



堺市老人クラブ連合会

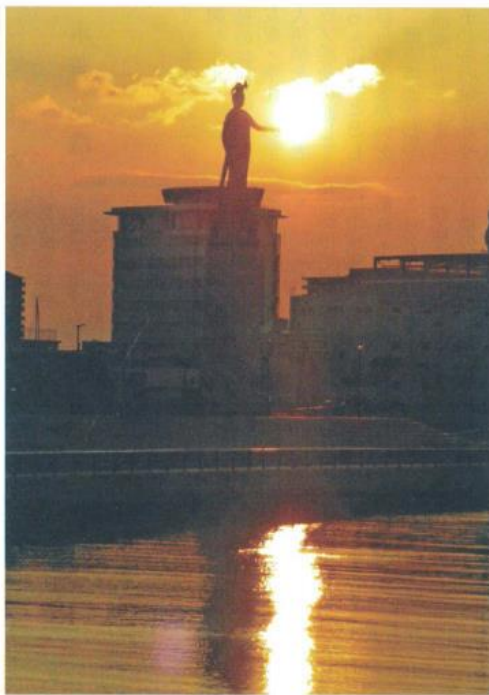
ほがらか堺

第87号

令和4年1月1日発行

発行：一般社団法人 堺市老人クラブ連合会 堺市堺区南瓦町2番1号 堺市総合福祉会館4F ☎.072-223-0220
編集協力：株式会社ニチコミ 神戸市中央区元町通4丁目4-8 タイムスビル10F ☎.078-351-3387

1版



「龍女神像からの日の出」

旧堺港をとりまく一帯はきれいに整備されて、ウォーキングの人や仲よしカップルの憩いの場になっています。

撮影：古川 皖司(熊野校区)

謹賀新年

すばらしい一年になりますよう
心からお祈り申し上げます。



堺市老人クラブ連合会 会長 辻 洋児

明けましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。年頭にあたりまして、一言ご挨拶申し上げます。

新型コロナウイルス感染症もようやく収束の兆しを見せ、世間も以前の落ち着きを取り戻しつつあります。この間、市老連会員の皆様には、外出自粛や三密回避など感染拡大防止のための取り組みを進めていただき感謝いたします。このような状況のもと市老連では昨年、感染防止対策を十分行いながら実施可能な時期に実施可能な事業から活動を再開してきました。

多くの方が表彰状・感謝状を受けられた二年ぶりに各区の代表者によるアトラクションを行った高齢者福祉大会。前向きな明るい心にさせてくれた映画の集い。高齢者の介護予防や生活全般の相談事について実践を交えながら楽しく過ごした女性部リーダーセミナー。薬とサプリメントについて現役の薬剤師さんからお話を伺った健康講演会。青空のもと体を動かす幸せを感じたグラウンド・ゴルフ決勝大会。住まいの工夫について体験を通して考えられる施設を見学した女性部施設見学研修会といずれも大盛況を見せ、

今後の活動にも明るい光が差ししてきた思いでいっぱいです。また、世間では新しい動き、明るい話題がたくさんあった一年でもありました。コンピュータによる気温の変化を予測するモデルを考案した眞鍋淑郎さんがノーベル物理学賞を受賞。一年延期されていたオリンピック。パラリンピックの開催。松山英樹さんのマスターズ制覇。笹生優花さんの全米女子オープン制覇。大谷翔平さんがアメリカンリーグMVPを獲得するなど特にスポーツの分野で私たちに勇気と希望を与えてくれたことが多かったように感じています。

私たち高齢者の中には、コロナ禍にあつては、フレイル状態に陥った方もおられると聞いています。ぜひ再開した市老連の活動に積極的にご参加され、心身ともに明るく健康に過ごされることを期待しています。

さて、今年の干支は壬寅です。壬は生まれるという意味が、寅には成長するという意味があり、壬寅の今年は新しく生まれたものが成長していく、という縁起の良い年にあたり、言われています。市老連会長として、この縁起の良い年にちなんで、感染対策をしっかりとしながらも、日々の活動を楽しむことができる新しい生活様式に則った老人クラブ活動を模索していきたい、と考えています。

新型コロナウイルスの第6波も確実に来ると言われており、さらに気を引き締めて活動を進めていく必要があります。これからも会員の皆様、市老連活動を通じて充実した毎日を送っていただけるよう、役員一同、尽力してまいりますのでご支援、ご協力をお願いいたします。

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています



堺市長 永藤 英機

新年おめでとうございます。堺市老人クラブ連合会の皆様には、清々しい新春を健やかに迎えのことと心からお慶び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスが前年以上に感染拡大し、私たちの日常生活や社会全体が大きく影響を受けた1年でした。皆様の活動も大きく制限されるなど、長期間にわたりご不便がある中で多大なご理解とご協力をいた

だいていただきますことに深く感謝します。会員の皆様は、「健康・友愛・奉仕」の全国三大運動を柱に、老人クラブ活動をを通して、自らの生きがいを育み、健康増進活動や趣味活動にとどまらず、子どもの見守りや清掃、防犯などの奉仕活動などにも取り組まれています。こうした皆様の活動は地域のつながりを広



社会福祉法人 堺市社会福祉協議会 会長 木村 正明

新年あけましておめでとうございます。堺市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

皆様方には平素より、会員会費制度をはじめとする本協議会の諸事業や共同募金運動の取組に、深いご理解・ご協力を賜り、厚く御礼を申し上げます。さて、貴会におかれ

新年のご挨拶

ましては、高齢者がいきいきと日々豊かに暮らせるよう、皆様方から長い間培ってきた個々の経験・知識を活かし、コロナ禍においても強い団結力により活動を継続してこられました。社会参加の機会が減少する中、健康づくりや仲間づくりなどの高齢者福祉にとどまらず、見守り活動や清掃活動など多岐にわたる活動を推進することにより堺市内の福祉全

げ、人と人との絆が益々深められ、子どもや高齢者の皆様が安心して暮らせる地域を支えています。健康で元気な長寿社会の実現と地域福祉の向上に貴重な役割を担っていただき、ありがとうございます。堺市では、昨年3月に市政運営の大方針である「堺市基本計画2025」を策定し、「健康寿命の延伸」を目標の一つとして、高齢になっても充実した生活を送ることや、意欲のある人が社会で活躍し続けることができようとする施策を推進していま



す。今後とも、日頃からの活動に加え、より一層つながりの輪を広げていただき、健康で生き生きと活躍されることを願っています。結びに、堺市老人クラブ連合会の更なるご発展と、本年が皆様にとって幸多き素晴らしい一年となりますよう祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

皆様と連携をとりながら、堺市とも協働して取組を進めてまいります。皆様方におかれましては、より一層ご自愛いただきながら、今後も引き続きご支援・ご協力をお願いします。心よりお願い申し上げます。

最後に、貴会がご発展と、皆様方のご健勝・ご多幸を祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。



令和3年度全国老人クラブ連合会会長表彰



今年度の全国老人クラブ連合会会長表彰が決まり、本市老連からは、多年にわたり老人クラブの発展に尽力した功績により、添田豊司副会長と酒井捷彦理事に老人クラブ育成功労表彰が贈られ、優れた活動業績により、東区老人ク



ラブ連合会に優良老人クラブ連合会表彰が贈られました。

受賞コメント

東区老人クラブ連合会長 藤森 金嗣

全老連から優良連合会として東区老連が表彰されました。東区老連は7区の中でも最も会員数が少なく、さらに校区老連数も6校区です。我々は、それを逆手に取り、よりキメ細かい広報活動に力を入れ、「全員参加」をめざして活動しています。容易ではあ

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

表彰状・感謝状贈呈者
(敬称略)

令和3年度堺市老人クラブ連合会



老人クラブ育成功劣者表彰状			
(校区会長・区老連女性部会長)			
校区名	氏名	校区名	氏名
平岡	山本眞太郎	竹城台	洞口公俊

(単位クラブ会長・役員、校区の役員)									
校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名
錦	岡田美恵子	五箇荘	吉岡好博	西陶器	川戸暁子	八田荘西	久田勇	泉ヶ丘東	荒木盛雄
錦	佐藤ケイ子	喜楽会	松田一知	西陶器	阪口隆夫	八田荘西	福島隆	泉ヶ丘東	谷口年
錦	只信文子	新金岡	岡喜代子	西陶器	塩田益嗣	八田荘西	細川玉枝	泉ヶ丘東	服部洋和
錦	撫宣明	新金岡東	田村慶子	西陶器	谷田和行	八田荘西	松末恵美子	泉ヶ丘東	松永英之
錦	本田昇	光竜寺	緒方勝昭	西陶器	坪内千昭	八田荘西	水橋俊子	泉ヶ丘東	和田ユミ
大仙	内村隆子	百舌鳥	太田益子	西陶器	豊西勲	八田荘西	南登志子	横塚台	今西昭子
大仙	榎本シゲ子	百舌鳥	駿田三郎	西陶器	土山恵子	八田荘西	村上文雄	横塚台	上田安枝
英彰	保楊枝さえ子	百舌鳥	田村あけみ	西陶器	福永精一	八田荘西	安井清	横塚台	梅原重昭
英彰	南方長生	百舌鳥	前田由美子	西陶器	福本勢一	八田荘西	山口隆子	横塚台	谷口裕香子
英彰	山本順造	百舌鳥	森岡次子	西陶器	前田清子	八田荘西	山下博	横塚台	塚本禮子
浜寺石津	浮田昭男	中百舌鳥	井上吉章	西陶器	松原秀夫	八田荘西	山下雄二郎	横塚台	西尾洋子
浜寺石津	岡幹野	中百舌鳥	梅野忠弘	西陶器	三宅義夫	八田荘西	山田勲子	横塚台	久門順子
浜寺石津	柏村隆史	中百舌鳥	佐熊美喜子	西陶器	山内吉一	八下西	浅尾陽一	横塚台	松永滯二
浜寺石津	黒川敏行	中百舌鳥	高橋福繁	八田荘西	天野志津子	八下西	今立勝啓	横塚台	元永彩子
浜寺石津	斎藤容夫	中百舌鳥	山本雅市	八田荘西	乾庫造	八下西	太西正勝	竹城台	小野山勝
浜寺石津	白木眞知子	百寿会(3)	森下明美	八田荘西	上野紀明	八下西	渡部祥延	竹城台	河野敏彦
浜寺石津	竹崎純正	深井	河村勝義	八田荘西	奥野勝子	登美丘南	井上裕史	御池台	井藤由紀子
浜寺石津	藤村秀夫	深井	紀三井朝子	八田荘西	大久保清昭	登美丘南	沖原迪子	御池台	草野加津江
浜寺	眞鍋泰子	深井	谷口雄志	八田荘西	可藤正義	登美丘南	谷本利勝	御池台	小引忠彦
平岡	北野昌作	深井	中尾章	八田荘西	黒木秀典	登美丘南	田村順子	御池台	山口正平
平岡	鞍野謙	深井	中谷一三夫	八田荘西	澤戸英佐代	登美丘南	豊島幹生	新檜尾台	坂幸夫
平岡	才木敏彦	深井	野上秀子	八田荘西	司馬和子	登美丘南	松原孝子	新檜尾台	中畑三和子
平岡	芝池史郎	西陶器	井上成彦	八田荘西	下田平道雄	登美丘南	光田妙子	黒山	川口加代子
平岡	東谷勝	西陶器	浦野惣右衛門	八田荘西	永原勇	登美丘南	保田和弘	平尾	奥野たゑ子
平岡	藤田英雄	西陶器	浦野洋子	八田荘西	花田嘉子	美木多	北條精作	平尾	北野善雄
五箇荘	中谷吉雄	西陶器	川北昭雄	八田荘西	原田浩次	上神谷	中條義昭	さつき野	藤田吉保

このたび表彰状、感謝状を贈呈された皆さん、誠におめでとうございます。多年にわたり、老人クラブ発展のためにご尽力いただき誠にありがとうございました。



退任役員感謝状					
(退任理事)					
校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名
英彰	杉村俊昭	野田	橋本宣和	美原西	齋谷衣江

(退任校区会長・区老連女性部会長)									
校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名	校区名	氏名
錦	田中重彦	新金岡東	江原進	百舌鳥	南野晃	八下西	馬来野民也	さつき野	宮之前久雄
湊	市原義彦	北八下	米田大	西百舌鳥	*荒谷孝	城山台	関伸治	北区	小野美恵子
鳳	竹田和雄	金岡	河村俊男	中百舌鳥	辰馬守	黒山	市田理	美原区	齋谷衣江
福泉	中辻喜代二								

*故人

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

女性部会施設見学研修会



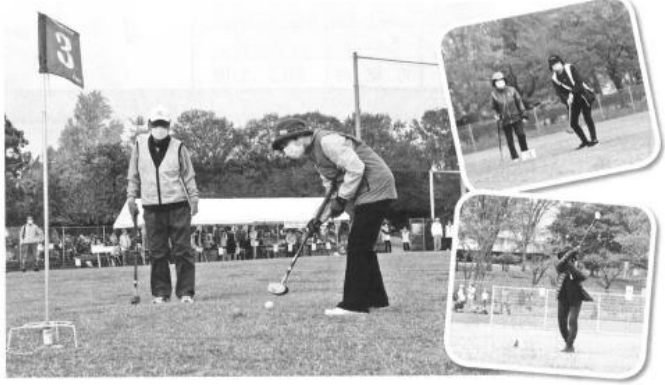
当初、9月に実施予定であった女性部会施設見学研修会は、新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受け延期していましたが、2台のバスに分乗して3密を避けるなどの

あかしや」の2か所を見学しました。積水ハウスが運営する「積水ハウス納得工房」は、見るだけでなく五感をフルに使った体験の中から住まいの知識を知って、納

対策をして、ようやく11月26日に実施することができました。当日は天気にも恵まれ、女性会員42名は、笑顔で事業の再開を喜び合いますが、京都府木津川市の「積水ハウス納得工房」と奈良市の「大和華

今回は、年齢などによる身体機能の変化に配慮した、安全で使いやすい住まいづくりを体験できる「生涯住宅コース」に参加しました。また、日本の筆づくりの発祥地とされる奈良にある「大和筆あかしや」では筆づくりとその歴史などについて学びました。参加者は、「今、住んでいる家にこれからも住みたい」と思っているのでも参考になった」とか「有名な大和筆のことがよく分かり書道を学びたくなった」などと話されていました。

グラウンド・ゴルフ決勝大会開催



当初、9月に開催予定であった第19回堺市老人クラブ連合会グラウンド・ゴルフ決勝大会を、11月18日(木)に金岡公園野球場で開催しました。

晴天のもと、各区老連から選出された選手239人が日頃の練習の成果を披露しました。成績は次のとおりです。

大会結果 敬称略

順位	校 区	氏 名
優 勝	平 尾	堀 辻 國 枝
準優勝	さつき野	岩 佐 明
第3位	大 仙	大 塚 邦 弘

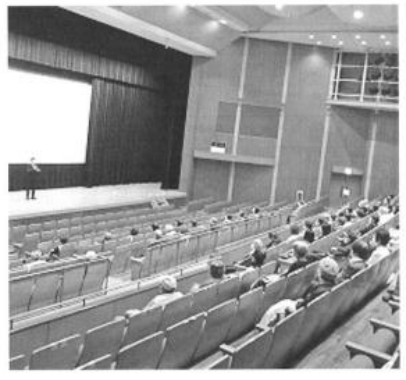
令和3年度 第44回堺市老人クラブ連合会高齢者作品展



7月30日(金)から4日間、東文化会館ギャラリー1で令和3年度第44回堺市老人クラブ連合会高齢者作品展を開催しました。会場には7区から321点の力作が展示され、匠の技が光る作品や、「新しい挑戦」との思いを込めた作品が来場された多くの方の目をひいていました。コロナ禍で引きこもりがちな毎日を通す会員の皆さんにとって、外に出られずとも自身の表現の場として、大切な作品展となりました。

「映画のつどい」を開催

10月19日、20日、21日の3日間、西文化会館、産業振興センター、美原文化会館で映画「燦燦」を上映しました。この映画は、夫を亡くした高齢



女性が婚活を通して新たな人生を見出そうとする姿を吉行和子主演で描いたドラマです。参加者の方からは、「私たちの気持ちを奮い起こさせる映画でした。粛々とした人生を送るよりも燦燦と輝いた晩年を送りたい」という映画の最後のセリフで考えさせられました。」との感想が寄せられました。



私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

健康講演会を開催

『くすり』の副作用

- 副作用より効果の方が高ければ、治療に『くすり』を使用します
- 『くすり』使用中に、普段と違った症状があればすぐに診察を受けて下さい
- 事前にどのような副作用が出やすいかを確認しておく安心です



11月12日(金)、総合福祉会館大研修室で「健康講演会」を開催し、55人が参加しました。岸和田徳洲会病院薬剤部の薬剤師、道姓新太郎さんを講師に迎え、『くすりの正しい飲み方とサプリメント』をテーマにご講演いただきました。

道姓さんからは、くすりを飲む時の注意、副作用、飲み合わせなど、日頃疑問に思っていることをわかりやすく説明いただきました。

道姓さんからは、くすりを飲む時の注意、副作用、飲み合わせなど、日頃疑問に思っていることをわかりやすく説明いただきました。



美原西校区 奈良を満喫

美原西校区 景山 花子

阿弥若葉会が親睦旅行

黒山校区 古賀 久美



阿弥若葉会は11月29日(月)京都嵯峨野に行きました。午前は六太寺と丹波路・酒の館を見学し、午後は、今回の目玉の亀岡と嵐山を結ぶトロッコ列車に乗車し、嵐山を散策しました。晴天に恵まれ、全長7.3キロの保津川渓谷の紅葉は最高の景色で大満足でした。

美原西校区は11月30日(火)、早朝の集合にもかかわらず、元気にバス2台に分乗し、法隆寺と壺阪寺に向け出発しました。法隆寺では夢殿や大宝蔵院にある玉出厨子に心を惹かれ、壺阪寺ではインドから招来した大石像に手を合わせました。

久しぶりのツアーで少々足が痛くなりましたが、楽しい一日を過ごしました。

北区女性部会 講演会開催

光竜寺校区 中川 祐子

11月9日(火)、埤区のライフガーデン埤ホールの北区老人クラブ連合会女性部講演会を開催しました。

第1部では、埤市資源循環推進課の職員を講師に迎え、「買物」調理「保存」など日常生活のいろいろな場面における「食品ロス」の減少に向けた取り組みについて考えました。



第2部はアトラクションで、天満家村朝さんによる落語「片棒」を楽しみました。

西区老人クラブ連合会 福祉大会を開催

西区老連 西村 弘一

令和3年度 第13回 西区老人クラブ連合会 福祉大会



11月9日(火)、西区浜寺船尾会館で「第13回西区老人クラブ連合会福祉大会」を開催し、会員215人が参加しました。各校区から歌自慢70

人が自慢の「のど」を披露し、会場は大きな拍手であふれていました。



私たちは埤市老人クラブ連合会の活動を応援しています



堺区老人クラブ連合会 社会見学旅行

湊校区 米山 智恵子

堺区老人クラブ連合会一行が、恒例行事のひとつとして11月9日より泊旅行湯村温泉「いづつや」に

各校区をバスで廻り、皆さんを乗せ高速道路に入り、道の駅で休憩、昼食、猿尾滝を見学、健脚の人は落ち葉で滑りやすい急坂を歩き全長60mの滝つぼまで登り、勢いの強い水の音を聞きました。上段の滝には仏様や岩猿などが見え隠れするそうです。日本の滝百選にも選ばれていますが、早めに宿に着き散策。足湯、温泉たまりと見学す



美木多老連と 小学校のクラブ

美木多校区 酒井 基司

10月5日、美木多小学校において2年後の創立150周年記念行事のひ

4年生の生徒さんたちに各クラス(4クラス)の教室で、「昔のくら」や近年再興した「流鏝馬行事」のほか「美木多の歴史」等について語ってきました。美木多の歴史は古く、講師(11名)は子ども頃からこの地で育った純粋の「美木多っ子」でそれぞれの得



美木多小学校の生徒さんたちとの機会を与えて下さった校長先生に感謝しつつ、老連の活動の一環として今後子どもたちとのふれあいを積極的に行っていきたくと思っています。



令和3年度「秋季ゲートボール大会」を11月21日(日)「土塔 塩池グラウンド」で開催しました。秋晴れの心地よい中で、10チーム、参加選手60名が3コートに分かれ

大会結果	
順位	チーム名(校区)
優勝	小阪(久世校区)
準優勝	新家会B(東百舌鳥校区)
第3位	新家会A(東百舌鳥校区)
第3位	深井中町西(深井西校区)

中区老人クラブ連合会 秋季ゲートボール大会

中区老連 玉山 貴史



11月6日(土)、堺区の旧湊小学校グラウンドで「第79回堺区老連ゲートボール大会」を開催しました。秋晴れの好天に恵まれ、10チーム、58人が参加しました。成績は次のとおりです。

大会結果	
順位	チーム名
優勝	錦B
準優勝	湊・英彰
第3位	熊野



健康コラム 子どもの 新型コロナウイルス感染症



堺市医師会 理事 池田 和茂



読者の皆様は高齢の方が多くですが、今回は子どもの新型コロナウイルス感染症を取り上げました。令和3年の初夏まで小児の感染者は大変少なかったものの、夏の第5波では「少し前に一家全員がかかりました」「幸い入院はせずに軽症でした。」などの保護者の話を耳にするようになり、ウイルスが子どもたちに忍び寄っているのを実感しました。子どもへの感染源の多くは周りにいる大人であり、子どもを感染から守るためには、周囲の大人が免疫を獲得することが重要と考えられています。その点では、日本のワクチン接種率がG7の国々の中で最高になったとの報道もあり、小児科医として心強い限りです。コラムを書いている時点で日本のワクチン接種の対象は12歳以上ですが、アメリカで

は5歳以上での接種が開始されました。日本でも5歳以上の小児に承認された場合、保護者の方は接種すべきかどうか迷われることが多いと思われます。ワクチン接種を希望しない子どもと保護者に対しては、特別扱いされないような配慮も必要です。身近な子どもさんが新型コロナウイルス感染症にかかったら医療体制は大丈夫かと心配されている方もいらっしゃるでしょう。それに対しては、小児病棟を持つ堺市内の病院の先生方が協力してくださり、かかりつけ医と病院が連携を取りやすい体制を整えています。堺の子どもの健康を守るため、力を合わせて頑張りましょう。なにはともあれ、友達とおしゃべりしながら給食を食ったりする日常が一刻も早く戻ってきてほしいものです。

「きれいな空やネ。雲も夏の入道雲とは違うよ。」
 「積雲って言うんだ。今日のように、晴れた日によく出来るよ。」
 男性の声がする。
 70代から80代のウォーキング仲間。総数30人位いるけど、常時歩いている人は半数をこえた。女性の方が多い。
 朝9時、白鷺公園に集まり、ラジオ体操をしてから歩き始める。私は池の外側を2周する。7千

ウォーキングと仲間達

中百舌鳥校区 平井 サチ子

歩位歩き、出発点にもどる。体調や歩く速度が各人違う。おしゃべりしながら、自分に合った道を選ぶ。集合場所に戻って、皆が揃ってから解散する。たまに喫茶店にはいり、お茶をする。
 そんな平凡な毎日のある日、息子が職場で倒れたと嫁から電話が入る。押っ取り刀で病院へ行く。脳内出血で、手術をしてもらい植物人間だという。発症から36時間経過してしまつた。嫁と捧儀を出し

までは、気が張りつめていた。翌日から眠れなくなつた。睡眠薬を飲んでも眠れない。食欲もない。家の中でボーっとしてただけ。夫をおくつた時は、痛みがとれて良かったと思つた位だったのに。完全にうつ病になつた。そんな時、仲間が声をかけてくれた。
 「いつまでもウジウジしていたらアカン。息子さん、そんなお母さんを喜んでないよ。元気になって、前を向こう。それが一番の供養じゃない。」
 それから外へ出るようになり、今に至る。

読者の広場

遺跡の上で自然の恵みを楽しむ

久世校区 大町 浩康

コロナ禍で、遊歩道をウォーキングする人が増えました。「街づくり協議会」の史跡案内と遊歩道整備、土地改良区の農道整備のお蔭です。畑仕事をしながら散歩の仕方を教えてくれる人が多くなりました。
 先日は、陶器千塚古墳跡の地図を持って写真撮影を撮っている方と出会い、畑の中に今は影も形もない円墳の土饅頭が点在していること、前方後円墳

食を支える生産基地として先進農業地帯であったことを示しています。昭和の高度成長期のニュータウン開発で破壊が進んでいた須恵器生産跡群が、泉大津高校の歴史クラブの調査で5世紀の須恵器生産を独占していた陶邑古陶跡群であることが解りました。
 須恵器生産の先進地域から農業生産の先進地域へ、自然豊かな伝統文化を受け継いだ住みよい街づくりをめざして、自然の恵みに感謝しながら先人が開いた土地の恵みを届ける仕事に励みます。

ちょっと待って
それ、特殊詐欺ですよ!



会社の通帳を盗まれ、お金が必要になった...



医療費の還付金がありますので、今からATMへ...



犯人があなたのキャッシュカードを持っていた...



名義貸しは犯罪です。解決金が必要です...



犯人はあなたの財産を狙っています!

みんなで防ごう
特殊詐欺!!



ATMでは、
 携帯電話の通話をご遠慮ください。

詐欺ですよ!!
 電話を切って、警察に連絡して!



役所等をかたって架電し、還付金があると言って、ATMへ誘導する還付金詐欺が多発しています。携帯電話で通話しながらATMを操作している方を発見すれば、詐欺の被害者かもしれません。お声掛けしていただき、警察に通報してください。

大阪府警察

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています



埴市高齢者福祉大会 盛大に開催!



市老連会長あいさつ

埴市健康福祉局長 来賓祝辞

埴市社会福祉協議会会長
来賓祝辞

今年度の福祉大会を10月14日(木) 埴市民芸術文化ホール(フェニーチェ埴)大ホールにおいて、467名の参加のもと執り行いました。

昨年度は新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、参加人数を絞り、育成功労者の表彰式のみ行う、というかつて経験をしたことがない形での開催となりました。しか



太極拳
「32式太極剣『花鳥風月』」
東区 ひまわり太極拳



舞踊「まつり(北島三郎)」南区 由遊会



なんちゃって千手観音「蘇州夜曲」
西区 浜寺石津校区女性部

私たちは埴市老人クラブ連合会の活動を応援しています

育成功労者表彰状・退任役員感謝状
贈呈式



育成功労者(校区会長)代表



育成功労者(単位クラブ会長)代表



退任理事代表



退任校区会長代表

おめでとうございます!

合唱「いい日旅立ち 埜の街は」 北区 喜多若朗人倶楽部



新舞踊「輪諸居につぼん イシ おおさか」 埜区 宏友会

第一部の表彰式では、老人クラブの育成に貢献された校区連合会長、区老連女性部会長、単位クラブ会長と役員、校区の役員、合わせて132名の方々に表彰状が、また、長年にわたり活躍された退任理事、退任校区会長、退任区老連女性部会長、合わせて19名の方々に感謝状が贈られました。アトラクションでは、新型コロナウイルスの影響でメンバーが集まって練習する機会が制限されている中でも息の合った演技



新舞踊「磯浜しぐれ」中区 土塔町百寿会新舞踊クラブ

し、今年度は高齢者のワクチン接種が進んだこと、感染対策がしっかりと行われていること

となどから、参加人数を定員の50%としながらも表彰式に加えて各区の代表者によるアトラクションも行うことができました。

や、心を温かくするような演技、思わずため息が出るほど見とれてしまうような演技が披露され、これからの老人クラブ活動を象徴するような素敵な時間を過ごすことができました。



歌体操「パブリカ」「NO!詐欺音頭」美原区 美原パブリカ

私たちは埜市老人クラブ連合会の活動を応援しています

難病に負けず 豊かな人生を モットーに生きる

新檜尾台校区 川本 芳樹

会社を定年退職して、小学校のころよく将棋をしていたので、福祉会館で将棋をやっているのを知り見学に行きました。

そこで会長さんに勧められ、将棋倶楽部に入りました。そうしているうちに「クラブに入るには老人クラブに入らなければなりません」と言われました。少し抵抗がありましたが老人クラブに入ることになりました。

会社を定年になって一ヶ月を過ぎたころ胃腸の調子が悪く近くの内科に行ってみてもらいました。医者からは胃腸炎と言われ、2週間分の薬をもらいました。ところがだんだん症状がひどくなり一握りのご飯粒も喉を通らなくなり、手がしびれてきました。これは何

かおかしいと思ひ、大きな病院の方がよいと思ひペルランド病院に行きました。そしていろいろな検査をうけて内科の先生から即入院してくださいと言われました。そして夜9時頃ベッドの横にこられ、「あなたは私が思うに膠原病だ」と言われました。私自身聞きなれない病名で何がほかかわかりませんでした。そして内科医の先生がここには膠原病内科がなく、この辺では狭山の近大病院しかないので「明朝、専門医に検査結果のデータをパソコンで送ります」と

のことでした。翌朝、近大病院から連絡があり一刻も早い治療が必要とのこと、私は近大病院に入院することになりました。たまたまペルランドの先生が膠原病を勉強されておられたのが良かったです。それから2ヶ月半入院して後は月に1度の通院ということになりました。私の膠原病は100万人に1人の膠原病で、日本には私と同じ膠原病の人は1,800人しかないという難病指定の病気です。退院した時は、体重が44キロで、当時20キロやせてしまい、車イス生活になりました。

た。筋肉が細りシャツのボタンも一人ではできず、ペットボトルのフタも開けることができない状態でした。近大病院のリハビリ専門の薬木にあるペルビアン病院に半年通いました。そして紹介で光明池にある身体障がい者の施設フアインプラザで、トレーニングに毎日通い、半年後にはやっと歩けるようになりました。車も1年半運転することができなくなりました。今は毎日トレーニングに通っています。フアインプラザ内で陶芸教室に入り陶芸を習っています。同じく書道教室にも通っています。

また、光明池のコムボックス内のカルチャーセンタ。筋肉が細りシャツのボタンも一人ではできず、ペットボトルのフタも開けることができない状態でした。近大病院のリハビリ専門の薬木にあるペルビアン病院に半年通いました。そして紹介で光明池にある身体障がい者の施設フアインプラザで、トレーニングに毎日通い、半年後にはやっと歩けるようになりました。車も1年半運転することができなくなりました。今は毎日トレーニングに通っています。フアインプラザ内で陶芸教室に入り陶芸を習っています。同じく書道教室にも通っています。

ターで仏像彫刻を習っています。



地元でグラウンド・ゴルフチームやパークゴルフのチームに入り、週4日通っています。9月からは硬式テニスも始めました。また、ゴルフも月3回ほど行っています。いろいろなサークルで友人が増え楽しい毎日です。病気の後遺症で手足の先が常時しびれていますが、日常生活に支障はありません。病気になることは不幸ですが、病気に負けず、これからの豊かな人生を送れるように頑張ります。

人の生命は 繋がりにあり

御池台校区 小引 忠彦

この1年間に身につまされる、なんともやり切れない新聞記事が掲載された。一つは、「都会の闇、最後は13円」という、数か月経過の母子の餓死のニュース。こちらは、水道ガスも止められていたという。もう一つは「91才66才親子 団地で孤立死」という母親と息子の衰弱死の記事である。

前者は、民生委員も把握はしていたとのこと。また後者は新聞が溜まっているのに近隣は気づいていて、声をかけるほど、仲が良い訳でもなかったという。

国ではコロナ禍で、「断らない相談支援体制」なども整備されながら、その実効性の確保が容易ではないことの実現である。このような現象を見るにつけ聞くにつけ、如何に人との接点、つながりが、人の命を左右するポイントたることを痛感する。

今更ながら、地域との交わり、自治会や老人会等々への参加の意義をさぐづく思う。そして、さらには場面に応じて声掛



おりがみって楽しいな!

新金岡校区 川口 和子

思えば23年前、老後の生きがいに何か趣味をもちたいと考えた矢先、

けをする勇気ももちたいものと、自戒の念も湧く。人間、人知れずあの世に旅立つことなど無きよう、切実に想いを巡らした年の暮れの夕方だった。

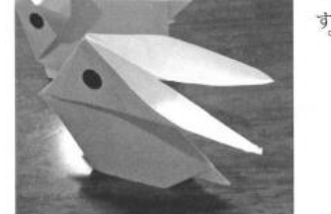
1枚のチラシが目にとまりました。近鉄文化サロンの「たのしいおりがみ」の講座案内でした。

「たのしいおりがみ」とのネーミングにひかれ入会したものの、はじめの6か月間は基本折りばかり、ある日、「先生、おひなさまをつくりたいの教えて下さい。」とお願ひしたら、「自分で考えて作って来なさい。見てあげるから。」といわれ、「大人のおりがみ」「創作おりがみ」というものに

はじめて気づかされました。「月刊おりがみ」を定期購読、毎月送られて来る1冊を折りきろうと努力したのも、今となっては楽しい思い出です。

基本をミッチリ教えていただいたおかげで、今では、折図やユーチューブを見て折れるのはありがたい限りです。

80歳からはじめた「なかよし会」も簡単な「おりがみ」をとり入れ月1回集会所で開催しています。(先日は、写真の「うさぎ」を作りました。)人と人との絆が希薄になりがちな現代、地域のネットワークを大切にしながら、もう少し元気になりたいものと願っています。



私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

英国外交官 アーネスト・サトウ Ernest Mason Satow (1843-1929)

錦校区 竹村 周

洋画家、文化勲章受賞、林武は3代にわたる国学の家の人。明治2年、父の勲臣は官命によりアーネスト・サトウに日本語を教授することを命ぜられた。幕末外交史に登場する人物で、日本人に最もよく知られている人物

いつものように寿会の活動をご報告しようとペンを取りました。でも数行でストップ、ペン先に浮かぶのは新型コロナのことばかり。世界中の人がコロナによる生活の変化にストレスを感じ、精神的苦痛、体調悪化を訴えています。日本政府も「コロナうつ」に対する実態調査を行いますが、都道府県の対応に生かす方針を打ち立てましたが、その効果は如何でしょうか？こんなとき、私は何をすればよいのでしょうか？

自分にできること。

新金岡校区 貝塚 百合子

サトウが日本に武田かね(兼)との間にもうけた次男、武田久吉は1883(明治16)年、東京で生まれた。言語研究に関心を抱き東京外国語学校に入学、ドイツ語、英語等を学び1904年に卒業した。植物についての興味も言語に対する関心も、父アーネスト・サトウの影響がうかがえる。1910(明治43)年、イギリスへ留学。キュー植物園で植物学の研究を始めた。1915年パーミンガム大学の高級課程を卒業、その後キュー植物園で研究、1916年に帰国。北大水産専門部講師、京大農学部林学科講師等を務めた。

老人部寿会の諸行事もストップしたまま、春のお花見、お誕生会など、楽しみにしている全ての会合がお流れになり、会員の皆様とお会いすることもなく「寂しいな」と思っていたとき、寿会から届いた袋、それは時を得た「心のごもった贈り物」でした。毎日の食卓に欠かすことのできないお吸い物、お茶漬けの素、味付けのり等々。外出もままならないこの頃、備蓄用として良く、また美味しい食材で作るお惣菜の隠し味としても重



宝する。このいずれかの袋をさつと加えることによつて「おいしい！こんな食べ方もあったんや」と思いながら、感謝を込めて「ご馳走さま」とつぶやいた米寿の私です。企画、実行をしてくださる役員の方々は大変でしようけれど、どんなに強力なウイルスも、侵すことの出来ない心と心のふれあいを大切に、感謝の思いを忘れることなく、「自分にできること？何かある？」を心掛けたいと思うこの頃です。

吾亦紅

中百舌鳥校区

井上 吉章



「マツチを擦ればおろしが吹いて線香がやけにつき難い。さらさら揺れる吾亦紅。ふとあなたの吐息の様で」

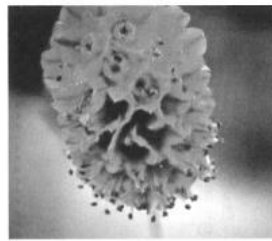
ぐんぐん入ってきた。五右衛門風呂の湯舟からお湯が「ザー」とこぼれた。物心ついたら初めて見る母の体、何となく気恥ずかしい感じで母を見た。あれは何だったのか？今になって考えると、母なりの性教育だったと思う。丁度その頃、冬の寒い中、私は首が回らなく痛くて学校を休んだ。友達のお母さんが折袴をして3日で回復した。神様にお礼参りをする様に言葉、毎朝5時に起き、暗闇の中、母と2人で一里の道を神社に向かつて寒行した。神殿には大きな火鉢が置いてあり、冷え切った手足を温めた。帰りは夜明け前

明るい未来

百舌鳥校区 横山 朋子



新年を迎え、令和4年、西暦2022年です。「ふ、ふふ」と笑顔で新年がやってきました。きつと良き一年になると信じています。人は一人では生きていきません。人の助けになりたくないと思う人もい



ます。広い意味でみると、全ての事は皆の助けの上になりたっています。完全に感謝できる生活を送りたいですね。今は新型コロナウィルスの事もあつた、家に閉じこもつた生活をし、感染をふせぐしがありませ

一人一人の行動がコロナ終息につながります。明るい未来に希望をもって、笑顔で接しながら、いっぱい話せる日がきつとくると信じて、心身を鍛えておきましょう。

その時は 思いきり 羽ばたきましょう

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

ほがらか埤

読者の広場

今年のメダカ 誕生と月下美人

錦校区 田中重彦

私の家のメダカは12年ほど前に近隣の方から10匹ほど頂いたメダカです。そのメダカの子孫が我が家で現在も元気に泳いでいます。毎年沢山の卵を産んでくれます。6月の中旬から産卵が始まり小さな小さな卵です。毎日、別の容器に卵を移し

ます。間もなく次から次へとメダカが誕生します。そのメダカがまた卵を産み子孫を残してくれま

がらも立派な泳ぎを見せられます。また生きるためにエサの奪い合いも、2ヶ月ほど過ぎると少しは目立って大きく成長するのと小さいの差があつて生存競争も凄いです。私たちに生きる力を見せてくれます。

一方、月下美人の花、夏の暑い最中に我が家の植木鉢の月下美人に今年なぜか次から次へと葉っぱに小さなつぼみが沢山ついてきました。

何回眺めても素晴らしい美しい立派な花ですが、一夜限りの花です。一夜明ければしよんぼりとなります。真夜中にスマホ片手にパチリと撮りました。

日本人の人口の行末

浜寺昭和校区 朝西芳徳

日本人の人口は、2021年1月1日時点で約1億2384万人(前年比約42万8千人減)で2009年をピークに12年連続で減少した。日本人の出生者は調査を始めた1979年度以降で最小の約84万3千人だった。

新型コロナウイルスの影響で、6年連続で増加した日本に住む外国人人数も約5万5千人減少。総人口は約1億2665万4千人(前年比約48万3千人減)だった。コロナ禍が影響した。都道府県別では、日本の人口は埼玉、千葉、東京、神奈川、沖縄の5都県が増加した。縄文時代の晩期、日本の人口は7万5千人。う

ち東北には実に52%が暮らした。鬼頭宏著「人口から読む日本の歴史」によれば、関東や近畿、九州よりもはるかに多かつたという。まるで「東北一極集中」ではないか、2020年日本の国勢調査によると、日本全体に占める東北の人口割合は7%である。過去5年間の減少率トップは秋田で、岩手、青森、高知山形が続いている。一方、増加率の1位は東京で、千葉、埼玉、神奈川が1都3県に今や全人口の3割が集中している。私達の社会は今のまま東京一極集中でよいか。

季節の移り変わりは早く今年も早10月、私は、四季の中で芽吹く春が一番好き。年老いた私に芽吹く春は勇気をくれる。秋の紅葉も美しいけれど私の年になると何だか物悲しく淋しい。兄も姉も私の年になると何だか物悲しく淋しい。兄も姉も私の年になると何だか物悲しく淋しい。

て、いるのだろうか。息子達二人も都会に出て田舎に帰る予定もないだろう。私もまた嫁ぐ前は都会のネオンにあこがれて、こんな暗い田舎は嫌だと思つていたら、あれどあの頃の田舎暮らしが懐かしい。でも住みたいとは思わない。物一つ買うにも県道にでなければならず、その県道にもお店が一軒あつたけれど今そのお店もあるのだろうか。

子曰く、学びて時に之を習う。亦説ばしからずや。(論語学而篇) 有名な孔子の言葉です。原文は漢文で全部漢字です。日本は漢字を導入して文化国となりました。漢字を発明した古代の中国人には感謝しかありません。今、コロナ自粛の中で論語と中国語を習っています。

生家の想出

五箇荘東校区 森 信子

それにしても私の生家は今どうなっているのだろうか。今が旬の「スダチ」も沢山なつているだろうに手入れする人もなく草木が生い繁り荒れ果

私が嫁ぐ前は暗の中にそこかしこに農家の明りが灯つていただけで今もあの頃の様に点在しているのだろうか。物悲しく懐しく私の心に甦る。

中国語を学習して、思うのは現代中国語は漢字を簡略化しすぎています。日本の方が表意文字としての伝統が残されて

現在、日本の学校では知識偏重の教育で道徳は軽視されています。これは知識人になれても教養人にはなれません。教養人とは礼儀正しく思いやりのある品性の高い人のこと。論語を教育に採用して人格者を養成してほしいものです。

論語に思う

錦西校区 神野晋司

洪沢栄一氏が明治維新後の日本経済を先進国並みに発展させた原動力として論語の思想を活用したと言います。

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています

藤沢周平に 魅せられて

東三国丘校区 鈴木良雄

藤沢周平の時代小説に魅せられてから40年の歳月が流れた。百編を超える彼の小説は、ほとんど全て読んでいた。面白いから二度三度と読むのであるが何よりもその文章が良い。志賀直哉や夏目漱石の文章のように、どこをとっても読み返しが効く。作家でもある井上ひさしや中野孝次を惹きつけた最も大きな要因でもあろうか。「時代小説なんて」と思っている若い人達にも、ぜひ彼の代

高齢者の健康・趣味とは

御池台校区 三四 和彦

私は健康維持のために、スポーツジムに週5日通っています。スポーツジムの利用者は高齢者が7割を占めています。高齢者の健康志向が高く、皆さんは元気で毎日来られている方が多く、自宅でも過ごすより仲間と運動し談笑することで健康維持できると話されています。スポーツジムに来られている方で90歳近い方もおられます。プールでのウォーキングなど、自分の体力に合わせたメニューを選択しています。自宅にこもりつきりは良くないと考えます。兎

表作である「蝉しぐれ」や「玄鳥」を読んでほしいと思う。どの人物も、姿勢を低くして身構えて世に生きる。決して、浮ついた生き方はしない。すべてのものに鋭敏に心を働かせ、何に対しても率直に感動する心を持っている。ひたひたと小さな波が打ち寄せるように心にくいこんでくる詩情がそこにはある。数年前、東北山形へ桜前線追っかけドライブの前線追っかけドライブの

交番の花

浜寺昭和校区 田邊静子

浜寺昭和地区の国道26号線沿いに元町交番があり、その前を通るといつも綺麗な花が咲いていて、近所の誰か奇特定方、お世話してもらっていると書いていました。偶々お世話されている人を見かけ声をかけてお話しを聞きましたら、遠方の家原寺から来られたと聞いておどろきました。天気の良い日は、花が可哀そうだと水遣りに来られると聞きびっくりしました。

旅行をした時、鶴岡の藤沢周平記念館を訪れた感動をコロナ禍の今年思い出し彼の晩年の短編「三月の夜」を読み返した。月に「夜」をかかえた若い武士、窪井信次郎と清楚でうつくしい娘、葉津との出会い、水面に踊り上った三月の「夜」のように、若々しく、りんとしていた葉津の姿は、信次郎を自棄の念から立ち直らせる。信次郎と、権力をかさねて非道を行つた岩

命と気持ち

美木多校区 榎本 隆

上二族の息子勝之進との御前試合。「臂(りよ)力」では、はるかに勝る勝之進を自分の得意技にはめた進次郎。端正で清潔な文章で、人間のあるべき姿、心の動きを藤沢周平は見事に描ききつている。人間の有り様を明確に見通しているからであろう。か。

百花繚乱

美木多校区 榎本 三重子

私達夫婦は花が大好きです。四季折々に色々な花が咲きます。地域の友人からいただいた「ゼラニウム、フジバカマ、バラ、カンナ」その他いろいろ、花が咲けば誰々さんに頂いた花だと愛でながら心の思いも新たに



ほがらか堺に投稿される場合の

注意事項

1 提出先

① 投稿者をご自身の属する校区老人クラブ会長に提出してください。

2 投稿作品の規格および字数

- ① 「読者のひろば」への投稿は、1人1作品 500 字程度
- ② 「散文詩・短歌・俳句・川柳等」への投稿は、各分野 1人1作品
- ③ 原稿は、楷書でお願いします。
- ④ 投稿作品には、表題、校区名、氏名を必ず記入してください。
- ⑤ 投稿作品は、返却しません。(作品の控は、各自でお持ちください。)

3 下記の内容に該当するものは掲載しません

- ① 法令等に違反するもの
- ② 公の秩序または善良な風俗に反するもの
- ③ 射撃心を著しく煽るもの
- ④ 他者の人権侵害、名誉毀損、信用棄損若しくは業務妨害となるおそれのあるもの、または差別を助長するもの
- ⑤ 政治性のあるものまたは国内世論が大きく分かれているもの
- ⑥ 公衆に不快の念または危害を与えるもの
- ⑦ 消費者被害の未然防止及び拡大防止の観点から適切でないもの
- ⑧ 宗教団体による布教の推進を主たる目的とするもの
- ⑨ 非科学的または迷信に類するもので、読者を迷わせ、又は不安を与えるおそれのあるもの
- ⑩ 他の出版物等ですでに掲載されたものを全文を転載したもの
- ⑪ 堺市老人クラブ連合会の目的にふさわしくないもの



俳句

若楓カナダの旅やあの頃に
金岡校区 船越 幸代

わが町をほのぼのつつむ初明
金岡校区 板谷智恵子

迎春の粧ひ整ふ宮居かな
向丘校区 高田 直昭

傘にぬて心の濡るる時雨かな
向丘校区 齋藤 高生

ほのぼのと野の匂ひあり七日粥
向丘校区 渡部 唯子

風に裾押さへつつ帰路急ぐ
向丘校区 高橋 寿美

柝のほかに香る夜風かな
向丘校区 竹澤 信子

初釜の湯の沸く音や席ただす
向丘校区 西 寛子

後姿母と見紛ふ春着の娘
向丘校区 横山 芳子

夕ぐれや福寿草群れ庭灯し
向丘校区 森川 友美

初夢や健康ゆとりならばこそ
野田校区 北井 道子

初夢や目覚めすつきり碧き空
野田校区 西井 照子

いつの日か初夢らしきものも消え
野田校区 橋本 宜和

初夢に心はずむ目覚めかな
野田校区 中島 明雄

初夢や母と楽しい汽車の旅
野田校区 向井 末子

插家族笑顔で集う初夢かな
野田校区 土岐 久美

三ヶきを巡りて一ト日秋深し
東百舌鳥校区 中居 暁子

汗の金二十八個は日本より
上神谷校区 井守たかし

秋風やゆれる稲穂の美しさ
上神谷校区 片山 茂

曇天の広がる夕べ稲匂ふ
上神谷校区 向井佐和子

水たまり寄せ合ふ揚羽二羽三羽
上神谷校区 芝本 君子

風呂吹や湯気あげてゐる箸の光
英彰校区 井上 良実

古稀の春初手習ひの飯名くずし
中百舌鳥校区 山本三智子

東雲のやがて朝焼け初日の出
中百舌鳥校区 坂本 茂子

秋茄子や収穫しきにうかぶ母
浅香山校区 小泉 豊子

つり人の穂先をゆらす友のあゆ
浅香山校区 小泉 治男

リハビリの予約取り消す春一番
大仙校区 榎野 椿

ひれ酒にほろ酔う夜の時流れ
大仙校区 下野 耕生

文芸サロン

朝露やキラキラ光る芝の上
大仙校区 下野たんぼぼ

神無月光り輝く稲穂かな
金岡校区 橋野 訓

復活の奉納舞に秋の風
福泉中央校区 谷口 光男

天高く錦絵描く山の肌
福泉中央校区 井上喜代子

黄金波寂しみ寄せる稲刈りや
福泉中央校区 巽 崇

彼岸花出前授業声張って
美木多校区 山崎 正子

バラオリン人権の蕾に夢託し
美木多校区 田中 絹江

文楽の空席なこむ春着かな
御池台校区 伊藤 基治

初場所や待つは往年千代の富士
御池台校区 小引 忠彦



「自作の田園」 福泉中央校区 巽 崇

冬隣地へ早む鳥の群れ
御池台校区 中川チエ子

早々と雨戸操る音十二月
御池台校区 橋本 恵子

昇平な未来をだきて柚子湯かな
御池台校区 市岡 昌子

胸筋のなほも膨らむ初日の出
御池台校区 池澤 陸子

律儀なり主なき家の枇杷の花
御池台校区 田岡 文

小春日や砂場の幼児とこんにちは
御池台校区 小吹 洋子

いきいき活動を支える 老人クラブ会員向けに 傷害保険・賠償責任保険で安心補償

傷害保険

自分がケガをした時の保険です。(病氣は対象外)
8,000円タイプと12,000円タイプについては、他人の物を壊したり、他人にケガをさせた場合も対象となります。

- ①対象：老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体保険です。
- ②保険始期月および保険期間：年に2回の募集となります。

保険始期月	手続き期間(締切日厳守)	保険期間
10月	7月15日～9月15日まで	10月1日午後4時から1年間
4月	1月15日～3月15日まで	4月1日午後4時から1年間

- ③掛金払込の条件：加入申込の人数に問わず1回の払込につき掛金総額3,000円以上(追加の場合も同様)。
※払込手数料は加入申込者負担。老人クラブ・会員個人には保険証券・領収証は発行されません。
- ④補償範囲・掛金タイプ：◆24時間型/4タイプ
-すべてのタイプに特定感染症危険補償(新型コロナウイルス感染症を含む)を追加しました。
-自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償、熱中症危険補償を付加したタイプもあります。
◆活動型/2タイプ
6タイプから1人1つ選択してください。複数口加入はできません。

賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。(自分のケガは対象になりません。)

- ①対象 単位老人クラブ(全員加入が条件となります)
- ②保険期間 毎年10月から1年間(中途加入可)
- ③掛金 1人年額100円(最低引受保険料3,000円)
- ④補償 支払限度額1億円

公益財団法人全国老人クラブ連合会(保険係)

〒100-8822 東京都千代田区有明3-3-2 新設が明ビル5階
TEL 03-3597-8767 FAX 03-3597-8767 Eメール hoken@senior-ltd.com

ホームページ <http://www.senior-ltd.com/> (取次代理店) 有明会社 シニアサービス社 TEL 03-3597-8768 (受領事務保険会社) 東京海上自衛火災保険株式会社(担当課) 庶務・福祉法人部 TEL 03-3515-4143

※この広告には、以下の商品についてご紹介したものではありません。
【老人クラブ傷害補償】
老人クラブ団体賠償責任保険
施設賠償責任保険・生業賠償責任保険
ご加入にあたっては、必ず「パンフレット」(複製)「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてお読みください。保険料は、ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。
2021年3月作成 20-TC10866

短歌

捨てるはず母が自慢の道行を

服に仕立ても医者しか行けぬ
上神谷校区 櫻淵 和代

なつかしき友の電話を受けしほど
重い病いと知りておどろく
向丘校区 中西 博子

休憩よお茶を入れましょ妻は云うも
稲扱埃に行きつ戻りつ
日置荘校区 土井鐵二郎

お揃いの帽子被りて車椅子
おし来る夫の笑顔さわやか
日置荘校区 興栄田米子

老人会いつもニコニコ玄関へ
ほがらか唄届けてくれる
東浅香山校区 万代美智子

幾千里山河を越へし白鳥は
湖水にそつと羽根を休めて
浜寺昭和校区 辻 光

思いきり笑った事もあるけれど
それが何だか思い出せない
浜寺昭和校区 永井 智子

桜木の落葉を笠につわぶきの
さいろき花を咲きほこりけり
野田校区 森 涼子

生くこと楽しくありて老いの春
親しき友の遊きて悲しき
野田校区 橋本 宜和

たわわに実るかきの実食卒の
窓から見え手を伸ばしたくなり
福泉中央校区 辻本 利子

重陽の節句のちの雛まつり
つるし飾りに長寿の願い
福泉中央校区 山本喜恵子

白鳥よシベリアからのおでましで
日本のもみじながめにきたね
福泉中央校区 田中 高子

彼岸花季節たがわず咲きそろう
汗みずふいて秋空のぞむ
福泉中央校区 横道シゲ子

街灯の光射しくるわが庭の
障子に映る樹々シルエツト
福泉中央校区 辻田 尚美

朝夕の涼しき日増しに強くなり
秋の深まり身に感じつつ
福泉中央校区 田中龜久一

コンバイン穂波をゆらし快進す
八十路の夫に玉汗ひかる
福泉中央校区 大仲美智子

収穫を待ちて祝いの宴かな
稲穂煌めく彼方此方に
美木多校区 中辻眞佐子

川柳

筋トレに楽しさ見つけ忙しい
東浅香山校区 坂本久仁子

幸せのネツク家族の愛がある
向丘校区 小谷 武子

我が想いまたも届かぬハートブレイク
野田校区 まこと上野

届かない湿布貼れない独り者
野田校区 みやこ高橋

歳重ね今年も届く祝い品
野田校区 みちこ北井

楽しみやネコ便届く四季の味
野田校区 とよかず西岡

ふる里の新米届くころとなり
野田校区 よしかず橋本

久しぶり友より届く瀬戸の千物
野田校区 りょうこ森

もういらん変異コロナの届け物
野田校区 きくよ津田

夕暮れの空には鳥も急ぎ行く
野田校区 よしのぶ橋

理不尽を湯舟にとかし明日に行く
向丘校区 中西 博子

理屈では解けぬ夫婦をつなぐ糸
日置荘校区 井本 敏雄

阪南市屋根の上にぞ水平線
錦校区 和三 益

写真



「千早赤阪の棚田」
美原西校区 岡本 敏



私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています



さくらウォークのご案内

どかな春の一日、桜を見ながらウォーキングしませんか

【開催日・会場】

- 令和4年3月29日(火)
新檜尾公園(堺市南区新檜尾台2丁)と
鴨谷公園(堺市南区鴨谷台2丁)
泉北高速鉄道「光明池駅」下車すぐ
- 令和4年3月30日(水)
浜寺公園(堺市西区浜寺公園町)
南海本線「浜寺公園駅」下車すぐ



雨天決行午前7時現在、堺市に暴風警報が発令されている場合は中止

- 【受付】 午前10時
- 【出発】 午前10時30分
- 【集合場所】 ●新檜尾公園
光明池駅側入口広場(駅からテッキ直結)
- 浜寺公園
中央噴水前広場(駅から西へすぐ)

- 【募集人数】 各日200人(参加証を郵送します。)
- 【応募締切】 令和4年2月28日(月)
- 【申込方法】 「申込書」または「はがき」に希望日・住所・氏名・校区名・所属クラブ名・電話番号を記入して下記申込先に持参・郵送・Faxしてください。

【申込先(問合せ先)】
〒590-0078
堺市堺区南瓦町2-1 堺市総合福祉会館4階
一般社団法人堺市老人クラブ連合会
Fax232-6217 TEL223-0220

【注意事項】
当日は、参加証を持参してください。
動きやすい服装・履きなれた靴で、マスク着用の上、水筒・タオル等をご持参ください。
体調管理は自己責任でお願いします。



ホームページをご覧ください。

市老連では、ホームページで情報発信を行っています。
Google や Yahoo で「堺市老人クラブ連合会」と入力して、検索してください。



堺市老人クラブ連合会 検索

一昨年以來ほぼ2年間、老人クラブでは多くの行事、活動を中止または延期を余儀なくされました。この状況の中で、単位クラブ、校区・区・市老連も対応策に苦慮し、模索されたことと思います。昨年は後半から、コロナの感染状況および医療供給体制が改善されたことに伴い、市老連が主催する作品展、福祉大会、映画の集い

編集後記

などが実施できて何よりでした。また、「ほがらか堺」も計画通り年2回発行できました。会員の皆様の活発な投稿ありがとうございました。

本年の干支は「壬寅」です。冬が厳しいほど春の芽吹きが生命力に溢れ、華々しく生まれる年になると言われています。昨今の状況を克服して穏やかな一年となりますことを願っています。

総務部会副部長
米本清行

新春プレゼント企画 堺市老人クラブ連合会会員限定

プレゼント品	応募方法
松原天然温泉「you, ゆ〜」 無料入場券5枚 15名	はがきに●郵便番号・住所●氏名 ●所属老人クラブ名 ●ほがらか堺へのご意見ご感想などを記入の上、下記申し込み先まで郵送ください。
島手そうめん販売株式会社 島手手延ひやむぎ 5名	
株式会社 銀装 カステラ詰め合せ 5名	申し込み先 〒590-0078 堺市堺区南瓦町2番1号 堺市総合福祉会館4階 堺市老人クラブ連合会(新春プレゼント)係 【締切】 令和4年1月31日(月)当日消印有効
フェニーチェ堺 桂吉弥 独演会 チケット (3月23日(水)15時開演) 2組4名	

●ご応募の御記入いただいた個人情報はこのプレゼントに関する抽選・通知以外には使用しません。
●プレゼント品の指定はできません。応募多数の場合は、理事会において抽選で決定し、発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

私たちは堺市老人クラブ連合会の活動を応援しています