

堺市中区老連

69
Nov
2025

生きがい・健康・教養を高める
老人クラブ広報紙 すこやか老友

【発行】堺市中区老人クラブ連合会
【編集協力】(株)博報社 大阪市東住吉区駒川 5-4-11 2F ☎ 06-6797-0212



8/7 第8回
中区老連ディスコン交流会

※7ページに詳細掲載

堺市中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
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

中区老連 第5回グラウンド・ゴルフ大会

6月25日(木)、新家町スポーツ広場において中区老連 第5回グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

参加者は赤・青と2コースに分かれ、3ラウンドプレー。日中は気温が上昇したため、参加者は水分補給をこまめにとり、体調管理に気を配りながら、楽しく競技を終えました。

この大会の上位41人は11月13日(木)に開催される堺市フェニックスクラブ主催の第23回グラウンド・ゴルフ決勝大会へ出場いたします。皆さんがんばってください!!



※写真向かって左から

第3位 高野 京子さん

優勝 阪口 幸子さん

準優勝 田部千代子さん



〈大会結果〉

順位	氏名	校区名
優勝	阪口 幸子	西 陶 器
準優勝	田部千代子	宮 園
第3位	高野 京子	深 井
第4位	東尾 敏次	東 百 舌 鳥
第5位	山下美佐代	東 深 井
第6位	山口 薫	東 百 舌 鳥
第7位	池田 久一	久 世
第8位	梶原 伸夫	西 陶 器
第9位	松本 澄恵	宮 園
第10位	宮ノ原昭弘	宮 園
第11位	畑崎 博子	東 百 舌 鳥
第12位	大山 進	久 世

〈ホールインワン賞〉

氏名	校区名
東尾 敏次	東 百 舌 鳥
伊藤 昌子	東 百 舌 鳥
富田 只巳	東 百 舌 鳥
畑崎 博子	東 百 舌 鳥
村松 安廣	東 百 舌 鳥
安藤 静治	宮 園
松本 澄恵	宮 園
隅 幸子	宮 園
田部千代子	宮 園
高野 京子	深 井
植埜 章	深 井
北埜加代子	深 井
池田 久一	久 世
大山 進	久 世
山下美佐代	東 深 井
山田登亀子	東 深 井

中区老連からのお知らせ

◎令和7年11月24日(月) 祝日 第33回 演芸大会

◎令和7年11月30日(日) 秋季 ゲートボール大会

◎令和8年 2月 5日(木) ディスコン交流会

中保健センターよりお知らせ

中保健センター 保健師 瀧本 恵美

脳卒中が疑われたら迷わず 119 番へ!

もし、脳卒中なら「少し、様子を見よう」「明日、かかりつけの先生に見てもらおう」では、**手遅れになるかもしれません。**

脳卒中では以下のような症状が**突然**起こります。



★片方の手足・顔半分の麻痺・しびれが起こる
(手足のみ、顔のみの場合もあります)。

★片方の目が見えない、物が2つに見える、視野の半分が欠ける。



★力はあるのに、立てない、歩けない。

★ろれつが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない。

★経験したことがない激しい頭痛がする。

様子がおかしいと感じたら**顔・腕・言葉**、を確かめましょう。※動作がスムーズにできない場合は、脳卒中かもしれません。すぐに119番しましょう。

顔 表情が左右非対称になり、頬や口がゆがむ。

腕 手のひらを上に、両腕を伸ばし5つ数え、片腕が下がっていないか？

言葉 「今日は天気がよい」「生き字引」など、うまく話せるか？



これらの異変に気付いたら、すぐに救急車を呼ぶ。症状と「脳卒中かも」と伝える。

脳卒中の原因は？

主な原因は動脈硬化です。動脈硬化の主な要因は、高血圧症、糖尿病、肥満症といった生活習慣病や喫煙、飲酒などが挙げられます。

脳卒中の予防には？

生活習慣病を発症しない、重症化させないことが大切です。

「脳卒中」とは…「脳出血」「クモ膜下出血」「脳梗塞」などの脳の血管に起こる障害の総称です。

中区老連 春季 ゲートボール大会

5月4日(日)、土塔町菰池グラウンドにおいて中区老連 春季ゲートボール大会を開催しました。

参加者は58名。試合は1コート・2コートとも5チームに分かれ、各チーム3試合行いました。

参加者は日頃の練習の成果を発揮し、どの試合も熱戦が繰り広げられました。

〈大会結果〉

順位	チーム名	校区名
優勝	平井	久世
準優勝	深井中町西	深井西
第3位	新家会 A	東百舌鳥
第3位	小阪 GC	久世



平井(久世校区)



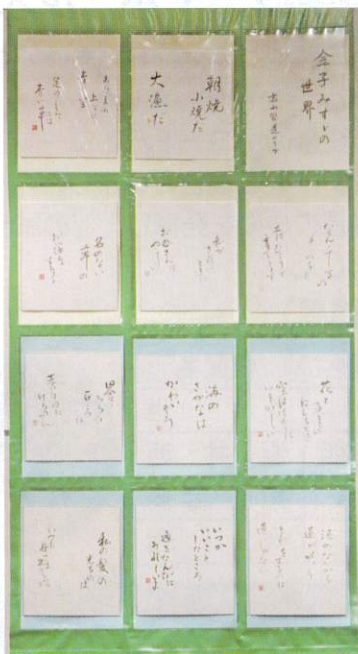
深井中町西(深井西校区)

久世

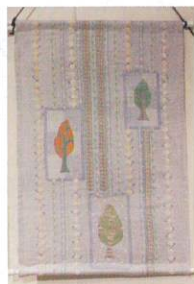
樋上 待子
宮村 香代子

銭谷美恵子
藤澤 敏子

辻尾 君子



近藤 紀子



小谷 恵子



山下田 鶴子

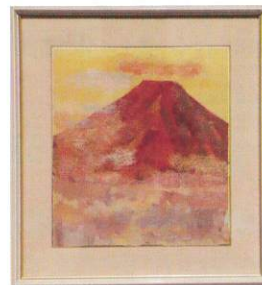


岸 代子



水上キヌ子

東百舌鳥



本釜トヨ子



中辻 和良

第48回

堺市高齢者作品展

西陶器



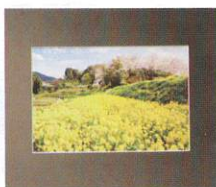
谷口 玲子



川北みさ子



大橋 政男



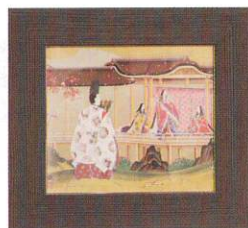
辻野 勝



坪内 千昭



甫本 道恵



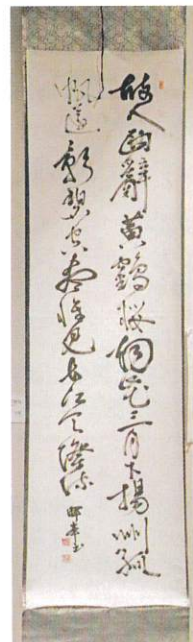
坪内喜美子



宮楠 秋夫



星和台手芸クラブ (代表 川本 妙子)



濱野 正信

令和七年六月十三日(金)十七日(火)午前 堺市立東立
ラリーにて開催され、中区老連からは五十点の作
した。※敬称略

宮園



大塚 節子



林 辰子



古谷由美子



松本 澄恵



杉本 満代



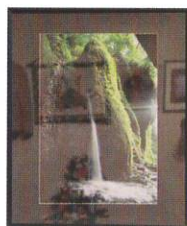
中野 秀子



尻屋ヤス子



中野 好子



尾野 幸徳



森岡 久子



坂本 博子



赤木 美佳



北野美代子



北埜富己子



河村 憲

東深井



高橋 桂子



辻尾 順子



尾崎 映子



大門 都



川口 秋代



令和7年度堺市フェニックスクラブ 女性部会・施設見学研修会



天気にも恵まれた六月六日(金)、中区女性部代表の六人で、令和七年度堺市フェニックスクラブ女性部会・施設見学研修会に参加しました。

神戸税関には興味があり、職員の方からの種々の説明に感嘆しました。全国、六カ所のうちのひとつのこと。現庁舎は二代目で、旧庁舎を継承して、昭和二年に施工し、重厚な船の形をした建物で、三カ所から時計が見える港神戸のシンボルに。立派な中庭は、映画やドラマの撮影にも。館内はヨーロッパ風モザイク模様で、特に巨大な玄関ホールは東京駅と同じで、四階分の高さの吹き

抜けは庄巻で、思わず写真を撮りました。

展示室では、映像で税関の役割や歴史、神戸港の貿易を鑑賞し、それから偽ブランド品や宝石、覚せい剤などの実際の密輸の巧妙な手口を見学。大きなライオンの剥製もあり、仲間と驚きの連続です。

税関のいろいろなお仕事は、生活密着、水際対策の安全確認に改めて感動しました。

税関を後にして、昼食は神戸牛ステーキです。目の前で焼き上げてくれる手さばきと、お肉のおいしさに、六人はご満悦で最高です。

最後は、神戸どうぶつ王国を見学。園内は色とりどりの花と緑に囲まれた空間で、自然体の動物たちが癒やしをくれました。短い一日の研修会でしたが、心に残る思い出になりました。

(女性部 部会長

絹田美佐子)



令和7年度 近畿ブロック 老人クラブリーダー研修会

六月二十六日(木)、神戸市産業振興センターにおいて令和七年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開催されました(絹田・友澤の二名が出席)。

はじめに近老連の中村美津子会長がいさつを行い、次に神戸市役所の八乙女悦範福祉局長が祝辞を述べました。

その後、基調報告、講演、耳を癒やす昼生、移り、分かれ、ら事、た。終ど、多、盛、閉、き、を、の、あ、閉、



堺市フェニックスクラブ主催 令和7年度 堺市高齢者福祉大会

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)

大野	敏明	(東百舌鳥)
尾崎	節子	(深井)
北埜	孝子	(深井)
米谷	千恵子	(深井)
山口	正廣	(深井)
西	孝男	(東深井)
高橋	功一	(宮園)
森	裕一	(宮園)
滝口	眞佐美	(宮園)
土山	通章	(西陶器)

十月十日(金)、堺市総合福祉会館六階ホールにおいて、令和七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、功裏に終

た。

第二部

よし型のマ

話してい

功裏に終

第8回 中区老連ディスコン交流会 (1~3コートの優勝チーム) ●●●●●●●●●●



優勝チームの皆さんおめでとうございます!!

8月7日(木)、第8回中区ディスコン交流会が、原池公園体育館中アリーナにて約80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、楽しくプレーしました。



校区だより 深井校区

深井清水町老人クラブ寿会 203名
深井中町輝クラブ 111名

会長 河村 勝義



登下校の見守り活動…毎週(金) 朝登校時 夕方下校時

見守りは、正門・比門・東門の3カ所に分かれて実施しています。



新1年生と昔遊び…毎年1回 体育館にて

年に1回、新1年生とコマ・けん玉・おはじきなどで、一緒に楽しく遊び、交流を深めています。

その他の活動は、春・秋に美化運動(泉北1号線)、秋に自主防災訓練など行っています。

週に三回(月・水・金)
ふれあい広場で、グラウンド・ゴルフクラブの活動を行っています。
男女問わず仲間づくり
ができる身近なスポーツ
で、みんなと話しながら

楽しく遊ぶことで認知症
を防げ、ストレスも発散
され、健康な体になりま
す。



グラウンド・ゴルフクラブ



ディスコクラブ

他にも月に二回、自治
会館で開催しているディ
スコクラブや、週に一
回、みんなで楽しく歌っ
て、気分もすっきりでき



受付風景

るカラオケクラブもあり
ます。
自治会活動では、春・
秋の町内清掃や、夏の盆
踊り・秋の祭りの受付に
も積極的に参加し、地域
との交流を深めています。

うちはこんなやってます

単位クラブ 活動だより



深井中町輝クラブ

(会長 北埜 孝)