



# 北のもず 第8号

全日本年金者組合大阪堺北  
東洋ビル3F TEL221-8384  
連絡先 池田 TEL255-8137

## 明けまして おめでとうございます



### 賀正

皆様よいお正月をお迎えになりましたでしょうか。新しい支部になって半年、皆様のご協力により、いろいろな課題に取り組みことが出来ました。

その1つは、サークル活動の他、おしゃべりカフェが定着したことです。また、組合員が増えたことも大きな発展でした。社会的な発言力が広がりました。北区役所に介護保険制度の改善について申し入れを行い、回答を得ました。年末には年金カット法案が通ってしまいましたが、府本部では、年金裁判が行われています。介護保険の改悪、原発再稼働など国民の願いとはかけ離れた政治に憤りを覚え、改善の声をあげています。



大泉公園のもみじ橋からの初日の出 撮影者 蒲田秀子

よりよい暮らしにするため、また充実した組合にするため、皆様と力を合わせていきた

度、改善について申し入れを行い、回答を得ました。年末には年金カット法案が通ってしまいましたが、府本部では、年金裁判が行われています。介護保険の改悪、原発再稼働など国民の願いとはかけ離れた政治に憤りを覚え、改善の声をあげています。

## 新年の仲間



新しい年を迎える時、一歩先に母に感謝致しております。

私は、終戦の年45年1月に上海で生まれました。敗戦になり、命からがら母に連れられて日本に引き揚げ

50歳までは痔瘻で1回入院したのみだった。ところが、70歳を前後して、心臓弁膜症、肺がんの手術、前立腺肥大と、立て続けに病気と向き合っている。見かけは元気そうでも、満身創痍なのかもしれない。健康で長生きしたいものだ。終活としては、人間能力、才能の全面発揮、全面開花を強く意識している。社会主義・共産主義を待つまでもなく、この世に生を受け与えられた能力を使い切ったと実感できる人生を全うしたいものである。そこで3つの誓いを立てた。

1つは、書道、2にパソコン、3番目はRIZAP。70の手習いではない。いずれも何度も挑戦するもの、いまだ納得できる水準ではない。6度目の年男の今年、その高みを自ら実感できる年とするべく、努力あるのみ。

年男・年女のお二人に、新年の抱負を語っていただきました。

ることができました。もし母が守ってくれてなかったら、今日ここに居なかったでしょう。

私にとって、今はまず亡き母に感謝の日々です。

平凡ながら健康で明るく、笑顔を忘れないことを、今年一年頑張らずボチボチ前進あるのみ。皆様

# 北岸咲子さん(金岡町) おめでとうございます

## 油絵「黒いテーブル」



第70回堺市展で『堺市文化振興財団理事長賞』を受賞されました。本当におめでとうございます。

# 里芋ハンバーグ

## ヘルシークッキング

- <材料> 4人分  
 鶏ミンチ・・・150g  
 豆腐・・・100g  
 明太子・・・1腹  
 里芋・・・5個 大葉・4枚

### <作り方>

- ① 豆腐は水切
- ② 里芋は皮を剥き、レンジでチンする
- ③ 明太子の中身を取り出し、大葉は細く切る
- ④ ①～③をよく混ぜて塩コショウで味付け



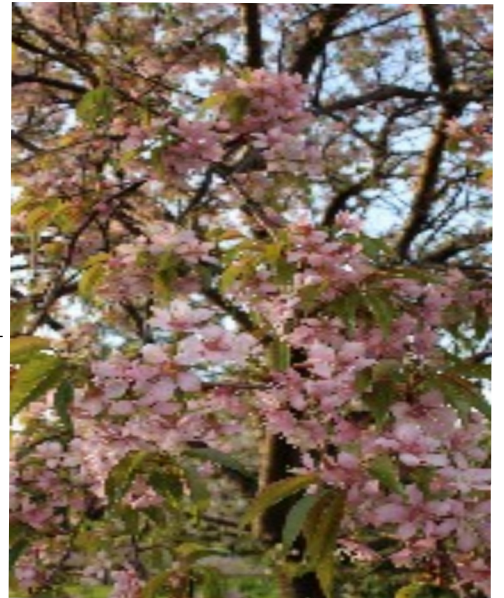
### 大好評！或る日の献立

- ⑤ ④を4等分。フライパン両面焼き目をつけた後、蓋をし 弱火で中まで火を通す
  - ⑥ お皿に盛り、大根おろしやポン酢などお好みでどうぞ
- \*付け合せは  
 人参グラッセ、粉ふき芋  
 レタスサラダ  
 \*具だくさんの味噌汁

サークルで作ったハンバーグ、好評につき、レシピをお知らせします。新会員大歓迎！ご参加をお待ちしています。 速水英子

# みんなの広場

## 師走の桜



12月に満開の大泉公園の桜

毎週2回ウォーキングを始めて2年以上、大泉緑地の移りゆく季節を肌で感じながら楽しく続けています。

ある人から「桜が満開」の情報をもらい「え？今？12月やで」と半信半疑。いつものコースからちよつと足をのぼして、数人で見に行きました。咲いている！まさに満開！少々色褪せて地味ではあるが、師走の寒空にも負

けず、老体にムチ打って懸命に咲かせているようで、私たち高齢者に通じるものを感じ、思わず「頑張りや」と言いたくなった。

その名は「ヒマラヤザクラ」

速水陸子

## 子育ての町

秋の市長選挙で、維新は今度も争点は曖昧なまま、ウソとペテンで挑んでくるでしょう。

選挙に勝つは何でもあ

# 2月のおしゃべりカフェ

感動を呼ぶ山田洋二監督の映画

## 幸福の黄色いハンカチ

2月1日(水)10時

林 慎一

りで、職員や市民に対して差別と分断、脅しをかけてくる。そんな維新市長はゴメンです。

今度の選挙、子どもや学生、若者には、希望と未来のかかった選挙です。堺市は、政令市の財源を活かし、堺のことは堺で決める」。子育てや教育、高齢者政策、まちづくり、中小企業支援など、文化都市・堺らしさを目指して欲しい。



# こんにちは



西村 恒男

## 岸上 紀代子

”生命を生み出す母親は、生命をそだて、生命を守ることをのぞみます”のスローガンを掲げて、母親運動をしています。

8月15日、12月8日に赤紙宣伝と、第3火曜日の夕方、堺東で宣伝をしています。

私は山里に近い農家に育ち、幼い頃、悪童たちと野山を駆けずり廻ったことなど、自然への関わり、憧れが脳裏に染みついて消えることがない。

年金者組合のハイキング会に深入りとなり、山好きになればこそ、亡き井原さんから上手く誘われ、世話役リーダーを引き受けて以来十余年、同じ山歩きの繰り返しだけでは為ならずと、このたび世話役を交代していただいた。当時、互いに楽しく山を歩いた方々を想い浮かべながら、今も何とか現役でぶら下が

## 2017年 2月 日程表

日	行 事	場 所	時
1 (水)	おしゃべりカフェ「幸福の黄色いハンカチ」	市民センター3F	10 時
7 (火)	「北のもず」原稿締め切り		
8 (水)	4 支部協議会	サンスクエア堺	2 時
8 (水)	「北のもず」校正会議		7 時
10 (金)	三役会議	市民センター	10 時
17 (金)	支部委員会	市民センター	1 時
26 (日)	映画「校庭に東風吹いて」	福祉会館	10時半・2

# 地域探訪

## 北区のいいところ、みんなでさがし交流を ②



まちに残る力石

### まちの歴史を次世代に

私の好きな歴史スポットは、五個荘大豆塚と船堂の力石です。大正時代、青年達が力比べをし、八下や百舌鳥、金岡からも村相撲にやってきました。その大石が残っています。

まちの歴史は、意味を伝えなければ消えていきます。皆さんの周りにもそんな物や場所があるのではないのでしょうか？

### もっと魅力的な北区に

くらしの実感や記憶、記録をいかして、いいまちづくりをすすめてみましょう。ぜひ地元のお話を交流してください。各地の情報がつながれば、大事なことがわかってくることでしょう。

北区には文化ホールや公園事務所が無く、学校や学童保育の問題もたいへんです。約16万人の人口で図書館は1つだけ。同規模の浦安市には16館あるそうです。歴史と文化のまちづくりへ、そんな



力石のカルタ

要望も続けていきましょう。

東浅香山町在住

北区区民評議会委員

小松清生

## 北堺・2月のサークル情報

### 北堺パソコンの会

2月2日(木)・9日(木) 会場:サンスクエア堺  
午前10時～12時講座 午後は相談会。  
会費は1回ごとに400円です。定員は30名。  
初参加の方、または以前に参加していたが、  
2カ月以上連絡なかった方は、事前に連絡して  
会員登録が必要です。

連絡先:竹本 253-5133・一塚 361-5150

### カラオケ同好会

2月6日(月)・20日(月) 各2時～4時  
会場:カラオケライブ(北区北長尾町)  
第1月曜日は復習と自由曲。第3月曜日は、  
新曲を習います。会費:月2,300円  
(但し、第1月曜日のみの参加は600円)

連絡先:井ノ本 254-6382

### おきがる料理の会

2月20日(月)9時集合 サンスクエア堺  
会費:500円 会員で欠席の時は必ず連絡  
ください。新会員の参加をお待ちしています。

連絡先:竹本 253-5133

### ヘルシークッキングの会

2月28日(火)9時30分～12時 会費:500円  
エプロン・頭巾持参。 初参加希望の方と、  
会員でキャンセルの方は、ご連絡ください。

連絡先:速水 253-6662

### 絵手紙の会

2月8日(水) 午前10時～12時  
(例会は、毎月、第2水曜日です。)

会費:200円。 会場:サンスクエア堺

連絡先:寺崎 287-2473

### 囲碁・将棋クラブ

2月14日(火)・28日(火) 各1時～4時半

会場:サンスクエア堺 会費:300円

連絡先:尾崎 221-5998

### そてつ読書会

2月22日(水) 10時～ 会場:サンスクエア堺  
課題書:大崎善生『アジアタムブルー』

本は会で用意します。 会費:無料

連絡先:尾田 255-1672

### 健康うたごえ喫茶

2月4日(土) 午後2時～4時 参加費:300円  
サンスクエア堺のB棟 地下・第5会議室

\*お茶やコーヒーなどの飲み物と、お菓子を用意しています。 連絡先:西川 090-1899-8387

### 折り紙の会

2月22日(水) 午後1時30分

会場:サンスクエア堺 参加費:200円

\*用具と折り紙など、すべて用意しています。

連絡先:河内 253-8981



### ハイキング

例会 2月12日(日) 金剛山

各自アイゼン持参。事前に着脱練習を!

集合:南海高野線 北野田駅下りホーム

8時30分 (集合時間変更注意)

会費:200円

コース:河内長野駅下車→バスで金剛登山口

→千早本道→伏見峠

例会外 2月26日(日) 生駒摂河泉展望コース

集合:近鉄なんば駅 中央改札口

8時30分 (集合時間変更注意)

コース:近鉄生駒駅下車→摂河泉展望コース

→平岡梅園

連絡先:金田 090-6967-9983

山上 090-1903-3967

### 歴史散歩

2月3日(金)「茶臼山 堀越神社の節分」

集合:JR 天王寺駅中央改札口 10時20分

会費:100円。 雨天中止

昼食は天王寺周辺のお店で摂る予定

連絡先:岡井 253-9079

携帯 090-9710-9079

### 北堺卓球クラブ

2月10日(金) 13時～15時 大体育室

2月22日(水) 13時～15時 大体育室

上靴・動きやすい服装

連絡先:速水 253-6662・090-9166-9944

### 堺北「人形劇の会」

2月28日(火)2時 会場:サンスクエア堺

森 237-9456・一塚 361-5150

\* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*  
 \* \* \* \* \*

この指と〜まれ! 第2回

シルバースキースクールへのおさそい

六甲山人口スキー場

2月6日(月)新金岡駅前

7時30分集合

詳細は小西迄(090-1078-3288)

# サークルからのお便り

# ハイキング



まだまだ紅葉の池のほとりで

4時前、阿部に到着。野にその後、参加者全員で望岳亭を今年を

初冬の二上山へ 山中真知子  
12月11日、参加者14人、近鉄二上山駅下車。迷路のような民家の間を抜けて、しばらく行くくと登山口に出る。落葉のつらさを感じ、雄山、雌山に登り、下山。時間に余裕があったので、お茶を飲んだり、道の駅で面白い物を楽しんだ後、二上神社口駅より乗車。

# 卓球

1年半前に卓球クラブが発足し、練習試合も楽しく、瞬間に時間が過ぎている感じが、終わって後汗をかいて爽快な気分になります。

紹介されて年金者組合に入ると同時に入部しました。ベテランから新人まで、バラエティーに富んだ人々が参加し、練習していき、徐々に力保持の為続けていき

# 歴史散歩

瀟洒な加賀屋新田会所跡  
掛本 繁子

しめくくる良例であった。

12月2日素晴らしい天気の中、17名の参加者がボランティアガイドの方の案内のもと、3つ

のグループに分かれて、加賀屋新田会所跡を見学しました。真つ赤な紅葉に彩られた250年昔の豪商の屋敷跡に目を見張りました。池や築山は、小堀遠州風の庭園で、かつては舟も乗り入れていたとのことでした。茶室も凝った造りでした。長屋門、冠木門、旧書院も見事でした。江戸時代に両替商から新



鮮やかな紅葉の庭で

田開発に携わっていた加賀屋甚兵衛の名が地名にも残っているのが興味深いです。



ボランティアガイドの方の説明が上手で、フンフンと頭を振りな

よろしくお願ひします

な り 振 を

## 組合費の年度内納入にご協力を

財政担当 岡井秀生

組合費は、共済・厚生年金の方は、年金月額0.4%（最高額900円）、国民年金・無年金、受給年齢に達していない方は、月額200円と機関紙代100円を納入していただいています。

組合費のうち、半額は府本部・中央に上納し、残った半額で支部の活動・行事などの諸費用を賄っています。

今年度の会計期間もあと3か月となりました。つきましては、会計年度末の3月末日までに、16年度分の組合費を最寄りの役員まで納入してください。

また、年金受給資格に達した方は、4月から先の計算方法での組合費の改定をお願いします。

疑問・ご質問がござ

TEL 253-907

がら聞き入りました。  
チンチン電車にも乗っ  
て、最高の一日でした。  
。

---

---

---

---

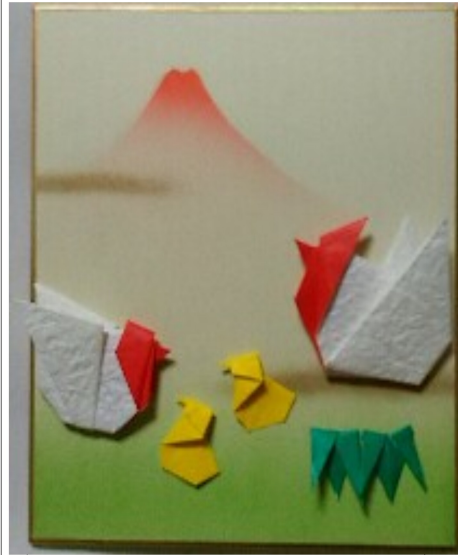
---

---

# 折り紙

にわとりの親子

河内都



## 第246回 読書会

『イラクサ』

アリス・マンリー 著

アリス・マンリー 著  
「今年のこと」

「恋占い」

931年カナダ生まれの短編小説の作家だ。

カナダでは「総督文学賞」に二度、アメリカでは「世界でもっとも影響力のある100人」やニューヨーク

「世界でもっとも影響力のある100人」やニューヨーク代々2000年にかけて

タイム家族、友人、職場や近所等で身近に経験したことを女性の眼で実に細かく観察し小説化した名品である。この中で「恋占い」「クマが山を越えてきた」の2作品が映画化の予定だという。

短編集とはいえ、全945頁の大著なので、年末で多忙な会員は、「イラクサ」「恋占い」「クマが山を越え

9編は彼女の30〜70歳代にあたる、1960年代

9編は彼女の30〜70歳代にあたる、1960年代



# 絵手紙

沖川 博子

# 季節の言葉

## 松

マツは風に吹かれる葉ずれの音が愛でられ、松の声、松韻、松籟など、マツに吹く風の音を妙なる楽の音に聞きとることが多いです。また、波の音になぞらえた松濤(しょうたう)という言葉もあります。

飾つて年の神を迎え長寿を願います。『一休ばなし』の「一休宗純は「門松は冥土の旅の一里塚目出度くもあり目出度くもなし」と狂歌に詠みました。

正月用のマツを山から採ることを松迎え、門松などをはずすことを松納めといいます。

峰の嵐か松風か 尋ぬる人の琴の音か『黒田節』

マツの根には樹脂が多い。マツの根を燃やしてすすを採り、かわで固めて墨を作ります。マツを燃やす煙や墨を松の煙、松煙(しょうえん)といいます。 T・S

# 文芸欄

## 短歌

戦争の足音迫るといふコラム

北風強き夜半に読みおり

大西 孝子

椅子に掛け焦がさぬようにごまめ炒る

母より伝受の夫好む味

## 俳句

冬の海他人ごとと思ふことなけれ

オスプレイ

井ノ本 貴巳代

白味噌の香り豊かに八十路への道