

<満席>300名の熱気あふれる！

盛大に南区老連「第42回演芸大会」開催

10校区から38組、153名が出演

泉北老友

発行所
堺市南区老人クラブ連合会
発行責任者 米本清行
新樟尾台4-14-15
TEL.(072)298-7920

編集・印刷
シルバー新聞社
TEL.(06)6762-3746

*次回発行は2025年10月1日です。原稿は7月31日頃までに各校区編集委員まで提出してください。期日に遅れないようお願いいたします。

演芸大会実行委員長 酒井基司



米本清行南区老連会長のあいさつ
されました。
今大会も会員皆さんのご協力で、熱気あふれた素晴らしい大会になりました。

11月22日(金)、ファイ
ンプラザ大阪大ホール
において堺市南区老人
クラブ連合会主催の第
42回「演芸大会」が満
席300名で盛大に催
された。
セレモニーは山下康
子さん(庭代台)の総
合司会でスタート。酒
井基司実行委員長の開
会宣言、米本清行南区
老連会長の挨拶で始



熱気あふれる「第42回南区老連演芸大会」



最高齢の出演者を特別表彰

最高齢の出演者を特別表彰
た。
皆さんを楽しま
せてくださいまし
なり、最後まで
こもった大会と
一体となって熱
者として観客とが
多々あり、出演
離れの演技も
発揮され、素人
の成果を存分に
153名の出演
者が日頃の練習
区から38組総勢
だれ等々、10校
合奏、南京玉す
話術、ウクレレ
モノカ演奏、腹
リナ演奏、ハー
ンド演奏、コカ
謡、太極拳、バ
ンド演奏、民
歌謡曲、コーラス、民



り、中山真裕美南区
長、辻洋児堺市フェニ
ックスクラブ(堺市老
連)会長からの祝辞に
続き、来賓紹介の後、
コーラスで出演される
最高齢96歳の井上和子

10時の開演で、中野
美智代さん(城山台)
と井藤由紀子さん(御
池台)の2名の素晴らしい進行司会で演芸が
始まりました。
今大会の演目は第1
部(午前)、第2部
(午後)で構成され、
歌謡曲、コーラス、民



南区老連演芸大会

南区老人クラブ連合会の 2025年度の始動に当たって

堺市南区老人クラブ連合会会長 米本 清行



今年も春の到来に合わせて、職場、学校、地元の各種クラブ・サークル等では新しい年度が始まりました。毎年、この時季、日本では、入社、入学、転勤、転居等の季節でもあり、多くの人は、満

開の桜の下で気持ちを新たに新年度を迎えます。
会員の皆様におかれましても、陽春の季節を迎えて、お健やかに過ごしのことと拝察いたします。
2024年度の南区老人クラブ連合会の運営、活動にご支援、ご協力を賜りまして、誠にありがとうございました。お陰様を持ちま

して、南区老連では年初に計画致しましたグラウンドゴルフ、ディスカン、旅行、囲碁・将棋、演芸大会、泉北老友発行、女性部活動等さまざまなスポーツ・文化活動を予定しております。
南区老連では、2025年度も引き続き種々のスポーツ・文化活動の行事・イベント等を

計画していますので、会員の皆様のご参加をお待ちしています。
ところで、2024年に国内で生まれた日本人の子どもの数は68万7000人と推計され、70万人を下回る見込みで、統計開始以来、過去最少を更新する見通しとされています。
2年前の2022年に出生数が77万7000人となり、初めて80万人を割ったばかりで、正に少子化に歯止めがかからない状況となっています。
一方、2024年における我が国の65歳以上の高齢者は、362

5万人で総人口の29・3%と過去最高となっており、高齢化が続いています。
更に堺市南区全体では、高齢化率は35・3%で、全国レベルより顕著に、少子高齢化が加速的に進んでいます。
このような状況も反映しまして、南区の老人クラブでは数年来、会員の高齢化、会員数の減少、若手会員の加入、役員の後継者不足等の課題を抱えています。
このように状況も反映しまして、南区の老人クラブでは数年来、会員の高齢化、会員数の減少、若手会員の加入、役員の後継者不足等の課題を抱えています。

少しでも改善して、多様な価値観に対応した新しいスタイルの老人クラブを目指して行ければと考えています。
また、このたび堺市フェニックスクラブから報告されました単位老人クラブ・校区老人クラブの活動実態のアンケート結果、活動事例等も参考にして、これらの懸案事項に南区老連役員一同、力を合わせて取り組んでまいりたいと思います。
本年度も引き続き会員の皆様のご理解、ご指導をよろしくお願い申し上げます。

新年度トスターのごあいさつ

みまもりあいにご協力を!

堺市南区長 中山真裕美



春の暖かさを感じる頃となりました。南区老人クラブ連合会の皆様におかれましては、平素より区政の進展にご理解、ご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

さて堺市では、認知症高齢者等が行方不明になった際の早期発見につなげるため、「みまもりあいステッカー」を活用して高齢者を見守る「堺のみまもりあい事業」を昨年9月よりスタートしています。
行方不明の方を発見

した時の流れは次の通りです。
①行方不明者を発見した方がステッカーに記載されたフリーダイヤルに電話
②ステッカーに記載されているID番号を入力
③ご家族があらかじめ登録した電話番号に発見者からの電話が転



<みまもりあいステッカー>



みまもりあいアプリ



iPhone



アンドロイド

送(非通知)

④発見者ご家族が直接話せます。
また「みまもりあいアプリ」を活用することで検索依頼が簡単に

でき、早期発見にもつながります。
「みまもりあいアプリ」は年齢・職業に係なくどなたでも登録いただけます。登録は無料で個人情報を入力

は不要です。
「みまもりあいステッカー・みまもりあいアプリ」の申し込みは上図からのダウンロードです。
地域のつながりがより一層強く求められる今日、地域全体で認知症高齢者等の見守りを行うことをめざし、広く地域の皆様にご協力

最後になりましたが、貴連合会の益々のご発展と皆様のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げます。
させていただきます。

堺市南保健センター

運動習慣、見直そう

1日6000歩以上歩いて健康維持！

座りすぎを避ける

過ごしやすい季節になってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

この春、健康を維持するために「運動習慣」を見直してみませんか。

厚生労働省が公表した「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」では、こども・成人・高齢者のそれぞれの身体活動・



健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023

度の活動を1日40分以上行う(1日6000歩以上に相当)。

安全に配慮し転倒注意

トレーニングを週2〜3回行う。

▼スクワットや腕立て伏せなど、できることから始めてみましょう。

これらに満たなくても、今より少しでも体を動かすことが大切です。

個人差もあるため強度や量を調整し、可能なものから取り組んでください。安全に配慮して転倒には要注意です。

体力のある方は「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」を参考に、成人と同量の身体活動・運動を目標にしてみてください。

健康応援講座にご参加を

南保健センターでは、さまざまな健康を応援する講座を行っています。広報さかいに掲載しますので、是非ご参加ください。

ラジオ体操はおすすめ

できることから始めてみる

体を動かしましょう。
△ポイント②V歩行やそれと同等以上の強

△ポイント①V座りすぎを避け、今より少しでも多く身体を動かす。
▼テレビの前でじっとしている時間が長い方は、意識して身

堺市社会福祉協議会南区事務所

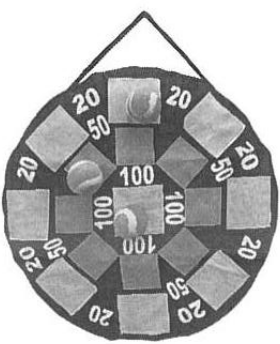
レクリエーショングッズ レンタルやっています！

堺市社会福祉協議会南区事務所では、子どもから高齢者まで、みんなが楽しく交流できるレクリエーショングッズの貸し出しを無料で行っています。体を動かしながら楽

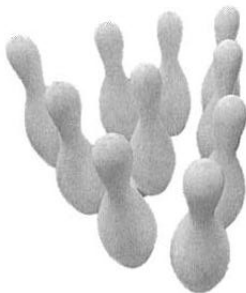
しめる軽スポーツや、脳トレにもなるカードゲームなど多彩なグッズをそろえています。普段の老人会活動やイベント等でぜひ活用ください!!

貸出期間は原則1週間、非営利の活動に限ります。
△お問い合わせ・申し込みV
堺市社会福祉協議会南区事務所 地域活動推進係(☎072-295-8250)

ボールダーツ



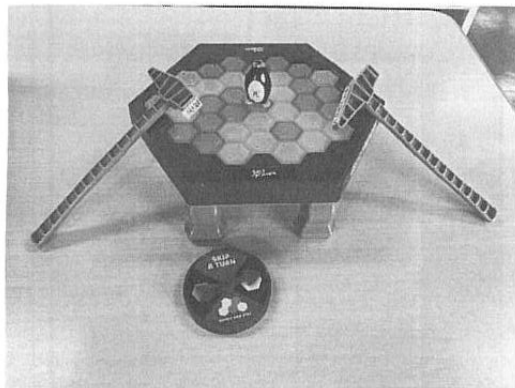
ソフトボーリング



ユニボッチャ



ペンギンをすくえ! アイスブレイカー



ジェンガ



△貸し出しグッズの一例V

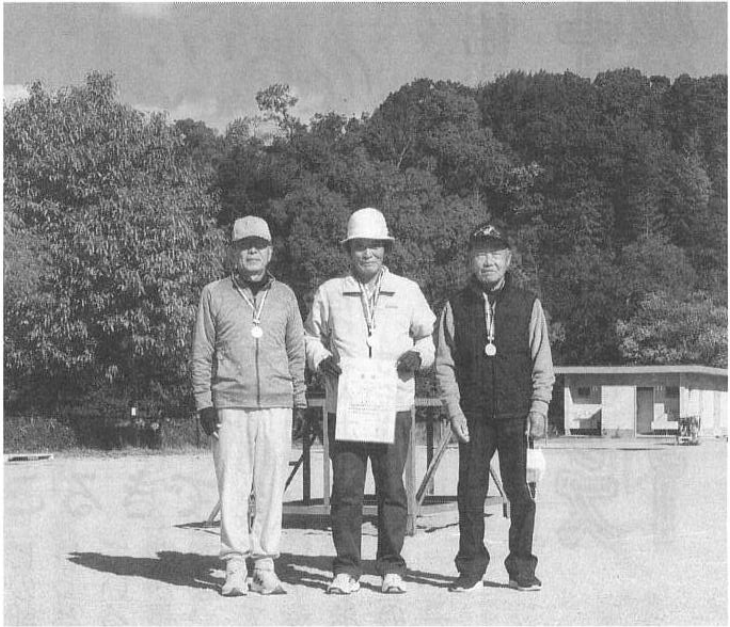
堺市民オリピック開催

美木多校区C GGで栄えの金メダル

美木多校区 西 上 義 次

10月中旬とはいえ残暑の厳しい令和6年10月14日、第50回記念堺市民オリピックが開催され、グラウンドゴルフ（GG）競技が「Jグリーン堺」で行われました。

この大会は団体戦で3名の成績の合計で順位を決め、試合は校区単位174チーム522名参加で、3コートに分かれて行い、コート別に成績が決まります。



グラウンドゴルフで見事金メダルを獲得

各地区から予選を勝ち抜いた強豪ぞろいのなか、美木多校区からは3チーム（A・B・C）が参加し、Cチ

ムが見事優勝しました。メンバーは
矢島正俊氏 85歳
八田忠一氏 83歳
梶並利光氏 78歳



少しでもポイント近くに投げる

何度も優勝しています。数年前は地区代表として近畿大会にも出場している強者です。

八田氏はGG歴15年。美木多大会、南区大会優勝経験者で、静かに闘志を燃やすタイプです。

梶並氏はGG歴6年、美木多大会では何度も優勝、南区大会では常に上位争いをしています。

日ごろ経験のないサッカーグラウンドの人工芝での対戦で、ボールの転がりの違いもあり苦戦を強いられました。百戦錬磨の3人は物ともせず、チームワークで他を圧倒し金メダルを勝ち取りました。

3人合わせて246歳、今回のオリピックで連覇を目指します。ちろん、南区大会では

泉が丘東校区 服部 洋和

4時間の熱い闘い展開
南区囲碁・将棋大会開く



囲碁大会の一幕

令和7年1月12日（日）、泉が丘市民センターにおいて

令和6年度南区囲碁・将棋大会が行われました。

参加者の皆さんは日ごろ鍛えた実力を発揮し、4時間にわたる熱戦が繰り広げられました。成績結果は次の通りです。

校区も減少し高齢化が進み、参加希望者も減少したため、囲碁の部10名、将棋の部8名となり、ややさびしい大会となりました。

第5回南区長杯デイスコン大会

熱気あふれる大会に

美木多Aが見事優勝

泉が丘東校区 服部 洋和

令和7年1月30日（木）、鴨谷体育館で第5回南区長杯デイスコン大会が開催されました。寒風の中、元気に参加された16チーム総勢65名。

日頃の練習の成果を大いに発揮され熱のこ

もった戦いで、大変盛り上がりしました。

3時間に及ぶ熱戦の結果、優勝は美木多A、第2位は新檜尾台C、第3位は宮山台B、第4位は庭代台Aになりました。

成績表

【囲碁の部】			【将棋の部】		
順位	氏名	校区	氏名	校区	
優勝	山田晃嗣	福泉中央	寺本隆治	泉が丘東	
準優勝	徳山勝弘	城山台	寺井 稔	城山台	
第3位	宮本重儀	城山台	辻盛義三	泉が丘東	
第4位	落合定彦	城山台	山中 彰	泉が丘東	
第5位	服部洋和	泉が丘東			

校
区
リ
ポ
ー
ト

やってみよう昔の遊び

小学一年生と楽しく交流

上神谷校区 八田 忠 敬

1月21日、上神谷小学校1年生と上神谷敬人会(老人クラブ連合会)が昔の遊びを通して交流しました。

はじめに女性部会(中條厚子会長)から心を含めて縫った雑巾

を学校に贈りました。遊びは、どんぐりコマづくり、けん玉、コマまわし、紙風船、だまの遊びもあり、少るまおとし、おり紙し難しいところは会員と一緒にチャレンジす(紙ひこうき、紙でっぼう)、あやとり、坊主めくりなど各グループもこども時代にもど



おわりに女性部会が



小学一年生となつかしい昔の遊び楽しむ

頑張ろう
おれたち 負けるなシニア

私たちは決して一人じゃない

城山台校区 今 井 好 隆

直近の統計で約3650万人いるといわれる高齢者。そのうち30%以上が孤独や孤立を感じているといわれ、大きな社会問題になっている。その原因は家族や地域とのつながりの希薄化、

ぐには、地域とのつながりや、できるだけ多くの人のふれあいを大切にするのが重要だといわれている。

例えば、地域コミュニティや高齢者グループ活動への参加は孤立感の軽減だけでなく、緊急時の助け合いにもつながる。また、高齢者向けの趣味のサークルやボランティア活動への参加も効果的で、同じ趣味や志を持つ人たちの交流の場となる。



生き生き楽しく行事に参加するシニア

生きがいや人とのふれあいの減少などが考えられる。

孤独はまだしも楽しむことができないが、孤立となると事態は一層深刻で悲惨だ。高齢者の孤立を防ぐために、高齢者がこれらの活動に参加し、他人とふ

れあうことで生きがいを見つけ、心身ともに健康な生活を送ることができる。つまりは孤立を克服することができるのだ。

わたしも70歳を過ぎたところから無性に孤立感に襲われることがあり、これはヤバイとスポーツクラブ、趣味のサークル、ボランティア団体などで活動してきたが、今ひとつ物足りなさがあった。

そんな時、「老人会と違います、シニア会です」の文字が目に入った。地域のシニア会への勧誘チラシだった。

老人会が高齢者の孤立解消の受け皿になっていることは十分承知していたが、わたし自身どこかに老人と呼ば



れたくない自分がいて「老人」という言葉にこだわりのもあって、会への参加を躊躇していたが、このキャッチフレーズに背中を押された気がして、思い切っ

て入会を決断した。

シニア会にはわたしが期待した通りの世界だった。先日の八風の湯での新年会や毎年の日帰りバス旅行をはじめ、数々の行事は本当に楽しく、いつも参加者たちの生き生きとした姿に感動させられる。

孤立を感じはじめていたわたしは、会の仲間とのつながりや、ふれあいを通して確信する。「わたしたちは決して一人じゃない」のだと。

私たちにとっても、こどもたちからいっぱい元気をもらった1日となりました。

レゼントし、一緒に「幸せなら手をたたこう」を歌って閉会となりました。

また会う日まで健康に

淡路島へ「新春恵方参り」

福泉中央校区 谷口 光男

今年の恵方は西南西、そこで淡路島の淡路国一宮の伊弉諾神宮へ参拝。駐車場から平坦な道で距離もなく、各自思い思いに御朱印拝受や参拝。ただ本殿が工事のためにテントで見えず残念でした。

次に行ったところは洲本八幡宮。こじんまりしていましたが風格ある神社でした。そして待望の南あわ



南あわじ休暇村で豪華な昼食を満喫



日本最古の神社、國生み神話に登場

我が家の庭には、前の住人から引き継いだ桜の木があります。今では50年を経た大木です。

桜といえば、春と秋には虫が付き、晩秋には大量の落ち葉です。この桜が面倒に思え、持て余して

物、家族や孫たちへのお土産をどっさり。無料のコーヒーマシンも出発。

一年でも長く花見したい

かつては厄介者の桜の大木が…

庭代台校区 峯 近 和 子

いました。花を見て楽しむような気持ちにもなれず、別の木に植え替えしてしまおうかと思案しているうちに何年も経ってしまいました。

ところが、コロナの流行により外出が制限された日々、庭の桜を楽しむ余裕と時間が私にも出来ました。また、流行が治まり、戸外で花見でもしようと友人が訪ねて来てくれたことがきっかけで、「花見の会」を

息子家族に深く感謝…

私の幸せな毎日の拠り所

美木多校区 檜 本 三 重 子

めぐり来る1月2日は私の誕生日で、今年も東大阪に住む次女家族が祝いに来てくれました。

子や孫達が大好きな海老フライをいっぱい作っておもてなし。すき焼きは娘が料理から片付けまでしてくれて、楽をさせてもらいました。その後、大きくなった雑木を2人の孫に、6〜7本切ってもらい、指示するヨタヨタ歩きの私の手を引いてくれ、成長した孫の姿が嬉しいです。夕

方はケーキと私を囲んで、ベースデーの歌を6人が元気よく声をそろえて歌ってくれて、感無量でした。こんな幸せな毎日を送れるのは、大阪市内に住む息子家族の存在があつてのこと。

自分の楽しみであるスキーやテニスを割いて、毎週一度の買い物や、夫の医院行きの送迎、家の中の気付いた所の手直しをしてくれて、大変助かっていきます。例えば夫が言語障害

になってきた頃、高校生になったばかりの孫娘がいち早くテレビで見たと、文字表を丁寧に手書きで作り、空いたマスには動物や花を書いて2枚作ってくれて、感心しました。その孫娘も今では医療大学で学びながら、バイトや友達との交流で忙しくしている様子。その弟も今年から大学生になり、私共の体調を気遣う心優しい手紙をくれます。嫁の計らいで時々、米や菓子箱を持ってきてくれ

るのでありがたいです。買い物から家に着くと、すぐ横になる私ですが、1月のある日、天気も良く暖かく、ヨタヨタの足で笹切りしていたら、息子も手伝ってくれ、落葉もかき集め、3袋できた事を「お手伝い出来て良かった」と、ことのほか喜んでいて私も嬉しく、息子が来た時は「率先して作業を始めろぞ!」と意気込む私です。

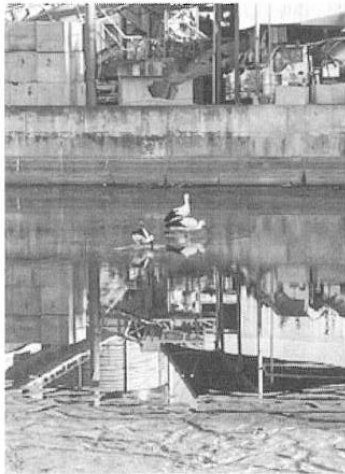
最近、泉北一帯で猛威を振るっているクビアカツヤカミキリから桜の木を守るには、どうしたらいいかとハラハラしながら過ごす毎日です。1年でも長く、花を咲かせてほしいと願っています。

豊岡からはるばる遠征？

南区の池にコウノトリ来たる

福泉中央校区 谷 口 光 男

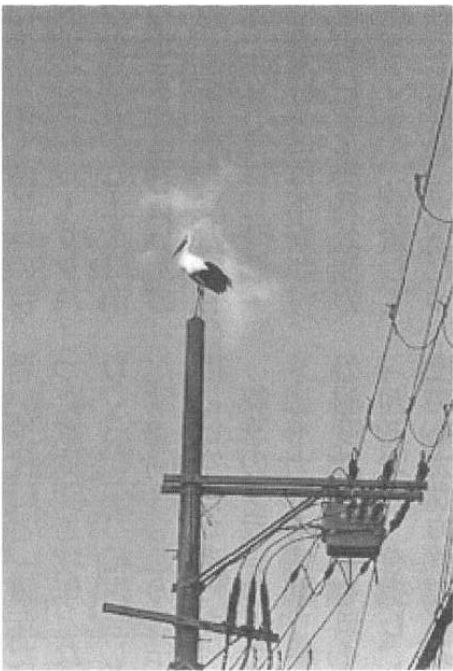
十二月六日、いつも
のように見守り隊から
帰る時、近所の人が
「コウノトリ」が来て
いるよ！と言つので尾
知濃池に行きました。
池は水が抜かれて中
央部のみ水たまりで、
そこに「コウノトリ」



が四羽かたまって浮か
び、なかの二羽は少し

小さめ、そこ
で約五分ぐら
い見学、スマ
ホで撮影。ア
オサギが近づ
くと「コウノ
トリ」は急に
飛び立ちまし
た。
その一羽が稲葉の電
柱にとまり、まわりを

睥睨するように20分位
滞在、双眼鏡でも足羽
の色も確認できず、そ
のうち飛び去りまし
た。



電柱からあたりを睥睨するコウノトリ

十二月十日、再度見
に行くこと三羽が餌をあ
さつていました。豊岡
コウノトリ郷公園から
は、直線距離140
キ、ニースでは淡路
島に自然繁殖したとか
？ 淡路島なら60キぐ
らい、周辺の人は約一

阪神淡路大震災30年に思う

美木多校区 檜 本 隆

これまで震災の教訓
をすっかり忘れていた
朝のことでした。

その頃は新聞の配達
をしていたので、新聞
の置場に着いたと同時
でした。

目の前に電車の高架
があって、あの大きな
コンクリートの柱がな

んと、上下に大きく揺
れていたのにビックリ
した。あ！、橋が落ち
る！ と思ったほど、
あの高架部分が揺れま
した。

すぐに止まったので
ホッとして車を走らせ
ました。

配達は1時間余りで

その娘も、今は2人
の子どもの世話で毎日

終わって、家に帰って
からテレビを見ると、
なんと鉄道が全部止ま
っているとのこと。娘
に聞くと「出勤する」
と言つので、電車が動
いている阪和線の鳳駅
まで送って行った。

その娘も、今は2人
の子どもの世話で毎日

子どもは風の子、遊びの子 子ども達と「むかしあそび」

美木多校区 小 林 孝 二

週間見たそうです。冬
本番の心温まる光景で
した。

「尾知濃池」は稲葉

1丁のため池、生コン
が北側にあり、東に竹
藪がある福泉高校の通
学路です。

ラフープ、あやとり、
けんだま。

私たちも学校が終え
れば皆で暗くなるまで
遊んだことを思い出し
ました。今の子どもた
ちにとっても、このよ
うな遊びが新鮮だった
のか、夢中で楽しんで
いました。

子どもたちの動きを
見るにつけ、手足、か
らだ、全身を駆使して
成り立つ「遊び」だっ
たことに気づかされま
した。

昔の遊びというもの
が成長盛りの子どもた
ちにとって知、能、体
の全面的な発達につな
がると思います。かつ
ての大人たちと子ども
たちによって考え抜か
れたものであったんだ
な、と痛く感じ入って
しまいました。

このまま埋もれさせ
るのはもったいない。
地域の「文化遺産」と
位置づけ、伝承してい
く値打ちがあるように
思います。

★【デジタル】、【アナ

ログ】両方が大切
スマホ、ゲーム、デ

ジタル機器、知識偏重
という傾向が問題視さ
れている昨今、それこ
そ子どもたちが時間の
たつのも忘れ、皆で全
身を使って「遊ぶ」こ
のよう「アナログ」

体験こそ、子どもたち
の日常に求められてい
るように思います。

★【人形】は子どもの
永遠の友

そして、終わりのセ
レモニーでは、ご存じ
わが老人クラブ会長・
酒井さんによる「腹話
術」クリちゃんの登場
です。子どもたちは一
瞬のうちにクリちゃん
と友達に。全員の目が
輝きはじけます。クリ
ちゃんとハイタッチで

全員が喜び
の笑顔でお
別れの挨拶
です。

やはり昔
も今もこれ
からも、人
形は子ども
たちの永遠
の友。素敵
な時間を小
学生の皆さ
ん本当にあ
りがとう。



1095 回目の海外オペラ公演

米寿のリサイタルに挑戦

乾季のブラジルで声帯が悲鳴

赤坂台校区 田 中 公 道

一日20度の気温差に苦しむ

2024年7月末、自宅を出て南半球の目的地ブラジル・サンパウロ州カンピーナス市のホテルに到着したのは42時間後だった。日本との時差は12時間、87歳の私には不安が付きまとった海外公演の旅だったが、到着してみると意外と平気だったことに安心した。

サンパウロ市より96キロ北に位置するカンピーナス市は季節的には冬だったが、日中の街は半袖だった。世界中でCOVID-19が蔓延していた時期、カンピーナス市もこの5年間の空白は大きく、建物は同じでも営業種目が代わっていたし、かつて滞在したホテルも常用していたスパーもなくっていた。私たちの5年間にはあまり変化を感じなかったが、ブラジルで私

ナス市に。その同じ日に開催されていたカンピーナス市の「日系ブラジル日本祭り」イベントは、夜に開催だったことから送迎関係者から急ぎよオファーされて歌うことになり、飛び入りで5曲を歌った。

日本祭り来場者の約80%が情熱的なブラジル人で、イベントは常に聴衆の喝采で盛り上がり、ポピュラーな舞台で私の歌も大きな喝采を浴びて、つい熱唱し過ぎて声帯が気候風土に慣れる間もなくのダブルヘッダーは、私の声にダメージとなった。

今回5年ぶりとなるブラジル人歌手と共演の「オペラコンサート」では、難易度の高いオペラアリアをプログラムに組んで87歳と

めて”など、自分で組んだこのプログラムを歌いきれるのか、針のむしろを踏む思いでスタートしたコンサート



た。この体験から、今回それ以後のブラジル人ピアノストと共演するカルロス・ゴメスのオ

ペラコンサートや野外コンサート、ベルディの「オテロ」、オテロの登場からオテロの死までの4曲のアリアと、アンコールの「カ

タリ」などは、ピアノストに私のYouTube動画で伴奏合わせをして頂き、私は声の休養を取った。ぶ

つつけ本番で臨んだ

コンサートは大成功だった。

海外でのリサイタルやコンサートは何でもありだし、リサイタルのプログラム曲のトッ

訪伯23回目で、10回のコンサートが無事消化

最後に訪伯か？

今年88歳を迎えた私に、米寿のリサイタルやコンサートの出演依頼が沢山あり、今も喜びに溢れているが、乗り越えなければならぬ老化の問題や、声と高音の進化がなければ前に進めない日々

泉北老友文芸サロン

短歌

▽福泉中央校区 山本喜恵子
▽父親と縁短かきわが息子
晴れて今日花嫁の父となり
▽孫娘今日はめでたい門出だよ
良き人との縁吾は嬉しき

▽福泉中央校区 田中 高子
▽春もえる色をもとめて季節をまつ
この身にしみる寒さ忘れし
▽けんかしてだまってテレビ見る二
人そんな姿もいまはなきかな

▽福泉中央校区 横道シゲ子
▽孫・ひ孫揃ひて祝うお正月
しっぽ振り振りうなずくワン公

▽福泉中央校区 辻田 尚美
▽雲間より射しくる光さざ波に
消えては光る紀伊の海原
▽海南の漆器の名所訪ね来て
蒔絵の盆に吾も一筆

▽福泉中央校区 大仲美智子
▽老ふたり湖東三山紅葉狩り
紅葉黄葉にただただ頷く
▽セコガニを姿のまんまお味噌汁
厨にふわふわ「香住」の香り

俳句

▽新檜尾台校区 国重伸子
冬晴れや手かざしてみる南大門

▽美木多校区 山崎 正子
とんと祭福ぜんざいや親子笑み
富士山や緋色の頂きフロント越しに

上神谷校区 片山 茂
お正月新春迎える松かざり
春の庭芽の出る音に耳すます

▽福泉中央校区 谷口 光男
お年玉満面の笑み孫の手に
初夢や孫と釣りたい大鯛を

川柳

▽福泉中央校区 (私、看護師です)
名女優姓名は同じでも似る訳ない!!

▽庭代台校区 小田 健一
①一〇三代「一〇三万円の壁」厚し
②初夢で一フジ見たか惨「中居」
(注)
①石破首相②一富士二鷹三茄子

▽美木多校区 山崎 正子
包丁で指の皮削ぐ日々通院
浜名湖のうなぎパリパリひと思つく

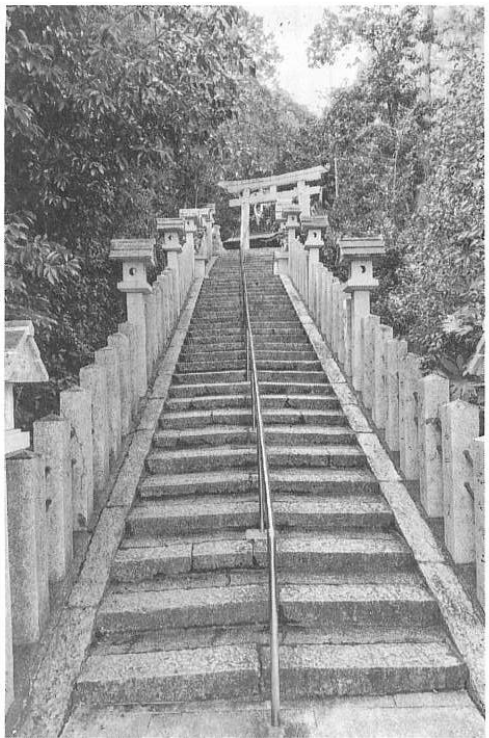
五行歌

▽竹城台校区 濱口 邦子
宇寅に舞う
ハンドル 車輪
右に左に
自転車に乗れない者の
輪舞曲

▽ボン、チー
東南西北
目の前を牌が飛ぶ
天鷲絨色の
爪の輝き



新檜尾公園



美多彌神社

意外に知らない暦の話

7月1日は「童謡の日」

高齢者の健康増進にも

7月1日は「童謡の日」
とどこで童謡が「昔ほど歌われていない」と言われて久しいです。多くの名作童謡や童謡を生もの語らいが増え、表

記念日には各地で童謡コンサートも開催されます。
詩情あふれる美しい童謡を歌いに、家族と、あるいは友人と一緒に出かけしてみたいかがでしょう。

編集後記

「泉北老友」をお読みいただきありがとうございます。
今年の正月三が日は晴天の穏やかな日々でした。昭和の年号では、節目の昭和100年です。また、世界的イベントの大阪・関西万博が4月13日から184日間、大阪夢洲で開催されます。
幸多き、良き年となるよう祈りたいと思います。
私は昨年度から、「泉北老友」の編集委員を担当しており、今回3回目の編集にあたりました。
スタートは老人クラブの会員さんに原稿をお願いし、集まった原稿を編集する新聞社の担当記者と打ち合わせの上、校正刷りをし、編集委員12名の編集会議にかけ、各委員が担当文章の校正を述べ、最後に、広報誌には全国新聞を始め地方誌、公共誌、自治会誌等、各種の印刷誌が届きますが、私達老人クラブ仲間の「はがらか塚」「泉北老友」は身近な情報交流誌です。お互いの情報共有できる内容で、有意義な広報誌だと思っています。
今後ともよろしくお願いいたします。
(城山台校区・野中 大成)

人生100年時代!

あなたも老人クラブへ参加しませんか

老人クラブでは趣味を通じた生きがい活動や高齢者が相互に支え合う友愛活動、子供たちの見守りや交流活動、さらに高齢者ならではの伝承活動や美化活動など、地域を豊かにする社会貢献活動にも取り組んでいます。
私たちは、一人でも多くの皆さんに「老人クラブ」を知って頂き、活動の輪に参加して頂くために会員増強運動を推進しています。

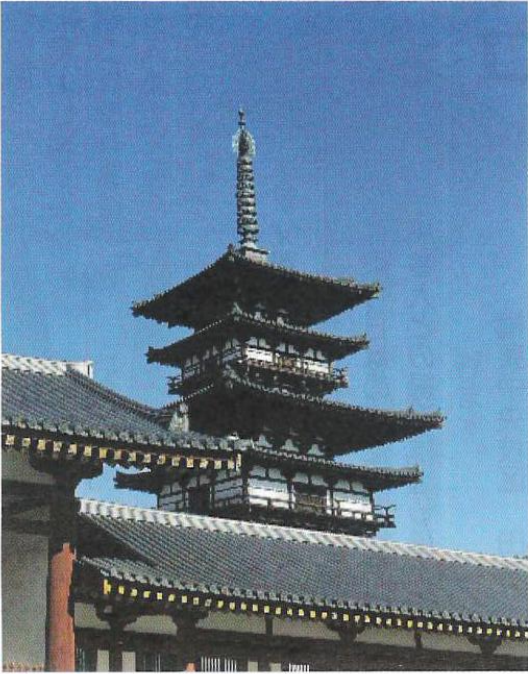
ご協賛各位への御礼

「泉北老友」の発刊につきまして多大なるご支援、ご協力を賜りましたことを、心より厚く御礼申し上げます。
堺市南区老人クラブ連合会

功德頂き心地よく疲れて

奈良の世界遺産へ日帰り旅行 泉が丘東校区 鴨田俊彦

最初の参拝先、薬師寺・東塔



恒例の日帰り旅行が快晴の12月2日に実施された。各地域の老人会が4台のバスに分乗し、泉北ニュータウンを出発。阪和道の堺インターチェンジから西名阪の郡山インターチェンジを出て、先ずは世界遺産の一つ、薬師寺に向かった。

車中では「奈良の世界遺産」についてガイドさんからレクチャーを受ける。古都奈良の世界遺産は、東大寺・興福寺・唐招提寺・薬師寺・元興寺・平城京跡・春日大社・春日山原始林の8つから構成されることをクイズ形式で学習して、先ず最初に参拝したのが「ゆく秋の大和の国の薬師寺の塔の上なるひとひらの雲」(佐々木信綱)



法隆寺・五重塔と金堂



薬師寺・金堂

癒のために造られ、薬師如来を本尊としたこと、幾たびもあった兵火に多くの伽藍が消失したが、唯一兵火を免れたのが「東塔」(国宝)であることなど、時に伽藍は「がらん」としているから伽藍」というなど巧みな話術で話してくれた。その後は自由到大講堂・金堂などを見学した。昼食は奈良公園そば

で知られた「薬師寺」。到着早々「お説教」を聴くことになったが、お坊さんは薬師寺が天武天皇の皇后(後の持統天皇)の病氣平

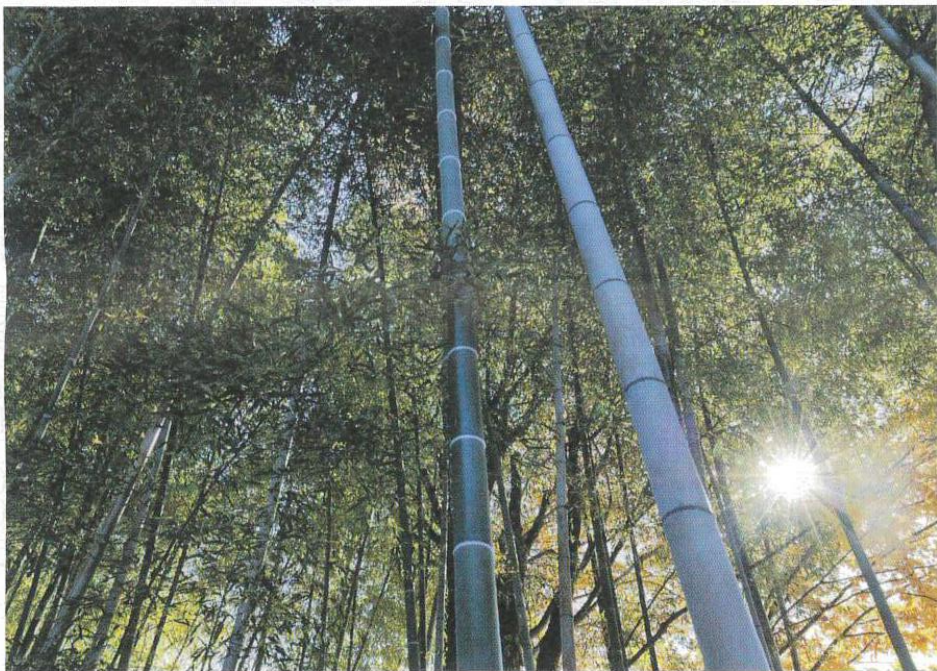
の「なら和み館」で摂り、お土産を買ったりして楽しんだ後、「柿くへば鐘が鳴るなり法隆寺」(正岡子規)の法隆寺へ向かった。

法隆寺の南大門でグループごとに記念写真を撮った後に門をくぐり、ガイドさんの説明を聞きながら参拝。昔日の教科書で習ったこ

とを思い出しながら、聖徳太子の建立した世界最古の木造建築が現在まで残っていることに感動しつつ大講堂・金堂(釈迦三尊像)・大宝蔵殿などを順次拝観した。特に大宝蔵殿では「救世観音像」「玉虫厨子」などを合掌しながら観ることができた。

薬師寺・法隆寺とも広大な伽藍で歩き疲れた感があったが、功德をいただいた心地よい疲れで帰途についた。何よりよかったのは、12月とは思えない暖かさで、しかも快晴であったこと。ただ一人の事故もなく、杖や義歯の忘れ物もなかったことであった。

春の気配に心躍る



南区老連日帰りツアー

法隆寺参道の竹林に一点の光

美木多校区 西上義次



①御池台しだれ桜 ②庭代公園・櫻

庭代台校区 草川義隆

「春が来た」庭代台緑道

庭代台校区

橋本秀雄

