



北のもず 第18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 TEL221-8384

連絡先 池田 TEL255-8137



須磨寺本堂の前でハイチーズ

雨と台風が心配された中でしたが、10月27日はぬけるような青空。3支部共催のバスツアーに43人が参加。明石と須磨に向かいました。バスは順調に阪神高速を進み、子午線のまち・明石に到着。「魚の棚」で買い物を楽しみました。とれとれのタコやアナゴが店先にずらりと並んで安い。名物の明石焼きを食べた人も…。

楽しんでおいおいのバス旅行 和気あいあいの

川、緑の豊かな自然空間から湧き出る自噴型の温泉施設です。

乾杯をして、昼食。おなかを満たされたところから、自己紹介。いっそう親しくなれたようです。

自噴型は、全国で10%しかない温泉です。ラジウムの湯に浸かったり、足湯を楽しんだり。

国宝本堂や三重の塔を有する近くの太山寺に足

をのぼした人もいました。またバスに乗り、山から海へ向かい源平ゆかりの古刹・須磨寺へ。

寺にまつわる話を副住職さんから聞き、平敦盛と熊谷直実の像や、逸話にでてくる青葉の笛を見て回りました。

時間通りに帰界しました。いつもながら、岩瀬さんに説明していただき、よくわかりました。あり

がとうございました。参加者の声 ☆良かったです。全体的に良し。須磨寺のイケメンの副住職さんの話良かったです。

☆組合員になって初めて参加しました。魚の棚



豪華な食事を前にカンパイ

へ初めて行き、明石焼きを食べておいしかったです。食事もおいしく、足湯がとても気持ちよかったです。

松谷清治

☆楽しかった。初めて参加させていただきまして充分に楽しませていただきました。若くてイケメンの須磨寺の副住職さんの話に聞き入り、頭がクラクラしたぐらいです。こんなに楽しいバス旅行、また誘ってくださいね。本当にありがとうございます。井上和子

次は神戸の西部にある「なでしこの湯」へ。山、

10月24日に、第9回

「年金裁判」が行われました。全国で4800人を超える組合員が、「年金引き下げは違憲」と訴

条に違反しています。

この日も、100名を超える組合員が集まり、事前集会の後、傍聴券の抽選があり、傍聴席は満

「将来世代の給付水準を確保するため」という理由で年金を引き下げるとは、国は責任を確保し、社会保障と

年金からスタートする国民の権利

国民の権利

えて始まった裁判。

年金者にとって、年金の引き下げは命を削られることに等しく、生きる権利を侵害され、憲法25

席。抽選に外れた人たち

も、法廷前の廊下で裁判の行方を見守りました。格差と貧困の広がり、国の責任です。

しての年金制度の拡充を

求めるとの意見陳述がなされました。今回の裁判は、1月24日です。池田一郎

☆すごくよかったです。温泉の湯よかったです。魚の棚での買い物もよかったです。それにもまして、須磨寺です。神戸にこんな歴史のある立派なお寺があることに感動しました。敦盛と直実の話も、とても興味深かったです。吉田紀恵

ますます強化される沖縄米軍基地

11月の「おしやべりカフェ」は、当初、「沖縄のいま」のDVDを見ながら沖縄のお話をしていただく予定でしたが、台風の影響で高齢者大会が中止となり、都合で「いのちの森高江」の上映となりました。

ヤンバルクイナなど貴重な固有種が生きる森・高江が米軍に奪われ、オスブレイのヘリパッド建設が強行されている映像を20人で見て、心が痛みました。

先祖代々から受け継いだ土地と命の水が汚されている県民の悲し



生態系がこわされていく・・・

みを無視して建設を強行する米軍と安倍政権。沖縄と心を一つにして、怒りの声を上げねばと思いました。

☆多様な生命の森、豊かな自然と住民をおびやかし続ける米軍基地の存在、現実をリアルに映す「いのちの森・高江」をもっともつと広げてくださ。 坂本允子

☆「沖縄のいま」はビデオの機械の都合で延期となりましたが、以前にも見た「いのちの森・高江」を再上映していただいた。何回見ても沖縄の美しさに感動。それに対しての日本政府の軍事強化のための破壊が許せない気持ちになります。 いい映画でした。是非、多くの皆さんご覧いただきたいです。 橋本節男

沖縄の耕地に 陽がさす日を



私は「沖縄」をテーマに絵を描いています。 終戦直前の『鉄の暴風』とよば

れた激しい地上戦で沖縄で12万人が犠牲になりました。また、日本軍は、防空壕に逃げた人たちを銃で殺してまわりました。逃れた人が下着のまま壕から出てきた写真を見たこともあります。

本土復帰後も米軍によるレイプされた少女もいます。戦闘機の墜落による学生の犠牲・校舎の破壊。これら人災に対して日本は警察権を持ってないのです。 今も辺野古新基地建設が強行されています。 日本政府がアメリカの戦争に力を貸しているのです。

沖縄では辺野古新基地反対を掲げて「オー沖縄」で闘っています。沖縄で安心して暮らせるよう、私たちも支援を続けましょう。 沖縄の耕地に陽がさし、人間らしく生きていけるのをイメージして絵を描きたいです。 瀬藤みや乃

みんなの広場

65歳海外デビュー

退職後にしたかったことのひとつが、海外での生活。

不安いっぱいの中、今しかない！ とこの夏、有光さんに作っていただいたタペストリーを手みやげに、ネパールの日本語学校にボランティア教師として一人で3週間過ごしてきました。 一番の驚きが、6時30分からの授業で、朝は一杯のチャで始まり



各家族によるイベントが多く20日たらずの間に三回も休みがありました。

授業の一コマで「都道府県ビンゴ」をしているとき「広島はBombです」との発言。 学校で学習したと。歴史認識を大切にしているネパールの教育が心に響きました。

「平和のための戦争展」で折り鶴を展示したいとの願いに応えてくれ、寄せ書きにも応じてくれ、学生との素敵な交流になりました。



学校で寝泊まりし、自炊もして有意義なデビューでした。 渡瀬信子

吾が死に体の蘇生

時の山歩きで仲間から「おっさん手が震えてるで」と戯け笑いあり、体調の衰えを隠し持っていたのが露わとなる。

いつの間にか一人での山歩きも疎くなり、家に籠もるを余儀なくされ、日常生活の棚に背伸び、よだれ、パンツ履き替え、浴槽の出入りままならず。

日増しに心身喪失するなか、医師、ケアマネージャーの助言にてリハビリを。 今は何とか体調取り戻し、おしやべりカフェを楽しみに、人との出会い、身体活動の大切さを篤と知る。 津山幸三郎



こんにちは



澤田 勝

国の民主主義と憲法を壊し、日々、ぶざまな姿を晒して、政治不信を広げる政権与党とその補完勢力。彼らにそれを償う気がないのなら、わたしたちが力を合わせて払拭するしかありません。頑張りましょう。

山岡 丈巳

組合の皆さまの活動大変ご苦労さまです。他の活動もあり、地域の年金者新聞の配達と会費集金しかできず、大変恐縮です。安倍自公政権のもと、高齢者の生活が一層厳しく年金者組合の役割はますます大切と思えます。



2017年 11・12月 日程表

日	行 事	場 所	時 間
11/21(火)	年金裁判意思統一集会	エルおおさか南館	14:00
25(土)	第22回大阪高齢者集会	エルおおさか南館	14:00
30(木)	「北のもず」原稿締切		
12/8(金)	三役会議	市民センター	10:00
9(土)	これからの自治体と市民	サンスクエア	18:30
13(水)	おしゃべりカフェ 映画「汚れなき悪戯」	市民センター	10:00
13(水)	「北のもず」校正会議		18:30
15(金)	支部委員会	市民センター	13:00

「北のもず」が、ホームページで見れるようになりました。

パソコンの柴先生にご尽力いただいています。どうぞご覧ください。

アドレス



<http://kitanomozu.main.jp>

12月のおしゃべりカフェ

「マルセリーノの歌」で有名な

『汚れなき悪戯』

12月13日(水)10時

新金岡市民センター

お茶・お菓子代……100円

健康講座 9

物忘れが始まると…予防を

山本 美登利

物忘れが多くなり、出来ないことが増えてくると不安になる。認知症ではないが、年齢相応の認知機能レベルより低下しているという状態をMCIと言います。

すぐに認知症に進行する訳ではありませんが、放置すると5年で約50%が認知症を発症すると言われています。健常に戻るために、この時期に予防に取り組むことが重要です。

まず、風邪を引いたときと同じく早めに専門医に相談をしましょう。

MCIから回復するための3つの要素

- ① 共感の力(同じような境遇でも、明るく前向きに生きている人と対話、交流するなど)
- ② 場の力(同じ境遇の人が集まる場で)
- ③ 予防トレーニング(MCI段階でのトレーニングは認知症予防になります)

調理、手芸、日記などのほか、簡単な出来事をメモする、散歩、会話を楽しむなど。

北堺・12月のサークル情報

北堺パソコンの会

12月7日(木)・14日(木) ※第1・2木曜
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 ※第1・3月曜

12月4日(月)・18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

12月18日(月) 9時30分～5時 会費:500円
(今回は料理の内容が変わります)
会場:サンスクエア堺 ※会員で欠席の時は必ず
連絡ください(材料購入のため)
連絡先:竹本 253-5133

ヘルシークッキングの会 ※毎月第3火曜

12月19日(火) 9時30分～12時
会場:サンスクエア堺 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

12月13日(水) 午前10時～12時
(例会は、毎月、第2水曜日です。)
会場: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 ※基本は第2・4火曜日

12月12日(火)・26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

お菓子をつくる会

12月15日(金) 9時30分より
X'mas 向けのお菓子
会場:サンスクエア堺 1階調理室
会費:300円 持ち物:ふきん・エプロン
初めて参加される方は、ご連絡ください。
連絡先:吉田 090-8213-8216



健康うたごえ喫茶

12月16日(土) 午後2時～4時 参加費:300円
場所:サンスクエア堺 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

そてつ読書会

12月27日(水) 10時～ 会場:サンスクエア堺
課題書:海堂尊 『極北クレイマー』
※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

12月27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 月会費:200円

例会 12月10日(日) 二上山
集合:近鉄阿倍野橋駅 8時30分
コース:二上山駅→上の池→谷道→雄山→
雌山→道の駅→二上神社口駅
※当日午前6時の天気予報で降水確率が50%
以上の時は中止します
◎忘年会をします。
帰路アベノ「こがんこ寿司」で懇親忘年会をします。
こぞってご参加ください。
(会費は、男性 3,000円、女性 2,000円)
連絡先:西村恒男 090-9865-5477

歴史散歩

12月1日(金) 西区草部の式内社^{くさべ}日部神社
集合:JR富木駅 東改札口 10時5分 徒歩20分
(鳳駅より下り1つ目、各停のみ停車)
会費:100円 お出かけ応援バスカード必携
昼食:周辺で摂る予定
連絡先:岡井 253-9079・090-9710-9079

北堺卓球クラブ

金岡体育館 小体育室 上靴・動きやすい服装で
12月4日(月) 15時～17時
12月11日(月) 15時～17時
連絡先:速水 253-6662・090-9166-9944

消しゴム版画を楽しむ会

12月17日(日) 午後1時～
会場:えると 1Fプレイルーム 会費:200円
材料などはこちらで揃えます
連絡先:小林 090-5659-4135

堺北人形劇の会

12月26日(火) 午後2時
会場:サンスクエア堺 連絡先:森 237-9456

歴史散歩

豪華な襖絵の大安寺

11月3日、秋

晴れの中、16人で、大安寺を訪ねました。「秋期堺文化財特別公開」が始まり、豪商納屋助左衛門の居宅を移したとされる豪華な内部を見ることができました。

狩野派の作と伝えられる襖絵が見事でした。真鶴となべ鶴が羽を休める様、百日紅の樹上で手長猿親子が群れ遊ぶ様子、上間は、中国の西湖の風景の水墨画でと、見事な襖絵に見入りました。狸の茶釜もおもしろかったです。



居宅風の大安寺にて

庭から見た方丈も見事でした。酒造の銘が彫られた大きな石にびっくり。

まだまだ地中に遺物が埋まっているとのこととで、戦火で焼かれていなかったらもつと残っていたのにと惜しまれました。越中優子



秋の 妙見山頂でほっこり

サークルからののお便り

秋晴れの妙見山へ



10月8日、13名で、妙見口駅下車。稲刈りの終わった田園風景を見ながらしばらく行くと、初谷溪谷コースへと続く。

せせらぎの音を聞きながらの溪谷歩きは、とても気持ちよかったです。途中からは、川を何度も渡りながら登って

いく。飛び石を選び、うまくバランスをとりながら川を横切っていくのは、なかなかスリルがあり楽しかった。上杉尾根コースを下って下山。

駅前で、能勢の特産品を買ったりして帰宅の途についた。

山中真知子

卓球は楽しい

平成27年6月、金岡体育館小体育室、12名での練習が始まりました。月2回の練習では物足りないと言うほど卓球が好きな人、そこかしこが痛いと言いつつも卓球をする人。

皆、楽しそう！自分の体力に合わせて休憩をとり、おしゃべりもし、汗をかき、あつという間の2時間。私も70歳にしてこんなに沢山の仲間ができて良かったと思います。皆さんも仲間と一緒に体を動かしてみませんか。待ってまあす！

速水英子

灯点し頃

坂本多美子

日暮れとともに、一つまた一つと、家々に灯が点ります。灯ともし頃です。かつては、夕方になると、家々から夕餉の支度の夕煙が上がり、布を柔らかくするため木槌で打つ夕砧の音が聞こえました。夕砧

夕方になることを、夕さりといいます。夕ましも夕暮れのことです。仄暮れは、わずかに暮れかかること。薄暮は薄明かりの残る夕暮れ。夕間暮は夕日暮の意で、薄暗い夕方。夕色は夕方らしい色。

夕されば



人なき床をうちほらひ 嘆かんためと なるるわが身か 詠み人知らず 「古今和歌集」

季節の言葉

は、もの悲しさを感ぜさせるものとして用いられる秋の季語です。

短歌

淡黄色の花咲くように給油所の 灯が滲みおり時雨の中に

大西孝子

戦争のなかりし七十二年を尊びて 「文化の日」の今日ひとり黙祷す

井ノ本貴巳代

俳句

あきつばめおも 秋 燕 想い一つを乗せてゆけ

井ノ本貴巳代

もみじ 柿紅葉小さき公園彩りぬ

いろど

文芸欄

読書会

第256回

東京の
良家の若
者が死ぬ
つもりで
着の身着

漱石41歳の作。朝日新聞に連載。或る青年に自分の身の上話を小説にと依頼されて書いた話。但し、彼の恋愛事情などは描いていない。

『抗夫』

夏目漱石

のままと逃亡。途中ポン引に掴まり、足尾銅山に辿り着く。危険な坑内を案内されたり、抗夫らに罵倒や嘲笑を浴び、南京米を食べ、南京虫に喰われる。野卑な抗夫の中には高貴な心を持った安さんのような人物と出会ったが、若者は気管支炎のために抗夫を諦める。飯場の帳付に雇われ、五ヶ月間勤めて帰京する。以上が一応の筋である。

「失敗作」と談じる批評家もあり、数ある漱石の小説の中で最も不人気といわれた作品である。漱石は、主人公のリアルな人生経験を通して、その意識の流れに沿って人間を省察しようとしたのではないだろうか。読むのに時間を要したが考えさせられた作品。

大西孝子

絵手紙



坂井洋子

折り紙 筆立て



坂井洋子

地域探訪 10

舊八坂神社

辻 定子

堺の浜から奈良（大和）に通じる道として、長尾街道と竹内街道が北区を走っています。竹内街道は以前に紹介したように、613年、推古天皇の命により道を整備されました。長尾街道も同じころ大和への道を整備されたと言われていいます。我が家の近くには、近所の人たちが「長尾古道」と呼ぶ長尾街道が走っています。そこここに小さな歴史が埋もれているらしく、人の話に耳がダンボになりました。



「古道」を隔てて、「大豆塚」と書いて「まめづか」と読む町があります。戦国時代からある地名です。摂津国住吉郡五箇荘の一つです。

花田、奥、庭井、杉本、我孫子、苧田、大豆塚、船堂をさすようですが、今の五箇荘町は南花田、奥本、新堀、船堂、蔵前の5つの村

を指すようです。

（華表神社の前の掲示板による）昔、堺の町から大和へ商いに、用事に行き、帰りつくまでにいつとはなしに、人々が唄いました。

「大和からせんど（船堂）歩いて、まだ蔵の前（暗くなるまで）、足にまめづか（大豆塚）できました」

私は、だったら北区のはしに何かないと真つすぐ東に向かって歩いていくと、「舊八坂神社」が南花田町にありました。「舊」とあるので、本家の「八坂神社」があるに違いないと東に向かいました。

松原市と堺市の境目辺りの「野遠町」に八坂神社がありました。ここは次回に書きます。

舊八坂神社は、ぎりぎりまで住宅に囲まれた、こじんまりした村の氏神様という感じでしたが、秋のお祭りも毎年しているし、境内には樹齢何百年と思わせる楠が四隅を固めていました。鳥居をくぐり、一歩中に入ると別世界に居るような気持になりました。



南花田の旧八坂神社