

堺市 中区老連

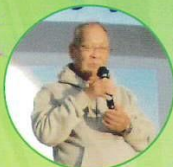
70
May
2026

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

第33回 演芸大会

令和7年11月24日(祝)、第33回演芸大会が深井水池会館で開催され、出演者30組(46名)と150余名の応援者が集まりました。終始、客席からは大きな声援が送られる中、大会は成功裏に終了しました。



堺市中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
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



令和8年度 中区老連行事計画【令和8年4月1日～令和9年3月31日】

月	日	行事内容	開催場所
令和8年 4月	21日	中区老連 令和8年度 春季ゲートボール主将会議	深井中町会館
	30日	中区老連 令和8年度 総会・第1回校区長会議	
5月	17日	中区老連 令和8年度 春季ゲートボール大会	土塔菰池グラウンド
		中区老連 第2回校区長会議	深井中町会館
	28日	市老連 令和8年度 定時社員総会	堺市総合福祉会館
6月	1日	すこやか老友(第70号)発行	
	4日	中区老連 第6回グラウンド・ゴルフ主将会議	深井中町会館
	5日	市老連 女性部会 施設見学研修会	京エコロジーセンター 他
		中区老連 第3回校区長会議	深井中町会館
	11日	中区老連 第6回グラウンド・ゴルフ大会	新家町スポーツ広場
	18日	令和8年度 近畿ブロック研修会(滋賀県老人クラブ連合会)	滋賀県
	25～30日	市老連 令和8年度 高齢者作品展(搬入・展示・搬出)	東区文化会館(2階ギャラリー)
7月	10日	市老連 新任校区会長 単位クラブ会長研修会	堺市総合福祉会館
		中区老連 第10回ディスコン交流会主将会議	深井中町会館
8月		中区老連 第10回ディスコン交流会	原池公園体育館(中アリーナ)
9月		中区老連 第4回校区長会議	深井中町会館
10月		中区老連 第5回校区長会議	堺市総合福祉会館
		大阪府共同募金会主催 街頭募金活動	深井駅前
	18日	市老連 令和8年度 高齢者福祉大会	堺市総合福祉会館
	25日	中区自治連合会主催 第34回中区フェスタ	原池公園球場内
11月	4日	市老連 女性部リーダーセミナー①	
	14日	市老連 第24回グラウンド・ゴルフ決勝大会	西原公園野球場
		中区老連 第34回演芸大会	深井水池会館
		中区老連 令和8年度 秋季ゲートボール大会	土塔菰池グラウンド
		中区老連 第6回校区長会議	深井中町会館
	26～27日	令和8年度 第55回全国老人クラブ大会	鳥取県
12月	1日	すこやか老友(第71号)発行	
	16～17日	市老連 映画のつどい	ソフィア堺 他
		中区老連 第7回校区長会議	
令和9年 1月		市老連 新年互例会	
		中区老連 新年会	
		中区老連 第11回ディスコン交流会主将会議	深井中町会館
2月		中区老連 第11回ディスコン交流会	原池公園体育館(中アリーナ)
		中区老連 第8回校区長会議	深井中町会館
3月		市老連 女性部リーダーセミナー②	
		中区老連 第9回校区長会議	深井中町会館

令和7年度 中区老連行事報告【令和7年4月1日～令和8年3月31日】

月	日	行事内容	参加人員	開催場所
令和7年 4月	17日	中区老連 令和7年度 春季ゲートボール主将会議	13人	深井中町会館
	24日	中区老連 令和7年度 総会・第1回校区長会議	12人	
5月	4日	中区老連 令和7年度 春季ゲートボール大会	58人	土塔菰池グラウンド
	22日	中区老連 第2回校区長会議	11人	深井中町会館
	30日	市老連 令和7年度 定時社員総会	大多数	堺市総合福祉会館
6月	1日	すこやか老友(第68号)発行		
	6日	市老連 女性部会 施設見学研修会	6人	神戸市産業振興センター
	10日	市老連 新任校区会長 単位クラブ会長研修会	5人	堺市総合福祉会館
	11日	中区老連 第5回グラウンド・ゴルフ主将会議	14人	深井中町会館
	12～17日	市老連 令和7年度 高齢者作品展(搬入・展示・搬出)	大多数	東区文化会館(2階ギャラリー)
	25日	中区老連 第5回グラウンド・ゴルフ大会	76人	新家町スポーツ広場
	26日	令和7年度 近畿ブロック研修会(兵庫県老人クラブ連合会)	2人	神戸市産業復興センター
	27日	中区老連 第3回校区長会議	14人	深井中町会館
7月	24日	中区老連 第8回ディスコン交流会主将会議	12人	深井中町会館
8月	7日	中区老連 第8回ディスコン交流会	83人	原池公園体育館(中アリーナ)
9月	2～4日	市老連 映画のつどい	120人	東文化会館 他
	5日	中区老連 第4回校区長会議	10人	深井中町会館
10月	2日	大阪府共同募金会主催 街頭募金活動	33人	深井駅前
	10日	市老連 令和7年度 高齢者福祉大会	36人	堺市総合福祉会館
	16日	中区老連 第5回校区長会議	11人	深井中町会館
	26日	中区自治連合会主催 第33回中区フェスタ	32人	原池公園球場内
	31日	市老連 女性部リーダーセミナー①	15人	堺市総合福祉会館
11月	5～6日	令和7年度 第54回全国老人クラブ大会(育成功労表彰 瀬野会長)		茨城県水戸市市民会館
	13日	市老連 第23回グラウンド・ゴルフ決勝大会	52人	金岡公園野球場
	24日	中区老連 第33回演芸大会	大多数	深井水池会館
	30日	中区老連 令和7年度 秋季ゲートボール大会	58人	土塔菰池グラウンド
12月	1日	すこやか老友(第69号)発行		
	18日	中区老連 第6回校区長会議	9人	深井中町会館
令和8年 1月	15日	市老連 新年互礼会	6人	アゴーラリージェンシー大阪堺
	22日	中区老連 第9回ディスコン交流会主将会議	18人	深井中町会館
		中区老連 第7回校区長会議	9人	
	23日	中区老連 新年会	12人	すし半
2月	5日	中区老連 第9回ディスコン交流会	85人	原池公園体育館(中アリーナ)
	12日	市老連 ボイストレーニング発表会	20人	堺市総合福祉会館
	26日	中区老連 第8回校区長会議	10人	深井中町会館
3月	3日	市老連 女性部リーダーセミナー②	32人	堺市総合福祉会館
	31日	中区老連 第9回校区長会議	11人	深井中町会館

令和8年度 中区老連役員名簿

校区名	氏名	市老連部会別担当	区老連役職名
深井	瀬野 映二	健康部会	区老連会長
東百舌鳥	中辻 和良	健康部会	区老連副会長 校区長
久世	坂口 隆明	文化部会	区老連会計長 校区長
東深井	辻尾 文雄	総務部会	区老連書記長 校区長
西陶器	高畑 益美	女性部会	部会長
東百舌鳥	栃尾 征男		区老連会計監査
久世	樋上 隆雄		区老連顧問
西陶器	大橋 政男		区老連顧問
深井	北埜 孝	総務部会	校区長
深井西	中尾 昭博	健康部会	校区長
宮園	藤原 義徳	文化部会	校区長
西陶器	今井 實	文化部会	校区長
深井西	鳥居 朱美	女性部会	部副会長
東百舌鳥	遠嶋久美子	女性部会	部副会長



令和8年度 中区老連 総会

4月23日(木)、令和8年度中区老人クラブ連合会の総会が、深井中町会館において開催されました。

はじめに、樋上書記の開会のことは、次いで瀬野映二会長からあいさつが述べられました。

その後、議長に瀬野会長が選ばれ、議案へと移りました。

(1) 令和7年度行事報告

- (2) 令和7年度会計収支報告
 - (3) 会計監査報告
 - (4) 質疑応答
 - (5) 令和8年度行事計画(案)
 - (6) 令和8年度会計収支予算(案)
 - (7) 質疑応答
- 全ての議案は審議され、拍手をもって承認されました。
- 議事終了後は、瀬野会長が閉会のあいさつを述べられ、総会は無事終了しました。



令和8年3月3日(火)、堺市フェニックスクラブ女性部リーダーセミナーが開催されました。

その中のアトラクション発表会で、深井中町西老人クラブ(女性部)の深井西健拳会(27名)が太極拳を披露し、会場から大きな拍手が送られました。

深井西健拳会は、毎週土曜日の13時30分から深井西小学校体育館・毎週日曜日の9時30分から深



皆さまでご参加をお待ちしております。

(深井中町西老人クラブ
会長 黒田 五郎)

- ※深井西校区老人クラブ女性部の主な活動
- ◎手芸
- ◎健康麻雀
- ◎デイスコン
- ◎ゲートボール
- ◎太極拳

令和7年度 堺市フェニックスクラブ 女性部リーダーセミナー

井西校区地域会館にて練習を行っています。会員相互の親睦と健康の増進、フレイル防止を目指し活動をしています。

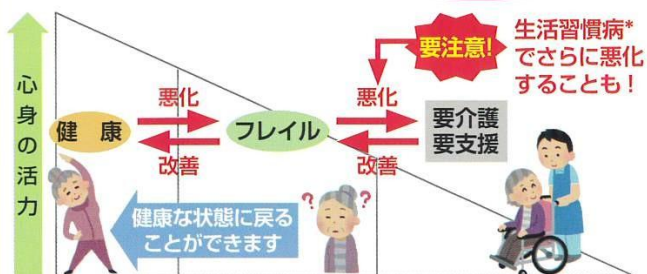
中保健センターよりお知らせ

中保健センター 保健師 瀧本 恵美

フレイルを予防して
健康長寿

フレイルとは…加齢とともに、心身の活力(身体的機能や認知機能など)の低下がみられる状態のこと。

毎日の生活を工夫することで、フレイルを予防することができます。



*生活習慣病とは、食生活、運動習慣、喫煙、飲酒等の生活習慣により引き起こされる病気のこと。高血圧や糖尿病、がん等があります。

まずは、今のあなたの状態を確認してみましょう!

こちらを選んだ方は要注意!

- | | |
|--|---|
| Q1 健康診断(健康診査)を受けていますか?
☐ はい ☐ いいえ | Q6 半年前と比べて2~3kgの体重減少がありましたか?
☐ はい ☐ いいえ |
| Q2 かかりつけ医はありますか?
☐ はい ☐ いいえ | Q7 週に1回以上は外出していますか?
☐ はい ☐ いいえ |
| Q3 ご自身の血圧を知っていますか?
☐ はい ☐ いいえ | Q8 以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか?
☐ はい ☐ いいえ |
| Q4 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか?
☐ はい ☐ いいえ | Q9 この1年間に転んだことがありますか?
☐ はい ☐ いいえ |
| Q5 お茶や汁物等でむせることがありますか?
☐ はい ☐ いいえ | Q10 ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか?
☐ はい ☐ いいえ |

お問い合わせ

〈中保健センター〉

☎ 072-270-8100

FAX 072-270-8104



令和8年度 堺市中区老連 新役員紹介

西陶器校区長
今井 實会計監査
栃尾 征男女性部・部長
高畑 益美東百舌鳥校区長
中辻 和良久世校区長
坂口 隆明深井校区長
北埜 孝東深井校区長
辻尾 文雄顧問
大橋 政男顧問
樋上 隆雄

共同募金運動に参加

共同募金運動に伴う街頭募金活動を、令和7年10月2日(木)、午前8時~9時まで南海泉北線 深井駅で、各校区老連のクラブ会員30余名が参加して行いました。

皆さん大きな声で協力を呼び掛けました。



第9回 中区老連ディスコン交流会

令和 8 年 2 月 5 日 (木)、第 9 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開催されました。参加者は笑顔を見せ、終始楽しくプレーしました。



1コート
深井中町西B(深井西校区)



2コート
宮園A(宮園校区)



3コート
ディスコンクラブB(西陶器校区)

●●●●●●●● 優勝チームの皆さんおめでとうございます!! ●●●●●●●●

第23回 市老連グラウンドゴルフ大会

優勝おめでとうございます!!



優勝トロフィーを持つ東尾さん

令和 7 年 11 月 13 日 (木)、第 23 回市老連グラウンドゴルフ大会に中区老連から 47 名が参加し、東深井校区水池町の東尾正照さんが見事優勝しました。

中区老連 秋季 ゲートボール大会

優勝おめでとうございます!!



深井中町西(深井西校区)

令和 7 年 11 月 30 日 (日)、土塔町菰池グラウンドにおいて中区老連秋季ゲートボール大会を開催しました。

参加者は 61 名 (9 チーム)。試合は 1 コート・5

チームと 2 コート・4 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	深井中町西	深井西
準優勝	西陶器	西陶器
第 3 位	久世	久世
第 3 位	土塔うぐいす	東百舌鳥

現在の中区の中心部は江戸時代、今の千葉県にあった関宿藩久世大和守の領地でした。それ故に、久世という地名が残されています。さらに、その南側には陶器の地名が見られます。

昔は茅渟縣陶邑(ちぬのあがたすえむら)と言って、須恵器の一大生産地でした。縄文・弥生の古来の土器よりも、須恵器は登り窯の還元炎で焼

堺市には文化財と言われる、昔から伝えられる遺物や遺構などたくさん見られます。

その中でも中区に見られるものが数多くあります。当地に生活している皆さまは恵まれていると思います。

中区は文化の花園

久世校区
森田 兼夫
(100歳)



会員の広場

成されるので、1000度以上の高温になり、硬質で精巧な製品ができるようになりました。

奈良時代の名僧行基は、家原寺で誕生しましたが、仏教伝道の傍ら、民衆救済のため井戸を掘ったり通路や橋をつけました。行基が深井井戸を掘ったので、深井の地名が残りました。文字瓦や土で塔を築いたので土塔が立派に残っています。

仁徳・応神天皇陵に続いて3番目に大きいと言われる土師にある「サンザイ古墳」は、最近円筒埴輪や住居跡などが見つかって話題になっています。

福島屋次郎兵衛の開発の功により、福田の地名が残った中区の福田も、新田開発によって江戸時代には升屋新田・東山新田と各地に広がっていました。

しかし、中区に咲いた文化の花は、歴史の移り変わりとともに次第に姿を変えて、また、次の世代に新しい花を咲かせてくれることでしょう。

中区の文化の発展楽しみに！

堺市中区にコウノトリが飛来!!



堺市中区平井にあるオイド池に、コウノトリが飛来しました。大きな羽根と優雅な立ち姿がとても美しく、感動しました。

(久世校区 会長 樋上 隆雄)

第33回 中区区民フェスタ



令和7年10月26日(日)、第33回中区区民フェスタが開催され、くら寿司スタジアム内会議室において、高齢者向け講習会が開かれました。

はじめに、特殊詐欺被害防止教室「ニセ警察詐欺」をテーマに講演があり、若年層から高齢者まで年齢に関係なく被害が広がっているため、十分注意してくださいとの説明がありました。

次いで、「自転車による違反・罰金について」お話がありました。令和8年4月から、自転車の違反・罰金が始まります。日頃から自転車に乗る方も多く、参加者は熱心に耳を傾け、有意義な時間を過ごしました。

校区だより 西陶器校区

西陶器校区老人クラブ連合会 会長 大橋 政男



私たちの老人クラブは、地域の仲間づくりはもちろん、未来を担う子どもたちとの交流を重視し、見守り隊をはじめ、さまざまなイベントを行っています。

一昨年は、「将棋・オセロ大会」。そして、昨年は7月7日に「七夕祭り」を開催しました。

本年は、1月16日に小学校に赴き、「昔の遊び」を開催しました。対象は1年生から2年生の83名の学童です。種目は、お手玉・おはじき・あやとり・駒回し・竹馬・リブ回し・竹とんぼ・羽子板・メンコ・折り紙など、各グループに分かれ2時間楽しく過ごしました。子どもたちは終始満面の笑みで、老人クラブの皆も「若返った」と喜んでいました。

最後に、子どもたちから、老人クラブへのお礼の言葉と、感想文を頂き感激しました。1枚1枚に目を通し、過ぎ去った日々を思い出し目頭が熱くなります。頂いた感想文は各支部へ回覧し、参加したメンバーもとても喜んでいました。

ここで少し感想文を紹介します。

「今日は楽しかったです。また、教えてくださいね」

「元気に暮らして、長生きしてね」

などなど、優しい言葉をつづってくれました。

はや春も過ぎ去る時期になりました。皆さま方はお元気ですか？
宮園老人クラブは府営住宅にあり、会員数は現在775名です。役員は14名で、各クラブは囲



碁将棋、グラウンドゴルフ、デイスコン、麻雀があります。
宮園老人クラブの行事もいろいろとありますが、今年は1月の行事として老人クラブ主催のぜんざいの会を開催しました。
当日は、老人クラブの集会所「白扇荘」に集まっていただいて、ぜんざいやお茶で楽しんでもらいました。中には、90歳の誕生日を迎えた方もい

て、お祝いをしました。皆さん世間話をしたりと話に花が咲き、4時間余り楽しんでいただきました。「今後も集う機会を作ってください」との声も寄せられ、大盛況の中、終わることができました。
役員一同、いろいろな企画を立てていきたいと考えておりますので、皆さん行事の際はよろしく願います。

宮園老人クラブ

(会長 藤原 義徳)



私たちは、堺市中区老人クラブ連合会の活動を応援しています