

長寿会新聞



発行
平群町
長寿会
ふれあい
情報部

令和7年度敬老会 開催

福祉課主催会食サビス「ホッと食堂」開催

第2回クラブ統括部代表者会議 開催

平群町長寿会連合会 会長 森 孝 嗣

9月6日(土) 令和7年度敬老会が平群町総合文化センターで開催されました。記念式典後、シニアのための健康体操 健康運動指導士 貴志信吾さんからは楽しい体操を指導して頂きました。コンサートは、平群町在住のヴォーカリスト島田純子さんが素敵な歌を聞かせて頂きました。長寿会連合会からは新舞踊クラブが演技を披露しました。終了後、お土産を頂き皆様大変楽しいひと時を過ごされ会場を後にしました。

9月2日(火) 福祉課主催の高齢者会食サビス「ホッと食堂」が開催された。65才以上のおひとり暮らしの方たちの会食サビスの応援を致しました。参加者は30名でしたが、第1回目としては大変上手くいったと思いました。今後は少しずつ改善しながら進めて行けば良い「ホッと食堂」になると思います。

9月9日(火)午後1時30分より第2回クラブ代表者会議がかしのき荘新館会議室において34クラブ代表(俳句休会) 長寿会連合会会長、クラブ統括部長、事務局員が出席して開催されました。
・令和7年度代表者及び会員数の推移の報告
・代表者の今後の在り方及びクラブ員増員についての考え方。
・令和7町補助金(5700円) 長寿会連合会助成金の配布。
・舞台発表会、作品発表会の報告とかしのき荘駐車場についての問題点。
・生駒郡生き生きクラブの各大会の連絡。
等の議題を報告、確認をして会議を終了しました。

※かしのき荘美化運動は10月17日(金) 9時から行いますのでご協力の程よろしくお願いいたします。

※今年は秋がなく、夏から冬になるような感じです。暑さ、寒さの対応に気を付けて、お過ごしください。皆様のご健康をお祈り申し上げます。

まほろばグルメ紀行 うまかもん倶楽部

河合町廣瀬神社(砂かけ祭)の前、道なりに走っていると、右側に1軒、軒先が喜多八の看板が見えます。店内に入ると、掘りごたつ座敷カウスターがあり、掘りごたつ内を見わたすといろいろなメニューが張つています。店員さんがメニューの説明、ランチメニューに海鮮丼、寿司定食、新鮮な刺身、お寿司は、ネタは新鮮、種類が豊富、味は美味しいです。又、鯛の潮汁の味は美味しいです。小鉢、鯛のあら炊き、卵焼き、豆腐エノキ和え)が付いていました。千六百八十円(税込)大

変美味しく頂き、廣瀬神社を参拝して帰りました。
住所 奈良県葛城郡河合町河合 1226-3 駐車場 有
定休日 水曜日
営業日 昼11時30分、夜17時
電話 0745-57-1890



おしゃべり食堂の

開催予定

記

- ◎開催日時 10月25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(455768)へ電話で申込みして下さい
- ◎申込期間 (50名先着順) 10月1日(水曜日)～10月17日(金曜日)

竜田川団地長寿会活動報告

会長 林田 勝憲

長寿会の活動も超高齢化の波の中で会員数の減少や活動への参加が身体的な障害や積極性の減少等で会の運営が難しくなっています。厳しい環境の中で長寿会活動を続けるために会員相互の交流の場を提供する努力をしております。本年度に入り手芸サロンの開催で靴下を利用した人形作りやペットボトルホルダーを自作して思考回路の活性化や指先の運動を活性化する催しを行い楽しい時間を共有できました。

先日は、団地内で誕生した落語家の披露の場として2回目の「橋本屋幸守」落語会を開き当日はお忙しい中を西脇町長にも臨席していただき古典落語や新作落語で百人一首から業平由来の竜田川を題材に会場満席の人達でひとときの暑さを吹っ飛ばす笑いを爆発させて楽しい時間を共有できました。橋本屋さんは現在島根県で活動されていてお盆休みをかねて地元へ帰省されている時間を割いていただき独演会を長寿会で応援して自治会館で開

お知らせ

健康部

◇健康ウォーク

第168回10月28日(火)

- ・奥の院く生福寺 約2km
- ・総合文化センター 9時30集合
- ・9時50分発コミバス乗車
- ・12時11分平群駅前解散

往復の運賃200円が必要

※飲料・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の降水確率が40%以上のときは中止

笑う事で「免疫力アップ!!」

春日丘長寿会 堀田東作

最近久しぶりに知人宅を訪問した時に気になる張り紙があったので、読んでいたら、これが面白くて思わず笑ってしまった。知人に訊ねると友達から教えてもらったとの事。「これ笑えるでしょう。私も気に入ったのでコピーを貰って部屋に張ったの」との事。これは、皆様に見て頂き笑って貰おうと思い投稿致します。原文は「笑点」という番組でのお題「18歳と81歳の違いとは」の回答をまとめた物です。(裏面へ続く)

甘口辛口

今年のセリーグは阪神タイガースの優勝で終わりました◇巨人・ヤクルトの4番がケガで長く試合に出なかったこともあり

ですが、あまりにも、他の5球団はふがいない試合をしています◇確かに阪神タイガースは全体の打率・防御率・失策・盗塁・得失点の差等が1位なので首位にいるのが当然です◇本当に良いチームになったと思います。◇しかし、来年もう

まくいくとは思えませんが◇身近なところでは、セパ交流戦でした。出足は5勝1敗でやはり今年は強いのだと思っていました、それから7連敗しました◇連敗はリリーフの失敗で負けました。リリーフも阪神は良いと言っていますが、私はあまり良いとは思っていません。IとOだけで、抑えも頼りになりません。ドラフトは抑えの出来る良い投手を取るよう願う一阪神ファンです。

令和7年10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		
1	水							短歌	ア	ロ	ハ
2	木	カラオケ	囲碁	碁	＜ゆーあいサロン＞				健康麻雀		
3	金			将棋	編物		長寿会三役会	長寿会健康部	太	極	拳
4	土			健康麻雀教室	健康麻雀有志		若葉吟詩会		ウクレレ		
6	月	樺原	囲碁	小	筆				貯	筋	運
7	火			将棋	長寿会本部役員会		健康麻雀教室		健康体操		
8	水	椿台	真向体操		リフォーム手芸				ア	ロ	ハ
9	木		囲碁	オカリナ	オカリナさくら				パソコン		
10	金		ヨーガ	将棋	茶道				新舞踊		
11	土	ふれあい		健康麻雀教室	健康麻雀有志		若葉吟詩会		社	協	部
14	火	御陵苑		将棋		詩吟	健康麻雀教室		オカリナ	第	九
15	水					川柳	楽農		コ	ー	ラ
16	木	カラオケ	囲碁		＜ゆーあいサロン＞				ア	ロ	ハ
17	金	長寿会美化運動							長寿会女性部		
18	土			健康麻雀教室	ふれあい情報部	健康麻雀有志		若葉吟詩会			
20	月	光ヶ丘	囲碁	小	筆				貯	筋	運
21	火			将棋	折り紙		健康麻雀教室		健康麻雀		
22	水		真向体操		リフォーム手芸				ア	ロ	ハ
23	木		囲碁	オカリナさくら	オカリナ				パソコン		
24	金			将棋	茶道				新舞踊		
25	土	ふれあい		健康麻雀教室	健康麻雀有志		若葉吟詩会		長寿会理事会		
27	月		囲碁						貯	筋	運
28	火	若井		将棋		詩吟	健康麻雀教室		コ	ー	ラ
29	水	福貴畑							社協(モルック)		
30	木		囲碁				伝承交流活動部		快活	ル	ー
31	金								ム	女	性

※陶芸クラブは10月6日(月)9:30～ふれあい交流センター) 受け取りは正午以降にお願いします。
※次回のふれあい新聞は10月30日(木)に発行

（表面から続く）

道路

道路を爆走するのが18歳
道路を逆走するのが81歳

溺れる

恋に溺れるのが18歳
風呂に溺れるのが81歳

探す

自分探しをするのが18歳
出かけて帰り道が分からず皆で探すのが81歳

脆い（もろい）

心が脆いのが18歳
骨が脆いのが81歳

何も

まだ何も知らないのが18歳
もう何も覚えていないのが81歳

筋肉

筋肉が張るのが18歳
筋肉に貼る張るのが81歳

震える

緊張で震えるのが18歳
何も無いのに震えるのが81歳

気になる

偏差値が気になるのが18歳
血圧、血糖値が気になるのが81歳

行く先（逝く先）

行く先が見えないのが18歳
逝く先が見えるのが81歳

ドキドキ

胸がドキドキときめくのが18歳
胸がドキドキ心配なのが81歳

聞く

聞く気が無いのが18歳
聞こえないのが81歳

始まる

乾杯で始まるのが18歳
黙祷で始まるのが81歳

つまづく

人生につまづくのが18歳
小石につまづくのが81歳

止まらない

ドキドキが止まらないのが18歳
動悸が止まらないのが81歳

これから

これからの18歳に拍手
これからの81歳に合掌

友達

友達が増えるのが18歳
友達が減っていくのが81歳

未来・過去

未来を夢見るのが18歳
過去を後悔するのが81歳

一人

もう一人で生きていけるのが18歳
もう一人では生きていけないのが81歳

旅立つ

外国へ旅立つのが18歳
天国へ旅たつのが81歳

手を

ラブラブで手をつなぐのが18歳
ヨボヨボで手を引かれるのが81歳

確かめる

愛してるかを確かめるのが18歳
生きているかを確かめるのが81歳

孤独

孤独を好むのが18歳
毎日孤独なのが81歳

歯

歯を磨くのが18歳
歯を洗うのが81歳

ベッド

ベッドに寝るのが18歳
ベッドに寝たきりなのが81歳

髪の毛

髪の毛が邪魔なのが18歳
髪の毛を大切にするのが81歳

知らない（忘れた）

知らぬ事が多いのが18歳
忘れた事が多いのが81歳

一年間の家庭菜園

楽農クラブ講師 半澤盛雄

皆さんは、コンパニオンプランツと言う言葉をご存じですか。「混植すると害虫を遠ざけ病気を減らす」無農薬栽培ではよく「コンパニオンプランツ」が利用されます。「共栄作物」とも呼ばれ、異なる野菜を混植すると、互い（又は片方）の性質が影響し合って、病害虫を抑えたり、生育を助け合ったりします。

キャベツとレタスの混植は有名です。アブラナ科とキク科は互いの害虫を忌避します。香りの強い野菜は虫よけになります。バジルはアブラムシやハダニなどを遠ざけ、ネギはウリハムシを遠ざけます。

す。ネギは病気予防にもつかえます。コンパニオンは「仲間」という意味があり、混植するときには相性のいい野菜を組み合わせることが大切です。相性が悪いと、両方またはどちらか一方の生育が悪くなります。おすすめの混植例以外でも、双方が元気に育てば問題ありません。混植は植生が豊かになるので、取り入れましょう。

トマト×バジル、ナス×マリーゴールド、ジャガイモ×ネギ、ニンジン×カブ、イチゴ×ニンニク、キャベツ×セロリ、サツマイモ×ピーマンは良い混植例。トマト×トウモロコシ、インゲン×ウリ科野菜・ニンジン、ジャガイモ×ピーマン、いちご×ニラ、キャベツ×ジャガイモ等は悪い組み合わせでこれらはその一部です。10月はソラマメやニンニクの準備を開始。葉物野菜の露地での種まきは、年内最後。

イチゴの植えつけは10月中旬から、エンドウ、ソラマメの直まきは10月下旬からが適期。エンドウとソラマメは、越冬時に株が小さすぎても大きすぎても寒さで傷むので適期にまくことが重要。ニンニクは10月下旬までに。寒さに強いホウレンソウやラデツシュは10月末までに種まきを。これ以降は保温（ビニールのトンネル掛け）が必要です。

＊「10月上旬」収穫（サツマイモ・ラデツシュ）、収穫終了（ピーマン・チンゲンサイ）、追肥・土寄せ（ブロッコリー・カリフラワー）、間引き、追肥・土寄せ（春菊・オータムボエム）、土づくり（ホウレンソウ・ニンニク・ルッコラ・ソラマメ）、生育中（ニンジン）、間引き（ナバナ・ミズナ）。

＊「10月中旬」収穫（サツマイモ）、収穫開始（ショウガ）葉が黄色くなれば掘り上げる。間引き・追肥・土寄せ（ナバナ・春菊）、追肥・土寄せ（キャベツ・ハクサイ・ミズナ）、直まき（小カブ）9月上旬～10月中旬、土づくり（エンドウ・イチゴ）。

＊「10月下旬」収穫開始（サトイモ・ダイコン・春菊）、追肥・土寄せ（長ネギ）、間引き（小カブ）、直まき（ホウレンソウ・ルッコラ）9月上旬～10月下旬、直まき（エンドウ・ソラマメ）10月下旬～11月上旬鳥に食べられないよう不織布などをべた掛け。



短歌クラブ（五十音順 循環）

ボランティニア片親家庭に慰問品野菜や菓子装箱一杯に小東 隆子

三十年詠みし短歌をみかえせば孫らそれぞれ成長したり芝田ユク子

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

洞深くなりたる庭の百日紅今年限りかと秀枝を仰ぐ前田 通恵

駅ホームつくつくぼうし空耳か勤め帰りの夕暮の空飯田 陽子

空腹でイナゴもタニシも食べたつけ今年は終戦八十年に魚住 潤子

美しいと思う心を持ちてあれば絵も音楽も我を拒まじ奥田 梓

川柳クラブ

今回の題詠は「売る」です

商売つてむずかしい、このクソ暑い日々でも店を開く。おまけに客から値切られついに「店じまいセール」の看板で3年間

あの家もこの家も売りに出て次我が家 相川 昌子

古々米の本当の価格わからない 難波 尊志

まつずぐなキュウリなかなか出来ないね 濱崎 晴美

我が服はバザーで確保買い上手 藤本 和子

もてたはず自惚れてたら売れ残り 藤井 信夫

参院選売れない顔を売りまくる 藤田 利治

夕餉まで涼しい場所で油売る 宮崎多喜代

ぜい肉をとって売れば良いのにね 山本 千歳

売り言葉買った妻から値切られる 高橋 秀尹

売れる程採れたキュウリでフルコース 阿部 裕子

・・・・・・・・

おくやみ

令和7年8月20日から9月19日の間に左記の会員のご逝去が確認されました。

米田 博英 様（82） 久安寺地区

宮前 陽子 様（92） 西宮地区

浦野トヨ子 様（91） 信貴畑地区

中村勢津代 様（86） 福貴畑地区

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