



友愛もりぐちいきいきクラブ

あゆみ

【題字】守口市長 西端 勝樹 筆

編集と発行
 守口老人クラブ連合会
 守口市大宮通り1-13-7
 守口市民保健センター内
 ☎06-6992-7634

編集・印刷 シルバー新聞社
 TEL.(06)6762-3746

絶景の海と山海の美味に大満足

101名参加 伊勢・志摩へ一泊研修ツアー

11月24・25日実施



近年になく101名の参加者でにぎやかに実施された一泊研修バスツアー

コロナ感染も、第8波がシリッシリッ！
 っと、抜き足、差し足、忍び足のごとく忍び寄る中、友愛もりぐちいきいきクラブ一泊研修会が、11月24日・25日に伊勢・志摩にて開催され、な、な、なんと101名が参加するという、近年にない凄参加者でありました。



松阪牛のすき焼き御膳に大満足のランチ

お昼には、松阪牛のすき焼きに舌つつみ、夕食はホテルの海鮮料理。伊勢海老の足をし



心もはればれ、鬼ヶ城を散策

やぶりつつビンゴゲームで大はしゃぎ、充実した一夜のイベントでした。

この両日は、またまた近々にならない絶好の秋日和！
 何も言うことなし！

令和5年

恭賀新春



男女寿喜会 園田和子



世界遺産・花の窟



伊勢志摩らしい絶景の海

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

活気にあふれた老人クラブへ全力で変革の年

守口市老人クラブ連合会

会長 藤堂 寅一



千両!万両 令和5年初春!!
新年あけましておめ

会員の皆様には、今年こそ期待に満ちた新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。日頃は、市老連活動に多大なるご支援・ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

一昨年9月より、新型コロナウイルス感染症第7波が猛威を振るい、市老連におきましても、新型コロナウイルス感染症防止対策を図ることに主眼を置き、極力活動を自粛して参りました。

一昨年4月、私が会長就任にあたり会員の皆様方にお伝えいたしました中で、特に70歳代前半、いわゆる団塊の世代の方々に入会していただき、楽しく活気あふれる老人クラブ活動に変革する方法の一つとして、まず新しい会員募集のポスターを作成いたしましたし、守口市老人クラブ連合会の愛称を「友愛もりぐちいきいきクラブ」と称し、「生きがいづく

も、市民の皆様がいつまでも住み慣れた地域で健やかに暮らすことができるよう鋭意取り組んでまいりますので、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

をしっかりと心がけ、この住み慣れた守口市で、いつまでも健康で元気に、いきいきとした生活をおくれる老人クラブ活動を推進して行くために、70歳代前半の団塊の世代の方々に入会していただき、楽しく活気あふれる老人クラブ活動に変革していくのが、本市老人クラブ連合会の生命線でありです。

結びに、会員の皆さま方のご健康とご多幸を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

令和5年 新年のごあいさつ

住みなれた街で元気に暮らせる取組みを進める

守口市長 西 端 勝 樹



新年あけましておめでとございます。

皆様方におかれましては、つつがなく新年をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

平素より、藤堂会長をはじめ会員の皆様方には、本市行政各般に

わたり、格段のご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。また、パトロールや清掃などのボランティア活動に取り組み、多岐にわたり地域社会づくりに取り組んでおられますことに、深く敬

意と感謝の意を表する次第でございます。さて、世界的に猛威を振るう新型コロナウイルス感染症は、現在も完全な収束には至っておりません。本市では、今後も感染拡大を防止し、市民の生命及び健康を守るため、新型コロナウイルスワクチン接種を進めるなど、蔓延防止に引き続き全力で取り組んで参ります。

感染が再度拡大するおそれもあります。このことから、皆様方にはこれまで通り、三密を避け、咳エチケットや手洗いの励行など、感染の防止に向けてくれぐれもご注意いただくとともに、我々が国民の4人に一人が65歳以

上という超高齢社会を迎えて久しいですが、総人口は減少傾向にあり、今後1億人を割り込むとの推計もなされています。本市におきましても年々人口に占める高齢者の割合は増加しており、一人暮らし高齢者の増加や地域の繋がりの希薄化など、課題は一層、複雑・多様化してきております。

本市といたしましては、市民の皆様がいつまでも住み慣れた地域で健やかに暮らすことができるよう鋭意取り組んでまいりますので、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、守口市老人クラブ連合会の益々のご発展並びに、皆様方のご健康とご多幸を心から祈念申し上げます。新年のご挨拶といたします。

さて、ここしばらく続いた新型コロナウイルス感染症の拡大が、私たちの暮らしにさまざまな制約をもたらしました。コロナによる外出控えが運動不足を招き、特に高齢者の健康二次被害が心配されるようになってまいりました。

しかし、最近になりようやく光明が見えてまいりました。「コロナとの共生」(With Corona)という言葉のもと、感染症対策に気を付けながら、社会経済活動も再開に向けて動き出しております。

年齢は関係ない、常に新たな目標に挑戦を!

守口市議会議長 福 西 寿 光



新年あけましておめでとございます。

守口市老人クラブ連

合会の皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。

平素は市議会活動に對しまして、ご理解とご協力を賜り、ありがとうございます。

昨年を振り返りますと、スポーツ界ではロケットの佐々木朗希投手が、4月に行われたオーストンの試合で、28年ぶ

り完全試合を達成しました。20歳5カ月での達成は、史上最年少のことでした。

史上最年少の快挙と共に話題になったのが、世界最高齢で単独無寄港太平洋横断を達成した堀江謙一さんです。3月にサンフランシスコをヨットでスタートし、6月に紀伊水道にゴール。83歳の快挙でした。

この二つのニュースは、コロナ禍を跳ね返し、私たちに大きな希望と感動、そして、前向きに生きる力を与えてくれました。

貴連合会の皆様におかれましては、新しい年にあたり、それぞれの新たな目標を掲げ、前向きに挑戦していただければと存じます。

結びに、守口市老人クラブ連合会のより一層のご発展と、皆様のご健康・ご多幸を心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

あゆみ 守口ブロック版



新年あけましておめでとございませう。会員の皆様には、心新たに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。新型コロナウイルス開催できないことを残念に思っています。

は、心新たに新年をいたしてあります。お迎えのこととお慶び申し上げます。新型コロナウイルス開催できないことを残念に思っています。

今年こそ共に楽しもう

ブロック長 西村 嘉市

和気あいあいのランチ

会員の喜ぶ行事めざし努力

守口ブロック女性部

新年明けましておめでとうございます。皆様方には良きお年を迎え、お変わりなくお過ごしのことと存じます。コロナ禍も下火に向かっていると耳にしますが中々気が抜けません。女性部も7月にホテルアゴラ12階のフランス料理を計画致しました。ご案内状が手元に届くなり、各クラブの方々の申込みが殺到しました。アゴラの担当者の方と何度も打合せ相談しながら



フランス料理でランチ

永い酷暑が過ぎ朝夕涼しくなりました。大型台風も大阪は被害もなく、ひと安心ですね。会員皆様、お元気でいらつしゃいますか。私なりの健康法を紹介させていただきます。健康維持のために第一は「歩く事」からだと思います。毎日

日々歩き声を出す

私の小さな健康法

滝井友和会社 井重男

10歩でも20歩でも歩いて身体を動かす、内臓(特に小腸、大腸)を活性化させる。階段で足の上下運動することです。骨粗鬆症を防ぎます。第二は「大きな声」を出す。詩吟を教わって15年、腹式呼吸で声を出しますから、食事を美味しくいただいています。漢詩を何回も

おります。

10月に日吉公園で秋空の下、グラウンドゴルフ交流会を開催し日頃の練習成果を発揮してプレーに励みました。1月18日(水)に、新年食事を京阪百貨店7階「赤坂飯店」の中国料理で計画致しました。前回の反省を含めながら意見を出し合い、色々のコース選びをして各クラブの方々に参加を願って、皆様のご健康、ご多幸を祈っています。

利他の心持ちにも挑戦

2025年問題を考える

土居東老人会第二クラブ 柏原 賢祥

2025年問題が言われ始めて久しくなるが、あと3年で団塊の世代が総て後期高齢者書いて覚えますから、ペン習字の練習になります。第三は「高い所に上がって遠くを見る事」。私の場合は豊里大橋の堤防の上で高槻方面、万博公園の観覧車、六甲山の稜線を見えています。



年金・医療・介護等さまざまに出てくるでしょう。この問題、先ずは健康第一であります。その上で色々な事に興味を持ち、挑戦の心を失わない事です。今後の人生、如何に利他の心を持ち生きていくのか? 挑戦できるか? 見返りを求め

守口ブロック単位クラブ会長

- 【守口地区】 宮田カホル、西村嘉市、中多順一、黒川正一、園田和子、西川恵子、堀川徹雄、松島高雄
- 【土居地区】 川上康子、岡田洋敏
- 【春日地区】 勝山嘉宏、和田美智子、小松悦子、佐竹豊男、辻井重男
- 【滝井地区】 竹名公子、田中新一郎、池田新司、柏原賢祥、徳山洋子、稲村百昭

ない自分か? ここに人生の満足度も変わってくると思う。今まで色々な人に出会い、支え助けて頂いて、今があります。感謝しております。老人クラブに入り1年3カ月ですが、これまでに色々な経験、体験をして来ました。そのノウハウを活かしながら、少しでも地域社会に貢献できれば幸いです。一人に寄り添える自分、他の苦しみに同苦できる自分を目指して頑張りたい。シルバード世代だからこそ出来ることがあると思う。コロナ禍、ウクライナ侵攻の問題等々、何かと先行き不透明な時代社会ではあります。が、こういう時こそ希望と勇気を持ち、しっかりと前を向き、限りある人生を共に生き抜きましょう。

あゆみ

三郷ブロック版

三郷ブロック単位クラブ会長



新年あけましておめでとございます。月日が流れるのは

時代に負けず楽しもう

騒然たるコロナ渦の中、中止、また延期等になった事業が多々ありましたが、地区理事、単位クラブ会長、各会員と共に令和4年中の事業を何とか大過なく終えることができました。また、女性部はコロナ禍においても、多彩な企画を立て、

百歳時代を生き抜こう！

第一大菊親和会 平田 光波

ある朝突然、老人会支部より米寿祝いの賞状と粗品を持参してくれました。俺は未だその日の誕生日が来てなく、半年早い。賞状を見ると老人クラブ連合会藤堂黄一會長の名前がある。その気になって嬉しくいった。しかしもう、こんな年になつたのか、俺はいつも70歳と違って老後を生きて来た。

若い頃を思うと、40歳の時、学生時代の同窓会の集まりがあり、挨拶の中で、皆さんに失礼だけど、30年以後の集まりも私が一番最後の出席者になりま

す、と言ってしまう。そんなに長生きで

きるか！と、やはりきた。みんな元気で長生きしてくれ、現在思うと7人の友人が旅立ってしまった。俺一人になった。時々仲間を思い出す時、俺は100歳以上生きるから、そちらの世界に呼ばないでくれと手を合わせる時がある。時々、100歳は生きる自分を励まして

ら、大変な一年になりそうですが、皆様と共に色々楽しいことを実施していきたいので、よろしくご協力賜りますようお願い申し上げます。ブロック長 尾関 幸夫

身体の細胞は約60兆の集合体。血管の長さは約10万キロ。地球の赤道を2周半する長さ。

俺は最近お酒はあまり飲まないが、先生曰く、お酒を飲んだ量だけ水を飲むこと。もう一つ大切なことは朝起きた時コップ1杯の水を飲むこと。

子供と高齢者は脱水する。十分な水分摂取すること。高齢者は脱水しやすい。血管の老化、血液の量が減少する。便秘の人は、朝起床調が良好になる。

先を見通せない時代！今こそ仲間の絆深めよう

Table listing club presidents by region: 三郷地区 (尾関幸夫, 丸山昭仁, 丸山昭博, 田村穂積), 寺方地区 (小塩一成, 和崎修二, 三上三代志, 中根峰代, 中村三代子, 中野茂子, 大久保和夫), 橋波地区 (上田正治, 山下岩雄, 田中光夫), 佐郷武司, 武田義彦, 清永日出子, 田中洋子, 今村イチ子, 倉前良枝, 中西泰子, 中川光雄, 伊藤静乃, 榊田一乃, 錦地区 (松岡郁子, 森實義浩, 神田基子, 毛利正人, 寺内明)

きた時コップ1杯の水を飲むことと乳酸菌をとること。老人は朝の運動を避ける、夕食後の散歩が良好。笑うとガンが治る。怒ると血液がドロドロになる。愚痴をいわず、弱音を吐かず、笑顔で努力。20年ほど前にこの記事を見て、毎日出来るだけ実践努力をしている。俺の朝食は、カンテン食って納豆を包半分、味噌汁にお餅を1個入れて食べる。コーヒーに菓子パン半分を食う。毎日同じことをしている。昼はうどん

1杯か、めし少し。のり弁当を買うときもある。半分食って、夕食は昼の残りののり弁当半分、またはご飯を茶わん1杯。10時に床につき、夜中にトイレへ2回もゆく。翌朝5時に起きる。生まれたときから病気などした記憶がない。両親に感謝する。家の隣はクリニックで1カ月1回先生と話をしに行く。あなたは10年以上生きるという。ある時は何時まで生きるつもりや、ともいう。診察はほとんどしない。問診ばかりで先生も俺の来るのを待っているようだ。老人会の皆さんも長生きしよう。

あゆみ 庭窪東ブロック版

明けましておめでとございます。

クライナ侵攻、安倍元首相の銃撃事件後

庶民の暮らしは苦しくなるばかりで、上がるのは物価と血

良い年めざして前へ！

ブロック長 山 協利 己

昨年はコロナ禍の中、ロシアによるウ

出てきた特定宗教団体と自民党の関係、感動した東京五輪・

今年が良い年であり、前へ前へと。



「仲良しクラブ」にご参加を

全身運動で脳も活性化

第一東寿会 和田 安朗

私は地域の

の高齢者を対象に、老

化防止、介

護予防の一

環として楽

しい健康教

室あらため

「仲良しク

ラブ」で健

康維持に努

めておりま

す。毎週水

曜日午前9

時30分から

2時間ほどです。現在

30名弱の会員が参加を



毎週水曜日、東体育館で熱心に練習

ウォーミングアップ、ラジオ体操、声出し、中国式体操(練功18法)、タオル、ゴルフボール、マットを利用している筋トレ等、全身運動でストレス解消、脳の活性化、体力維持に努めてお

次代の老人会に期待

自分の時間楽しむ一助に

藤田一恵長会 中 村 絹 子

団塊の世代、第二次世界大戦直後に生まれた私達のこと。男性は仕事第一、女性は家庭を守り子育て、今のよう

泣き言いわず楽しもう

金田さわやかクラブ 根本美恵子

その子供達も一人前になり、やっと自分の時間が出来たのに、その時間の使い方に悩んでいる方もいらっしゃるでしょう。実は私もその一人、趣味にゆっくり取り組めると思いきや、根気がなく運動なんてとんでもない、身体がいう事きいてくれない。そこへ老人会、少し

私は現在69歳、正真正銘の独居老人である。一人っ子の私は早くに母親を看取り、認知症の父と現在居住の公営住宅に申し込み1回で当選！ ついに終

「泣いてもいいが泣き事は言わない」と決めた。皆でワイワイガヤガヤ笑いたい。いつか終わる人生なら、少しは思い出してもらえるように生きて行きたい。

庭窪東ブロック単位クラブ会長

【東地区】

秦岡 孝吉

上野 郁太

山地 暢郎

北岡 寅一

藤堂 廣徳

小川 常雄

花田 利己

山脇 裕一

大野 義行

千葉 悦子

大久保 庸

仲山 公庸

山崎 紘一

中村 絹子

大井 八重子

山尾 忠正

山田 逸太郎

杉浦 洋子

中東 末勝

今藤 妙子

山本 純代

岡田 修己

坪本 美恵子

根西 博

今西 知行

高坂 知行

あゆみ 総合版

101歳で新作個展を開く

文化勲章受章画家 野見山暁治

第二大菊親和会 山下 岩 雄

超高齢者の絵筆 (4)

野見山暁治 (のみやま きょうじ) は1920年12月17日、福岡県穂波村 (現飯塚市) 炭鉱経営主の子として生れ、少年のころから絵が大好きで東京美術



新作の前に立つ野見山暁治さん (朝日新聞より)

送還され、福岡県内で治療に専念する。まもなく終戦を迎え除隊し、幸いにシベリア抑留を免れる。戦後バリ

その後も創作活動を続け、100歳になつたとき人生最後の個展を開くことを決心しました。2020年以降に描いた新作15点と未発表の作品展を新宿区「美術愛住館」で2022年3月に盛況に開きました。

新作の画題は少年期に育った炭鉱町の情景が主で、空・海・山の情景を宇宙的俯瞰で表現し、豊かな色彩のうねりをもたらし力作ばかりです。現在でも創作を続け、練馬区の自宅アトリエで終日立ちっぱなしでキャンパスに向かっています。

この体力とエネルギーには驚くばかりです。主治医の先生は立つ、キャンパスの回りを歩いているのが健康の源と勧めて、楽しみ

尊い平和を大切に...

ウクライナにかつての日本思う

親和会 山田 文 春

大きく戦場状態になつていくウクライナで大統領は「突然侵入してきた」と言うが、以前から何かあつた筈。他、大臣方との話合い、いつ見ても大統領一人のテレビ、私のテレビの見方が悪いのか、スッキリしていない。戦争、国土は荒れる、国民の暮ら

ながら描きなさいと助言しています。 へむすび 今の4回のシリーズで100歳を超える4人の活躍を紹介しました。終生現役で活躍してきたことは、ご本人に

国。他の国と仲良くしないと食物から住む所、着る物にさえ不自由します。 今、マッカーサー元帥を思い出す。天皇陛下との会見、平和の作り方。マッカーサー元帥は平和の国をお作りになった。因って同盟国も沢山ある。やっぱり力かなと思う。天皇陛下の思いが一致した。天皇陛下とマッカーサー元帥の間にこやかな笑顔の写真、今も覚えています。

平和、尊い平和、大事にせねば...の思い。「感謝」。

現役の活動をするのが人生の最高の慶びです。 一日でも長く健康寿命を延ばしたいものです。 (参考資料)朝日新聞 2021年1月8日、2022年2月6日) ではなく、生涯自活し

私は音痴です。音痴の私でも努力すれば何とかなるのでは、この思いで詩吟を始めました。

音痴は治るとも聞きますが、私にはそうはいきません。でもある時は先生の一言のアドバイスで気付くことも多々ありました。

教室での先生の指導は吟力の技術だけではなく、教本に記載されている字解、備考、作

誤嚥防止にも効果

詩吟の指導に情熱感じる

北長寿会 田中 洋子

者略伝など、教本に記載されていない事も調べて補足説明してくださいました。 私自身も詩が作られた背景や歴史に興味があり、学んでいるうちに思いがけない早さで13年が過ぎました。 今、指導者として何を為すべきか自問自答しています。指導する

人の吟力、知識は勿論、学ぶ人の数倍の努力が必要と言われます。 最も大切なのはお互

教えを受ける方に興味を持ってもらい、長続きして頂くためには、個々の性格を見出し、興味と広い知識を身に付けるよう冷静さも加え、情熱を持って指導にあたり、教本以外にも調べて補足説明ができますように努力精進して参ります。 これは私事ですが、長年看護師とケアマネ

老人クラブ連合会のホームページをごらんください!

パソコンやスマホから老人クラブ連合会のホームページが見られます。

検索の方法は

- 1 「守口市老人クラブ連合会」で入力
2 画面の「moriguchi-SC.org」



をクリックでページが出ます。出来る限り、最新の情報を更新しますので、皆様もホームページから老人クラブの情報を得てください。

守口警察署からのお知らせ

令和5年4月までに

ヘルメットが義務化 されます!!



道路交通法が改正され
13歳未満の子ども



全ての年齢層

に自転車用ヘルメット着用が
義務化されます!!



大阪府守口警察署



“老人扱い”の心配は杞憂
有意義な老人会活動
大1ことぶき会 千葉 義行

私は定年退職後、老人会に入会致しました。当初は、「老人扱い」をされるのではないかと気にもなり、入会することを躊躇しておりました。加入後は、会員の皆様との社会奉仕活動を通して信頼関係

を築く事ができ、非常に有意義な時間を過ごしております。当初抱えていた気持ちは杞憂におわりました。さて、今もコロナ禍であり、さまざまな活動を自粛せざるを得ない状況です。しかしながら、世界的にはコロナ収束の兆しもあります。

す。遠くない将来に、皆様との交流、活動を本格的にできると思っております。

令和2年5月会長、令和4年5月地区理事になり、まだまだ未熟で至らぬ点がございますが、日々、皆様からのご支援に感謝しております。

引き続き、皆様のお役に立てるよう尽力致しますので、今後とも宜しくお願い致します。

特殊詐欺に注意!

ATMでの携帯電話の通話は
しない!させない!

間 真平

大阪府警察 × 古本興業株式会社

「单身社会」を考える

年間2万7000人が孤独死する時代

人生100年時代 高齢者が支え手に

春日老人クラブ 田中新一郎

総務省が令和2年度(2020)の国勢調査結果を令和3年11月に発表しました。その調査書を読み将来に不安を感じました。その調査結果とは、
(1)单身世帯の急増
前回(2015年)より14・8%増え、2115万世帯となりました。一般世帯の38・1%を占めています。その内65歳以上に限ってみれば、約231万人の男性が一人暮らし、女性は約441万人で、一人で長生きができるわけですね。
高齢者の居住場所は老人ホームなど施設に約180万人、病院な



みんなで助け合えば困難にも立ち向かえる…

えている
③生涯未婚率と呼ばれる「一度も結婚したことのない人」が増えている
男性で19・3%、女性で9・9%、特に男性が1980年に比べて16・8%増加(50歳時点で一度も結婚した事のない人の割合)。
(3)单身社会の問題点
①地域住民同士の絆の希薄化、仲間力が弱体化、孤立する方が多く見受けられるようになり孤立死(孤独死)の問題などが出てくる
※孤独死される方は、年間2万7000人で半数以上が男性です。
②老人会の対応について
①お互いに相談しあったり、病気の時に助け合う高齢者の割合、及び相談や世話をする友人がいない人が外国に比べ日本が最も多く、将来は更に孤立化が進むと思われる
(4)孤立死を防ぐためには
①高齢者が支え手になれる無理なく支えられる社会の実現化につながる
今後、急速な少子高齢化、人生100年時代の到来という経済社会の急激な変化を踏まえると、单身世帯は2040年に39・3%まで拡大する事が予想される。
更に少子高齢化及び人口減少が進むと現役世代の負担が大きく、支える事が困難になり、そこで高齢者の定義を現在の後期高齢年齢からとし、支える側になれば現役世代の負担も減少し、安心感につながります。
②老人会の対応について
この事業は75歳以上のひとり暮らしの人に安心して暮らしていただくために、担当委員が高齢者宅を訪問されます。
私達は地域社会の一員として住民同士で助け合う精神を強く持ちたいものです(総務省・内閣府のホームページを参考にしました)。

住民同士が助け合う精神大切に

10年前と比べ約半分に減り、ライフスタイルや仕事の変化によって、夫婦で親子だけで構成される家族が占めています。
(2)单身高齢者が何故増加したのか
①家族制度を含めた社会構造の変化
ひと昔前は、当たり前だった3世帯家族は

増加(50歳時点で一度も結婚した事のない人の割合)。
(3)单身社会の問題点
①地域住民同士の絆の希薄化、仲間力が弱体化、孤立する方が多く見受けられるようになり孤立死(孤独死)の問題などが出てくる
※孤独死される方は、年間2万7000人で半数以上が男性です。
②老人会の対応について
この事業は75歳以上のひとり暮らしの人に安心して暮らしていただくために、担当委員が高齢者宅を訪問されます。
私達は地域社会の一員として住民同士で助け合う精神を強く持ちたいものです(総務省・内閣府のホームページを参考にしました)。

短歌

滝井友和会 西村 明夫
草枕にしえ人の遍路旅
楽より多き苦を樂しめり
(四国八十八ヶ所霊場を
参り終えた感想です)

俳句

北友会 岩崎 宗子
愛犬逝き家族減りたり秋寒し
凜として寒行僧の列は行く
遠き友息災知りたる賀状かな

川柳

滝井友和会 西村 明夫
初夢やアレ何だったけの傘寿かな
盆梅に視られて暫し居竦まる
惚れ直す西瓜のタネの泣きぼくろ

滝井友和会 西村 明夫
恐ロシアプーサン隣家に珍入す
何処に徳有つて不徳と言ふ議員
下剋上大相撲には無い言葉

大久保5敬友会 川井 幸雄
コロナ君社会汚さず消えてくれ
年をとり図太く生きるそれも有り
腕組みされてうれしそう介護です

原稿募集

1月・7月、年2回発行

(原稿締切り4月末・9月末)

会員の投稿をおまちしています。
高齢化問題など社会福祉に関する建設的な意見をはじめ、随想・詩・短歌・俳句や写真・書・絵などの作品をお寄せください。お問い合わせ・送り先は各単位クラブ会長まで。



たけなわの秋空の下、会長杯グラウンド・ゴルフ大会開催

腕に自信の猛者が熱戦

令和4年(木) 11月17日 会長杯グラウンド・ゴルフ大会 138名参加

秋・たけなわ、絶好の秋日和！の11月17日(木)、会長杯グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。腕に自信の猛者ばかり、1ラウンド終了時には「あかんあかんー」、2ラウンド終了時には「なんでやろ、あかんー」、3ラウンド



腕に自信のある猛者たちが熱戦を展開



17人の参加者が秋の一日を楽しんだ



上位3人の入賞者のみなさん

17名が参加
令和4年10月28日(金)、絶好の秋日和！大阪ハブリックゴルフ場において令和4年度秋の会長杯ゴルフコンペが開催され、総勢17名の歴々面々が集合し、コロナなんか吹っ飛ばす勢いで、選手一

秋の会長杯ゴルフコンペ

コロナ吹き飛ばす勢い

終了時には「1ホール目からホールインワンや、あとのホール、叩きすぎや、さっぱりあ

かんわ！」...と、思いはダイヤモンド賞かオールド賞かオールド賞か。思い通りには行きませんー！

ホールインワンの瞬間をとらえた、ちょっとめずらしいコマ



市老連からヘルメット進呈

守口警察署が協力、「自転車安全運転講習会」

守口市内における高齢者の自転車事故が多発している中、危険感をつのらせる守口警察署交通課。守口市老人クラブ連合会といたし、一件でも自転車事故を減らすべく、行事を開催することにマイクロスコープ等を手配し、会員一人一人の交通安全を図っております。令和4年11月11日(金)に守口警察署のご協力の下、「自転車安全運転講習会」を開催いたしました。



令和5年4月より道路交通法が改正され、自転車にもヘルメットが義務化される予定とのことで、参加者には守口市老人クラブ連合会よりヘルメットを進呈し、参加者全員、敏捷性検査、自転車安全な乗り方の講習を受けられ



自転車の安全な乗り方の講習を実施

熱心に聴講するみなさん



ました。

編集後記も、いつも同じ文面で変わりばえないお願いになりました。ですが、沢山の記事をいただき有難うございます。コロナの方も落ち着いてきたと思っていたら、また感染者が増えつつあります。旅行の方はGOTOトラベルやクーポンも付いてくるようになり、少しは明るい気分になって、減らすべく、行事を開催することにマイクロスコープ等を手配し、会員一人一人の交通安全を

（広報部・植村直子）
フロックの旅も楽しくなってきたのではないのでしょうか。
また、昨年の夏は暑くて、熱中症で倒れる人がたくさんいましたが、会員の皆様は大丈夫でしたか。
冬は冬で思いっきり寒くなりそうです。風邪をひかないように良い年をお迎えください。
これからも楽しい記事をよろしくお願います。