

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

ホームページの新機能と使い方

『北のもず』のホームページに、バックナンバー閲覧機能と、過去の記事をキーワードで検索できる機能を追加しました。バックナンバーは、お配りしている紙の『北のもず』のカラー版で表示されます。過去記事はホームページ用に編集したものです。



改めて閲覧方法を記します。スマートフォンでは『北のもず』1面にあるQRコードを読み取って読み込むとアドレスが表示されます。そのアドレスをタップすると、「年金者組合堺北支部」ホームページが開きます。スマホでQRコードの読み取り機能がない場合、またはパソコンから閲覧する場合は、インターネットで「北のもず」と検索してください。検索結果画面の最初のページでほぼ間違いなく「北のもず」年金者組合堺北支部」が現れます。そこには中身の見出しも何件か表示されます。6月8日現在の見出しは、「北のもず」、「北のもず第10号」と「年金者組合堺北支部」です。「年金者組合堺北支部」をクリック（タップ）するか、<http://kitanomozu.main.jp/>で直接入力してページに入ってください。ページの中ほどには、今回のような予定変更（北支部総会の延期や、おしゃべりカフェの中止）



などをお知らせする掲示板があります。要チェックです。その掲示板のすぐ上には「北のもずを開く」の表示があり、それをクリック（タップ）すると機能紙「北のもず」のホームページが開きます。現在は「北のもず第60号」が出てきます。なお、この「北のもず」ホームページは、検索結果として現れる上記の「北のもず」年金者組合堺北支部」のクリックでも見ることが出来ます。そしてこのページの画像（写真）をクリック（タップ）すると大きな画像が開きます。また、過去の『北のもず』を見るときは同じページ



れば必ず読みたいページにたどり着けます。「お気に入り」に登録すると次回から少ない操作でホームページに行けることができます。

の右上にある「バックナンバー」をクリック（タップ）してください。バックナンバーのページでは読みたい号数をクリック。また、このページにある「キーワードで検索する」をクリック（タップ）すると、その検索方法と検索例が現れて、指示どおり次々と入力するのはクリック（タップ）すれば必ず読みたいページにたどり着けます。「お気に入り」に登録すると次回から少ない操作でホームページに行けることができます。

北のもず 第60号	北のもず バックナンバー	PDFファイル
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年
2021年	2021年	2021年

年金者組合堺北支部

第6回総会

7月16日(金) 1時~3時

南花田町会館

柴さんから、『北のもず』ホームページの開き方を図と文で記事にさせていただきました。

写真がカラーで美しく、投稿していただくと、ハイキングの会のように、動画も可能です。

みなさん、アクセス、よろしく願います。

たみ

柴敏行

に入り」登録は、パソコンであれば、ウェブページを開いたまま右上のメニューからマークをクリックして、ブックマークに保存します。スマホでは機種によって若干表示などが異なりますが、おしゃべり右上にあるマークから登録ができます。

みんなの広場

夢中で農作業を…

昨年の秋、第二の人生を求めて和歌山の橋本に移住した友だちがいる。家を買ひ、畑を耕し、農業にいそしんでいる。すごいパワーに感心している。わたしにはとてもできそうにない。この春から時々、農作業の手伝いに行っている。先日、

ワクチン接種をいつまでもうそなのか？

石井尚子

じゃがいもの植え付けや草とりを手伝った。久しぶりにくわを手にし、額に汗して夢中で働いた。空気はおいしいし、労働のあと、外で食べるお昼は最高だった。ここに

4月26日から電話し、FAXを送り、インターネットで接種を申し込んだけど、返事がもらえない。堺市は、予定が決まるまで、自分で申し込み続けるシステムです。

いる間は、コロナのことなんかすっかり忘れていた。

帰りには、どっさりのお土産。土手で摘んだふきのとうやら、セリやら。もうすぐ、じゃがいもの収穫。どんないもがでてるのか、楽しみでしかたがない。



簡単な作り方を、動画で見ても、型紙をつくり

今年も挑戦しようとしてブラウスづくりです。

この1か月余り、どこにも出かけられず悶々とする毎日です。昨年からミシンを引っ張り出して、キュロットスカートやギャザースカートを何着かつくりました。

私の楽しみ

瀬藤みや乃

日本の接種率は、現時点で4%余りとの報道です。ワクチン液の準備遅れや接種体制の混乱は政治の責任と言えらるでしょう。電話をかけるのも疲れたなあ。『北のもず』61号発刊のとき、コロナ情勢はいかに…？



裁断したり、ミシンを動かしたり、夢中で一日の大半を過ごすこともあり

好きなことは時間を忘れるくらい!! 苦手なこととはなかなか頭も手も動かないのに不思議なものです。

今、ブラウス3着とスカート1着できました。早く着て歩きたいのを、まだか、まだかと心待ちにしています。

益 あや子

高齢者はどうすれば…

5月25日のニュースで、和歌山県の接種が進んでいるとのことでした。

全国一の充実した、かかりつけ医でスムーズに予約・接種ができるのが背景のこと。



「イン」のために医療機関が減り、保健所も国の

政策で減り、ワクチン開発も進んでいないことなどのため、私たち大阪人は、今命の危機を感じ、家にこもりがちです。

楽しみのサークルも再開は会場次第です。

ワクチン予約の電話に2日半挑戦しましたが、全くつながりません。ネットもスマホも使えず、手伝ってくれる家族のない高齢者の私たちはどうすればいいのでしょうか。

年寄りや子どもにも冷たく、現役世代も若者も、働く働けないに関わらず、大変な生活です。

命と暮らしを第1に、すべての人が大切にされる社会を心から願って、今は、自分たちの日々の暮らしと健康を一番に考え、ストレスをためない生活をしたいと思っています。

小谷潤子

おねがい

コロナで、サークルなどの活動が制限されています。

みなさんのお便りで、思いや生活を交流できればと思います。

近況をお知らせください。

よろしくお願ひします。



宛先 新金岡町5-9-426 坂本多美子
FAX 254-1158

7月のおしゃべりカフェ
生きる意味を問いかける
樹木希林最後の主演作

あん

7月7日(水) 10~12時
市民センター2F



こんにちは



本田 薫 (新金岡東校区)

松本 ゆき子 (中百舌鳥校区)

こんにちは。新入組合員の本田薫です。年金については、まだまだ納めている段階です。しっかり納めた年金を、しっかり受け取るためにも、組合員になりました。いろいろなサークルにも興味があります。よろしくお願ひします。

体をうごかすことが大好きです。バドミントン、ヨガ、水泳… はまっているのが卓球です。自粛生活を続ける今は、小花を育てて、押し花作り楽しんでます。

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
6・7月
日程表

日	行 事	場 所	時 間
6/30(水)	「北のもず」原稿締切		
7/3(土)	平和大行進	浜寺公園	14:00
7(水)	おしゃべりカフェ・映画	市民センター	10:00
8(木)	「北のもず」校正会議		18:30
9(金)	三役会議	市民センター	9:30
16(金)	支部委員会	市民センター	9:30
16(金)	第6回堺北支部総会	南花田町会館	13:00
18(日)	年金署名行動 (大泉公園7-マーケット会場)	大泉公園	11:00

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!



健康講座51

6月健康ひとくちメモ 老齢難聴と認知症

山本 美登利

4月中旬、年金者堺ブロック会議で「高齢者の補聴器購入助成要請」について話し合いをしているとき、使用し始めた人から「補聴器は便利だが雑音が入りやかましい」との報告をお聞きしたので、加齢性難聴について少し理解を深めようと思ひました。

厚生労働省が、認知症の人のために、2012年に策定した「認知症施策推進5か年計画」(「オレンジプラン」)を2015年に改めたのが、「新オレンジプラン」です。そこでは、「難聴は認知症の危険因子のひとつである」と明言しています。

難聴の人とそうでない人での認知症に対するリスクは、前者は後者の1.9倍とも言われます。

この聞こえづらさの原因は、耳の中にある音を察知する毛(有毛細胞)が、加齢により少なくなるためです。有毛細胞は再生しないため、一度、難聴に

なると残念ながら治りません。そして難聴が進行すると、何度も聞き直す、聞いていても肝心な事柄を聞き逃す、などのコミュニケーション不全が起り、対人関係が煩わしくなってしまう。そうして近隣の人と会話をしなくなり、閉じこもりがちになるという悪循環に陥り、ときには社会的疎外感を感じることもなります。

加齢性難聴は突発性難聴と違い、比較的長い時間をかけて少しずつ進行します。テレビのボリュームを大きくしてしまう、声がいつの間にか大きくなった、などは初期症状です。早い段階で、あるいは定期的に聴力検査を受け、適切に対処しましょう。

補聴器が進行を遅らせることも報告されています。補聴器の使用を検討しましょう。



※ 感染状況により中止される場合があります。参加者は各サークルへご確認ください



堺3支部7月のサークル情報



北堺パノソンの会

原則、第1・第2木曜日

7月1日(木)・8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

7月21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

7月はありません。

連絡先:竹本 253-5133

ヘルシークッキングの会

7月20日(火) 9時～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 090-9166-9944



絵手紙の会

原則、第2水曜

7月14日(水) 午前10時～12時

場所:サンスクエア堺 会費:200円

連絡先:寺崎 287-2473

うたごえサークル

原則、第3土曜日

7月17日(土) 午後2時～4時

会場:サンスクエア堺 B棟地下第5会議室

参加費:300円 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

7月は未定です。

連絡先:小林 227-7036

折り紙の会

※原則、第4水曜

7月28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

7月・8月はありません。 次回は9月17日。

連絡先:吉田 090-8213-8216

そとつ読書会

※原則、第4水曜

7月28日(水) 午前10時～12時

課題書:「永い言い訳」 西川美和著

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

7月・8月はお休みとします。

連絡先:坂本 090-2702-6336

歴史散歩

7月・8月は、中止とします。

連絡先:岡井 253-9079 090-9710-9079

北堺卓球クラブ

金岡体育館

※金岡体育館の大体育室が、ワクチン接種会場になる
ため、10月末(予定)迄使用禁止になりました。

7月は小体育室に空きがなく、場所が確保出来ない
のでお休みとします。

連絡先:速水 253-6662 090-9166-9944

消しゴム版画を楽しむ会

7月25日(日) 午後1時30分～3時30分

場所:「やわらぎ荘」の予定です。

材料等は用意します。彫刻刀などあれば持参を。

連絡先:小林 090-5659-4135

棋柳の会

原則第2土曜日

7月10日(土) 午前10時～12時

場所:なごみ 会費:200円

連絡先:堀西 090-2111-9794

年金麻雀の会

※原則 第2木曜・第4水曜

7月 8日(木) 午後1時～5時

7月28日(水) 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

二上山と麻呂子山 ミニ情報

4月11日曜日、19名の

仲間たちと、二上山と麻呂子山へハイキングに行きました。

良いお天気に恵まれて、おいしい空気をおなかいっぱい吸って、ウグイスが綺麗な声で鳴いていて楽しかったです。

麻呂小山へ初めて登りましたが、急な下りが続いて、転ばないように懸命でした。

ハイキング

みんな健脚で、私はまだまだまだひよこです。これから私も、みんなと楽しいハイキングを続けたいです。

大野孝子



麻呂子山山頂で…ドローン撮影に湧く



いくつもの峰を越えて辿りつきました



氏寺であったと考えられる。たみ

二上山は、奈良県葛城市と大阪府南河内郡太子町にまたがる山。かつては大和言葉による読みで「ふたかみやま」と呼ばれた。

金剛山地北部に位置し、北方の雄岳（517m）と南方の雌岳（474m）の2つの山頂がある双耳峰で、「大阪みどりの百選」の一つに選定されている。

雄岳の頂上には、父帝、天武天皇が崩御した後、謀反の罪で命を落とした大津皇子が眠っている。そんな悲劇を忘れさせるほど美しく、奈良盆地のどこからでも眺められる山として二

上山は昔から人々に愛されてきた。また、石器に使われた讃岐岩（サヌカイト）の産地である。

【麻呂子山：当麻寺より】

当麻寺の山号は二上山禪林寺。二上山の南東麓にあり、寺のすぐ西に丸子（まろこ）山（麻呂子山）がある。寺伝によれば、用明天皇の皇子麻呂子親王が河内国交野（二上山西麓）に草創した方法藏院禪林寺を、同親王の孫当麻国見が役小角（役行者）の練行地である現在地に移し、寺号を当麻寺と改めたという。もともと奈良時代初期に現在地に創建された寺で、この地に勢力をもつ当麻氏の

卓球は小体育室で…

緊急事態宣言が延長になり、大体育室が10月までワクチン接種会場になり使えなくなりました。

小体育室を申し込もうとパソコンを開きましたが7月はいちにも取れず、8月は10日（火）3〜5時と24日（火）9〜12時がやっとのことで取れました。次の練習日まで、各自で、

卓球

ストレッチ体操、スクワット、素振り、などで身体を動かして、8月10日に元気で会いましょう。
速水英子

花染め

坂本多美子
夏の朝、露に濡れて咲く露草の青は美しいですね。一度姿を消したと言われている。

短歌

大西孝子
威勢よきテレビ体操の掛け声につられて振れど手足動かず

俳句

金森 薫
カタカナ語増殖しており日本語は助詞 接続詞のみになりそう
紙魚走るファイルに残る深き闇
マスク越しこの期に及ぶ五輪とは

文芸欄

川柳

山中たい子
コロナには負けるなガンバレ鯉のぼり
貰い来しパック開ければ花茶漬け
ブルドッグ噛みつく先は菅総理
じゃがいものコロツケみたいな俺の顔
南 正夫坊
接種して自粛疲れに終止符を
古賀光政
見え隠れ1.5億と次期総理

季節の言葉

いまですが、また大泉公園でも見られるようになります。かっつは、その花をす

りつけて衣を染めました。つき草のうつろひやすく思へかも我が思ふ人の言も告げ来ぬ
大伴坂上大嬢『万葉集』

絵手紙

私の作品ですコーナー



坂井 洋子



澤田 節子

1本の帯から5つの
作品を作りました

東野節子

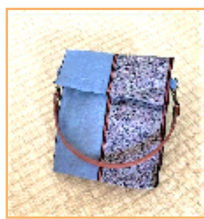


稲葉美智子

畳の縁(へり)で
作品3つ作りました



ショルダーバッグ



スマホ入れ



財布



地域探訪 53 ときはま線沿いの歯神地蔵様と楠塚公園



53

堺北警察署から南へときはま線沿いに歩いていると、左側に「歯神地蔵様」があります。結構立派なお地蔵様なので、すぐ目に止まります。ときはま線を通るのが午前中だと、必ずと言っていいほど誰かがお参りしています。

このお地蔵様の由来をいつか聞きたいなと考えながらお参りしていたら、続けて二人の人に会いしました。一人目は、お地蔵様に手を合わせてから「百度石」に向かって願をかけておられました。あとでお聞きすると、「歯痛を和らげてくれる」とのこと。また、「仏像が2体になっていて珍しい」とも。そこへ運よく、日課(?)のお掃除をする方が来られました。その方いわく「由緒書きのようなものが何もないのです。近所なので毎日掃除に来てますが、お参りの人によく由来を聞かれます。金岡町のここを管理している人に、説明板を建ててくれるよう、今度要望しておきます」と。一人目の方が「2体ある」と言われていましたが、よくよく見るとお地蔵様はやはり1体で、後ろは立派な光背です。それが少し崩れているのが、顔に見えたのでしょうか！

このお地蔵様がある敷地内に「百度石」と「千度石」が並んでいます。近くの廃寺から持ってきたのでしょうか？

周囲の柵は、ときはま線が整備されたときに建てられたもので、今は市民の憩いの場のようです。お寺だと誰かの名前が書かれているのにどこにも名前はありませんでした。

そこから、ときはま線を南へ信号一つ渡ったところにあるのが「楠塚公園」です。この場所も最近きれいに整備されました。以前書きましたが、金岡神社の玄関口でもあるここは「御旅所」です。大きな1本の楠木が目を引きまします。神輿代も残されています。大きな枝は沢山の葉を茂らせ、今の季節、散歩の途中休憩にうってつけの場所です。この公園もセメントの柵が樹木を取り囲んでいます。寄贈した人の名前がないので、公的になされたのでしょうか。



この、ときはま線。昭和41年に新金岡団地の町開きが行われたときには、簡単に舗装された道路だったようです。昭和62年に(旧)大阪市営地下鉄御堂筋線が開通し、住宅開発と同時に道路や周辺の整備がなされていったようです。今ではすっかり交通量が増えた、ときはま線。急いで通過してしまいがちですが、こらでちょっとほっこりしませんか？