



北のもず 69号



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 TEL221-8384
 連絡先 林 洋司 080-3805-1954
 nfc@kitanomozu.main.jp

26年間の歴史 おでかけ応援バスを守った



11月27日の集会で松永健治さんが提案

要求の始まり
 1989年6月に結成された年金者組合堺支部。すぐに、堺市に要求書を提出。その中に、「高齢者に南海バスの無料バスを」と要求し、すでに実施していた他市の資料を取り寄せ、陳情書を提出し続けました。

初めての回答
 97年、幡谷市長に「高齢者に南海バスの『優待乗車証』を支給してください」と23団体で陳情書を提出。「趣旨はよくわかります」との丁寧な対応でした。

(当時、組合員は329名)

2004年に提出した陳情書で、堺市は初めて「高齢者の外出支援・社会参加を促すとともに、公共交通利用促進を図りバス利用の



市政チェック学習会で松永さん(公共交通を考える会)が報告

陳情を続ける
 2005年以降も、おでかけ応援バスの拡充について陳情を続けました。6年には、利用日は5、10日の五・十日となりました。

13年に、「毎日乗れるようにしてください」と陳情

活性化を目的に、平成16年度に、65歳以上の高齢者を対象として、南海バス運賃を1乗車100円とする高齢者社会参加促進検証事業の試行実施を予定しており、この事業を着実に実現し、その効果を検証することが、高齢者の社会参加を促進することにつながると考えています」と回答したのです。

(組合員523名で堺北258名と堺南329名に分割)

情。 それに対し、「おでかけ応援バスの効果検証を行ったところ、65歳以上の高齢者の方のうち、おもに土日祝日に外出していると回答した人は少なく、おもに平日に外出している、特に決めていないと回答した方が大部分を占めており、こうした高齢者の外出動向などを踏まえ、平成25年度7月より、祝休日及び年始を除く月々金曜日としておでかけ応援バスの毎日利用につきまして、おでかけ応援カードのIC化と合わせて実施したいと考えており、利用状況や公費負担などを踏まえ、実施に向け検討を進めてまいります」との回答でした。

ようやく実現
 15年11月、65歳以上の人は、おでかけ応援バスで最初に1000円を払い、毎回100円で乗れるようになりました。

21年3月、堺市全体で、おでかけ応援カードの保有状況は、約7割で、7割の高齢者が利用しているということです。

原 圭治

おでかけ応援バス議会傍聴記
市民の声が 議会本来の役割を果たさせた

私は維新を除く全会派の良識ある判断で否決した今回の本会議を傍聴しました。

維新政治は、自治体の財政危機をこっとさら吹聴し、市民の危機感をあおり、身を切る改革と称して住民サービスを切り捨てる政治手法をとっています。

自治体の最大の責務は「住民福祉の増進」。今回は市民の声が議会を動かしたと感じました。次は、住民が維新府市政の身を切る改革の実像に気づき、本来の自治体を取り戻す番だと。

支部長 林洋司

おでかけ応援カードの保有状況 (2021年3月現在)

対象者総数	234698名
カード保有者	163956名
保有率	69.9%

☆新金岡に住んでいる私は、おでかけ応援バスは、とてもありがたいです。女性センターのカルチャーに通う時や堺東に買い物に出かける時に利用しています。削減されたくありません。

住谷幸代

☆ハイキングで近鉄線に乗るとき、河内松原まで百円で行けるバスはありがたく、みんなで利用しています。

原田知子

3月のおしゃべりカフェ

3.11 原発事故の真相を追う新聞記者を中心に、政権と市井の人の姿を対比させ、当時の状況をリアルに再現する

太陽の蓋
 3月2日(水) 10~12時
 市民センター2F
 映画代無料 お茶・菓子代100円

おでかけ応援バスへの声

通院の足を守った！

☆応援バスの改悪ストップ。市民の声が勝った。本当にうれしく思っています。

通院などでバス利用がかかせない私にとって、交通費はとても負担

が大きいです。この制度実現に年金者組合のみな

さんの永年の粘り強い運動があつたことを知り、

絶対に守り育てていかなければと思っています。

これからも、市民の声を無視し続ける維新市政を

注視しなければなりません。

橋本照世

住んで良かった堺市

気付けば人生の最終章、78歳自称自由人。元氣だ

ねとよく言われるが、実はそうではない。何かと

劣等生、自由人らしく自分のことは自分で 召さ

れるその時までやりたい元気で楽しく。百円バス

感謝してます。65歳以上いつまでも続けてくださ

い。年を重ねた人達を元気に。堺市の宝です。

徳丸トモエ

☆わたしは、65歳になり、お出掛け応援バスを利用

になりました。手にして直ぐに、堺東まで出かけました。座席に座って周りを



を思うと心が痛む。

その点、年金で生活でき

ている我が身はまだ恵まれていると言

うべきか。

しかし、自動車運転免許を返上し生活の不便さ

に加え、コロナ禍で極端に狭くなった行動範囲が

生活のあらゆる面で意欲の減退を来すことにも閉

口している。

好きだった絵を描くことも、書の筆をとること

も、何か億劫になってしまったこの頃だが、今唯一

救ってくれているのがグラウンドゴルフである。

週3回町のグラウンドでゲームを楽しみながら体

を動かしている。加えて、終了後は当日の結果をパ

ソコンに入力。月間、年間のまとめ作業も伴い、

結構やることがある。楽しみながら続けていると

いったとらである。ウオーキングでは味わえない楽

しみもある。

しかし、悩みは仲間の高齢化と会員の減少である。

田中武司

物価高なのに年金0.4%引き下げ

厚生労働省は1月21日、2022年度の公的年金額を0.4%引き下げると発表しました。安倍・菅・岸田の自公政権10年間で、6.6%削減です。

コロナオミクロン株による爆発的な感染拡大のもと、燃料高騰による物価高が続く、高齢者にとって生活不安が大きいのかかってくるもとの年金削減は絶対に許すことはできません。「削減ありき」の現行の仕組みの欠陥は明らかです。

1月から取り組んでいる100万筆新年金署名の請願項目「年金引き下げの仕組みであるマクロ経済スライドは廃止すること」が不可欠です。組合員のみなさん 怒りを新年金署名にぶつけましょう。一人5筆目標です。 支部長 林洋司

みんなの広場

コロナ禍の今

コロナ禍で不自由な生活を強いられる毎日に少々イヤ気がさしているこの頃だが、考えれば雇止めや閉店、倒産等で失業を余儀なくされ厳しい生活に追い込まれている方

組合費の3月末まで納入にご協力を

日頃、組合員のみなさんには組合費納入につきご協力をいただきありがとうございます。どうぞよろしくお願いいたします。

組合費は、共済・厚生年金の方は、年金月額0.4%（最高額900円）、国民年金・無年金

受給年齢に達していない方は、月額200円と機

関紙代100円を納入していただいています。

組合費のうち、半額は府本部・中央に上納し、

残った半額で支部の活動・行事などの諸費用を賄っています。

みなさんのご協力をよろしくお願い致します。 財政担当 岡井秀生

素晴らしい演奏会

1月11日、エル大阪で、府本部の新春のつどいがあり、松野迅さんのバイオリンを聞きました。ピアノ伴奏もなく、全くの「ひとり弾き」、柔らかな語り口での曲にまつわるお話も素敵でした。

バッハの組曲は圧巻でした。パッカサリア、ユー・アン・ドラーのリストは、哀愁に満ちたメロディで、昔見た映画が甦りました。ユダヤ民族に伝わるクレズマー音楽が基調にあるそうです。美しい音色に聞き入りました。



美しい音色が響き渡り...

どの曲も、民族を大切にされ、編曲・演奏されているのを感じました。

坂本多美子

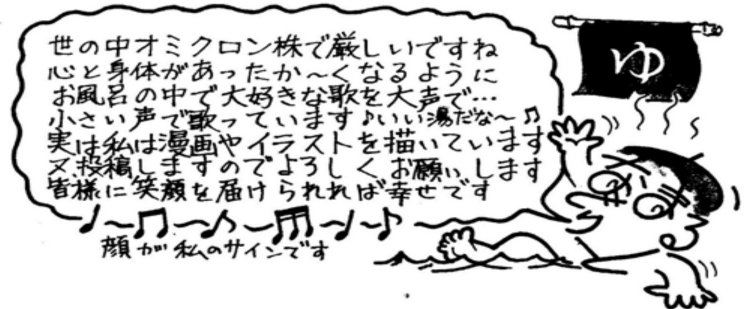


こんにちは

今井万紗子 (東三国丘校区)

他県から転入して早二年が経ち、皆様の温かいお心に触れ、出会いを大切にこれからの人生を、楽しみたいと思っています。

金森 丸人 (金岡校区)



コロナの感染状況により中止になる場合があります

2022年
2月・3月
日程表

日	行 事	場 所	時 間
2/28(月)	「北のもず」原稿締切		
3/2(水)	おしゃべりカフェ・映画	市民センター	10:00
10(木)	「北のもず」校正会議		18:30
11(金)	三役会議	市民センター	9:30
11(金)	重税反対全国統一行動		
15(火)	支部委員会	市民センター	14:00

健康講座 59

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！



2月健康ひとくちメモ **毛細血管と冷え性** 山本 美登利



先月の続きで毛細血管のお話です。
冬または夏でも冷房によって起きるいわゆる「冷え性」。

この冷え性とは、末梢の毛細血管が収縮し、血流が滞ることで温かい血液が手足の先まで届かずに冷えてしまう状態のこと。冷え性を放置しておく、血管がさらに硬くなって老化が進み、血圧異常の危険も。冷え性の改善で毛細血管の若返りを図りましょう。

・良眠の工夫を。

入眠前に足が冷えてなかなか寝付けない時、バケツに足首が浸かる程度の湯で10分～15分程度の温足浴をする。この場合、寝る前に熱湯を用意しておいて、追加湯の準備を。また、足先を布団から出して、レッグウォーマーや、古い靴下をかかと部分から切り離れた自家製保温靴下を着用する。これらは、熱くなりすぎて汗をかいてしまうことがないため足が蒸れにくく、足首を温めることで

冷えを防ぎ、眠りにつきやすくなる。

・手指がいつも冷たい人。

42度程度の湯と冷水の二つのバケツを用意して、交互に手を浸す。これを15分間何度か繰り返す。湯が冷めたら追加湯して。あとはしっかり皮膚表面を乾いたタオルで拭き取る。

・食事も大事

ビタミンE (ウナギ、アーモンド)、ビタミンC (かんきつ類、緑黄色野菜)、ビタミンB1 (豚肉、大豆)、パントテン酸 (レバー、大豆)、良質のタンパク質 (大豆製品、魚) などは、体を温め、血行をよくする。

・編み物や切り絵、絵手紙、それに料理や楽器などで指をこまめに動かすことは、脳神経を刺激し脳細胞の血管を鍛えることにつながる。

今年の干支は寅。悠然と構えて広い範囲を見通すトラにならい、あたふたすることなく、できることから始めましょう。



堺3支部 2022年3月のサークル情報

※中止になる場合もあります。参加者は、必ず各サークルへご確認ください。
※必ずマスクを着用して参加ください。

北堺パソコンの会 原則、第1第2木曜日
3月3日(木) 10:00~17:00
(午前:講座、午後:相談会)

3月10日(木) 10:00~17:00
会場:大泉いこい荘 北区新金岡町4丁4番
会費:1回ごとに300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 ※必ずマスクを!!
3月16日(水) 午後2時~5時
会場:堺東ジャンカラ(今回)
※お店引っ越しの予定の為!
連絡先:飛谷 090-4496-7353

おきがる料理の会 原則第3月曜日
3月21日(月) 9時~12時
会場:サンスクエア堺 会費:500円
会員で欠席の方は必ず連絡ください。(材料購入の為)※新会員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
3月15日(火) 9時~12時
会場:サンスクエア堺 会費:500円
※初参加の方と会員でキャンセルの方はご連絡ください。 ※エプロンと頭巾持参
連絡先:速水 253-6662 090-9166-9944

うたごえサークル ※必ずマスクを!!
3月19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200円 お茶を用意しています
連絡先 飛谷 090-4496-7353

囲碁サークル 原則、第2第4火曜日
3月15日(火) 29日(火)
午後1時から5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 **完全予約制!!**
3月23日(水) 午後1時30分~
会場:桜井さん宅 会費:200円
集合:南海バス 堺市駅南口 11時
※用具と折り紙など、全て用意しています。
連絡先 森 237-9456

絵手紙の会 原則、第2水曜日
3月9日(水) 午前9時~12時
会場:サンスクエア堺 会費:200円
連絡先 寺崎 287-2473

そてつ読書会 原則、第4水曜日
◎当分休止です。

連絡先 尾田 255-1672

お菓子をつくる会
2月はありません。

連絡先:吉田:090-8213-8216

ハイキング 月会費:100円
3月13日(日) 中山寺奥の院 8Km
集合:阪急梅田駅3階改札口 8時30分
中山観音下車→中山寺奥の院→清荒神

4月3日(日) 琵琶湖疎水 8Km
集合:京阪淀屋橋駅改札口 8時30分
三条→浜大津→三井寺→山科

※当日の朝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 3月4日(金) 参加費:100円
萩天から初芝 日置荘の歴史を訪ねて
歩行距離 約3.5km

集合:南海萩原天神駅前 10時

昼食:初芝駅周辺で予定 ※雨天中止!

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)

3月3日(木) 午後1時~3時

3月31日(木) 午後3時~5時

※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 会費:200円

3月28日(月) 午後1時半~3時半

会場:やわらぎ荘

材料、道具は用意します。彫刻刀あれば持参を

連絡先:小林 090-5659-4135

川柳の会 原則、第2土曜日

3月12日(土) 午前10時~12時

場所:ともの家「なごみ」百舌鳥赤畑町4-305

中沢マンション101号 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

3月10日(木) 午後1時~5時

3月23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

納会ハイクは二上山

12月12日(日)、二上山

に行きました。天候にも恵まれ多くの方が参加。

二上山へのハイキングは、河内松原駅に集合し二上山駅までは約30分程で到着下車し、まずは一服。二上山は大阪から近場なのでお気に入りです。道のりはそれ程長くもなく、短くもなく良い運動になります。

雌岳には丁度お昼頃に着き、東屋でお弁当にしようかと言うことになりましたが、この日はコロナが解除されたこともあり、大勢のハイカーの方が来られていたので腰を降ろす場所もなく、山頂でお昼の弁当となりました。

山頂からの眺望は最高です。奈良方面には大和三山から大和平野、大阪方面には河内平野が見渡せます。

ハイキング

この日はハイカーの方が多く、途中2班に分かれて出発、登山口の柵(猪避け)を開け銀峯ルートへ、雌岳をめぐり登って行きます。落ち葉の絨毯を踏みしめながら歩くと、心地よい汗も



二上山 雌岳山頂にて

この日は恒例の望年会、いつもの中華屋さんへ集合、大勢の方々が出席されました。今年のハイキングは、予定日になると雨が多く参加する日数が少なかったように思います。新年度もよろしくお祈りします。

西岡好夫

初詣は三宝へ

冷たい朝、堺東を出発。

まず田守神社へ。境内には保存の樹木1号のちしやの樹や、昔、村人が力比べをした力石が並び、名が記されていた。この地域は、昔から洪水に襲われていた。二人の発起人と村人が総出で大和川を付け替えたあと、その土砂で新田開発を進めた。米作りには適さなかったが、大規模な新田ができた。村人は小作農として生活した。租税も納めた。その施行と鎮守の産土神として、田守神社が建立された。三宝村の人々のやりとり、人情も交えて、辻さんがおもしろく語る話

歴史散歩

この日は恒例の望年会、いつもの中華屋さんへ集合、大勢の方々が出席されました。今年のハイキングは、予定日になると雨が多く参加する日数が少なかったように思います。新年度もよろしくお祈りします。



月洲神社にて

に聞き入りました。子どもたちにも、この地域を歩き、神社に寄り、歴史に触れて欲しいと思います。

瀬藤みや乃

かざ はな

風花

坂本多美子

季節の言葉

冬の晴れた日に、わずかに舞う小雪。山に積もった雪が風で送られたり、積もった雪が風で舞いあげられたりするものもいます。

雪の花は雪を花にたとえた言葉。銀花、天花も雪のこと。六角形の結晶の形から六花も雪の異称。牡丹雪、花弁雪は花弁のような形の雪。

『源氏物語』に「童下ろして、雪まろばしせき母給ふ」とあります。雪転はしは雪を転がし丸める遊び。平安の昔から雪は遊び心をくすぐるものだったようです。

子どもは、寒さを忘れ、雪だるまや雪鬼を作り、雪吊りや雪合戦で遊びますね。君火をたけ

よきもの見せぬ

雪まろげ 芭蕉

短歌

大西孝子
お互いに頑張りましょう 夫と共に 雑煮を祝ふ佳き年であれ

花瓶にさす椿の花の極まりて 大きく開く部屋暖かし

俳句

金森 薫
葱の青九条香る朝の汁

オミクロン嘉手納・岩国冬景色

山中たい子
一年中マスクはずせぬまだコロナ

小走りにシヨッピングカー押す時雨来る

文芸欄

坂本多美子
霜柱負けじと散歩の茜空

川柳

南 正夫坊
南天の実は赤くして尊くて

私には古文漢文チンプンカンプン

古賀光政
自粛して筋肉低下なお不安

コロナ下で値上げラッシュ身に浸みる

おめでとう ございます



金森薫さんの俳句が全日本年金者組合中央本部の年金者文芸2021年の優秀作に選ばれました。

優秀作 しみじみとマスク外して柚子湯の香 選者評 感染せずに過ごし柚子風呂に浸る解放感、いのちの大切さである。

新連載マンガ 金森 丸人

私の作品ですコーナー



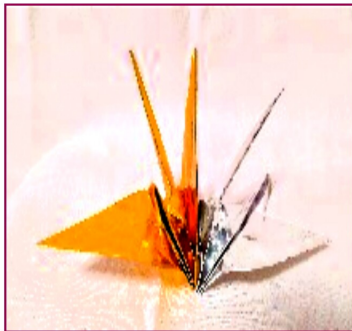
ひ孫の帽子

ひ孫に編んでやりました。大喜びでした

河内 都

河内 都

折り紙



夫婦鶴

絵手紙



夫

森田紀代子



帯一本で、バック5つ作りました

東野 節子

地域探訪 6 「井の尻地蔵様」と「馬場町地蔵様」



馬場町地蔵様



井の尻地蔵様

お地蔵様シリーズを書き始めた時から、「金岡」地域と「長曾根」地域は立派なお地蔵様だらけなので、後回しにしようと思ってました。でも金岡地域に住んでいる古老年の方々にお話をお聞きすると、なんとも深い人々の生活の歴史を感じ、早々に書きたくなってしまいました。

その金岡の街の成り立ちは、竹内街道と我堂金岡線が金岡神社の所で十字に交差して、まずは9つの町内会が竹内街道沿いに出来、のちに2か所の町会も合流したそうです。

今回は井の尻地蔵様と馬場町地蔵様を紹介します。井の尻町地蔵様は、下野池団地とエバグ

リン (E・G) 団地の南側にあります。立派な祠の中におられ、掃除も行き届き、いつも美しい花が供えられています。

I氏の話では、金岡地域のお地蔵様はどれも、自治会が管理されているそうです。井の尻地蔵様には、雨除けの屋根を寄付された方のお名前と、「昭和51年8月吉日」の日付が入った標柱石も立てられています。南側は昔からの日本建築住宅も並んでいます。

下野池住宅やE・G住宅が造成される前は、「幸田池」でした。昭和40年代から50年にかけて、堺市内全域は大阪のベッドタウンとして人口が増加し、それに伴い池を埋め立て学校や住宅建設が急激に進んだのです。そして今でも、町会ごとに立派な会館がありそこにはお地蔵様も祀られています。

井の尻地蔵尊は会館から少し離れたところにあるのですが、その理由はまだよくわかりません。

馬場町地蔵尊は町会の会館の前にあります。会館のシャッターの絵がまた素敵です。「馬場」にちなんで馬が跳ねています。