長寿会新聞
ふれあい
発行
平群町
長寿会
ふれあい情報部

第3回理事会　江戸時代の街並みが残る和紙の町美濃　秋季親睦一泊旅行（11月24（木）～25（金）日）は長良川温泉

8月25日(木)10時から「かしのき荘」新館会議室において第3回理事会は、37地区会長、本部役員・参与が出席して開催されました。当日予定された議題は慎重に協議の結果、原案通り了承・議決されましたので、次の通りご報告します。なお、恒例の秋季親睦一泊旅行は、賛成多数で名鉄観光社取り扱いで、美濃うだつの上がる街並み散策などと岐阜県長良川温泉宿泊に決定されました。近日中に地区会長を通じて募集用のチラシが配布されますので、多くの方々のご参加をお願いします。

【報告・連絡事項】

1．専門部関係

(1)施設見学
・7月4日（月）ニッセイエデンの園／25人＋本部3人参加

(2)介護施設「悠々の郷」夏祭り出演
・7月24日（日）女性部13人参加

(3)介護施設「グレースの里」慰問
・9月14日（水）女性部

②健康部

(1)健康ウォークへの参加
・第69回　7月19日（火）東山駅前～まほろば遊歩道／19人参加
・8月休み
・第70回　9月20日（火）プリズム～烏土塚古墳～御櫛神社方面

(2)プリズム健康フェスタ「体力測定コーナー」への協力
・6月26日（日）体力測定コーナー105人体験（202人来場）

(3)健康づくりリーダー講習会（全4回）修了
・第1回 6/16「長寿スイッチをオンに」町健康保険課理学療法士　貞岡佳子氏
・第2回 6/29「高齢期の食」女性部合同町健康保険課管理栄養士　堀中温子氏
・第3回 7/14「歯と口腔の健康」町歯科医師会会長　大友先生
・第4回 7/21「医療と介護、上手な付合い方」町地域包括支援C　今村所長　他
・延133人出席／一定基準以上の出席者に「修了証」授与

(4)健康相談室の休業（夏休み）
・8月8日（月）～19日（金）

(5)健康部役員の追加任命【別紙1】

③伝承交流部
・7月3日　初香台小地域ネット
・7月16日　はなさとこども園
・7月28日　グレースの里
・10月15日　大空の家まつり

④ふれあい情報部
・8月号　編集委員会7月16日　印刷・発行7月29日
・9月号　編集委員会8月20日　印刷・発行8月29日
・10月号　編集委員会9月17日　印刷・発行9月29日

⑤クラブ統括部

(1)ふれあい新聞にクラブ紹介記事掲載（毎月2クラブ掲載）【別紙2】

(2)第2回クラブ代表者会議　9月9日

(3)町助成金@3,900円に決定
連合会分との合計額支給【別紙3-1.3-2】

2．本部関係

(1)7月末日現在の会員数速報
2,202名（年度当初6名増）【別紙4】

(2)地区別高齢化率・会員加入率【別紙5】

(3)町婦人会「なかよし音頭・平群夢音頭」の練習と町体育大会への参加依頼
・10月9日　第52回町民体育大会（雨天の場合10月10日）
・練習日　第1回　7月29日 13:30　町中央公民館
　第2回　8月29日 15:00　同会場
　第3回　10月7日 19:00　同会場

(4)社会奉仕活動
・9月～11月　各地区の実績を所定用紙で随時事務局へ報告

(5)かしのき荘美化運動実施
・9月30日 9:00～　室内　女性、屋外　男性　※雨天決行
・地区長寿会長、クラブ員、地区女性部長、地区健康委員、本部役員他　有志

(6)「かしのき荘」土曜日予約制実施
・8月分から開始（7月8日迄申込分）

(7)高齢者相互支援連絡員会議【別紙6】
・8月30日　地区連絡委員

(8)子育て支援者向け講演会　【別紙7】
・8月30日町子育て支援センター2F「子供の貧困について」

(9)平成29年度共同募金予定額【別紙8】
・伝承交流活動事業48,000円、高齢者健康づくり事業60,000円

(10)熊本地震災害への義援金
・28地区2クラブより173,973円（第1次分 県老連宛振込済）【別紙9】
・第2次分〆切　10月24日（長寿会連合会10月18日迄に事務局宛）

(11)文書・資料の保管・保存　【別紙10】

(12)第7回「大空の家まつり」への協力
・10月15日12時～昔遊びコーナー（伝承交流活動部出演）

(13)「平群町まちづくりを考える会」講演会への参加要請　【別紙11】
・8月21日　14時　町中央公民館

3．郡生連関係

(1)社会見学（日帰り）【別紙12・別添】
・10月5日吹田エクスポシティ内「ニフレル」他　会費@7,000円
・平群町バス1台分（45名）
　申込〆切9月14日、定員次第〆切

(2)女性部料理講習会
・10月12日　プリズムへぐり調理室
・各町6～7名参加（試食係数名）

（裏面に続く）

皆（みんな）の広場クラブ活動
仲間と集い老後を楽しむ

編み物クラブ　代表　山田　春代

私は「編み物クラブ」に入会させていただいて三年です。現在、在籍される先輩方は長い年月に亘って頑張ってこられたと聞いています。当初は指導していただく先生がおられましたが、都合でお辞めになりました。その際に「編み物クラブ」を廃部させたくないという話になり、当時在籍している生徒さんたちが話し合ってクラブの代表者を決めてこられたと聞いています。

現在も指導していただく先生はおられませんが、お互いに教えたり教えられたりしながら楽しくやっています。殆どの方が編み物の経験がある方ですので助け合いながら編み物をしています。

例会日は、毎月第一と第三金曜日で、午前10時から午後4時までです。編み終えた時の満足感は何事にも代えがたいものがあります。ご一緒に楽しみませんか。

民謡クラブ　代表　田辺　幸雄

民謡クラブは、長寿会でも早くから発足し、各地方の香りを体感しながらお腹から声を出し楽しく唄って健康長寿を合言葉に活動しています。時には女性部からの出演要請で町内介護施設への慰問に、また各地区の月例会にも数多く出演させていただいています。しかし昨年10月以降に講師の先生が体調を崩され一時休会を余儀なくされました。

講師のみならず会員自身の、またご家族の病気や看護・介護などで休会や退会もあり、長寿会の宿命とはいえ「合言葉」どおりにはいきません。幸い先生も体調を回復され9月よりクラブ活動を再開することになりました。例会日は、毎月第2・第4月曜日の午後1時から約2時間、かしのき荘会議室でお稽古を再スタートしました。ご一緒いただく方をお待ちしています。民謡は奥深い唄です。お嚬子も魅力です。お互いに楽しく元気にいきたいものです。

平成28年9月度　老人福祉センター「かしのき荘」利用票

日	曜	集会室（2階）	和室	小会議室(2)ロビー	会議室 午前	会議室 午後	小会議室（1）午前	小会議室（1）午後	新館・会議室 午前	新館・会議室 午後
1	木	カラオケクラブ	囲碁	<ゆーあいサロン>	社協（母子）	健康部	伝承交流部（手品研究）		健康麻雀	
2	金	鳴川・椣原	将棋		編物		れんげの会	グラウンドゴルフ	太極拳	ウクレレ
3	土	ふれあい活動部			健麻有志					第九
5	月	椣原	囲碁					社協	社交ダンス	健康体操
6	火	椿台・平等寺	将棋				長寿会三役会		社協（体操）	新舞踊
7	水	初香台	リラックス体操			短歌			アロハ	ヨーガ
8	木	福貴・若井・越木塚	囲碁		アートフラワー		和歌朗詠	英会話	長寿会本部役員会	新舞踊
9	金	緑ケ丘	将棋		茶道	絵手紙			クラブ代表者会議	郡生連役員会
10	土	ふれあい活動部			健麻有志					
12	月	光ケ丘	囲碁		小筆	民謡			健康体操	社交ダンス
13	火	若葉台	将棋			詩吟			コーラス	フォークダンス
14	水	下垣内・西宮	リラックス体操		リフォーム手芸		社協		アロハ	パソコン
15	木	カラオケクラブ	囲碁	<ゆーあいサロン>		英会話	伝承交流部（手品研究）		剣の会	吹矢
16	金	春日丘	将棋		編物		布あそび		太極拳	ウクレレ
17	土	ふれあい活動部			健麻有志		ふれあい情報部		ヨーガ	第九
20	火	ローズタウン若葉台・竜田川団地	将棋			折り紙	上映会		健康麻雀	
21	水	西向				川柳	社協		アロハ	介護者家族の会
23	金	椿貴畑・椣原	将棋		茶道					吹矢
24	土	ふれあい活動部			健麻有志					新舞踊
26	月	吉新・竜田川ネオポリス	囲碁		小筆	民謡	シニアゴルフ		健康体操	社交ダンス
27	火	平等寺・椿井	将棋	<ゆーあいサロン>		詩吟			コーラス	フォークダンス
28	水	福貴畑・久安寺	リラックス体操		リフォーム手芸				アロハ	パソコン
29	木	梨本	囲碁	新聞印刷発行			和歌朗詠		剣の会	
30	金	かしのき荘美化活動	将棋		かしのき荘美化活動		かしのき荘美化活動		かしのき荘美化活動	

平成28年8月22日

※長寿と健康の祭典　9月15日（木）　奈良県庁
※郡グラウンドゴルフ大会　9月14日（水）
※陶芸クラブは9月6日（火）9:30～（ふれあい交流センター）

甘口辛口

大いに世間を沸かせた、東京都知事選挙が7月31日投開票され小池百合子氏（64歳）が圧倒的得票数で当選され、初の女性都知事に就任されました。先ずはおめでとうございます◇この選挙は自民党の擁立した知事が二代続けての不祥事で任期途中に退陣したことへの反省から「知事の資質・品格」を問う選挙と言われました◇そのため、都民の関心は高く今回の投票率は59・73％と前回46・14％を大きく上回りました◇小池氏大勝利の主因は、知名度のうえに、政党の支援を受けず、組織のしがらみを断ち、孤軍奮闘する改革者のイメージを都民に訴えて多数の無党派層の支持を得たことに他ならないと思われます◇日本を代表する東京都知事の資質と品格は、ファーストクラスの飛行機に乗ることでも、ホテルのスイートルームに泊まることで決まるものでもありません◇前知事の不祥事をしっかり検証して、同じ過ちを繰り返さないよう、ご本人の言葉を借りれば、「これまでにない、見たこともない都政」を進めていただきたいものです。

（表面より）

(3)グラウンドゴルフ大会

・9月14日　平群町健民グラウンド　各町16～20人／雨天9月16日

(4)第1回カラオケ大会

・11月9日　斑鳩ホール／各町20名（参加料@2,000円）【別紙13】

・参加希望者　10月13日15時迄に所定用紙で「かしのき荘」事務局宛提出

※希望者多数の場合　10月14日13時～「かしのき荘」において抽選会

4．県老連関係

(1)平成28年度「教養コース」受講者（旧「老連大学」）【別紙14】

・7月25日～計5回開講3名受講

(2)平成28年度 全老連「活動賞」（ボランティア活動部門）表彰

・初香台長寿会（今本良一会長）

※本項は第3回理事会議題追加分

(3)平成28年度優良老人C表彰【別紙15】

・西宮長寿会（西畑茂郎会長）

(4)平成28年度会員増強運動表彰

・三里長寿会（岳室安彦会長）、

・若葉台長寿会（前田重雄会長）

（参考）長寿会連合会は、平成27年度（26年度分）全老連「特別賞」受賞

(5)指導者研修会への出席

・10月25日13：30～県社会福祉総合C

・本部役員、地区会長等10人出席（町バス予約不能）車分乗で12時発

(6)体力測定講習会への参加【別紙16】

・10月27日県社会福祉総合C　4名参加

【協議事項】

(1)平群町敬老会への動員要請【別紙17】

・9月11日　9:00～11:30

アトラクションに「扇剣の会」出演

・中央公民館（地区別動員割当数は別紙）

(2)秋季懇親1泊旅行実施【別紙18】

・11月24日～25日

・名鉄観光社担当（旅行条件審査済）

※旅行条件；@22,000円以下、1日350km以内、宿泊地は温泉、添乗員各車1人、飲み物3人に一人ビール（またはソフトドリンク）付、宴会場椅子席　等

(3)会員増強運動の状況（地区目標と実績推移）【別紙19】

・期間　平成26年4月～平成31年3月

(4)奈良県第3回「地区フォーラム」への出席要請（平群町で開催）【別紙20】

・9月18日10時～町中央公民館

・健康、医療、介護を中心に、知事・市長村長によるパネルディアスカッション（平群町長参加）

・長寿会100名以上出席要請（各地区3名以上出席）

(5)「赤い羽根共同募金」運動への協力

・10月1日～各地区一括「かしのき荘」事務局宛持参

(6)その他

（以上）

【別紙】は地区会長にお渡ししています。

「ヘソが茶を沸かす」

いいヘソは、丸く大きく上を向く

椿台　山田　謙造

「ヘソが茶を沸かす」という話、物事がおかしくて、しようがない形容によく用いるコトワザですが、では、本当に笑うとヘソは茶を沸かすように熱くなるのでしょうか？「まず笑えば腹筋が運動するので、それが笑いのはげしさにつれて波うつとき、なにかしらの熱がヘソのまわりに生ずる」と、一応科学的に説明できます。

しかし、このコトワザの出典となった浄るりの「糸桜本町育」では、「意見するもあんまり阿呆らしいて呆れが舞うて臍がおかしがって茶を沸かす」とあるように、無意味な存在のヘソまでが茶化す（バカにする）という意味が「茶を沸かす」に転じたのです。

ヘソは無意味に見えても実際はそうではなく、中国の臍相学では、理想的なヘソは「丸く大きく深く、上の方にあって上を向いたもの」とし、こういうヘソの持ち主は、健康で運がよいとします。

お年玉ならぬお盆玉

2～3年後には定番になるか？

御陵苑　陵寿会　田辺　幸雄

郵便局にいった際、窓口で何やら見慣れぬものが売られているのを発見。お年玉袋サイズのポチ袋だが、よく見ると「お盆玉」もしくは「おぼんだま」と書いてある。

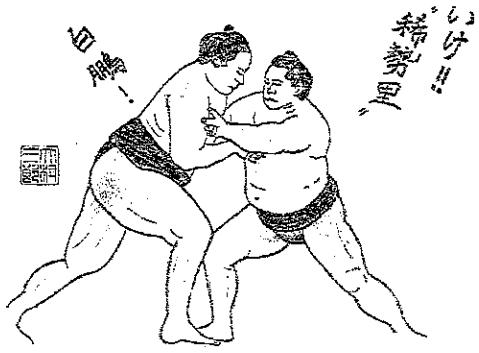
郵便局では2年前からお盆玉袋を販売している。理由は「郵便局は手紙や贈り物を通じて人と人をつなぐ」のが役割とのこと、「お盆玉」もそのきっかけになればとのことです。

お盆玉の発祥は、山形県の一部の地域での、夏に奉公人に衣類や下駄を渡す古くからの風習からだそうだ。

土用の丑の日に鰻を、節分には巻き寿司の丸かじりなど、何々の日と言われるのは年中あります。風習・習慣も多々あり、郵便局が「お盆玉」を流行らそうとしているのは「お年玉」「お誕生日」「クリスマス」、さらに「お盆玉」と定着させたい。が、これが認知されれば、一番影響を受けるのは「爺さん」「婆さん」である。

祖父母にとって孫の成長は嬉しいものです。しかしながら成長と共に出費もかさんできます。

年金で細々と暮らしている身には、と思いながら、孫には甘い「爺・婆」今、話題沸騰の「ポケモンGO」は忘れられても2・3年後には「お盆玉」が定番になっていると思うのは、私だけでしょうか。



期待ふくらむ秋場所、日本人横綱誕生か？

春日丘長寿会　大村　三郎

苦手な免許更新

年を取っても五体満足に感謝

椿台　濵﨑　晴美

自分の暮らしの中で、苦手と思うことの一つに車の運転がある。四月生まれなので、この年度変わりの多忙な時期に、いつも免許更新がついてくる。

人一倍運動神経が鈍いのに、30代半ばで自動車学校へ通い出した時も、次男が病弱で通院するのに必要に迫られて、必死の思いで習得した。

教官に「年間の走行距離が1000km未満ですか？」言われて試乗車に乗る。乗員は、後部座席に男性2人横に教官、計4人である。教官から濵﨑さんどうぞと促され、教習所の中を指示されるままに走行する。先ず車庫入れでやり直し、標識は何とか正確にいけた。場内は練習生がいるので時速20km未満で走るように、又追い越さないようにと指示される。3人一組で1時間足らずの走行だったが、終わって見れば一件落着の感。

その後、日を改め新ノ口の運転免許センターへ。私の場合視力検査が一番のネックになった。教習所では左右共0,6と言われた。

車の運転には両眼で0,7以上が必要である。体調を整え、やっと視力検査に合格することができた。緊張のためか写真撮影も、おかしな顔に写ったが仕方ない。5年前とは比べものにならない程老けている。

年は争えないもの、五体満足で免許更新が出来たことに感謝しなければと思う。これが何時まで続くのかな。

投稿のお願い　新聞の原稿をお待ちしています。身の回りの出来事、気が付いたこと、何でも結構です。皆さんの原稿で、仲間同士のふれあいの場を作ってください。新聞は、会員の交流の場所です。

お知らせ

健康部

◇健康ウォーク

・第70回　9月20日（火）

集合；9:30プリズムへぐり

行先；烏土塚古墳～御櫛神社

方面　約5km

※7時前　降雨予報40%上中止

※水筒、手帳、雨具持参

※今回から長寿会単独で実施

先のことは誰にも分からないが、健康には気を配ろう。

問題①　下記の四字熟語の□の中に、⑦の中から正しい漢字を選んで入れてください。

問題②　①～⑥の中に同じような意味のものが1組あります。どれでしょうか。

①温□知新　②□縁奇縁　③公明□大
④晴□雨読　⑤□正無私　⑥花□風月

⑦合 公 正 高 生 鳥 故 耕 蝶 古 縁

◇前回の答え　④(チョイ痩せより小太りが長生き)

お詫びと訂正　前号の椿台親睦旅行の記事の中で京都鉄道博物館の延べ床面積が三万坪とあるのは約三万㎡の間違いでした。訂正してお詫びします。

今月の作品　川柳クラブ

自分の生まれた土地、故郷を「ふるさと」と呼ぶが、私たちが住んでいる平群の地も、次世代を担う子孫にとって「ふるさとは自然豊かな平群の地」と呼ばれたいものである。

そこで今回のテーマは、「ふるさと」　（KY）

田舎には一〇三歳の母がいる　濵﨑　晴美
合併で消えた故郷の名を探す　藤井　信夫
ふるさとにほろ苦さあり蛍狩り　藤田　利治
ふるさとのあの人想いほほ染める　藤本　和子
ふるさとにタイムスリップ今十歳　宮崎多喜代
楽しいなふる里納税何届く　宮前　敏子
ほっとして古里しのぶ歳になり　藪内　照香
ふるさとを記憶で綴る自分の史　山田　謙造
ふるさとの香りなつかし笹団子　阿部　裕子
帰省子のくつ音聞こえ胸おどる　泉　恭子
おばちゃんは生まれ育ちも大阪や　井戸美恵子
ふるさとのマドンナ逢えば孫を連れ　大萩　力
ふるさとに行燈ともりほっとする　難波　尊志
帰省して肩を抱きあう同窓会　大村　三郎
ふるさとは空爆されて跡もなし　白木ふさ子
ふるさとのなまりを捨てた十五歳　松井　友博
なんとなくふるさと言葉素敵です　徳原　友子

八月のかしの木句会(順不同)

裾少し折り返えしみる夏衣　松家喜志子

蟬時雨指揮者いるかにピタリ止み　岩城かずこ
矢田連山枯木増しゆく極暑かな　乾　フジ子
鰻焼く裸の天と裸の火　野木　宗信
豪邸もバラックもあり蜘蛛の網　澤波百合子
蛇急ぐ蛇に火急のことありて　中川　克己
思ひ一つに八月の忌を修す　百武小枝子
香水の通り過ぎたり搭乗口　江崎　俊夫
江ノ電の紫陽花わけて運転し　船本　清子
大輪の白ゆり眠き昼下がり　三船　忠志
一望の平群の棚田青田波　宮本　洋子

短歌クラブ(順不同)

いも蔓を食べし戦後を偲びつつ狭庭に五株小五と植える　大村　三郎

いわれなきテロに朽れし無念さや並ぶ柩に母国のそよ風(空港にて)　芝田　ユク子

しのび寄る老いのきざしか突然にめまい起こりて木に寄りかかる　野木　宗信

梅雨さなか薄日こぼれる滝谷の高台より見る紫陽花美し　魚住　潤子

食卓に並ぶすべての食べ物に人の働き有り難きかな　石川　友子

なだらかな山間の里平群谷菊の香りて由緒ある町　小東　隆子

この村に走る愛バス客と共に白南風(しらはえ)運ぶのどかなる里　花岡　安子

明珍の風鈴火箸エアコンに鳴りつつひと日の暑さを刻む　倉田　美代子

背を正し机上に向かう亡夫思う図面見つめる目の輝きを　岡　多美江

気管支炎に臥しいし日々に衰えし味覚戻れと料理本読む　前田　通恵

おくやみ

申し上げます

平成28年7月20日から8月19日の間に左記の会員の方がご逝去されました。生前を偲び、謹んでご冥福をお祈り致します。

檜崎　亘様(87)　初香台地区
中田　貞昭様(87)　春日丘地区
伴　佐二雄様(88)　光ケ丘地区

先月のおくやみの訂正について

窪　盛一様（97）　春日丘地区は
窪　盛壽様（97）の誤りでした。

お詫びして訂正いたします。

長寿会連合会一同