



# 北のもず 28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  
kitanomozu.main.jp

## 身体のチェックを 集団健診で今年も安心



健診前のチェックを受けました

集団健康診  
断は毎年、年  
金者組合の恒  
例行事で、第  
8回目です。  
毎年9月の第  
1日曜日、覚  
えておきましょ  
うね。  
9日、送迎  
バスが耳原総  
合病院で用意  
され、健診に  
行きました。  
1人は体調不  
良で欠席され  
ましたが、13  
名の方が受診  
されました。  
5ヶ所の乗  
り場を用意し  
ていただきました。

健康維持のため、ま  
た来年も受診したいと  
思っています。

蒲田秀子

☆ 一人で  
は、なか  
なかが行  
にくいの  
で誘って  
もらって  
良かった  
です。

☆ 一度乗ろうとした時に、  
短時間でしたが雨が降り、  
ちよつと大変でした。  
2人の方が初めての受健  
診でした。  
院内健診の行程でも、職  
員の対応も良く、スムーズ  
に進み、11時頃には、帰路  
のバスに乗りました。  
1ヶ月後に結果が届きます。  
お疲れ様でした。

参加者の感想

☆ 長井さんには、お忙し  
い中、いろいろと準備や  
お手配をしていただき、  
ほんとうにありがとうございます。



☆ 男性  
の参加  
が少な  
いナア。  
☆ 毎年  
1回は

健康の事を考えるきっかけ  
になります。「公費で市民  
の健康を」のせっかくの制  
度、しっかり活用したいも  
のですね。

など、参加者の言葉をい  
ただきました。

### 条例制定を急ぐな！

### 地域包括ケアシステム

介護・社会保障のこれからを左右する地域包括ケアシステムの  
条例が、堺市議会に提案され、9月6日岡井議員が議案質疑を  
されたのを傍聴しました。岡井議員は、「自助・互助・共助  
の強調で公的保障は必要な人たちにきちんと届くのか。その次、  
4番目に公助となり公的支援の提起がされていない」と質問さ  
れ、文言の削減・訂正を迫られていました。こんな条例が早々  
と制定されてはなりません。声をあげ続けましょう。

渡瀬信子

ご長寿おめでとう  
ございます。

### 長寿タオルをお贈りします

80歳を超えられた76名の方に、お祝  
いのタオルを贈らせていただきます。  
これからもお元気でお過ごしくださ  
い。

### 10月のおしゃべりカフェ

アカデミー作品賞ほか10部門受賞に輝く  
不朽のミュージカル大作  
ウェストサイド物語

10月3日(水)10時 お茶代100円  
市民センター2F

# ひたむきな愛は実るのか？ ユーモアの中にハラハラハラでした

9月5日、巨大台風が過ぎた翌日でしたが、20人の参加で「昼下がりの情事」を見ました。

ヘップバーン演じる私立探偵の娘のアリアヌと、

中年のプレイボーイのフラナガンとの恋物語。そこに、娘の父の愛情がからまって…。

浮気調査の依頼人が逆上してフラナガンを殺しに向

かったのを聞いてしまったアリアヌが、凶行を止め、恋に落ちる。探偵の娘で、

うぶな音楽学校の学生と父から明かされて、フラナガ

ンは、旅立とうとするが、懸命に汽車を追いかけて話す彼女のひたむきさに打たれた彼は彼女を車内に引き上げ、二人は結ばれる。

「魅惑のワルツ」の美しい調べに乗せて、背伸びした恋がユーモラスに、

またロマンチックに描かれていく。



## 参加者の感想

☆もう20年か30年程前に映

画館で見た名作だった。

あの頃のクーパーやヘップバーンが懐かしい。特にヘップ

バーンは

きれいとい

いうより

可愛い。

しかし、

今見ると、

昔の感じ

と違う。

佐久川

政義



ヘップバーンの魅力にひきつけられました

☆楽しかったです。「魅惑のワルツ」が大好きです。

よかったです。

大元三重子

☆なつかしく思い出し、あらためてこんなのだつ

たかなーと楽しませてもらいました。

金田和子

☆ヘップバーンの映画はほとんど見ましたが、この作品とローマの休日

の二つがいいですね。

とくにラストシーンのお父さんがチェロを持ってホームで見送るシー

ンは最高です。

山口勲

## みんなの広場

### ラッキー

全国火災共済保険の新規加入者対象で、抽選に当たりました。

シヨップで、アイスコー

ヒー、ゼリーを買い、市民

ホール2階で友人と食べま

した。べちゃべちゃおしゃべりしました。

今日は紀伊国屋書店で書籍2冊購入、楽しみです。

当たったQUOカードの5000円を使いました。

瀬藤みや乃

### 退職後の私 ③

2017年12月に、障

がいのある青年の性のセミナーと支援者・保護者の性のセミナーをしている「せ

いかつをゆたかに実行委員会」が、読売福祉文化賞を受賞しました。

「障がいの性について真

正面から取り組んでいて、

素晴らしい」と高い評価を受けました。社会的に認め

られてとても嬉しかった

です。右手に出版した指導

案集の本、左手に読売福祉

文化賞を手に、これからも

障がい児・者の性について

理解が広がり深まるように

活動していきたいと思いま

す。

今年の1月に仙台の60代

の障がいのある女性が、旧

優生保護法の下で不妊手術

を強制されたと国を訴えま

した。

障害者は子孫を残すべき

でないという「優生思想」

に基づく優生保護法が19

48年〜96年まで続きました。その数は約1万65

00人と言われています。

母子たちのためという

名目ですが、「これで、地

域で楽しく生きていけるね」と自分たちの楽しみになっ

ています。



母体保護法に改正されて20年以上の歳月が経ち、やっ

と事実が明らかになってきました。

優生思想の元は根深く、

2016年にあった相模原

やまゆり園殺傷事件につな

がり、また障がいの結婚、

出産のハードルにもなっ

ています。

退職前から、隣の障がい

者のグループホームに提供

している自宅の一室を使っ

て、2011年より地域の

子どもたちが安心して遊べ

る場、「なかよし文庫」を

しています。

開室日は土曜日の午後2

時から4時までで、本の貸

し出し、遊びの提供をして

います。スタッフは子育て

の終わった保育所・学童保

育で仲良くなったお母さん

たちが中心です。

子どもたちのためという

名目ですが、「これで、地

域で楽しく生きていけるね」と自分たちの楽しみになっ

ています。

千住真理子



# こんにちは



## 掛本繁子（金岡南）

3つのサークルに参加しています。  
みなさんにやさしく教えてもらい助けていただいて、楽しく頑張っています。  
先日は老人会の作品展に折り紙を展示することができました。  
体力には自信がりましたが、80歳を過ぎると…  
プールで体を鍛え、歴史散歩・料理・折り紙の活動が楽しく、頭も鍛えられているように思っています。

## 森本洋子（東浅香山）

私と年金組合の出会いは、交通災害共済保険です。自転車は私の足です。なのに今、足腰を痛めて自転車に乗るのが怖くなっています。  
でも、仕事が少しでも暇になったら、折り紙もやってみたいな、ビーズを使ったアクセサリーブクリもいいかなと思っています。

## 2018年 9・10月 日程表

日	行 事	場 所	時 間
9/30(日)	「北のもず」原稿締切		
10/3(水)	おしゃべりカフェ「ウェストサイド物語」	市民センター	10:00
10(水)	「北のもず」校正会議		18:00
12(金)	3役会議	市民センター	10:00
19(金)	支部委員会	市民センター	13:00
19(金)	第13回年金裁判	大阪地裁	
21(日)	堺母親大会	みみはらホール	13:30
11/1(木)	第26回近畿ブロック女性のつどい	サンスクエア堺	10:30
2(金)	3支部合同バスツアー 金剛輪寺と西明寺		

サンスクエア堺  
で開催！多数の  
ご参加とお手伝  
いをお願いします

## バスツアーのお知らせ

紅葉の名所・近江路の古刹  
金剛臨時と西明寺  
11月2日（金）

恒例の堺・堺北・堺東の3支部合同のバスツアーを計画しました。  
今回は、いつもの温泉がないのでチョット残念ですが、紅葉と精進料理を楽しんでください。  
詳細は、別紙案内書（申込書）をご覧ください。

## 健康講座 19

## 続・認知症は怖くない

山本 美登利

認知症は他の病気と間違い易い症状がある。

### I うつ状態

- ①憂鬱気分 ②気力がでない ③何事にも億劫
- ④不安・焦り(焦燥感) ⑤自律神経症状など

### II せん妄

せん妄「寝ぼけたような状態」と表現される。  
軽い意識障害・幻覚と運動不穏を伴う夜間に強く現れる症状と、認知症とは区別をする必要があると考えられています。

認知症は脳の細胞が死滅して、部位本来果たす神経の

働きが落ちていきます。

海馬や記憶に関する部位が障害をもつと、物忘れが進みます。感情をコントロールする場所だと、些細な事で急に怒り出す・笑い出すなど。

最近では、初期の段階で専門医の診断を受けることで症状を進ませない対応が大事だとされています。

症状を遅らせる薬も開発が進んでいます。

が、何よりも日常生活の質(QOL)の低下に対する配慮が必要不可欠となります。

今回は、QOLの維持について考えてみましょう



**堺3支部10月のサークル情報****北堺パソコンの会**

10月4日(木) 11日(木)

10時~17時(午前:講座)(午後:相談会)

会場:サンスクエア堺

会費:1回ごとに500円 定員は30名

※初参加の方、事前に連絡をください。

連絡先:竹本 253-5133

**堺東カラオケ会**

10月17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

10月15日(月) 9時00分~12時

会場:サンスクエア堺 会費:700円

※会員で欠席の時は必ず連絡下さい。

(材料買入の為)

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**

10月16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 ※参加者募集中、初心者歓迎!**

10月10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

**健康うたごえ喫茶 ※10月も第4土曜日**

10月27日(土) 午後2時~4時

会場: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)

**囲碁・将棋サークル 10月は第2・第3火曜**

10月9日(火) 16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

**折り紙の会**

10月24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:森 237-9456 まで

**お菓子をつくる会**

※隔月第4金曜

10月は、お休みです

連絡先:吉田:090-8213-8216

**そてつ読書会**

10月24日(水) 午前10時~12時

会場:サンスクエア堺

課題書:「若冲」 澤田瞳子著

※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****例会** 10月14日(日) 会費:200円

剣尾山・横尾山 7km 4時間

集合:阪急梅田 3F改札口 **8時00分注意**コース:川西能勢口→山下駅→9:00バスで行者口→剣尾山・横尾山→能勢の郷  
15:52バスで山下駅へ**例会外** 10月28日(日) 大船山 9km 3時間

集合:JR大阪駅 中央改札口 8時30分

コース:尼崎乗換え三田下車9:15→9:25  
発波豆川行きバス→波豆川バス停→  
大磯登山口→峠→大船山→大船寺跡  
→波豆川 バス停14:35発

※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 11月の歴史散歩はありません**10月5日(金) <sup>かい え し</sup> 海会寺

集合:南海バス堺東駅前 2番乗り場(一番東側)

⑬鳳西町南行前 10時20分集合(30分乗車)

大仙西町団地前で下車

会費:500円(拝観料400円を含む)

昼食:近辺で摂る予定 ※雨天中止

持参するもの:お出かけカード・水筒

連絡先:岡井秀生 253-9079

090-9710-9079

**北堺卓球クラブ 金岡体育館**

10月1日(月) 15時~17時 (大体育室)

10月16日(火) 15時~17時 (大体育室)

10月30日(火) 15時~17時 (大体育室)

※上靴・動きやすい服装で。

10分前までに来て、各自が出席簿に〇をつけてください。(参加人数確定のため、卓球台の都合があります)

連絡先:速水 253-6662

090-9166-9944

**消しゴム版画を楽しむ会&踊り練習**

10月28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

**人形劇の会**

休会中です。 連絡先:森 237-9456

# サークルからのお便り

## 三國ヶ丘界隈を歴史散歩

小雨の中、短時間でしたが、9名が参加。

大化の改新以来、和泉、撰津、河内の境目であることから「堺」とされ、二国ヶ丘は上町台地から見渡せる丘の意味で命名されました。堺市役所前信厚脇には、1・22メートル程の石の碑があり、かつて、百舌鳥の鬼子母神への道標でした。子ども

## 歴史散歩

もの欲しい人や病氣回復を願う人の信仰を集めてきたとのこと。紅谷庵は曹洞宗禅寺で、元は堺豪

商紅屋喜平の草庵であったそうです。本堂、法話室などを見学させていただきました。観世音菩薩は見られませんでした。木彫の達磨を見たり、窓から反正天皇陵がバッチリ。反正稜の東側住宅街には鈴山古墳と天王古墳が陪塚（仕えていた人の生け贄としての墓）がありました。

旧天王貯水池は、明治43年6万人分の上水道配水池として建設され、昭和37年まで50年間役割を果たしました。旧三丘会館と共に有形文化財になりました。旧三丘会館は見る



立派な木彫りの達磨

ことができず、次回のお楽しみということに。最後に新社殿の方違神社見学。地元探求大成功でした。 駄田井淑子

## パソコン教室

ずっと仕事を続けてきて、65歳で常勤をやめました。第2の人生を考えるとき、今しておくべきことの1つが、すこしでも理解力のあるうちに、パソコンを習うことでした。



お茶のお稽古の時お世話になってる竹本さんがいることが心強く、また年金者組合にも感心を持ち、参加することにしました。パソコンの

## 私の作品ですコーナー

さおり織り  
大島・ゆかた地・毛糸・布を裂いて織りました

東野節子

みなさんの作品紹介の欄です。紹介したい作品がある方は速水までご連絡ください。

090-9615-9382

bonobono-883@s.zaq.jp



基本を学び、少しでも理解ができる嬉しさがまた新鮮です。

歩みはのろいですが、よろしくお願ひします。

神谷壽美子

## 季節の言葉

### 初空

季節の移ろいを真っ先に感じるのは、空の変化かもしれません。

青さかな 子規



のどかな日ざしに春を感じ、高い空に秋を感じます。初めてその季節らしさを感じる空を初空といえます。行き合いの空は夏の暑さと秋の涼しさが行き合う空。「女心と秋の空」「男心と秋の空」のように、変わりやすいものに喩えら

れる秋の空ですが、歌や俳句の世界では、そのさわやかさを詠んだものが多いです。秋の空露をためたる

坂本多美子

## 文芸欄

### 短歌

袋路の防犯灯に照らされて  
台風前の雨脚しろし  
大西孝子

大阪文学学校に夜学びいき  
六十年安保のデモ街に見て

### 俳句

あきつ飛ぶ続く熱戦甲子園  
金森 薫

反戦は生きる原点茄子を焼く

# 第266回 読書会

参加者9人

千畝は、  
ナチス  
ドイツ  
の迫害  
により  
逃れて

アのカウナス領事館に赴任  
中であ  
た杉原  
領事館内にも情報機関の  
手が入るので、事務所の階  
上の住居に住む家族の命も  
保障できない日々の中、助  
けを求める人たちの命を見  
殺しには出来ない、極限  
の中で自分の使命を全うす  
る。

戦後になり、ようやく2  
000年に事実が判明する  
迄時間がかかったのは、名  
前の「千畝」が「センポ」  
と呼ばれていて人物特定が  
できなかったことだけでは  
なく、外務省内での妬みが  
あったからである。名誉回  
復に尽力したのは鈴木宗男  
氏であったのは皮肉な事だ  
ある。私は「日本のシンド  
ラー」と呼ばれることに違  
和感を感じる。

森紀美子

## 六千人の命を救え！ 外交官・杉原千畝 白石仁章著

きた難民に短い期間に大量  
のビザを発給し、6千人の  
命を救ったと伝えられる。  
日本の本省に正式の発給許  
可を求めるも、拒否された  
のだ。

きた難民に短い期間に大量  
のビザを発給し、6千人の  
命を救ったと伝えられる。  
日本の本省に正式の発給許  
可を求めるも、拒否された  
のだ。

# 絵手紙



森田紀代子

# 折り紙

ゆかた



坂井洋子

# 地域探訪 20 マンホール情報 パート2 辻 定子



以前、仁徳天皇陵古墳周りど、  
けやき通りの下水道マンホールは  
美しく興味深いけど、北区の道  
路上に見える下水道マンホールは、  
地味で愛想がないと書きましたが、  
去年7月、堺市の文化観光局の資  
料を入手できたことにより、「さ  
かい利晶の杜」の北側の道路上と  
利休屋敷跡の前の道路上に6つの  
マンホールを見つけることができ  
ることが判明。ちょっとオタク情  
報ですが、お知らせします。もし  
何かの用事で近くまで行かれたら  
ぜひご確認。意匠は次のとおり。

- ① 旧美原町時代に町制35周年  
(1991年)を記念しての、街  
の花木(ツツジ、クスノキ)のデ  
ザイン。
- ② 下水道の啓発運動が始まった昭

和59年から津久野下  
水処理場におい  
て、処理水を利用



してホテルを飼育していることから、昭和62年(1987年)に、デザインされたホテル。

- ③ 政令市移行(平成18年)を記念して、市民から蓋柄のデザインを募集し作成したもの。描かれているのは、南蛮船及び市の花木(ツツジ)・花(花しょうぶ)。
- ④ 市制100周年(平成元年1989年)を記念し市民の投票をもとに定められた。堺市の花木(ツツジ)、花(花しょうぶ)、鳥(モズ)のデザイン。
- ⑤ 昭和58年(1983年)、日本最古の木造洋式燈台(大浜北町5丁地先)をデザイン。
- ⑥ 市制100周年(1989年)を記念して、南蛮船及び堺燈台(商業の海運貿易の歴史の町・堺をイメージ、燈台は古い形です)をデザインしたもの。  
「利晶の杜」で堺市のマンホールカードをもらえます。  
あなたはいくつ見つけられるでしょうか?