

明けまして おめでとうございます



「四條畷市歌」会場全員で大合唱



南京たますだれ・オズネットワークきらきらの皆さん

新年明けましておめでとうございます。
会員の皆様には年号が変わる新年を健やかな気持ちでお迎えになられた事と、お慶び申し上げます。

さて、ここ数年異常気象や地震活動の活発化で毎年自然災害が発生しておりますが、とりわけ昨年は過去に例がないほど頻発しました。中でも

①6月の大阪北部地震。
②7月～8月にかけての猛暑日・熱帯夜
③7月の西日本豪雨

11月末大阪万博が決まりましたが、他国の人からは次々と襲う災害に対しても、日本人達はへこたれず、立ち向かって復旧するの



「仲ばそう！健康寿命・役立とう地域の為に」
四條畷市老人クラブ連合会
愛称・なわていきいきクラブ
会長 西村 敏夫



第49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 20クラブ
会員総数1,306名(1,125世帯)
印刷
株式会社 共英印刷所
TEL (072) 878-2231

が早いと高く評価されています。

さて、今年の重点課題の進捗状況ですが、I、5年間の会員増強運動もあと3か月となりました。高齢者の地域におけるつながり、活動は永遠に必要であり、老人クラブはその役割を果たしているのです。

そこで「老人クラブに入りませんか」というチラシを作成し、各地区の掲示板をお借りしたり、回覧板で回覧して頂いてPRしたいと考えています。

そして、会員皆様方の勧誘努力が実を結ぶことを願っておりますのでよろしくご協力をお願い致します。

・7月にはニュースポーツの公式ワナゲを各地区に配布できました。講習会実施後、10/28の市民の集いにも出展し、沢山の市民の皆さんの参加で大盛況でした。今後は各地区対抗戦が出来るよう皆さんも腕を磨いて下さいネ！

・府老連の若手委員講習会にも積極的に参加して頂いています。III、健康寿命を伸ばそう！については、11/16に実施しましたカラオケ発表会（詳細後述）ではなんと98才の方を筆頭に3名の90代の方に出演頂きました。3名共元気なことに大変感銘を受け、当市老連の誇りと言っても良いでしょう。今後益々、高齢化が進む中、何事にも興味を持ち健康長寿を目指しましょう。

・府老連の若手委員講習会にも積極的に参加して頂いています。とりわけ、昨年、貴老人クラブ連合会が市民の集いの際に初めて開催された「公式ワナゲ体験」は、世代を超えて600人を超える方が参加され、体験いただいたと同様に、貴老人クラブ連合会のさらなるイメージアップにつながったものと大変喜ばしく思っております。

現に向け、全力を傾注してまいりますので、貴老人クラブ連合会の皆様方には、今後とも変わらぬご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

市老連会報「くすのき」 新年のごあいさつ

四條畷市長 東 修平



新年明けましておめでとうございます。

四條畷市老人クラブ連合会の皆様方におかれましては、健康やかに平成31年の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、日頃から市政運営に對しまして、深いご理解と温かいご支援、ご協力を賜り厚くお礼申しあげます。

さて、本市の高齢者

の現状としましては、平成30年10月末現在の65歳以上高齢化率が、26.6%という状況にあり、ここ3年間で1.3%増加しておりますが、このようなかで、貴老人クラブ連合会の皆様方におかれましては、「健康」「友愛」「奉仕」の精神のもと、自らの生きがい高める活動や健康増進に向けた事業をはじめ、レクリエーションや地域社会づくりに関する奉仕活動への取組みなど、元気で温かい活動を通じて、市民の皆様から賛同される事業を展開されている

ことに、深く敬意を表します。とりわけ、昨年、貴老人クラブ連合会が市民の集いの際に初めて開催された「公式ワナゲ体験」は、世代を超えて600人を超える方が参加され、体験いただいたと同様に、貴老人クラブ連合会のさらなるイメージアップにつながったものと大変喜ばしく思っております。

昨今では、高齢者のライフスタイルの多様化により、老人クラブへの加入減少や会員、役員の高齢化が課題となっており、これを克服し、皆様方がこれまで培った豊富な知識や経験を活かしながら、時代に合った新しい取り組みを展開されるなど、老人クラブにしかできない要素を発揮されることにより、地域活動に貢献されることを大いに期待しております。



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)

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00～12:00	●	●	●	●	●	●
夜 診 17:30～19:00	●	●	●	●	●	休

● 整形外科は予約制です。
● 内科受付は11:00までです。
受付時間
午前診 7:30～
夜 診 17:00～
休診日 日曜・祝日・年末年始

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

会報「くすのき」
新年号あいさつ

四條畷市議会議長

渡辺 裕



明けましておめでとうございます。

四條畷市老人クラブ連合会の皆様には、お健やかに平成三十一年の新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。皆様には、平素から市議会に対し、深いご理解と温かいご支援、ご協力を賜わりまして、心から厚く御礼申し上げます。

老人クラブ連合会におかれましては、結成

新年のご挨拶

大阪府議会議員

橋本 和昌



新年あけましておめでとうございます。四條畷市老人クラブ連合会の皆様さまにおかれましては、平成31年の新春をお健やかに迎えのことと心からお慶び申し上げます。

皆さまには、平素より大阪府並びに大阪府議会に對しまして、ご理解を賜り、その上暖かいご指導を頂いてお

以来、歴代会長様をはじめ、役員の皆様の間々ならぬご尽力によりまして、平素よりクラブ活動などを通じて会員の皆様の健康の維持・増進、また教養の向上を図られる一方、地域ボランティアの活動など幅広い社会活動への積極的な取り組みにより、地域福祉の推進や地域コミュニティの醸成にも大きくご寄与いただいております。

たぐましく歩んで来られたご苦労の賜物と深く感謝申し上げる次第でございます。

昨年三月には、誰

もが、長生きしてよかったです。言える地域社会の実現を目指し「なわて高齢者プラン2018」が策定されました。市議会といたしまして、今後の国

政や経済の流れを十分に注視し、財政の健全化への取り組みを行うとともに、市民に直結した様々な施策の推進を通じて、ご高齢者の皆様はもとより、全ての市民の皆様が安心して暮らせる四條畷市の創造に向け、今後とも努力を傾注してまい

るでございます。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

貴老人クラブ連合会におかれましては、まさに会員皆様が、貴

老人クラブ連合会の活動を通して、地域活動の担い手として、小学校児童の登下校の見守り、地域の清掃活動、一人暮らし高齢者への

一声運動など地域のつながりづくりという重要な取り組みを実施されております。また

会員皆様が一緒に

なつて介護予防にも有効なスポーツ、手芸、趣味などのサークル活動を積極的に取り組んでいただいております。

そして、文化、伝統の伝承者としての確

りまして、今後とも

高齢者皆様の集いの場として充実を図られ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

る地位を築いていただいております。

新年のご挨拶

大阪府議会議員

内海 久子



新年あけましておめでとうございます。

四條畷市老人クラブ連合会の皆様におかれましては、晴れやかな新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

また、今日私たちがこうして平和な生活を享受できますのも、皆様

が、今日まで激しく移り変わる時流の中で世界恐慌や度重なる大戦、そして敗戦後の混乱期を乗り越えられ

新年のごあいさつ

四條畷市社会福祉協議会

会長 浅井 茂



新年あけましておめでとうございます。

老人クラブ会員の皆様におかれましては、本年、平成31年の新春を健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

また、常日頃から、私も社会福祉協議会の事業運営に對しまして、深いご理解と多大なるご協力を賜り、心より厚くお礼申し上げます。

老人クラブにおかれましては、会長をはじめ役員のみならず、中心となり、各種事業を行ってまいりますこと、心から敬意を表する次第です。

私も社会福祉協議会では、「高齢者が健康を保持し、知識と経験を活かして積極的に貢献できる社会」、「高齢者とその家族が家庭や地域の中で安心して暮らせる社会」を実現するため地域福祉の推進を図るといふ使命を果たすべく、「小地域ネットワーク活動」、「福祉移送サービス事業」、「日常生活自立支援事業」などの各種事業に鋭意取り組んでいるところでございます。

このような状況な

観光庁長官登録旅行業第55号

名鉄観光
なんば支店

＜営業日・時間＞ 平日／9:00～18:00
土・日・祝は休み

大阪市中央区難波4-7-14（難波フロントビル11階）

☎(06)6645-8080

総合旅行業務取扱管理者：宮田 章 担当外務員：山村 晃司

平成30年7月豪雨による
救援拠金について

各地区よりの救援拠金とバザー売上金の一部を合せ、十七万五千円集まり、十一月末に府老連へ送金いたしました。

皆様方のご協力に厚くお礼申し上げます。

市老連役員一同

（なわていきいきクラブ）
市老連の活動から



総務部会長 阿瀬田 親満

全員ワクワク

カラオケ発表会開催

市老連の大きな活動の一つ、恒例のカラオケ発表会を、昨年十一月十六日（金）市民総合センター・市民ホールにて十一時開場、正午より開催しました。

今回は昨年と若干プログラムの内容に変化を出したおかげで、途中入場者を含め、昨年同様多数の方々に参加を頂き、開場前からロビーにて待っていたたくさんの方にも多数あり有難いことでした。

開会に当たりまして東市長、公務の為、林副市長、渡辺市議会議員、府議、市議会議員各区分長、多数の出席を賜りました。副市長には祝辞と私達高齢者に対して激励を賜りました。林副市長今回皆様

府議、市議、来賓者の紹介の後、渡辺市議会議員長には、四條畷市市歌を会場の皆様と一緒に歌って頂き誠に有難う御座いました。その他の来賓者の皆様方には恐縮でしたが、その場にてご起立で紹介させて頂きました。カラオケは、今年も各地区老人クラブより一、三名の代表の方、総計三十四名方に出演頂きました。

今年も皆さんのアイディア三味線尺八の生演奏、大勢でのコーラス花は咲く、では東日本大震災の犠牲者の冥福を祈り花の輪をつなぎ歌いました。同年代の皆さんによる南京玉簾よかったですね。次回もこのようなアイデアに期待しています。私達市老連としても新しいアイディアをと思つていきます。其の二歩目として三角くじを平成最後として会長賞、高齢者申告された九十三歳以上の方にわずかな品物を贈らせて頂きました。次回より九十歳以上の方にと考えています。

今年も、楠風コーラス十四名の皆さんによるコーラス三曲最後の曲思い出しました。あのテレビ画面年々感動が湧きます。藤本春玖美会八名の皆さんによる三味線歌唱民謡メドレー九曲、皆さんには若かりしころ三味線入りで歌って、踊られたこと思いだされましたね。これは私だけですかね。毎回楽しい趣向有難う御座いました。次回も楽しみにしています。今回相撲甚句に変わって新しくオズネットワークきらきら六名による南京玉簾柳の流れ、旗と次々流れる演技合間に入れる合間の手際良かったですね。フィナーレでは、今年も北出地区の佐古國男さん河内音頭（河内男節、民謡鉄砲節）二曲、踊り手四十名の皆さんによる踊り、太鼓生演奏北出地区宮三さんによる演奏二曲目、藤本春玖美会の方に力強いたいていただきました。楽しく踊り次回も考えています。太鼓お借りしました、楠公地区川端様有難う御座いました。今後も続けていきたいと思つています。今回も総合センター西川氏のお力をお借りしました。有難う御座いました。今回を振り返ってみますと、色々な不手際もあつたと思いますがご容赦いただきたく思います。ご協力頂きました、総合センターサンプーの方々、音響、舞台装置の方、社協の担当者、司会者、市老連役員、理事、会員の皆さんのご協力有難う御座いました。今後共老人会を宜しく願ひします。



市民総合センター・市民ホールのお客さん



三味線合奏・藤本春玖美会の皆さん



90歳を超えられた左から 薮田文子さん・山内ナミ子さん・山中寅雄さん

10月27日（土）於 さつきコート
開会式には、東市長、府議会議員、市議会議員多数ご臨席いただき感謝に堪えません。9チーム53名の参加者で、審判員を寝屋川市、大東市より派遣していただき、熱戦が繰り広げられました。どのチームが優勝してもおかしくない接戦でした。順位を報告します。



優勝 岡山チーム
準優勝 遊球会チーム
3位 北出チーム
次回も感動を与えるプレーを期待しています。

9月28日（金）於 なわてボウル
当日は各地区より22チーム88名参加のもと、盛大に行なわれました。今日は天候も良く全チーム参加して下さいます。有難うございまして。日頃会えない同志、隣のレーンに席を取りゲームを楽しみ好評プレーだと拍手しあい和やかに時が過ぎました。順位を報告します。
優勝 楠公Aチーム
準優勝 北和会（北出）
3位 中野本町
個人優勝 宮三正道 363点
同2位 木村伸洋（2ゲーム）



同3位 安原節子
これ以外にも飛賞、ブービー賞、ガンバリマ賞、参加賞等が出されました。春季もまた多数の参加者を希望し、お待ちしております。

住宅設備機器・住宅リフォーム
システムキッチン・給湯器設備工事一式
有限会社 川本ホーム
TEL 072-876-4126
携帯 090-3352-1002

健康と友愛…楽しく生きがい求めて
毎月第3日曜日定例会
入会お待ちしております。
ニ丁通老人クラブ（ニ友会）
会長 野口 勝 TEL 877-8575

中野本町のぞみクラブ
定例会は第2水曜日午後1時～
（教室）
カラオケ・習字・ゲートボール・手芸等、各種行っております。

楽しく遊びましょう
会員募集中
楠公老人クラブ
会員一同

外科・内科・消化器科
松吉 医院

四條畷市米崎17-30
☎072-876-7221

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前8時半～12時	○	○	○	○	○	○
午後6時～8時	○	○	○	○	○	○

*金、土……午前8時～
*休診日……日・祝日 水・土の午後

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つてヨ。
月1回の定例会・カラオケ・手芸・等
楽しくやります。
将棋やゲートボールもやります。



故人様との最後の旅行へお出掛け下さい
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場所を創る場所。
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

い
き
が
い
対
策
部
会
長
鷺
尾
悦
二

TEL 072-877-1078



歳末施設慰問と社会奉仕

社会奉仕福祉部会長 岡本 健

「歳末慰問を終えて」

市老連、年間行事の最後は、歳末慰問で終了となります。昨年も十二月六日と七日の二日間六ヶ所の養護老人ホームを訪問して、入所者の皆さんと、私達演者、スタッフ二十名のメンバーで、一時を楽しく過ごしました。毎年の行事を特別な出来ごともなく無事終了しました。今回の訪問で私の感じた事を述べてみたいと思います。今年は、私の知り合いの方、グラウンド・ゴルフで一緒に夢中で追いかけた方、老人会で共に色々な行事に参加

した方など親しくさせて頂いた人何人か入所者の中におられました。久しぶりの顔合せ、なつかしき言葉にならない複雑な再会でした。一方演者の皆さんの日頃の熱心なレッスンの成果を発表していただきました。どちらかと云えば見学者に表現のとぼしい方も居られる印象ですが、演技発表中、何ともいいがたい笑顔、又涙で顔をぬらして喜んで下さる方がおられました。昼食時、訪問スタッフの雑談の中で入所者の方の嬉し涙、笑顔を目の当りにした時、この慰問に参加し



を痛感し、次にこの行事にかかわる人に伝えていかねばと!!今回も参加しました。皆さんと互いに「ごくろうさん」と言葉を交わして帰路に着きました。

「社会奉仕の日」

毎年この行事が実施される頃は、朝夕に少し秋の訪れを感じる頃です。しかし今年は連日猛暑日の記録更新とさびしい夏でした。九月に入っても暑い日が続いています。日中の強い日差しの中では、とても高齢者にとつて日中の作業は出来ない状態です。しかし各地区それぞれに工夫をこらし実施されました。本年度からは益々高齢化は進みま



す。会員皆さんの無理のない内容を工夫し、一人一人が進んで参加できる方法など検討しては如何でしょうか。老人会々員の皆さん、ボランティア、スポーツ、旅行など元気に活動されている方も沢山おられます。それぞれ健康に留意して、来年の「社会奉仕の日」に一人でも多くの方が参加し益々老人パワーを発揮しましょう!!

楽しいワナゲ

「市民の集い」

若手委員会 石井 政彦



昨年10月28日(日)秋晴れのもと、市民の集いが盛大に開催されました。一昨年は雨で中止となった事もあり、昨年は、開会式から沢山の人が出があり市民の集いにふさわしい日となりました。

この度、市老連で初めての試みとして、単独でワナゲのコーナーを設けました。市民の皆さんにワナゲの楽しさを味わってもらいたく、会場の体育館前西角にテントを張り、その中にワナゲ4台を設置しました。

開会と同時に老若男女の大勢の方が集まり、順番待ちが出るほどでした。その中から1番、2番狙いとの歓声が飛び交いました。テント正面にゲームの最高得点者の名前を書き出すボードを設け、年少組・小中・一般と3組に分けました。そのボードを見た方が負けられないと競争心を掻きたて、真剣にワナゲをやっている



林副市長 ワナゲ体験



新年あけましておめでとう御座います。本年も達者でございましょう

東中野三寿会 老人クラブ

砂老人クラブ 砂晃会 会員一同

仕出し専門店

カ (リキ)

野崎参道ジャンボフード前 TEL 877-7166 876-0371

健康・友愛・奉仕をモットーに! 北出老人クラブ (北和会) 会員一同

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

川崎老人クラブ 喜楽会

第1、3、4月曜 ポピー会カラオケ 第2日曜 定例会 会員一同お待ち致しております

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

あなたの街のでんき屋さん Panasonic パナファミリー・マスオ 当店3つのお約束 78-9555 78-8633

上田原老人クラブ

滝木間楠寿会

会員一同

岡山老人クラブ (万年青会) 会長 吉野貞嗣 TEL 090-1483-0301 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。

イトウ・クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土
AM 9:00~AM12:00	○	○	○	○	○	○
PM 5:00~PM 8:00	○	○	○	○	○	○

但し 受付時間は午前11:30まで 午後7:30まで

住み慣れた地域で尊厳あるその人らしい生活を ~安心してずっと田原で暮らしていける~ そう思える街づくりを皆さまで一緒に目指します

認知症の相談・予防などさまざまな方面から高齢者のみなさんを支援します!

四條畷第3地域包括支援センター 四條畷市上田原613(パークヒルズ田原苑内) ☎0743-70-1249

地区老人クラブの活動

親睦旅行について

田原台老人クラブ

長寿会 会長

小西 康弘



長寿会では、毎年1回会員親睦旅行を実施していますが、昨年は10月30日(火)「近江八幡めぐり・町並み散策」をM・Tツアーズに依頼し実施しました。当日は秋晴れの好天候に恵まれ、39名の参加者と共に、観光バスで出発しました。

会員増員に
思うこと

緑風台老人クラブ

岡本 契子



年々高齢者が増えていく現状であり乍ら、老人クラブ会員数は減少の一途をたどっています。どの地区に於ても色々と努力されている事と思います。市老人クラブ連合会でも、若手委員会を発足し、会員増員に繋げるべく様々な試みをされていると聞きます。最近では輪投げの普及に力

寝屋川北ICより高速に入り第2京阪・名神高速を通り、竜王ICで降り、刈入れの終わった田園地帯を眺めながら10時頃に近江八幡に着きました。そこでは観光ボランティアガイドの方が2人待っていておられ、2グループに分かれ案内をしていただきました。近江八幡は、かつて領主の豊臣秀次が商業都市としての礎を作ったといわれ、近江商人の街並みが残っており、古い商家が多く見られました。途中、絵画同好会のグループが街並みを写生しておられました。その後八幡堀のあたりを散策し

バスに戻りました。バスで少し移動し『あきんどの里』で近江牛のすき焼きで豪華な昼食をいただきました。昼食後は八幡堀めぐりの小舟に乘船し、船から街並みを眺めました。市内の中心部を流れる八幡堀からの景色は、川べりに建つ白壁の土蔵やお寺の建物、ロープウェイが通る八幡山を眺めたりして約35分の堀めぐりを楽しめました。次にラコリーナ近江八幡に寄りました。広い土地に建物があり、ここはバウムクーヘンを手作業で



ラコリーナ近江八幡 平成30年10月30日

作っていて、美味しいので有名だそうです、この日も大勢の人が来ており、買うのに長い列をなしていました。これ以外にもいろんな菓子を製造しており、それらが販売されていま

した。しばらく買い物に時間を取ったのち、バスに戻り、途中、近くにある野田町の色とりどりのコスモスが咲き乱れるコスモス畑を車窓より眺めながら帰途につきました。帰路では、豪華な景品の当たるビンゴゲームを一言一喜しながら賑やかに実施し、午後5時ごろには、全員無事で田原台に帰着しました。

で男性の平均寿命82才(誕生から三万日)に到達することができ、心から感謝しています。振り返れば、社会人になったとき、研修会の講師から「人生は長いようで短い。安心して暮らしていると、すぐ人生が終わってしまう。今は、入学・卒業があつたが、これからは終りのない競走が始まる。人生は一日一日の積み重ねです。この現実を自分で乗り切る手段として『人生設計表』即ち『人生三万日』の目標を作ってもらいます。」とB5の用紙を二枚配布されました。

間・自分の時間約8時間が普通の考えですが、目標達成には工夫と努力と体力等を考え「自分の時間割」を作って頑張つて下さい。『人生設計表』は、追加、変更、取消等は自由です。その都度チェックして、自分の羅針盤にして下さい。』と指導を受けました。私は現在も数十回書き直し、A4ファイルに入れて、未実行のみチェックしています。自己評価は、70点ぐらいです。A4一枚で見てもうえ、すぐわかってもうえ、『人生設計表』を文章で説明し、わかりにくい点、お詫びいたします。

ますと共に我々会員も各々入会者の勧誘に努めたいと思います。

人生3万日
到達して

楠公老人クラブ

前川 和宏



始めに、市老連役員及び会員各位のご活躍を会報「くすのき」で拝見しておりました。私が楠公に居住して43年になります。その間、市内外の人々に大変お世話になり、お陰

ますと共に今後共よろしくお願い致します。

最後に、やっぱり八十の壁はキツイです。先の見えない「余命」を家内(81才)と暮しますが、昨年、私が目と腰の手術を受け、家内も検査入院しましたが、あきらめず、毎日、血圧と体温を測り、私は5千歩以上、家内は半分の歩行を続けています。子供3人も独立し、孫5人が毎月遊びに来ますので、成長を楽しみに、いつも「笑顔と挨拶」を心がけ、新しい日を迎える喜びを積み重ねて行きたいと思ひます。

『人生設計表』と記入し、2cm下に横線を一本引きます。この横線に「一万日(現在の年齢27才迄) 二万日(28才、55才迄) 三万日(56才、82才迄)」を三等分して、一枚目の「項目」を年代順に該当枠に書けば完成です。『一日24時間』個人差はありますが、睡眠約8時間・仕事約8時

楽しい
旅行は



エムティ ツアーズ

旅行代理店 エムティ ツアーズ

高 桑 勝

携帯番号 090-5881-1701

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

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

大阪厚生信用金庫
四條畷支店

072-879-0331

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

他地区住民との交流も

砂老人クラブ
会長 山口 晴晋



砂老人クラブでは平成28年度から地域住民との親睦を深めるため月一回、公民館でお茶を飲みながら、おしゃべりやゲームを楽しむ「喫茶すな」を開いている。参加無料。老人クラブ会員以外の方も出入り自由。気軽に立ち寄り午後のひとときをいっしょに過しても

塩野さん感謝状受章
第60回大阪府
老人クラブ大会に
行って来ました

広報部会長
国重 保之



第60回大阪府老人クラブ大会が昨年9月21日（金）に、大阪国際交流センター大ホールで開催され、西村会長、小西副会長はじめ役員・理事10名で行って来ました。もうすでに昨年10月発行の「ねんりん」で、この大会の様子は皆さんご承知かと思いますが、ですが、これはこれでまた何かを感じられればと掲載しまし

らっている。一昨年からの喫茶に「ふれあいサロン」としての役割を追加。砂地区以外の方にも広く参加を呼びかけており、毎回30名〜40名が集まる。スタッフは主に老人クラブの役員があたっている。内容は各種演奏、演芸、講演など。これまでの催し物からいくつか紹介してみる。

◎落語・民謡・相撲甚句。市内在住の名人お二人が特別出演。落語「ふぐ鍋」で飛切りの話芸を披露。「長崎ぶらぶら節」、三味線の弾き歌いで「山中節」など。「ソーラン節」

や「花笠音頭」などおなじみの民謡をみんな大声で歌ってストレス発散。最後は女性師範の相撲甚句。粋な文句と美声に会場は大いに盛り上った。

◎ハワイアン音楽の生演奏とフラダンス・ショー。改修新装されたばかりの公民館で、ハワイの雰囲気を満たす。

◎ハーモニカ・コンサート。全国的にもめずらしい楽団がラ



テン、歌謡曲、TVドラマのテーマ曲など演奏。

◎マジック・ショー。四條畷マジッククラブのみなさんが鮮やかな

腕前を披露。タネも仕掛けも無い？すご技に拍手喝采。

◎オカリナ演奏。女性三人グループ「パール」さんが童謡や懐かしい曲を、我が老人クラブ坪井副会長のギター伴奏で演奏。心に沁みるオカリナの音色でほのぼのとしたひとときを過ごした。

◎南京玉すだれ。八房心香師一門のみごとな演技と巧みな口上に魅了された。

◎春を呼ぶ民謡三味線コンサート。藤本春玖美会御一行による華やかなステージ。三味線合奏と粋な歌声を楽しんだ。

◎歌声喫茶。懐かしいロシア民謡や唱歌をギター伴奏で歌った。

◎講演「あなたに最適な介護とは」。安心して利用できる介護施設やサービスの出会うための知識や情報そして心づもり。社会福祉法人るうてるホームから講師をお招きして有用なお話を伺った。

◎講演「自宅で最期を迎えたい」。今のご時世、病院に入院してそのまま病院で亡くなる高齢者が多いようだ。でも、住みなれた自宅で療養し、できれば人生の最期はわが家で迎えたいと願う人も増えている。この思いに応

えて、さかいクリニック坂井院長が在宅医療についてわかり易く説明。入院在宅か。みんな自分の最期を考える機会をいただいた。

◎クラブ会員や地区住民の絵画・書・写真・手芸品・創作品などの展示も併せて行いたい（未実施）。

これらの催しが当地区内さらに他地区の方との親睦交流の一助になればと願っている。手弁当で協力いただいた講師、ご出演のみな様、まことに有難うございました。末筆ながら紙面をお借りして心から感謝申し上げます。

た。定刻11時に「記念講演」から始まり、講師は全国老人クラブ連合会常務理事・齋藤秀樹氏で主題は「老人クラブ・あなたは何を期待しますか」。話は大変上手で笑いもうまく取っておられました。が、私には一段上の話のように思えて少しむつかしかったです。

休憩、座席で折弁当の昼食をいただきました。午後からは「活動発表」。男女二人の進行役が、交野市の倉治老人クラブさんゆう会の会員増強に向けて、活動拠点の整備や、自治会との連携と地域活動への参加など様々な取り組みを行う事で、10年連続の会員増加を達成。その苦心した様子

を、面白おかしく紹介しました。発表者の会長さんも登場、映像でその活動振りが映しだされました。

この積極的な活動には驚きました。と同時に自分の力不足を思い知りました。

続いて東大阪市女性部の「みんなで認知症予防！ 健脳エクササイズ」。これは体を動かしながら同時に頭を使う事によって、脳を活性化させ認知症予防に効果があると云うものでした。

映像と女性部15名による実演で「健脳エクササイズ」への取り組みを紹介。これは実に良かったです。着席のみなさんと全員でやったのですが、私は付いていけませんでした。何とか取り入れたいも



のどと強く思いました。次は「アトラクション」。丸田恵都子さん（大阪音楽大学短期大学卒業、青年海外協力

隊に参加、音楽教師として2年間南米パラグアイに在住）の民族楽器アルパ（パラグアイハープ）の演奏。

演奏曲の中で知って

いたのは、コンドルは飛んでいくだけでしたが、ふるさとと、青い山脈を皆さ

らで一緒に、全員で大合唱した時は感激しました。パンフレットに歌詞もちゃんとありました。

休憩15分の後、この日の主役とも言える「式典」です。国歌斉唱（以前に歌ったのはいつだったでしょうか）。黙祷。会長挨拶。松井大阪府知事も出席されており知事表彰。それから府老連会長より感謝状が、いよいよ我等が塩野孝子さんに贈られました。感謝状



『お見事』の一言に尽きます。そして私にとっても大変有意義な一日になった事も確かです。

各種保険取扱

たにむら歯科口腔外科

院長／谷村昌哉

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	●	●	—	●	●	●
14:30～19:00	●	—	—	●	—	14:30
14:30～20:00	—	●	—	—	●	17:00

診療内容 一般歯科・予防歯科・口腔外科・インプラント・小児歯科・有病者歯科・矯正歯科・訪問診療

ご予約・お問い合わせ ☎0743-85-6400 休診：水曜・日曜・祝日

下田原老人クラブ しろがね会

「しろがね」は銀＝SILVERのこと。
銀という文字と言葉が中国から伝わる以前から、我が国で使われていた言葉（やまと言葉）です。
人生経験を積んだいぶし銀のような人たちの集団にふさわしい名称ではないでしょうか。

部屋 老人クラブ

あなたの近隣やお知り合いの方に部屋老人クラブへの入会をご勧誘ください 毎月の定例会にも是非ご出席ください

清 寿 会

（清滝老人クラブ）

社会奉仕活動
☆ 地域清掃 他

市老連行事報告

* 社会奉仕の日

9月～10月

各地区それぞれで清掃等の奉仕作業

* 秋季ボウリング大会

9月28日(金)

88名参加

* 市老連秋季旅行(日帰り)

9月25日(火)

鳥取方面 90名参加

* 10月1日

府老連広報紙「ねんりん」配布

* 秋のねんりんウォークツアー

10月3日(水)

奈良・奥明日香

* 女性部バザー

10月19日(金)

於 総合センター展示ホール

* 第36回市長杯争奪ゲートボール大会

10月27日(土)

於 さつきゲートボール場

* カラオケ発表会

11月16日(金)

於 総合センター市民ホール

* 歳末施設慰問

12月6日(木) 7日(金)

老人福祉施設6か所を慰問

今後の行事予定

平成31年

* 1月

府老連広報紙「ねんりん」発行

市老連会報紙「くすのき」15日発行

* 2月

女性部

「なわて出前講座」

「春季ボウリング大会」

* 3月

「春季会員1泊旅行」

* 4月

府老連広報紙「ねんりん」発行

女性部「日帰り研修旅行」

* 5月

「会長杯ゲートボール大会」

「総代会」

「ごみゼロの日」

* 6月

「春のねんりんウォークツアー」

女性部「健康の集い」

* 7月

女性部「タオル・雑巾寄贈」

府老連広報紙「ねんりん」発行

市老連会報紙「くすのき」16日発行

「府老連ねんりんの旅」

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。

名刺・封筒・伝票・チラシ・カタログ・Tシャツなど

kyoei

PRINT

株式会社 共英印刷所

〒575-0021 大阪府四條畷市南野1-7-2

TEL.072-878-2231 FAX.072-877-1257

info@kyoeiprint.co.jp

http://www.kyoeiprint.co.jp/

八の倍数

塚米寿会老人クラブ

片山 忠昭

人生において、男性は八の倍数、女性は七の倍数の年に何かが起ると云われている。

自分の八才を振り返ると、昭和二十年、戦争も末期で世間は物不足、特に食料不足は深刻で、栄養不良で目ばかりギラついていた。米軍機は日夜襲来、三月十三日の第一回大阪大空襲で家は全焼し、住む所も無く、知人、親類宅を転々とする中、四月に三年生となり、学童集団疎開で家族と別れ一人、滋賀県長浜のお寺に行った。淋しく悲しかったが、空襲で止める迄、種々の釣

又、食べる為に近所の川や池で釣をしたが、いつか釣にはまり、一生の趣味となり七十九才で止める迄、種々の釣

を楽しんだ。

この時の空襲、疎開体験は、八十才過ぎた今も戦時体験として小中学生を主な対象として、平和学習の時に語り部として今もやっている。年々減少する語り部の中で、最年少として体力・気力の続く限りやって行こうと思っている。

昨年、節目となる八十才を迎え、何時の間にか八十才かと思概に浸る間も無く、年初に舌ガンの宣告を受け、入院手術で患部の切除手術を受けた。幸い初期症状であったので、完治を告げられたが、その療養中に今度は肝臓に腫瘍が見つかり、大学病院の紹介を受け種々検査の結果、肝臓ガンと告知された。このまま放っておくと、余命五ヶ月と言われた肝ガンは難しい病気です。手術をしても、五年以内の再発率は八十%と高く予断は許されぬと言われ、私も一時は死を覚悟したが、いやまだ死ねんと肝ガンに立ち向かう事にした。

先生に手術をお願いしましょう。後は私の体力気力・運に賭けますとお願ひし入院手術

野生動物に仕切られて

北出老人クラブ

佐古 國生

手術当日、朝九時に家族に頑張つて来ると言つて手術室に入り、麻酔で眠っている間に手術は終わった。大きな声で名前を呼ばれ、はつと我に返ると看護師さんが、「終わりましたよ、今夜はICUで過しませよ」と言われ、ベッドで室外に出ると家族が居て、手術の成功を伝えてくれた。今何時かと聞くと、七時過ぎだと言う。意識は無かったが、十時間も掛かっていたんだと驚いた。

現在、体力・気力に恵まれて元気でいるが何時再発するか解らない。これからは一日一日大事に生きて行こうと思っている。

八十才の節目を乗り越えて、次の目標は八十八才。病氣と上手に付き合ひながら、したい事は何でもして、元気で明るく、ボケずに人生を楽しみたいというのが現在の心境です。

大阪は災害も少なくほんまに平和なところや」と油断しておりましたら、どつこい昨年は、地震に始まり、豪雨、土砂災害、酷暑、カラカラ日照り、台風、長雨、日照不足と、自然の力に「これでもか」と打ちのめされました。自然の神様から「ぼーっと生きてんじやねえよ」と叱られました。正に「喉元過ぎれば熱さを忘れる」で、自然の怖さを忘れていました。「自分の命は自分で守る」と改めて認識させられたところです。ここ数年、日本のみならず、世界各地で異常気象による大自然災害が頻発しています。特にアメリカの

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

編集後記

編集委員長 国重保之

改めて印刷面のわりつけ(レイアウト)のむつかしさを実感しました。しかし、今回は各地区会長のお力添えで、地区の皆さんの投稿が6編もあり、その点では紙面の充実が見られたのではないかと思っています。本当に皆さんの御投稿ありがとうございます。次号もよろしく願ひします。

二十四時間では足りません。とにかく残りの人生、一日一日を無駄なく、精一杯生きることになります。それから先のことは死んでから考えればいいやと思っております。会員の皆さんはこの後、どんな生き方をされるのでしょうか、お聞きしたいものです。今回もまたボヤキになりましたが、いずれにしても命には限りがあります。お互い命を大事に使いたいです。「命は大事に使えば一生持ちます」と言ったところで幕です。

おことわり

映画昔々昔話の『洋画の部』は次回50号の予定です。