

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

SAKAI CITY
堺市

西区老連

第74号

編集協力 株式会社 博報社 大阪市東住吉区駒川 5-4-11-201 ☎ 06-6797-0212

9/19

浜寺公園
第2球技広場
95名参加

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!

優勝 土居通晶さん

大会結果 ※敬称略

優勝 土居 通晶 (鳳)
 準優勝 福田 紀正 (平岡)
 第3位 高田 博友 (鳳南)

皮膚科 眼科

くめクリニック

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
皮膚科	9:00-12:00	○	○	○	○	○	○	○
	16:30-19:30	○	○	○	○	○	○	○
眼科	9:00-12:00	○	○	×	○	○	○	○
	16:30-19:30	○	○	×	○	○	○	○

※日休診 ○ 12:30 ○ 14:00 ~ 16:00

投稿欄

楽しみも一入ひとしお バスツアー
紫陽花の三室戸寺と平等院

向丘校区 松本満理子

6月23日(月)、雨の中上野芝駅に集合し、40名の参加者で「歩こう会」30回記念、向丘校区老人クラブ連合会との共催で、三室戸寺、黄桜、平等院のコースに出発しました。

まだ梅雨の季節が終わらない日でしたので、サービスイリアでは滝のような雨が降り、外に出るにも大変でした。

三室戸寺に着く頃には少し雨足も緩くなり、紫陽花は満開の時期が過ぎていましたが、雨に打たれる紫陽花も風情があり、皆さんから「綺麗」の声もあり見ごたえもありました。
黄桜の酒作りの工程も興味深かったです。お昼ご飯の御膳もおいしくて、皆さん満足そうでした。



平等院ではあまり時間の余裕もなかったけれど、正面からの川面に金色の鳳凰が輝く鳳凰堂は美しく圧巻でした。

帰りのバスの中は、ビンゴゲームで盛り上がり、楽しい一日となりました。

長年地域に住んでいてもなかなか顔馴染みになる機会がない方もゆっくりお話ができ「楽しかった」「来年も行きたい」などの声も多くいただきました。

高齢者ともなると遠出することもままありませんが、今回の行事は安心して参加ができ、楽しさの満足感、行き先の期待感、また参加者間の見守りなど自然と信頼感が構築され老人クラブとしての役割が果たされ、地域社会の結束が不可



ハイキングに魅せられて

鳳校区 土居 通晶

小生がハイキング、すなわち歩くようになったのは、若い時に腰を痛め、それが50歳を過ぎた頃に出だし、膝までおかしくなってきた、それまでやってきた「ゴルフ」ができなくなっ

たことと、その頃東京から転勤者があり、「京都」「奈良」をはじめとする関西のことがよく分からないと言うので、案内する意味で歩きだしたのがハイク(ウォーキング)にはまり込んだきっかけで、毎月京都・奈良の「神社・仏閣」「金剛・

欠な存在だと思われま

す。今回参加された皆さんは楽しみも一入ひとしおのよう、笑顔が多くなり楽しい限りでした。おしゃべりして笑うことが長生きの秘訣とか。また皆さんとお元気で会いたいです。



生駒の山など歩くようになりまし。多分、この30年間で250回以上歩いたと思われま

す。神社、仏閣では日本の生い立ちから昔どうだったとか、人々の活動など、現在に通じるいろいろなことを教えられました。最近では和歌山県の「和歌の浦」方面を歩いた時、最初に「西

国二番の札所、紀三井寺」から歩き始めるのですが、このお寺のお参りの「しおり」に書かれている「言葉」が年寄りにピッタリの言葉だと思つて紹介します。

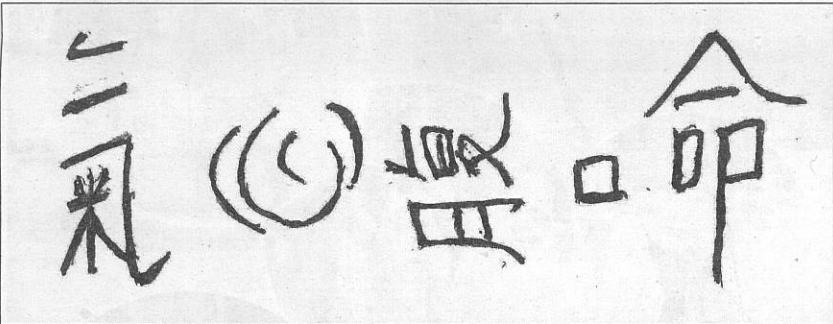
・気:「き」は長く(年を取ると短くなるので気をつけよう)

・心:「こころ」は丸く(年を取るとトゲトゲしくなりすぐ怒るので)

・腹:「はら」立えず(何事が起こっても穏やかに)
・口:「くち」つつしめ(くちは禍の元になる。気をつけよう)

・命:「いのち」ながらえ(日々穏やかに過ごしましょう)

わが街「堺」も歴史ある町で、古くは「仁徳陵古墳」を始め、東大寺建立に命を掛けた「行基菩薩」が誕生した「家原寺」、「千利休」の眠る「南宗寺」、「泣きのソテツ」で有名な「妙国寺」、堺唯一の国宝のある「桜井神社」、「大和尊の命」を祭ったわが町鳳の「大鳥神社」、日本最古の堺灯台、明治期に国から公園指定された「浜寺公園」など、由緒・歴史のある土地・建物が市内各地にあるので、健康を維持する意味からも訪ね歩かれては...



投稿欄

堺を歩こう

堺市内の歴史と伝統を訪ね
名所旧跡を巡ってみよう

鳳校区 土居 通晶

南海高野線「堺東駅」前の「堺市庁舎」に立ち寄り、21階展望ロビーに上がり、堺市内をはじめ東は「生駒、金剛」の山並み、西は「明石海峡大橋、六甲山」、南は「関空」、北は大阪市内の高層ビルと見渡せる。市役所を後に堺のシンボルロード「大小路筋」を西に歩く。「大小路」は昔、北は「摂津の国」、南は「和泉の国」の国境となっていた。高速道の高架下の「土居川公園」(この公園は元々旧堺市内を囲う「環濠」でした)を北へ。公園に植えられた桜、イチヨウなど木々の下を歩く。

謝野晶子の「覚心寺」。明治時代、堺は県であったことから県庁の置かれていた「本願寺堺別院」など、さながら寺町の様相。

本願寺から「極楽橋」を渡り、堺事件で有名な「土佐十一烈士」のお墓のある「宝珠院」、その前にある烈士切腹の地、大阪城へ移植したため夜な夜な泣いたといわれる「天然記念物のソテツ」で有名な「妙国寺」へ。道路標識に沿って1月には「えべっさん」で賑わう「菅原神社」、大寺さんと親しまれている「開口神社」。大寺さんと呼ばれる由来は、天平時代「家原寺」の僧・行基が「念仏寺」を建立。その後空海が宝塔を建てたことから大きな寺「大寺」と呼ばれるようになったそうだが、今はその面影もなく「開口神社」のみ。しかしながらこの神社、堺の教育の中心地であった。中央環状線(一条通り)を渡り「住吉大社」「大鳥大社」の夏の御渡り神事が行われる「宿院頓宮」へ。ここから南

鉄砲鍛冶・芝辻理右衛門が創建した稲荷神社「高須神社」から「鉄砲鍛冶屋敷」前を通り、堺の豪商住宅の雰囲気を残す「山口家住宅」へ。この辺り一帯は戦時中、大空襲を受け古い家屋が残っている。また、道に沿って道路標識があり非常に歩きやすい。少し歩くと「堺の寺町」の様相。新喜劇の曾我廼家五郎の住居跡「淨因寺」、南北朝時代の板状塔婆がある「十輪院」、与

へ歩けば「少林寺」「大安寺」から茶道を確立した「千家一門」のお墓のある「南宗寺」へ。ここから「御陵通り」を東へ歩けば「仁徳天皇陵古墳」「大仙公園」に行ける。また、フェニックス通りを西に行けば「利晶会館」があり、その前に千利休の屋敷跡を見て「大浜公園」へ、学生相撲のメッカといわれる「相撲場」一帯三角点のある日本一低い山「そてつ山(6・8m)」に登り海岸へ。旧堺港の岸壁を歩いていくと「日本最古の木製灯台」があり、対岸には「龍女神像」が見える。与謝野晶子像のある南海「堺駅」から内川沿いに歩いて行くと、宣教師・フランシスコ・ザビエルが来堺した折り滞在した堺の豪商・日比谷了慶の豪邸跡とされる「ザビエル公園」がある。

堺市内を歩くと江戸時代前、いかに堺が発展したかがよくわかる。



旧堺港灯台

映画の集いを鑑賞して

浜寺石津校区 藤村 秀夫

9月2日(火)、西文化会館ホールにて恒例の映画の集いを鑑賞しました。

今回のテーマは、「お終活 再春ー人生ラプソディー」でした。「終活」をテーマに熟年夫婦の悲喜こもごもを描いたヒューマンコメディ。生前整理だけでなく、これからの人生も楽しむことも一つの「終活」だと勇気をもらえる作風でした。

結婚50年を迎えた大原千賀子と真一。娘・亜矢の結婚を控えたある日、真一に認知症の疑惑が持ち上がる。一方、千賀子は若い頃に習っていたシャンソンの恩師の娘との出会いをきっかけに再びレッスンに通い

始め、コンサートへの出演を勧められるが…(中略)。

一方、恩師の娘と亡母と離婚した父との40年ぶりの再会！そしてバーで本心をぶつけ合う親子の葛藤は深く沁み入りました。

ラストは「再春」へ！シニアで青春時代の夢にもう一度チャレンジする母親。世界に一つしかない自詞にのせて歌う「愛の讃歌」は、まさに「再春」であり、両手を上げて拍手に迎えられ、シーンには圧巻でしばし幸せな余韻が残っていました。



運転免許証返納

浜寺校区 岡山美智子

令和6年9月、ついに主人が免許を返納しました。

東京オリンピック開催、新幹線、高速道路の開通と日本中が活気づいていた昭和37年12月免許取得。その年末、友人・弟らと一人運転で鹿児島へ行き、いろいろなアクシデントありでゲッソリ痩せて帰ってきた話

を聞きました。

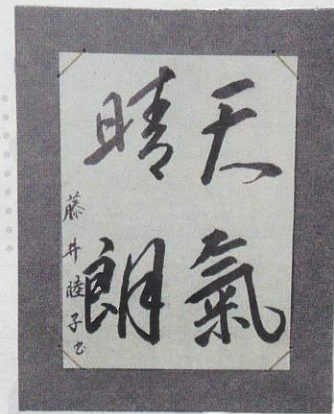
39年に結婚し文化住宅にいましたが、20軒あった住宅に車は3台しかありませんでした。今は一家に2、3台車がある時代が変わりました。大きな事故もなく、実家、全国いろいろお世話になりました。感謝のみです。ありがとう。

7/4(金)
～
7/6(日)

令和7年度 西区高齢者作品展開催



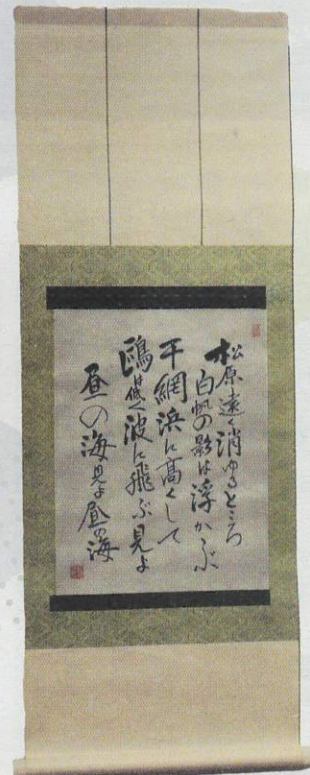
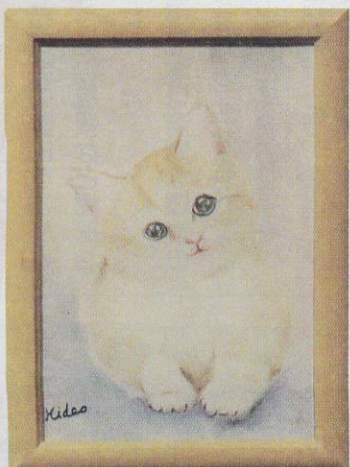
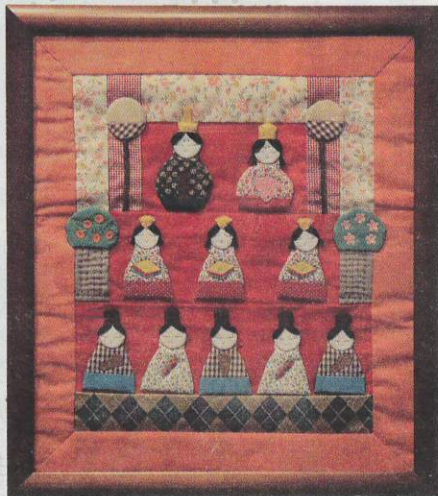
作品の一部をご紹介します



7月4日～7月6日、西区文化会館2Fギャラリーにおい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82点以上の作品が展覧され、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、来場者は楽しそうに作品を眺めていました。

6/13(金)
～
6/17(火)

第48回 堺市高齢者作品展



投稿欄

有田ぶどう狩り体験研修旅行

平岡校区 山本眞太郎



1時間後に紀ノ川サービシアreaでトイレ休憩をし、一路目的地の巨峰村に向かう。約45分で山間にある「森園」に着。早速会場で説明を受け竹籠と鍬を受け取り、隣接のぶどう畑で担当者の指導を受け作業を始める。収穫した一房を摘み取り持ち帰りの袋に入れる。一方、土産売り場で追加のぶどうを購入する会員さんもいた。

お盆が過ぎた頃のぶどうの味は格別に美味ですと聞かされていた昨年。私自身コロナに感染して旅行を中止した。会員の皆さまに大変迷惑をかけたことを出発前にお詫びし、あいさつでは「この異常な暑さにも関わらず、41名の方に参加していただき感謝いたします。」と述べた。

平岡校区老人クラブの行事として、年始の三社初詣と今回のぶどう狩り体験研修旅行です。午前8時30分、集合場所でお菓子、水分補給のお茶と缶ビール1個を役員よりお配りし、バス運転手さんと旅行社添乗員さんに本日の研修旅行の安全、安心をお願いし出発する。

す。今回の旅行に際し、写真関係を担当してくれた、若葉会の藤田英雄様にぶどう畑の風景など撮影していただいた。

工場見学は清潔な環境の中で商品を生産されており、出来たてのお菓子をいただいた。一方、会員さんも最後の買い物として多くの方々が購入されていた。工場見学も終え、帰路に就く。車中は楽しみ、ビンゴゲームに笑いが絶えなかった。岸和田インターで一部買い物されいよいよ堺へ。最後に親和会会長の鞍野氏より本日の参加にお礼を申し上げ、皆さまへ本日の旅行の感想についておたずねしたところ、大変良かったと拍手してくださった。

無事に堺に帰宅出来たことと、安全運転をしていたいただいた運転手さんとお世話になったヨリドコ観光さまにも心よりお礼申し上げたい。すべてが終わり良い一日であった。



「浜寺音頭」で校区が一つに!

浜寺昭和校区 木本 道夫

わが校区は、公園町、昭和町、元町、南町の4つの町で構成されています。地域性も全く違い、何かをやるうとしても難しい面があります。

昨年10月に隣の校区で、浜寺松寿会文化祭があり、初めて参加させていただきました。歌、踊り、ピアノ演奏、マジックショー等があり、最後に諏訪ノ森音頭の踊りがありました。それを見たとき、わが校区にも「浜寺音頭」を作ろうと思いました。

毎月1回実施している寿楽会定例会で「浜寺音頭」を作りたいと話しました。その後、カラオケ発表会の時にもそのことを皆さんに話しました。私の後であいさつをした自治連合会会長も「浜寺音頭」を制作することに全面的に支持するとの言葉を頂戴しました。

その後、校区内の何人かの人に作詞をお願いしている時に、知人より校区内で小説家があり、以前にその人は浜寺物語の映画を制作したと聞き、早速私も出向き浜寺音頭の作詞を依頼したところ気持ちよく引き受けていただき3日間で

作詞をしてくれました。そして、校区内でピアノ教室をしている人に浜寺音頭の歌詞を見せ作曲を依頼しました。初めは戸惑っていましたが、一度挑戦しますとの言葉を頂き、そして今年7月にCDが完成しました。

CD作成に際し自治連合会より多大なご支援を賜りました。7月19日、元町グラウンドで子ども会中心の鳴り物交流会があり、その時に初めて浜寺音頭のCDを流していただきました。

その後、8月14日・15日の元町盆踊り大会、8月22日・23日の公園町地蔵盆に浜寺音頭を踊りました。8月23日・24日、昭和町地蔵盆の時に浜寺音頭のCDを終日流していただきました。そして毎年5月に浜寺公園で開催されている、浜寺ローズカーニバルに来年より浜寺音頭を踊ることがほぼ決定しています。

今後わが浜寺昭和校区は、浜寺音頭でみんなの心が一つとなり、地域発展のため、寿楽会の我々は「人生100年、健康長寿の楽園、寿楽会」のスローガンの下、頑張っていきたいと思えます。

投稿欄

デュランタの花

鳳校区 兵藤トミ子

8月のある日、家の植木鉢に、美しい紫色の小さな花が咲きました。デュランタの花です。クマツヅラ科の植物で原産は熱帯アメリカで、園芸植物として人気があるとのこと。品種によっては斑入りの葉を持つものや黄金葉の品種もあり、比較的丈夫で育てやすい植物ですが、寒さには弱い性質だそうです。花はほんのりバナナの香りがします。

去年の秋、会議の後の帰り道で、通りすがりの花壇を見て、「幼い頃、田舎の実家にこの紫の花が咲いていたよ。兵藤さんがこの花を持っていたらくれないか」と言われました。私は「この花を持ってないけど、確か挿し木ができると思うので、挿し木をしてあげますよ」と軽く受け合いました。それから近所の友人から、デュランタの枝を2本貰い挿し木をしました。

1カ月がたち、一本が根付きました。「挿し木のデュランタが上手くいっただけで、次に会った時に持っていきます」とお伝えしましたが、「今から寒くなるから、春になったら持ってきてほしい」と言われました。

それから12月のある日、奥様と話しているうちにカラオケ店のチケット券がた

くさんあるので一緒に行きましょうという話になり、3日後の12月12日に行く約束をしました。

11日にご主人から「カラオケに行く約束をしています。妻が昨日救急車で運ばれ、そのまま入院したから」と言われました。次の日にその方の近所の知り合いの方から電話で奥様が病気で亡

くなられたとの知らせでした。驚き、呆然としました。年が明け、4カ月後の4月12日にご主人が亡くなられたと、カラオケグループの会場でお知らせがありました。

奥様が亡くなられた後、「俺も後を追いかけてい。連れて行ってほしい」とつぶやいていたとお聞きしました。私もちょっと時がたち落ち着いてから、デュランタを早くお届けしたら良かったと後悔の念が起りました。

これからは会いたい人！顔を見たい人！話をしたい人！時間のある限り無理にならない程度で会っていこうと思う今日この頃です。

会 員 文 芸

俳句

槍が岳登って見れば白い雪
大山の谷間をすべる黒い影
椿咲く妻が今世にいない庭

平岡校区 鞍野 譲

虫の音に立ち止まりたる宵の星

浜寺昭和校区 宇佐見茂子

悠々会俳句教室

軒下に揺るる風蘭香り立つ

向丘校区 高橋 寿美

夫婦して祝ふ退院果おこわ

向丘校区 横山 芳子

豊漁の太き秋刀魚に頬緩む

向丘校区 竹澤 信子

短歌

懐かしきチンチン電車通り過ぎ

線路沿いには母子草咲く

ふるさとの新茶の香り漂いて

友と語らう午後の一時

年毎に一人・二人と賀状減る

電話の声で友の無事知る

浜寺石津校区 簗内 豊美

思ひ出は西瓜にかかるかき氷

頬張る我に父母の笑み

浜寺石津校区 手嶋喜代子

わが地域浜寺音頭で盛り上がり

老いも若きも口ずさむ

浜寺昭和校区 木本 道夫

痛み増え後期高齢受け入れる

葛藤の中鉛鞭使う

浜寺昭和校区 山中 敏子

懸命に生きる人こそ尊けれ

坂道に咲く真実の花

浜寺昭和校区 辻 光

犬鳴の山は風雨にさらされて

古枝綿のごと手にくずれたり

鳳校区 上田 雅子

かつこうの声こだまする山路に

白き卵の花夢なるらむか

トネリコにクマゼミ三つ一列に

ただ黙すなり風なき真昼

浜寺校区 真鍋 泰子

川柳

倍うまい今年の夏のかき氷

浜寺昭和校区 若竹 泰司

ユスリ蚊も万博観たいとツアー組む

浜寺石津校区 手嶋喜代子

孫の為お金入ります惜しくなく

浜寺石津校区 矢上富美子

雨待ちの畑の野菜日焼け顔

浜寺石津校区 浜川スツ子

今どきは軒に風鈴見かけない

浜寺石津校区 西川美恵子

三歳児父と万博今おやじ

浜寺石津校区 月本富士子

クーラーで涼し気になる電気代

浜寺石津校区 藤原美代子

万博に行ってみたが脚持つか

浜寺石津校区 石山 悦子

また忘れ出かける度にまた戻る

浜寺石津校区 藤村 秀夫

エアコンの守りで終わった暑き夏

マクド好き八十路の夫は気が若い

ベンチ入りプライドごと自問する

浜寺石津校区 手嶋喜代子

第20回 浜寺4校区ディスコン親睦大会



インタビュー



優勝チームの
阿部さん

前半はいつもの調子が出ず焦りましたが、後半は地元の利を活かして逆転。第2試合からはいつものペースが戻り優勝することができました。次回もフレイル予防のために頑張ります。

Congratulations!



優勝した浜寺石津Bチーム

7月26日(土)、浜寺石津スポーツ道場において第20回浜寺4校区ディスコン親睦大会を開催しました。
各校区2チーム選抜によるトーナメント方式で熱戦を繰り広げました。
総勢47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 浜寺Aチーム
第3位 浜寺石津Aチームでした。
当日は午後の試合でしたのでクーラーも場内の熱気で、あまり効かず快適ではありませんでした。次回の課題です。
優勝チームからの談を紹介します。

◆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20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。

〒546-0043

大阪市東住吉区駒川5-4-11

KADOMAビルディング201

(株)博報社『西区老連すこやか老友』編集係

☎06-6797-0212

FAX 06-6797-0481