

Return

食の思い出

浜寺東校区 岸 千紗子

私の実家は農家で、子供の頃フキが採れる時は毎日フキのおかずが続くというように、旬の同じ野菜が食卓にならび「あー今日もか」とうんざりしたものです。少子化の現代ではありえないことですが、子どもも学校を休んで出荷の手伝いをしました。

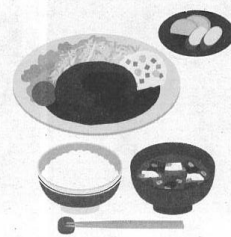
フキは 2、3 本ずつ同じような長さのものを束ねました。アクが強くて手がまっ黒に染まり、石けんを付けてコンクリートの所でこすりつけて洗いました。

高校卒業後、大阪市内で働くようになり、オフィスビルの社員食堂の焼肉定食、カツ、ハンバーグ等ハ

イカラなメニューに感動しました。レストランにいる

ような気分になりました。一方、仕事に疲れて家に帰ると完熟の採りたてトマトが氷水にわんさと冷やされていて、空腹の私は大きなトマトを見る見るうちに 5 個程平らげてしまいました。

その美味しかったこと！



投稿欄

懇親会「お誕生会を催す」

鳳校区 日谷 暢宏

お誕生会と銘うたって懇親会、映画会を6月17日、野田会館にて開催しました。
はじめに「高齢者の健康な生活」について保健所の職員さんに講演していただき予定でしたが直前に講師の都合がわるくなり、ラジオ体操のみにて、集会をはじめました。
私達は年々歳を重ねてきますと、とかく家にとじこもりがちとなり「お出かけ」がおっくうになります。が、お互い出来る限り外に出て、「出歩き」を心がけたいものです。そんな話をした後、続いてお楽しみの、懐かしの映画会、美空ひばり出演の時代劇「ひばりの捕物帖」の映画にうつりしました。前回の「悲しき口笛」、前々回の「二十四の瞳」等たいへんに懐かしく観賞させていただきました。本会での催しごとに出席してくださる方々は比較的に元気な人で、普段からお出かけ出来るように生活を重ねてゆきたいと話合っていました。もうひとつの楽しみのお弁当をいただいで催しをおわりにしました。



鳳第2老人会みつわ会 お誕生会(懇親会)

6/25(火) 浜寺校区 GG 大会を開催



6/25 日(火)、浜寺校区のグラウンドゴルフ大会を開催し、60名が参加しました。

参加者は夏の晴天の下、交流を深めながら心地の良い汗を流しました。

大会結果 ※敬称略

優勝	鳥山 昭子
準優勝	松田 郁子
第3位	木本 寿夫



会 員 文 芸

俳 句

星流る太古偲ばる島の宿
浜寺昭和校区 宇佐見茂子

短 歌

曼珠沙華赤き花群ながむれば
愛しき人の旅立ち想ふ
紅葉で染まる古寺訪ね来て
父の名刻む石仏探す
浜寺石津校区 簗内 豊美

七夕に保育園児とイス取りゲーム
恐る半分楽しき半分
浜寺昭和校区 木本 道夫

ジリジリと照るこの暑き負けまいと
予定表睨み塗りつぶす日々
浜寺昭和校区 山中 敏子

あき風にはかなく遊さし一輪の
花はいづこへ舞ってゆくやら
浜寺昭和校区 辻 光

ゴミ置場に四時十分をさす掛け時計
ガラス割れ寒の雨にうたるる
道は割れ大屋根地にふししなれるを
ドロインにて見る雪ふる能登を
鳳校区 上田 雅子

大波の寄せてとどろき砕け散る
海霧暗く立ち込む朝
一面に月見草咲く砂原の
辺りにぞありし友の家かな
浜寺校区 真鍋 泰子

海水浴次はハワイと決めている
何人連れて行ける事やら
大阪の方博それで間に合うか
出来た分まで見切り発車か
浜寺東校区 物種 唯修

川 柳

パリ五輪ドラマドラマの天こ盛り
JUDOから礼が無くなる悲しいな
泣くなウタ負ける日もある勝負事
浜寺東校区 物種 唯修

趣味の会精神鍛える人付合
夕立に八十路の吾も走りおり
デコピンも球宴参加夏旺ん
大空をカンバス見立て描く家
浜寺石津校区 手嶋喜代子

試合後は泣き声響く甲子園
浜寺石津校区 矢上 富美子

夏散歩続れるタオル水ボタリ
浜寺石津校区 露口 智子

暑い中汗かきながらみそ煮込み
浜寺石津校区 大川内和美

川遊び孫とプカプカ浮き輪持ち
浜寺石津校区 脚ノ 眞弓

夏至の朝羽根のつくろい鴨や二羽
浜寺石津校区 浜川スツ子

暑すぎる息をするのもああしんど
浜寺石津校区 西川美恵子

犬の足やけどしそうな散歩道
浜寺石津校区 前田 信子

子猫ちゃんコラ〜と声かけにらまれた
浜寺石津校区 月本富士子



第19回 浜寺4校区ディスコン親睦大会



9月7日(出)、浜寺石津ス
ポーツ道場において第19回
ディスコン親睦大会を開催
しました。

今回から浜寺東校区も加
わり、10チームによるトー
ナメント方式で熱戦を繰り
広げました。

総勢49名の参加者で、結
果は次のとおりです。

優勝、浜寺石津Bチーム、
準優勝は浜寺昭和Aチーム、
第3位は浜寺東と浜寺Aの
2チームとなりました。



優勝した浜寺石津Bチーム

当日は残暑厳しい午後の
試合でしたが、道場内は冷
房も効いており快適にゲー
ムを楽しむことが出来まし
た。今回初参加の浜寺東チ
ームの大奮闘が光りました。

第15回 浜寺4校区カラオケ大会 6月4日(火)浜寺船尾会館大ホールで開催

6月4日(火)、浜寺船尾会館大ホールにおいて浜寺4校区による第15回カラオケ大会が開催され、約80名の出演者が熱唱を繰り広げました。

まずは4校区代表者がステージに登場し来場者にごあいさつ。大きな拍手沸き起こる中、各々が一曲披露して大会のオープニングを華々しく飾りました。

ステージには「天城越え」や「お富さん」といった名曲を引っ提げて、校区自慢のカラオケ名人が次々に登場。客席からも「良かったよ」「待ってました」など、大きな声援が送られました。

当日は午前の部、午後の部ともに満員御礼状態で、出演者・観客がまさに一体となってカラオケ大会を大きく盛り上げました。



◆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。

西区老人クラブ連合会

◆原稿募集

本紙では会員皆さまからの投稿を募集しています。クラブ活動報告の他、随想、紀行文、体験談、文芸作品(俳句・短歌・川柳)などお気軽にご投稿ください。また、写真などの資料があれば同封ください。

次号発行は4月のため、原稿締め切りは2月28日といたします。原稿には、お名前、電話番号、堺市西区〇〇校区と必ず明記してください。

【投稿先】

左記の宛先まで、もしくは各校区の校区長を通じてお送りください。

〒547-0026

大阪市平野区喜連西4-6-69

(株)博報社『西区老連すこやか老友』編集係

☎06-6797-0212

FAX 06-6797-0481