

長寿会新聞



発行
平群町長
ふれあい
情報部

文化クラブ
第10回「作品発表会」開催・390名の来場者

副会長・クラブ統括部副部長 榎原 冽

10回目を迎えた文化クラブ作品発表会は、6月14日(金)と15日(土)の二日間に亘り、かしのき荘で開催いたしました。天候にも恵まれて二日間で延べ390名の多くの来場者で賑わいました。仲間の誘いや「ふれあい新聞」をご覧になったのか町外からも41名もお越しいただき嬉しいことでした。一階ロビーでは茶道クラブのお点前も楽しんで頂きました。展示コーナーでは、各クラブの作品が見事に展示され、仲間の作品とあって感嘆したり微笑んだりの表情がうかがえました。初日には、西脇町長もご来場いただき、私たちを励ましてくださいました。また朝日新聞社の取材もあり、早速翌日に報道していただきました。このように好評いただいて開催できたのも、ご来場の皆様方、関係の皆様方のご協力、ご支援の賜物と存じ、主管部として厚くお礼を申し上げます。次に、出展クラブ各代表の一言をご紹介します。

絵手紙クラブ 代表 萬岡百合子
下手でいい、下手がいいと仲間で始めた絵手紙クラブも今年で10周年を迎えました。それぞれが個性を生かし、素敵な作品を目指して一所懸命頑張ってきました。今後も皆で楽しいクラブにしていまいます。

陶芸クラブ 代表 山田 修
今回は10周年ということで「箸置き」の記念品を両日50名にプレゼントさせていただきました。多くの方に喜んでもらいました。陶芸作品はクラブ員の秀作70点を出展しました。来年はより個性のある作品作りを楽しみたいです。

リフォーム手芸クラブ 代表 山本 千代
今回は浴衣からホームウェアづくりを試みました。季節のミニ掛け軸も楽しんでいただけたと思います。

ローズタウン若葉台長寿会 会長 井戸 暉
会員が参加したいような事業に！月例会は第三火曜日に「かしのき荘」に集まっています。

6月の月例会は経験者の指導で健康体操をやっています。日頃運動をしない人が多いので、汗をかくて心身ともにさっぱりします。

編み物クラブ 代表 松本紀代子
作品発表会では、経験豊かな人、入会して間もない人、それぞれ心を込めて編んで出展しました。編んではほどこき、苦勞した作品ほど愛着を感じ、今度こそ格好よく、と常に目標を高く持つて頑張っておりまう。

茶道クラブ 委員 塚本 治幸
今回、茶道、抹茶の雰囲気を感じても、簡単に日常生活に取り入れてもらうために盆略点前体験を行いました。ただ参加者が少なく・・・。

友禅の会 代表 長岡 敏子
「友禅の会」は発足して1年余り、月1回のお稽古にも拘らず、先生の熱心なご指導のもと、楽しく作品を仕上げ、お陰様でご来場の皆さま方からお褒めの言葉をいただきました感激しています。

川柳クラブ 代表 山田 謙造
新元号「令和」に関する多くの句を出展することができました。そのほか、自由句も、皆様がたに楽しくご覧いただくことができました。

パソコンクラブ 代表 中戸 資祝
クラブ員18名全員で、初めて習った名刺の作成を、いろいろな絵柄の自分の名刺を作成して写真の側に展示しました。コーナーでは、名刺作成の実演を行って、希望者の名刺を作成してお土産としてお持ち帰りいただきました。

布あそびクラブ 代表 金澤清美
月に1回、一作品を皆のアイデアを持ち寄って作ってきました。全員で教え合いながら、作り上げていく楽しさを共有しています。可愛い作品を眺めながら「さすが布あそび！」とやり切った満足感を味わいました。

この体操は毎月やっています、そして、会員皆さんの協力で簡単な歌集を作りました。時間が空いた時は何時でも合唱できます。7月例会では映画会を行う予定です。以前に町バス利用で行った時のDVDがありますので、それを観て楽しむとを考えています。8月は自治会主催の恒例の夏祭り・夕べの集いがあります。長寿会もこの行事に参加して、おでんや、

第一回 体力測定会の開催

副会長・健康部副部長 簗谷文雄
6月18日(火)9時30分から町総合スポーツセンターにおいて、各地区健康委員、地区会長等49名が参加し、第一回「体力測定会」を開催しました。規定6種目(握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行)の体力測定のほか、体内年齢測定、段差立ちテストの計8種目を実施しました。

その後、5班に分かれて「握力、上体起こし、長座体前屈、10m障害物歩行、体内年齢判定、段差立ちテスト」の測定を順次行い、その後全員で「6分間歩行」の測定をして、貴志氏による整理体操、難波健康部長の閉会挨拶を経て無事終了しました。

測定の結果の総合評価、「体内年齢測定」の結果と実年齢との差異10cm、20cm、30cm、40cmからの段差立ちテスト等の結果に参加者は大いに盛り上がりしました。

体内年齢測定では、町健康保険課北川係長、森職員にご協力いただき参加者の多くは実年齢よりも若い数値に納得する人がみられました。

今回の体力測定会は、地区健康委員、地区会長等全員の参加を要請しましたが、前回に比し若干の増加に留まりました。長寿会健康部では各地区別に体力測定の実施をお願いしています。各地区健康委員も実施要領を把握され、月例会等でぜひ実施をして下さい。必要な場合には健康部から応援しますので、健康部長、副部長までご連絡下さい。体力測定で定期的に自分の体力を知り、平素から適切な運動習慣を身に付けましょう。

甘口辛口

先日、胃のX線検査を受けた◇いつも思うことだが、検査を受けるのにも勇気がいる。自分一人の力では気が持たない。大勢の中だと委ねている。安堵する◇胃がんは早期に切除すれば9割が治るといふ。バリウムを使ったX線検査に加え、内視鏡検査を受けたと完璧だ◇どちらもアジアで発展した。ピロリ菌感染が9割を占める胃癌は欧米で少なく、アジアで多いからだ。ただX線検査では放射線の被爆のほか、バリウムによる事故があり得るように、内視鏡検査でも事故がありうる◇

完璧な検査などない。内視鏡ばかり受けている人は、X線検査を受けてみるのもいいと、ある医師は助言している◇一方、胃癌の中でも早期発見が難しいとされるものがスキルス胃癌だ◇これは癌の腫瘍をつくる胃腸などとは違い、粘膜に広がり凹凸が出にくく進行も早い。また発見が遅れやすいという◇いつも不思議に思われるのは原因が解明されにくいこと。平素の受診も大事であるが、体に不調を感じたら、迷わず受診して早期に発見治療したいものである。

2019年8月度 老人福祉センター「かしのき荘」利用表

日	曜	集会室(2階)	和室(1)	小会議室(2)ロビー	会議室		小会議室(1)		新館・会議室	
					午前	午後	午前	午後	午前	午後
1	木	カラオケクラブ	囲碁	＜ゆーあいサロン＞	長寿会三役会	健康部本部	伝承交流部(手品研究)		健康麻雀	
2	金	嶋川・横原	将棋		編物				太極拳	ウクレレ
3	土				健康麻雀有志		ウクレレ		オカリナ	第九
5	月	樺	囲碁	碁			四ツ葉の会		社交ダンス	
6	火	椿	将棋		俳句	わかばの会			社協	新舞踊
7	水	初香	台真向体操		長寿会本部役員会	長寿会女性部	短歌	からだをあたためる体操	アロハ	ヨギー
8	木		囲碁	碁				英会話	吹矢	新舞踊
9	金	緑ヶ丘	将棋			絵手紙				協
10	土	ふれあい活動部			健康麻雀有志					
13	火	若葉	将棋	碁		詩吟	若葉台長寿会	わかばの会	コーラス	
14	水	梨	本真向体操		リフォーム手芸		グルメ		アロハ	パソコン
15	木	カラオケクラブ	囲碁	碁		友禅			扁刺の会	吹矢
16	金		将棋		編物		布あそび		太極拳	協
17	土			友愛活動部	健康麻雀有志		ふれあい情報部		ヨギー	第九
19	月	光ヶ丘	囲碁	碁	小筆遣族会	四ツ葉の会			社交ダンス	
20	火	月見	将棋		俳句		ローズタウン若葉台		健康麻雀	
21	水	若井・福貴・越木	塚内	碁		川柳	楽農	アロハ		
22	木	下垣	囲碁	碁	伝承交流部		和歌朗詠	英会話		新舞踊
23	金	信貴畑・榎原	将棋			ウクレレ			長寿会理事会	
24	土	ふれあい活動部			健康麻雀有志		わかばの会		オカリナ	
26	月	御陵	囲碁	碁	小筆		年金者組合			社交ダンス
27	火		将棋	＜ゆーあいサロン＞		詩吟			コーラス	
28	水	福貴畑・久安寺			リフォーム手芸			フロア体操	アロハ	パソコン
29	木	社協	囲碁	碁	新聞印刷・発行	アートフラワー		日立団地	扁刺の会	カムスイング
30	金	社会福祉協議会	社協	協		社協		社協		社協
31	土				健康麻雀有志		わかばの会			

令和開幕コンペ優勝は
辻子喜昭さん(上庄台)

第10回シニアゴルフコンペ(田
辺幸雄代表)が、去る6月4日
グリーンハイランドカントリー
クラブで開かれた。毎年3回の親
睦と交流を目的に開催している
コンペである。

参加者25名(内女性6名)、天
気は薄曇り、上々のコンディシ
ョンの中で会長杯を競った。

優勝 辻子 喜昭(上庄台)
準優勝 三代沢 康雄(西宮)
三位賞 森本 淳一(上庄)
BB賞 田中 歌代(梨本)
ベストレディ賞

酒元 由美(月見台)

(優勝者 辻子さんの挨拶)
令和元年幕開きコンペに優勝さ
せていただいた記念になる優勝
になりました。パートナーや皆さ
んのお陰です。ありがとうございます。
中でもパートナーの皆さ
んとは親睦が深められ、楽しい一
日になりました。最後になりました
が、コンペをセツトしてくださ
った役員の方々のご苦勞に、厚く
お礼を申し上げます。

(田辺代表の挨拶)

優勝の辻子さん、準優勝の三代
沢さん、三位賞の森本さん、共に
素晴らしいゴルフでおめでとう
ございます。

シニアゴルフクラブは、新しく
入会される方や、体力の関係から
退会される方もありますが、会員
は常に30人以上保持しています。
加齢による体力の衰えは避けら
れませんが、ゴルフ程息の長いス
ポーツはありません。お互いに体
に気を付けて、一緒に永くゴルフ
を楽しみたいと思います。本日は、
多くの方々のご参加ありがとうございます。
(藪内記)

お知らせ

健康部

◇健康ウォーク

・8月は休みます。

◇健康相談室の臨時休業

・8月13日～23日休
み
・8月26日から再開

第2回 事業委員会開催

副会長・高齢者相互支援事業部長
奥田 徹

去る6月21日かしのき荘におい
て、みずほ事業福祉財団助成事業
への応募について第2回目の委員
会を開催して協議しました。

地域の多様な憩いの場づくりの
為に応募することになりました。
この秋には試みとして会員数の
最も多い椿台地区において、高齢
者を中心に「おしゃべり食堂」を
オープンするべく準備を進めてい
ます。このための事業計画書・事
業予算書を早急に作成し、同財団
宛に提出することになりました。
食事会の実施にあたっては、要
員体制、調理など、様々な課題が
山積していますが、再度委員会
で協議して纏めたいと考えていま
す。

募集しています

おしゃべり食堂」の実施には、
食材の調達、食事づくり、場所の設
営、食後の片付けなどを手伝って
いただくボランティアとして参画し
ていただく方を募集しています。

・期間 10月20日～翌年3月まで

・第3日曜日(6か月間)

・時間 9時～16時

・場所 椿台 中戸邸

(NCバス停 椿台第二公園前)

・募集人員 10名

先ずは、
事業部長宛に照会してください。
奥田部長 ☎45・5071

日中児童と日本文化の交流

参与・伝承交流活動部長

岡本 美智子

7月8日(月)南小学校におい
て、日中児童・生徒との交流授業
が行われました。伝承交流活動部
は授業の一環で「折り紙でコマ作
り」を担当しました。

当日、中国・泰州励才学校(中
国江蘇省)児童・生徒31名は東大
寺を見学後、11時過ぎに南小学校
へ到着、西脇町長、岡教育長、長
寿会岡会長、南小岡部校長はじめ
全児童が出迎えました。交流のね
らいは、異なる文化を持つ者同士
が学校活動を通して交流を図り、

「相互に理解し合おうとする態度
を育てる」ことでした。」

私たちの担当は、中国文化には
ない「折り紙のコマづくり」でし
た。中国児童・生徒と南小の日中
双方の子どもたちはアツという間
に仲良くなり、特に南小高学年の
身振り手振りの大奮闘に助けられ、
45分間の限られた時間でしたが、
全員が美しくクルクル廻るコマを
完成させ教室に溢れんばかりの笑
顔の花が咲きました。この交流が、
美しくクルクル廻るコマの如く、
日中親善へと大きく発展し、いつ
かは世界の永遠の平和へと繋がる
ことを信じて・・・

当所、南小学校からは、伝承交
流活動部へ、日本文化の伝授をと
大変光栄な依頼をいただき緊張し
ましたが、クラブ員一同、精一杯
のお手伝いをさせて頂きました。
なお、後日、校長先生より、中
国側の方々も大変喜ばれていた旨
のメッセージが届きました。

女性部の介護施設慰問

社協(プリズム内)の

デイサービスへ

副会長・女性部長 日下多喜子

6月25日(火)に社協の介護部門
デイサービスの慰問に行きました。
今回は、オカリナクラブの方と
先生を含めて8名に行っていただ
きました。

皆さんのよく知っている曲目を
選んで、初めにオカリナの演奏、
次に皆さんと一緒に歌いました。
皆さんはオカリナのことを知らな
いだろうと、オカリナを見てもら
い「陶磁器製、イタリア発祥地で
色もいろいろ」など、知ってもら
えたと思います。

プリズムの方の司会、先生のキ
ーボードでオカリナの綺麗なメロ
ディに乗せて楽しく唄うことがで
きました。女性部員もグループの
中に入り、一緒に歌ったり、話を
交わしたりしました。女性部の中
には偶然に知り合いに会えたり、
知っている人が通っているので会
うのが楽しみ」と言う方もいた
りして、それぞれに話が弾んだよ
うでした。知らない者同士でも一
緒に歌い、雑談をして楽しく過
ぎました。プリズムの関係者や出
演いただいたオカリナの皆さん方
、ありがとうございます。

お詫びと訂正

編集部

◇7月号 裏面3段目

右から17行目

正 発揮
誤 破棄

・申し訳けなく、お詫びして訂正
いたします。

初の地区別団体戦優勝

竜田川・三里合同チーム

健康麻雀クラブ代表

向田啓次郎

健康麻雀クラブも40回の節目を
迎え、初の地区別団体戦を開催し
ました。7月4日「かしのき荘」
において部員32名が8組のチ
ームを組み、早朝より熱戦を繰り広
げ、午後4時に次のとおり勝敗が
決まりましたので、ご報告します。

優勝 竜田川・三里チーム

準優勝 吉新・梨本・福貴チーム

第3位 緑ヶ丘Bチーム

第4位 椿台Bチーム

第5位 緑ヶ丘・上庄・若葉台
チーム

なお、次回の団体戦は1月に開
催の予定です。

本部役員が参加

郡生連 指導者研修会

郡生連(生駒郡生き生きクラブ
連合会)の指導者研修会は、7月
3日から一泊二日の日程で4町
から役員各10名、平群からは本部
役員が参加し、貸切バスで三河湾
沿いの蒲郡温泉に行ってきました。
梅雨の時期ながら2日間とも雨
に遇わずに大変ラッキーでした。
バス車内では、幹事担当の斑鳩
町広津会長から、認知症対策と熱
中症予防について、具体的に貴重
な話を聞かせていただきました。
最後に、これらの予防のためには、
長寿会(老人クラブ)に入会して
情報を共有して実践することであ
ると話されました。
宿泊先は、三河湾沿いの蒲郡温
泉で竹島見える「ホテル竹島」
でした。宴会時も各町の役員は情
報交換をしたりして和やかに懇親
を図りました。
初日は、名古屋駅近くのトヨタ

産業技術記念館を見学しました。
ご存じのように同社は豊田織機か
ら始まり、その後に自動車の製造
を開始した経緯があり、昭和13年
には会社名を「トヨタ」から「ト
ヨタ」に改名したとのことでした。
翌日の夕方、バスは各町で乗客
を降ろし、最後の平群には17時過
ぎに全員元気に戻ってきました。
(扇田)

川柳クラブ

今回の題詠は「腹」

満腹で駄句ばかりなり昼下がり
浜崎 晴美
腹の中のぞいてみたいよ詐欺師殿
藤井 信夫
メタボ腹今日も野菜に攻められる
藤田 利治

猫歩くノシノシノシと腹ゆらし
宮崎多喜代

腹割って喋ったつもりが嘘つかれ
左近 育子

腹くくり嫁にもろたら尻の下
高橋 秀尹

店の前しがらき焼の狸さん
宮前 敏子

腹の内人それぞれの思いあり
藪内 照香

その件は私が腹いせでやりました
山田 謙造

腹たてた後の料理は塩からい
阿部 裕子

昼たべたまだ食べてないどつちかな
井戸美恵子

腹たたききょうも何度が気合い入
れ 大萩 力

何事も腹八分だよ聞いてやれ
難波 尊志

「腹」の字は横に寝かせよ
立てちゃ駄目 大村 三郎

分らない! 人と心と腹の中
松井 友博

不動明王腹にすえかね顔に出す
徳原 友子

短歌クラブ(順不同)

すだれから白い日差しさしこみ
て夏の兆しや団扇であおぐ 徳原 友子

天に伸ぶ木立若葉の出揃いて木漏
れ陽青く土にさゆらぐ 野木 宗信

たおくんと呼べばふり向く孫の顔
あきらめかけた我が家の宝 飯田 陽子

葉桜の川辺にはためく鯉のぼり
竜田の川の名物とならむ 魚住 潤子

手の甲に浮き出た血管そつと撫で
これぞ八十路の男の勲章 大村 三郎

卯の花のにおい香ぐわし池の端あ
せにじみ出て夏来たるらむ 小東 隆子

夏の空日差しまぶしく睨閉じ額に
思わず手のひらかざす 左近 育子

俳句クラブ
かしの木句会(順不同)

今月の兼題は無く当季自由句で
す。

髪洗ふショートステイへ夫預け
宮本 洋子

登り窯なぞへに古りて葛茂る
澤波百合子

夕虹や電車の中に読み聞かせ
中川 克己

ガラス器に透きとほりたる心太
江崎 俊夫

植田はや風に応うる丈になり
野木 宗信

はぬる鮎網に納めて釣日和 岡本 豊子

郭公の声を聞きつつ峠越ゆ 三船 忠志

日和下駄鳴らせる人も鬼灯市 岩城かずこ

雨を経て色を増したる額の花 花岡 安子

水喧嘩ありしは昔植田水 乾 フジ子

おくやみ

令和元年6月20日から7月19日
の間に、左記会員の方がご逝去
されました。
生前を偲び、謹んでご冥福をお
祈り致します。

中司 祥三様(87) 福貴団地地区

川口 二郎様(85) 上庄地区

安井 マサ様(81) 福貴地区

辻本 巖様(89) 上庄地区

上田 啓爾様(77) 平等寺地区

山崎 敏夫様(81) 上庄台地区

池内美重子様(91) 三里地区

平群町長寿会連合会