

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
info@kitanomozu.main.jp

3年ぶりの輝け展、盛況に開催

圧巻の力作

5月20日(土)と21日(日)

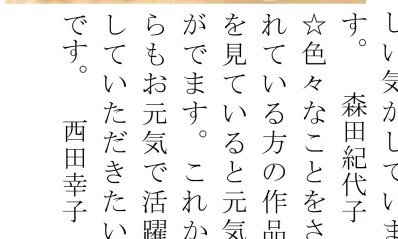
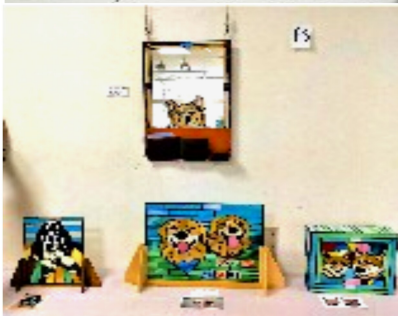
に、サンスクエア堺B棟ホールで、第12回「輝け展」が堺の3支部共催で、3年ぶりに開かれました。会場いっぱいになり、たくさんの力作が並び、圧巻でした。

朝一番にかけつけて、会場作りから展示に協力いただいた方、そして、出品された方がたのご協力で、手作り感満載の展示会になりました。

作品のジャンルは、ステンドグラス、水彩画・ペン画・写真・書・俳句・連載漫画の原画・折り紙・ちぎり絵・工芸品・陶芸・裂き織り・さおり・和服リメイク・パッチワーク・絵手紙・かばん・キッチンロープ・一閑張・タペストリーと多岐に渡り、来場者の目を惹きつけました。

両日
で15
0人
越え
方が
学に
られ、

輝け展



参加者の感想

作品を中心に話もはずみ、楽しく和やかな場ともなりました。

北区からは、18人の方から40点を超える作品の出品があり、「輝け展」成功の大きな力となりました。

坂本多美子

☆すばらしい作品でした。事務局様、ありがとうございました。毎年楽しみにしている方の作品を今年も見に来ました。会員さんのお元気が分かりました。毎年展示はステキなことです。

☆皆様、すばらしい作品です。☆どの作品も創意と工夫があふれていて力作ぞろいでした。日々の努力がすごいですね。柴田芙佐子
☆色々な作品が展示されていて、楽しく見させていただきました。良かったです。

米田篤子

☆皆様、すばらしい趣味。裂き織りという手法を初めて知りました。三好郁代
☆色々な作品を見せていただき有り難うございます。自分も、編み物・かばん等しているのので、参考になりました。

川上公子

☆金丸さんの原画が見れて良かったです。趣味を持っていて素敵です。堀江陽子
☆すばらしかった。みなさん、多趣味でりっぱです。掛本繁子
☆文化不毛といわれる大阪。みなさん力作ぞろいで、大展示も一緒に拝見

坂井洋子

集団健康診査を行います

新型コロナウイルス感染拡大防止のための自粛生活が、心身ともに負担になっていませんか。ご自身の身体の調子を特定健診など健康診査で調べていただきましょう。そして、元気な日々を過ごしましょう。

今年は、5月に入ってから大阪府広域連合や堺市国民健康保健課から、健康診査の受診票が送られてきます。

年金者組合では、9月第2日曜日(10日)、健康診査を申し込んでいます。

申込用紙をニュースと一緒に配布します。感染防止の対策をとりながら車で送迎しますので、ご準備ください。

長井佐智子

7月のおしゃべりカフェ
袴田事件 命とば
7月5日(水)10~12時
市民センター2F

年金署名用紙をお届しています。
よろしくお願いたします。

☆色々なことをさ
れている方の作品
を見てみると元気
がでます。これか
らもお元気で活躍
していただきたい
です。西田幸子

森田紀代子

でき、人が多く
集まるのではあり
ませんか？少し淋
しい気がしていま
す。

少女は自転車に乗って

サウジアラビア初の女性監督マンズールが、すべて国内で撮影したサウジアラビア初の長編映画で異色でした。

10歳のおてんば少女ワジダは、幼なじみの少年アブドゥラと自転車競走がしたいが、母親は女の子が自転車に乗ることに反対する。そんな時、学校でコーラン

おしゃべりカフェ



手話を交えてのコーラス

暗唱コンテストが行われることになり、ワジダはその賞金で自転車を買おうと一生懸命コーランの暗唱に取り組むが……。女性ひとりですることや車

を運転することが禁じられている国で、ひとりの少女が女性として生きることの厳しさに直面しつつ、前向きに生きる姿が感動的でした。

参加者の感想

☆自転車で走りたい思いを胸に秘めた少女。町へ出る、学校へ行くのもスクーフを被り髪・顔を見せない、男の人とはしゃべらない。家庭では母に愛され、父はい

ない。自転車を買いたい一心から学校でのコーラン暗唱大会に出る。優勝するが、賞金の800リラは、パレスチナへの寄付を命じられる。失望の少女の前に、恋した少年が現れ、二人は自転車で走る。不自由な悲しみに包まれた場面から走り

輝け写真展



去る2台の自転車。爽やかさが際立つ。瀬藤みや乃☆差別、束縛に負けないで純粹に意思を貫く少女に明るい未来を感じました。一方で、コーランのなんとも言えない美しい声の響きに不思議な魅力も感じました。

橋本照世

☆古くから女性を縛りつけている差別に立ち向かい、自転車を手に入れたワンダの姿に希望が感じられる良い映画でした。藤田千恵美

みんなの広場

一閑張り

輝け展に出品した一閑張りは、他の絵手紙のサークルのでつくりました。昔、農閑期に作ったことから一閑張りと言い、また、



一貫の重さに耐えることもかからも一貫張りと言われます。ザルに

和紙を張り、絵や文字を書き、柿洪を塗り（いく重にも塗る事で強くなる）、乾かして完成。

初経験が一つ増えました。速水英子

市長選、残念無念

私は政治にすごく関心があるかといえ、お世辞にもそうだとは言えなかった。しかし、今回は年金者組合が野村さんの支持決議をあげたこともあり、珍しく頑張った。新金岡駅の街頭に立ち、ビラ配りをした。

全関西機関紙コンクールで入選

第49回年末・新年号機関紙コンテストで、「北のもず」が入選しました。講評は、次のとおりです。「『ため息を今年は怒りに社会保障の政治を』のトップ見出しに22年の悔しさと23年の課題、目標が凝縮されている。『卯年の仲間』というタイトルもジェンダー平等にふさわしい。記事はすべて記名入りでリアリティーがあり、みんなで執筆、みんなで読む雰囲気伝わってくる。見出しも適切につけられている。『健康講座』70、『地域探訪』71の長期連載、短歌・俳句・川柳の文化記事、3コマ漫画『そりやないで』と定番の周辺記事もいい感じだ」

みなさんのおかげと感謝しています。これからもよろしく願い致します。 坂本多美子

反応は薄く、永藤陣営の姿はまったく見えず、本当に市長選があるのか、という雰囲気だった。でも、中には、「がんばってね」とか、「ビラ、全部読んでくれる人もあって、励まされることも多かった。町中には、投票を促す、「選挙をじぶんごと」などというポスターがはりだされていた。ビラを受け取ってくれるのは、年配者が多かった。若者はなにを考えているのだろうかと思ったが、投票日前日、たくさんの若者が新金岡駅の近くで、大き

な声で野村支持を訴えていた。彼らの姿に俄然、元気をもらった。期日前投票も前回より多かったというニュースもあつたし、期待した。さて、結果はいかに。なんと前回よりも差をつけられて負けてしまった。残念無念。今回の結果はしっかりと受け止めて、これからも一市民として、政治の行方を見守っていかねばならないと、思いを新たにしました。おでかけ応援バスも補聴器補助問題もがんばらなくっちゃ。 石井尚子



こんにちは



田原 晴美 (東三国が丘校区)

西田 幸子 (北八下校区)

歌の世界に入っていくとき、違う自分になったようで堪らなく楽しいカラオケが好きです。

5年前から高齢者大学に参加。今回の[鉄道を学び旅を楽しむ科] 講座も楽しみです。

意識的に体を動かすことを心がけ旅を楽しみたいです。

うたごえ喫茶と太極拳に参加させていただいています。うたごえは、曲に合わせた動画がスクリーンいっぱいに出るので楽しいです。太極拳は、手足の動きが難しいですが、音楽に合わせてするので気分がのります。どちらも健康にとってもいいです。

若いときには考えなかった一日いちにちが、どんなに大切かを思えるようになります。皆様と出会えた絆を大切にしたいと思います。太極は中国哲学で万物の生じる宇宙の本体の意味だそうです。

2023年 6・7月
日程表

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
6/30(水)	「北のもず」原稿締切		
7/3(月)	平和行進	浜寺公園	14:00
5(水)	おしゃべりカフェ	市民センター	10:00
	「北のもず」校正会議		
9(日)	年金署名行動 (大泉フリマーケット)	大泉公園	11:00
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
8/5(土)・6(日)	さかい平和のための戦争展	サンスクエア堺	

みなさんの作品を募集しています。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

おしらせ



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!



6月健康ひとくちメモ 「気象病」を予防しよう!

山本 美登利

最近、「気象病」ということばをよく聞くようになりました。これは、天候や気圧の変化、寒暖差などが原因で起こる身体の不調の総称です。昔から、「台風が近づくと頭痛がする」という人はいましたね。近年になって疾患として認知されるようになりました。症状はさまざまで、頭痛のほか、めまい、倦怠感、関節痛、うつ、喘息、吐き気などが挙げられます。内耳と気圧の関係が原因の一つとも考えられています。男性より女性のほうがかかりやすい傾向があり、また子どもや高齢者は自律神経が弱いためにリスクが高いとも言われています。

予防は、朝食をしっかり摂る、朝起床後すぐに15分くらい日光を浴びる、日中の定期的な有酸素運動、良質な夜の睡眠、腸内環境を整える。つまり一般的に考えられる「健康的な」生活習慣が予防になると言ってよいでしょう。

また、症状が出た場合には、耳のマッサージや、耳栓をすると軽減するようです。



近畿地方は5月で梅雨入りしました。梅雨は低気圧の動きが遅くなるために気圧の低い状態が長く続き「気象病」の起こりやすい時期です。予防と対策を!

堺3支部 2023 7月のサークル情報

参加者は、各サークルに開催日、
コロナ対策の確認を！

北堺パソコンの会

7月6日(木)・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

基本、第3水曜日
7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」行きに乗り、
「黒土町」で下車。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
7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

7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
※初参加と、会員で欠席の方はご連絡を。
連絡先:速水 253-6662・090-9166-9944

うたごえサークル

※基本、第3土曜日
7月22日(土) 午後2時～4時 参加費:200円
会場:サンスクエア堺 B棟地下 第5会議室
※お茶を用意しています。
連絡先:飛谷 090-4496-7353

囲碁サークル

7月11日(火)・25日(火) 午後1時～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
7月26日(水) 午後1時30分～ 会費:200円
会場:サンスクエア堺 連絡先:森 237-9456

そでっ読書会

◎当分休止です。



絵手紙の会

7月12日(水) 10時～12時
会費:200円
会場:サンスクエア堺



連絡先:寺崎 287-2473

お菓子をつくる会

7月はありません

連絡先:吉田 090-8213-8216

ハイキング

7月・8月はありません

連絡先:坂本 090-2702-6336

歴史散歩

7月・8月はありません

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)
7月 6日(木) 午後3時～5時
7月27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

7月23日(日) 13:30～ 会費:200円
会場:「やわらぎ荘」 ※材料等は、用意します
連絡先:小林 090-5659-4135

川柳の会

基本、第2土曜日
7月8日(土) 午前10時～12時 会費:200円
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
連絡先:堀西 090-2111-9794

年金麻雀の会

※基本、第2木曜・第4水曜

7月14日(金) **変更** 午後1時～5時
7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 AM 9時～10時
光竜寺公園 毎週 水曜 AM 8時～9時
連絡先:岩本 080-3030-6698

サークルからのお便り

りっぱな土塔

深井駅近くの水賀池の土手を歩いて行くと、今年はずつじの開花が早く、咲き終わっていましたが、桜の木々の間にセンダンの大木があり、小さな薄紫色の花が房状に咲いていて可憐でした。

それから土塔を目指して歩く道中にも、ブラシの木などの珍しい植木もあって、楽しみながら歩きました。

歴史散歩

土塔は想像していた以上に大きく、約53m四方の四角錐、きれいに復元整備されています。



土塔を背にニッコリ

ハイキング

朝9時、近鉄松原駅に集合。二上山登山口から登り始め、銀峰経由で雌岳直下の馬の背からダイトレ分岐までササユリを求めて歩きましたが、少し時



緑と心地よい風と眺望を楽しみ

ササユリを求めて

5月28日に大阪と奈良の県境にある二上山に登りました。朝9時、近鉄松原駅に集合。二上山登山口から登り始め、銀峰経由で雌岳直下の馬の背からダイトレ分岐までササユリを求めて歩きましたが、少し時



ササユリに出会えた

永田清文

もちろん、帰りの近鉄電車はタマネギの匂いが充満していました。

季節の言葉

「私たちはおらず、森があつた、私たちはいなくなり、森が残る」
坂本多美子

夏木立

夏、深い緑の葉をつけた木立はすがすがしいですね。夏木立は、夏の季語として歌に詠まれます。蒼林は青々とした夏の林です。

いざ住まむ夏の木立の
このもとに
しばあをみゆく
岡のべの里

慈円『夫木和歌集』

それぞれの土地には、その地を守る鎮守の神がいるといわれてきました。その神を祀った社が鎮守の森ですね。森は神の住むところであり、非日常の世界でもありました。鎮守の森のおかげで自然が残ったのはありがたいですね。

どこまでも広い海のように、深い森が続くところが樹海です。森は、雨を降らせ生命を育む、水と命の源。古代スラブにはこんな諺があるといえます。

川柳

盗んだり殺していいのは野球だけ
物価高我が家の主食かすみ食い
南 正夫坊
不動票食い込めぬまま善戦す
我が候補人柄施策じゃ負けてない
古賀光政

文芸欄

俳句

梅雨じめり幻影見たりGセブン
核カバン持ったバイデンヒロシマへ
金森 薫
田植えずみホツとひと息小雨やむ
小谷潤子
昆虫食養殖の記事読みしあと
虫嫌いの吾は身震いなせり
大西孝子

短歌

病む友に届けん香る春野菜・
芹・蒔・そしてさや豌豆も

連載マンガ



折り紙



梅雨空に傘を

河内都

絵手紙



坂井 洋子

私の作品ですコーナー

絹糸と極細ウールで手織りしたショール。



パッチワークの手法で作ったカサブランカ

堀江 陽子



長井 佐智子

地域探訪 75 華表神社前のお地藏様



華表神社前のお地藏様



浄瑠璃寺前のお地藏様

以前の回で、心念寺横にある立派なお地藏様に出会いました。今回は、華表神社をお参りすれば必ず目にするお地藏様の話を聞くことができました。華表神社の鳥居前の道を挟んで、神社に向かって右側の角にあるお地藏様は、中ぐらいの石組の上に立派な祠にお祀りされています。よく見ると、半分はMさん宅、半分は道路上にまたがった形状です。電信柱が道路脇より約1m手前があるので、きっと昔からあるお地藏様に違いはないと思いました。気にし始めて3か月も経ちましたが、お地藏様の近くを歩く人に出会いませんでした。ところがあきらめかけた時、仏様のお導きがあった

のか、宮本町に住むMさんに出会いました。辻 定子
この方からお地藏様の伝説をお聞きしました。

約100年前、子どもに恵まれないご夫婦（Mさんのお祖父さんの親）が宮本町にある浄瑠璃寺の門前にお祀りされているお地藏様1体を借りて来て、毎日お願いをされていました。2年後、めでたく男の子が誕生したそうです。その方は、78歳まで長生きされ、その息子さんはこのあいだ亡くなられたそうです。そしてそのお地藏様は、「子安地藏様」として、霊験あらたか間違いないと噂を呼び、地藏盆祭りや日々のお参りも欠かさず続けられています。

Mさんの奥さんからもお話をお聞きしました。結婚して驚いたことが、夏の地藏盆祭りで、御詠歌をあげるご近所の人たちを接待することだったそうです。朝早くからちらし寿司などの料理を作り、お茶を出したりととても忙しかった、と。

そのおかげで、今も道行く人々の信仰を集めています。因みに現在、浄瑠璃寺前のお地藏様は4体お祀りされています。