



# 北のもず 第20号

全日本年金者組合大阪堺北  
東洋ビル3F TEL.221-8384  
連絡先 池田 TEL.255-8137

## 明けまして おめでとうございます



### 賀正



大泉公園からの初日の出

撮影者 西村恒男

あけまして

おめでとうございます。

昨年、憲法を守る総  
がかり運動が盛り上がり、  
草の根の力が大きく伸び  
た一年でした。お疲れさ  
までした。  
年金裁判も秋には結審

が予定され、介護など  
社会保障制度の悪化を  
許さない運動がますます  
必要とされています。  
今年、特に憲法問題  
が重大だと思っております。  
1人でも多くの方のご  
協力を得て9条を守り  
たいです。これが年金  
者組合の努めだと  
思っております。

それには組合員  
の拡大が大きな力  
となります。

年金者組合は、  
病気、転宅などで  
退会される方が多  
くなり、現状  
を維持するため  
は入っていただけ  
の方を毎月増やし  
ていかなければな  
りません。知人を  
ご紹介ください。  
皆が笑って暮らせ  
る社会にするため、  
身体に気をつけな  
がら、今年も頑張  
りましょう。

高山アサ子



私には2度あって欲しいこ  
と、あって欲しくないことが  
有ります。私は戦後生まれの  
最初の成年です。近所の1歳  
うえの友人の名前は「勝利  
(かつとし)」です。父はこ  
れからは民主主義の時代だと  
「民雄」と名前をつけました。  
2度と名前に「勝利」が使わ  
れる時代が来ないように頑張っ  
て生きていきたいと思ってい  
ます。

## 成年の仲間



戊年の12  
月25日、高  
知県須崎  
市で南海地震

気がつけば  
早や84歳。母・  
祖母を超える  
年齢になっています。

戦争で焼け出され祖母の里  
滋賀県に疎開し、田舎の生活  
にも慣れ、新しい憲法が出来  
て、もう戦争はないと喜びで  
いっぱいでした。友達と山野  
を駆けめぐり柴刈りなども覚  
え、とても楽しい日々を過ご  
し、ここでの生活が私の原点  
と言えると思っています。

に被災しました。津波に追わ  
れて母は山に避難し九死に一  
生を得ました。南海地震は歴  
史上50年周期と言われている  
す。2度目に遭遇したくない  
出来事です。2度目を経験し  
たいことは東京オリンピック  
です。朝ドラの「ひよっ子」  
の主人公と私は同級生です。  
テレビでマラソンの超人アベ  
ベの二連覇とトラックでの円  
谷選手とヒートリーのデッド  
ヒートを見た事を今もはつき  
りと思い出します。2020  
年の東京オリンピックで日本  
男子マラソン復活をもう一度  
見たいところです。坂本民雄

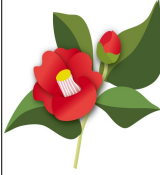


大阪に戻り、就職、結婚、  
子育てと忙しい毎日でした。

退職後はボランティアや年  
金組合の歴史散歩、お菓子づ  
くりに参加し「今日行く」  
「今日用事」で元気もりもり、  
とはいかなくても充実した毎  
日を過ごしています。

干支は本来、植物の成長を  
表していて11番目の成年は熱  
した果実が朽ちて新しい命に  
バトンタッチする準備の時期  
と言われているそうです。7  
回目の節目に少しでも役に立  
てば幸いです。  
蒲田秀子

# 介護保険制度の改悪に反対します。



私たち高齢者にとって、最も切実な問題は介護です。必要な時に安心して介護が受けられるようにと、高い介護保険料を払い続けて来ましたが、

ところが、介護保険法の改悪で、援助の利用を厳しく制限するなど、介護をますます受けにくくしようとしています。

安倍政権は、国に頼ることなく、自分とは自分で、それが無理なら家族で、それもだめなら地域の人たちの力をかりて、地域支援事業に移して、介護をやりなさいと法律を変えました。

これでは、要支援・要介護と認定された人の6割が、保険でサービスを受けられません。私たちは、精一杯互いに支え合って生きています。国こそ社会保障の公的責任を果たすべきだと考えます。

## みんなの広場

### シャープ裁判 大阪高裁へ

「市民の納めた税金は、世界的な大企業のためではなく、市民の暮らしのために」との思いから始まったこの裁判は、8年に渡り闘いましたが、昨年9月8日、大阪地裁は、私たちが主張した具体的な事実は何ら答えることなく、全面棄却の不当なものでした。直ちに大阪高裁に控

訴したこの裁判も、さる11月1日に結審し、本年2月22日に判決を迎えることになりました。

10年間で、大阪府の補助金262億円、堺市減税184億円を支出したばかりか、新日鉄のために道路などのインフラ整備を行ったこともこの裁判を通じて明らかにされました。平山弁護士が、結審に当たり、この裁判の意義などを述べ、ゆがめられた行政に対して、司法の立場から公正な判断を下すよう求めました。岡井秀生

# 年金は私たちの命綱



年金裁判第3次カンパのご協力を訴えます。憲法25条では生存権を、また、国連の社会権規約にも

訴訟を闘っています。大阪でも1008人の組合員が7人の弁護士と大阪地裁で裁判を続

カンパが取り組まれてみなさんから多額のカンパが寄せられ、ありがとうございました。

堺北支部でも遅ればせながら取り組むことを確認し、「カンパ袋」を入れさせていただきました。

「社会保障は、少しづつでも前進させるべき」と規定し、社会保障制度の「後退禁止原則」を定めています。

昨年7月の大阪府本部の定期大会で、引き続き年金裁判を支

この間2度にわたり、この裁判闘争を支える

何かと出費も多く申し訳ございませんが、趣旨をご理解いただきカンパへのご協力をお願いします。財政担当 岡井秀生

私たちはこれを根拠に全国各地で年金違憲

この裁判闘争を支える

この裁判闘争を支える

2月のおしゃべりカフェ  
学ぼう介護保険

利用の仕方を学び、地域から改悪に立ち向かうために

耳原訪問看護ステーション管理者  
宮川光代さん

2月7日(水)10時  
新金岡市民センター2F  
参加無料

### 最愛のミニとの別れ

3月2日に22才の誕生日を迎えようとしていたミニ、極端に食が減り、動き回る回数も少なく、年を越せるかが微妙。

22年近く私の家族と生活を共にしてくれたミニの最期は看取ってやろうと29日から元日



の朝まで添い寝して見守った。元日の朝6時、小さな声を発して別れを告げた。

104才の長寿をありがとう！幸いお正月で、娘孫も帰省中で義妹親子も含めて13人で葬儀場へお見送りに行きました。みんなに見送ってもらえるのを待ってたんだね。みんなに送ってもらってよかった。

ミニ、永い間ありがとう。古賀光政



# こんにちは



巽 照子

林原 昭穂

外出してトイレを利用するときに、心がけていることがある。

次の利用者がペーパーを取りやすいように先を三角に折っておくこと。こんな輪も広がってほしいです。

東三国小学校の地域で機関紙を10部配達・集金をしています。年金者組合はみんなの趣味を生かした多彩なとりくみを行っており、ほんとうにすばらしい組合だと思っています。

他の活動もあって組合のとりくみになかなか参加できず、残念で、申し訳なく思っています。



日	行 事	場 所	時 間
1/24(火)	第10回年金裁判	大阪地裁前 集合	14:00
31(水)	「北のもず」原稿締切		
2/3(土)	堺北支部 新春のつどい	市民センター	11:00
7(水)	おしゃべりカフェ 介護保険学習会	市民センター	10:00
9(金)	三役会議	市民センター	10:00
10(土)	2018・年金フェスタ	東成区民ホール	13:00
14(水)	「北のもず」校正会議		18:30
16(金)	心をつなぐコンサート・叫びへ愛をこめて	サンスクエア	18:30
16(金)	支部委員会	市民センター	13:00
16(金)	支部委員会後 女性部問題学習会	〃 〃	15:00

## 2018年金フェスタ

2月10日(土) 13時～16時

東成区民ホール

参加者には支部から交通費が支給されます



「北のもず」が、ホームページでご覧いただけます。アドレスは

kitanomozu.main.jp です。



## 健康講座 11

# 今年は、自力をつける年です。さあ始めましょう

山本 美登利

まいます。

年齢を重ねる毎に多くの方が、筋力が落ちたと感じているのではないのでしょうか？筋力が落ちる原因のひとつに、身体全体を動かすことが億劫になり、生活運動量がぐんと減ることが関係しています。筋肉は何もしないと縮んだままで、自らのびる事ができません。長時間正座後立ち上ろうとして横に転んだ経験が有るのでは？身体を動かさないと筋肉は縮んだまま衰える。運動量がほぼ0になると、短期間では回復出来ない筋肉になってし

生活の場で毎日コツコツと、無理なく1人でも出来るトレーニングを、自分の年齢に必要な筋肉(立つ、座る、歩くのに必要な筋肉は大殿筋、内太腿筋、ヒラメ筋)から始めてみては？

始める前の心がけ

- ① 短い時間で毎日。
- ② ゆっくり筋肉を動かす→自分がどの筋肉を動かしているのか意識しよう。

(次回は運動の実際を)

## 堺3支部2月のサークル情報

### お菓子をつくる会

2月23日(金) 9:30~ いちご大福の予定

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

### 北堺パソコンの会

2月1日(木)8日(木) ※例月は第1・2木曜  
10時~17時 (午前は講座)(午後は相談会)

会場: サンスクエア堺

会費は1回ごとに400円 定員は30名

※初参加の方、事前に連絡してください。

連絡先: 竹本 253-5133

### 堺東カラオケ会

2月21日(水) 午後2時~ ※毎月第3水曜

会場: 「和花」(翁橋1丁天馬ビル3F)

連絡先: 高橋 090-6247-0189

### カラオケ同好会 ※原則毎月第1・3月曜

2月5日(月)19(月) 2時~4時

カラオケ ライブ(北区北長尾町)

※1月は第3月曜日のみ。

今後の日程などは、調整中!

連絡先 井ノ本 254-6382

### おきがる料理の会 ※毎月第3月曜

2月19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。材料買入のため。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20日(火) 9時30分~12時

会場: サンスクエア堺

会費: 500円 エプロンと頭巾持参

※初参加ご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14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円です。

連絡先 寺崎 287-2473

### 囲碁・将棋サークル ※基本第2第4火曜

2月13日(火)27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

### 人形劇の会

日程未定 問合せは 森 237-9456まで

### 健康うたごえ喫茶

2月24日(土) 午後2時から4時

サンスクエア堺B棟地下1階・第5会議室

参加費300円※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

2月28日(水) 10時~

会場: サンスクエア堺

課題書: 「昭和の犬」 姫野カオルコ著

※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

2月28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 月の会費: 200円

例会 2月11日(日) 金剛山 持ち物: アイゼン

集合: 南海高野線「北野田駅」下りホーム  
8時30分

コース: 河内長野駅下車→バスで金剛登山口→  
タカハタ道または千早本道

例会外 2月25日(日) 風吹岩 持ち物: アイゼン

集合: 阪急梅田駅3F改札口 8時30分

コース: 阪急芦屋川駅下車→ロックガーデン→  
風吹き山→阪急岡本駅

※当日朝6時の天気予報で、降水確率50%以上の時は中止。

連絡先: 西村恒男 090-9865-5477

### 歴史散歩

2月2日(金)

和泉西国33番 法華寺と光明院・百舌鳥八幡

お相撲さんに会えるかも

集合: 南海高野線中百舌鳥駅南出口1階エレベーター前 10時 集合

会費: 100円

昼食: 近辺で摂る予定

連絡先: 岡井秀生 253-9079

090-9710-9079

### 北堺卓球クラブ 金岡体育館

2月9日(金) 15時~17時(大体育室)

2月20日(火) 15時~17時(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

### 消しゴム版画を楽しむ会

2月25日(日) 午後1時~3時

会場: えると 1階プレイルーム

会費: ¥200 材料などこちらで揃えます

※午後3時~4時 踊りの練習をします。

連絡先: 小林 090-5659-4135

# 歴史散歩

## 因念寺から踞尾神社へ

戊年最初の歴史散歩は1月5日。津久野駅10時30分集合、参加者29名である。行程は因念寺から踞尾神社へ。因念寺は創立沿革は不明。15世紀後期蓮如上人から寺号を下付された浄土真宗の寺。本堂の立派さに参加者は感嘆していた。



破風の屋根が印象的な神社

踞尾八幡神社は応神天皇を奉祀が起源である。境内には神木の大神。義経が座った腰掛

あり数年前に修復工事が完了。

# ハイキング

ちようど販売車が来て、みかんや大根をリュックに入れた。

12月10日(日)晴天のもと、17名で、二上山神社口から、二上山雌岳をめざす。古い家並みを過ぎて、傘堂から池のまわりが紅葉で美しかった。

# 未知のコースの二上山へ

たところもあつたが、風が心地よく、未知の道を行つた。

雌岳山頂に着く。大和三山の眺望を楽しみ、やまがらが来たのを見て、弁当を食べた。

雄岳へも、これまで通っていない道を行つた。帰りは、こがんこの忘年会で盛り上がった。西村恒男



眺望とおしゃべりで楽しく

# サークルからののお便り

因念寺本堂見学は門前で出会つた、当寺総代の計らいであり感謝。新年早々幸運であつた。外野大吉

詰め、登山開始。秋の大雨で木橋が壊れてい

# あがしつくりの会 カップケーキ

参加者8名。おかしのは、簡単、安価をモットーとしています。ホットケーキミックスとココア、砂糖、玉子、牛乳を合わせ生地を作り、カップに入れて15分程蒸す。今回はその間、女性部について話し合いました。

蒸し上がり、粉砂糖を振り、クリスマスピツクなど飾ります。紅茶で味よい、残りはお土産です。箱まで用意して頂き、喜んで帰路につきました。次回は2月23日です。参加をよろしくお願ひします。高山アサ子

# 文芸欄

## 短歌

甦る青春しばし口笛に  
「ダニーボーイ」を吹くひとのいて  
戦争は画面の向こうという若きらに  
いま戦前となるを危ぶむ

## 俳句

冬茜雲窓を染めつつ一日終わりぬ  
落葉踏むかそけき音に猫走り去る

大西孝子

井ノ本貴巳代

# 季節の言葉

## 睦月

親しい人と睦まじく交わる月なので、陰暦1月を睦月といひます。イネの実を水につける実月からとの説もあります。

陰暦の1月から3月が春とされるので、初春月、孟春とも。また、早緑月ともいわれます。

「芹なずなごぎょう五形はこべらすずな仏の座すずな菘すずなすずしろすずなこれぞ七草」と唱えて覚える春の七草は、セリ、ナズナ、ハハコグサ、ハコベ、ホトケノザ、カブ、ダイコン。正月7日に七草を入れた粥を食べると、1年を健康に過ごせるといわれます。七草をまな板の上で叩くときに、「七草なずな唐土の鳥が日本の土地へ渡らぬ先に」といつてはやします。



坂本多美子

# 年度内納入のお願い

財政担当 岡井秀生

日頃、組合員の皆さんには組合費納入に、ご協力をいただきありがとうございます。

組合費の内、半額は府本部・中央に上納し、残った半額で支部の活動・行事などの諸費用に当てています。今年度の会計期間も後2か月余りとなりました。

つきましては、3月末日までに、17年度分の組合費を最寄りの役員まで納入をお願いいたします。近くに役員がない場合は、郵便振込みが出来る場合もあります。

組合費、納入方法などについて疑問・ご質問がございましたら岡井までお電話ください。

253-19079

## 絵手紙

森田紀代子



## 折り紙

坂井洋子



# 地域探訪 12 百舌鳥八幡神社

辻 定子

倒すというところからきています。

百舌鳥八幡神社は堺市内の神社の中でもとても古くて有名な所なので、私がわざわざ取り上げなくてもと思っておりました。年の初めだし、「百舌鳥古墳群」が世界遺産にと言う運動も盛り上がりを見せてきましたので、「百舌鳥(もず)」という言葉に因んだ話を書きたいと思います。

百舌鳥神社史によれば、神功皇后は三韓遠征の後、皇子の応神天皇と難波の津に帰着されました。その時、本社鎮座の地に心をとめられ、「幾萬代の後までもこの地に鎮まって、天下泰平萬人を守らん」とのご誓願をたてられました。「この地を萬代(もず)と称し崩御の後ここに祀り奉る」と言われたそうです。また、近くにある御廟山古墳は皇子の応神天皇(15代)が崩御された時の仮の古墳と伝えられ、百舌鳥八幡の奥の院とされています。

百舌鳥古墳群と言え、大仙陵(仁徳天皇陵16代)

古墳が巨大古墳として知られています。萬代(もず)の字が百舌鳥の字に代わっていったのは、日本書紀に書かれている逸話によります。大仙陵築造時、1羽の獯猛な鳥である、百舌鳥が、大きな体の鹿の耳の中へ入りこんで

江戸時代頃になると、御廟山古墳の島には、柴(原生林による)が生い茂り、百舌鳥村の強気のお百姓さんが一人柴刈りに出かけました。他の村人はその昔から、この島を恐れて誰一人近寄らなかった所でしたが、島の奥へ進んでいった時、突然雷光あたりがカーと照らし出され、強気のお百姓も目がくらんで、立ちすくんでしまいました。お百姓の目の前に現れたのは、白衣に身を包んだ老翁でした。「我は八幡大明神なるぞ。わが住まいを侵す不届きものめが！知らずして…」とあいなり、この村では、八幡大明神を祀り、肉食をとらない精進(百舌鳥精進)を今でも1月にしているそうです。「体の中の血がきれいになり、1年間健康でいられるような気がする」とは、今でもされている方の話。



初詣の人で賑わう八幡さん

また、正面の鳥居に掲げられている扁額は明治維新の立役者である大久保利通の三男の大久保利武氏の書だそうです。大久保利通氏の扁額は去年の秋の特別公開で見せていただきました。毎年、1月2日は初弓式があります。のんびりとした時間が過ぎる中、今年是不景気なのか、長蛇の列の初詣客が参拝にいられていました。

この度仁徳天皇(高津宮たかつのみや)の社殿の屋根の葺き替えが完成しました。何と屋根は全てチタンだそうです(ウン千万円ですって!)



百舌鳥八幡宮の鳥居の扁額