

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

編集協力 株式会社 大阪平野区喜連西4-6-69 TEL (06)6797-0212 FAX (06)6797-0479



健康寿命と心

美原区老人クラブ連合会
会長 添田 豊司

やっととうとう新しい梅雨が明けたと思ったら、連日の猛暑です。

四月一日に新元号が「令和」に決まりました。平成が災害に見舞われた時代だったからか、令和という元号は、人々が美しく心を持つて寄り添えば、どんな困難も乗り越えられるという思いが込められているよう

に感じます。

私もついに七十六歳になりました。最近では、楽しみよりも恐怖となつていっています。一時間ほど歩いても、足腰がつかなくなることはありません。



美原区老連の皆さまへ

美原区長 澤田 佳知

暑さ厳しい折、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。

美原区長として二回目の夏を迎えることができました。これもひとえに美原区の皆さまに、大変温かく、また心優しく迎えていただいたお陰であると心からお礼申し上げます。

健康などの講演会、趣味文化活動など、活発な活動を展開しております。さらには、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貢献いただいております。心から敬意を表しますとともに、感謝を申し上げます。

さて、元号が「令和」に変わり新しい時代がスタートいたしました。その中で、堺市は明治二十二年に全国で最初の市の一つとなつて

以来、市政施行一三〇周年を迎えました。また、百舌鳥・古市古墳群が世界文化遺産一覽表に記載されることとが期待される「フェニチエ堺」がグランドオープンします。

こうした慶事を区民の皆さんとお祝いするとともに、美原区の魅力である歴史文化資源と農業や人材を組み合わせて新たな魅力を創出することも、その魅力を内外にアピールして多くの方に訪れていただき、賑わい活性化につながるよう取り組んでまいります。

また、区役所では、美原

時間はすべての人に平等に、一日二十四時間として与えられています。ところが、一人ひとりが感じる時間には長短があるものです。年を取るにつれて時間のたつのが早くなるとよく言われますが、今は子どもも忙しくなつて、一日を短く感じる子がいるかもしれません。一方で、高齢になつて時間を余らせているという人も少なからずいます。自由に使える時間をどのように過ごすかは、人生の充実度につながると思います。

ではないか、と私なりに思っています。最後に、今後も健康で楽しく魅力ある美原区老人クラブ連合会を目指して、役員一同取り組んでまいりますので、各単位クラブ会員の皆さまのより一層のご支援、ご協力お願いいたします。



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30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	222,168	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	32,600	
研修会参加費	78,000	
預金利息	3	
合計	702,771	

支出科目	決算額	内容
会議・総会費	11,760	総会及び役員会のお茶代
事務費	128	領収書用紙
通信費	0	
市老連 グラウンド・ゴルフ大会交通費	7,200	出場者駐車場代
市老連 ウォーキング大会	0	
区老連 研修会	407,000	研修会参加費 26名参加
区老連 グラウンド・ゴルフ大会	64,645	グラウンド・ゴルフ大会賞品代
区老連 女性部会活動助成	50,000	
慶弔費	0	
保険料	9,000	損害保険料
次年度繰越金	153,038	
合計	702,771	

単位：円

令和元年度 区老連予算書

収入の部		支出の部	
前年度繰越金	153,038	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	140,000	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	152,870
合計	715,870	合計	715,870

単位：円

美原区老人クラブ連合会
令和元年度総会を開催



五月十四日(火)、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令和元年度総会が開催されました。開会に先立ち、長辻副会長から出席者十二名で総会が成立されたことが報告され、続いてあいさつに立った添田会長は、「会員数が年々減っておりますが、まずは自分の単位クラブから会員を増やさなければならぬ」と思い立ち、他区の会長と面談してさまざまな情報や提案を頂戴しました。その中で、年会費なしにする

れば入ってもらえるのではないかと、という意見を持ち帰り、年会費なしで勧誘の声をかけをしたところ、会員数四八二名と倍以上の増員に成功しました。会員を増やすには、自分たちで動かなければなりません。今後もしっかりと協力をよろしくお願いします」と呼びかけました。

続いて、会則に基づき添田会長が議長に選出され、各議案の審議へと移行しました。第一号議案では、「平成三十年度事業報告」(平成三十年度収支決算報告・会計監査報告)が区老連と女性部会から報告されました。第二号議案では、「令和元年度役員及び部会役員改選(案)」が提出、それぞれ拍手をもって承認されました。



の辞をもって総会は滞りなく終了しました。

令和元年度 区老連および市老連事業計画

月	日	事業名	場所・事業内容
5	14	美原区老連 令和元年度総会	美原総合福祉会館
	30	堺市老連 総会	堺市総合福祉会館
6	13~14	近畿ブロック老人クラブリーダー研修会	大阪市港区
	18・21	体力測定(堺市老連主催)	金岡公園体育館
7	5~9	高齢者作品展(堺市老連主催)	東文化会館
8	2	単位老人クラブ会長研修会 会員増強運動推進本部大会(堺市老連主催)	堺市総合福祉会館
9		美原区老連 健康講座	内容未定
	15~21	老人の日(老人週間)	各単位クラブで活動
	20	全国一斉「社会奉仕の日」	各単位クラブで活動
	25	グラウンド・ゴルフ決勝大会(堺市老連主催)	金岡公園運動場
10	3	堺市高齢者福祉大会(堺市老連主催)	堺市総合福祉会館
	11	美原区老連 初心者のためのiPhone教室	美原総合福祉会館
	31	ゲートボール決勝大会(堺市老連主催)	金岡公園運動場
11	3	みはら区民まつり	模擬店等参加
	6	ウォーキング大会(堺市老連主催)	金岡公園運動場
	9~12	ねんりんピック紀の国和歌山2019	和歌山県
	26~27	全国老人クラブ大会	埼玉県
1	27	美原区老連 グラウンド・ゴルフ大会 (予備日:12月4日)	美原みの池運動広場
		新年互礼会(堺市老連主催)	
2		囲碁・将棋大会決勝(堺市老連主催)	
		美原区老連 研修会	行先未定
3	3	ディスコン大会(堺市老連主催)	金岡公園体育館
	6	女性部リーダーセミナー(堺市老連主催)	堺市総合福祉会館
		美原区老連 令和2年度総会準備	役員構成、事業報告書、 事業計画書、決算予算書等

※その他、区老連関係役員会を随時開催、および市老連関係理事会・各部会を開催

区老連役員および市老連担当部会

氏名	美原区老連	堺市老連担当	校区名
添田 豊司	会長	理事 教養研修部会	平尾
市田 理	副会長	健康厚生部会	黒山
吉村 清子	会計	女性部会	さつき野
景山 花子	副会計	総務部会	美原西
千々岩 優人	監査役	広報委員	平尾
場谷 正雄	監査役		黒山
宮之前 久雄	書記	社会福祉部会	さつき野
縄田 京子	書記		平尾
霧谷 衣江	女性部会長	市老連副会長 女性部会理事	美原西
鹿庭 美代子	女性部会		平尾
川口 加代子	女性部会	女性部会	黒山
奥野 たえ子		若手委員	平尾



六月十七日(月)、美原総合福祉会館会議室において令和元年度第一回役員会が開催されました。

はじめに添田会長からあいさつがあり、「校区ごと脱退という残念なお知らせがあり、今年度から美原区老連は新体制となりました。役員は皆さまには大きな負担がかかりますが、力を合わせてこの難局を乗り越えたいと思います。ご協力をお願いいたします」と呼びかけました。

続いて、今年度の各種行事について打ち合わせが行われました。

①市老連高齢者作品展について

令和元年度第1回役員会を開催

- ②区老連グラウンド・ゴルフ大会について
- ③健康教養講座の開催について
- ④みはら区民まつりへの出展について
- ⑤役員会および四役会議の開催について
- ⑥行事の運営方法や事業計画、今後の方針についてさまざまな意見が交わされました。

第15回みはら区民まつり 11月3日(日・祝)に開催決定!

美原区役所・美原文化会館および美原区役所別館北側広場を会場に毎年盛大に催される「みはら区民まつり」。令和時代初の開催が11月3日(日・祝)に決定しました。美原区老連からは女性部が参加し、手作りの手芸品や洋服、小物雑貨などを販売する予定です。皆さん、ぜひ足をお運びください。

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

美原区老連 校区活動だより

4/14 上黒山老人クラブ 総会&お花見親睦会

日曜日

上黒山総合会館

約50人の会員が上黒山総合会館に集い、平成31年度総会が開催されました。冒頭、長辻会長から黒山校区会長職の交代が発表され、バトンを受け取った市田新会長は「分からないことばかりで戸惑っていますが、皆様のご協力よろしくお願ひします」と決意を述べました。

その後も総会は滞りなく進行し、すべての議案が満場一致の拍手で承認されました。



総会後のお花見親睦会は、長辻前会長の乾杯の音頭でスタート。アトラクションは美原区在住の田中弥生さんによる腹話術で、長寿の秘訣や市役所の話など現代社会のさまざまな問題を、おばあちゃん人形を操りながらおもしろおかしく披露。その後はお弁当を食べながら、会員同士が親睦を深めていました。

4/20 シニアクラブさつき野 第35回総会&春の懇親会

土曜日

さつき野コミュニティセンター

市岡書記の司会のもと進行された第35回総会。宮之前会長のあいさつでは、「間もなく平成から令和へと時代が変わります。われわれも気分を新たにクラブ活動ならびに会員増強に尽力してまいりたいと思います」と述べました。また、宮之前会長を議長に審議された議案は、すべて満場一致の拍手をもって承認。最後に役員を退任された2名に



記念品が贈呈され、総会は終了しました。

第2部・春の懇親会ではカラオケや新舞踊が披露されたほか、参加者全員で替え歌『シニアクラブさつき野会』『さつき野の春』などを合唱。その後は「ジェスチャー」「伝言リレー」「座って体操」「脳トレクイズ」が行われ、最後は恒例の「ピンゴゲーム」で会場は大盛り上がり！参加者全員が笑顔で会場を後にしました。



◆株式会社博報社 編集部
〒547-10026
大阪市平野区喜連西4丁目6番69号
電話 (06)6797-1038-1



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。

平尾校区からお礼とお知らせ

- ◆平尾地区夏まつりが8月3日出に開催されました。老人クラブの皆さまには、いろいろなお手伝いのほか踊りにもご参加いただき、暑いなか何事もなく無事に終えることができ、心よりお礼を申し上げます。来年の参加もよろしく！
- ◆平尾校区ディスコン交流大会を9月8日(日)に開催予定。皆さまの参加をお待ちしています。



平尾老人クラブ 日帰り研修旅行のご案内

- ・日程：11月13日(水)
- ・行き先：湯の山温泉と御在所岳散策（御在所ロープウェイ）
- ・料金：おひとり様9,980円のところ6,000円で参加できます。
- ・お申込：令和元年9月末までに各班長へお申込ください。

黒山警察署からの
お知らせ



特殊詐欺に注意してください!

平成30年の大阪府下での特殊詐欺による被害は1,622件で、被害金額は約35億7,500万円となっており、今年に入っても被害は多発しております。「本当にそんなに簡単にだまされるの?」と思われるかも知れません。

単に「お金を振り込んで」と言われてもだまされませんが、振り込め詐欺は人間の心理を巧みに利用した卑劣な犯罪です。被害に遭われた方のほとんどは、「振り込め詐欺については知っていたが、まさか自分が被害に遭うとは思っていなかった」と話しています。特殊詐欺の手口を紹介しますので、みなさんも他人事だと思わず、被害に遭わないように注意してください!

◆ 還付金詐欺

区役所保健課の職員などを名乗って「医療費の還付金がある」と電話で申し述べ、金融機関ATMに誘導する不審な電話が多数かかっています。この電話は「詐欺」です。このような電話を受けた場合はATMに行くことなく、必ず警察に通報してください。

★ 還付金等詐欺に遭わないために

- ①「私はお金がないので大丈夫」という思い込みを捨てましょう。
- ②区役所などの職員が医療費の返金をATMで受け取るよう指示することは絶対にありません。「お金を返します」と言われても、一度は電話を切って、親族や正式な公的機関の窓口で電話をかけ直して事実を確認するなど、必ず誰かに相談しましょう。
- ③身近な人に相談できない場合は、最寄りの警察署や自治体の相談窓口など信用できるところに相談してください。



◆ オレオレ詐欺

息子や孫などになりすまし、「会社の女性との間に子どもができた。示談に数百万円いる」「会社のお金を使い込んでしまった」「友人の保証人になった。今日が返済期日で、払わないと返済金が膨れあがってしまう」などと言って、現金をだまし取ります。

警察官、金融機関職員(銀行協会職員)などになりすまし、自宅まで現金を取りに来てだまし取る詐欺もこの手口ですが、実際に現金やキャッシュカードを預かったり、電話で暗証番号を聞くことはありません。

★ オレオレ詐欺の被害に遭わないために

- ①子どもや孫から「お金を振り込んで」と言われても、一度は電話を切って、再度電話をかけ直して事実を確認しましょう。また、身内であると名乗って送金を依頼してきた場合は、電話の本人とあなたにしか分からないことを質問しましょう。普段からご家族や身内の方と「合言葉」を決めておくのも良い方法です。
- ②振り込む前に必ず誰かに相談しましょう。身内や親友の方など身近な人に相談できない場合は、最寄りの警察署や役所の相談窓口など信用できるところに相談してください。
- ③少しでも不審に思ったら、警察や金融機関職員に直接相談してください。

◆ 架空請求

架空請求詐欺事件とは、振り込め詐欺の一つの形態であり、インターネットや郵便などを利用して不特定多数の者に対し、未払い料金があるなど架空の事実を口実に料金を請求するなどして、現金を預金口座に振り込ませてお金をだまし取る犯罪で、被害者は比較的若い人が多いのが特徴です。

最近の手口を見ると、法務省が差出人となる「民事訴訟裁判の告知」と題したハガキや封書を無差別に送りつけたり、被害者の携帯電話のメールに「有料サイトの料金が延滞しているので延滞金を振り込んでください」などと要求したり、「△△に当選しました。すぐに手続きをしてください」などと電話をかけさせるといった手口で、一段と巧妙になっています。

身に覚えのない発信元からのメールに表示されているアドレスにアクセスしたり、不用意に電話をかけたりせず、まずは最寄りの警察署に相談してください。

★ 架空請求の被害に遭わないために

- ①心当たりのない請求には応じないことが大切です。不安に思った時は、記載されている電話番号やアドレスに問い合わせをすることなく、各相談窓口にご相談ください。
- ②使用したサイト名の記載がない請求、利用した時間の記載のない請求、明確な料金内訳の記載のない請求、料金請求以外の文言(身辺調査の開始、会社への訪問など)が記載してある請求は要注意です。
- ③レターバック(旧エキスバック)で現金を送ることはできません。レターバックを利用して送金を求める業者は、正規業者ではありません。また、ギフトカードなどを利用しての送金にも注意してください。

「もしや、これは詐欺では?」と思ったら…
☎ 072-362-1234
黒山警察署までお問い合わせください。



あなたも堺市美原区老人クラブ連合会に入会して、地域の仲間と楽しく過ごしませんか? 美原区在住で60歳以上の方なら、どなたでも入会可能です。スポーツ・レクリエーション・社会見学などは日々の生活を豊かにし、環境美化・社会奉仕・世代間交流では地域の皆さまから非常に喜ばれています。これまで培った知識や経験を大いに発揮して、生きがいと健康づくりに励みましょう! 興味をお持ちの方は、各校区長までお問い合わせください。

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

令和元年度 近畿ブロック老人クラブリーダー研修会



▼第一日目
近畿老人クラブ連絡協議会の大辻正忠会長のあいさつで始まり、来賓の大阪市福祉局長の平澤宏子氏が松井一郎大阪市長のメッセージ

「のびよう！健康寿命、担おう！地域づくりを」をメインテーマに、六月十三日(休)、十四日(休)の両日、大阪市港区のアートホテル大阪ベイタワーで、令和元年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会が開催され、近畿二府四県と四つの政令指定都市から各老人クラブ連合会会長はじめ役員らが参集しました。
美原区老連からは添田会長、霧谷女性部長、吉村会

を代読した後、大阪府社会福祉協議会の宮川晴美会長が祝辞を述べました。その後、全国老人クラブ連合会参事の河野敦子氏が「老人クラブ組織の発展に向けてのびよう！健康寿命、担おう！地域づくりを」と題して基調報告を行いました。
分科会では以下の四つのテーマに分かれ、研究討議を行いました。

- 【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」事例発表：東大阪市森河内校区、神戸市垂水区、和歌山県白浜町
- 【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」事例発表：堺市北区金岡南校区、奈良県天理市
- 【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」事例発表：京都府長岡京市、大阪市阿倍野区
- 【第4分科会】「会員加入促進に向けた老人クラブづくり」事例発表：兵庫県加東市、滋賀県甲良町、京都市下京区

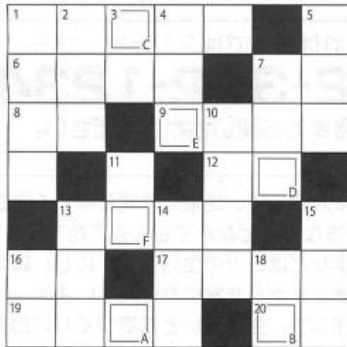


堺市老連の出席者で記念撮影

▼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後、大阪市健康局医務監の國吉裕子氏を講師に迎え、「のびよう！健康寿命、担おう！地域づくりを創ろう！いのち輝く未来社会」と題した講演が行われました。
全体会議では、近畿老人クラブ連絡協議会の赤阪修一副会长を座長に、大社会長が初日の分科会の講評を述べました。
休憩を挟んで、大阪府老人クラブ連合会の野口一郎理事長がお礼のあいさつを行いました。その後、和歌山県老人クラブ連合会会長である赤阪副会長から、次回開催地となる和歌山の紹介と開会あいさつがあり、二日間にわたる研修会は幕を下ろしました。

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、ABCDEFに入ることを見つけてください。



タテのカギ

- 姫路城は、_____城とも呼ばれます
- 西洋発祥の衣類。日本語でいうと外套着
- 桜より早い時季に観賞できる木といえ
- ヤツデの葉のうちわを持った、鼻が長い伝説の生き物
- 学校が終わって家に帰る_____時間
- 選挙演説、駅伝ランナー、宴会などでよく使われます
- 風の力を借りて進む_____サーフィン
- _____振り、_____焼酎
- 感情的にならず_____ある行動を
- ビット_____、_____パーキング
- 電線などにとまってチュンチュン鳴く鳥
- 金星の別称。_____の明星、宵の明星
- 神社で神に仕える女性

ヨコのカギ

- 中国最初の古代統一帝国、秦の創設者
- 塩味、みそ味、しょうゆ味などがある、体が温まる食べ物です
- 海にすむ軟体動物。主に足が八本あります
- _____いも、ふる_____
- 割り切れる数のこと
- 深呼吸。「大きく_____を吸って〜」
- テレビやエアコンにはかかせません。片手で押すだけ
- たくさん運動したら、いっぱい_____をかいた
- 深く掘った地面から、くみ上げた水。最近緊急用としても注目されています
- 抽選や参加賞などでもらえる品物
- 新潟産、秋田産などが有名です

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
十六拳	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
歌謡舞踊「吉昭花の会」	第2・4月曜日	13:00~16:00	歌謡舞踊
ヘルシー体操美原	第2月曜日	10:00~12:00	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
美原ディスコクラブ	第2・3火曜日	9:30~12:00	ディスコ
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
みはらギタークラブ	第2・4火曜日	13:00~17:00	ギター
フラサークルブルメリア	毎週水曜日	9:00~12:00	フラダンス
美原パソコン同好会	第1・2・3水曜日	13:00~17:00	パソコン
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)10:00~15:00 (土)9:00~12:00	カラオケ
美原麻雀同好会	毎週木・土曜日	10:00~16:00	麻雀
手芸すずらんクラブ	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	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
健康増進詩吟道場	第1・2・3金曜日	10:00~11:30	詩吟
キルトやぐるま草	第1・3金曜日	9:00~12:00	パッチワーク
筋力アップフェニックス	第2・4金曜日	10:00~11:30	リズム体操・チューブ体操
楠民謡会	第1・2・3土曜日	14:00~16:30	民謡
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



◆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、高齢者を対象にして…

- ・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

◆利用できる人は？

・満60歳以上で、堺市内にお住まいの方です。

※利用するためには
 ※利用証の交付を受けることが必要です。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。
 ※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。

▽▽▽「健康広場」のご案内▽▽▽

健康広場は、どなたでも参加できる自由な広場です。
 体操はもちろんのこと、歌あり、笑いありでいつまでも「元気」で楽しく過ごすための介護予防の場でもあります。
 日 時：毎月第2火曜日
 13:30~14:30(予約不要)
 場 所：美原老人福祉センター 2階大集会室
 内 容：コックラ体操・歌体操・お口体操・手指体操
 費 用：無 料

▽「シニアフェスティバル」のご案内▽

健康や教養の向上のために行っているレクリエーション活動の1年に1回の集大成として、演芸・展示部門の各クラブ・同好会の皆さんによる発表会です。
 この機会に老人福祉センターに遊びに来ませんか？
 日 時：令和元年9月14日(土)
 9:30~16:00
 場 所：美原老人福祉センター
 費 用：無 料



お問い合わせは、美原老人福祉センターまで 美原区黒山782-10 TEL. 072-362-3939

第43回 堺市老連主催 堺市高齢者作品展

令和元年7月5日(金)～7月9日(火)の5日間にわたり、堺市立東文化会館2階ギャラリーを会場に開催されました。

会場には堺市全区から出展された絵画・写真・手芸・陶芸・焼物・押し花・書画など、多彩な作品が区毎に展示されました。

美原区からは作品28点が出展され、期間中多くの来場者が足を運びました。



洋裁「サマーブラウス・サマーシルクのチュニック」

さつき野校区 中村 秀子さん

「子どものころから裁縫が好きで、趣味で50年ほど続けています」。今回、夏用のブラウスとチュニックに合わせて、ネックレスも作成した中村さん。制作期間は約2週間で、デザインから素材選びまですべて自分でこなしました。大正琴も15年の経歴を持ち、現在も地元で先生として活躍しています。



彫刻「花台」

さつき野校区 三浦義英三さん

30代にはフルマラソンも挑戦したという三浦さん。電動糸鋸や彫刻刀で細部まで丁寧に仕上げた力作です。今まで数多くの作品を作った三浦さんですが、中でも靴べらは200個ほど作ったと言い、「少し長めに作るんです。そうすると高齢者にとっても使いやすい」と、使う方への優しさや工夫を話してくれました。



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、末永きご厚誼、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

6ページ クロスワードパズル解答

答えは

A B C D E F
ひ こ う き く も

でした。

「堺市美原区老連だより 第33号」
次号は令和2年2月発行予定です

