

令和が幕開け

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
新橋尾台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2020年4月1日です。原稿は1月31日頃までに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お願いいたします。

老人クラブの仲間を増やしましょう！

堺市南区老人クラブ連合会長 井上 善吾



秋涼の候、皆様には益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。日頃は老人クラブ活動にご支援、ご協力を賜り有難うございます。

平成31年度(令和元年)南区老人クラブ連合会定期総会が4月23日ビックアイ研修室で開催されました。今年度の活動方針は次のように決まりました。1. 会員増強に努める。2. 会員の健康づくり、

地域づくり活動に努める。3. リーダー、後継者の育成登用に努める。全国老人クラブ連合会では「5年間で100万人会員増強運動」を推進致し、今年3月で終わりましたが、残念ながら目標達成には至らず会員減少が続いています。南区老連も皆様方のご協力を頂きましたが、会員の減少が続いています。特に泉北ニュータウンは街開きより50年が過ぎ、高齢化は益々進んでいます。団塊世代の皆さんが75歳を迎える2025年からは超高齢化社会を迎えます。高齢化社会では地域の絆づくり、支え合い活動等がより大切かと思えます。また、住み慣れた地域で楽しく暮らすには、仲間を増やし、健康づくり活動、趣味のクラブ活動、ボランティア活動等も重要かと思えます。南区老連もこの活動推進に努めてまいりましたので、何卒、皆様方のご支援、ご協力の程をお願い申し上げます。

安心して暮らせるまちづくりを

堺市南区長 佐小 元士



秋の声が聞こえる美しい季節が到来いたしました。今年度、4月1日より南区長に就任いたしました佐小元士と申します。南区老人クラブ連合会の皆様におかれましては、平素より区政の進展にご理解、ご協力をいただき厚く御礼申し上げます。

2019年、時代は平成から令和へと変わりました。この大きな節目の年に、堺市は市制施行30年を迎えることができ、また、7月には百舌鳥・古市古墳群の世界遺産登録決定と、令和の時代を素晴らしい形でスタートすることができました。堺市では、安心して暮らせるまちづくりに向け、市内事業者と連携した「特殊詐欺被害防止協力事業」を行っています。特殊詐欺被害は年々増加傾向にあり、平成30年は堺市全体で120件の被害が発生し、うち南区内では20件にのぼりました。特殊詐欺の被害防止策として、家族・親族をはじめ近隣の方々の緊密な連携が必要になります。このことは住みよ

わたしたちは堺市南区老人クラブ連合会の活動をサポートしております

い地域づくりにもつながり、住民の安心安全に寄与することです。日々、皆様方が活動されている老人クラブの活動は、まさに人と人とのつながりを深める重要な役割を担っています。区役所も職員一同、引き続き、安心安全のまちづくりを進めてまいりたいと考えております。これまで、老人クラブ連合会の皆様におかれましても、地域の見守り活動等にご尽力いただいているところではございますが、今後ともお力添え賜りますようしくお願い申し上げます。最後にりましたが、皆様のご健勝、ご多幸をお祈り申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。



芍薬

榎塚台校区 岩井美智子

令和元年度 南区老連 後期行事予定

- 10月 1日 泉北老友 発行
- 1日 赤い羽根共同募金活動
- 20日 第2回南区ディスコン交流大会
- 22日 南区老連演芸大会
- 29日 役員会
- 11月 5日 秋季ゲートボール大会
- 日 秋季グラウンドゴルフ大会
- 22日 女性部会音楽会
- 24日 南区老連囲碁将棋大会
- 12月 17日 役員会(懇親会)
- 日 女性部会研修会
- 1月 16日 堺市老連新年互礼会
- 2月 18日 役員会
- 27日 第3回南区ディスコン交流大会
- 3月 17日 役員会
- 日 南区女性部会総会



南区老人クラブ連合会定期総会開催

平成31年度(令和元年)南区老人クラブ連合会の定期総会が4月23日(日)アイト、各校区代議員42名の出席で開催されました。井上会長の挨拶後、平成30年度の事業報告、会計報告及び監査報告がありました。引き続き、平成31年度の事業計画案、会計予算案、役員選出案等が報告され、いずれも原案どおりに可決承認されました。その後、井上会長の挨拶に続き今年度新役員の紹介がありました。平成31年度も役員一同、南区老連の発展に一生懸命に努めてまいります。何卒、皆様のご支援、ご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

令和元年度 南区老連役員名簿

役 職	氏 名	委 員 会	市老連	校 区 名
会 長	井上 善吾	ディスコン 泉北老友	理事	新檜尾台
副 会 長	小寺 清市	G. G	健康	宮山台
(会計担当)		G. B		
副 会 長	服部 洋和	囲碁将棋 ディスコン	総務	泉ヶ丘東
副 会 長	石崎 芳弘	囲碁将棋	総務	槇塚台
役 員	榑崎 照巳	演芸大会 旅行	福祉	庭代台
役 員	洞口 公俊	旅行	教養	竹城台
役 員	丸木 利明	旅行	健康	御池台
役 員	八田 忠敬	泉北老友 旅行	福祉	上神谷
役 員	河合 省吾	演芸大会	総務	美木多
役 員	大仲 邦男	演芸大会	総務	福泉中央
役 員	手拜 康子	演芸大会 G. G	教養	赤坂台
役 員	関 伸治	囲碁将棋 泉北老友	教養	城山台
役 員	山下 康子	女性部会	女性	庭代台
(女性部会長)				
会 計 監 査	尾崎 武彦			赤坂台
会 計 監 査	植野 治			福泉中央

単位クラブ会長研修会開催



特別表彰受賞

増員されました優秀クラブに「特別表彰」が授与されました。南区老連からは次の5単位クラブが受賞されました。おめでとうございます。

令和元年度「単位クラブ会長研修会兼会員増強推進本部大会」が8月2日総合福祉会館で開催されました。平成30年度5名以上

- ・福泉中央校区 小代敬寿会 会長 大仲邦男
- ・泉ヶ丘東校区 美やま会 会長 美濃部昌士
- ・庭代台校区 I丁公社さつき会 会長 山下康子
- ・新檜尾台校区 榑・睦会 会長 坂幸夫
- ・新檜尾台校区 榑・青葉会 会長 中野光夫

わたしたちは堺市南区老人クラブ連合会の活動をサポートしております

南区老人クラブ春季グラウンドゴルフ大会



優勝 男子弘田佳三 女子片岡久子

南区老連活動だより

南区老人クラブ春季ゲートボール大会

南区老連第74回G・B大会5月27日庭代台グラウンドで開催され、参加18チーム、参加者1000名の大会となりました。



珍プレーや好プレーが続出

また秋の堺市老連の予選も兼ねての大会となり、日頃の練習の成果を発揮され、珍プレー好プレーあり活気のある大会となりました。

- 優勝 上神谷校区 鉢ヶ峰A
- 準優勝 上神谷校区 片蔵
- 第3位 上神谷校区 畑
- 第4位 宮山台校区 畑
- 第5位 上神谷校区 榎B
- 第6位 上神谷校区 榎A
- 第7位 庭代台校区 庭代台
- 第8位 上神谷校区 緑ヶ丘



南区第1回デイスコン交流会

健康づくり仲間づくりに

南区第1回デイスコン交流会が6月23日梅文化会館で開催されました。南区デイスコ

ン交流会は年3回(6月、10月、2月)開催しています。今年度より南区区長杯の大会を開催することになりました。昨年度より堺市デイスコン交流大会も開催され、各区域も競技大会が実施され益々盛んになっています。

144名が熱戦を繰り広げる

南区老連第27回グラウンドゴルフ大会が44名参加で6月5日西原公園グラウンドで開催されました。

開会式で南区長佐小元士様にご挨拶を頂き、平素は老人クラブの皆様方には地域活動にご協力を頂いていまして、感謝の言葉を頂きました。南区老連井上会長の挨拶で、南区老連の結束で各校区活動を盛り上げて、会員の皆様に積極的に参加して頂きます様お願い致します。始球式後、競技開始になり参加者は日頃の練習の成果を発揮され大会も無事に終了しました。

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 男子の部 | 女子の部 |
| 優勝 弘田佳三 (庭代台) | 優勝 片岡久子 (庭代台) |
| 準優勝 園田英雄 (福泉中央) | 準優勝 中野スミ子 (美木多) |
| 3位 松村和明 (泉ヶ丘東) | 3位 小林朝子 (横塚台) |
| 4位 中村有正 (福泉中央) | 4位 上村マキ (庭代台) |
| 5位 笹井泰久 (新槍尾台) | 5位 弘田嘉代子 (庭代台) |
| 6位 戸田武志 (横塚台) | 6位 真浦通子 (福泉中央) |
| 7位 八田忠一 (美木多) | 7位 小松佳子 (赤坂台) |
| 8位 田山 東 (庭代台) | 8位 坂本正子 (赤坂台) |
| 9位 上野洋明 (庭代台) | 9位 平澤公子 (泉ヶ丘東) |
| 10位 大川秀美 (赤坂台) | 10位 藤原晴代 (福泉中央) |

多彩な優秀作品出展

第43回堺市高齢者作品展



堺市高齢者作品展(7区合同)が7月5日(9日)まで、堺市東文化会館2Fギャラ

リーで開催されました。7区のブースには、絵画、写真、書、手芸、工芸、陶芸など、多彩な優秀作品が出展されました。連日大勢の方が観覧に来ていただきまして、スバライイ作品に感動されていました。各地域には多彩な技術や趣味をお持ちの方が大勢いらっしゃいます。出来れば地域でサークル活動としてご指導いただければ、沢山の仲間(和)が広がるかと思えます。

南区老連活動だより

インフルエンザを
予防しよう！

堺市南保健センター

「季節性インフルエンザ」は12月～3月ごろに流行します。感染によってウイルスが飛

ぶつうの風邪と違い、突然38度以上の熱が出たり、頭痛や関節痛、筋肉痛などの症状が出る感染力の強い病気です。
子どもではまれに急性脳症になったり、高齢者や免疫力が下がっている人では肺炎にかかったりと、重症化することがあります。
インフルエンザを予防するために、予防接種や消毒用アルコールによる手の消毒のほか、体の抵抗力を高めるために、生活リズムを整え、バランスの取れた食事や、十分な睡眠をとります。
また、普段からうがい、手洗いを心がけ、症状に応じて、マスクをするなど、せきエチケットを行いましょう。
堺市では65歳以上の方などに市内の契約医療機関でインフルエンザ予防接種を行っています。詳しくは広報さかい10月号などをご覧ください。

堺南警察主催
交通安全
ゲートボール大会



春の交通安全週間中、主催でゲートボール大会の開催を行っています。今年で15回の開催に堺南警察と南区老連

ンドに於いて参加18チーム100名参加を戴き試合となりました。大会開会式南警察署長の挨拶で高齢者の事故が年々増加の傾向、運転マナーを守る事、自転車事故、歩行者の安全になり無事に終了しました。

ました。大会関係の皆様は大変お世話になりました。有難うございました。大会成績
優勝 逆瀬川(上神谷)
準優勝 梅A(上神谷)
3位 晴美台
(泉ヶ丘東)

南区老連女性部会
研修会を開催

女性部会長 山下 康子

8月8日(木)鉢ヶ嶺改良センターで女性部の主催で落語会を行いました。すごく暑い

中68名(男性8名女性60名)参加されすごくうれしく思いました。楽しい1時間30分あっという間に終わりました。いろいろな方に応援いただき有り難うございました。

校区リポート

ひまわりクラブ

泉ヶ丘東校区 西脇 實

4丁目晴美台でひまわりクラブと称号してクラブ活動を行っています。6クラブ(グラウンドゴルフ、囲碁将棋、



囲碁将棋クラブ



カラオケクラブ



卓球クラブ

わたしたちは堺市南区老人クラブ連合会の活動をサポートしております

体力測定教室の開催

5種類の運動



血圧測定と健康管理とアドバイス

保健師から血圧測定を受けながら健康管理についてのアドバイスに耳を傾ける参加者



上体起こし

上体を起こす回数をカウントし腹筋力を測定…良い姿勢の保持と動きの力強さの目安になる…



長座体前屈

下半身や腰、背中等の柔軟性を測定している…年齢と共にからだ全体が固くなってゆく…

新檜尾台老人クラブ 井上 善吾
 新檜尾台老人クラブ 井上 善吾
 連合会では毎年2回健康講座を開催しています。今回は60名以上の参加者があり2月17日地域会館で体力測定を実施致しました。講師に、南保健センター 神木弘美保健師、庭代台老人クラブ連合

1. 開眼片足立ち：脚筋力を知り転倒予防の目安になる。
 2. 長座体屈：下半身や腰、背中の柔軟性を測り体の固さを知る。
 3. 上体起こし：上体を起こす回数を測定し腹筋力を知る。
 4. 握力の測定：手の握力を知る。
 5. 10m障害歩行：歩行調整能力を知り、加齢によるつまづき易くなることを知る。
 参加者は、各自の測定値が「評価基準値表」のどのレベルに位置しているかを自己判定しています。
 てもらい、今後の日常生活などで予防に役立てていただきたいと思います。



握力測定

手の握る力の測定…握る力だけでなく、腕や他の筋力状態も解る…

校区レポート

1、胸が苦しくて今年の3月15日新檜尾台小学校の卒業式に出席し、式を終わっての帰り道長いだらだら坂に差しかかり、自転車を降り押し歩いていました。その際息が切れそうになるくらい胸が苦しくなり、ゆっくりゆっくり歩いて、止まったりしてました。

2、通りかかった少年の親切
 そこへ通りかかった学校帰りの少年が、いったんは通り過ぎ、石段を登って自宅マンションの方向に向かいました。しかし、いかにも苦しそうな私の姿を見てすぐに引き返し、「おっちゃんの家どこ？」と聞いてくれましたので、前のマンションの方向に向かいました。しかし、いかに自転車を渡してしましても苦しそうな私の姿を見てすぐに引き返して先に行き7棟の駐り場に入れ、「鍵もか

3、山田少年の善行に感謝
 山田少年の善行に感謝
 山田少年の善行に感謝

山田少年の善行に感謝
 山田少年の善行に感謝
 山田少年の善行に感謝

「寿命1000年時代」

御池台校区 田村みのる

「人は身の丈に見合った生き方ができ、晩3人に1人となる。りやそれでいいんだよ。他人さまは色々言いなさるが、人の命はお天道様の決まりごとだから」母はよく言ったものだ。

ついでこの間、第二次世界大戦が終わったころ、日本人の平均寿命は50歳位で、50〜60歳時代は暫く続いたものだ。21世紀を迎えると、急に80を超えた。50年間に30年も伸びたことになる。人生1000年時代の到来である。昭和25年には高齢者の占める人口比率は5%程度であったのが、現在

的には長くなった生きる時間をどう過すのか。老人問題の3K、健康・経済・孤独、特に心の問題、生きがい、地域との繋がりが、家族、友人、近隣などが重要視されるようになってある。

平均年齢、健康年齢がどう伸びようとも、生命はやはり個々それぞれ身の丈にそって一生を終えることとなる。1000年時代になればこそ「最もよく生きた人は最も長生きした人ではなく、生き最も多く感じた人である」「エミール」の一文が今更ながら生きている。なるほど、ギリシャ語では「ヘリキヤ」|| 背丈と寿命の二つの意味があると聞いたことがある。

小柄で、弦も4本のウクレレなら「何とか扱えそう」と軽く考えて始めたのですが、その考えは甘かったようでした。

楽器に翻弄され、練習すれど上達せずの状態が長く続きました。

「そりゃ、70を過ぎてから始めたんだから無理ないよ」と慰めてくれる人には、ひそかに感謝しました。幾つかから始めてもそれくらいは技量と、自分で自分を踏

ウクレレ奮戦記

庭代台校区 鳥山 紀好



のを主に活動しました。それが長続きの基になりました。

みしていたからです。それでも「石の上にも三年」苦節を経て、ようやく「四季の歌」などの「夏の思い出」などの叙情歌、「カイマナヒラ」「パキシエル」等を奏でるのを主に活動しました。それが長続きの基になりました。

3拍子4拍子とコード鳴らしてメロディを盛り上げます。でも若者のように軽妙なリズムを忘れてメロディ

祖先はどこから? 「姓」を探る

竹城台 洞口 公俊

私の姓「洞口」(ホラグチ)はレアであり、その出自や読み方を聞かれ、子供の頃にはからかわれることもあり、その由来についてずっと深い関心を持ってきた。全国各地へ出掛けた際には電話帳をくつて

陸奥へ蝦夷征伐に赴いた途上、飛騨で一族の者が徴発されて従軍し、討伐後も防備のため居残りとなったとの伝承がある。現在も宮城県名取市には大庄屋・洞口家が遺り重要な文化財に指定されており、NTTハローページ(2017)には洞口姓42戸が掲載され高山市に次いで多い。

昭和20年8月、私たちが一家は父の実家のある石川県能登の疎開先で終戦を迎えました。幼かった私は殆ど覚えていないのですが、戦後間もなく父は「一旗上げてくる」と言いつつ母と5人の子供を残して大阪へ出て行ったそうです。

「柿」

赤坂台校区 津谷眞知子



今年も甘柿が成りました。おい柿が成りました。

北陸の秋の深まりは早く、銭湯の帰りは身体が冷えないようにと母は子供たちを走らせました。カタカタと下駄の音を響かせて皆走りまわりました。その日は

程それは見事に同じ大きさでした。母の膝を5人で囲み、じっと包丁の動きを見つめていた光景とその時の甘い柿の味は今でも忘れることが出来ません。大きな富有柿を見る度に魅る思い出です。

炎暑吹つ飛ぶ熱唱

庭代台校区 小田 健一

夏冬通算34回目となる納涼カラオケ祭りが7月28日(日)午前9時30分から庭代台地域会館で開催された。例年より遅い梅雨明けの後の猛暑のもと、校区5単位クラブから総勢53名が出場エントリーし、木村昭夫カラオケ部長の挨拶に続き、司会・機械操作を竹生会が担当し開演。ノド馴らしに全員で文部省唱歌「牧場の朝」を斉唱の後、各自が日頃から練習を重ねてきた自慢の新曲や懐メロを披露した。



骸骨柄Tシャツ



会場内には「お静かに！」の制止札も役立たずの賑わいは毎度のこと。歌唱は勿論秀逸ですが、衣裳も凝ったものが多く、なかには骸骨柄をTシャツの前後にプリントした涼味？満点の装いで登場する婦人もあり、最後まで大いに盛り上がり、最後は言うまでもなかった。

遅々として進まぬ断捨離

庭代台校区 小田 健一

暑中見舞いは梅雨明け後に投函するのは通例ですが、近畿の今年の梅雨明けは平年より3日遅く、大阪天神祭の前の7月24日であつた。満を持して予め用意をしていた暑中見舞いハガキを早速投函した。数日経つと数人から返信が届いたが、その中には入院中とか、新年早々に鬼籍に入ったなどの連絡もあり、自らの老いと重なり、一抹の淋しさを感じた。「暑さ寒さも彼岸まで」と思つて酷暑に耐えているうちに、郵便局から来年のお年玉付き年賀ハガキ発売

案内がある。やがて、本紙が発行される10月ともなると、郵便局員から同ハガキの申し込み催促を受けるのが常である。毎年400枚のハガキを購入してきたので、メール全盛の昨今では上得意？かも知れない。後日配達員が喜色満面で届けてくれるのは嬉しい。さて、来年の年賀状はどうしようかと真剣に悩んでいる。近年拝受の年賀状は「傘寿と共に年賀状を終わらせて頂きませ」終活準備のため年賀挨拶を欠礼させて

頂きます」など同義文の年賀状が増えてきた。加えて、年末近くになると喪中ハガキも続々舞い込んでくる。さらに、年頭に掲げた一年の計「断捨離」を進捗させたい。そこへ、10月から消費税率改訂に伴いハガキ代が63円になった。環境変化もあり、この際、年賀状を見直したのも良さそう。一方、「令和」最初の年賀状だから、やはり今まで通り、お世話になつた方々へ感謝の気持ちや近況報告くらいはするべき？かとも考えてしまう。当分の間、「断捨離」は進みそうにない。優柔不断の愚弊から脱却が望まれそう。

新元号、令和が始まりました。私の祖父母は明治、大正、昭和と三つの元号を経験していますので、子供心にすごいなあと思つていました。私と三つの元号を経験することになりました。しかし、なぜか昭和の事が思い出されません。私の家は県道に沿って、わらで編んだござを何枚か抱えて走りまわります。神社のある小高い丘を取り囲むように、十個位の横穴が掘られていて、そこが防空壕です。何軒かの親が共同で掘つた自分たちの穴に逃げ込み、後から来る家族の為にござを敷きます。その中は真っ暗で、赤土混じりの、てこぼこの壁面な

ありますが、7月、8月は中が結構暑かつた事を覚えていてます。警報が解除にならず、一晩を防空壕の中で過したことが、伯母さんと走り、踏み込んで来ますと、防空壕へ行く踏み切は通れませんが、踏み切を少し通り過ぎて石炭列車が

外側に、まきストロブのようなものがくつついていました。そしてそこから煙が出たり、火が見えたりしました。馬力も弱く、踏み切を過ぎると、しばらく上り坂が続きますが、乗客が多いと急坂は上れなく、乗客は降りて歩いたそう。緩やかな坂になると乗って進んだと聞きました。戦後の食糧難も勿論良く覚えています。思い出すままに書いてみましたが、平穏な時代が続きますことを願わずにはいられません。

新元号になって昭和の事を

御池台校区 こぶし会 藤本 宏一

もありました。官営「八幡製鉄所」は多分爆撃の目標となつていたと思ひますが、旧国鉄の駅で五つほど離れた私の町は壊された家屋等はあまりありません。ある夜、空襲警報が

停まっていました。その先頭車両の方へ高い空から光がタツタツタと斜めに下りてきて、暗い空にはつきり見えませんでした。音は多分聞こえませんでした。列車が狙われていたのでしょうか。

乗せて走り出します。若い女の車掌さんの恰好よかつた事を覚えていますが、その割には乗合自動車の方は恰好が悪く、前にはボンネットがあり、後部の

おでん800食 自慢の味で完売だ!!

御池台校区 平野美保子

「今年は昨年と違ったおでんを作りましてよ」「今まで以上に美味しいおでんを作るのです」。私が老連総務会議の席で聞いた言葉でした。

「昨年より美味しいおでん?」「10人分のおでんならレシピもあるし美味しいおでんを作る自信はあるけど、2日間て800人分のおでんを作るとなれば条件は全然違うよね」

7月27日と28日の「御池ふるさと祭りおでん模擬店」出店まであと2・5か月前のことでした。レシピは自

治会のごも会で、おでんを作ったとき料理の先生からいただいた作



山路を登りながら

コンニャク、玉子、ごぼう天、ちくわです。2回目の総務会議でおでん10人分の試作で作ることになりました。担当の女性3人で作ったおでんは評判がよく少し自信がついたのです。でも、やはり心配で再び自宅でおでん10人分のおでんを作りました。家族二人で10人分、

主人から「もう、おでんは勘弁してよ」と言われても私は作りました。私は必死だったのです。

2日目も昨日と同じ方法でおでん調理にとりかかりました。朝の7時30分から調理開始、400人分完成したのは午後3時です。祭り会場でパック詰めが終われば販売開始は5時です。もう行列ができています。販売が始まりました。見る見るうちに売れて行きま

800人分のおでんの作り方は10人分と全く同じ方法です。800人分の鍋なんかありません。800人分のコンロなんかありません。女性部の会合を開きました。鍋と卓上コンロの調達、おでん調理の協力要請、女性部の力がなければ出来ません。集まった鍋は70cm、40cm、30cm、全部で20ヶ、卓上コンロは10ヶ、プロパン2個にコンロ4ヶ、70cmの鍋は70人分のおでん用です。

御池祭り1日目はよく雨が降ります。今年もやはり雨でした。半分400人分は老連会員の皆さんに食べてもらい「美味しかったよ」の声を聞いたので

ムもあって自治会の協力でレーザーディスクの機器を購入いただきました。昭和61年に「檜尾カラオケ愛好会」(後に「サタデークラブ」と改称)と命名、現在は週2回(木・金)に分けて開催しています。

【豆知識】
○認知症予防はカラオケで
・カラオケで歌を唄うことは、右脳と左脳が同時に働き大脳機能をフル活用するため、認知症予防に効果大になります。なお認知症予防を意識したカラオケの曲選びは、自分が懐かしいと感じる曲を選ぶといいそうです。



35年間継続中!

美木多校区 西上 義次

「檜尾カラオケ愛好会」発足35年、当初からお世話をされているのが、会長の山上徳治さん83歳。発足当時(昭和59年)の思い出は、自治会役員及び各組長が参加し、20数名の会員数で週一回の開催としました。最初は8トラックのカラオケ機器を購入。紆余曲折を経て2年後、カラオケプー

山路を登りながら

ムもあって自治会の協力でレーザーディスクの機器を購入いただきました。昭和61年に「檜尾カラオケ愛好会」(後に「サタデークラブ」と改称)と命名、現在は週2回(木・金)に分けて開催しています。

老人クラブの活性化と、健康維持及び新曲に挑戦しながら、「まだまだ若いものに負けるか」と、益々元気にながばっています。

わたしたちは堺市南区老人クラブ連合会の活動をサポートしております

泉北老友文芸サロン



短歌

赤坂台校区 北畑 克志
 肌冷えの紅付く山の静けさに燃ゆる
 が如く高野の聖地
 淡の国里に藤咲匂い香に思いは今も
 郷の山川
 千年の時を刻みし若葉人
 永くを生し皆の鏡に

福泉中央校区 辻本 利子
 若いころこつこつためた年金で家族
 そろいて食事をしたり
 年ふりて孫に曜日を聞かれるも同じ
 曜日の堂々めぐり

福泉中央校区 田中 高子
 惜春の陽ざしをあびて畔に立ち令和
 の年のゆくすえ祈る
 夜目覚め窓より見ゆる下弦の月
 さえざえとして身をひきしめしか

福泉中央校区 田中 亀久一
 腰痛も生の証しと思えば痛みも少
 し和らぎにけり
 亀と鯉 春の川面で戯れて生きる悦
 び満喫しつ

福泉中央校区 山本喜恵子
 凜として路傍に咲きし夕顔に モヤ
 モヤ吹き飛ぶ見守りの朝
 御陵さん 一度は拝たき真上から
 ついに念願叶いし故に

福泉中央校区 辻田 尚美
 庭先の白梅つぼみ膨らむに絵筆とる
 君遊きて居ませず
 徳を積み友多くもつ故人ゆえ余徳い
 たゞき今日は観劇

上神谷校区 櫻湖 和代
 一面にさざ波渡り苗ゆらす水面に
 夕日逆さに写す

福泉中央校区 横道シゲ子
 母の日に三兄弟はプレゼントを老母
 となれど感激さらに
 雨止みてカラー葉っぱに露とどめ
 朝陽をあびて真珠の如し

美木多校区 北條 サヨ子
 もの言わぬぶんだけ犬はまつすぐに
 噓つきな我目で戒める



俳句

福泉中央校区 巽 崇
 梅雨の空突き刺し揚る祇園鉦



御池台校区 池澤 睦子
 見覚えのありし福耳秋高し

御池台校区 中川子エ子
 吊橋の下もゆらして草紅葉

御池台校区 伊藤 基治
 むかご取る縄文人のDNA

御池台校区 小引 忠彦
 叔母よりの梨に添え書き金釘流

御池台校区 市岡 昌子
 枯萩を寄せ一年の時を焚く

御池台校区 楠本 恵子
 採りたての無花果割りぬルピー色

美木多校区 藤田 敏子
 桜まう赤い顔して歌う友

美木多校区 北條 節子
 初春の令月にできよく風ふく
 木の下でそつと花見する桜雪

上神谷校区 向井佐和子
 開ききる大白百合のいのちかな
 人遊きて青田となりし村一つ

上神谷校区 芝本 君子
 修行僧列なし廊下蓮の池
 一周忌修す一族夏料理

上神谷校区 井守たかし
 二〇ヶ国大阪サミット六月末
 米朝の急会談や水無月に

上神谷校区 片山 茂
 赤錆の乾く傘立て梅雨半ば
 静かなる我が家の外は雨の音

横塚台校区 岩井美智子
 くちなしの香りと吾子の三輪車
 時は今芍薬揃って色放つ
 つの字ハモ小骨刻みて食の華



川柳

美木多校区 楠本 隆

美木多村マンション増えて
 美木多市に
 肩に来た赤とんぼは今どこに

『オーストラリア旅行』

横塚台校区 玉瀬 富夫

今回の目的地は西オーストラリアのパースであり日程は2012年4月10日から15日である。企画・幹事は先生と理事が中心となり計画されました。参加者は初級英語、英語、太極拳、陶芸、園芸、工芸、ひまわり会、ゲストの多彩な顔ぶれであり、男性8名、女性11名の総数19名の旅である。日通旅行添乗員は鈴木さん、現地ガイドはSteve Ito OKIYAさんである。

4月10日 関西空港を18:05分発キャセイパシフィック航空にて香港へ(所要約4時間) 22:10分乗り継いで西オーストラリア州パースへ(所要約7時間40分)機中泊だが正直、眠れない。オーストラリアの面積は日本の約21倍で南北約3,700km東西約4,000km

4月11日、バスでパースの市内観光。パースは住みたい国の世界第4位だそうだが1位はカナダのバンクーバー、大阪は13位とのこと。町は確かに美しい、ゴミが全く無い。港町フリーマントルの見学、素晴らしい建物が多い、モンガール湖、キングスパーク、コテスロー海岸を見て、人々は皆、陽気で女性が眩しい。今回はパンパシフィックホテルに3連泊である。

4月12日ナンバン国立公園観光、オーストラリアの大地をドライブし、荒野の墓標と言われる、ピナクルズを観光。

4月13日 フリータイムだったので理事さんがさるさんと交渉して食事込で90ドルのオプションツアーを計画してくれた。フリーマントルは週末だけオープンするので、ここを中心に観光する。140を越える店が並び食料品から骨董品まで色々ある。大道芸人の技は半端じゃない。まるで宇宙遊泳する様にパフォーミングしている。

4月14日 ワイナリー観光、5種類のワインを試飲させてくれる。日本にも輸出しているとのこと。毎回の旅の目玉はバーが開催される事です。現地での飲み物、肴を調達しての懇親会である。

23:55分、空路帰国の途につく。関西空港へ14:50分到着。今後海外旅行は企画されると思いますが、是非参加ください。今回は御夫婦、家族での参加も在りました。食事の席は毎回鑑賞で決まっています。新鮮で友達も出来ます。旅は大学の春休みの4月に開催されます。代金は少し高いですが、中身は濃いので。最後に先生はじめ、お世話になりました皆様に御礼申し上げます。



