



# 北のもず 第14号

全日本年金者組合大阪堺北  
堺市堺区北花田口町3-1-15  
東洋ビル3F TEL.221-8384  
連絡先 池田 TEL.255-8137

## 第2回総会熱気の中で開催

堺北支部は、6月16日に総会を開き、これからの1年間の方向を、熱気の中で確認しました。



つぎつぎと発言が相次ぎました。

6月16日、市民センターで、堺北支部第2回総会が、57名参加、委任状169通で開催・成立しました。

会に先立って、この1年に亡くなられた5人の仲間に黙祷を捧げました。西野さんと梶井さんを議長に選び、今後1年の方針と決算報告・予算が提案され、討論に入りました。18名の方が次々と発言され、盛り上がった総会になりました。

- ◎ そてつ読書会を20年続けています。
- ◎ 助け合いが出来たらいい。おでかけバスがありがたい。
- ◎ 地域との連携で、この会場を使って活動していること、もすばらしい。

- ◎ 「平和のための戦争展」に、わが組合で「絵手紙」のコーナーを受け持っている。ご参加を。
- ◎ 「うたごえ」の方が亡くなられて悲しい。最後に年金裁判のカンパをしてください。
- ◎ 市会議員の政務活動費不正使用は許せない。
- ◎ 基地建設が強行されている沖繩へ行つた。憲法が無視され、地方自治もない沖繩。支援を。
- ◎ 地域の年金者と繋がってよかった。この地で、末永く人と仲良く暮らしたい。
- ◎ 皆さんの代表として、沖繩支援に行きます。カンパを持って行きたい。
- ◎ 体を動かしたい人は、卓球へ。仲間も増えています。ワンコインでのヘルシークッキングへもきてね。
- ◎ 9月に集団健診をします。今年で、7年目。この健診で発見され、早めの治療で治った人もいます。
- ◎ ハイキングクラブ、ちよつと人数が減っているが、



みんなで楽しく

- 楽しんでる。新しい仲間が入会した。
- ◎ リハビリしながら、カラオケと絵手紙をしている。
- ◎ 「おしゃべりカフェ」が楽しみ。北区文化ホールが欲しい。
- ◎ 「北のもず」に投稿して下さい。機関紙は、皆さんの声で成り立ちます。

- ◎ 楽しみだったハイキングは、今は、一人で行っている。ウグイスが鳴いていたので、録音したが、手のガサガサの音で失敗。こうやって皆さんと会うのが楽しみです。
- ◎ 楽しみだったハイキングは、今は、一人で行っている。ウグイスが鳴いていたので、録音したが、手のガサガサの音で失敗。こうやって皆さんと会うのが楽しみです。
- ◎ 楽しみ7分、活動3分」をモットーに、命と暮らしを守る活動をしていこうと、心が一つになった総会でした。



### 参加者の感想

日頃、年金者組合の取り組みに参加できず、自分はまだまだ若いと思っていました。先輩方の元気にただただ驚かされました。

これから、堺北区でいっしょに活動していきたいと思えます。よろしくお願います。

岡井利子

# どうなる介護保険

## 学習会で質問が次々と

7月5日、堺市側から7名、年金者組合側からは23名が参加。

活発に発言が続きました。

- ① 認定がきびしくなり、サービスが受けにくい。
- ② 期待を裏切る制度になった。
- ③ 調査員のレベ

ルがさらに問われる。

- ④ 認知症が増え、その対応が不十分。
- ⑤ 独居で身寄りが近くにいないケースは困難。
- ⑥ 職員研修は、市独自で実施してほしい。
- ⑦ 有資格者の研修と待遇改善を。
- ⑧ 市は国に市民の声を届けて欲しい。

辻野くに子

## リコール署名にご協力を

今、堺市北区・西区で、堺市議会の辞職勧告決議を無視して、議員として居座り続ける北区の小林よしあき議員の解職を求め、リコール署名が取り組まれています。

政務活動費が不正に使用されています。

年金者組合として、この署名運動を支持します。



TEL 224-7775

FAX 224-7776

等々が出されました。

市民の声を聞く機会を今後もお願いしたいと結んで終わりました。

☆私は未だ世話になっていませんが、現在要支援1の認定を受けています。将来に不安を感じていますが、次々と質問しているのを聞き、頼れる人が近くにいる、心丈夫に思いました。

積極的にご協力ください。

質問ややり方は、下記のリコール署名運動実行委員会にお問い合わせ下さい。



熱心に質問が...

## みんなの広場

### 私の仕事



保育園に通う子ども

私たちは、家庭や社会を、その小さな身体いっぱい背負って登園してくるとか。

体調が悪くて、不安なことがあって、なかなかクラスに入れないときや、保育園入口で

大泣きやぐずることもあるけれど、そんな子どもたちを、思いつきり抱きしめて迎える保育者たちがいる。

「おばあちゃん」と孫に呼ばれ、目尻を下げ、「うふふ」と頬が緩む歳になり、今日も怪

私もなく仕事を終えることに喜びを感じている日々。

長井佐智子

## 体力測定に参加して

5月26日、光竜寺会館において、約20名の参加で体力測定が行われ、年甲斐もなく参加。

最初にストレッチで体を解し、その後握力、片足立ち等、



その後握力、片足立ち等、

5種目の測定が行われた。みんな真剣な面持ちで挑戦していた。

若者の気持ちで、5メートル歩行やUター

ン歩行に挑み、スマートに歩行していると思いきや、現実逆で、目を覆う歩行であった

自分体力を知り、日頃から体力維持に努めることが、いかに肝要であるかと思う

良き機会であった。会場は測定種目により、賑やかになったり、静かになったりと、和やかな雰囲気であった。

外野大吉

# 健康講座 5

## 夏を乗り越える心構え



山本 美登利

梅雨明けと同時に、暑い夏がやってきます。日中は、外出を避け家で過ごす時間が長くなりますが、夏こそ閉じ籠もらず、体調不良を秋に持ち越さない為にも、体を適時動かしましょう。夏を乗り越える心構えを！

- ① 室温は常時27℃位(湿度は35%~40%位)に。
- ② 外気温との差を5℃位に。電気料金が気になりますが、エアコンを上手に使用し、脱水や熱中症に気をつける。

③ 研修や集会など会場で2~3時間座っていると、床から足下にかけて10~30cm位冷えてくる場合があります。すると、下肢から身体が冷え体力が消耗し、感染症(膀胱炎・咽頭炎)に罹りやすくなります。

こうした冷えの予防には、首に薄い大判のハンカチを巻き、膝から大腿部には大判のスカーフを折り畳んでのせる。足首には、レッグウォーマーを。夏こそ身体の中を温めることが大切です。

### 2017年 7・8月 日程表

日	行 事	場 所	時
7/28 (金)	三支部協議会	サンスクエア堺	2 時
31 (月)	「北のもず」原稿切り		
8/ 4 (金)	三役会議	市民センター	10 時
5 (土)	堺平和のための戦争展	サンスクエア堺	11 時
6 (日)	〃 〃	〃 〃	10 時
9 (水)	「北のもず」校正会議		7 時
10 (木)	第8回年金裁判	大阪地裁	3 時
18 (金)	支部委員会	市民センター	1 時

## 2017年度堺北支部役員紹介

これからの1年よろしくお願ひします

支 部 長 高 山 アサ子  
副支部長 岡 井 秀 生  
〃 坂 本 多美子  
〃 竹 本 昇  
〃 原 圭 治  
書 記 長 池 田 一 郎  
書記次長 小 西 照 夫  
〃 渡 瀬 信 子

支 部 委 員 井ノ本 貴巳代  
〃 岸 上 紀代子  
〃 古 賀 光 政  
〃 西 野 由 男  
〃 西 村 恒 男  
〃 速 水 英 子  
〃 山 本 美登利  
〃 吉 岡 純 子  
会 計 監 査 鳥井田 修  
〃 南 繁 男



## 北堺・8月のサークル情報



### 北堺パソコンの会

8月3日(木)・10日(木)

午前10時～12時は講座、午後は相談会

会場：サンスクエア堺

会費：1回ごとに400円 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

### カラオケ同好会

8月7日(月)・21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2300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



8月21日(月) 9時30分～12時

会場：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。  
(材料購入のため)

新会員のご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

8月はお休みです 連絡先：速水 253-6662

### 絵手紙の会

8月9日(水) 午前10時～12時

(例会は、毎月 第2水曜日です。)

場所：サンスクエア堺 会費：200円

連絡先：寺崎 287-2473

### 囲碁・将棋サークル

8月8日(火)・22日(火) 各1時～4時

会場：サンスクエア堺 会費：200円

連絡先：尾崎 221-5998

### 健康うたごえ喫茶

8月はお休みです

連絡先：西川 090-1899-8387

### そてつ読書会

8月23日(水) 10時～ 会場：サンスクエア堺

課題書：E.フランクフル『夜と霧』

※本は会で用意します。会費 無料

連絡先：尾田 255-1672

### 折り紙の会

8月23日(水) 午後1時30分～

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

8月はお休みです

連絡先：西村恒男 090-9865-5477

### 歴史散歩

8月はお休みです

連絡先：岡井 253-9079

携帯 090-9710-9079

### 北堺卓球クラブ

8月 3日(木) 15時～17時

金岡体育館(小体育室)

8月30日(水) 13時～15時

金岡体育館(小体育室)

※上靴・動きやすい服装で

連絡先：速水 253-6662

携帯 090-9166-9944

### 堺北「人形劇の会」

8月28日(月) 14時～「聞き耳頭巾」の公演

美原府住集会所(美原南余部)

連絡先：森 237-9456

みんなで受けよう日曜検診  
毎年好評の集団検診のお知らせ

9月10日(日)

(バスの送迎あります)

詳しくは別紙でご案内します



# おきがる料理の会便り

時間が余ります。

昔のように風情を感じる梅雨が懐かしいですね。

近年の亜熱帯気候のようなどしやぶりの雨、台風かと思われるような強い風、そして熱い日々、ということ、皆のリクエストにより6月は冷やし中華麺になりました。

皆さんベテランでどんなに手数の多い献立にしてもアツという間に出来上がり、



手際よくおいしい料理が・・・

そこで作戦を練りました。モヤシを多くしてモヤシの根っこを取ってもらい時間稼ぎをしました。やはりアツという間にできました。残念。またつぎも策を練ろう。ご馳走さまでした 竹本延子



食欲をそそる冷麺が・・・

それほど暑さも気にならず登ることができました。 山頂はつつじのシーンでもあり、たくさ

# サークルからのお便り

## 山つつじの絨毯は美しかった

前回の高取城に続き、2回目の参加です。

今回（5月14日）は葛城山、総勢12名で快晴の中、青崩から2時間30分かけて山頂に。

## ハイキング

前日の雨で少しぬかるんだところもありましたが、

ん登山者であふれていました。今年はずつじの開花も遅かったせい、この時期としては、絨毯を敷き詰めたような美しさで、眺めながら食べた弁当は格別でした。 下山はほとんどが



真っ赤な絨毯に包まれて

木と岩と石の階段で膝がガクガクして大変でした。登りでなくてよかった。 ウオーキング専門の私ですが、ゆっくり登れたことや休憩も多かったので、思ったより楽しく登れました。これからもできるだけ参加したいと思っています。

ハイキングの

後の懇親会もよろしくお願います。

堺区在住 大田孝夫

## 文芸欄

### 短歌

急流を吹き抜けし風一瞬に 大西孝子  
遡上の鮎を光に変えぬ

### 俳句

生き残りし思いの深し樟若葉 井ノ本貴巳代  
萌ゆる公園にひとり憩えば

### 川柳

水を飲む猫の背写す夕月夜 M・Y  
流れ星叶わぬ願いいくつもち  
ひた秘しモリカケ総理墓穴掘る  
仲良しのふりして互いに杖がわり

## 東雲草と黄昏草

朝顔は早朝に咲くので東雲草（しのめぐさ）の異称があります。江戸時代には様々な園芸品種が作られ、花比べである朝顔合わせや朝顔市が行われました。

はかなくて行きにし方を 思ふにも

今もそこそは朝がほの露 西行「山家集」  
夕顔は夕方に咲くことから、黄昏草（たそがれぐさ）の異名を持ちます。

「源氏物語」の夕顔は、光源氏と結ばれますが、光に誘われた廃院で夜、物の怪に襲われて息絶えてしまう悲しい女性です。

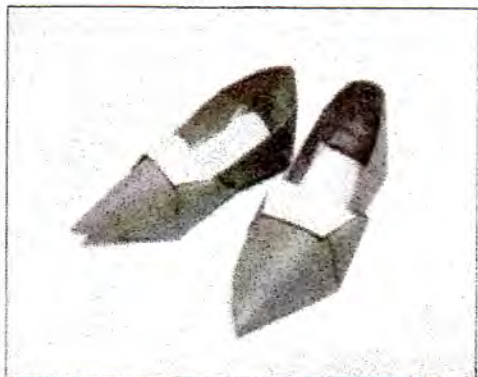
坂本多美子

## 季節の言葉

朝顔の露は、昼には萎んでしまうことから、「朝顔の花一時」と、はかなさのたとえにされます。

# 折り紙

## 折り紙グループ の作品



# 絵手紙

中川 富子



## 地域探訪 6

阪和線を挟んで西が堺区で、東が北区と理解してましたが、北区内に堺区の地域があるので、変だなと思っていました。それが、金岡団地の南側にある小さな池です。この池は「妙寺池」と呼ばれています。この池の地番を見ると堺区向陵西町1丁と書かれています。細い道を隔てて北側は、北区東三国ヶ丘町1丁です。

この記事のための写真を撮っていたら、人の好さそうな初老の男性が声をかけてくれました。その方は、ボランティアで公園や方違神社など見回り、防犯活動をされているこの地の名士だったのです。その方が昔の話を教えてくださいました。

昭和4年に  
今池第一橋が  
かけられたこ

## 妙寺池の話

とは、橋の架け替え運動で記憶に新しいところです。そのころ阪和線はなく、今の堺区と北区はつながった田園地帯だったのです。妙寺池も南今池の一部分でした。狭山池を水源として、田んぼに水をひきこめ作りに励んでいたそうです。大和川の南から今の三国ヶ丘駅辺りまでは今池町と言ったそうです。

その後、阪和線が地下に通されました。御陵さんを見下げてはいけなから。

周辺の農家は、田んぼにどうやって水をひいていたのか？ なんと、阪和線の下に溝を通し、サイフォン方式で水を田んぼに通したそうです。

戦後昭和34年頃から団地が出来たり住宅が建ち並び、田んぼが減り池も小さくなりました。池の際に井戸が掘られ、田んぼや畑に必要なときだけ、ポンプで井戸から水をくみ上げていたそうです。

大和川は300年前に付け替えられた川なので、大雨で川が氾濫すると、阪和線は川になり魚があふれ、子どもたちはじゃこ取りにはしゃいだそうです！

ちなみに、私の謎が解けたのは、金岡公団や大阪ガスと妙寺池のあたり。急に2、3mほど隆起しているのでおかしな地形だなと思っていました。団地と池の間の細い道は昔の道だそうです。また、大阪ガスあたりは沼だったそうです。だから、堺区の飛び地みたいな場所が、北区の中にあることがわかりました。

僧行基菩薩の建てられた三国山向泉寺の碑文の顕彰碑もこの池の畔に設置されているのも理解できました。

## 辻 定子

\*金岡団地；今のサンバリエ金岡は日本で最初に建てられた公団です。建てられた当時は「モダン」な家で、若い夫婦にとってはあこがれの住居だったのです。ガス・洗濯機・冷蔵庫・掃除機などを使い鍵一本で戸締りが出来る。今までの日本家屋からは想像できない快適な住まいでした。中流家庭やインテリ層に人気がありました。

現在、1棟の前の空間に当時の住まいが再現されて、こどもの遊び場になっています。

