



北のもず 76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

戦争体験記 貴重なお話を寄せていただきました

満州の思い出

私は、昭和16年太平洋戦争の時に生まれ、当時の満州へ開拓団として、両親と2歳上の姉とで渡りました。父に召集令状がきました。理容師の資格があるので、戦士の散髪をさせるために連れて行かれました。

にいた夫婦の奥さんは連れて行かれました。日本へ上陸してからは、近所にいた奥さんは、外人の赤ちゃんが生まれて、母子は自殺しました。まだまだ書けないことが多くありますが、戦争は絶対だめ！

河内 都

戦争の思い出

弟が生まれ、1歳6ヶ月ではしかになり死にました。父は弟に機関車を持って帰ってききましたが、死んだ翌日で、両親は、声を出さず弟を抱きしめて泣いていました。私はこのことは忘れません。その後、妹が生まれました。終戦後、大きな日本船が来て、満州にいた大勢の人たちが乗船しました。日本の陸が見えたとき、船中で集団赤痢がはやり、寸前で船は止まった。白い布で包まれて、船から海へ大勢の人が捨てられました。

昭和16年4月苦勞して希望の学校に入學。太平洋戦争が始まる前の何の心配もない時代。その年の暮れから戦争が始まり、友人と散り散りに学徒動員に駆り出され、油まみれの手で汗を拭くこともせず笑い会った。豆かすの入った握り飯が嬉しく、昼時が一番の楽しみだった。

また、ソ連人がいて、少女を連れ去るので、父が、姉と私を便所に隠し、鍵をかけた。母には、大きな布団をかぶせて守りました。父はぼこぼこにやられました。近く

あれから80年。懐かしく思い出す。皆さんの好意に甘えて、この歳になりました。今の不自由もない現在、本当に感謝々々です。『北のもず』を配って頂いて、あらためて若い方々のご苦勞に感謝しながら、世界中が病んでいるのを憂えています。



ウクライナを映す映画「ヒマ



でもあまりに歳をとりすぎてしまいました。 辻野くに子

引き揚げの思い出

引き揚げ者100名。父は、青年の志を抱いて満州へ渡り、満鉄でダイヤ作成の仕事をしていました。人間らしくあつたのかと思うことがあります。敗戦の時、帰国(百人の部隊)の引率をまかされた父を、中国の人も朝鮮の人も反旗を翻すことなく手助けし、見送ってくれたことが奇跡の一つ。

第2の奇跡は、弾のとんでくる昼を避け、夜に行進。38度線を越え、釜山まで一人として残すことなく、何百キロ歩き通したこと。釜山の港では、一家7人がおいても1週間過ぎました。

戦後、夜中にガバツと起き、「静かに！泣かすな！」と



「京都大学出身の先生でした。教育大出身の先生は、

叫び、家中の7人を見るのが何度もあり、どれほど驚かされたことか。三つ子の魂百までといいますが、5歳ぐらいたった私も、夜な夜な歩いていった何百キロ。それが身体に染み込んでいくらしく、現在夜のウォーキングをしています。静寂の時です。今は亡き父母、兄弟。あまり多く話す時間もなくて、ただ戦後、生きていくのに忙しすぎて…。あー、もうすぐ私もそちらへ行く。また会える。

板上谷安彦氏から 戦争体験談を聞く

佐藤美彌子
 昭和20年、彼は、16歳だったそうです。中学生でした。同級生の何人かは志願して戦争に行きました。戦争に行かなかった生徒たちは、毎日学徒動員で、工場で働かされた。彼のクラスの担任の先生は戦況は日本にとってかなり不利なことが分かっていたので、若い生徒に自分の命を大切にせよと、あまり学徒出陣を進めなかったそうです。とても幸運だったのです。

「京都大学出身の先生でした。教育大出身の先生は、かなり志願を勧めたようです」と語ってくれました。同じ学校に通っていても、担任の先生によって生命の明暗が分かれたようです。

彼は男3人兄弟の3番目で、長兄は体が弱くて、戦争に行けないので、次兄が戦争に行きました。軍艦の製図の技術終戦になったそうです。クラスの担任が戦争に行くなど言ってくれたなんて本当に幸運だったんですね！彼の顔をよく見ると、映画によく出てくるお公家さんに似ているので、「生まれは京都ですか？」という「みんなによく言われます」と、そんなスッキリした顔の満93歳の男性です。 辻 定子

9月のおしゃべりカフェ
 ブータンの秘境の村で伝統を守りながら生きる人々の姿を描く感動ドラマ
ブータン山の教室
 10月5日(水) 10~12時
 市民センター2F
 映画代無料 お茶・菓子代100円

個人賠償責任共済受付中

日常の暮らしで起こった、あなたと家族の賠償責任を保証します。

掛金 年2000円で
最高補償額 **1億円**

2023年(1/01~12/31)の大阪労連の個人賠償責任共済の募集をしています。なにげない日常に突然起こった加害事故。被害を受けた方のためにも、ご家族のためにもぜひご加入ください。

継続、新規の申し込み 締切りは10月4日(金)。
新規申込は、『北のもず』9月号に折り込んである用紙をご利用ください。詳しくは、役員または岡井秀生までご連絡ください。

Tel. 072-253-9079 携帯 090-9710-9079

願う。 勇美代子

大事にされる社会であってほしいと説かれてはいないか? と考

おしゃべりカフェ



研究と現実の狭間で…

は研究を続けていくことに疑問を持ち始める。そして、裕之が再び戦地へ行く

参加者の感想
☆破壊は美しいと突き詰めた科学の追究。原子核爆弾がどんな目的が必要なのか、戦争中の科学者が想像できなかった悲劇。核兵器を持つ国のように、日本も持ちたいと。私は5歳で終戦を体験した。戦争とはハカイだと実感!科学の有効利用などとは言えないと思う。 岩本明子

☆一昨年俳優の三浦春馬さんが自殺されたとき、テレビ放映があり、一度見ていました。今回は、ノーカットだったのか、内容を見落としていたのか、細かい所までよく分かるなあと感じました。 科学技術は、時には、経済力ある国の戦争によって飛躍的に発達してきたが、人間が望むものは、平和なんだと思います。 今年の3月にロシアがウクライナへ侵攻しましたが、プーチンはウクライナの国を自分の国にしておきたかったのでしょうか。一人の野蛮な国の長が出した命令で大量の人間が何故死なないといけないのか、悲しい歴史を何回繰り返せば、人間は理解出来るのだろうかと思

えました。 片平薫
☆ありがたい。役をしてくれている皆さんにただ感謝のみです。沢山見ました。考えさせられたこと、笑ったこと、いつも楽しくて…。発展を祈ります。 辻野邦子

「太陽の子」の映画考えさせられました

太平洋戦争末期、京都帝国大学の物理学研究室で原子の核分裂について研究していた石村修。海軍から命じられ、核エネルギーを使った新型爆弾開発のための実験を続

間であつた。建物疎開で家を失った幼なじみの世津が、修の家に居候することになる。修の弟の裕之が戦地から一時帰宅し、再会を喜ぶ。爆弾開発の実験がなかなか進まないなか、研究室のメンバーは研究を続けていくことに疑問を持ち始める。そして、裕之が再び戦地へ行く

みんなの広場
戦争展で歌って
二年ぶりのステージでした。青い空は青いままで子供らに残したい。戦争によって破壊される美しい環境や自然。それを通して一生懸命歌いました。他の展示もすごくよかったです。お母さんと見学している、子供たちの真剣なまなざしがとてもうれしかったです。



石井尚子

戦争展のお話から
四国五郎さんの名前はあまり記憶になかったけれど『おこり地蔵さん』の絵本はとても有名で、毎年この時期見えています。四国光さんのお話を聞いて、戦争の恐ろしさを生で知ってる人がドンドンいなくなる中、戦後生まれのわたしたちが子や孫に戦争の恐ろしさを伝えていかないとけないなあ、強く思いました。 辻 定子

長寿記念タオルをお届けします

わが支部では、80歳以上の方が 100人おられます。長寿のお祝い、記念タオルをお届けします。

ご長寿、おめでとうございます。

溝口 千鶴 (五箇荘東校区)

こんにちは

升井 久子 (新金岡校区)

昨年より、体調を崩し、なんとか体力作りと
思い、今回、太極拳に行かせてもらうことにな
りました。皆さん、とても気さくな方ばかり。
気楽に参加させてもらい嬉しいです。できれば、
卓球もしたい気持ちになっています。

今「北区にも文化ホールを」の運動を
しています。先人に聞けば30年来の要求だ
とか。北区にだけホールがないのは不公平。
11月の陳情へ向けて是非署名にご協力を。

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
9・10月
日程表



日	行 事	場 所	時 間
9月末	「北のもず」原稿締切		
10/5(水)	おしゃべりカフェ	市民センター	10:00
10(月)	市民オリンピックで年金署名	金岡公園	11:00
13(木)	「北のもず」校正会議		
14(金)	三役会議	市民センター	9:30
14(金)	年金一揆	中之島女神像前	
21(金)	支部委員会	市民センター	13:00

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 66

9月健康ひとくちメモ

秋ばてにならないために

山本 美登利

「秋ばて」。聞き慣れないことばだと、みなさん
思われるかもしれません。

秋ばてとは、夏の暑さが少し和らぎはじめ、朝夕
の風がようやく涼しくなってくるちょうど今頃、夏
ばてから体調が戻らない、疲れが取れないなどの不
調が続く状態のことを言います。

原因は、夏の間の冷房依存や冷たい物の摂り過ぎ、
それに朝昼夕の寒暖差や低気圧(秋雨前線)の停滞、
などなどが影響するようです。

さらに具体的な症状としては、よく眠れない、立
ち眩みやめまい、頭痛・肩こり、便秘・下痢、食欲
不振などがあげられます。これらはどれも、自律神
経の乱れで血液の巡りが悪くなっていると考えられ
ます。自律神経は、交感神経と副交感神経の2つから
成り立っていて、それぞれのバランスを取ることが
重要。

夏の間はシャワーだけで済ませていた入浴は、本格的な秋の到来の前から、
ぜひ、38℃~40℃のやや温かめの湯舟に浸かってく
ださい。そうすることで、交感神経に対して副交感
神経が優位に立つ、つまりリラックスした状態にな
ります。また、30分ほどの散歩など軽めの運動を続
けることで、自律神経の回復が期待できます。自律
神経の回復は、免疫機能を高めることにもつながり
ます。

秋季の旬の果物や、さつまいも、かぼちゃ、豚肉、
納豆などは、ビタミンB群が豊富で、免疫力を高め
ることが知られています。そして、よく噛んで食べる
ことで食べ過ぎを防ぎましょう。

就寝前の腹式呼吸やふくらはぎのマッサージもリ
ラックス効果があります。

「秋ばて」にならないようにしていきましょう。



堺3支部 2022年10月のサークル情報

参加は、連絡・確認、マスク着用、
検温等コロナ対策を！

北堺パソコンの会 基本、第1第2木曜日
10月6日(木) 10:00~17:00

(午前：講座、午後：相談会)

10月13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!!

10月19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る、
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 基本、第3月曜日

10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 会費：500円

10月11日(火) 午前9時から12時
会場：サンスクエア堺 エプロン、頭巾持参
※初参加とキャンセルは、連絡を
連絡先：

速水 253-6662 090-9166-9944

うたごえサークル ※必ずマスクを!!

10月15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

10月4日(火) 18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 基本、第4水曜日

10月26日(水) 午後1:30~
会場：サンスクエア堺 会費：200円
連絡先 森 237-9456

絵手紙の会 基本、第2水曜

10月12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

そてつ読書会 ◎当分休止です。

お菓子をつくる会

10月は、お休みです
連絡先：吉田：090-8213-8216

ハイキング

10月9日(日) 星のブランコ 8km
集合 京阪淀屋橋駅改札口 8時30分

私市駅下車→星田園地→JR星田駅

10月23日(日) 赤目48滝 8km
集合 近鉄上本町駅地上改札口 8時15分
赤目口下車→赤目滝→長坂山入山口→下山口
→赤目滝口バス停

連絡先：坂本 090-2702-6336

歴史散歩 会費：100円 歩行2.5キロ

10月7日(金) ※雨天中止

長尾街道 高見の里~河内松原

集合 近鉄南大阪線高見ノ里駅 10時

昼食：河内松原駅周辺で摂る予定

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)

10月4日(火) 午後3時~5時

10月25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

10月23日(日) 13時30分~3時30分

会場：やわらぎ荘

材料は用意します。鉛筆、彫刻刀あれば持参を。

連絡先：小林 090-5659-4135

川柳の会 基本、第2土曜日

10月8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 基本、第2木曜、第4水曜

10月13日(木) 午後1時~5時

10月26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 ※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、AM8時~9時

連絡先：岩本 ☎080-3030-6698

サークルからのお便り

ささゆりを求めて 歩き続ける

「ささゆりが咲いていたらいいね！」と鳳駅に集合しました。六十谷駅から直川小学校区辺りまでは少し汗ばむ程度でした。

山道は整備されていて、

雑木林(国有林)の木蔭が日光を遮り、時折涼しい風が吹き抜けていきました。

ハイキング

話し声が絶えることなく大福山まで約2時間半緩い登り坂を歩き続けました。

途中紀の川や和歌山市街の展望が



大福山山頂 群生のササユリの前で

見え、元気が出ました。ささゆりの花は奥辺峠と大福山に咲いていて満足し、素晴らしい大展望を見ながらの昼食は最高でした。

辻 定子

健康マージャン、万歳

誕生して3年目。元気に活動されているマージャンサークルにおじゃましました。現在、男性9名。女性21名。計30名で活動されています。マージャン卓も次第に増え、今や5台に。

開始時間前から、続々と集まってこられ、それぞれの卓に。対戦が始まると、ジャラジャラとあのお馴染みの軽快な音が。このサークルに入って初めて、マージャンを覚えた方も

沢山いらつしやるそうです。慣れない方には、ベテラン勢が傍についてコーチしてくださるので、安心です。みなさん、ニコニコととても

麻雀の会

テラン勢が傍についてコーチしてくださるので、安心です。みなさん、ニコニコととても



楽しそうでした。

「マージャンをしていて一番うれしいのは、やはりあがったとき」とみなさん、口を揃えておっしゃいます。「九蓮宝燈、やってみたいなあ」とベテランの男性。取材していたわたしも、思わず、お仲間に入りたくなりました。手先を動かすのは、脳の老化予防にとってもよいこと。そして、楽しい会話をしながら、ニコニコ笑う。まさに「健康マージャン万歳」です。

石井尚子

菊の雫

濡は水の緒の意で、川や海で船が通れる深いところや船の通ったあと。濡標は濡を知らせるために立てられた杭のことで、「身を尽

季節の言葉

濡は水の緒の意で、川や海で船が通れる深いところや船の通ったあと。濡標は濡を知らせるために立てられた杭のことで、「身を尽

くし」にかけて歌にも詠まれてきました。

楽しく老化学防にも...

菊には、不老長寿の力があるとき、9月9日の重陽の節句には、菊の宴が行われてきました。菊の花に宿る菊の雫は、飲むと長生きし、肌につければ若返るとされまし

た。菊の露ともいいます。時期を逸したものとたとえに「十日の菊、六日の菖蒲」があります。

菊の露

わかゆ許りに袖ぬれて花のあるじに 千代は譲らむ

紫式部『紫式部集』

江戸時代に盛んに品種改良され華やかになった菊ですが、山野に自生するノジギクなどは目立たない花です。ヒナギクはヨーロッパ原産の菊、デージーのことで延命菊ともよびます。

アンデルセンの『ヒナギク』に登場するキクも、草

の中で誰にも目をとめても

泣いて待つより 野に出て見やれ 野には野菊の花さかり 『稗搦節』

坂本多美子

短歌

病む夫と看取るわれとを治しくるる 大西孝子

リハビリ療法士若々しかり

改憲に意気込む岸田ら首脳陣

いつか来た道を再び歩むか

俳句

金森 薫

付度や閻魔大王あんたまで

胸算用”カジノはあかん西鶴忌

山中たい子

ショッピングカーで今日も楽々法師蟬

秋蟬の声を聞きつつ登る坂

坂本多美子

火花開くコロナも核もふつとばせ

迎へ火やスイッチの蠟燭に慣れぬ母

南 正夫坊

川柳

遠火花幼き頃の夢の中

古賀光政

割安日頃我慢でまとめ買い

物価高追い打ち2倍医療費も

文芸欄

連載マンガ

金森丸人



絵手紙



坂井 洋子

折り紙



首振り猫ちゃん

私の作品ですコーナー

河内 都



チエックの帽子



帯を解いて作ったカバン

稲葉 美智子

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米田までご連絡ください。 090-3977-3212
attchan1915@gmail.com

地域探訪 68 長曾根地域の中池地藏様



中池地藏様

先日、長曾根地域に詳しい方お2人にお話を聞かせて頂きましたが、より詳しいお話は、次回ということになりました。楽しみにしておきます。

今回は、お聞きしたなかから中池地藏様のお話を。前回書いたのは、黒土町と長曾根町の境界にある新池公園の隣にお祀りされている黒土山池地藏。そこから約20mも離れていないところに、中池地藏様があります。

古い道と新しい道が交差する交差点にあり、辻定子うっかり通り過ぎてしまいそうになります。

長曾根神社を取り巻くように中池という大きな池があり、戦後、宅地化されました。神社の周りの中池公園となって整備され、近隣の方々の休憩場所となっています。古道・竹内街道が町の中を通っています。この辺りは、金岡地域と比べると稲作の比率が高く、ほとんどが稲作農家だったようです。現在は、街の東西を結ぶ中心を新しい中央環状線が走っています。

中池地藏様は、りっぱな祠に入って、お花もきれいに生けられ、近隣の方々に大事にお祀りされていることがわかります。お地藏様本体は、花崗岩で造られて頑丈そうです。長曾根地域へ足を延ばされた時は、広い道はずれて、昔の道を見つけてお参りくださいませ！