

長寿会新聞



発行
平群町長寿会
ふれあい情報部

令和7年度第1回健康委員会 開催

令和7年度第1回地区女性部部長会議 開催

舞台発表会リハーサルくまがしホールで行う

平群町長寿会連合会 会長 森 孝嗣

5月26日(月)第1回健康委員会をかしのき荘新館会議室で会長、地区健康委員、健康部、事務局21名で開催されました。令和7年度活動方針では定期的な健康診断、体力測定、健康相談等の報告がありました。健康ウォークの参加者増加計画、eスポーツの取り組み等の報告がありました。

5月8日(木)第1回地区女性部部長会議をかしのき荘新館会議室で会長、顧問、地区女性部長、女性部委員、事務局35名で開催されました。令和6年度の活動報告、令和7年度の活動計画等の報告がありました。・おしゃべり食堂等の意見交換をして、会議を終了いたしました。

5月22日(木)午後1時より文化センターくまがしホールで総会後披露する舞台発表会のリハーサルを行いました。各クラブは少し戸惑いながら演技をしていましたが馴れるに従って日頃の演技ができるようになり、本番でもよい演技ができることを確信いたしました。

今年度は女性部、健康部、高齢者相互支援事業部、クラブ統括部、ふれあい情報部、伝承交流部の各部はおもいやりのある積極的な活動をしていきたいと思っています。地区長寿会の皆さまには何かとお世話になりますが、よろしくご支援の程お願いいたします。

まほろばグルメ紀行

うまかもん倶楽部

道の駅大和路へぐりで美味しい古都華パイを見つけた。 (500円) カスタードクリームが美味しすぎて何個も食べられそうです♪おすすめします。 古都華パイは6月ぐらいまであるそうです。

今度は古都華ロールを食べてみたいと思っています。場所は駐車場の右側「ミルフリーズファーム」というところです。



おしゃべり食堂の

開催予定

記

- ◎開催日時 6月28日(土曜日) 午前11時30分～午後1時30分 受付は午前11時より午後1時
- ◎開催場所 プリズムへぐり2F
- ◎参加費 お一人様300円
- ◎昼食メニュー カレーライス、果物、飲料
- ◎申込方法 かしのき荘(45・5768)へ電話で申込みして下さい
- ◎申込期間 (50名先着順) 6月2日(月曜日)～6月20日(金曜日)

令和7・8年度新役員 15名誕生

長寿会連合会会長 森 孝嗣

令和7年4月25日に開催された令和7年度第1回理事会に於いて、任期満了に伴う本部役員の改選が審議され、令和7・8年度の2年間連合会の事業運営を担う15名の新役員が全会一致で左記の通り承認されました。新役員の紹介をさせていただきます。

会長 森 孝嗣(新任)

副会長・会計 米田世紀子(再任)

副会長・女性部長兼伝承交流活動部長 岡本美智子(再任)

副会長・女性部副部長 山本 千歳(新任)

副会長・健康部長 半澤 盛雄(再任)

副会長・健康部副部長 立崎 義治(新任)

副会長・高齢者相互支援事業部長 奥田 徹(再任)

副会長・高齢者相互支援事業部副部長 中戸 資祝(再任)

副会長・クラブ統括部長 二宮 佳子(新任)

副会長・クラブ統括部副部長 有村美枝子(新任)

副会長・ふれあい情報部長 堀田 東作(新任)

会計監査 森 輝子(再任)

同 濱崎 晴美(新任)

顧問 岡 嘉道(新任)

参与 鵜飼 勤(新任)

以上15名の方々が就任されました。新役員の皆様のご活躍をお祈りいたします。

甘口辛口

最近物忘れが多くなった。スマホを見失って、どこに置いたか忘れてしまったり、会議資料を持ち忘れたりとかける前にバタバタと探し回る頻度が増えてきたように思う。◇昨年、警視庁に届けられた現金が過去最多の約45億円に達したと言ふ記事があった。「百貨店でお金を失くして困って、2時間後に警察に相談に行ったところ、もう届いていた」などの体験談も記載されていた◇交番、警察の遺失物センターや、駅、百貨店の忘れ物窓

口等、落とし物や忘れ物を探し出すシステムは来日外国人には驚きらしい◇そもそも、日本には昔から「困った時はお互いに助け合おう」という精神が、遺伝子に組み込まれているように思える。事実、明治以降の学校教育でも拾得物は必ず前の習慣として教えられ、当たり前のように落とし物等が見つかりやすい国として知られている。そうだが、しかし、自宅での忘れ物探しは自分しかいなく忘れないうちに工夫が必要だ！くれぐれも「我を忘れないように」皆様、ご注意を！

令和7年6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）		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	午 前	午 後	
2	月	櫟 原	囲 碁							貯 筋 運 動、健康体 操	
3	火			将 棋	俳 句、健康麻雀教室	長寿会三役会、長寿会健康部					
4	水						短 歌	ア ロ ハ	吹 矢		
5	木	カ ラ オ ケ	囲 碁		〈ゆーあいサロン〉				健 康 麻 雀		
6	金		長寿会本部役員会	将 棋	編 物		若 葉 吟 詩 会	太 極 拳	ウ ク レ シ		
7	土				健 康 麻 雀 有 志		健 康 麻 雀 教 室		第 九		
9	月		囲 碁		小 筆 ク ラ ブ			貯 筋 運 動	健 康 体 操		
10	火	若 葉 台		将 棋		詩 吟	健康麻雀教室	コ ー ラ ス	高 齢 者 相 互 支 援		
11	水	椿 台	真 向 体 操		リフォーム手芸		ふれあい情報部	ア ロ ハ	パ ソ コ ン		
12	木		囲 碁						新 舞 踊		
13	金			将 棋	棋 道				長寿会理事会		
14	土	ふ れ あ い		健康麻雀教室	健 康 麻 雀 有 志		若 葉 吟 詩 会	オ カ リ ナ			
16	月	光 ケ 丘	囲 碁					貯 筋 運 動	健 康 体 操		
17	火	御 陵 苑		将 棋		折 り 紙	健康麻雀教室	健 康 麻 雀			
18	水				ふれあい情報部	川 柳		楽 農	ア ロ ハ	長寿会理事会	
19	木	カ ラ オ ケ	作 品 発 表 会		作 品 発 表 会	伝承交流活動部	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会			
20	金	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会		作 品 発 表 会	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会			
21	土	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会		作 品 発 表 会	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会	作 品 発 表 会			
23	月		囲 碁		小 筆 ク ラ ブ				社 協	健 康 体 操	
24	火	若 井		将 棋		詩 吟					
25	水	福 貴 畑	真 向 体 操		リフォーム手芸		日 立 団 地	ア ロ ハ	パ ソ コ ン		
26	木		囲 碁			オ カ リ ナ			新 舞 踊		
27	金			将 棋	棋 道						
28	土	ふ れ あ い		健康麻雀教室			若 葉 吟 詩 会		オ カ リ ナ		
30	月		囲 碁						快 活 ル ー ム	社 協	
※陶芸クラブは 6月2日・9日(月)9:30～(ふれあい交流センター)				受取は正午以降にお願いします				令和7年5月15日現在			
次回のふれあい新聞は6月30日(月)に印刷発行											

第164回健康ウォーク

杵築神社・矢田寺型地藏
屋形・鳴石地藏堂
健康部長 半澤 盛雄

令和7年4月22日、今回は初めてのコース、コミュニティパスを利用して福貴畑集落センターへ行きます。文化センターのどんぐり広場に14名が参加。観光ボランティアガイドの会（以下ガイドの会）の長尾さんと、須永さんの案内。バスには9名が乗車、後の5名はガイドの会の車で送迎していただきました。10時24分にバスが到着、全員で1分ほど坂道を歩き杵築神社に着く。この地域は菊栽培が多く、大阪への抜け道で車の通行もみられる。杵築神社は福貴畑の氏神で祭神は素戔鳴尊、（聖観音坐像）、（深沙大將立像）、（一観音坐像石仏）が鎮座。以前は（不動三尊像）もおわした盗難にあつた為、今は鍵が掛かってあり少し残念でした。深沙大將立像は鎌倉末々南北朝に造像。元は信貴山朝護孫子寺の守護神で白石千坊にあったが、大阪冬の陣の戦火で当地に移され、農業神、水神（雨乞い）として信仰。次は鳴石地藏堂、福貴畑鳴石集落の三つ角に地藏屋形があり、地元では文字の地藏と慕われ筆等が奉納されている。その隣には弘法大師像と四国八十八ヶ所石仏の第三十一番に当たる土佐国五台山竹林寺の文殊菩薩が祭られる。最後は矢田寺型地藏屋形、信貴フラワールロードから三峠への交差点にある。舟形地藏立像が祭られ特徴は、錫杖は持たず右手の親指と人指輪を作り阿弥陀如来の來迎印を結んでいる。又、有名なのが「味噌なめ地藏」で釈迦入滅後56億七千万年に弥勒菩薩がこの世に現れるまでの間の衆生を、救済し極楽浄土に導くことを釈迦から委任されたこととされている。帰りはコミュニティバスに乗ったが結構楽しい。

＊令和7年6月24日は総合文化センターに集合、長楽寺・ツボリ山古墳・白山神社・森垣内おかげ灯籠へ行きます。暑いので途中水分を補給しながらまいります。是非ともご参加をお待ちしております。



ます。是非ともご参加をお待ちしております。

お知らせ

健康部

◇健康ウォーク
第166回6月24日(火)
・長楽寺・地藏寺 約3.5km
・総合文化センター 9:30集合
※飲物・手帳・雨具・(マスク)
当日午前6時50分NHK気象情報、奈良県北部の午前中降水確率が40%以上のときは中止

令和7年度 第1回

【地区女性部長会議】開催

女性部長 岡本 美智子

- 5月8日(木) かのき荘新館会議室において、森会長、岡顧問、地区女性部長、女性部委員、事務局(35名)が出席して開催されました。
- 議題として
- ① 地区女性部長の役割について
 - ② 令和7年度地区女性部長紹介
 - ③ 令和6年度活動報告について
 - ④ 令和7年度活動計画について
 - ⑤ 令和7年度班編成、連絡網の確認
 - ⑥ その他
- 各項目ごとに順次検討されました。特に、地区女性部長の皆様からは女性部の最重要活動「おしゃべり食堂」につきましての、参加方法や、調理部門の携わり方等々、多くのご意見、ご質問がありました。その都度お答え申しましたが、改めて 森会長、岡顧問から

「おしゃべり食堂」の現在までの推移、重要性、また、運営のあり方を、詳しくご説明を頂きました。会議終了後には「主旨内容が十分に理解できて良かったです」との声あり、嬉しく思います。ありがとうございます。早速に調理の見学や、参加方法の問い合わせもあり、有意義な会議となりました。

＊長寿会連合会女性部の活動目標

まず 楽しみましょう!!
朗らかに笑いあいませんか
そして
老化で高齢者になるのではなく、
朗化で高齢者になりましょう!!

物見遊山

椿台長寿会 濱崎 晴美

4月中旬息子夫婦に連れられ、ばあさん2人大阪関西万博へ行ってきました。オープン5日目の事です。元山山口でイコカを買って、生駒駅で近鉄京阪奈線夢洲行きに乗り換え、終点下車。1時間余りで到着。大屋根リング迄エスカレーターに乗り、リング上から海と万博会場を見下ろし、何とその広さにびっくり仰天。リングを一周すると2kmあるという。どのパビリオンも列、列、列。ここは体力との勝負、予約チケットを持っていても時間待ち。おにぎりとお茶の持参は正解だった。美味しいものを食べられたらと思っていたが、その気持ちはへこんでしまった。ソフトクリームはゲットできた。息子等とははぐれたら大変と必死でばあさん2人手をつないでついて行き何とか6ヶ国のパビリオンを見学することができた。スイス館ではアルプスの少女ハイジのスタンブを押し、フランス館ではデイオールの白い美しいドレスをまとった人形が壁一面に展示されていてとても綺麗だった。どのパビリオンも建物にそれぞれ趣向がこらされていて興味深かった。何と外国人の多いこと、一瞬外国へ来た感じがしたものだ。生演奏のライブも見られ若者が大勢で歌って踊って、こちらもいつの間にか体を動かして大声を出していた。又、自分たちの25年後の顔写真を見せられ思わず吹き出す事も。日本

館は満員で入場不可でしたが、隣に奈良県のブースがあり特産品の販売もありました。日替わりであるそうです。お買い物はキャッシュレスなのでご注意ください。55年前の万博は次男出産後だったのが3回足を運んだ。暗いニュースの多い昨今だが、一生で2回も万博に巡り合えるなんてやはり素晴らしいことだと思う。夕方5時過ぎ帰宅。1万500歩歩いていたら。さあ貴方も万博へGO!!

一年間の家庭菜園
楽農クラブ講師 半澤 盛雄

令和7年6月より、毎月の畑仕事を執筆いたします(少しでも皆さんのご参考となるように)。

さて、先月より夏野菜の(トマト、キュウリ、ナス、スイカ、ズッキーニ、ピーマン)等を植え付けされたと思います。6月の作業ポイント、生育状態に合わせて、スイカ、ピーマンなどの整枝をします。トマトはわき芽が次々と伸びてくるので、随時かきとりします。きゅうり、ピーマン、ナスなどのなり始めは株の消耗を防ぐため、早めに収穫を。野菜の生育に合わせて、摘芯、摘果、追肥を怠りなく。

梅雨に入り、気温が低いと昆虫の動きが悪くなり、授粉しにくくなります。スイカやズッキーニは人工授粉を行い、結実を促す。ただし、雨でぬかるんだ畑に不用意に入ると、土を固める。

トマトのわき芽は15cm、20cmでかき取り、挿し木することで、苗になります。又、キュウリは五月中旬、七月下旬にも種を直まき可能。

＊「6月上旬」収穫(じやがいもは晴れた日に)、収穫開始、追肥・土寄せ(キュウリ、ナス、ピーマン)、追肥・土寄せ(トマト、ズッキーニ、モロヘイヤ、シソ)、土寄せ(サツマイモ) 植え付けは5月中旬、6月中旬、子ヅルの整枝(スイカ)・勢いのよい子づる3、4本残して他はかき取る。直まき(ラッカセイ) 5月中旬、6月上旬、(オクラ) 5月中旬、6月下旬、植え付け(ゴーヤ) 5月中旬、6月上旬。

＊「6月中旬」収穫開始(ズッキ

ーニ、つるありインゲン、しそ、ミニごぼう)、収穫、追肥・土寄せ(キュウリ、ナス、ピーマン)、追肥・土寄せ(トマト、トウモロコシ、オクラ、ゴーヤ)、人工授粉(スイカ、カボチャ午前9時までに)。土づくり(ニンジン)。

＊「6月下旬」収穫(キュウリ、ナス、ズッキーニ、ピーマン、シソ、ミニごぼう)、追肥・土寄せ(サトイモ、ショウガ、エダマメ、ゴーヤ)、徐穂(トウモロコシ)いちばん上の雌穂を残して他はかき取る。摘果(スイカ)子づる1本当たり1果に制限する。追肥(カボチャ)実がこぶし大になったら。植え付け(長ネギ) 6月下旬、7月下旬。

今年の夏も暑さが厳しそうですが、畑仕事は早朝と夕方が良いようです。熱中症に注意してください。雨の降らない日の水やりは夕方にしたつぷりと。

短歌クラブ (五十音順 循環)

隣町と堺うる低き雑木山今年も咲けり山桜ひと樹 前田 通恵

藤の花高い木の枝からみあううすむらさきはここぞとばかり 飯田 陽子

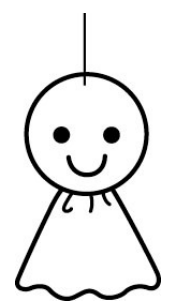
花も散り新芽にも種々の色ありて白あり黄あり赤いものもある 魚住 潤子

てる坊主子らのねがい届きは届きけむ今朝よくはれて遠足日なり 奥田 梓

うな弁の嫁の差し入れうまかりし手間ひまかけての手造り弁当 小東 隆子

若き日に夫の赴任地バンコクで母国の万博祝いし思い出 芝田 ユク子

頼まれりやことわりにくい人の常頼まれる程得意じゃないのに 長谷部 紀義



川柳クラブ

今回の題詠は「戻る」です

近頃はでたり戻ったりする生活が続いてきました。認知症かな? 伸びきったパンツのゴムでずり落ちる 宮崎 多喜代

戻ってる美人鏡で肌のハリ 山本 千歳

戻しても次の朝には迎え酒 高橋 秀尹

探し物取りに戻ってまた忘れ 阿部 裕子

一〇分で戻る散歩は気休めか 相川 昌子

飽きたもの確認済まし又戻す 難波 尊志

出来るなら10年刻を戻したい 濱崎 晴美

家事多忙行きつ戻りつつまみ喰い 藤本 和子

トイレ中うかんだ川柳出て忘れ 藤井 信夫

借りた傘そつと戻して知らぬ顔 藤田 利治

おくやみ

令和7年4月20日から5月19日の間に左記の会員のご逝去が確認されました。

森口 岩雄様(93) 初香台地区

森戸 寛様(75) 信貴畑地区

城 キク様(97) 椿井地区

生前を偲び、謹んでご冥福をお祈り致します。

長寿会連合会一同