



北のもず 71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
info@kitanomozu.main.jp

満開の桜の下でお花見会を楽しみました



桜が満開。桜色の世界に浸りました

見頃の花に囲まれて
4月1日(金) 10時から大泉緑地さくら広場でお花見会を開きました。参加者は30名でした。雲一つない青空の下、春爛漫の心地よいひとときを過ごすことができました。ソメイヨシノが今を盛りと咲き、春の風を吹かれて花びらが舞い落ちて…。



アコ演奏で歌いました

アコ演奏で歌ったよ
まず石井さんの挨拶。次に、巽さんのアコオーディオン演奏で、「若者たち」「高校三年生」「荒城の月」をみんなで歌いました。「花」をアコ独奏を披露していただき、景色にびったりでうっとり。
太極拳で体をほぐして
次に、時吉さん、岩本さんたちのリードで、太極拳。ゆっくりと息を吸ったり吐いたりしながら体を動かしました。
笑って踊って
続いて、まるたせんせのパフォーマンス。ギターを抱えて登場と思ったら、桜の木にぶつかって、あれれ！でも無事登壇。「手をたたこう」の手遊びで参加者はすっかり打ち解けました。マジックも見事。参加者によるわかマジックも、ボールを浮かせたり、堂に入っていました。「仲間を呼ぼう」のフオークダンスで、さらに連帯感が強まりました。



太極拳で体も軽く

参加者の感想
☆風は少し冷たいけど、満開の桜。久しぶりに声を出して歌え、身体を動かしてリフレッシュできました。まるたせんせの楽しいダンスには小さな子どもさんも拍手で参加。楽しいひと時に「こんなものいらぬ」の紙しばい。どんな病気の時でも、みんな支え合って生きることの大切さを痛感しました。
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。久しぶりの顔合わせに笑顔がはじけました。97歳の津山さんも自転車であらわれて大拍手。最後に桜を背景に写真を撮ってお開きとしました。1時間半、満喫の時を過ごしました。坂本多美子記



マジックに見入りました

☆昨年まで働いていたので出席できませんでした。初めて参加しました。桜の下で楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。金谷栄二
☆満開の桜の下とても楽しかったです。みなさんのパワーを頂きました。有り難うございました。大野孝子
☆桜が満開の大泉公園で久しぶりに大笑いしました。☆歌やダンス、マジック、紙芝居など色々な企画が楽しかったです。初めての太極拳で体が軽くなった気がします。18歳と81歳の話が最高でした。藤田千恵美

吉岡純子
☆澄みわたる青空の下、満開の桜が咲き乱れ、青年・淑女？が集い、色々な催し物で楽しいひと時を過ごさせていただきました。
時吉行春
☆昨年まで働いていたので出席できませんでした。初めて参加しました。桜の下で楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

5月のおしゃべりカフェ 学習会
物価上昇の中でもなぜ年金は減らされるのか
講師 勝井正府本部書記長
5月11日(水) 10~12時
市民センター2F
参加費 無料

年金下げるな署名 がんばりました
3月20日(日) 大泉緑地のフリーマーケットに合わせて、署名行動を行いました。8人参加で、63筆集まりました。
「年金下がって困る」「物価は上がりっぱなし。苦しいわ。どうにかしてほしい」など切実な声が寄せられました。
4月22日の年金裁判は、延期になりました。

戦争やめて！

プーチンのウクライナ侵略戦争、非道です。

私たち年金者組合は、毎年夏に「堺平和のための戦争展」に参加しています。過去の戦争から学び、戦争のない今を過ごし、明日の平和な暮らしにつなげていこうと。

戦争は人殺しです。すべての国から武器が無くなれば戦争はできない。世界中で戦争やめて！の声があがっています。憲法9条の出番です。これを活かすことが世界平和につながると思います。

戦争に乗じて、この憲法を守るべき日本政府



戦争に乗じて、この憲法を守るべき日本政府

守った！おでかけ応援バス

おでかけ応援制度改善条例案が、3月24日に開かれた堺市議会本会議で、昨年12月議会に続き再び維新以外の全会派の反対で否決されました。

撤回を求める緊急署名は、3週間余りの短期間で10136筆。堺北支

が憲法9条を変えようなどもつての外。まして、戦争被爆国の日本の政党が核兵器共有論を出してくるなど論外です。

主権者の一人として、声をあげていきたいです。私たちの命と暮らしを守り、未来の発展につなげていくために、「輝け憲法・核はいらん」と。みなさん、一緒に署名活動に取り組んでいきましよう。

参加者の感想つづき ☆
寒かったけど、青空と桜吹雪の下でみなさんと集うと心が温まり良かった。たくさんの内容は、さすが年金者組合だと思いました。 岩本・守山

部も594筆を提出し、北区選出の9議員に反対するよう要請活動も展開しました。
「勝つまでジャンケン」の維新市政、引き続き、市民の力ではね返そう。

林 洋司

みんなの広場

ウクライナ侵略は許せない



寒い冬が過ぎ、花々が色とりどりに咲き乱れる春が来ました。

日々の暮らしが若い頃に比べ、充実し穏やかに流れていくのは、歳を重ねたせいでしょうか。子育てと仕事との忙しい日々がなつかしく思い返されます。

幼い命が大切に育まれる日々、この流れが突然に断ち切られ、穏やかな日常が恐怖に変わる。これが戦争なのだ。

ロシア侵略によるウクライナの悲惨な実情。これから花を咲かせる子どもたちの命が無惨に奪われていく。絶対に許すことは出来ません。

堺東での抗議のスタンディングに、「プーチンは侵略をヤメろ」「命マモロウ」のプラカードを手作りで作成し、参加しました。

全労連交通災害・火災共済のおすすめ

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。詳しくは、チラシをご覧ください。今回は、下記の臨時募集があります。

個人賠償責任共済のおすすめ

なにげない日常に突然起こってしまう加害事故。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個人賠償責任共済。こちらは先月にチラシを入れています。どちらも締め切りは、5月31日（火）です。

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

最高補償額 1億円
安心の示談交渉つき



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)

停めていた自転車が倒れ車に傷をつけた

水もれで階下に損害を与えた

自転車で走行中、歩行者と接触した

なごみは交流の場

核兵器共有などとならない。国際社会の団結と連帯で、ロシアを追いつめ、侵略を中止させましょう。 竹下文枝



交流の場のなごみ

友の家なごみは百舌鳥赤畑町4丁、国道310号線赤畑町バス停の近く「命マモロウ」のプラカードを手作りで作成し、参加しました。

いろいろなサークルも行ってます。遠くからの参加も多いです。

皆さんのご参加お待ちしております。 古賀光政

年金カンパと署名ありがとうございます

カンパは、10万円を越えました。目標の13万円まであとひと息です。

署名は、158筆です。目標は1300筆なので、引き続きよろしくお願ひします。



升井勝之 (新金岡校区)

こんにちは

林原 美祐喜 (東三国丘校区)

教職員組合専従を辞めた後は、オルガン練習一筋の毎日。舞台のオルガン演奏に、私は「生きる姿」を実感。だから、ウクライナの人々の「生きる道」を寸断させるロシアの侵略は絶対に許せない！

まだまだ、若いと思っていたのに… 起きようと思っ
て、ベッドで勢いよく足を上げて…足の方にひっくり返る。頭も身体も回らないダウン生活の中からの元気を取り戻しつつあるのは①電話が好きでおしゃべりを楽しむ②筋力を落とさないために、少しでも歩きます。サークル参加が目標です。

コロナの感染状況により中止になる場合があります

日	行 事	場 所	時 間
22(金)	第3回年金裁判	大阪高裁	中止
30(土)	「北のもず」原稿締切		
5/1(日)	メーデー	大仙公園	10:00
3(火)	おおさか総がかり集会	扇町公園	14:00
11(水)	学習会	市民センター	10:00
12(木)	「北のもず」校正会議		18:30
13(金)	三役会議	市民センター	9:30
20(金)	支部委員会	市民センター	13:00
26(木)	卓球大会	府立体育館	

2022年
4月・5月
日程表



健康講座61

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！



4月健康ひとくちメモ

肝臓とアルコール

山本 美登利

蔓延防止重点措置が解除されましたが、少しずつ日常に戻ってくるのでしょうか。この4月中は予断を許さない状況です。以前であれば、4月はお花見や新人歓迎会の時季。そしてそこにつきもののお酒。そこで今回は肝臓について。

肝臓は、①消化吸収された栄養分の貯蔵、②有害物質の解毒・分解、③消化に必要な胆汁の合成、という役割を果たします。お酒に含まれるアルコールの無毒化は②の作用です。「アセトアルデヒド」という物質名を聞いたことは

ありませんか？ お酒を飲むと肝臓はこの毒性の強いアセトアルデヒドを分解しますが、大量に摂取すればそれだけ肝臓に大きな負担がかかります。そしてアセトアルデヒドは肝細胞を傷つけ、脂肪の分解を抑え、肝臓に中性脂肪を蓄えます。アルコールの過剰飲酒は多くのトラブルにつながります。

暴飲暴食に注意して、週に一度の休肝日を設けましょう！

年金者組合・堺北支部
第7回総会
6月17日(金) 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。

堺北支部の役員選挙告示
2022年度の役員選挙
について告示します。

一、役員の内職と定数
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数名
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

2022年4月15日(金)
選挙管理委員長
門前俊雄

堺3支部 2022年5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

5月5日(木) 10:00~17:00

(午前:講座、午後:相談会)

5月12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!!

5月18日(水) 午後2時~5時

会場:歌芳 北区東三国ヶ丘5-4-25

※堺東バス停8番乗り場白鷺駅前行きに乗車、黒土町で下車、北へ次の信号を左折する。バスは一条通や三国ヶ丘駅前も通る。わかりにくい方は連絡を。連絡先:飛谷 090-4496-7353

おきがる料理の会 原則第3月曜日

5月16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

5月17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!!

5月21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

5月10日(火) 24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 (5・6月も第4水曜日)

5月25日(水) 午後1時30分~

会場:サンスクエア堺 会費:200円

※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

5月11日(水) 午前10時~12時

会場:サンスクエア堺 会費:200円

連絡先 寺崎 287-2473

お菓子をつくる会

5月はありません

連絡先:吉田:090-8213-8216

そてつ読書会

◎当分休止です。

ハイキング

月会費:100円

5月8日(日) 大和葛城山

集合:河内松原駅 8時30分

近鉄阿部野橋駅 8時34分 発 長野行乗車→河内松原駅 8:43→富田林→タクシーで青崩→葛城山頂→水越峠→富田林 ※帰りはロープウェイ可

5月22日(日) 保津峡

集合:JR大阪中央改札口 8時30分

大阪駅→山陰線 保津峡駅→清滝→高尾

※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 会費100円

萩天から初芝 日置荘の歴史を訪ねて

5月6日(金) 歩行距離 3.5km

集合場所:南海萩原天神駅前 午前10時

昼食は初芝駅周辺で摂る予定

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11日(水) 午後1時~3時

5月24日(火) 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

5月22日(日) 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

5月14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

5月12日(木) 午後1時~5時

5月25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

太極拳 (新)5月からです ※雨天中止!

桜今池公園 毎週 月曜、AM9時~10時

光竜寺公園 毎週 水曜、AM9時~10時

連絡先:岩本 ☎080-3030-6698

連載マンガ 金森丸人 折り紙 私の作品ですコーナー



あまびえ 河内 都
【随筆】



大窪 道代

パッチワークの手提げバック

絵手紙



坂井 洋子



堀江 陽子

パッチワークのティッシュボックス

地域探訪 63 大道と西之辻のお地藏様



大道地藏様



西之辻地藏様

「大道地藏尊」は竹内街道沿いに細長くできた大道町の街のお地藏様です。交通の多い街道沿いなので、場所の確保が難しく3回も引越しをしています。ご長老の資料によると、こも池→吉村宅付近→藤木宅付近→蓮開寺付近（昭和35年から現在）。お寺の前にあるお地藏様の周りには、きれいに刈り込まれた一対の槇の木が植えられています。木の周囲を囲む石組がどこかの庭園の珍しい石です。お地藏様は、格子の扉越しにしか見えませんが、和泉砂岩で造られていて、お顔の肌がきめ細かくとっても美しく見えました。植木の刈込や花壇の世話は、昔からの植木屋さんがボランティアでやってくれているそうです。盆祭りの時は、そこから20mくらいはなれた町内会館へ運ばれるそうです。

「西の辻地藏尊」は、「要地藏尊」と言われています。また「なまず地藏尊」ともよばれています。こちらのお地藏様もまた、きめの細かい和泉砂岩でできているので、お顔が美しい。大道地藏尊と同じに見えました。お地藏様が祀られている祠の上に、屋根があり、ブロックで囲いもされているので、ひとつのお堂のような感じを受けました。地藏盆祭りはこの場所でされているそうです。ご長老によると不思議な言い伝えがあるとのこと。「本体に触れると腹痛が起こると言われ、実際何人かは腹痛を起こしている。そして地藏様の顔を出してはいけない」。なので、顔と首に赤い帽子と涎掛けがかぶせられています。この伝説の意味するところをお聞きすると、お地藏様は、和泉砂岩でできていて壊れやすいからだそうです。「腹痛起こすぞ」とは、大事に扱う戒めだそうです。また、「要地藏尊」と言われるのは、この場所が大きな池や用水路の川から水を田んぼにとり入れる扇子の「かなめ」のような重要な場所だったためだそうです。現在はお地藏様の周りに新しい家々が立ち並んでいます。今回も、金岡町のお地藏様には1体1体その土地に生きる人々の心がこもっていることを実感しました。