



北のもず



全日本年金者組合大阪堺北
 堺区北花田口町3-1-15
 東洋ビル3F TEL 221-8384
 連絡先 林 洋司 080-3805-1954
 nfo@kitanomozu.main.jp

桜の花びらが舞う中でお花見会を楽しみました



八重桜が満開で見頃でした

花に囲まれて
 4月7日(水) 10時に大泉緑地さくら広場で、恒例のお花見会を開きました。参加者は22名でした。

コロナ感染拡大のおりで、シート無し、飲食無し、マイク無しでしたが、雲ひとつない青空の下、春爛漫の心地よいひとときを過ごすことができました。八重桜は満開。ソメイヨシノも残っていて、春の風に吹かれて花びらが舞い落ちて…。

アコ演奏にうっとり
 まず支部長の林さんの挨拶。次に、巽さんのアコーディオン演奏。「春の小川」「花」「荒城の月」と景色にぴったりの



さくらに囲まれてアコの調べを聞く

「仲間を呼ぼう」のフォークダンスで、さらに連帯感があふりました。

マジックも見事。にわかマジシャンも、ボールを浮かせたり、堂に入っていました。

「拍手を呼ぼう」のフォークダンスで、さらに連帯感があふりました。



笑顔いっぱいの手遊び

参加者の自己紹介。
 「わたしは、ここで最高齢だろうと思う。この会にすることができて、この先のように思い出になると思う」とのお話もあつて感激ひと

参加者の声もすてき
 演目が終わったところで、参加者の自己紹介。
 「わたしは、ここで最高齢だろうと思う。この会にすることができて、この先のように思い出になると思う」とのお話もあつて感激ひと



マジックにもわか参加で…

しおでした。
 三田さんは、お家からたくさんのお土産を持ってきて、披露してくださいました。
 北島三郎や都はるみなどのデビューのもので、若い写真に驚きました。総会の時に展示していただくようお願いしました。

都合で遅れて来られた方もありましたが、久しぶりに顔を合わせることができて嬉しかったです。集うって、本当にいいですね。
 坂本多美子

参加者の感想

☆今年には開花時期が早く、葉桜状態。でも八重桜が満開で見頃でした。少人数でも、誰かと一緒に美しい桜を見られて、とても良かったです。
 速水英子

☆さわやかな青空のもと、桜吹雪が散る景色。このような会に初参加し、アコーディオンの演奏とマジック等々、楽しいひと時でした。
 時吉行春

5月のおしゃべりカフェ
 マキノ雅彦監督の
旭山動物園物語
ペンギンが空をとぶ

5月12日(水) 10~12時
 市民センター2F
 映画代無料 お茶・菓子代100円

年金カンパ11万円を越えました

みなさんのご協力で、年金裁判のカンパが、11万円を越えて集まりました。目標の13万円まであとひと息のところに来ました。署名も集まってきています。ありがとうございます。私たちの命綱の年金を守るため、ひき続きよろしくお願い致します。

楽しかったお花見会

☆桜の花は散っていました
が、プロ級のマジックやダ
ンス、紙しばいはとつても
楽しかったです。こうして
集まるのが、大事ですね。

藤田千恵美

☆桜は散り始めてしました
が、大勢の方々が唄ったり、
踊ったりと、この大泉公園
に集まって楽しかった。

辻野くに子

☆迷っていましたが、寄せ
ていただいて、マジックや

三田さんが手にされてい
るのは、裕次郎のデビュ
ー盤です。持ってきていた
いたのはほんの一部とい



体操をして、なつかしいレ
コードを見せていただいて、
ありがとうございました。
米田篤子

全労連交通災害・火災共済のおすすめ 安い掛金で大きな保障

営利を目的とせず、組合員の助け合いで「安い掛金で大きな保障」を実現している全労連の交通災害共済・火災共済の、継続・新規申し込みが始まります。締め切りは、5月28日(金)です。くわしくは、『北のもず4月号』に折り込んでいますのでご覧ください。不明な点があれば、共済担当の岡井までお電話ください。

Tel・Fax 072-253-9079 携帯 090-9710-9079

小さな掛金・大きな保障の
火災共済

住宅は最高保障
3,000万円
(300口)

家財は最高保障
1,500万円
(150口)



北区キャラバン2021



特養ホーム新設を要望

3月12日、堺社
保協は、北区と懇
談をしました。各
団体から、国保問
題、障
害者福
祉、生
活保護、

健康診断等、要望が出さ
れました。
年金者組合は、北区の
特養ホームについて、待
機者数を質問しましたが、
後刻の返答となりました。
北区には、特養ホーム
入所対象者(要介護3)

年金者組合・堺北支部
第6回総会
6月18日 午後1〜3時
@南花田町会館
◎ぜひ総会に参加してくだ
さい。欠席される場合は委
任状をご提出ください。

ことです。すばらしいコレ
クションで、驚きました。

たみ

みんなの広場 ホームレスは素晴らしい

『北のもず』を初めてパ
ソコンで見ました。いつも
紙面に案内が出ているので
すが、トライしていません
でした。退職以来パソコン
と向き合う時間が激減。で
も、頭のトレーニングと思
い開いてみました。



いつ
もの白黒
の紙面と
違い、カ
ーなので、
写真もと

『北のもず』を初めてパ
ソコンで見ました。いつも
紙面に案内が出ているので
すが、トライしていません
でした。退職以来パソコン
と向き合う時間が激減。で
も、頭のトレーニングと思
い開いてみました。QRコードで、
携帯の画面でも見られます。
皆さんもぜひ、チャレンジ
してください。

石井尚子

キルトに魅せられて

若い頃からパッチワー
クに取り組んできました。
3, 4年前までずっと熱
中していました。母が器
用で、編み物や縫い物が
とても上手だったので、
親と違うことをしたいと
思っていました。

また、「わたしの作品コー
ナー」は、紙で見ると作
品の質感や立体感がよくわ
かります。紙面で想像して
パソコン画面で見るとい
うのも、楽しい見方だと思
いました。QRコードで、
携帯の画面でも見られます。
皆さんもぜひ、チャレンジ
してください。

入山眞佐子

6ページの作品コーナ
ー、入山さんのパッチワー
クのバッグの写真をご覧
下さい。

堺北支部の役員選挙告示 2021年度の役員選挙 について告示します。

- 一、 役員の役職と定数
 - 支部長 1名
 - 副支部長 若干名
 - 書記長 1名
 - 書記次長 若干名
 - 支部委員 10名
 - 会計監査 2名
- 二、 立候補は大会前日迄に
立候補届を支部長に提出
する
- 三、 開票立会人2名を大会
参加者から選出する

2021年4月16日(金)

選挙管理委員長

門前俊雄



西野 朝愛 (八下北校区)

3月4日、近所の人たち4人でひなまつりをした。瓢箪雛を作り始めて約1か月…。

完成して喜ぶ私を見て、夫が「近所の人とひなまつりをしたら…」と言ってくれたので実現した。

しゃべり続けて、2時間の予定が倍に。

人とのつながりの大切さを実感できた1日となった。

次は「七夕」をめざそうかな。

瓢箪雛は6ページの「私の作品」に掲載しています(編集部より)

こんにちは



屋良 洋子 (東三国ヶ丘校区)

社交ダンスが好きで、住吉の体育館に3年前まで通っていました。

今は卓球三昧です。上達しませんが、楽しんでいます。

パッチワークをしたいなとも思っています。



QRコードで「北のもず」がご覧いただけます。
アドレス kitanomozu.main.jp からアクセスできます。カラーできれいですよ!



コロナの感染状況により中止になる場合があります

2021年
4・5月
日程表

日	行 事	場 所	時 間
4/30(金)	「北のもず」原稿締切		
5/1(土)	堺メーデー	大仙公園	9:30
3(月)	大阪総がかり集会	扇町公園	13:30
12(水)	おしゃべりカフェ	市民センター	10:00
12(水)	「北のもず」校正会議		18:30
14(金)	三役会議	市民センター	9:30
21(金)	支部委員会	市民センター	13:00



4月健康ひとくちメモ 免疫力と恒常性

山本 美登利

新年度が始まる4月ですが、何となく気持ちが浮かない昨今。何故か? コロナの収束とその先の生活展望ができないから?

メディアでは、英型かブラジル型か、はては国内の変異体か、そして次は、「まん防」対象と。簡単に振り回されないようにしましょう。

人類は、過去・現在だけでなく、未来においてもウイルスとの闘いが続くと言われていています。コロナウイルスもまた、インフルエンザウイルスと同様、人と共存できるようになってようやく、ウイルス禍から抜け出せることになるのではないのでしょうか。

これまで人間は、自然に対してあまりにも横暴でした。コロナウイルスは私たちに、身体の「恒常性を保つメカニズムを大切に」と改めて気付かせた、

とも言えます。体力と免疫力を十分に身に付けて行く事で、細菌やウイルスその他の病因から身体を守り、健康を維持していきましょう。

免疫のおもな仕組みは、

- ①口腔粘膜や鼻粘膜は、唾液・鼻汁で外からの敵を防ぐ「粘膜免疫」。
- ②体に侵入したウイルスや細菌に対して働く第2段階の「全身免疫」。ここではまず、「自然免疫」が病原体を捕えて排除するよう働きます。
- ③それに続くのが「獲得免疫」。細胞同士が伝達しあい、病原体を攻撃します。

この「免疫力」は、日常の生活習慣でアップ可能であることは、これまでも何度も書きました。自信と展望が持てるようになります。

堺3支部5月のサークル情報

参加者は念のため各サークルへご確認を必ずマスクを着用して、ご参加ください

北堺パソコンの会

原則、第1・第2木曜

5月6日(木)・13日(木)

10時～15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:30名 ※初参加の方、事前に連絡をください。

連絡先:竹本 253-5133

カラオケサークル

※毎月第3水曜

5月19日(水) 午後2時～5時

会場:歌芳(かほ) 北区百舌鳥赤畑町5丁386-3

JR百舌鳥駅より徒歩10分。

梅北より5分。判らない場合は連絡を

連絡先:飛谷 090-4496-7353

おきがる料理の会

※毎月第3月曜

5月17日(月) 9時～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

5月18日(火) 9時～12時 会費:500円

会場:サンスクエア堺 エプロンと頭巾持参

※初参加ご希望の方と、会員で欠席の方はご連絡下さい。

連絡先:速水 253-6662 090-9166-9944

絵手紙の会

原則、第2水曜

5月12日(水) 10時～12時 会費:200円

場所:サンスクエア堺。 連絡先:寺崎 287-2473

うたごえサークル

原則、第3土曜日

5月15日(土) 午後2時～4時 参加費:300円

会場:サンスクエア堺 B棟地下

お茶、コーヒー用意しています。

連絡先:飛谷 090-4496-7353



囲碁サークル

5月18日(火)・25日(火) 午後1時

～4時

会場:新金岡市民センター 会費:100円

連絡先:小林 227-7036

折り紙の会

※原則、第4水曜

5月26日(水) 午後1時30分～ 参加費:200円

会場:サンスクエア堺

※用具と折り紙など、すべて用意しています。

連絡先:森 237-9456

お菓子をつくる会

5月はお休みです。 連絡先:吉田 090-8213-8216

そてつ読書会

※原則、第4水曜

5月26日(水) 午前10時～12時

課題書:「月の満ち欠け」佐藤正午著

会場:サンスクエア堺 会費:無料

※本は会で用意します。 連絡先:

尾田 255-1672



ハイキング

月会費:200円

【例会】5月9日(日) 大和葛城山

集合:近鉄河内松原駅 改札口 9時

コース:富田林駅下車、タクシーで葛城登山口へ

帰りは、水越峠 14:55発 又は 16:25発のバス。

【例会外】5月23日(日) 高取城址

集合:近鉄河内松原駅 改札口 9時

コース:壺阪山下車→高取城址

※当日朝6時現在の天気予報で、降水確率50%以上の時は中止します。 連絡先:坂本 090-2702-6336

歴史散歩

三宝の田守・月洲神社

5月7日(金) 歩行約3.5Km 雨天中止

集合:南海高野線 堺東駅前 ⑥バス停 10時30分

10:40発住之江公園駅(61)行きに乗車

参加費:100円 持ち物:お出かけ応援カード

昼食:南海本線 堺駅周辺で摂る予定

※コロナの状況により中止の可能性あり

連絡先:岡井 253-9079 090-9710-9079

北堺卓球クラブ

金岡体育館 (大体育室)

5月6日(木)・5月24日(月) いずれも午後3時～5時

※10分前迄に来て、各自、準備運動やストレッチなどで体をほぐしてください。

遅刻、欠席は10分前迄に必ず連絡を!

連絡先:速水 253-6662 090-9166-9944

消しゴム版画を楽しむ会

5月23日(日) 午後1時30分～3時30分

場所:「やすらぎ荘」です。 ※参加は確認を!

※材料等は用意します。彫刻刀などあればご持参を。

連絡先:小林 090-5659-4135

川柳の会

原則、第2土曜

5月8日(土) 午前10時～12時 会費:200円

場所:なごみ 連絡先:堀西 090-2111-9794

年金麻雀の会

※原則、第2木曜・第4水曜

5月13日(木)・5月26日(水) いずれも午後1時～5時

会場:新金岡市民センター

※初参加の方は事前に連絡ください。

連絡先:吉岡 090-3724-2974

サークルからのお便り

金剛山

2021年2月14日、雪の金剛山を楽しみにしていたが、雪はみじんも残って

いなかった。天気が良すぎて、暑いくらい。澄み切った

青空。あたたかくて、さわやかな春の金剛登山となった。参加者は13名。河内長野

野駅からバスで登山口へ。長い階段を登って、ようやく頂上に着いた。頂上から

しばらく歩いて、千早園地で、昼食。手作りの弁当がおいしかった。下りは、伏

見峠から久留野峠へぬけるコース(ダイトレ)をとって下山



春を思わせる千早園地にて…

した。

仲間と登るハイキングは、いいですよ。 芳村友之

料理は楽しい

3月15日(月) 第3月曜日、新しいメンバーさん1

名を迎え、13名(うち男性2名)で実施しました。

桃の節句は過ぎたねくと

言いながら、やはり寿司という事で、メ

ニューは「いなり寿司」「茶碗蒸し」

「春キャベツと大豆のごま和え」でした。

手際よくアツという間に出来上がり!



いなり寿司で春らしく…

脳の活性化に挑戦

「少し味薄いね? こうやった方が…」と言いながら、美味しくいただきました。料理は一人でするより、皆でワイワイした方が絶対楽しいよ。 安田由紀子

3年程前、友人に誘われ参加した。今までに体験したことのないスポーツ。ラ

ケットの持ち方から、相手に届くサーブの仕方など指

導していただいたのがピンポンでした。でも、それが

とてもおもしろくな

り、はまってしまっ

卓球

縁あって年金者組合に入会させていただき、元気な年配の



球を打つ手に力をこめて

と吹きでなくなれば恋が実るといふ花占なるからとも。 綿毛を吹いて、ひ

みを入れて水につけると鼓のような形になるからとも。

季節の言葉

方が多いのに驚きです。これは、歳を重ねても出来るスポーツ。男女関係なく楽しめるし、休憩時間の楽しいおしゃべりなど、有意義な時間を過ごすことができる。体が動けるかぎり参加していくつもりです。 田中久美子

鼓草

つつみぐさ

坂本多美子

大泉緑地でも、タンポポの黄色い花が見られるようになりました。

タンポポは、鼓草とも田菜とも呼ばれます。

タンポポという名も、鼓の音からの

連想ではないかと

いわれています。

あるいは、つぼみの形が鼓に似ているからとも、茎を切つ

てその両端に切れ込

みを入れて水につ

けると鼓のような形

文芸欄

短歌

大西孝子
声に出し掛け声かけて立ち上がる
仕草ほろ苦しわれの早春

俳句

金森 薫
玄関に五月人形飾れども
除菌スプレー主座を占め居る

川柳

南 正夫坊
マイ蔵金何度も使える我が宝
うどん屋の釜に似ている菅政権
古賀光政
成長を世界が認めるなおみさん
独り身が今は気楽なコロナ慣れ

いもあります。

スマイレの花も見つけました。寝かされました。日本には、野生の野薑が多いですね。

花のひとつですね。 歌や物語にしばしば登場します。 山路来て 何やらゆかし すみれ草

アンデルセンの『親指姫』では、生まれたばかりの小さな姫は青いスマイレの花び

らを敷いたクルミのからに

★第295回 読書会

参加者6人

る。小説の語り手は、多重債務を抱えた中年女性である。前年別れた元夫の紹介

決壊させた。百年に一度の「百年泥」。大洪水を見物に近所の人々が集まって来る。広いドブ川の底の底で攪拌されたヘドロの山の中から強烈な匂い

が発している黒いかたまり。見ると5歳位の子どもが泥の中から引っぱり出されたところ。私は過去と現実の間で幻想に捕らわれる。子どもの頃買ってもらったばかりの靴を隠され失った事。緘黙症の生母の死。義父と義母の小さな諍い。思い浮かぶ過去はインドという風土に混ざり合う。

尾田 和子

著者は63年大阪枚方市に生まれ東大大学院で哲学と仏教を学ぶ。本作品で新潮新人賞と芥川賞を受賞し、文壇デビューする。小説の語り手は、多重債務を抱えた中年女性である。前年別れた元夫の紹介

で500万人の大都市チェンナイの最大手IT企業内で日本語初級講師として働きだして3ヶ月余になる。本格的な雨期が始まり、アダイヤール川の堤防を

が発している黒いかたまり。見ると5歳位の子どもが泥の中から引っぱり出されたところ。私は過去と現実の間で幻想に捕らわれる。子どもの頃買ってもらったばかりの靴を隠され失った事。緘黙症の生母の死。義父と義母の小さな諍い。思い浮かぶ過去はインドという風土に混ざり合う。

石井遊佳

『百年泥』

絵手紙



坂井 洋子

折り紙



河内 都 花のくすだま

私の作品ですコーナー



パッチワークのバッグです

入山 眞佐子



瓢箪で作ったお雛様

西野 朝愛

地域探訪

北長尾町1丁と南長尾4丁のお地藏様



今回は、北長尾町1丁にあるお地藏様の話です。JR阪和線をまたぐ大和高田線（昭和40年開通）の高架補修工事のために、覆いをかけられていたのがこのたび、2年越しではずされました。この地藏盆祭り、平成21年の時点で、子どもは12名ぐらいでしたが、町会と老人会が一緒になって、ヨーヨー釣りや輪投げなどして遊んだそうです。その後、地域の高齢化が進むなか、それでも、地藏盆祭りは工事が始まるまで毎年行われていました。工事が終了して訪れてみると、高架下なので雨降りでも、日差しがきつい時でも、子どもたちや親子づれが来て、お地藏様の前の遊具で遊んでいました。お地藏様のお顔の可愛いこと、お堂が真っ赤に塗られているのも珍しい。

（平成26年校区まちづくり協議会の冊子参照）

また今回は、南長尾町のお地藏様も訪ねて歩きました。先月も書きましたが、この地域は長尾街道と竹内街道に挟まれ、南北にJR阪和線が走っています。旧日本陸軍が眞田山から移転してきて、陸軍病院が設置されていたところでもあります。戦争が激化した時期には、病院には3000人

以上が入院していたそうです。もともと、田んぼと池それに沼地の広大な土地だったので、旧陸軍の輜重隊や陸軍病院が作られたそうです。敗戦後はアメリカ進駐軍基地となっていました。

地元に戻されてから、池を埋め立て、昭和29年には現在の南長尾町に大阪府営住宅が、そして31年には現・東三国ヶ丘町に、日本で最初の公団住宅「金岡団地」4階建てが造成されました。1フロアに3戸で建物の中央に三角形の階段室。この形状は、各戸の独立性にすぐれ、採光、通気もよく、上から見るとY字型。さらにそれを星に見立てて「スターハウス」と呼ばれていました。この様子は公園として残されています。当時の若いサラリーマン夫婦の憧れの住居になりました。

府営住宅には約600戸の所帯が入居しているのに、お地藏様はなく、公団住宅5棟東側、集会所前にお地藏様の祠を見つけました。きれいなお花も飾られていました。府営住宅も公団住宅も新しく建て替えられましたが、家賃の高い公団住宅の方が設備も周りの環境も住む人にやさしく感じられるのは、気のせいでしょうか？

