

気をつけよう まだまだ コロナ禍

〔広報部会〕

暑中お見舞い申し上げます

春の日帰り旅行

海津大崎・桜のトンネルと三方五湖 (2023年3月28日・火曜日)



道の駅・安曇川にて (上)1号車 (下)2号車



「適度な運動で、心身共に健全に！」

四條畷市老人クラブ連合会

会長 阿瀬田 親満



第58号 発行所

四條畷市老人クラブ連合会
四條畷市北出町3番1号
四條畷市社会福祉協議会内
TEL (072) 878-1210
単位クラブ 13クラブ
会員総数 603名(539世帯)
印刷
株式会社 共英印刷所
TEL (072) 878-2231

会員の皆様には、ご健勝のこととお慶び申し上げます。
この何年か、我々の活動機会を阻んだコロナウイルス感染症の位置付けが5類感染症へ

と移行し、今年度総代会も無事終了し、大々的に活動が再開できるようになりました。
超高齢社会を迎え、ますます老人クラブの活動の場が広がって

る折、歴史と伝統ある市老連の舵取りを前会長より引き継ぎ2年、やっと足が地に付き始めた感じです。
昨今、高齢化が進んだことによる会員減少

に伴い、地域の単位クラブの減少という危機的現状を迎えています。この現状を乗り越えるには、会員の皆様のお力添えが不可欠です。

今年度新理事を迎え、市老連も今迄より変化のある地域老人クラブあつて本当によかったと感じられる目標として、会員の皆様の経験により多くの方に伝え、新たな仲間を増やして行くことが我々に課せられた大切な役割りだと思えます。

そのために、まずは身近な会員同士から声を掛け合い、活動しやすく親しみやすい組織を作り上げていきたいと思います。

笑顔あふれる、明るく元気で豊かな市老連を作り上げるために、共に手を取り合っ、一緒に頑張つてまいりましょう。

会員の皆様のご意見を是非お聞かせください。

会員のご意見



理事退任について

今回5名の役員・理事が退任されました。皆様方には市老連の為に何かとお力添えをいただき、誠にありがとうございました。

西村敏雄(中野本町)
葛原洋一(蔭屋)
吉野貞嗣(岡山)
福永エミ子
大杓秀夫(中野新町)

※大杓さんは令和4年8月まで

1地区 退会について

この度、蔭屋地区が諸事情により、令和4年度をもって退会されました。

蔭屋地区さんには市老連に何かと尽力をいただき誠にありがとうございました。厚くお礼申し上げます。

| | |
|-----------|----------------|
| 会 長 | 阿瀬田 親満 (楠公) |
| 副 会 長 | 内 村 武治 (清滝) |
| 会 計 | 井 内 幸市 (田原台) |
| 書 記 | 井 内 幸市 (田原台) |
| 監 事 | 山 田 幸稔 (東中野) |
| 監 事 | 久 保 知寿子 (中野新町) |
| 監 事 | 内 村 武治 (清滝) |
| 総務部会長 | 内 村 武治 (清滝) |
| (兼任) | |
| 広報部会長 | 国 重 保之 (美田) |
| 生きたい対策部会長 | 松 岡 和夫 (岡山) |
| 保健体育部長 | 北 口 稔一 (塚米) |
| 社会奉仕部長 | 野 口 稔一 (二丁通) |
| 福祉部会長 | 黒 澤 典子 (緑風台) |
| 女性部会長 | 石 井 政彦 (田原台) |
| 若手委員長 | 山 崎 勤 (滝木間) |
| 理 事 | 滝 谷 紀世儀 (中野本町) |
| 理 事 | 松 井 成之 (緑風台) |
| 理 事 | 福 嶋 邦子 (雁屋) |
| 理 事 | 松 口 弘美 (美田) |
| 理 事 | 林 洋子 (田原台) |
| 理 事 | 神 山 萌代 (中野本町) |
| 理 事 | 辻 滋子 (塚米) |

私たちは、四條畷市老人クラブ連合会の活動を見守り、応援しています。

滝木間 楠寿会

会員一同

清 寿 会
(清滝老人クラブ)

社会奉仕活動
☆ 地域清掃 他

メイプルホール 四條畷

安心に真心を添えて。
〒575-0045
四條畷市雁屋西町1-1
☎ 0120-08-1059

雁屋老人クラブ かりがね会

毎週水曜日
定例会
カラオケ
卓球
会員一同お待ちしております

岡山老人クラブ おもとかい (万年青会)

会長 松岡 和夫
いろいろ教えたい方、
習いたい方、
お気軽に万年青会に
入会して下さい。

第4回 四條畷市老人クラブ連合会 グラウンドゴルフ大会

6月19日(月) 旧南中学校グラウンドにて開催しました。

- | | |
|-----------------|------------------|
| 優勝 岩本 尚武 (塚米) | 4位 滝井 克彦 (一般参加) |
| 準優勝 岡本 健 (緑風台) | 5位 滝谷紀世儀 (中野本町) |
| 三位 田口 禎男 (一般参加) | BB賞 富永 勝彦 (一般参加) |
- 【敬称略】



大会参加者全員



左から 優勝 岩本さん・準優勝 岡本さん・3位 田口さん
4位 滝井さん・5位 滝谷さん・BB賞 富永さん

総 代 会

5月18日(木) 市民総合センター展示ホールにて開催しました。



総代会で挨拶する阿瀬田新会長。



来賓者の挨拶を聴いている会長と役員の方々

女性部主催「健康のつどい」を開催しました!

6月27日午後1時30分より、市民総合センター展示ホールにて、ボランティアグループ「ふれあい」さんによる「歌体操」を開催しました。

参加者47名と楽しく音楽に合わせて体操しました!



私たちは、四條畷市老人クラブ連合会の活動を見守り、応援しています。

素敵な会員紹介

中野新町
会員 福永 エミ子



中野新町老人会会員の中で素敵な超高齢者を紹介します。昭和4年生まれ、93才の東原スエコ様です。

中野新町自治会館で開催している交流ひろばで、わなげ、カラオケ、お茶会、福祉コミュニケーションセンターでの折り紙サークル等、さまざまな交流の場に積極的に参加しテキパキと物作りもこなしていけます。近くにお住まいの娘さん、ヘルパーさんの手助けも借りながら自



中野新町 東原スエコさん (93歳)

分に出来る事、楽しむ事を何よりも積極的に実行される姿に私達、後に続くものは「見習っていきましょうね!」が口ぐせです。

毎日きれいな色の服に、かっこよく帽子をかぶり手押し車で散歩をされる姿に『私の未来もかくありたい!』と、あこがれを感じる素敵な東原さんです。

中野本町・西中野のぞみクラブ

定例会は第2水曜日午後1時~カラオケ・習字・ゲートボール・手芸等、各種行っております。

医療法人 和幸会 阪奈サナトリウム

TEL 0743-78-1188
大阪府四條畷市上田原613番地

一般内科

午前診療が始まりました

水 土

曜日 9:00~12:00
(受付9:00~11:30)

長寿会

(田原台老人クラブ)

楽しく活動しています
各種行事にご参加をお待ちしています

心に寄り添う、おもてなし
家族葬・一般葬・社葬など、
どのようなお葬式でも
八光殿にお任せ下さい。

葬儀会館 八光殿 四條畷

0120-66-8510

八十路を行く

緑風台・緑寿会

会員 岡本 契子

昭和の激動の中で生を受けて、より高度成長期の頃に縁あって連れ添い今日に至っています。

その間に2人の子供に恵まれて、それぞれ世帯をもち孫も3人います。

長寿会に入って

田原台・長寿会

会員 梶田 史朗



私は、目を悪くして68才で仕事をやめ、これからの人生、何を生きがいにして暮らしていけばいいのかと思うと不安になり、何をやるにも消極的になっていきました。1年間は何とか過ごしてきましたが、心が満たされませんでした。そんな時、近所を歩いていて家から出てきた人に「老人クラブ(長寿会)があるので参加しませんか。」と声をかけていただきました。地域にあるグリーンホールに行ってみると、私よりずっと年配の人が生き生きと楽しそうに麻雀をしている姿がうらやましく見え、私も参加したいと思いました。参加するとすぐに

ます。昨年の夏には曾孫が生まれました。思い返せば色々、喜怒哀楽の時を経て来ました。只々いい思い出です。今日、二人揃って元気で平穏な日常を送っていられる事に心より感謝しています。

88歳と82歳(なんと年月の早い事)、私達が今日達者で過ごせている事の元は何だろうか。



高源寺にて(令和4年11月1日)

親しくなり、週に1回の時間が待ち遠しい様になりました。それまで消極的だった私が、地域の行事にも参加するようになり、田原台5丁目の自治会長も1年間させていただきました。その中で、地域の人々がどうすれば安全に楽しく暮らせるかを考えるようになりました。役所や警察の人と相談し、街灯や防犯カメラの設置、防犯パトロールや公園の清掃等も皆さんと一緒にさせていただきました。地域の人達と協力して活動する事の大切さと喜びを知る事ができました。

現在、長寿会の副会長をさせていただき、麻雀クラブやカラオケクラブ、グラウンドゴルフにも積極的に参加し、四條畷市老人クラブ連合会のカラオケ発表にも出場させていただきました。長寿会に入っていない生活が続き、コロナで家にこもっていたと思います。長寿会に入ると、人生の先輩の話が聞く事ができ、地域の人達と接する中で色々な事を学ぶ事ができたと思います。本当に長寿会に入ると良かったです。麻雀もカラオケもグラウンドゴルフも一人でやってもおもしろくありません。みんなです。

か。考えてみました。老人会、月1回の茶話会、女性サロン、カラオケ、ウォーキングなどへの参加、グラウンドゴルフ(月・水・木・金)、老人会GG(毎週月、旧南中)、ボウリング(2回)、私のみ。そのほか暇をみて家庭菜園で土いじりをしています。

(この年齢にしては充分な動きだと思えます。でも、まだまだ上を行く方々がおられます。)

私の一押し 番組2本

美田町・友美会

会員 川上 浩二



先ずは、六角精児さんの「呑み鉄本線・日本旅」を初めて観て、すっかりとりにこになりました。「石川県能登鉄道を呑む」と云うタ

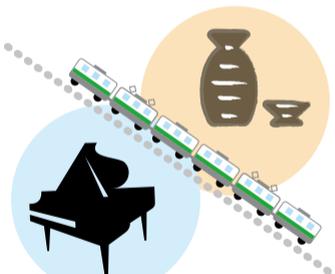
す。でも、まだまだ上を行く方々がおられます。そのような生活をすることは決まった時間に起床し、食事をとり外では仲間の皆さんと、たわいもないお喋りに興じ、TVや情報誌のニュースを共有して楽しんでいきます。たまには感情むき出しにして口論する事も、それでも翌日は何もなかった

かのように親しく付き合っていて、フレイル(年齢と共に低下する脚の筋力、年齢による動きの衰えの事)予防にとめていきます。また離れて住む家族からは温かい心配りをうけ恵まれた日々です。昨今の通信の利便性を享受しスマホを通じて、曾孫のかわいく成長していく様子をみて元気をもらっています。

八十路の坂をどこまで健康で登れるかは解りませんが、一日一歩ずつ希望をもって歩んで行きます。私たちにとってかわってくださる皆様方、これからもどうぞ宜しくお願いいたします。

イトルで、鉄道と酒という観点。日本の豊かさを再発見する鉄道旅でした。ナレーションは壇蜜さんで、これがまた何ともいい味を出しています。

2本目。街角、駅、空港などにピアノが置かれていて、誰でも自由にひく事が出来るのです。街角ピアノ、駅ピアノなどの題名で、15分から30分くらい。勿論海外でもやっていて、



きっさ室(問題)

久しぶりでんなあ…。ようこそ《きっさ室》へ。コーヒーでも飲んで、ゆっくりして下さい。

では問題1。下の4つの□に同じ「ひらがな」をいれて下さい。

- ① □い□ん ② □きま□

問題2。下の5つの□に同じ「ひらがな」をいれて下さい。

- ③ □る□ ④ だ□だ□□ろ

(きゆすや)

◎答は4頁の左下です。

私たちは、四條畷市老人クラブ連合会の活動を見守り、応援しています。



ホテルや旅館では実現する事も出来ない故人様との最後の思い出の時間を創る場所。明倫社会館「四條畷」での告別式もご用意いたします。

くおん 久遠の宿

明倫社別邸 門真市・栗本交差点南へ200m TEL 072-884-4444

故人様との最後の旅行へお出掛け下さい

中野新町老人会(友の会)

60歳以上の方入会大歓迎 公民館出来て集まり易くなってるヨ。月1回の定例会・カラオケ・手芸・等楽しくやっています。将棋やゲートボールもやっています。

医療法人 田中医院

四條畷市塚脇町5番3号 TEL 072-877-1078

Table with columns for 診療時間, 月, 火, 水, 木, 金, 土

休診日/火曜・木曜・土曜午後 日曜、祝日

全国共通すし券取扱店 電話 中野店(877)1751 電話 清滝店(877)7734

壽し 御食事処 八千代

元気で明るく楽しい「寿会」へ いつでも気軽に 入会お待ちしております 定例会: 毎月第3土曜日 AM10:00~

塚米地区老人クラブ 寿会会長 北口稔一

~年金のお受取りは厚生へ~ 金利優遇さわやか定期販売中!! 職員一同お待ちしております。

大阪厚生信用金庫 四條畷支店

072-879-0331

外科・内科・消化器科 松吉医院

四條畷市米崎17-30 ☎072-876-7221

Table with columns for 診察時間, 月, 火, 水, 木, 金, 土

*金、土...午前8時~ *休診日...日・祝日 水・土の午後

市老連行事報告

- *府老連「ねんりん OSAKA」発行 1月1日(祝)
- *市老連 会報「くすのき」57号発行 1月17日(火)
- *市老連「公式ワナゲ大会」 2月7日(火) サン・アリーナ 25体育館
- *市老連「春季ボウリング大会」 2月24日(金) なわてボウル
- *女性部「なわて出前講座」 2月28日(火) 市役所 201会議室 健康のためのフレイル予防 (ヤクルト)
- *市老連「春季会員旅行」 3月28日(火) 滋賀方面
- *女性部「日帰り研修旅行」延期
- *市老連「総代会」 5月18日(木) 市民総合センター 展示ホール
- *「ゴミゼロの日」 5月30日に近い日程で実施 ※各地区で、環境美化・清掃等の奉仕作業
- *市老連「グラウンド・ゴルフ大会」 6月19日(月) 旧南中学校グラウンド
- *女性部健康のつどい「歌体操」 6月27日(火) 展示ホール
- *府老連「ねんりん OSAKA」発行 7月1日(土)
- *市老連 会報「くすのき」58号発行 7月18日(火)

今後の行事予定

- * 9月 府老連「老人クラブ大会」 9月12日(火) 予定 敬老会(市主催) 9月20日(水) 予定 全国「社会奉仕の日」 9月20日(木) 市老連「秋季ボウリング大会」 9月22日(金) 予定 市老連「秋季会員旅行」 9月26日(火)
- * 10月 府老連「SC大阪グラウンド・ゴルフ大会」 10月17日(火) 予定 スポーツフェスティバル(市主催) ※公式ワナゲ体験会(市老連啓発活動) 10月22日(日) 予定
- * 11月 カラオケ大会 11月30日(木) 予定
- * 12月 市老連「歳末施設慰問」市内3施設 12月1日(金) 予定
- * 1月 府老連「ねんりん OSAKA」発行 1月1日(祝) 予定 市老連「くすのき」59号発行 1月16日(火) 予定

緑寿会(緑風台老人会)の活動報告(2)

緑風台・緑寿会 会長 松井 成之



緑風台には以前から有志の方々の企画によるハイキングの会がありました。開催は原則月1回で、各地の季節の花や紅葉を訪ねたりしていました。

それを令和4年4月からは緑寿会ウォーキングとして行えるようお願いしたところ快く受けていただき、それまでの有志の方々と引き続いてお世話いただくことになりました。

以下に令和4年度の活動を報告いたします。

- 令和4年4月5日：京都八幡・背割り堤

緑風台バス停(コミュニティバス) 四条畷駅(JR) 河内磐船駅(徒歩) 河内森駅(京阪) 枚方市駅(京阪) 石清水八幡宮駅(ウォーキング) 背割り堤。



飛行船の出迎えを受けながら淀川と木津川の合流店へ、桜並木の下でお弁当、展望タワーからは眼下にうねるような桜を堪能しました。

- 5月24日：生駒山麓公園 緑風台(徒歩) 田原台9丁目(徒歩) 喜里池(徒歩) 山麓公園。

この日の山麓公園は休園日でしたが、人は立ち入りでき、まさに貸し切り状態でした。

- 6月20日：枚方・山田池公園 緑風台バス停(コミュニティバス) 四条畷駅(JR) 藤阪駅(徒歩) 山田池公園。

水生花園の花菖蒲は見ごろを少し過ぎていましたが、充分楽しむことが出来ました。

- 7月・8月：休み
- 9月27日：お松の宮(生駒・住吉神社)

緑風台中央公園に集合、北谷公園を抜けて仙女橋から田原の里道の彼岸花やコスモスを見ながらお松の宮へ。

今回は午前中だけのハイキングでした。

- 10月25日：平群・椿井城跡 田原台九丁目西バス停(奈良交通バス) 近鉄生駒駅(王子線) 竜田川駅(徒歩) 椿井城跡(徒歩) 道の駅「くまがしステーション」 竜田川駅で平郡のガイドさんと合流、説明を受けながら城跡へ、昼食は山を下った道の駅でゆっくりと頂きました。

- 11月22日：緑の文化園

緑風台バス停(コミュニティバス) 逢阪バス停(徒歩) 逢阪五輪塔(徒歩) 森の宝島(徒歩) 森の工作館(徒歩) 展望広場・昼食(徒歩) 室池中堤(徒歩) 生駒縦走路(徒歩) 阪奈道路(徒歩) 緑風台



園内のあちこちで紅葉を堪能しました。

- 12月：休み
- 令和5年1月：国中神社～忍陵神社 天候不良のため中止となりました。
- 2月27日：平城宮跡

田原台九丁目バス停(奈良交通バス) 近鉄生駒駅(電車) 大和西大寺駅(徒歩) 平城宮跡→大極殿→朱雀門→遣唐使船(徒歩) 西大寺駅(電車) 生駒駅(奈良交通バス) 緑風台



- 3月：都合により休みとなりました。

令和4年度は7回の開催でした。これからも体力に合わせて無理のないコースを選び、永く続けていきたいものです。

《きつさ室の答え》 ③① ④② ⅡⅡえい

編集後記 編集委員長 国重保之 きのこの58号「くすのき」の頁数が、6から4になりました。大変残念な事です。皆さん負けてはいられませんよ。どんどんと投稿を頑張ってください。よろしくお願います。

広告掲載のご協賛御礼 市老連会報「くすのき」の発行に当たり、ご支援ご協力をいただきました。厚くお礼申し上げます。今後とも、老人クラブ活動にご理解いただき、引き続きご支援ご協力賜りますようお願い致します。 四條畷市老人クラブ連合会

私たちは、四條畷市老人クラブ連合会の活動を見守り、応援しています。

楽しく遊ばしましょう 会員募集中

楠公老人クラブ

会員一同

暑中お見舞 申しあげます

東中野三寿会 老人クラブ

内科・小児科・循環器内科

安部クリニック

診療時間 AM 8:30~12:00 PM16:00~19:00
休診日 火曜午後、土曜午後、木曜、日曜、祝日
四條畷市田原台5-17-21 ☎(0743)78-8875
(田原台郵便局隣り)

緑風台老人クラブ・緑寿会

●毎月女性サロン・茶話会
カラオケ・グラウンドゴルフ等
あなたの入会をお待ちしています

名刺・封筒・伝票・チラシ・カタログ・Tシャツなど

Cyoei Printing factory

株式会社 共英印刷所
〒575-0042 大阪府四條畷市藤屋本町15-13 102号室
TEL.072-878-2231 FAX.072-877-1257
info@kyoeiprint.co.jp
http://www.kyoeiprint.co.jp/

美田町 友美会

あなたの近隣のお知り合いの方に 美田町友美会への入会を、御勧誘下さい。
会員一同 御待ちしています。

社会医療法人 信愛会
畷生会脳神経外科病院

〒575-8511 大阪府四條畷市中野本町28-1
072-877-6639(代表)

健康と友愛...楽しく生きがいを求めて

毎月第3日曜日定例会
入会お待ちしております。

二丁通老人クラブ(ニ友会)
会長 野口 勝 TEL 877-8575

中野本町・西中野のぞみクラブ

定例会は第2水曜日午後1時~
カラオケ・習字・ゲートボール・手芸等、各種行っております。