

泉北老友

発行所
堺市南区
老人クラブ連合会
発行責任者 井上善吾
新槍尾台4-16-24-309
TEL(072)296-8950

編集・印刷
シルバー新聞社
TEL.06-6764-6089

※次回発行は2019年10月1日です。原稿は7月31日頃まで各校区編集委員まで提出してください。期日に遅れないようにお願いいたします。



南区老人クラブ連合会長 井上善吾

人生100年時代「健康づくり、地域づくり」活動に努めよう!

お花見の季節を迎えました。皆様には益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。平素は南区老人クラブの活動にご支援、ご協力を賜りまして有難うございます。平成30年度の行事も各校区会長、部会役員様のご協力により遂行出来ました。平成も今年度で終わり、新しい元号に変わる大きな節目の年を迎えます。

南区老連も今年を起点により一層の発展に努めてまいりたいと思えます。人生100年時代と言われている時代、南区も會員の高齢化が急速に進んでいきます。高齢化社会では健

康づくり、地域づくり活動等がより大切になります。健康寿命を伸ばし、住み慣れた地域で安心して暮らすにはお互いの助け合いが重要です。また、昨年度も大阪府下で「特殊詐欺被害」が35億8千万円発生しています。特に高齢者を狙った詐欺が多発しています。皆様十分に気をつけましょう！今年度も役員一同南区老連のより一層の発展に努めてまいりますので何卒、皆様方のご支援ご協力の程よろしくお願い申し上げます。



堺市南区長 隅野 巧

住みよい地域づくりを

春風が心地よいこの頃、南区老人クラブ連合会の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。また、南区政全般に対しまして、日頃から、温かいご支援とご協力いただきありがとうございますことを、厚くお礼申し上げます。早いもので、昨年4月に南区長に就任して

1年が過ぎました。昨年は「災」という文字に表されるように、自然災害が多発した厳しい一年となりました。南区でも9月の台風21号による多大な被害を目的の当たりにし、災害の恐ろしさを痛感することにも、日頃からの備えの大切さを改めて実感しております。さて、まもなく「平

成」が幕を閉じ、新しい時代が始まります。その記念すべき年に、百舌鳥・古市古墳群の世界文化遺産登録の決定が控えており、南区においても、原山公園再整備に向けた工事が始まるなど、ビッグイベントが続きます。また、堺市は、大阪府で唯一「SDGs未来都市」に選ばれました。これは、「誰ひと

り置き去りにしない社会」の実現をめざすとともに、目標の中に、「全ての人に健康と福祉を」というスローガンも含まれています。南区では高齢化率が32%を超え、人生100年時代を迎えた今日、健康そして健康寿命をどう伸ばしていくかが重要になります。高齢者が楽しく、生きがいをもって、安心して暮らしていくためには、健康で自立し、身近な仲間と支え合いながら、住みよい地域づくりを進めていくことが必要です。



春を呼ぶ梅花に誘われて

竹城台 洞口 公 俊

ごうしたことから、地域の高齢者で組織し、生きがいづくりや健康づくりを始めとして、「反愛活動」や「奉仕活動」、「子どもの見守り活動」といった地域を支える老人クラブの取組は、今後ますます重要になってまいります。区役所も職員一丸となって、南区のまちづくりを進めてまいりますので、會員の皆様におかれましても、今後ともお力添えを賜りますようお願い申し上げます。最後になりましたが、皆様のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げます。

※SDGs(持続可能な開発目標) 2015年9月の国連サミットで採択されたもので、国連加盟193か国が2016年12030年の15年間で達成するための具体的な169のターゲットで構成されています。

げ、ご挨拶とさせていただきます。

秋季親睦の紀州・白浜バス旅行

竹城台校区 洞口 公俊



南区老ク連では十月二日、紀州・白浜へ秋季親睦バス旅行を実施し、黒潮の香と風光にふれ、味覚に舌鼓を打ち親睦のひとときを過ごした。百九十八名の参加者を得て盛会だった。

南区老連演芸大会の報告

竹城台校区 金井 辰男

南区老人クラブ連合会第38回演芸大会は平成30年10月18日に「大阪府立障がい者交流促進センター」のホールで行われ、出演種目と出演者は「歌謡曲31組33名」、「踊り7組46名」、「舞踊3名」、「新舞踊2組3名」、「らくらく体操9名」、「ハーモニカ演奏とボーカル2名」、「オカリナ演奏2名」、「太極拳6名」で8種目104名でした。素人ばなれの上手な演技も多く、日頃の練習の成果を充分発揮して頂きました。観客席からの応援拍手も盛んで花束贈呈等もあり、演芸大会を盛り上げて頂きました。また、出演者の最高齢の「渡辺ヒサ氏(庭代台92歳)へ南区老連井上会長より感謝状と金一封の贈呈がありました。なお今年の演芸大会も楽しく予定通り実行できましたのは、楢崎演芸部委員長、進行司



南区老連秋季ゲートボール大会

11月1日、庭代公園グラウンドで南区老連ゲートボール大会を開催しました。天候も秋晴れのなか各校区単位クラブの代表16チーム参加して試合開始となりました。各チーム日頃練習の成果を発揮して無事に試合を終了しました。

大会成績
優勝 片蔵(上神谷)
2位 緑ヶ丘(上神谷)
3位 小代(福泉中央)
4位 はれやか
(泉ヶ丘東)
5位 逆瀬川(上神谷)



会の原つや子氏、中野美智代氏はじめ実行委員の皆様方のご協力のおかげです。実行委員の一人として厚くお礼を申し上げて報告と致します。



南区老連第25回 秋季グラウンドゴルフ大会

11月7日西原公園グラウンドゴルフ大会を開催しました。天候も秋晴れのなか168名参加に於いて試合開始となりました。各参加選手は日頃の練習の成果を発揮され無事に試合を終了しました。

大会成績 男子部
優勝 坂東和明
2位 弘田桂三
3位 田山 東
4位 上迫 典
5位 道山喜一郎
6位 金澤俊祐
7位 中野保孝
8位 村上博晴
9位 松尾未人
10位 細川勝巳



大会成績 女子部
優勝 中戸井初恵
2位 村島博子
3位 安藤正子
4位 松島智恵子
5位 藤沢津智子
6位 東 ヒデ子
7位 藤原晴代
8位 岡本静代
9位 渡辺桂子
10位 畠田玲子



南区老連女性部会主催 音楽会

女性部会長 五 島 洋 子

女性部会で11月23日、赤坂台小学校にて音楽会を開催することになりました。当日、体育館の室内も寒いかなと心配しましたが、おなじバンド「ハッピーエンド」クラブの招待演奏が始まると室内も寒いどころか、熱気で私たちが若いころに聞いた懐かしい曲、ナツメロを聞き、昔に戻ったような気持ちにさせてもらって嬉しかったです。



当日は男性8名、女性53名が参加して下さいました。約15曲を演奏して約2時間。参加をされたみなさまは楽しい時間を過ごされたと思います。大変ありがとうございました。

南区老連 前期行事予定

- 4月1日 泉北老友 発行
- 22日 役員会
- 23日 南区老連定期総会
- 2日 南区老連女性委員会
- 5月16日 交通安全ゲートボール大会
- 2日 春季ラウンドゴルフ大会
- 23日 役員会
- 27日 ゲートボール大会
- 30日 堺市老連定期総会
- 6月13日 第1回ディスコン交流会大会
- 13日 大阪ガス料理教室3名 女子
- 14日 近畿ブロックリーダー研修会
- 28日 役員会
- 7月5日 高齢者作品展
- 8月2日 単位クラブ会長研修会
- 2日 泉北老友編集会議
- 2日 演芸大会実行委員会
- 9月3日 南区老連日帰り旅行
- 2日 泉北老友校正会議
- 2日 演芸大会実行委員会
- 25日 堺市ラウンドゴルフ決勝大会
- 2日 大阪ガス料理教室3名 男子

介護予防や認知症予防に最適なスポーツ ディスコ

庭台台校区 山本善雄

ディスク(円盤)を投げる度に歌声や拍手、メンバーが一斉にため息が出たりして、終始和やかに競技がでるスポーツです。

このスポーツは身体に負担をかけずに適度な運動ができ、競技をする中で話をする機会があり、仲間づくりもでき、健康寿命を延ばすのに最も効果的なので、堺市老人クラブ連合会で推奨しているスポーツです。

ディスコは高齢者を中心に広がっており、南区では9校区で約100人が年3回交流会を行っています。堺市老人クラブ、ディスコ協議会や協会等の大会もあり、本年



は南区長杯の大会も予定されています。

南区囲碁将棋大会開催される

泉ヶ丘東校区 服部洋和

平成30年南区囲碁将棋大会は11月24日(泉が丘市民センター)で開催されました。囲碁には18名、将棋は10名が出場。和気藹々のなかにも、日頃鍛えた実力を発揮し真剣な対局が行われました。その結果、優勝者は囲碁の部、四段以上は泉ヶ丘東・中井道夫氏、初段〜三段は上神谷・吉田融氏、級位者は横塚台井上吉一、将

棋の部、初段以上横塚台池之野増夫氏、級位者は福泉中央・中野昭二氏がそれぞれ優勝され、来る31年1月18日、堺市老連の平成31年「新春囲碁将棋大会」に南老連の代表選手として出場していただきます。今回は例年に対し、出場選手がやや少なかったので、次回の大大会には、皆様奮ってご参加くださいますようお願いいたします。



平成30年度第47回全国老人クラブ大会

平成30年12月4日、5日の2日間、沖縄県宜野湾市コンベンションセンターで開催されました。

堺市老連より10名、全国から約1600名の参加者が集いました。メインテーマ「のばそう！健康寿命・担おう！地域づくりを」

4部会に分かれ、各部会のテーマ毎に活動発表がありました。

第1部会 私達の地域を支え合う～新地域支援事業への参画

第2部会 仲間を増やそう～会員増強運動の推進

第3部会 老人クラブ高齢消費者被害防止キャンペーン

第4部会 演じる活動

上記、4部会の活動発表があり、非常に勉強になりました。

南区老連もこの部会発表を参考にして活動していきたいと思えます。



元気な時からフレイル予防！

大切なあ・し・た！

堺市南保健センター

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をフレイルと言います。健康な状態と要介護状態の中間的な段階です。フレイルには身体的要素(口腔機能の低下など)、精神的要素(認知機能の低下など)、社会的要素(閉じこもりなど)の3つの要素があります。

要介護状態となる理由の1位は「認知症」、2位は「骨折・転倒」、3位は「高齢による衰弱」となっており、これらはフレイルの要素が原因と考えられています。「体重減少」「疲労感」「握力の低下」「歩行速度の低下」「身体活動の低下」のうち、3つ以上当てはまる状態がフレイルです。早く気づき、日々の生活

活を少し工夫して健康づくりを心がけることで防ぐことができま

活動やウォーキング・体操などの自主活動グループに参加したり、趣味や習い事、仕事など積極的に社会と関わりを持ち続けましょう

活動やウォーキング・体操などの自主活動グループに参加したり、趣味や習い事、仕事など積極的に社会と関わりを持ち続けましょう

「大阪光のルネサンス 2018」を見学して

新樟尾台校区 米本清行

新樟尾台校区老人クラブの11クラブの中に「歩こう会」があります。2016年3月にスタートして約3年になります。当初6人のメンバーも今や30人に増え、「仲間と楽しく歩こう」を実践しています。毎週金曜日の午前9時から榊・光明池地区の泉北ニュータウン内を1時間半程度歩いた後、福祉会館内の「コミュニティ喫茶」で談笑します。

また、時には電車・バスを乗り継いで遠出をしており、昨年12月19日(火)の夜には、16人のメンバーが参加して、大阪・中之島の「OSAKA 光のルネサンス2018」を見に行きました。今年で16年目を迎える「OSAKA 光のルネサンス」は、開館100周年を迎える大阪市中央公会堂とのコラボレーションとなる光のアート作品を中心に、水都大阪のシンボル中之島に広がる水辺の風景を活かした光のイルミネーションを展開していました。

中央公会堂のウォールタペストリー文化・芸術・学術





一週間のスタートは「ふれあい喫茶」から

竹城台 洞口 公俊

竹城台校区老ク連では、毎月曜日「ふれあい喫茶」を開催している。常連のジジイ6、8名で1つのテーブルを囲みG7(ジジイ・セブン)と称

し地域井戸端会議をしながらモーニング喫茶(コーヒー&トースト・ゆで玉子で200円)のひとときを過ごす。お互いに耳が遠くなる、その上、モノ忘れがひどく言葉を失念し咄嗟に出す「アレアレ」「コレコレ」「ソレソレ」と連想ゲームみたいなことで、しかも話には円滑に弾む。世の中に憤慨し、また少しずつ何かを失い、できないことが多くなっている。人生を嘆くことしきりである。イスに坐る時も立つ時も「ドックイイしょー!」ではなく「アッ 痛たたり」です。

上北支部、親睦旅行へ行く

美木多校区 上北支部



関係者の皆様、大変お世話になりました。御礼を申し上げます。

美木多校区上北支部では十月二日(火)、親睦旅行に行きました。行き先は犬鳴山温泉「不動口館」、参加者四十五名。「不動口館」では、

おいしいお料理をいただいたりおしゃべりに歌にと楽しみました。足や腰の痛みを忘れるほどでした。八十五歳以上の方も五名参加されていて、

送迎付きバスで行きました。昼食の後、カラオケで皆さん歌が大変お上手で、カラオケ器械の側に寄って和気あいあいでした。老人会で毎年参加しますがこんな良い新年会は初めてで、それぞれ良いコミュニケーションがとれて認知症予防にもなると思えました。

新年会

1月24日 やよい会22名でかつらぎ温泉へ

城山台校区 高谷 千代子



御協賛各位への御礼

「泉北老友」の発行につきまして、多大なるご支援、ご協力を賜りましたことを心より御礼申し上げます。堺市南区老人クラブ連合会

原稿募集

- ▼活動報告や随想の原稿を500字以内でお願いします。
- ▼文芸サロン(短歌・俳句・川柳)は、従来どおりです。
- ▼校区クラブたよりは主な活動を「写真つき」でお願いします。
- ▼皆様により楽しく読んで頂けるよう、紙面の工夫をしていきます。今後ともご投稿、ご愛読のほどお願い致します。

(編集委員会)

忘れられない心の高まり

御池台校区 井藤 由紀子

それは喫茶店でお茶を飲んで居る時のことでした。「歌と踊りのコラボやってみませんか」「いいわよー」その時、何故かスリッパと返事をしました。「えっ！本当なのー？」トびつくり隣に座っていた仲間の女性が言いました。何時もなら、こんな簡単にOKの返事はしないもんだから、「あらー」と思ったのでしよう。それは4ヶ月後の「南区演芸大会」に向かってカラオケ会長と一緒に参加するかどうかを検討している時でした。

数日後、件のCDを頂きました。4月に出した新曲「北山たけし15周年記念曲」、王道演歌の「津軽おとこ節」。曲を聴いてみると「この曲いいなあー」歌詞を暗記すると同時にその詞を理解することもできました。「早速この曲に振付を考えねばなりません」

開演5日前1日だけのリハーサルです。踊りの仲間、関係者数名の手に歌詞に合わせて4回手合わせを行いました。ここで、何とか手ごたえを得ることが出来たので、本番に臨むことにしました。当日は、満席の会場、踊りの仲間、老人クラブの面々、大勢応援に来てくれており、出番は午前のトリです。歌い手は金の袴に金扇子、踊りは粋な着流し、両者が見えを切る所作と



同時に大声援と大きな拍手、5分間のコラボは一瞬のうちに終わりました。楽屋でも「良かった、良かった」と大喜びで迎えてくれました。70歳を過ぎた自分が久しぶりに味わった感動です。「やって良かった」と一週間余り続いた「心の高まり」は決して忘れないうちと思えます。

「松友会・さわやかサロン」の誕生会に招かれて

赤坂台校区 西 得二郎

私は昭和5年9月9日重陽の節句の日生まれて、今年八十八歳米寿の年を迎えました。米寿と申しましても長命長生きの時代で卒寿、白寿の皆さんからみれば今だ若年寄かもしれませぬ。しかし年ら、私にとりましてはよくぞこれまで生きて来たものと感慨入りのものがあります。

奈良薬師寺何代か前の管長、高田好胤の話だったかに、誕生日とは人それぞれに記念すべき嬉しい日でありますが、その母親にとっては不安と苦痛の日であった事に想いを致し、親に感謝する日でもあります。南紀州の片田舎、貧農の家に八人兄弟の四男四女の第七子四男として生まれ

た私は、新生児としては健康な状態ではなく、この児は普通に育つのであろうかと心配された様もあり、又、母も高齢で産後の肥立ちも悪く、母乳の出が少なく殆ど重湯で育てられた様であります。それからあらぬか、長じてからも子育てで嫉妬等については特に好き嫌いのなき普通の人になる様育てられました。私の郷里南紀州では「風悪いワ」と言う言葉がよく使われます。着る物や言動から生活態度まで少しとも悪いと「風悪い」とやかま

しく注意されました。お陰様で全く普通の平凡な世渡りをして来た様に思えます。良き事も悪い事も新聞紙上で報道されたり、テレビで放映されたりした事もなく八十八年を過ごして来ました。縁あってこの地に住居を構え四十余年になります。松友会の皆さん、赤坂台五丁目自治会の皆さん、良い方々に恵まれて幸せな生活をさせて頂いて居ります。この分なら卒寿白寿迄生きたいと思えます。どうぞよろしくお願いします。(本稿は平成30年

祖谷勤務の思い出(2)

新檜尾台校区 黒川 和平

10月25日発行の「松友会だより10月号」に掲載されたものです

(前号からの続き)
私はそれでもあきらめ切れず、直接、本庁捜査課に手紙で問い合わせ、あれば送っていただくこと考えた。そして5円(当時)の葉書に住所は「東京都」とだけ書き、宛て名は「警察庁捜査課御中」とし、裏面本文には前述のような実情を切々と述べ、「あればぜひ1冊送ってほしい旨」を記し発送、依頼した。やがてこれを読んだ本庁捜査課O主任部長さんから「下の倉庫を探したら落丁分が1冊あった。代金は不要です。しっかり勉強していい捜査幹部になってください」との手紙をそえて本を送ってくれました。この方のお陰で喉から手がでるほど欲しかったものを入手でき、飛び上るほど嬉しかった。O警部さんにお礼の手紙を出し、以後この本を参考書にし、自信を持って事件処理にあたる事ができました。

当時の東祖谷山村は、村長派と反村長派に分かれ政争の激しいところだった。私たちが

はいずれにも偏せず、ただひたすら住民の安全を守るため日夜奮闘し、村民に親しまれ、信頼される警察の皆さんからは、あらゆる場面で私どもに対し多大なご支援ご協力をいただいた。そのような赴任地に惚れ、赴任地に溶け込んで気持ちよくスムーズに仕事ができた。祖谷は本当に思い出の多い懐かしいところである。

赴任から丸1年が経過したとき、異動の発令があり、大勢の村人たちに見送られ、次の赴任地川島警察署に赴任した。

その後、警部補に昇任、暫く県に在籍した後、いわゆる推薦組として本庁捜査二課に向向した。それから数年が経ち、同課知能犯係長として在勤中、地方に出でいたO氏が警視正になり、知能犯担当課長補佐で戻って来られ、私は直属の部下としてお仕えし、ご指導いただいた。思えばその方とは5円のはがきを取り持つ奇しき縁というか、不思議な巡り合わせだった。

「平和」の有難さを今更

思う今日この頃

御池台校区 金安清

平成の時代は戦争は無かった。平和の有難さをしみじみ感じた。今年5月からの新元号の〇〇時代も平和でありたい。戦争はふとした事から起る。過去の歴史がそつ物語っている。さて昨今、きな臭い事が起っている。それは日韓関係だ。文在寅政権に代って徴用工訴訟判決、慰安婦問題、自衛隊哨戒機へのレーダー照射問題、ここに来て日韓関係は悪化の一途を辿っている。日本政府は、レーダー照射問題ではこれ以上この問題を大きくしたくないとの見解を発表した。私は賢明な発表であったと思う。一部の識者

西暦と和暦換算法

豊谷 蜂 校区台代庭

33・11・25・88・18、何の数列だろうか？

今年2019年は4月末までが平成31年、5月1日からは改元して新元号となる。この和暦を西暦に、また逆に西暦を和暦に換算するときのキナパーを、明治から5代を33以下18まで順に並べたものだ。平成の場合は88であった。2025年に大阪・関西万博が開催される。新元号に言い換えてみよう。計算は下二桁の数字を使う。25-18=7、新元号7年となる。昭和でいえば何年？キナパーは25すると25-25=00、奇しくも昭和100年である。区切りのよい記念イベントなんだなとわかる。

この法則を覚えておくと便利である。例えば、女性に年齢はストリートに聞きにくい。そこで「何年生まれ？」と聞くと、割合簡単に「10年よ」とか答えてくれる。あとは素早く暗算すれば良い。よほどの若い人でなければ、昭和と見当がつくので10+25=35年生まれ、2019-1935=84(歳)。

「10歳若く見えますね。70代半ば手前かなと思いましたよ」「アラ、オホホ」会話も弾むというもの。このように、和暦と西暦ならキナパーを加え、西暦と和暦なら引けば良い。但し、明治の場合だけは逆になる。暇つぶしのちょっとした頭の体操に活用できる！

小さな親切？

大きなお世話？

横塚台校区 吉岡志浩

先日雨降りだったので、泉ヶ丘図書館へ行くのにつもみのバイクでなく、百円のバスにした。横塚台センターバス停で一人のお婆さんがベンチ傍のゴミ缶からアルミ缶を取り上げプルタブを集めているのを見た。つい最近NHKの「所さん！大変です」という番組でリサイクル業者からしたら迷惑行為以外の何物でもなく、溶解して再利用するので缶のまま収集をと説明していた。

約40年ほど前に車椅子に変えられるとか、怪我を無くすとか、資源回収とかで、大勢が集めた頃があった。今でもパチンコ店入口にゴミ袋が置いてあって底部にプルタブが入っているのを見かけるので、続いている所もある様だ。幾つかのアルミ缶からプルタブを集めたお婆さんはバス待ちをすぎる事なく交番前を歩いて去って行った。その様子は以前からやっている事で、正しい事を

小学生との交流会

新檜尾台校区 井上善吾

新檜尾台小学校では毎年1年生から6年生で班(8人位)を組みオリエンテーリング(野外活動)を実施されています。6年生がリーダーで、各種ポイントでゲームを行い点数の評価で表彰されます。チームワークや挨拶が上手に出来ているか等も評価点に加算されます。老人クラブも毎年参加しグラウンドゴルフ、ボウリングゲーム



続けている信念らしきものが感じられた。話は変わるが私は一見健康者に見えるが狭心症で2度心臓バイパス手術を受けていて、心臓機能障害4級の身障者である。割引等種々の恩恵を受けている。特に関係があるわけではないが、第一、3月曜日のビン・缶取集日に出していたのを近隣の社会福祉法人の依頼でアルミ缶分別提供を行っている。本来なら行政(堺市)が主導するべき問題とも考えるのだが、一向にそんな話は聞かない。皆さんはどう受け止められますか？

みんなまで除草を

上神谷校区 八田 忠 敬

昨年の9月12日、市立青少年の家グラウンドの除草をクラウンドゴルフ部(羽柴俊明会長)のメンバーで行いました。毎週練習で使用させていたたいおり、また青少年の家は元泉ヶ丘西中学校で多くのメンバーの母校で草刈り機のエンジンの音が響くなか、みんな役割りを分担し、1時間半で作業を終えることができました。



クラブ活動で感銘・感動した事

美木多校区 榎 本 隆

「コミニティ紙に」
「当方病後で家事が出

来ません、どなたか報酬で少しでもいいですから手伝ってくれませんか」と、読んである看護師が、週1回3時間位行ってあげている。「ええーっ」とびっくりした。せちがら世の中でなんとこんな人が居るんだと深く感銘した。

・榎尾老人クラブのカラオケ「サタデークラブ」を33年にわたり、お世話してくれている会員さんがいます。10人いれば10人とも世話

三社詣

福泉中央校区 中西 武

平成最後の年、恒例の福泉中央校区老人クラブの新春三社詣、今年には南高尾の皆様の参加もあり総勢54名2台のバスに分乗して恵方である奈良、伊勢を目指して穏やかな未だ正月気分も覚めやらぬ8日の朝出発しました。西名阪香芝インターを降りて法隆寺の近くを通り、やがて龍田大社に到着。秋にお参りす

ると紅葉が非常にきれいだということですが今その面影もなかった。昨年は大阪北部、北海道地震、中国四国地方の水害、台風21号の災害と多い年でしたが、「風神」を祀る大社で、古くは第10代崇仁天皇が国内で起こった疫病、凶作等との災難を治めるために建造されたといわれています。美しく参拝致しました。

次に、伊賀一之宮インターからすぐにあるご祈祷、厄除けの朱塗りの鳥居でむかえてくれる敢氏/阿閉氏の氏神様ともいわれている。あわただしく参拝し、しばらく走って行くこと、ところろ麻伊勢路で昼食をいただき、遠く青山高原、伊賀上野城を眺めてバスを揺られて行くこと、やが

を嫌がるのに、まあこんな長年にわたり続けられるとはなんと奇特な方だろうか、感服!。
・和泉市伏屋に「大阪ワークセンター」の作業所がある。そこに7・8名の音楽バンドがある。「うちの老人クラブに来てほしい」と話してみると「是非やらせて下さい」とうれしい返事。当日会館で歌と演奏をしてくださいました。その中ではいかにも無骨そうな青年が、なんとピアノを弾

いたのはびっくりした。演奏が終わってすぐに一人の女子が澄み切った高い声で「ありがとー」と叫んだ。満面の笑みうかべ、心の底から「楽しかった、嬉しかった」と何度も喜びを顔いっぱいに表示して帰られました。我々健常者よりも表情豊かなのには胸をうつされた。

「人の為差し出す明かり我が足元も明るくなりけり」と先人の言。

楽しかった!

またやりたいナ

庭代台校区 小田 健 一

て田舎のひなびた所に大村神社、名鉄観光から連絡あったか宮司さんが出迎えてくれて神社の由緒など詳しく説明してくれた。そこは地震を呼ぶとされるナマスが出てこないように「要石」を祀っている、ナマスの形をした水かけ石、境内いたるところにナマスの文様が柱などにほどこされて、日本三大希蹟と言われる「虫食鐘」でポイントと鐘を撞き今年の無事安寧家内安泰をお祈りしました。帰りはみんな思い思いに土産物の買い物袋を手にもって帰りのバスに乗り込んだのでした。

毎年新春恒例の庭代台小学校児童(約150名)と老人クラブ会員(延42名)との交歓「甘あそび」が、1月17日(木)、同24日(木)の両日午後、同校体育館で開催された。

遊びの種目は毎回同じで、コマ廻し、けん玉、お手玉、あやとり、おはじき、羽根つきの6種目。



17日は1年生と、24日は2、3年生との競技でしたが、初体験の児童もジイちゃん、バアちゃんの教えを受けて一生懸命チャレンジし上手なできたときにはニッコリーと実に楽しそうでした。

本日はベッタン(メロンコ)、ビー玉、ペーゴマ廻し、ゴム跳び、石けり、ケンケンパーなど戸外での遊びの方がもっと楽しいのですがねえ。

泉北老友文芸サロン

短歌

福泉中央校区 田中 高子
被災地へ面御陛下の慰問旅やさしい
笑顔に心うつる
年賀状くれた人いまごろは神祕
の国で友ができたか
福泉中央校区 田中 亀久一
正月に家族一同打ち揃い生きる倅せ
改めて知る
川舟に乗りて眺めつ古都の空家並み
の歴史心奪わる
福泉中央校区 山本 喜恵子
さっそうと見守りの地に園児バスあ
んな昔に戻りたいなあ
下手なりに私弾きます大正琴亥年の
弾き初め北国の春
福泉中央校区 辻田 尚美
夕陽射し簾にゆらく木漏れ日は風の
紅を透けてまはゆし
満月の白き光の天窓に合掌しながら
真夜をまじろむ
福泉中央校区 辻本 利子
あたたた顔をかくして孫と声あけ
る夕げの後の一時のたんらん
福泉中央校区 横道 シゲ子
芽出たしや二十歳の孫娘成人式振り
袖姿は青空に映ゆ
初詣友ら集いて三社詣深山の径に椿
さざん花
上神谷校区 櫻淵 和代
庭先でほかに香る水仙が寒さが好
きとけなげに咲きて
美木多校区 北條 サヨ子
ヒヨ鳥がたっぷり食べたその後丸
い目白が夫婦で止まる

俳句

福泉中央校区 巽 崇
時雨日や傘持つべきか手水鉢
赤坂台校区 久松 節子
春隣介護のプロは聞き上手
赤坂台校区 白石 和子
寒椿挿して定まるひと日かな
赤坂台校区 小林 富美子
気疲れの八十路の袖子湯あふれしむ
赤坂台校区 植田 雅子
晩節の健康運よ残り福
赤坂台校区 尾崎 武彦
うららかや席譲り合ふ路線バス
福泉台校区 岩井 美智子
黄落の樹々や喜寿の同総会
冬麗の空に浮き立つ富士の嶺
福泉台校区 佐々 匠
春めくや子ら弾けをる昼休み
来年も()で開きたし初雲雀
上神谷校区 向井 佐和子
遊ぼうと兎に呼ばれ婆松納
土屏より我が家をのぞく寒鴉
上神谷校区 井守 たかし
孫曾孫年越そはのテーブルに
年賀状同級生は二人のみ
上神谷校区 片山 茂
初詣幸せを願う長い列



川柳

上神谷校区 芝本 君子
歎始真近に見ゆるニュータウン
とぎれつつ少女読みあぐ歌留多会
美木多校区 北條 益子
寒い日々孫の健康気にかかる
美木多校区 北條 節子
秋祭り太鼓の稽古鳴り響く
空高く紅白の玉入れきいたな
泉ヶ丘東校区 原 つや子
指折りて新しい年幸あれと
クリスマス街の空気に老い忘れ
泉ヶ丘東校区 福田 洋子
災害が多かりし年あとなわすか
泉ヶ丘東校区 鶴見 武子
年の瀬は人の流れに握る杖
泉ヶ丘東校区 梅下 千代
寒き夜子への強がり電話口
御池台校区 伊藤 基治
牙え返るプラスチックの終楽章
御池台校区 小引 忠彦
藤棚に多数からみて太極拳
御池台校区 中川 チエ子
種袋ふればかすかに母の声
御池台校区 楠本 恵子
鯉の群花びら追ふて廻る
御池台校区 市岡 昌子
初燕空の固さのありにけり
御池台校区 池澤 睦子
金剛山隠す朝もや雉の声
美木多校区 深見 忍
たしかメモしたけどそのメモどこへ
やら
耳肥やしたいのになぜか腹肥えた
重い日がまた暮れてゆく母介護
またあると思つた財布力ラだった

船宿「おきやん」(お侠)

御池台校区 田村 みのる

う。昔、永代橋を渡って日本橋に入ること江戸に行くと言ったもんだよ。
朝夕、川筋には河岸が立ち、貝や魚の店が江戸河岸とはまた違った賑やかさがある。
今日も清一は京橋、芝にかけての大規模町割り作業を終えて、道すがら馴染みの店をのぞいてみた。「清さん、シャキッとした舌さわりの青柳、蛤の活きのいいやつ、いま採れたの絶品だよ、買ってきな」
結局、酒一升に見合う有に黒鯛の切り身、蛤三つを竹皮に包むと、ふろりと、馬籠長屋に帰ることした。
夕七ツ、女房のおきよはまた帰っちゃいねえ。田島に育った生粋の浜女、働き者で気風も良く、昼間は端仲町の料理屋で修業方々働いている。夕六ツを過ぎてやっと一人の女を連れてかえってきた。
名はみよ、年は二十歳で「そい、小柄で日焼けした、まさに母の匂いのする浜娘、腐りやすい魚介類を処理する機知と敏捷さが身につけているシャキッリおんな。
「清さん、やっつと目星がついたってことかね。今日も端仲町の女将とも話したところで、このおみよとね、船宿「お侠」(オキヤン)をやらしてもらいたいんだよ」
「いいわい！ キッパリと言葉は(いなせ)で(いきみ)男っぽくも、それでいて命懸けの情け深さ、女の(ななせ)がなきゃならないんだよ」——今日もおきよ、女将は叱咤する。

老人クラブへあなたも参加しませんか。

老人クラブでは趣味を通じて生きがい活動や高齢者が相互に支え合う友愛活動、子供たちの見守りや交流活動。さらに高齢者ならではの伝承活動や美化活動など地域を豊かにする社会貢献活動にも取り組んでいます。私たちは一人でも多くの皆さんに老人クラブを知って頂き活動の輪に参加して頂くために会員増強運動を推進しています。
【お問い合わせ先】
堺市南区老人クラブ連合会事務局
電話072(2608)1500までお問い合わせください。



フォト アルバム

泉ヶ丘東老連演芸大会

泉ヶ丘東校区 松永英之

昨11月13日火曜市民センター「松の間」に於いて開催しました。

日頃からきたえた、のど自慢の面々、又、女性陣の見事な踊り、

拍手、喝采です。午後の部では「飛入りコーナー」を設け、応援席からも多数の歌手が出演いたしました。総勢90名、楽しい一日でした。

知ってました？

美木多校区 檜本 隆

昭和天皇の、天皇即位記念として、美木多村よりの栗の苗木二本を

各戸に配られたそうで、我が家も一本植えられました。15年位

前枯れたので切りました。その切り株の写真です。



平成の思い出を 歌声に乗せて

庭代台校区 小田 健一

夏冬通算33回目となる恒例の新春カラオケ祭りが1月29日(火)午前9時30分から庭代台地域会館で開催された。校区5単位老人クラ

ブから総勢57名が出演し、ノド馴らしに全員で童謡「うれしいひな祭り」を斉唱のあと、それぞれが日頃練習した自慢の新曲や懐メロ

を熱唱した。今回は平成最後のカラオケ祭りで、57名中6組のご夫婦が参加され盛会裡に終了した。



編集後記

ご投稿下さった皆様有難うございます。皆様の記事を読ませて頂いて感ずるのは、老人会の活動が皆様方に楽しみと元気を与えて、健康長寿に役立っているということだと思います。どうぞこれからも老人会の各種の行事に参加頂いて、その成果を泉北老友にご投稿頂きますようお願い申し上げます。

竹城台 金井辰男