

堺市堺区老連広報誌

令和8年6月発行

9号



堺区フェニックスクラブ

だより

発行所：堺市堺区老人クラブ連合会

編集・制作：株式会社ニチコミ 神戸市中央区栄町通1-2-7 大同生命神戸ビル7階 ☎078(333)7707



このまちで、
いつまでも元気に。

潮風薫る堺旧港
人と地域をつなぐ憩いの風景

令和8年度
役員

会長	浅香山校区	藪内 寛之
副会長	熊野校区	黒瀬 良三
副会長	錦綾校区	福井 雅男
会計	湊校区	米山智恵子
会計監査	錦西校区	神垣 真二
会計監査	榎校区	播磨 修
書記	錦校区	葉井 義嗣

英彰校区

就任のご挨拶

英彰校区老人クラブ連合会

会長 柴藤 貞一

この度、杉村前会長の
急逝により新しく英彰校
区老人クラブ連合会会長
に就任いたしました。

杉村氏はこの2月まで
非常にお元気で、お亡く
なりになる直前まで精力
的に老人会活動に勤しん
でおられました。突然
の訃報を受け役員一同非
常に驚きと悲しみを禁じ
えませんでした。

また、年度末を控えて
いることもあり、今後の
組織活動や運営をどうし
ていくかということが議
題になり、当面役員全体
で対処していくことにな
りました。

我が英彰校区も高齢化
率が29%と進み、堺市や

堺区平均よりも高い傾向
にあります。今後さらに
高齢化率が高まることが
予想されますが、当クラ
ブへの加入を増やすこと
は現実的にはハードルが
高いと思っています。

加入率を高めるため
に、少しでも魅力のある
企画を検討していくこと
ができればと考えていま
す。

元より微力ではござい
ますが、何とか頑張つて
諸先輩方のご指導を仰ぎ
ながら、職責を果たして
いきたいと思っております
ので、どうかよろしく
お願いいたします。

この度、初めて福祉大会に参加させていただきました。
健康だった私が、2年前に突然体調を崩して、この日があるなんて思いがけないものでした。今は寛解状態です。
湊校区会長の米山さんに声をかけていただいたことに感謝です。
カラオケは、認知症予防に効果的と言われている

活動紹介

どきどきの初舞台

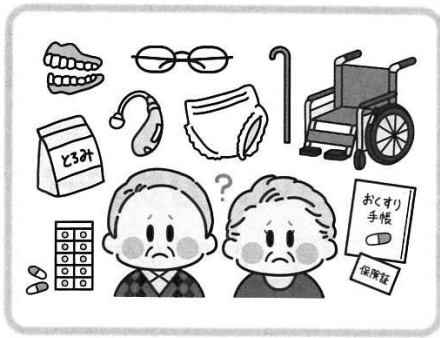
湊校区

森重 辰枝



ますので、これからも追憶しながら練習に励もうと思います。
今回、この大会でお世話になりました皆さまに感謝申し上げます。





活動紹介

防災イベントに参加して

湊校区

米山智恵子

湊校区自治連合会の防災イベントが3月1日（日）に行われました。気候もよく、晴天に恵まれ出発しました。

大阪市西区阿波座の『津波・高潮ステーション』でいろいろ説明を受け多くを学びました。

『大阪くらしの今昔館』では、一日のくらしを実際に体験しました。夜は暗くなり満月が空に浮かび、夜が明けて商店街では忙しく商売されていました。

子供の頃育った山奥の茅葺屋根を思い出し懐かしく思いました。お昼の食事とても美味しかったです。

関西でも長い天満の商店街を歩き、買い物をし、帰りのバスの中では、大勢の人と話しコミュニケーションを図りました。

幹事さんの細やかな気配りがあり、無事、湊へ帰りました。自治会役員の皆さんありがとうございました。お疲れさまでした。



会員投稿



将軍塚青龍殿と京都御苑の桜

英彰校区

加藤有里子



4月8日に、京都・桜、源平垂れ桃、藤、シャ
東山山頂にある「青龍クナゲ、サツキ等が植
殿」「大舞台」京都御苑 えられています。
のお花見に行きました。

前日の雨風で桜の花 トアップされ、庭園内
は残っているのか心配 の紅葉や桜と京都市内
でしたが、当日は申し分 の夜景が、一体となる
のないほど良いお天気 そうです。
でした。庭園には、紅葉、 もう少し桜の花が

残っている時に、ライ
トアップされた夜景も
みえかったです。

花園会館での昼食は、
たけのこご飯や、目に
鮮やかな食事が並び気
分まで明るくなりまし
た。

将軍塚は、衛人たちが
が訪れ、京の都を一望
して、日本の将来に思
いを馳せたことが偲ば
れる由緒ある場所だと、
説明されました。

おたべ本館では、こ
こでしか買えない賞味
期限の短い、ふわふわ
のおたべが、とっても
おいしかったです。



第45回 堺区フェニックスクラブ福祉大会

50組の物語が交差した一日



堺市議会
議員挨拶



開会式

開会式



数内会長
挨拶



市老連齋藤
事務局長挨拶



市老連
社会長挨拶

おしゃれな装い



「さだめの海」歌も聴き惚れましたが艶やかなドレスに見惚れました(浅香山)



「潮来花嫁さん」とってもかわいいですね(神石)



「関東春雨傘」-目の覚めるような素敵な黄緑のお着物がお似合い(市)

待ちに待った第45回堺区フェニックスクラブ福祉大会が、令和8年3月28日(土)、堺市総合福祉会館6階ホールで盛大に開催されました。

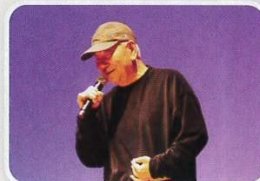
当日は、区内各地域から参加した50組の皆さんが集い、日頃から積み重ねてきた練習の成果を舞台いっばいに披露しました。

大会では、カラオケや民謡、舞踊、楽器

演奏など、多彩な演目が次々と披露されました。出演者の皆さんは、それぞれ趣向を凝らした衣装や演出で舞台上、堂々とした発表を行いました。緊張した様子を見せながらも、演目が始まると生き生きとした表情で熱演され、その姿に観客からは大きな拍手と温かい声援が送られてい



「ふたりの舟唄」素敵なタイトル、歌い手の方もとてもチャームングですね!(少林寺)



「面影橋から」しつとりと歌い上げてくれました(大仙西)

しつとり大人の雰囲気



「夜桜お七」あの難しい坂本冬美の夜桜お七を歌い上げてくれました(湊)





華やかな装い

「風泣き岬」歌もさることばが
らなんて素敵な表情なん
でしょう(三宝)



新舞踊「夜桜お七」-桜の着物
で夜桜お七を踊ってくださ
り、素敵すぎて、ゾクッとしま
した(熊野)



皆さんそろって参加

「好きやねん大阪」かわい
いポーズに胸キュン!(女性部)



「磯原恋月夜」お揃いの着物で
優雅に踊ってくださいました
(錦綾)



「ばけない音頭」見て、聞いて
いる方も楽しく、ボケてられ
ませんね!(錦)



「秋田米どき唄」尺八と三味線
が歌声をいっそう素敵に…
(熊野)



ダンス-姿勢もよく、キレイも
あり、まだまだ現役を感じま
した(英彰)



「男一代」黄色のスト
ライブのネクタイが
ととてもお似合い
ですね!(大仙)



「襟裳岬」ジャケットと
シャツがおしゃれ上級
者ですね(櫻)



「勝手にしやがれ」
振りまでジュリー!
本人かと思いまし
た(錦西)

ダンディな装い

笑顔あふれる ひとコマ



腹話術「キーちゃんともんちゃ
ん」趣味を超えて特技ですね!
(市)

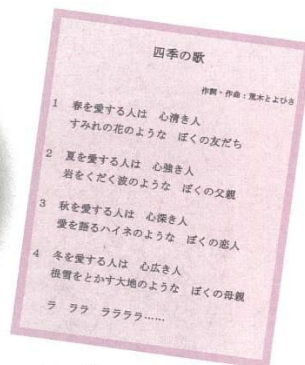


新舞踊「お祭りマンボ」
一緒に踊ってみたいく
なりました(熊野)

素敵な笑顔



「夢春秋」ウエディングドレス
でしょうか。とてもお似合
いです(浅香山)



四季の歌
最後に会場全員で歌いました

会員投稿



おおさか堺バルーンに乗って

少林寺校区

富里智恵子

春らんまんの4月12日、おおさか堺バルーンに乗りました。スルスルとあつという間に100mの地点に到着。

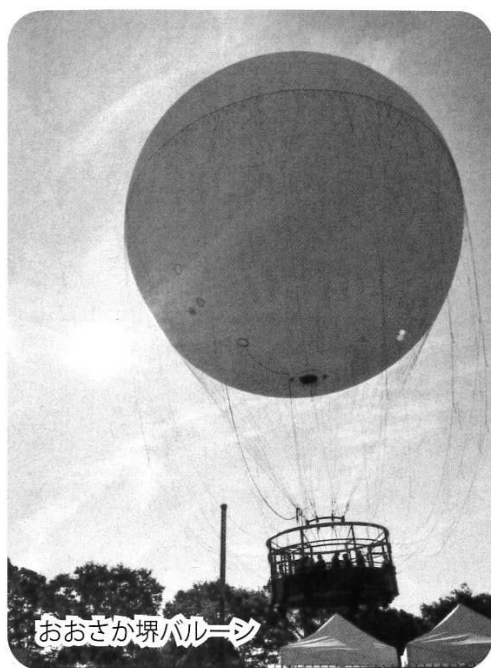
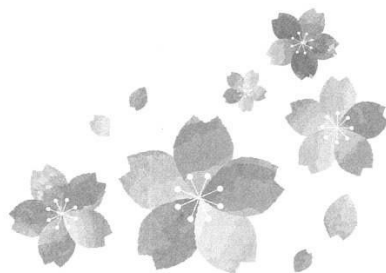
眼下には世界遺産の古墳があちこちにこんもりと樹木の中に鎮座し、遠くは生駒、葛城、金剛の山々。

賑い合った万博の大屋根リング、海の向こうには淡路島、大阪の街も一望でき、ゴンドラを一周するとまさに360°。

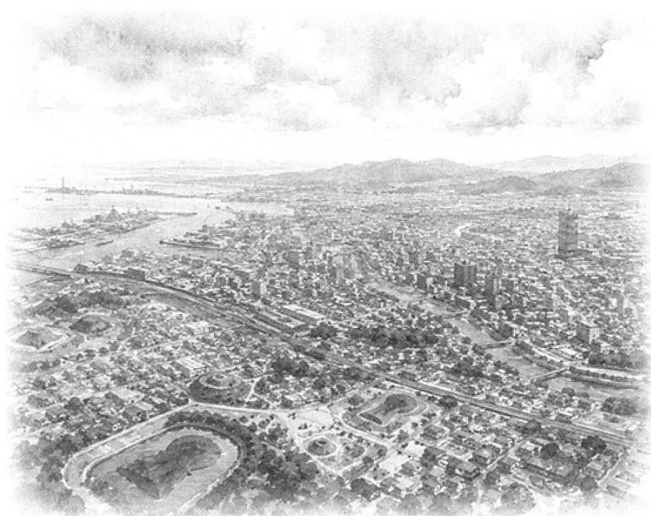
絶景パノラマ。感動の内にあつという間の空の旅は終わりました。

ガイドさんの桜がきれいですよとの説明を

聞き、また、乗りたいと思いつながらバルーンを降りました。



おおさか堺バルーン



会員投稿



私の故郷は大阪堺

大仙校区

下野 耕生



3月、思いがけず子や孫から祝いのメールが届き、金婚式と77歳の喜寿までたどり着けたことを喜んでゐる。出会った時から飾らない人柄の妻と一緒に歩んでこられた幸運に感謝の想いしかない、ありがとうと言いたい。

私は鹿児島県の貧しい海と山しかない、米軍基地のある離島に生まれた。今は航空自衛隊のレーダー基地が山の上面にある。

中学では、南洋の戦地から戻った海軍兵学校出身の怖い先生がいた。親戚の伯父さんだったが、事あるごとに往復

ンタが飛んだ。大人になり帰省すると、怖かった伯父さんは芋焼酎と刺身を持って逢いに来てくれた。そこが私の懐かしい故郷である。

高度成長期、多くの人々がそうであったように人生の大半は大阪で過ごした。嫁も多くの友人もここで出逢った。そして大阪堺が私と家族の故郷になった。

現役の時、ブラック企業を絵に描いたような会社で苦労した仲間たちと年に数回、お初天神近くの居酒屋で酒を飲みながらその頃を懐かしむ。4月、学生時代の友人たちと呉市に集合。

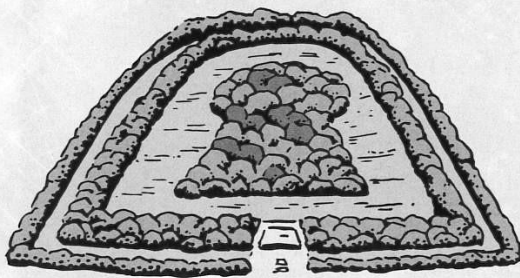
各々の地元を旅し、酒を飲み語り合う。

江田島の旧海軍兵学校に出向いた時は感無量であった。あの伯父さんはここで多くを学び、自分たちが何をすべきかを考えたのだと思つた。

どこに行つても我々世代の関心は地域のなかで、多くの仲間たちと健康でいかに笑つて暮らせるか？ そのために自分たちが何をすべきかを話す。

それぞれの地域・ふるさとで、時にぶつかりながら、歯がゆい想いを感じ、涙する経験をしながら生きている友人たちと出逢つて話ができるのが喜びである。

そしてこれからも地域の高齢者の健全な心身保持と支え合う町づくりをめざし、大仙デイスコン同好会を社協のメンバーとして楽しい活動が続けていく。



会員投稿



初めての入院を経験して

錦綾校区

福井 雅男

若い頃は近眼のため遠くは見づらいが手元は容易に見ることができた。ところが、加齢とともに老眼となり近くを見るのがつらくなったので老眼鏡を購入することにした。

ところが、片目だけが老眼鏡を通して焦点が合わないので医師に相談。検査の結果、黄斑硝子

体牽引症候群・白内障との診断を受け、手術を勧められたので行うことにした。

白内障だけなら翌日退院なのだが黄斑部の手術ということで1週間の予定で入院。

病院に行き入院の手續

きをして早速手術。目の手術のため局部麻酔ということで不安を覚えていたが痛みは全くなく45分ほどで無事終了。

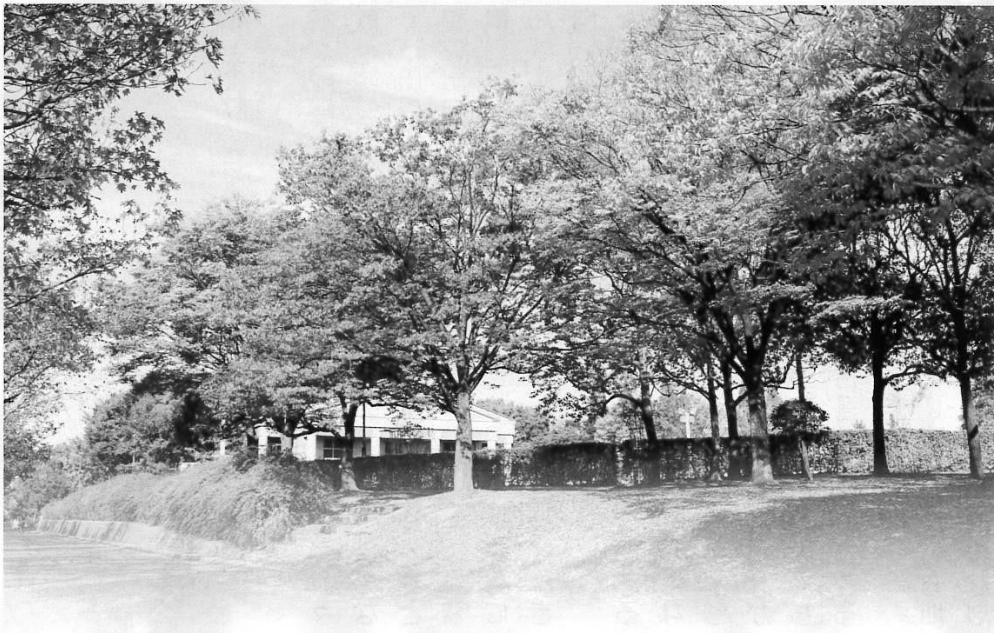
病室は金岡公園が一望できて居心地がよく、術後の痛みも一切なく順調に回復して1週間で予定通り退院できた。

今まで幸いなことに大病をせず今回は人生で初めて入院。

軽度の病状での入院だったので全く心配せず休養程度の気持ちで過ごせたが、重度の病気ではこうはいかない。

今回、入院を経験して重病での入院はとても大変だということを改めて

感じたので、健康や怪我に気をつけて病院の世話にならないように過ごしていきたいと思った。



老人クラブに入会して 生きがいを見つけましょう

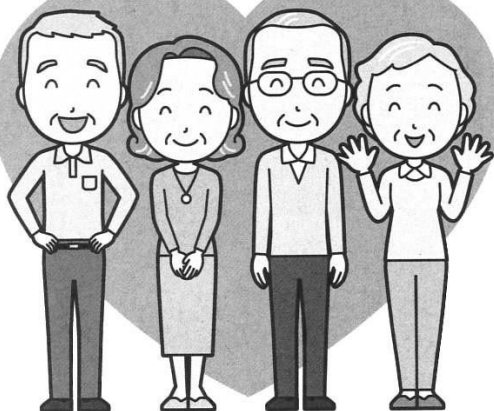
老人クラブ会員募集

仲間づくりと 健康づくりを ご一緒に



老人クラブをご存じですか？私たちは「健康・友愛・奉仕」に基づき活動をしています。概ね 65 歳以上なら誰でも仲間になれます。

健康・友愛・奉仕



入会に関するお問い合わせは

お知り合いの会員、
役員へご相談を！



または

堺区老連 会長 藪内 寛之まで

【主な活動内容】

◆グラウンド・ゴルフ

◆親睦旅行 ◆健康講座

◆ディスコン

◆ゴルフ大会

◆他世代との交流

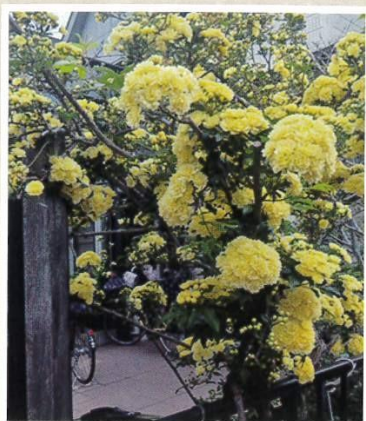
川柳
コーナー

一茶の生誕二〇〇年

自然の俳句 奥深し

米山智恵子（湊校区）





▲「モッコウバラ」
(湊校区 米山智恵子)



▶「造幣局桜の通り抜け」
(熊野校区 黒瀬良三)



▶「樹齢300年の白樺の木」
(湊校区 米山智恵子)

▼「堺タカシマヤ61年の歩み展」
(熊野校区 黒瀬良三)



写真コーナー

会員の皆さまが
撮った珠玉の
スナップ
ショット集



スポンサーへのお礼

広報誌「堺区フェニックススクラブだより」を刊行するにあたり、協賛・協力いただきました方々に厚くお礼申し上げます。

今後も情報発信の場として各クラブの活性化に寄与できる広報誌をめざしていきますので、皆様のご協力のほどよろしくお願い致します。

堺区老人クラブ連合会

編集後記

雨の日が多くなる季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。外出がおっくうになる日もありますが、老人クラブでは各地で元気な活動が続いています。

仲間と顔を合わせ、笑い合える時間の大切さを改めて感じる今日この頃です。

これから暑さも増してまいりますので、水分補給を忘れず、どうぞお身体を大切にお過ごしください。