

堺市美原区老連だより



M・Cみはら



美原総合福祉会館



美原区役所

堺市美原区老連

- 黒山校区老人クラブ連合会
- 美原西校区老人クラブ連合会
- 平尾校区老人クラブ連合会
- さつき野校区老人クラブ連合会
- 美原北校区老人クラブ連合会

編集協力 (株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 TEL (06)6797-0212 FAX (06)6797-0479

美原区老人クラブ連合会の皆さまには、各単位クラブの諸活動に温かいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申しあげます。会長を拝命して四年を迎え、老人クラブ向上に向け、多くの方々に支えられて活動を行ってききましたが、おかげさまで着実に実を結び、大変喜ばしく思っています。

私は、この会員ふれあいの広報紙「堺市美原区老連だより」に第二十四号から携わり、

今号で節目となる三十号を発刊できました。今や大切な情報発信や単位クラブの行事の記録となっております。これからも各単位クラブの新しい情報をお届け、皆さまに親しまれる紙面づくりに努め、各老人クラブの大切な財産としていただきたく思っています。

さて、私事ですが、毎日ウオーキングを一時周程度しています。足腰がつかなくなることはなく、快眠、快食、晩酌

もおいしくいたっています。しかし友人と会えば、病气やけがの話ばかり。この丈夫な体にも突然何が起るのではないかと怖くなる時もありますが、今のところ特に何かに気をつけることもなく、健康でいられることを感謝し、今日も元気に過ごしています。

最後になりましたが、会員増強運動では単位クラブ同士の絆が必要で、一人より二人、二人より皆、入ろう老人クラブ。人と人との和を大切に、健康にも留意され、区老連活動に一層のご支援とご協力をお願い申しあげまして、ごあいさついたします。

育・健全育成に向けた取組について」さまざまな方面からご意見をいただき、ご提言を受けております。

区役所ではこの提言を踏まえつつ、美原の素晴らしい特色を活かしながら、区民の皆さまが笑顔で安全に安心して「いつまでも住み続けたい」と思っていただけるまちづくりに、区役所職員とともに「チーム美原」として一丸となって取り組んでまいります。どうぞご支援・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

結びにあたり、美原区老人クラブ連合会ですますの発展と、皆さまのご健勝を祈念いたします。ごあいさつとさせていただきます。

私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています



就任のごあいさつ

美原区長 澤田 佳知

署さ敵しい折、美原区老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

この四月一日付で美原区長に就任いたしました、澤田佳知です。

区民の皆さまとともに美原区のまちの将来像である「地域つながり、次世代へつなげる美原のまちづくり」を実現するため精いっぱい取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

美原区老人クラブ連合会の皆さまにおかれましては、グラウンド・ゴルフ、ウオーキ

ングや各種集いなど、活発な活動を展開しておられます。また、子ども安全見守り隊や美化清掃をはじめ、日頃から多岐にわたる地域活動に参加いただき、さまざまな形で地域のまちづくりにご貢献いただいておりますことに、心から敬意を表しますとさせていただきます。

さて、美原区では、平成一十七年度より区民評議会と区教育・健全育成会議を設置しております。これまでそれぞれに「誰もが元気にいきいきと過ごせるまちづくりについて」、「家庭・地域における教

育・健全育成に向けた取組について」さまざまな方面からご意見をいただき、ご提言を受けております。

区役所ではこの提言を踏まえつつ、美原の素晴らしい特色を活かしながら、区民の皆さまが笑顔で安全に安心して「いつまでも住み続けたい」と思っていただけるまちづくりに、区役所職員とともに「チーム美原」として一丸となって取り組んでまいります。どうぞご支援・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

結びにあたり、美原区老人クラブ連合会ですますの発展と、皆さまのご健勝を祈念いたします。ごあいさつとさせていただきます。

私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています



会員の皆さまとより一層の努力を

美原区老人クラブ連合会 会長 添田 豊司

美原区老人クラブ連合会の皆さまには、各単位クラブの諸活動に温かいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申しあげます。会長を拝命して四年を迎え、老人クラブ向上に向け、多くの方々に支えられて活動を行ってききましたが、おかげさまで着実に実を結び、大変喜ばしく思っています。

私は、この会員ふれあいの広報紙「堺市美原区老連だより」に第二十四号から携わり、

今号で節目となる三十号を発刊できました。今や大切な情報発信や単位クラブの行事の記録となっております。これからも各単位クラブの新しい情報をお届け、皆さまに親しまれる紙面づくりに努め、各老人クラブの大切な財産としていただきたく思っています。

さて、私事ですが、毎日ウオーキングを一時周程度しています。足腰がつかなくなることはなく、快眠、快食、晩酌

もおいしくいたっています。しかし友人と会えば、病气やけがの話ばかり。この丈夫な体にも突然何が起るのではないかと怖くなる時もありますが、今のところ特に何かに気をつけることもなく、健康でいられることを感謝し、今日も元気に過ごしています。

最後になりましたが、会員増強運動では単位クラブ同士の絆が必要で、一人より二人、二人より皆、入ろう老人クラブ。人と人との和を大切に、健康にも留意され、区老連活動に一層のご支援とご協力をお願い申しあげまして、ごあいさついたします。

育・健全育成に向けた取組について」さまざまな方面からご意見をいただき、ご提言を受けております。

区役所ではこの提言を踏まえつつ、美原の素晴らしい特色を活かしながら、区民の皆さまが笑顔で安全に安心して「いつまでも住み続けたい」と思っていただけるまちづくりに、区役所職員とともに「チーム美原」として一丸となって取り組んでまいります。どうぞご支援・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

結びにあたり、美原区老人クラブ連合会ですますの発展と、皆さまのご健勝を祈念いたします。ごあいさつとさせていただきます。

私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成29年度 区老連収支決算報告書

収入科目	決算額	内容
前年度繰越金	297,554	前年度からの繰越
市老連助成金	300,000	
広報紙頒布代金	70,000	博報社からの助成金
グラウンド・ゴルフ大会参加費	41,650	
研修会参加費	60,000	
預金利息	1	
合計	769,205	

支出科目	決算額	内容
会議・総会費	18,470	総会及び役員会のお茶代
事務費	1,203	紙代等
通信費	11,374	切手代
市老連 ゲートボール大会	600	役員駐車場代
市老連 ウォーキング大会	6,500	参加者お茶代及び駐車場代
区老連 研修会	355,400	研修会参加費 20名参加
区老連 女性部会活動助成	50,000	
区老連 グラウンド・ゴルフ大会	93,990	グラウンド・ゴルフ大会賞品代
慶弔費	0	
保険料	9,500	損害保険料
次年度繰越金	222,168	
合計	769,205	

単位：円

平成30年度 区老連予算書

収入の部		支出の部	
前年度繰越金	222,168	会議・総会費	30,000
市老連活動助成金	300,000	事務費	10,000
広報紙頒布代金	70,000	通信費	5,000
総会費	0	市老連グラウンド・ゴルフ大会	5,000
研修費負担金	60,000	市老連ゲートボール大会	5,000
グラウンド・ゴルフ大会参加費	50,000	市老連ウォーキング大会	50,000
預金利息	5	区老連グラウンド・ゴルフ大会	150,000
雑収入	2,827	囲碁・将棋大会	1,000
		女性部活動費	50,000
		区老連研修費	250,000
		老人クラブ保険料	7,000
		予備費	142,000
合計	705,000	合計	705,000

単位：円



添田会長

美原区老人クラブ連合会 平成30年度総会を開催

五月十四日(月)、堺市美原総合福祉会館において、美原区老人クラブ連合会平成三十年度総会が開催されました。長辻副会長による開会の辞につづき、添田会長がいさづを述べました。その中で会長は、「会長に就任して三年が経ちましたが、老人クラブの会員数は年々減少し、昨年度は八上校区の脱退、今年度は私ども平

尾校区の小平尾も脱退となり、寂しい限りです。今後は堺市老連の行事にも積極的に参加することで他区と交流を図り、どうすれば魅力あるクラブづくりができるかを考えていかなければならないと思えます。皆さんの協力をお願いします」と呼びかけました。

続いて、会則により添田会長が議長に選出され、各議案の審議へと移りました。第一号議案では、「平成二十九年度事業報告」「平成二十九年度収支決算・会計監査報告」が区老連と女性部会から報告され、第二号議案では、「平成三十年年度役員及び部会役員の改選(案)」が提出、それぞれ拍手をもって承認されました。

第三号議案では、区老連および女性部の「平成三十年度事業計画(案)」「平成三十年度予算(案)」について審議され、質疑応答の後、満場一致の拍手で承認。開会の辞をもって総会は滞りなく終了しました。



私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成30年度 区老連事業計画

Table with 4 columns: 月日 (Month/Day), 事業名 (Activity Name), 場所・事業内容 (Venue/Content). Lists various activities like '美原区老連 役員会', '第5回健康ウォーク', '美原区老連 総会', etc.

※その他、区老連関係役員会を随時開催、及び市老連関係の理事会、各部会開催

美原区老連主催 教養講座 開催決定
美原区老連主催の教養講座を、九月十二日(木)午後一時半から美原総合福祉会館にて開催します。
今回のテーマは「知って得する！消費者トラブル豆知識」。堺市生涯学習まちづくり出前講座を利用し、消費生活センターから講師を招いてお話を伺います。高齢者を狙った強引な電話勧誘販売や訪問買取りなどの消費者トラブルが年々増加傾向にあり、被害額も大きくなっています。そこで、実例を交えながらどのように対処すれば被害を防げるか、分かりやすくレクチャーしていただきます。皆さんも「自分は大丈夫」と思わず、ぜひご参加ください。



私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成30年度 区老連地区会長

Table with 5 columns: 校区 (District), 地区 (Area), 氏名 (Name), 役職 (Position). Lists regional chairpersons like 今井 馬場 志朗 (Inspector), 丹上 山本 賢, etc.

区老連役員および市老連担当部会

Table with 5 columns: 氏名 (Name), 美原区老連 (Meimawari Old People's Union), 堺市老連担当 (Sakai Old People's Union), 校区名 (District Name). Lists officers and their respective departments.

平成30年度 女性部会役員

Table with 5 columns: 校区 (District), 地区 (Area), 氏名 (Name), 役職 (Position). Lists female department officers like 今井 梅川 久子 (Vice Chair), 北野 幸代 (Vice Chair), etc.

平成30年度 女性部会事業計画

Table with 3 columns: 年 (Year), 月 (Month), 事業名 (Activity Name). Lists activities for women's departments in Heisei 30 and 31, such as '役員会 / 堺市老連 女性部会', '料理教室 / みはら区民まつりに向けて作品作り', etc.



美原区老連 校区活動だより

さつき野校区
さつき野地区

総会の後は楽しい懇親会!

4月21日(土) さつき野コミュニティセンター

市岡書記の司会で始まった、シニアクラブさつき野の第34回総会。

来賓紹介、宮之前会長のあいさつを経て、第1号議案である「平成29年度活動報告」「平成29年度収支決算報告」「平成29年度会計監査報告」が審議され、それぞれ「異議なし」の声とともに承認されました。

第2号議案では今年度の役員が紹介され、執行部一同が参加者にあいさつ。続く第3号議案である「平成30年度活動計画(案)」「平成30年度予算(案)」においても、満場一致の拍手をもって承認されました。

最後に役員を退任された3名に記念品が贈呈され、稲川副会長の閉会の言葉で終了。新たな1年のスタートを切りました。



総会の後は懇親会が開かれ、会員同士の親睦を図りました。まずは新舞蹈やカラオケなど、日頃の練習の成果を舞台上で披露。会場から大きな拍手が沸き起こりました。

昼食をはさみ、午後は全員で「さつき野の春」「年金時代」といった替え歌を合唱。堺コッカラ体操でリフレッシュした後は、チーム対抗で伝言リレーや筒抜けリレーなどのゲームで盛り上がり、最後はビンゴゲームで閉会となりました。



美原西校区
太井地区

猛暑に負けず奉仕活動!

7月1日(日) 下黒山交差点~太井地区

「何か世のお役に立つような活動ができれば…」という思いが高じて、約10年前から太井周辺の清掃活動に励んでいる太井老人クラブ。以来、毎年3月、7月、11月の1日に山口会長をはじめ有志が集って実施しています。

清掃場所は主に国道309号線、府道190号線、阪和自動車道の側道で、梅雨明け間近のうだるような暑さのなか、30名以上の会員がトンゴとビニール袋を手に、元気いっぱいゴミ拾いをしていました。



平尾校区
平尾地区

キーワードは健康長寿!

5月~8月 平尾会館など

★げんきあつぷ教室を実施

平尾校区老人クラブでは、健康長寿を目指した運動活動に取り組んでいます。今年度は、5月から8月まで4回にわたり「げんきあつぷ教室(地域出前型)」を実施しました。

「げんきあつぷ教室」は、堺市が地域のグループを対象に運動指導員を派遣し、転倒予防・体力増進・運動習慣を身につけるなど、介護予防を目的とした運動を行うものです。

会場の平尾会館には約30名が集まり、運動指導員のレクチャーのもと、つま先やかかと、足首を上げてふくらはぎや太ももの筋肉を鍛える運動などに取り組んでいます。



★市老連・健康ウォークに参加

5月8日(火)、堺市老連が推奨する第5回健康ウォークに美原区老連で参加しました。馬見丘陵公園では花と緑の競演を満喫し、平城宮跡歴史公園では1300年という悠久の歴史の重みに感銘しました。

(平尾校区 添田 豊司)



グラウンド・ゴルフに魅せられて

美原北・今井老人クラブ 馬場 志朗



今井老人クラブはスポーツの一環として三年ほど前からグラウンド・ゴルフを始めました。最初は六名からのスタートでしたが、今では十五名まで会員が増えました。

地区公園の狭い場所なので、通常の二分の一となる四ホールで週二回練習しながら楽しんでます。参加費として各自一〇〇円を持ち寄りですが、ホールインワンを達成した人は無料としています。皆さん上達してきましたので、参加料があまり貯まりません。また、一年に一回コンペを行い、参加賞品と食事会をしてみんなで楽しんでます。

堺市老連では、今年からディスコンというニュースポーツが推奨されていますが、私たちの地区ではグラウンド・ゴルフがやっとならなくなってきたところなので、ディスコンを始めるとはもう少し時間が掛かると思っています。今は笑顔で楽しくグラウンド・ゴルフを楽しんでいるところです。

その他の行事でいうと、堺市高齢者作品展は校区内の各会長に出品をお願いしていますが、思うように集まりませんが、グラウンド・ゴルフやカラオケには人は集まりますが、手芸写真、絵画など出品してくれそうにないです。

健康ウォークは好評でした。美原北校区でも、健康のため年に一度は企画したいものです。

皆さまからの投稿を募集しています!

各校区または単位老人クラブで開催される、季節の催しや奉仕活動などのイベント行事、随筆や文芸などの個人投稿がございましたら、各校区の会長あるいは左記までお問い合わせください。

株式会社博報社 編集部
〒547-0026
大阪市平野区喜連西4丁目6番69号
電話 (06)6797-1038



第13回美原ディスコン大会に参加しました

六月二十日(祝)、堺市立美原体育館第一体育室において、第十三回美原ディスコン大会が開催されました。この大会は、NPO法人美原体育協会事務局が主催しており、堺市美原区内のディスコンチームであれば老人クラブのサークルに限らず参加できます。毎年六月と十二月に開催され、参加には予選などもありません。

今回は、美原区内の六地区から参加した十四チームが三つのリーグに分かれての総当たり戦となります。A・Bリーグは五チーム編成で四試合対戦、Cリーグは四チーム編成で三試合対戦となります。勝敗数と得失点差で順位を決め、各リーグ一位の三チームが優勝チームとして表彰されます。

開会式では、大阪府テニス協会専任講師の玉浦史子審判長からルール説明が行われました。ディスコンは地域や団体によって独自の「地元ルール」があるため、統一ルールを各チームに確認して行きました。準備運動を終え、いよいよ試合開始! 美原区老連からは、平尾ディスコンクラブの二チームと北余部ディスコンクラブの三チームが参戦しました。特にAリーグとBリーグは、両クラブのチームが入っており、白熱した戦いが予想されます。



また、老人クラブ以外にも福祉会館チームなど多くの団体が参加しており、それぞれ虎視眈々と優勝を狙っています。



北余部ディスコンチームが大活躍!

私たちは、堺市美原区老人クラブ連合会の活動を応援しています

平成30年度 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会



6月14日(木)～15日(金)の2日間にわたり、THE KASHIHARA(旧・権原ロイヤルホテル)で開催

▼第一日目
 物故者への黙とうの後、中保団全老連理事・近老協会会長が主催者を代表してあいさつを述べられました。続いて、荒井正吾奈良県知事、竹内輝明奈良県社会福祉協議会常務理事から祝辞があり、来賓の紹介、近老協役員の紹介のあと開会式は終了しました。

「のぼせよう！健康寿命、抱おう！地域づくりを」をメインテーマに、近畿二府四県市から三〇九名が参加し、講演や各老連の事例発表が行われました。美原区老連からは添田会長、鶴谷女性部長、吉村女性部会計の三名が参加しました。

次に、岡本まゆみ全老連参事による基調報告「老人クラブ組織の発展に向けてのぼせよう！健康寿命、抱おう！地域づくりを」が行われ、四年連続で会員数を増加させている大阪府の高石市老連と交野市老連の取り組みが紹介されました。高石市では若手部会が加入促進に特化した活動を行うことで成果を上げているとの報告があり、また、交野市は若手部と女性部が加入促進活動を行い、情報を各地区と共有し地域の他団体とも密に連携することが成果につながっていると報告がありました。

- ◎第1分科会 「健康長寿に取り組み健康づくり・介護予防活動」
- ◎第2分科会 「地域包括ケアシステムの構築に向けた友愛活動の充実」
- ◎第3分科会 「多世代や地域団体との交流による地域づくり」
- ◎第4分科会 「会員加入促進に向けた老人クラブづくり」

その後、研究討議へと移り、四つの分科会に分かれて事例発表などが行われました。

▼第二日目
 午前九時から全員でいきいきクラブ体操を行ったあと、奈良県立医科大学地域医療学講座・赤井靖宏教授を講師に迎え、「あなたは知っていますか？こんな怖い慢性腎臓病(CKD)健康長寿の秘訣はCKD予防にあり！」のテーマで講演が行われました。全体会議では、分科会の各座長から事例発表についての概要の紹介があり、中会長から「会員増強は勧誘だけでなく、入りたくなるクラブづくりが重要と感じました」と講評が述べられました。

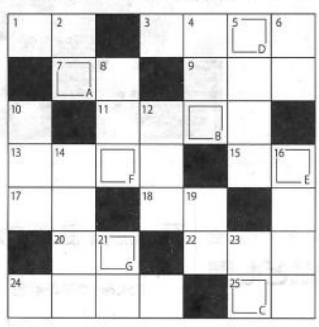


堺市老連の出席者で記念撮影

最後に、奈良県老連会長からのお礼のあいさつに続き、次回開催地の大阪市長連会長があいさつを述べ、二日間の研修会は閉幕しました。

ここでちょっと頭の体操 クロスワードパズル

◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEFGGに入ることを見つけてください。



タテのカギ

- こんな道具があったらいいな。ドラえものの「どこでも」
- 千利休や与謝野晶子を生んだ大阪の都市といえは？
- 食用の果実。水菓子ともいいます
- 巨大な陸上動物で、頭の角が特徴です
- 2020年、日本は「オリンピック・」に沸きそうです
- ワインの原料となる果実
- 韓国を代表する漬物
- となり近所の人
- 魚介類を捕獲して生計を立てている人
- 鉄道が停車する場所
- イネ科の穀物で、パンや麺類、ビールの原料に用いられます
- 元は英語で、親分やリーダーのこと

ヨコのカギ

- 高級魚とされるアカムツの別名は____グロ
- 東京スカイツリーのお膝元の町で、下町の代名詞
- 越路吹雪が歌ったシャンソンの名曲「____の讃歌」
- 「当面の____は会員増強です！」
- トラック等で売り歩く、冬のおやつ定番
- 夢を英語で言うとは？
- 日本の食卓に欠かせない、食用の海藻
- めぐり合わせ。「____を天に任せる」
- 物事の道理をわきまえ正しく処理する力
- 体のトレーニングを行うための屋内施設
- 15世紀に発見された南アフリカの岬といえは、____峰
- 夏祭りなどで人気の、____すくい
- 外国でも人気が高い日本料理の代表格

答えは8ページにあるよ！





美原老人福祉センターからのお知らせ

クラブ活動・会員募集

美原老人福祉センターで活動しているクラブ・同好会の会員募集です。地域のお年寄りの活動拠点として、さまざまなクラブ活動に多くの方が参加されています。あなたも見学から始めてみませんか？ 堺市在住で満60歳以上の皆さん、奮ってご参加ください。

クラブ名	活動日	時間帯	活動内容
美原バンパーボール同好会	毎日		バンパーボール
ゲートボール同好会	毎週月曜日	13:30～15:30	ゲートボール
チームなでしこ	毎週月曜日	13:15～15:15	ラインダンス・ヨガ
さざなみ(健康太極拳)	毎週月曜日	9:00～12:00	太極拳
書道クラブ	第1・3月曜日	9:30～16:30	書道
ヘルシー体操美原	第2月曜日	10:00～11:30	鳴子・ストレッチ体操
謡曲同好会	毎週火曜日	9:00～12:00	謡曲
水墨画同好会	第1・3火曜日	13:00～15:00	水墨画
美原ディスコンクラブ	第2・3火曜日	9:30～12:00	ディスコン
カントリーハッピースマイル	第1火曜日 第4土曜日	(火)10:00～12:00 (土)13:00～16:00	カントリーラインダンス
友禅染クラブ	第2・4水曜日	9:00～12:00	友禅染
美原フォトクラブ	第4水曜日	13:30～17:00	写真
カラオケクラブ	毎週木曜日 第2・4土曜日	(木)9:00～15:00 (土)13:00～16:00	カラオケ
美原麻雀同好会	第1・2・4木曜日 第2・4土曜日	10:00～16:00	麻雀
手芸すざらんクラブ	第1・3木曜日	13:00～15:00	手芸
生花クラブ「広友会」	第1・3木曜日	9:00～12:00	生花
大正琴クラブ	第2・4木曜日 毎週金曜日	(木)10:00～12:00 (金)13:00～17:00	大正琴
美原長寿囲碁クラブ	毎週金曜日	13:00～17:00	囲碁
健康体操クラブ	月4回金曜日	13:30～16:00	健康体操
キルトやくるま草	第1・3金曜日	9:00～12:00	パッチワーク
楠民踊会	第1・2・3土曜日	13:30～16:30	民踊
美原健康太極拳	第1・3・5土曜日	9:00～12:00	太極拳
美原文化芸能クラブ	第3土曜日	13:00～16:30	踊り・着付など



カントリーハッピースマイル



大正琴クラブ

◆老人福祉センターって、どんな施設？

堺市の老人福祉センターでは、高齢者を対象に…

- ・浴室
- ・囲碁・将棋、バンパーボールなどレクリエーションの設備
- ・クラブ・サークル活動に利用する部屋の貸し出し
- ・講座や教室などの行事の開催などを行っています。

◆利用できる人は？

- ・堺市内にお住まいの、満60歳以上の方

※利用するためには、利用証の交付を受ける必要があります。お近くの老人福祉センターで、利用証発行のための手続きをしてください。その際、年齢と住所が確認できるもの(運転免許証や健康保険証など)をご持参ください。

◆利用時間と料金は？

- ・午前9時～午後5時15分
【浴室は午前10時～午後3時】
- ・利用料は無料です

◆休館日は？

- ・日曜日・国民の祝日・年末年始
- ※暴風警報などのため休館することがあります。

お問い合わせは、美原総合福祉会館まで
美原区黒山782-10 TEL. 072-362-3939

高齢者に人気の

趣味

趣味を持つことにより、毎日の生活にも張り合いが生まれ、心身の健康と若さを保つ効果もあります。複数の趣味を持ち、人生を楽しく素晴らしいものにしていきましょう。

旅行

時間的余裕のできる高齢者の方に、圧倒的な人気のある趣味が旅行です。

家庭菜園・ガーデニング

自然に触れながら行うので癒し効果があり健康にも良い趣味として人気があります。

音楽鑑賞

お茶やコーヒーを飲みながら好きな音楽を楽しみたいという方に人気の趣味です。

ウォーキング・ジョギング

手軽にできる健康法として、年代を問わずに人気のある趣味です。

俳句・詩作

新聞などに投稿したり、作品を集めて出版するなど将来の夢にもつながる趣味です。

その他

登山、温泉めぐり、楽器演奏、パソコン、囲碁・将棋などがあります。





第42回堺市老連主催
堺市高齢者作品展

七月六日(金)～十日(火)の五日間にわたり、堺市立東文化会館二階ギャラリーにて、堺市老連主催の第四十二回堺市高齢者作品展が開催されました。
堺市各区から書・絵画・手芸・写真などの作品が区別に展示され、美原区からは三十四点の力作が展示されました。



出展者に聞きました

手芸品など3点を出展した鐘ヶ江さん。中でも専用の用紙を削って描くスクラッチアートは、2カ月前に書店で見つけた浮世絵を題材にしたキットで初挑戦。「この作品をきっかけに、スクラッチアートに興味を持ってくれたら…」と笑顔で語ってくれました。



平尾校区 鐘ヶ江和子さん
スクラッチアート「北斎」



平成30年7月豪雨により被害を受けられた皆様へ

謹んで大雨による災害のお見舞いを申し上げます。
このたびの豪雨により、被害を受けられました皆様には、心からお見舞い申し上げます。
くれぐれもお健康に留意され、一日も早く復旧されますよう、お祈りいたします。
堺市美原区老人クラブ連合会

ご協賛いただきました皆様へ御礼

このたびは、広報紙「堺市美原区老連だより」に広告のご掲載を賜り、誠にありがとうございました。本紙はきたる超高齢社会に向けて会員の生きがい・健康・教養を高めるとともに、会員相互の親睦交流を願って発行するものです。以上の趣旨をご理解いただき、何卒、未永きご厚誼、ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

堺市美原区老人クラブ連合会

「堺市美原区老連だより 第31号」
次号は平成31年2月発行予定です

6ページ クロスワードパズル

答えは

A	B	C	D	E	F	G
あ	い	す	く	り	ー	む

でした。