

SAKAI CITY
堺市

西区老連

第68号

編集協力 株式会社 博報社 大阪市平野区喜連西 4-6-69 ☎ 06-6797-0212

浜寺石津校区老人クラブ連合会
浜寺校区松寿会老人クラブ連合会
浜寺東校区老人クラブ連合会
浜寺昭和校区老人クラブ連合会
向 丘校区老人クラブ連合会
平 岡校区老人クラブ連合会
鳳 校区老人クラブ連合会
鳳 南校区老人クラブ連合会
福泉校区高齢者クラブ連合会
福泉東校区老人クラブ連合会



秋晴れの下でさわやかに 西区老連秋季バラウンドゴルフ大会

9/26

浜寺公園
第2球技広場
107名参加

Congratulations

大会結果 ※敬称略

優勝 竹田 和雄 (鳳)
準優勝 北條 茂一 (福泉)
第3位 後藤 新一 (鳳)

おめでとうございます!

好プレー続出!!
シニアパワー全開で〜す!!

Happy

老人クラブ活動の再開に向けて頑張ろう

堺市西区老人クラブ連合会
会長 西村 弘一



西区老人クラブ会員の皆さま、今年の夏は例年になく猛暑が毎日続きましたがお変わりありませんか。一日収束に向かった新型コロナウイルス感染症も再び感染力の非常に強いオミクロン株BA.1という変異株により再び拡大傾向にあります。会員皆さま方には長引くコロナ禍で、地域における多くの行事や活動が中止、また延期となる中、

各校区で工夫しながら健康づくり・友愛活動に取り組まれているようです。会員皆さま方、地域で生き生きと豊かに暮らせるよう役員、会員みんなのたゆまぬ努力に対し感謝いたします。

今年は堺市老人クラブ連合会が設立して60周年という節目の年であります。こうした中、私たち老人クラブは、ひとり暮らしや寝た

きり高齢者が地域で孤立することなく生活できるように声かけや友愛訪問など推進するとともに、子どもの見守り、世代間交流、防災、防犯、環境美化など安全・安心の町づくり活動に参加して地域自治会、各種団体との連携を深めながら、地域のきずなや人のぬくもりにふれあい仲間を増やしていきたいでしょう。

会員皆さまのますますのご健康とご活躍をご祈念申し上げます。



孤独・孤立予防について

西区長 大谷 龍雄



秋冷の候、西区老人クラブ連合会の皆様方におかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申しあげます。平素は、貴連合会をはじめ、各種団体の皆様には、地域の福祉向上や安全・安心な社会の実現に向けて様々な活動にご尽力を賜り、厚くお礼申しあげます。

さて、政府は、2021年2月に「孤独・孤立対策担当相」を新設しました。孤独・孤立対策に関わる大臣の創設は、2018年の英

国に続いて世界で2番目ということです。その背景には、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、人とのつながりを保つのが難しくなり孤独や孤立の問題が深刻化していることがあります。

また、国際的には、日本は孤立する人の比率が高い国だと考えられます。世界の先進国が加盟する国際機関OECD(経済協力開発機構)の2005年調査によれば、日本は「友人・同僚・その他の人」など家族以外の人との交流が「まったくない」「あるいは「ほとんどない」と回答した人の割合が15%に上り、20カ国の中で最も高い比率です。

貧困、引きこもり、自殺など、孤独や孤立の問題は非常に多岐にわたります。堺市の孤立対策としては、先ずは保健福祉総合センターを中心に包括的な相談体制を構築して、孤立する人を発見し、必要な情報や支援を届ける

令和4年度堺市高齢者福祉大会

愛称が「堺市フェニックスクラブ」に決定



10月14日、令和4年度堺市高齢者福祉大会／創立60周年記念大会が堺市民芸術文化ホール(フェニックスエポック)大ホールで開催されました。

第1部式典では、堺市老連社会長の挨拶のあと来賓祝辞があり、その後60周年記念特別表彰等の各種表彰が行われました(西区の受賞者は上記の通り)。また、イメージアップ等を目的に創立60周年の節目に広く愛称募集を行った結果、10歳から96歳までの市民から200を超える応募がありました。選定委員会による議論の結果、堺市老連の愛称は「堺市フェニックスクラブ」に決定したと発表されました。

◆堺市老人クラブ連合会

会長表彰状・感謝状

受賞者(※敬称略)

●60周年記念特別表彰

酒井 捷彦(浜寺石津)

西村 弘一(浜寺)

●老人クラブ育成功労者

〈単位クラブ会長・役員、校区の役員〉

坂口 利次(平岡)

中野 宏成(平岡)

●優良老人クラブ

緑会老人クラブ(平岡)

代表者 森田 貞一

●退任校区会長(感謝状)

西村 弘一(浜寺)

園部 章(向丘)

ことだと考えています。一方、地域住民の皆様は緩やかになつたりは益々重要になっていきます。誰もが行きやすい多様な参加の場や居場所を確保することが孤立予防につながります。

コロナ禍の最中ですが、皆さま方には、誰もが生き

生きとして暮らせる地域づくりに向けて引き続きご協力をお願い申し上げます。

結びにあたり、貴連合会の益々のご発展と会員の皆様方のご健康、ご多幸を祈念いたしまして、ご挨拶とさせていただきます。



西区老連 第17回ディスクコン大会

コロナにも負けず
楽しくプレー

C H E C K

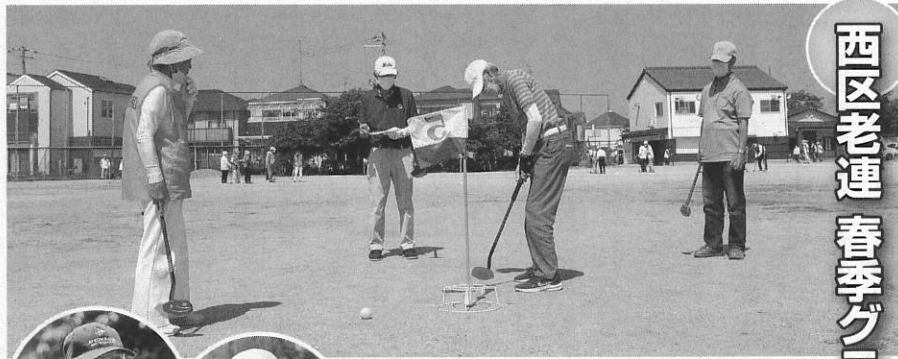
6月14日、家原大池体育館小アリーナにおいてディスクコン大会が開催され、18チームが参加しました。今大会はコロナ禍を配慮して1チームから3名ずつ交替で出場し、2ゲームでの総得点差で勝敗を競いました。例年に比べやや少なめのプレーとなりましたが、ゲームが始まるといつもと変わらない笑い声がアリーナいっぱいに広がりました。



ディスクコンの醍醐味でもある逆転、また逆転という展開も多く見られ、勝負は最後の1投まで分からないハラハラドキドキの連続となりました。

☆大会結果

優勝 鳳B
準優勝 浜寺石津B
第3位 向丘B



西区老連 春季グラウンドゴルフ大会

5月24日、浜寺元町グラウンドで春季グラウンドゴルフ大会が開催され、103名が参加しました。清々しい青空のもと、さわやかな初夏の風を受けながらホールインワンを狙って快音を響かせ、仲良く楽しく笑顔の絶えない大会となりました。

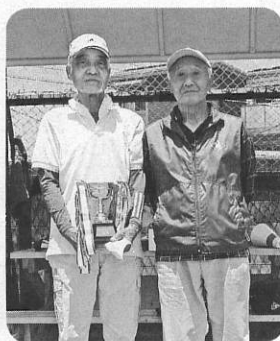


☆大会結果(敬称略)

優勝 小出 勲
(浜寺東)

準優勝 本庄 丈人
(浜寺)

第3位 田所 清二(鳳)



第45回堺市高齢者作品展



今年度の堺市高齢者作品展は、新型コロナウイルス感染症拡大予防の観点から会場と日程を分け開催されました。

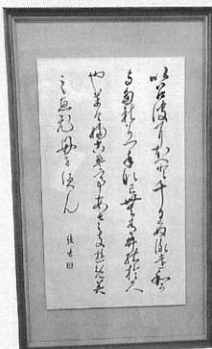
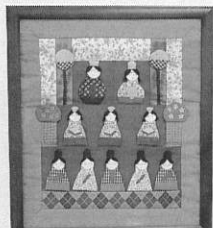
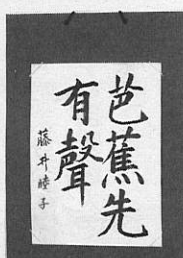
また。

◎7月9日・10日
堺市産業振興センター小ホール(堺区・北区・美原区)

◎7月16日・17日
梅文化会館第1・第2講座室(中区・東区・西区・南区)

西区からは33点の作品が
出展されました。会場規模の縮小もあり作品数はやや少な目になったものの、絵画や写真、手芸などの力作が並び、来場者の目を楽しませました。

作品の一部をご紹介します



浜 寺



創立60周年 浜寺松寿会

我が町浜寺松寿会は、創立60周年を迎えます。昭和37年、高度成長期、東京オリンピックを目前に、日本中が盛り上がりつつありました。その次の年、私は堺の住人になりました。昭和38年10月20日、まさにオリンピック真っ最中でした。月日が流れ、平成15年に

浜寺松寿会に入会致しました。仕事をしていた関係で、いろいろな行事の参加はできませんでしたが、4月、9月の祝い品を頂くのが楽しみでした。

浜寺松寿会の初代会長から、令和4年3月で勇退されたスポーツマンな8代目の西村弘一前会長、9代目

創立60周年記念ボールペン!



山本会長、とってもダンディーな会長で、松寿会も若返りました。浜寺松寿会はディスコ

ン、ゲートボール、グラウンドゴルフ、囲碁将棋、チューブ体操、フラダンス...そして今年4月からカラオケが始まり多数の参加、のど自慢の人で嬉しい悲鳴です。2部制にしています。

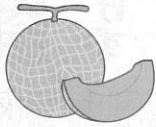
年一度の4校区カラオケ大会、5月に浜寺公園でローズカーニバルに参加しております。諏訪森音頭、高野先生の作詞・作曲・振

り付けは、元カラオケ講師の鈴木先生、地域のまつり事には若いママさん、子どもさんたちの参加で盛り上がっています。

老人クラブは解散、会員の高齢化、会員の減少、後継者不足という課題があります。浜寺松寿会の皆さんはこれからも頑張っていきたいと思っております。

(浜寺校区 岡山美智子)

平岡 平岡校区老人会 メロン狩り収穫体験旅行



7月19日、前日から雨が降り、当日も朝から雨のためメロン狩りは困難かと思われました。校区会館前でバスの到着を待つ数人の会員の顔が少し浮かぬ様子でしたが、予定通り8時20分、目的地の御坊市「農園紀の国」に向けて出発。

農園に到着した時には雨が止んでいました。すぐに2号車からハウスに向かいました。5名程度のグループにまとめてメロン狩りの指導を受け、渡された番号札のついたメロンをハサミで各自ひとつずつ収穫。作業後はメロンひとつをお土産用の箱に入れてくれ、手際よくスムーズに進みました。2号車のメロン狩りが



も良かったので、心から嬉しく思いました。

次の昼食場所「東急ハーヴェストクラブ南紀田辺」へ出発。ホテル到着までの45分間は雨が止まず、先ほどまで雨が止んだ理由は偶然なのか会員皆さんの「徳」なのか。昼食会場は感染予防対策として座席間隔に配慮していただきました。

単位クラブ森田会長の乾杯で皆さん和やかに昼食をいただき、料理についても満足の声がかけて安堵しました。

ホテル玄関前で集合写真撮影し、次の目的地「とれとれ市場」に出发。新鮮な魚介類の買い物を楽しみました。

マスクを着用してのバス旅行なんて様になりませんが、新型コロナウイルスの感染防止のためとマスク着



用をしてお参加者の意識の高さと、政府の高齢者優先の3回以上のワクチン接種の実現により高齢者を大事に扱ってくれたおかげと感謝いたします。

高齢化問題は未来社会に夢と希望をもたらすことはできないといえ、さらに手厚く守ろうとすればするほどお金がかかる大変重要な課題です。多くの高齢者はその悩ましい問題と葛藤しながら、何もかもお世話

になるようなひ弱な人生を送ってこなかったということも知ってほしいと思います。

最後に、今回最高齢の91歳の方が、自分の生まれ育った和歌山県への旅行に参加されました。ご家族は心配されたと思いますが、同じ単位クラブの3人の女性がお世話役を引き受けてくださり、そのうちのお一人の方は長く医療関係にお勤めの方で、同じ席で安心して旅行を楽しまれた様子でした。長く人生経験をされ、精いっぱい人生を送っておられることに敬意を表したいと思います。

1週間後に土産として持ち帰ったメロンが美味であることを願い、楽しい旅に心から感謝しつつ旅の締めくくりいたします。

(平岡老人クラブ連合会)

浜寺石津
歩こう会を開催して
堺市総合防災センター

6月12日、会員さん18名が今回、堺市にできた総合防災センターに見学に行きました。センター到着時、係員が本日の訓練について説明があり、映像学習や地震、煙暗闇避難、消火、応急救護の説明のあと、1班から暗闇で煙から避難したり、消火器による消火訓練、震度7の体験をしました。

地震のことですが、震度5弱になりますと緊急地震速報が流れます。まず海が陸か情報みて下さい。海であればかなりの規模と

（歩こう会 部長 牧園 義幸）



浜寺石津
第58回物故者追悼法要会

第58回物故者追悼法要会が9月23日(金)、輪番制によ

り今回は教蓮寺にて行いました。



を受け継ぎ、伝承していく使命があると痛感しました。

(浜寺石津校区 藤村 秀夫)



今回も新型コロナウイルスの影響で、堂内入り口では、マスク着用、検温、指先消毒を行い、入場を制限し、座席間隔を空けました。過去帳には新しく30名の方々が記帳され哀悼の意を捧げました。

この法要は半世紀を超える伝統があり、地元住民の皆様との絆を結ぶ大切な行事であります。これからも先人の想い

浜寺
水の国・滋賀を訪ねる



9月22日、浜寺老人クラブは、コロナ対策を十分に注意しながらバスツアーを実行しました。あいにく雨の出発となりましたが、その後は傘をささずに1日を楽しく過ごすことができました。

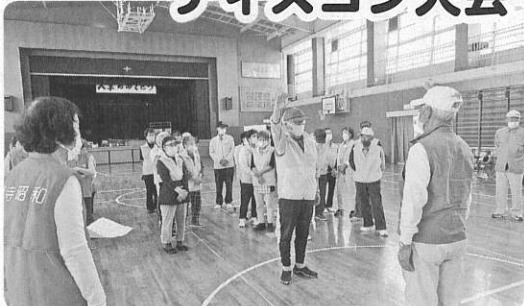
琵琶湖では、琵琶湖汽船のミシガンのクルージングを楽しみ、湖西路の神秘的な癒しの聖地・坂本のホテル井筒で湖国料理のランチを堪能しました。その後、高島市に入り、延命長寿白髭の神とし



て広く崇敬されています近江最古の神社・白髭神社を参拝しました。老人クラブの末永い安定をお願いしました。

(浜寺校区 山本 勝之)

浜寺4校区
第17回
ディスコン大会



5月7日、浜寺昭和小学校体育館で第17回浜寺4校区ディスコン親睦大会を開催しました。9チームが参加し、熱戦を繰り広げた結果は次のとおりです。

☆大会結果

優勝 浜寺石津C
準優勝 浜寺昭和A
第3位 浜寺A



投稿欄

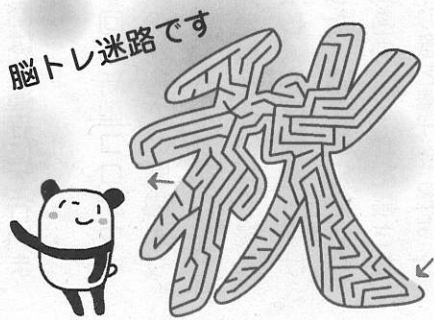
脳トレしています

浜寺石津校区 手嶋喜代子

公民館で1カ月に1回第3金曜日に開催されている「いきいきサロン」に参加させてもらうようになってから約15年経ちました。役員の方々は、コロナウイルス対策等いろいろお世話になっています。

行事としては楽器演奏や体操、手遊びをしています。最近は脳トレ問題をもらい、家で解答を記入して、

今回の「いきいきサロン」に持って行き採点をしていただきます。返却された点数が高得点の時は頑張った良かった嬉しくなり、認知症はまだまだ大丈夫と安心しています。



心しています。

今回で頭の体操、脳を鍛えようパート24までできました。脳トレ問題を配布してもらったのが待ち遠しく、公民館に行くのが楽しみとなりました。

方言

浜寺東校区 岸 千紗子

「そうけー」「ほんまけー」「そらあかん」「これ食へるけー」「これやろけー」「うちが代わりに行っちゃろけー」「あんたが悪いんとかやうんけー」

「そつなの」「ほんまなの」「それはいけない」「これあげようか」「うちが代わりに行ってあげようか」「あんたが悪いのとかがうの」

私が小学生の頃まで使っていた言葉です。社会人になって働き始めた時はさすがに標準語を話していましたが、今度は関西弁の動詞



の語尾に「はる」を付けるのになかなか慣れなくて困ったのを思い出します。行かれますか、食べはりますか、やめとかはりますか、着てはる、見てはる、泣いてはる。堺に住んで50年余り、今は地元の言葉にどっぷりとひたひたに暮らしています。

76歳の挑戦

浜寺校区 山本 勝之

父と母を見送り、その後父母に代わって老人クラブに入会し、現在後期高齢者です。父より引き継いだ家業の縮小整理、そして将来を見据えて時代に即したものに転換し、一応安定した毎日を送っています。

「歴史を楽しむ会」のグループに入り、現地の下見、冊子の原稿作り、そし

て毎月の例会で近畿の各地を巡り、新しい出会い、新しい知識を求め、認知症にならないように努力しています。

また「老人クラブ」のグラウンドゴルフに入り、週3回暑い時も寒い時もバスを尽くしホールインワンを狙っています。これらの行動で充実した老後になる

だろうと思っています。

その後1年あまりした時、老人クラブの三役の方々の突然の訪問を受け、校区老人クラブ連合会の会長に推薦されました。突然のことでビックリして言葉は出ませんでした。頭の中、心の中でいろいろと考えて

みました。何も知らない所、経験の無い所、どうすれば良いのか全く分かりませんでした。何日か時間が経つと、何か、前方が開けるようになってきました。何とかなる、受けてみよう。天

が私に与えてくれました最期の仕事ではないかと思えるようになってきました。そして会長になって早くも5カ月が過ぎました。いろいろな行事や活動がある中で、一番大切なことは会

員を増やすことが第一目標と考え、毎月の老人クラブの定例会ごとに役員の方々とリストアップして、相談をし、ひとりひとり丁寧に勧誘にまわりました。お陰様で28人増の成果を出すことができました。会員を増やす力は、連合会全体とし

ての力になると考えてのことでした。

これから想定外のいろいろな問題にぶつかるとは思いますが、初心を忘れずに挑戦する心を持ち続けたいと思っています。



「新しい生活様式」を実践して、クラブ活動を楽しみましょう!



距離をとろう



マスクの着用



手洗い、手指の消毒



こまめに換気

会 員 文 芸

投稿欄

コロナと老人会

浜寺校区 香川 和哉

この地で自営を始めて 50 年、取引先のメーカーも当
店に購入を求めて、新製品
の紹介や応援をしたり、一
生懸命でした。7、8 年く
らい前より営業マンは来な
くなり、連絡は FAX、E
メールのみになり、寂しい
限りです。
以前より大阪府内に同級
生が 15 名ほどいて連絡を取
り合い、年一度の一泊旅行
年 3、4 回の食事で楽し
んでいましたが、できなく
なりました。コロナです。
そんな時、ある方からグ
ラウンドゴルフをやらな
いかと誘いを受け、昨年 5
月から参加させていただ
き、週 3 回のグラウンドゴ
ルフを楽しんでいます。
プレーを楽しみ中、1 ホ
ールで 4 打、5 打打つこと
しばしば。また、1 打でゴ
ールに入りホールインワン
ができた時のうれしさや楽

しさを満喫しています。
グラウンドゴルフの活動
が老人会の内にあることを
知らなかった私は、慌てて
会に加入することになりま
した。会の皆様はいい人ば
かりなので、毎回楽しみです。



活動再開に悩むリーダー必見！
コロナ禍の老人クラブ活動事例

全国老人クラブ連合会が発行

CHECK

新型コロナウイルス感染症拡大
により多くの行事が中止や延期に
なり、老人クラブも多大な影響を
受けました。

活動再開に向け「新しい生活様
式」で取り組む活動が紹介された
パンフレットが発行されました。
今後の活動の参考にしてみたい
かがでしょうか？ 全国老人クラ
ブ連合会のホームページで閲覧お
よびダウンロードができます。



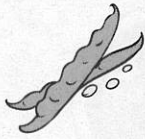
俳句

雲上のびょうぶ絵もみじ槍穂高

向丘校区 斎藤 高生

ぶらぶらり隠元の英いく筋も

向丘校区 高橋 寿美



夕月夜目を閉じて聴くドビッシ

向丘校区 横山 芳子

灯火へと儚き命夏の虫

向丘校区 竹澤 信子

新生姜佃煮にせし三月分

向丘校区 西本 和子

熟れ柿を手にしてこぼる母の笑み

向丘校区 森川 友美

短歌

母と子の足弾ませて落葉道

浜寺昭和校区 宇佐見茂子

背負はれて母の温みを感じつつ夢
とうつつの古き道行く
切れぎれに稲光する薄暮に家々の
影静かに暗む

浜寺校区 真鍋 泰子

ウクライナ今まで知らぬ地名聞き
惨状知りて涙あふるる

浜寺石津校区 手嶋喜代子



三姉妹傘寿すぎたらひとりっ子淋
さふかく涙だかわかず
いつの日も馴染し家が消て無記憶
が切れて暫し佇む

浜寺東校区 谷川與理子

今しがたあいさつをした人の名が
まだ出てこない家には着いた

浜寺昭和校区 永井 智子

涼風がほほなぞてゆくひとときに
心にしみる風鈴の音

浜寺昭和校区 辻 光



川柳

市バスに乗り堺の広さ認識し
防災をマスターして怖さ知り
この年でやっとな青春感謝す
プロの歌手声は違えど聞きはれて
何してもパーフェクト尊敬す

浜寺石津校区 矢上富美子



公園のハトとすずめと雲が友も
片思いだから行くのよ唄ききに

浜寺東校区 谷川與理子

ここだけの話私にしてい
お医者さま美人優遇そらあかん

浜寺東校区 岸 千紗子

一夏をマスクで通すアホなやつ
鉄砲も河豚もコロナも死にまっせ

浜寺東校区 物種 唯修

生命力あやかり度いと撫でる松
漢字忘れ当て字ばかりの日記帳
天の国三倍速で近くなる

浜寺校区 中谷 良江



やっぱりね脳トレしても効果なし

浜寺石津校区 谷原美佐子

化粧あと鏡にうつとりあと何年

浜寺石津校区 脚ノ 眞弓

ああまたか名前を忘れ脳に聞く!?

浜寺石津校区 藤村 秀夫

西区老人クラブ連合会組織図

高齢者が活躍する舞台は、毎日の生活を送る地域社会にあると、私たちは考えています
(全国老人クラブ連合会ホームページより)



会長

メインテーマ
のばそう！健康寿命
担おう！地域づくりを

総務部会



副会長

(鳳 南)
佐藤 昌平

健康部会



副会長

(浜寺石津)
酒井 捷彦

文化部会



(平 岡)
山本 真太郎

女性部会



女性部会長

(浜寺石津)
川端 敬子

会計



(浜寺昭和)
山本 康夫



(福 泉)
上野 勲



(浜寺東)
物種 唯修



(福泉東)
村上 徳幸



(鳳)
兵藤 トミ子



(向 丘)
森川 友美



(向 丘)
宮本 孝枝



(浜 寺)
榎木 慶子

Enjoy!



(浜 寺)
山本 勝之



(浜寺昭和)
田野 安喜子

◆ご協賛各位への御礼
本紙の発行にあたり、ご協力いただいたご協賛各位に厚く御礼申し上げます。今後も本紙は会員の生きがい・健康・教養を高める一助になるよう内容の充実に努めますので、末長いご支援を賜りますようお願い申し上げます。西区老人クラブ連合会

5/3 西区老連ゲートボール大会 結果発表！



優勝 浜寺石津 A
準優勝 向 丘
第3位 浜寺石津 D

Have a Nice Day!

◆原稿募集
本紙では会員皆さまからの投稿を募集しています。クラブ活動報告の他、随想、紀行文、体験談、文芸作品(俳句・短歌・川柳)などお気軽にご投稿ください。また、写真などの資料があれば同封ください。
次号発行は4月のため、原稿締め切りは3月10日といたします。原稿には、お名前、電話番号、堺市西区○○校区と必ず明記してください。
【投稿先】
左記の宛先まで、もしくは各校区の校区長を通じてお送りください。
〒547-0026
大阪市平野区喜連西4-6-69
(株)博報社『西区老連すこやか老友』編集係
☎06-6797-0381
FAX 06-6797-0481