

# 北区老連



vol. 63

健康 友愛 奉仕

2022年11月

- |                |                |
|----------------|----------------|
| 東三国丘校区老人クラブ連合会 | 光竜寺校区老人クラブ連合会  |
| 五箇荘校区老人クラブ連合会  | 北八下校区老人クラブ連合会  |
| 五箇荘東校区老人クラブ連合会 | 金岡校区老人クラブ連合会   |
| 東浅香山校区老人クラブ連合会 | 金岡南校区老人クラブ連合会  |
| 新金岡校区老人クラブ連合会  | 百舌鳥校区老人クラブ連合会  |
| 新金岡東校区老人クラブ連合会 | 西百舌鳥校区老人クラブ連合会 |
| 大泉校区老人クラブ連合会   | 中百舌鳥校区老人クラブ連合会 |

堺市 SAKAI CITY

【発行】堺市北区老人クラブ連合会 【編集協力】株式会社博報社 〒547-0026 大阪市平野区喜連西4丁目6-69 ☎06-6797-0212

## 北区老人クラブ連合会主催 第10回ディスコン親睦大会



Bコート

第10回ディスコン親睦大会が10月25日(火)、サンスクエア堺において開催され、参加した13チーム105名が熱戦を繰り広げました。選手宣誓は、去年の優勝チーム3&3が行いました。

前回に続きトーナメントによる戦いとなった今大会。Aコートからはまたもや3&3(光竜寺)が、Bコートからはさわやか会(光竜寺)が、同地区でそれぞれ勝ち上がり、決勝戦ではさわやか会が去年連覇を成し遂げた3&3を3-6で破り、見事に優勝しました。



選手宣誓!

コロナを吹き飛ばす熱戦の連続!



- 優勝 さわやか会 (光竜寺)
- 準優勝 3&3 (光竜寺)
- 第3位 新金岡東 (新金岡東)
- 敢闘賞 金岡南ディスコンクラブ (金岡南)



3&3



さわやか会のみなさん  
優勝おめでとうございます!



新金岡東



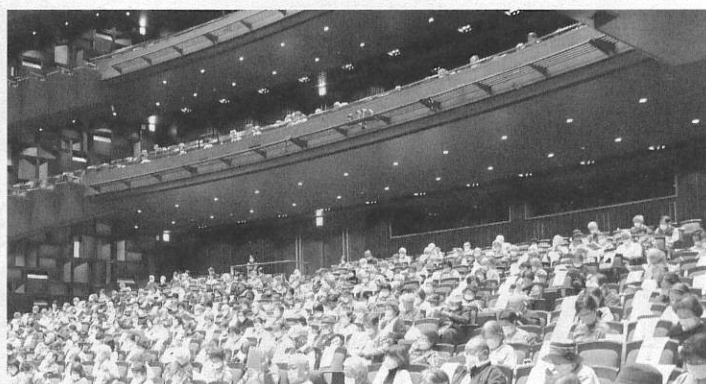
受賞式の様子

10月14日(金)、フエニ  
チエ堺において令和4年度  
堺市高齢者福祉大会が開催  
され、表彰式・講演会・演  
奏会などさまざまな催しが  
行われました。  
はじめに主催者を代表し  
て堺市老連の辻洋児会長が  
開会あいさつを行いました  
。続いて来賓として列席



堺市老人クラブ連合会 主催

### 令和4年度 堺市高齢者福祉大会



した健康福祉  
局の山本甚郎  
局長、堺市議  
会の裏山正利  
議長、社会福祉協議会の木  
村正明会長らが祝辞を述べ  
ました。

結果発表と表彰式が行わ  
れ、新名称は古塚隆司氏(南  
区)による「堺市フエニッ  
クスクラブ」に決定しまし

表彰されました。次に堺市  
老人クラブ連  
合会会長表彰  
として優良老  
人クラブに6  
クラブ、感謝  
状として退任  
理事2名、退  
任校区会長・  
区老連女性部  
長11名が表彰  
されました。  
続いて堺市老  
人クラブ連合  
会愛称募集の

表彰式では60周年記念特  
別表彰として18名、老人ク  
ラブ育成功労者として理  
事・監事から1名、校区会  
長・区老連女性部部长から  
5名、単位クラブ会長・役  
員・校区の役員から60名が



堺市フエニックスクラブの  
名称を考案した古塚隆司さん

#### 北区老連受賞者(敬称略)

##### ◆堺市老連会長表彰状 60周年記念特別表彰

- 祐代 克子 (五箇荘東)
- 渡辺 昇 (新金岡)
- 辻 洋児 (光竜寺)

##### ◆堺市老連会長表彰状

老人クラブ育成功労者  
(単位クラブ会長・役員、校区の役員)

- 天野 宏 (新金岡東)
- 上谷 則孝 (新金岡東)
- 松浦 孝明 (新金岡東)
- 福田理恵子 (光竜寺)
- 玉野 三郎 (中百舌鳥)

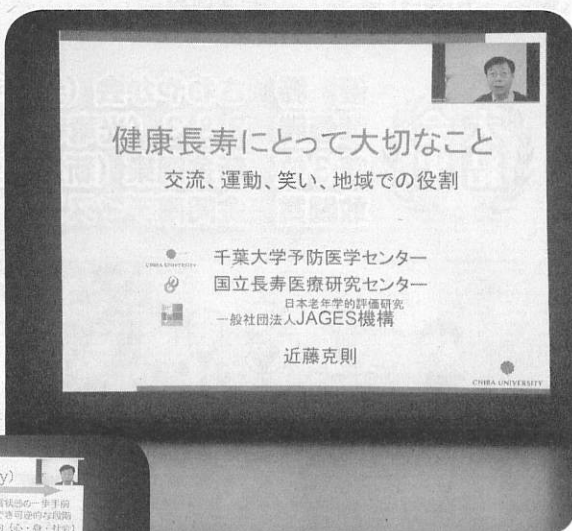
##### ◆堺市老連会長感謝状

退任校区会長・区老連女性部会長  
並崎 眞澄 (北八下)

最後は堺市老連の  
西村弘一副会長によ  
る閉会あいさつで大  
会は無事閉幕。「堺  
市フエニックスクラ  
ブ」として新たなス  
タートを切った一日  
となりました。



フルートアンサンブル琳のみなさん



近藤克則氏による  
VTR 上映



堺市老人クラブ連合会主催

第45回 堺市高齢者作品展



7月9日・10日と16日・17日の4日間にかけて第45回堺市高齢者作品展が開催されました。

今回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、9日と10日に堺市産業振興センター小ホールにおいて堺区・北区・美原区の、16日と17日に梅文化会館第1・第2講座室において中区・東区・西区・南区の展示が行われ、北区からは41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、手芸など例年に負けない力作が並び、来場者の目を楽しませました。

令和4年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会



6月30日(木)、大阪府社会福祉会館の3階～5階で、令和4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2府4県から各老人クラブ連合会の会長および役員らが参集しました。

「おもしろ旅企画 ヒラタ屋」代表の平田進也氏による「生涯青春、いくつになっても人生楽しもう」の講演がありました。平田氏が考案したさまざまな旅行プランやツアーの出来事、旅を通じた人とのつながりや愛情の大切さを熱弁して大きな拍手を受けました。

分科会の研究討議では「フレイルを予防する健康づくり活動の推進」「つながりを絶やさない友愛活動の推進」「コロナ後に向けた会員増強の取り組み」「ICT(情報通信技術)を活用した活動」の4つのテーマで、それぞれ事例発表と活発な意見交換などが行われました。

コロナ禍の影響により多くの会合が中止・延期、書面決議などとなりましたが、本年度の研修会は無事開催にいたりしました。研修会には参加者一同による物故者への黙とうで開会し、近畿老人クラブ連絡協議会の大辻正忠会長のあいさつへと続きました。その後、来賓の大阪府福祉部高齢介護室長の片伯部真由氏と大阪府社会福祉協議会常務理事の田中進氏が祝辞を述べ、全国老人クラブ連合会参事の河野敦子氏による「老人クラブの現状と課題」と題した基調報告が行われました。次にテレビでも活躍した

分科会終了後は、府老連女性部会のいきいきクラブ体操で体をほぐして閉会へと移りました。大阪府老人クラブ連合会の杉本茂会長のお礼のあいさつから兵庫県老人クラブ連合会の中村美津子会長による次回開催地のあいさつへと続き、最後は近畿老人クラブ連絡協議会の野口一郎副会長が閉会のあいさつを述べ、令和4年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会は無事終了しました。

北区老人クラブ連合 北区老連女性部、第3回講演会を開催しました!

北区老人クラブ連合 女性部 講演会



よう、頑張  
つていきま  
しょう!  
とごあいさ  
つを述べら  
れ、講演が  
スタートし  
ました。

今回の講  
座は、「歯  
つぴー栄養クラブ」の  
方々による2つの講演が  
ありました。まず、管理  
栄養士から「食事のバラ

ンスとれてますか?」と  
いう講演があり、毎食、  
バランスのとれた食事を  
することで、生活習慣病  
の予防につながるという  
内容でした。

10月12日(水)、サンスク  
エア堺B棟において北区  
老連女性部会主催による  
第3回講演会が開催さ  
れ、大勢の会員の方が参  
加されました。  
最初に主催者を代表し  
て中川祐子女性部会長  
が登壇。  
「コロナ  
は縮小  
しまし  
たがま  
だ安心できません。三密  
に気を配って過ごしてく  
ださい」と開会あいさつ  
があり、続いて辻洋児会  
長が「堺北区の老人会に  
入ってよかったと思える



「歯つぴー栄養クラブ」さんの講演

その後、コロナ禍でも  
簡単にできる電子レンジ  
を使った料理の紹介があ  
りました。さらに、「口  
腔保健ケア」として、口  
の筋肉を鍛える体操「パ  
タカラ体操」があり、参  
加者は、舌を出したり、  
声を出したりしていまし



パタカラ体操



料理の紹介

その後、アトラクショ  
ンで佐々木洋子様が率い  
る生田家淀の会による邦  
楽演奏がありました。  
特別ゲストとして尺八  
の永廣孝山先生をお呼び  
して、合奏曲「雅なる唄」、  
鑑賞曲「春の海」、美空  
ひばりメドレー「港町十  
三番地/人生一路/お祭  
りマンボ」を演奏しまし  
た。皆さま、マスク越し  
に、声を出して歌われて  
いました。特にお祭りマ  
ンボでは、踊りも加わり、  
大きな拍手に包まれ、第  
3回女性部講演会は大成  
功に終わりました。



生田家淀の会のみなさんによる  
邦楽演奏



美空ひばりメドレー



鑑賞曲



合奏曲

6月26日(日)、堺市北老人福祉センターにおいて北区老連将棋部主催の第62回将棋大会が開催され、参加者23名が白熱した勝負を展開しました。

今大会は級・段位で赤組・青組・緑組の3グループに分かれ、4戦対局のリーグ戦形式で勝敗を競いました。

成績発表では各組上位3名が表彰され、参加者から祝福の拍手が送られました。閉会あいさつの後、皆さん参加賞を手に笑顔で帰路に着きました。



◆大会結果(敬称略)

【赤組】

- 優勝 間吾 伸雄
- 準優勝 尼子 堅
- 第三位 鈴木 良雄



赤組の上位者

【青組】

- 優勝 吉田 義明
- 準優勝 古川 正夫
- 第三位 北岡 治



青組の上位者

【緑組】

- 優勝 松下 久志
- 準優勝 中谷 雄二
- 第三位 広瀬 政彦



緑組の上位者



碁・将棋部会長 山本 雅市

10月29日(土)、堺市北老人福祉センターにおいて北区老連将棋部主催の第63回碁大会が開催され、参加者12名が白熱した勝負を展開しました。

成績発表では上位3名および敢闘賞1名が表彰されました。

◆大会結果(敬称略)

- 優勝 矢野仁志郎
- 準優勝 鈴木 良雄
- 第三位 藤野 半蔵
- 敢闘賞 原田 俊



成績上位者の皆さん



碁・将棋部会長 山本 雅市

10月30日(日)、さわやかな秋晴れの中、新金岡市民センターで第63回将棋大会を開催いたしました。今大会も新型コロナウイルス感染症対応による会場の人数制限のため、26名の参加で行いました。徳田副会長のごあいさつのおと、午前10時から熱い戦いが繰り広げられ、各クラスとも最終第4局までもつれ込みました。

◆大会結果(敬称略)

- 【赤組】
- 優勝 岡本 元成
- 準優勝 伊藤 哲夫
- 第三位 尼子 堅



赤組の上位者

- 【青組】
- 優勝 田中 孝始
- 準優勝 松下 久志
- 第三位 西村 剛



青組の上位者

- 【緑組】
- 優勝 広瀬 政彦
- 準優勝 笠原 博
- 第三位 平井 是



緑組の上位者

次大会はより多くの方に参加できるよう期待を込めるとともに今大会の準備運営に尽力いただいた部会委員の皆さまに感謝申し上げます。

次回64回大会は、令和5年6月24日(土)に碁大会、25日(日)に将棋大会を、ともに新金岡市民センターで実施する予定です。よろしくお願ひします。

# 第61回 お楽しみ演芸大会



11月7日(月)、サンスクエア堺B棟において、第61回お楽しみ演芸大会が開催され、306名の方が参加されました。  
前回と同じく、新型コロナウイルス

強くあいさつを述べられました。  
昼休憩をはさんだ午前・午後の二部構成で開催された今大会

ナウイルス感染拡大防止の観点から、会場内の飲食や大きな声での会話、応援、演者へのカメラ、テープ、花束贈呈は禁止、またカラオケは出演者ごとにマイクの消毒を徹底し、密を避けるために客席の間隔をあけるなど、最大限の配慮を行った上での開催となりました。

では、カラオケや新舞踊、尺八演奏、銭太鼓、南京玉すだれ、琴とフルートなど各校区から総勢61組が出場し、それぞれ日々の練習の成果を存分に発揮しました。



# 健康づくりのキーワードはフレイル予防

## ◎フレイルセルフチェック◎

あなたは  
だいじょうぶ?

✔ **ひとつでも当てはまればフレイル予防に取り組みましょう!**

□ 6カ月で体重が  
2~3kg減った



□ ペットボトルの  
ふたが開けにく  
くなった



□ 以前より、  
疲れやすくなった



□ 横断歩道を  
青信号の間に  
渡りきるのが  
難しくなった



□ 外出が減った・  
人と話すことが  
減った



3項目以上はフレイル状態に該当します。

フレイル状態になると、身体能力の低下が顕著にあらわれます。健康な人であれば数日で治るような風邪も、こじらせて肺炎を発症するなど、状況をより悪化させるケースが起こりやすくなります。

家族などがフレイル状態に早く気づき、対策を行うことで、回復が可能です。

※予防接種も重症化予防に効果的です。自治体によって接種費用の一部が助成される場合があります。

## ■社会参加：人と地域とつながろう

友人やご近所の人との食事や旅行、趣味の集まりやボランティア活動など、いろいろな会に積極的に参加し、つながりをつくりましょう。目的ができるのと外出の回数や人との交流が自然と増えていきます。



☞ **人や地域とつながるために、老人クラブと一緒に活動しませんか?**

老人クラブは3つのテーマで活動しています。例えば…

### ●健康づくり

- ・ウォーキング
- ・グラウンド・ゴルフ
- ・ボウリング
- ・わなげ
- ・体力測定
- ・健康体操
- ・ニュースポーツの普及

など

### ●生きがいづくり

- ・コーラス
- ・カラオケ
- ・絵画
- ・囲碁・将棋
- ・手芸
- ・日舞
- ・社交ダンス
- ・カメラ

など

### ●地域づくり

- ・サロン活動
- ・支え合い活動
- ・子ども見守り
- ・地域パトロール
- ・環境美化
- ・世代間交流
- ・伝承活動

など

## ■運動：積極的に動いて筋力・バランス力をつけよう

運動により筋力・バランス力をつけることで、転倒・骨折を防ぐことができます。



### 今の生活にプラス10分の運動を!

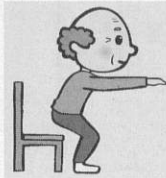
- ・いつもより遠くのスーパーまで歩いて買い物に行く。
- ・エスカレーターなどではなく、なるべく階段を使う。
- ・テレビを観ながらストレッチをする。
- ・近所の公園やスポーツ施設を利用する。
- ・歩幅を広くして、速く歩く。
- ・ひとつ手前の駅やバス停から歩いて帰る。

## ☞ 足腰の筋肉を鍛えましょう!

※1日3回、それぞれ5~10回を目標に、痛みのない範囲で行いましょう。

### ●スクワット(ひざの屈伸)

- ①背筋を伸ばして立つ。両足は床につけて並行に保つ。
- ②腰を上げ下げするイメージで、ひざが半分ほど曲がる位置まで腰を落とす。
- ③もとの位置までゆっくりと戻す。



### ●ひざ伸ばし

- ①いすに座り、片方のひざをできるだけまっすぐ伸ばす。
- ②ひざを伸ばしたら、つま先を上げる。
- ③もとの位置までゆっくりと戻す。片脚づつ交互に行う。



校区・単位クラブだより

金岡校区  
バス連老連ハイキングを実施して

去る五月十九日(木)、約三年ぶりとなる校区老連バスハイキング(行き先/和歌山方面)を実施しました。計画当初は、約三年にわたる新型コロナウイルス感染拡大が鎮まる気配のない中、バス旅行を計画しても会員皆さんの参加申し込みがあるだろうか?と心配が真っ先に頭をよぎりましたが、旅行社(担当者)および役員一

同いろいろと検討し、実施しよう決めました。ハイキング案内募集を回覧すると、予想以上の五十名を超える参加申し込みがあり(案ずるより産むが易し)、役員一同ほっとしました。旅行当日は行楽日和に恵まれ「日頃の行いが良かったからや」と冗談まじりに皆さん思い思いに話が弾みました。参加者五十名しっ

かりとコロナ対策を行い、バス二台に分乗し、目的地和歌山方面へとドライブの始まり。一時間余りで最初の目的地「黒江の町並み散策」。ここは漆器の里で、家が「のこぎりの歯」のように規則正しく並び、景観を楽しみました。続いて「温泉荘園」へ着く。ここは日



本最大級の庭園で園内は広く、ちょっと時間をかけて散策しました。園内ガイ

ドさんの説明も分かりやすく、クイズに答えていました。昼食時になり、園内を

お借りして皆さん思い思いの場所で并当に舌鼓を打ちながら歓談のひとときを楽しみました。

午後は最後の目的地「黒潮市場」グルメスポットに着く。ここは新鮮な魚介類が販売され、買い物を楽しみながら手に持てないくらいのお土産を買っていました。

帰路のバス中は会話が弾み、楽しく過ごせた様子で、会話の中身がおもしろく、楽しく聞いていました。新緑のまばゆい初夏の一日、ちょっと汗をかきながら日頃のうっぴんを飛ばせたように感じました。

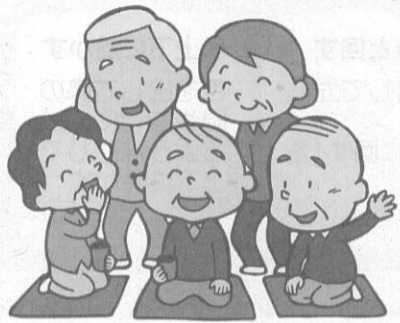
最後にハイキング旅行に参加していただいた皆さん方、本当にありがとうございました。お疲れさまでした。

(北野 正幸)

新金岡校区  
行事の復活

今年の春、久しぶりにお誕生会が開かれ、秋には、敬老の日の祝い会が再開

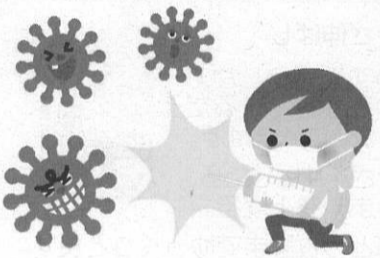
し、楽しいひとときを過ごすことができました。最近、私たちの住む団地が高層化し、新しく入居された方がたくさんおられます。でも、コロナ禍のために、新しい方々との交わりもできなくて、日々寂しいなと感じていましたから、寿会の行事再開にホッと、うれしかったです。マスクをはずしてごちそうをいただくと、自然に会



話も弾み、控えめながらも笑い、おしゃべりをし、また会う日を楽しみに散会となりました。

なりました。日本で新型コロナウイルス感染者が確認されたあと、政府はこの新型コロナウイルスを「指定感染症」とし、政令も決定されました。でも、誰が予測できたでしょうか? 下火になったと思うと、波状的に襲ってくる新型コロナウイルス! 現在、下降が示されている感染グラフがさらに下降

し、新型コロナウイルス終結となりますように。(貝塚百合子)



東三国丘校区発信クイズ その⑩

( )の中に入る漢字を下から選んでください。

南・日・六・団・連・棄・止・知・所・切  
※解答は11ページに掲載しています。

★次の三文字熟語の真ん中に入れる漢字はどれ?

- |         |       |         |       |
|---------|-------|---------|-------|
| ①しめなわ   | 注( )縄 | ⑥しゃくなげ  | 石( )花 |
| ②いざよい   | 十( )夜 | ⑦ひだりうちわ | 左( )扇 |
| ③よそみ    | 余( )見 | ⑧さるすべり  | 百( )紅 |
| ④しらぬい   | 不( )火 | ⑨やけくそ   | 自( )糞 |
| ⑤ぶっきらぼう | 打( )棒 | ⑩はとば    | 波( )場 |

堺市北区老人クラブ連合会に  
あなたも入会しませんか?



老人クラブの一番の魅力は、仲間がいる(見つかる)ことです。外出機会が少なくなる高齢期に声をかけて誘ってくれる、情報を届けてくれる仲間がいることは大きな安心です。また、ウォーキングや各種サークルなど、いくつになっても参加できる活動があり、退職後の活躍の場としても培った知識や経験が生かれます。



# 会員のびるば

会員の皆さまからの  
投稿を紹介します!



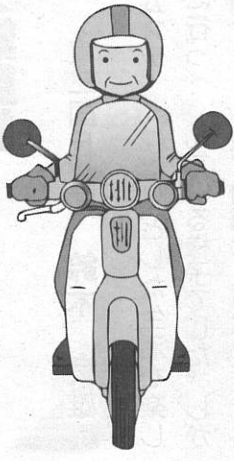
## 老人だって荒野を目指す

五箇荘東校区 西尾糸穂子

テレビは家具調。祖母の隣が私の指定席だ。五十年ほど前に見たNHKのドラマ。

—重量感あるバイクを飛ばす老人が高校をサボった青年と海辺で出会う。二人の間に友情が芽生える。老人はビートルズのレット・イット・ビー(LET IT BE)が好きだと言う。青年と同じ年頃の孤独な少女も加わる。老人は家族や知人たちが自分に老人らしさを求めているのが苦しく居場所がないと打ち明け、疎外感を分かち合っている。その後、若い男女は愛し合っ

たかのように老人は海辺を猛スピードで走り抜ける。場面は老人の遺影映る家内葬儀中となる。若い男女が現れ大音量でLET IT BEを流し葬儀は大混乱。そして美しい夕日。—



児童だった私の鼻は大洪水。何に対して共感したのか? 女学校卒業後すぐ船堂町に嫁ぎ生涯を終えた祖母はどのように見ていたのか? 多様性を認めようと謳われ出したのは昨今のこと。ドラマであれ現実であれ、生き切った人々の残像とともに今を生きているように思う。

# オリンピック

西百舌鳥校区 高橋 京子

一九六四年十月十日、わが国で戦後初のオリンピックです。日本国民が待ちに待った今日です。三波春夫の歌とともに万歳で喜びました。テレビのある家ではカラーテレビに替え、無かった家では白黒テレビを買って、みんなで観戦しました。その時は誰一人としてオリンピック反対等と言う人はいなかったと思います。毎朝、新聞を見るのが楽しみでした。

あれから五十六年過ぎ、またオリンピックの話が出た時は全部の国民が賛成ではありませんでした。会場のデザインの失敗やその他諸々、そのうちに新型コロナウイルスが流行ってきたり、開催日を暑い夏にしたり、国民はだんだん離れていきました。それでも一部の人は熱心でした。もう手を挙げて賛成したわけでもありませんでしたが、選手のたち



ちははじめオリンピックに携わる方々のおかげで良い成績を残して、一息ついた頃に一番嫌な金銭問題が浮上してきました。何事にしても終わると収賄事件が起こる。他の事ならともかく、オリンピックにまで収賄とは情けないことです。選手の皆さんの気持ちを思ったこと、ありませんか? 残念に思います。

# ジャズと鉱石ラジオ

光竜寺校区 近藤 和見

今、夜の十時三十分。オスカー・ピーターソン・トリオの演奏を聞いている。五木ひろしや堀内孝雄のカラオケを歌うのも楽しいが、やはりジャズのリズムには心が洗われる。

私のジャズの愛好歴は古い。計算すれば六十八年の歴史である。私は九州、福岡の生まれで貧乏な家で育った。小学校六年生頃だったと思うが、わが家にはラジオはなく、同時代の方ならご存じの方もあろうと思うが、町の模型店で鉱石

ト・ベイシー楽団の生演奏を聞く機会にも恵まれた。定かではないが多分、私が十八歳の頃だと思う。その後、ラテンもタンゴもこの年になるまであらゆる音楽と友達になってきたが、やはり鉱石ラジオで聞いたジャズが一番心に残っている。

私のジャズの愛好歴は古い。計算すれば六十八年の歴史である。私は九州、福岡の生まれで貧乏な家で育った。小学校六年生頃だったと思うが、わが家にはラジオはなく、同時代の方ならご存じの方もあろうと思うが、町の模型店で鉱石

ラジオのキットを買って自分で作る。鉱石と選曲用のバリコンとイヤホンである。しかしこのラジオは電波が弱いと入らない。その当時の福岡空港はアメリカ駐留軍の板付基地であった。その電波だけが非常に強く、わが鉱石ラジオに入ってくるのである。その電波から流れる音楽はスイングジャズが主流であったと思う。そのような理由でジャズファンになっ



# オランダ訪問記

東三国丘校区 鈴木 良雄

今年9月中旬、アムステルダムへ妻と一緒に旅行してきました。コロナ禍、ロシア・ウクライナ戦争、円安という中で旅行でしたので、思わぬ障害にも出合いました。息子やアムステルダム大学に留学中の孫娘のおかげで、なんとか無事に元気に帰って来れて、ほっとしています。ロシア・ウクライナ戦争のおおりに、普通ならKLMオランダ航空の直行便で11時間余りで行けるところをエアフランスのパリ乗り継ぎ便で、アラスカ、グリーンランド、アイスランドの上空を飛ぶ北大回り航路で16時間以上を要し、それだけ飛行機代も割高でした。

私たちは街歩きが観光の中心でしたので、トラムを利用して街の中心ダム広場周辺で買い物したり、カフェに入ったり、近くの公園の散歩の途中でスーパーマーケットに寄ったりしましたが、町の人は、コロナ禍が終わったかのよう、全くマスクをつけず、レストランやカフェのテラスも大いににぎわっていました。人々は人情味があり、人の好いオランダ人という性格がよくわかり、ゆ

逃げて来たアンネたちが町の人々の協力で2年間隠れ住んだ屋根裏部屋などが当時そのまま保存されており、5日前の予約が必要でしたが、ゆつくりと時間をかけて、丁寧な説明を聞きながら見学することができました。

# わたしの武勇伝

## オレオレ詐欺体験

百舌鳥校区 匿名希望



ある年の三月二十一日春分の夜に電話があり「〇平です」「やあ久しぶり。元気？」と私。「いやあそれね、インフルエンザにかかってね、三十九度の熱が続いて、今日は休日病院はどこも開いてなくてえらく困ったわ。今は点滴でやっと熱は下がったんやけどな」「そうそれは大変だったね。〇緒さん居るの」「うん、いるよ」「あ、今日はね。ケータイの番号変わったのを言っておこうと思つて。080の...それみ」と言つて電話を切った。番号は明日でも変えられるしと思つてそのまま寝た。

翌朝、病人に朝早くから電話するのとも思つていて電話がかかってくる「〇平です。だいがよくなりました」「よかったね」「いや実はね、去年の八月に宝く

「ちょっとこの電話オレオレ詐欺みたいやね」と言うのと「オレオレ詐欺ですよ」と言つて切れてしまった。もつと疲れ、あわてて息子に電話すると聞き慣れた声。なんで聞き違えたのかもわからない。すぐに警察に電話した方がいいよと言われ通報した。

その後、会う人ごとこの話をした。五十回以上も二カ月ほどしてこのストー

りて八十代の女性が二十万円の詐欺の被害にあったと新聞に載っていた。息子の妻の話のとき、少し間があったので違和感があったこと、宝くじのおすそ分けをよこさなかったこと、ちょっとムツときたこと、ダメ押しが大阪弁が少し違ったことで免れたが、そんな電話かかるはずがないと思つていたことも確かだ。娘に話すと、ケータイ

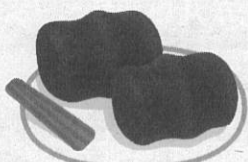
でも多くの和菓子屋さんが営業を続けています。かんだ袋・小島けし餅・南曜堂の最中など。私は特に曾呂利の「三笠」のように薄い皮で白あんをくるんだ、ほどうい甘さの「大鏡」が好きです。六十年ほど前に私の所でお祝いがあり、箱に詰めた「大鏡」をお店まで取りに行くとき、おまけに一つ「大鏡」をもらつてうれしかった思い出があります。

さて、利休の時代には今日みたいな和菓子はありません。お茶請けと出されるのが「ふの焼き」という和菓子です。ふの焼きとは水で溶いた小麦粉を鍋に薄く伸ばして焼き、表面にみそなどを塗って巻いたもので



# 利休のこぼれ話 ⑧

五箇荘東校区 繁田 幸男



す。今のクレープのようなもの。江戸時代には京都の各所で作られていました。私も食べたことはありませんが、一度利休の当時のように濃茶とふの焼きを賞味したいものです。

昨年のNHKの朝ドラ「カムカムエヴリバディ」で主人公が小豆をたきながら「おいしくなあれ」とおはぎを作る場面がありました。ほほえましいシーンです。粒あんのおはぎは妻の大好物です。こしあんのオ伊勢さんの「赤福餅」も、あんとお餅のバランスがよく、いくらでもお茶と一緒に食べられます。私は両方が好きです。なんと私は甘党です。

(つづく)

会員文芸



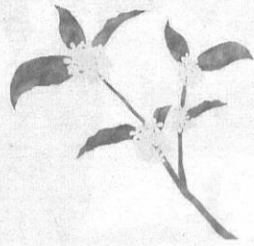
東三国丘校区 板倉 道子
吊砲は十九発やうそ寒に
秋声や六腑をさぐるレンズの目
空高しパングダ列車に手を振る見

中百舌鳥校区 山本三智子

伝統のふとん太鼓と虫時雨
入相の桜葉映えて秋暮るる
遠花火胸熱き日懐古せり
木犀の花は香りで自己主張
ケラ集き楠ざわめきて夜もすがら

金岡校区 板谷智恵子

「咲く！」
万の蕾いま解き放つ花ミモザ
木から木へ山藤花を垂れにけり
石段はあと一息や額の花
朝顔の縋ゆるやかに紺生るる
侘助に寄せてしばしの車椅子



中百舌鳥校区 坂本 茂子
うろこ雲空を広げて暮れゆけり
小春日の大学通り木々光る
遠き日に大根洗ふ祖母の指



中百舌鳥校区 坂本 茂子

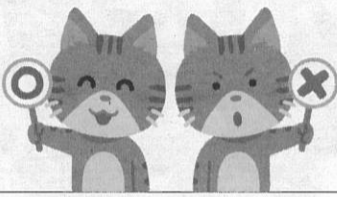
8 ページ

東三国丘校区発信クイズ その⑩
漢字が入った三文字熟語の答え

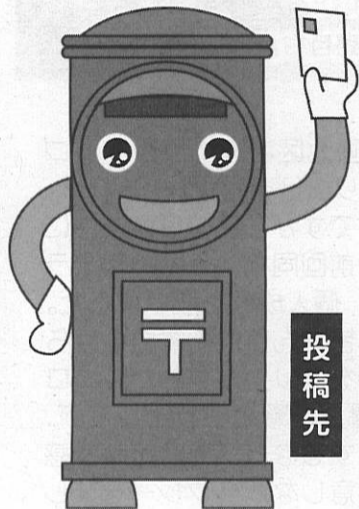
解答

- ①連 ②六 ③所 ④知 ⑤切 ⑥南 ⑦団 ⑧日
⑨棄 ⑩止

次号も
つづくよ



皆さまの投稿をお待ちしています!



どしどし応募し
てくださいね!

〒547-0026
大阪市平野区喜連西4-6-69
『すこやか老友・堺市北区老連』編集
(株)博報社 ☎06(6797)0381

◆原稿募集

詩、短歌、俳句、川柳をはじめ、単位クラブ・サークルの活動報告や体験談、随想や紀行文など、ふるってご投稿ください。

◆原稿の注意点

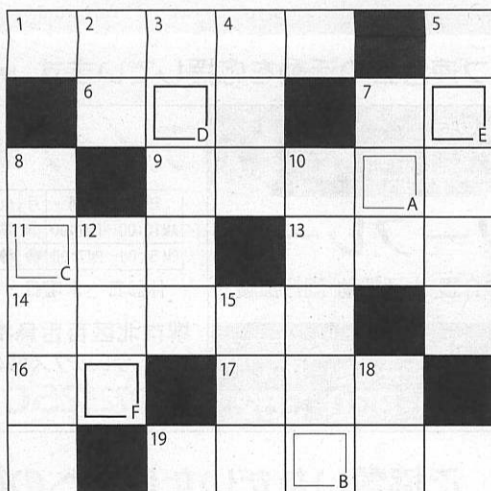
原稿には住所、氏名、電話番号、所属校区名を明記の上、関連写真や資料などがあれば添付してください。なお、原稿や資料などは返却できません。また、編集の都合上、多少の修正や長文などはカットする場合がございます。

◆原稿締め切り

次号64号は、令和5年5月発行を予定しています。原稿締め切りは令和5年3月31日です。

Let's
脳トレ!

クロスワードパズルに挑戦



◎問題 タテとヨコのカギを解いて、ABCDEFに入ることばを見つけてください。

タテのカギ

- 2 雌の馬と雄のロバの合いの子
3 外で食べること
4 もちをさまざまな具と共に煮た汁物
5 空き缶・ペットボトル・紙類など、再利用が可能な廃棄物
7 東京都が経営・管理すること。〇〇〇バスや〇〇〇地下鉄などがあります
8 慣用語。「キツネとタヌキの〇〇〇〇〇」
10 レモンや梅干しに多く含まれる、すっぱい味がする酸味成分
12 聖職者。カトリック教会では司教の下位
15 必要以上に自分をいやしめること
18 肉食動物の上下のあごにある、するどく尖ったしょうぶな歯

ヨコのカギ

- 1 加齢などにより、色素が落ちた髪を染める薬剤
6 つゆの長雨。〇〇〇前線
7 バラやサボテンなどに生えている、固く上がった部分
9 歯ぐきに炎症がある状態
11 特定の部分。「問題の〇〇〇」「修正〇〇〇」
13 イギリスやアメリカなどで広く使われている言語
14 製造の前にテストとして作るもの
16 1986年発売の美空ひばりの名曲といえは「〇〇燦燦」
17 「〇〇〇も眠る丑三つ時」
19 両手・両足を地につけてはうこと

答えは12ページ欄外にあります

# 北区老人クラブ連合会主催 第15回グラウンド・ゴルフ大会



好天のもと、  
和気あいあいとプレー!

## 大会結果 (敬称略)

- 優勝 和田日出夫(光竜寺) 54
- 準優勝 今井 彬人(金岡) 55
- 第3位 昼馬 元春(金岡) 59
- 第4位 北田 秀男(百舌鳥) 60
- 第5位 菅根 勇(北八下) 60
- 第6位 和深ちづ子(東三国丘) 62
- 第7位 井岡 弘安(喜楽会) 62
- 第8位 高橋 福繁(中百舌鳥) 62
- 第9位 藤谷 剛(大泉) 62
- 第10位 伊崎 博明(大泉) 63
- 第11位 太田 益子(百舌鳥) 63
- 第12位 山崎 保弘(金岡南) 63
- 第13位 浦東 啓(東三国丘) 64
- 第14位 北田夫基子(百舌鳥) 64
- 第15位 河田 住嗣(中百舌鳥) 64
- 第16位 品川 一枝(五箇荘) 65



光竜寺校区の皆さん!!  
優勝した和田日出夫さんの姿も (三列目右から2人目)



昼馬さん 今井さん 和田さん  
おめでとうございます!

5月19日(木)、金岡公園野球場で第15回北区老連グラウンドゴルフ大会が開催され、170名が熱戦を繰り広げました。

前回に続き、開催延期となった今大会ですが、この日はまさに突き抜けるような青空でした。参加者は前回同様、8ホール3ラウンドを前・後発組に分かれてプレーし、個人成績を競いました。グラウンドに強い日差しが降り注ぐ中、皆さん普段の鬱憤をはらすかのごとく闘志あふれるプレーで大会を盛り上げました。コロナ禍のためマスク着用となり、かなり暑さが懸念されましたが、休憩時には木陰でしっかり水分補給をするなど、それぞれが感染症と熱中症への対策を忘れず健康に留意しながらプレーを楽しみました。

閉会式では上位16名が発表され、1位～3位には金・銀・銅のメダルをモチーフにしたトロフィーが贈られました。