



北のもず 24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
kitanomozu.main.jp



今年も力作が並びました

第9回「輝け展」開催 力作が集まりました



作品を前に話もはずみました

4月7日(土)、8日(日)に、サンスクエア堺で、第9回「輝け展」が開かれました。皆さんから出品していただいた、絵や写真、書、絵手紙、手芸など56作品が会場に展示されました。

72名の方が来訪され、作品をご覧になりました。

会場に、「針金細工」と「消しゴム版画の実演コーナー」を設け、多くの方が参加され、好評でした。

参加者の感想
☆針金細工、厚かましくみんない

☆昨年も来ましたが、特に今年は出品数が多いように楽しませていただきました。今後もがんばってください。
渡洋

☆初めて楽しく拝見
掛本繁子


☆毎年楽しみにしております。
掛本繁子

☆一通りゆっくり見せていただきました。皆さんの力作、すごかったです。ゴム印を教えていただきました。自分の名前を彫って嬉しかったです。
坂井洋子

☆皆々様の作品を見て、ほんとうによかったです。ゴム印の体験もさせていただき、よかったです。
辻井敏子

ただきました。帽子につけてルンロン。受付で桜餅も頂き、今日はラッキー色々見せてもらい、ほのぼのした気分です。
蒲田秀子

小2のたけちゃんの絵に人気が集まりました。海の中を走る汽車の絵です。ユニークな子どもらしい発想が楽しい。



米田篤子

さしていただきました。



色鮮やかな展示品


90筆 集まりました

4月21日の「堺刃物まつり」会場前で3000万署名の行動を行いました。

11時～14時まで1時間交替でのべ7人が参加。

90筆の署名を集めることができました。

皆さん、お疲れ様でした。



6月のおしゃべりカフェは映画

ド・ゴール暗殺を警察は止められるのか

雇われた暗殺者は「ジャッカル」

ジャッカルの日

6月6日(水)10時

新岡市民センター2F

お茶 菓子代 100円

「北のもず」(22号)でお知らせしていますように、第3回堺北支部の総会が6月15日に開かれます。

総会にご出席ください

よりよい人生を送るために、「楽しみ7分、活動3分」をモットーにした組合活動の、これからの1年間の方針を決めること、そして、組合運営をスムーズにすすめていくための役員を選出する重要な総会です。

出欠は、すでに配りしている届けにご記入の上、もよりの役員、機関紙配布者にお渡しいただきました。重ねてお願いいたします。



会場はいつも和やかです

「12人の怒れる男」の真実に感動

5月2日、28人参加で映画鑑賞。

スラムに住む18歳の少年が「父親をナイフで刺し殺した」として殺人罪で死刑に問われる。無作為に選ばれた12人の陪審員たちの評決を下すまでを描いた法廷劇。

初めはたったひとりの陪審員が「無罪」を主張していた。それが、議論を重ねるに従って「無罪」が増えていく…。密室の中での激しいぶつかり

合い。小さな疑問から、考えを変えていくやりとりに息を吞んで見入りました。

参加者の感想

☆事実は一つ。良く話を聞くことと皆の意見をまとめること。すごく楽しく思いました。老人の「もう少し若ければ」と啖呵を切ったのも身に染みましました。 西谷ミチエ

☆一つの命の重いこと、最後の場面で有罪と言いつ張り続けた自分のメモを破り捨てたこと。そして、子どもとの関係も心に残りました。 辻野くに子

☆個人的な感情で人の生死を決めることがあつてはならない。事実を一つずつ検証することの大切さ

を思いました。疑問をそのままにしない、周囲の圧力に負けない勇氣を持つ ことの大切さもいろいろ考えさせられた映画でした 橋本照世



☆昔の映画はよかった。アメリカの陪審制度は日本の裁判制度とは違うところがあり、民主主義の本筋を見せてくれた。主人公のヘンリー・フォンダ、反対派の俳優の名が思い出せなかったが、久しぶりにいい映画が見られてよかった。女性が一人も出ていないのが特異だった。どうも有り難うございました。 佐久川政義

☆いい映画でした！ 少数

その後、グリーン会館で報告集会がありました。次回は、7月9日(月)

4月25日(水) 3時から大阪地裁で、第11回年金裁判が行われました。

年金裁判開かれる

傍聴席は無抽選でしたが、ほぼ満席。中矢さんは、陳述で、年金システムの不当性を訴えました。

15時です。後日ニュースが配られます。詳しくはそちらで。

意見でも真実が人の心を打ち、世論も変えられると思いました。アベ政権も支持率高かったですが、段々本場のことが伝わって低くなってゆくのと同じと思いました。勇氣と元気をいただきました。又、このような映画をお願いします。 橋本節男

☆昔の映画でとてもなつかしく見ました。主人がよく見た映画で、久しぶりに頭の体操になりました。字幕を読むこともとても楽しかったです。 高橋和美

みんなの広場

ハイキングに参加して

約2年ぶりの参加です。集合場所の阿部野橋駅には大勢の参加者。久しぶりの顔を見つけて安心。

大和三山回遊コースは、私にとって理想コースでした。畷傍山から金剛葛城連山を眺め、老人とお孫さんとの会話に仲間入りしたり、

黒あげは蝶に遭遇したりで愉しみました。万葉集の歌碑にふれ、古き良き時代に思いを馳せました。

電車の中、山道、落ち着いた農村風景、弁当でも、和やかな笑顔が見られ、リフレッシュした一日でした。また参加したいと思いました。 田中満栄



退職後の私 ①

障害児学校に転勤をした時に、障がいのある中学生に性教育を始めました。そのことで障がい者の支援者から、「障がいがあつても恋愛や結婚をする人が増えてほしい。青年たちへの性のセミナーをしませんか」と声をかけられて2006年から堺で性のセミナー「せいかつをゆたかに」を年に5〜6回シリーズで始めました。彼らだけが学ん

でも彼らの生活は何ら変わらないことに気が付いて、3年後から支援者や保護者を対象とした性教育セミナーを1年に1度始めました。障がい児・者への性教育をする人が珍しくて、教員をしながら土曜日や日曜日に学習会に講師として呼ばれるようになりました。

仕事や家庭での区切りがつき、これからは性教育を広げるために時間を使おうと58歳で学校を退職しました。でも、何をしたら良いかわかりませんでした。退職する少し前に土地の提供があり、障がいのある子どもの高等部卒業後の学びの場を大阪にも作ろうと、退職教員を中心に集まりました。たくさんの方から応援を頂き、2012年に松原市に「ぼほろスクエア」を開所しました。 つづく

千住 真理子



こんにちは



片平 薫 (新金岡東)

柴 敏行 (五箇荘東)

元気で過ごせるよう、新婦人の会の太極拳を続けています。

教えていただいていた先生が来られなくなった今も、先生のDVDを見て、おさらいをしています。

6年程前ハイキングに参加して入会。今はパソコン教室と、「北のもず」をインターネットで読めるようにお手伝いしています。バックナンバーがいつでも読めます、ご利用ください。



日	行 事	場 所	時 間
5/31(木)	原発賠償関西訴訟 (傍聴券配布締切 13:15)	大阪地裁	14:00
31(木)	「北のもず」原稿締切		
6/6(水)	おしゃべりカフェ	市民センター	10:00
8(金)	三役会議	市民センター	9:30
12(火)	支部代表者会議	グリーン会館	13:30
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	9:30
15(金)	第3回 堺北総会	市民センター	13:00
20(水)	大阪府本部女性部総会	グリーン会館	10:00

健康講座 15

血管をしなやかに!

山本 美登利

先日、70歳をすこし越えた友人が、生活習慣病を治療中の夫が、医師から「血管が細くなってきている」と言われた、と話してくれました。

血管(特に動脈)は、酸素や栄養を運ぶ大事な役割があり、時には生命の維持に関係してきます。

毛細血管は体組織細胞に酸素や栄養を送りますが、途中で動脈硬化が起こったり、細くなった血管内腔で血流が滞ったり血栓ができると、指の先端から壊死がおきたり、脳などで梗塞がおきるなど、生命にかかわる病気を合併し、重篤な状況になります。しなやかな血管を保つためには、脂質異常、肥満体質の改善、減

塩、欧米化した食生活を日本食にしていくこと、などが必要です。

動脈硬化性疾患予防のための生活習慣の改善



1. 禁煙し、受動喫煙も避ける。
2. 過食を抑え、標準体重を維持する。
3. 肉の脂身、乳製品、卵黄の摂取を抑え、魚類、大豆製品の摂取を増やす。
4. 野菜、果物、未精製穀類、海藻類の摂取を増やす。
5. 食塩を多く含む食品の摂取を控える。
6. アルコールの過剰摂取を控える。
7. 有酸素運動を毎日30分以上行う。

堺3支部6月のサークル情報

お菓子をつくる会 ※隔月第4金曜

6月22日(金) 午前9時30分から

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

「スコーン」を作ります

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

6月7日(木)14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

6月20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

おきがる料理の会 ※毎月第3月曜

6月18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

6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、連絡ください 連絡先:速水 253-6662

絵手紙の会 ※参加者募集中、初心者歓迎!

6月13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 ※基本第2第4火曜

6月12日(火)26日(火) 各1時~4時

会場:サンスクエア堺 会費:300円

連絡先 尾崎 221-5998

健康うたごえ喫茶 ※第3土曜日

6月16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

人形劇の会

6月26日(火) 午後1時~

場所:サンスクエア堺

連絡先:森 237-9456



※各サークル担当者は、前月の7日までに小林まで連絡下さい。よろしくお願ひします。

メールアドレス:nozirikoba@ybb.ne.jp

折り紙の会

6月27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:森 237-9456

そてつ読書会

6月27日(水) 10時~

会場:サンスクエア堺

課題書:石牟礼道子『樫の海の記』

※本は会で用意します。 会費:無料

連絡先 尾田 255-1672



ハイキング 月会費:200円

例会 6月10日(日) 額井岳

集合:近鉄上本町地上階 改札口 8時30分

コース:榛原駅→バスで天満台東2丁目→

額井岳→天満台東3丁目

例会外 6月24日(日)

矢田寺から松尾寺、平群(8km)

集合:近鉄なんば 改札口 8時30分

コース:なんば8:42 西大寺乗換え郡山下車
バス(9:35)で矢田寺

※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

幻の家原城探訪と朝日新聞堺工場見学(3km)

6月1日(金) 会費100円 ※雨天中止

集合:JR津久野駅 改札口 10時

※弁当持参 家原寺公園で摂ります

※朝日新聞社と折衝中につきコースが変更になる場合があります。

持ち物:お出かけ応援カード、水筒

連絡先:岡井秀生 253-9079

携帯090-9710-9079

北堺卓球クラブ 金岡体育館

6月8日(金) 13時~15時(体育室)

6月27日(水) 13時~15時(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&踊り練習

6月24日(日) 午後1時~3時

会場:えると 1階プレイルーム

会費:200円 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

琵琶湖疎水を歩く

昨年度より集合が8時30分になり、ゆとりで起床。京阪淀屋橋駅で13人参加を確認。

柳生街道を歩きました。割引券を3割引で購入。京都条から地下鉄蹴上まで下車。

疎水を走るインクラインの施設を見て、日向神社へ。

つつじが咲き、緑が美しい。その後、

ハイキング

なぜか二手に別れて、南禅寺界隈と大文宇山への道を歩き、山科疎水で合流。



インクラインから上がって日向神社へ

サークルからののお便り

由緒ある堺のお寺廻り

爽やかな青空の下、31名で、堺環濠の中の6寺を訪



元堺県裁判所だった旭蓮社は風格があり…

歴史散歩

少林寺では、ご住職の立て板に水を流した如くのお話に聞き入りました。小林さんゆかりの寺が後に少林寺となったとのこと。狂言の『釣り狐』の発祥の地と聞いてびびくり。

最後は楠木正成の孫が創建した慈寧寺。正成ゆかりの鐘楼が立派でした。堺の「三坊」の一つで、由緒ある歴史を感じ

おきがる料理の会

男性5人、女性11人の参加で、献立はマカロニグラタンと作り置きできるコールスロー。グループ割りと先生からの説明後は、調味料合わせ、キャベツのスライス、マカロニを茹でる、道具をそろえる人と、各自できばきと動き出すのは、いつもながらさすがと感心です。

今回は初めてオーブンを使用。オーブンの窓からグラタンに焦げ目がつくのを見て、完成！

手づくりのホワイトソース、鶏肉、玉葱、生しいたけのヘルシーで本格的なグラタンは、どの班からでも「おいしいね」「1人ではなかなかできないね」との声が聞かれました。

大皿に盛ったたっぷりのコールスローを先にいただき、ご飯に味噌汁と、健康的で美味しくて大満足でした。



みんなで作るとおいしさも倍増

時の綺羅

坂本多美子

よい時に合つて栄えること。

時めく、「時の花をかざす」も、時の勢いに乗って隆盛をきわめること。時に合うことの大切さを表現した「時に遇えば鼠も虎になる」という諺もあ

季節の言葉

「伝導の書」「旧約聖書」寸陰は、一寸の光陰の意。光は日、陰は月を意味し、光陰は月日、歳月のこと。寸陰はわずかな時間。月日の過ぎゆく速さは「光陰矢のごとし」と表現。

文芸欄

短歌

海を越え黄砂降らせて来る春か
行きどころなき疲れの萌す
大西孝子

琵琶湖に向く山のなだりの集落に
夏柑垂るる地に触るるまで
金森 薫

深寝した朝餉の膳に白子干し
振り向けば崩る木蓮音もなし
井の本貴巳代

俳句

色あせし象の滑り台や子らのもの
猫柳きらめき揺れる夕月夜
井の本貴巳代

第262回
読書会

家の、告白の、恋愛的、体験が「放浪記」のような

昭和18年6月、日本軍の占領地へ徴用派遣された作家の、告白の、恋愛的、体験が「放浪記」のような

昭和18年6月、日本軍の占領地へ徴用派遣された作家の、告白の、恋愛的、体験が「放浪記」のような

ナニカアル
林美美子

参加者8人

日記体で、赤裸々に語られている。

彼女の幼い養子の出生の秘密が明かされるが、これは作者の『芙美子論』だと思われる。ここで明かされた「ナニカ」よりも、もっと赤裸々なのは、戦争という大状況の中で、特権的な軍の圧力が、人気作家といえども、その良心もろとも言動を統制していく状況が生々しく描かれている。芙美子に成り切って、難し

い時代の中で翻弄される女の、恋の葛藤を演じきった作者は、名女優であり、名演技家と思っただ。だが、男の読み手の私は、奔放な妻の陰で、ひっそりと生きた夫（緑敏）の胸中やいかにと思わざるを得なかった。

藤の樹々



絵手紙



辻井敏子

折り紙



坂井洋子

地域探訪 16 金岡神社のお神楽

辻定子



由緒ある金岡神社



これぞ伝統の技、お神楽の舞

由緒ある金岡神社の勇壮な盆踊り祭りは、北区にお住まいの方で知らない人がいないくらいですが、お神楽が、ここ7年前から復活したことをご存知でしょうか？

西御坊町にお住いの原口様にお話を伺いました。金岡町文化協会の下部組織である歴史研究会が中心となり、一時途絶えていたお神楽を秋にしようと始まったそうです。金岡町は11町会があり、年間行事として①運動会、②盆踊り祭り③神楽の準備があります。各町10人～15人ずつ出て、行事の準備にあたります。

神楽を復活させた歴史研究会は11町のそれぞれの会館で竹

内街道沿いの金岡や長曾根の歴史など研究・掘り起しなどを行っている内に神楽の復活に至ったそうです。この地域にはきちんとまとめられた探訪マップがあります。

さて金岡町のお神楽ですが、毎年10月の第1土曜日（今年は10/6）にされます。伊勢から呼んで来るのに1回ぼっきりだったら60万円と高額だったのが、毎年来てもらおうということで、神社のお神楽舞いは、3時間で5万円で交渉されたそうです。当日の準備は、寺に竹を採りに行くなど、結構忙しいけれど、雨でも毎年行うとのこと。

DVDを見せていただきましたが、伝統行事にありがちな、現代人から見ると意味不明なことがなく、ちっとも退屈さを感じませんでした。子どもから大人、年寄りまで、見るひとすべて芸の深さに魅入られていました。一度見に行ってください！



地域の方の願いを集めて