仲間ふやそう
友愛もりぐちいきいきクラブ
あゆみ
〔題字〕守口市長　瀬野 憲一　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

# 盛大に「令和7年度老人クラブ大会」開く

## 寺方幼稚園児が元気に鼓笛演奏　守口警察署・同消防署の講演も

### 参加者総数402名

### 式典・講演・アトラクション満喫

令和7年6月13日㈮午後1時から、守口文化センター・エナジーホールで令和7年度「守口市老人クラブ大会」が開催されました。

第一部では功労者、永年勤続功績者、会長退任者にそれぞれ感謝状が授与されました。金婚祝は8組、米寿祝は198名、白寿祝は6名の方々でした。

第一部の式典の後、寺方幼稚園の鼓笛隊のかわいい子供たちによる力強い演奏で会場を沸かせました。

第二部では守口消防署の「防火と防災」について、守口警察署の「自転車のルールとマナー」についてそれぞれ講演がありました。

第三部のアトラクションでは「友弦流大正琴」で、やよい会のメンバーによる華麗な演奏で盛り上り、最後はポノアロハによるハワイアンダンスで終了しました。

参加総数は402名で、盛大な中にも粛々と進められた令和7年度「守口市老人クラブ大会」は、無事終了いたしました。

㊤あいさつする藤堂市老連会長
㊦大人気、寺方幼稚園児の鼓笛演奏

６月13日に開催された「守口市老人クラブ大会」

表彰状を授与された方々

やよい会の友弦流大正琴の演奏

㊤守口警察署と㊦守口消防署の講演

ポノアロハのみなさんによるハワイアンダンス

観客のみなさんも大いに楽しんでいた

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

社会福祉法人 和修会
washukai
和修会
生後2ヶ月～就学前児童までのお子様一人ひとりの連続性のある保育を連携できる和修会
【生後2ヶ月～2歳児】
Bambi 保育園
〒570-0045 守口市南寺方中通3丁目14-8 TEL.06-6998-7788
Rabbit 保育園
〒570-0033 守口市大宮通4丁目4-14 TEL.06-6991-9499
連携
3歳になると必ずどちらか希望の園に通えます
【生後2ヶ月～就学前児童】
にしき認定こども園
〒570-0048 守口市寺方本通4丁目4-22 TEL.06-6997-4008
北てらかた 森のこども園
〒570-0048 守口市寺方本通1丁目3-4 TEL.06-6998-7424
子どもが病気の時、お仕事をされている保護者の方が安心して預けられる専用の保育室
病児保育室　カンガルーキッズケアルーム
〒570-0033 守口市大宮通4丁目4-14
TEL＆FAX.06-6991-9616
(月～金 9:00～17:00)
https://www.washukai.or.jp/カンガルーキッズケアルーム/

医療法人清水会 せいすいかい
もりぐち清水会病院
守口市河原町3－12
☎06-6997-0101
診療科　内科・腎臓内科・外科・整形外科・脳神経外科・皮膚科・泌尿器科・リハビリテーション科・放射線科
診療日　月 火 水 木 金 土 日
9:00～12:00　● ● ● ● ● ● －
15:00～18:00　● ● ● ● ● － －
休診日　日曜・祝日・年末年始(12/30～1/3)

通院が難しい方、24時間体制でサポート
医師が毎月ご自宅へ伺います!
たいようさんさん 在宅クリニック
〒570-0079 大阪府守口市金下町2-2-13
●まずはお気軽にご相談ください
☎06-4250-9233
[ご訪問の相談] 9:00～18:00

シャッター修理お任せください
緊急修理にも対応します！なんでもご相談ください！
0120-771-880
受付時間　平日・土／8:00～19:00
スマートシャッターサービス（株式会社 C-NEXT）
〒570-0047
守口市寺方元町3－1－19
TEL 06-6780-9966
FAX 06-6780-4066
Smart Shutter

# 生きがいを持ち、老人クラブの仲間と共に心豊かに

## 守口市老人クラブ連合会
## 会長 藤堂寅一

日頃は市老連活動に多大なるご支援・ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

今年度は新しい試みとして、市老連・守口市・もりぐち清水会病院共催の第1回「ふれあいグラウンド・ゴルフ大会」を大枝公園多目競技場において盛大に開催し、会員の皆様方に大いに喜んでいただいたと思っております（当日はこれまでの大会と違い、清水会病院の各種ブースにおいて身体についての相談所を開設し、沢山の方々の行列ができておりました）。

また、平時にはグラウンド・ゴルフ、旅行、ワナゲ、カラオケ大会等々、いろいろな趣味に活気があふれ、そしてひとりひとりの生活が更なる楽しみと生きがいを持って、市老連の仲間と共に、意気盛んに人生を謳歌しようではありませんか。

これからも体力の維持に万全を期し、従前より実施しています一人暮らしの高齢者等の安否確認、および良き相談相手と交流する友愛訪問活動の充実強化を図り、高齢者のサロン活動等にも心がけ、住み慣れた守口市で、いつまでも健康で元気にいきいきした生活がおくれるよう、仲間と共に大いに楽しみましょう。

今年の夏も暑くなりそうです。お身体に充分ご自愛ください。

## 「介護予防」「認知症」について
# 単位クラブで話し合いを
## 令和6年度 リーダー研修会開催
### 60名が参加

令和7年2月20日㈭に、南部コミュニティセンターにおいて市老連リーダー研修会が開催され、各単位クラブのリーダー60名が参加されました。

開会あいさつする藤堂会長

さて、この度の「介護予防について」並びに「認知症について」の講演内容は、我々自身に迫った切実な問題であります。

市老連といたしまして、参加された各リーダーに、この研修内容を各単位クラブに持ち帰り、各会員の皆様方にお伝えしていただき、この問題についてお話し合いをされることが最善の事であると認識しております。

参加者の皆様、大変お疲れ様でございました。

＜令和6年度リーダー研修会式次第＞

▼開会挨拶
藤堂寅一 市老連会長

①「介護予防について」
▽森整形外科・理学療法士
藁科 孝佑氏

②「認知症について」
▽高齢介護課認知症地域推進課
関 和美氏

## 守口市老人クラブ連合会
# 表彰者
（賞者内訳）

| | 功労者 | 功績者 | 会長退任 | 金婚祝 | 米寿祝 | 白寿祝 | その他 | 合 計 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 守 口 | 1 | 1 | 1 | 1 | 35 | 1 | | 40 |
| 三 郷 | 1 | 1 | 0 | 3 | 62 | 3 | | 70 |
| 庭窪西 | 0 | 1 | 0 | 0 | 16 | 0 | | 17 |
| 庭窪東 | 1 | 1 | 1 | 4 | 86 | 2 | | 95 |
| 本 特 | | | | | | | | |
| その他 | | | | | | | | |
| 合 計 | 3 | 4 | 2 | 8 | 199 | 6 | | 222 |

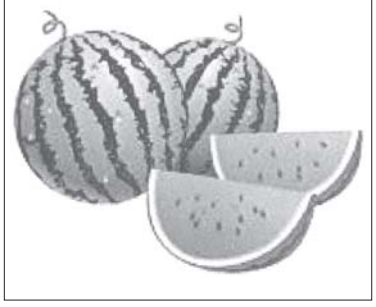
わたしたちは守口市老人クラブ連合会の活動をサポートしております

内 科・小児科
アレルギー科・呼吸器内科
医 療 法 人
森口医院
〒570-0054 守口市大枝西町15番8号
TEL 06－6991－0593
FAX 06－6991－6026

藤原眼科クリニック
診療時間 AM 9:00～12:00
PM 4:00～ 7:00
休診日 水曜、日曜、祝日、土曜午後
守口市西郷通4－3－11
TEL 06-6996-3617

御賛助

内科・胃腸科・リハビリテーション科
石井内科医院
診療時間 月 火 水 木 金 土
午前8:30～12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
午後4:30～ 7:00 ○ ○ ○ ／ ○ ／
※木曜・土曜午後・日曜日・祝日 休診
守口市梶町4丁目4番12号
☎(06) 6907－3712



Nicott
Nicott歯科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日
9:30－13:00 ○ ○ ○ 休 ○ ○ ○
16:00－20:00 ○ ○ ○ 診 ○ ○ ×
〒570-0048 大阪府守口市寺方本通2-3-10
Tel&Fax 06-6991-1212
駐車場、キッズスペース有り、車いすでの受診可能、お気軽にお立ち寄りください。

処方せん受付
わかたけ薬局
〒570-0074 守口市大枝西町15-7
TEL 06－6993－5010
FAX 06－6994－7717
介護の事！何でもご相談下さい
デイサービス森のきのこ
ケアプランセンター 豆の木
TEL 06（6115）5407㈹

ちぐさクリニック
診療時間 月 火 水 木 金 土
9:00～12:00 最終受付11:30 ● ● ● ／ ● ●
14:00～17:00 最終受付16:30 □ □ □ ／ □ ／
休診日 木曜、土曜午後、日曜、祝日 第1・第3 水曜 18:00
06-6905-8787
〒570-0017 大阪府守口市佐太東町1丁目38-2

御賛助

なかむら眼科
診療時間 AM9：00～12：30
PM4：00～ 6：30
休診日木曜・日曜・祝日・土曜午後
☎06-6900-6900 駐車場完備

医療法人かわい歯科クリニック
診療時間 平日 8:30-13:00 14:30-18:30
土曜 8:30-13:00 14:00-16:30
休診日 日・祝・木曜（不定期）
〒570-0083 大阪府守口市京阪本通2-3-1 MTOSビルIF
TEL:06-6998-4617

御賛助

美しい町並みは、一人ひとりの心がけ

# あゆみ 守口ブロック版

## 行事に多数のご参加を

守口ブロック長　西村嘉市

暑中お見舞い申し上げます。向暑のみぎり、如何お過ごしでしょうか。日頃は老人会活動にご協力を頂き、ありがとうございます。

「大阪・関西万博」が開催中ですが、われわれの青春時代に行った「大阪万博」が思い出され、いろいろのことが世界中で進歩発展していることを実感しました。

今年も楽しめる行事を進めて参ります。行事へのご参加よろしくお願い致します。

これからも暑さ厳しい日が続きますが、皆様にはお体ご自愛ください。

## 第2回グラウンドゴルフ大会

## 和気あいあいと楽しむ

守口ブロック　山本多恵子

三月十日、春めいた天候の下、守口ブロック第2回のグラウンドゴルフ大会が開催されました。緑一色の広大な大枝多目的競技場で、皆さん和気あいあいと楽しみながらプレーしました。

参加者が年々減ってきているように思います。何時もと違うグランドで大会を行うのは難しいけれども、その時の運でホールインワンが出れば、どんなに嬉しい事でしょう。

この寒さの中、元気に運動ができるのも、おかげでグラウンドゴルフをしているからだと感じます。足、肩が痛いと言いながらも皆様とご一緒にまわって、ついていけるように頑張ります。

△成績表▽

▽男子の部

優勝　河内福雄

準優勝　天野勝光

## "昭和100年"の思い出

## 健康第一で日々満喫

守口ブロック岡本マサ

昭和の団塊時代に生まれて昭和、平成、令和と時を過ごして参りました。学生時代はスポーツが好きで運動に励み、実家の方は百姓をしていて、朝早くから夜遅くまで田畑の手伝いをしたものです。

42年に結婚をして娘二人に恵まれ、今では孫五人、ひ孫四人と守口市内に在住していて、賑やかな日々を過ごしています。

五十年余り演歌の女王と言われた方の追っかけファンで、コンサートには方々見に行ったものです。

今ではグラウンドゴルフをするのが待ち遠しく、痛い足を我慢しながら日々楽しみ、夜は韓流ドラマに二十七年間凝って、時の過ぎるのは早いですね。

健康第一で、これからも皆さんに助けてもらいながら生涯歩んで参りたいと思います。

## 人生は七〇才より

七〇才にてお迎えある時は
今留守と言え
八〇才にてお迎えある時は
まだ早いと言え
九〇才にてお迎えある時は
そう急がずとも良いと言え
一〇〇才にてお迎えある時は
時機を見てこちらからボツボツと行くと言え

大阪市・長居公園の一コマ

## 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
丸山正巳
長谷川正
西川恵子
堀川徹雄
松島高雄

【土居地区】
川上康子
岡本マサ

【滝井地区】
辻井重男
佐竹豊
勝山嘉宏

【春日地区】
南部紀子
徳山洋子
柏原文子
池田稔司
竹名公子

## 熱中症にご注意

高齢者の多くは、
自宅で発症しています


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

鉄筋・一般鋼材販売
建築・土木鉄筋工事
大東鋼材 株式会社
代表取締役　中西芳樹
守口市東郷通3丁目1番28号
TEL (06) 6996-5821㈹　FAX (06) 6996-5824

内科・小児科
吉岡医院
TEL(06)6991-2859
〒570-0094 大阪府守口市京阪北本通4-7

田中歯科
診療時間／AM9:00～12:30　PM3:00～ 7:00
土曜日／AM9:00～12:30　PM2:00～ 5:00
休診日／木・日曜日、祝日
守口市馬場町2－4－24
TEL 06-6998-7211

医療法人 愛泉会 愛泉会病院
訪問リハ・訪問看護・訪問診療も行っております。
TEL06－6904－1313
デイサービスいずみの広場 TEL06-6914-9131
愛泉会デイケアセンター TEL06-6904-3134
あいせんケアプランセンター TEL06-6115-5001
愛泉会居宅介護支援事業所 TEL06-6904-0077
愛泉会訪問看護ステーション TEL06-4397-7717

御賛助

御賛助

米飯・寿司・おにぎり・弁当などの製造販売
HACCP認定工場
エスアールジャパン株式会社
〒570-0002 大阪府守口市佐太中町7丁目1番18号
TEL 06-6905-1233㈹　FAX 06-6905-9785
http://www.srjp.co.jp

たにもと歯科
診療時間　午前9:30～1:00
　　午後3:00～7:30
休診日　水曜・日曜・祭日
〒570-0094 守口市京阪北本通4-13 カーサ北本通り1F
TEL06-6993-7711

樹脂製品の開発から量産までの総合加工メーカー
株式会社プロトワーク
今話題の便利グッズ
KATAPON 片手でポンプ
守口市南寺方南通1-5-26
☎06-6993-6361
http://www.plot.jp

内科・循環器科
医療法人 英進会
良本循環器内科
木曜・土曜・日曜・祝日 休診
守口市長池町5－1
TEL.06－6991－1547

御賛助

内科
アレルギー科
リウマチ科
北原医院
診療時間　午前9時～12時（受付は11時50分まで）
　　午後5時30分～7時30分（受付は 7時20分まで）
休診日：水曜午後・土曜午後・日曜・祝祭日
〒570-0012 守口市大久保町4丁目1番7号
電話06（6902）3623

御賛助

# あゆみ 三郷ブロック版

## 一日一日を楽しく過ごそう

三郷ブロック長 尾関幸夫

皆さんお元気でしょうか。

春からあらゆるものが物価高になっております。特に食品の上昇は、我々高齢者には大変です。なかでも主食であるお米の上昇は生活に大変こたえます。

世界を見回すと、あちらこちらで戦争をやっています。ウクライナとロシアの戦争はロシアが侵攻して3年を過ぎようとしておりますが、なかなか終息が見えませんし、その被害は想像もつきません。また、アメリカの関税問題でいろいろな問題が起こっていますし、世界中で不安定な時代ですね。

しかしながら、我々老人クラブは仲良く仲間に目を配り、助け合って楽しく過ごしていきましょう。

特に80歳を過ぎると、何があっても不思議ではありません。健康づくりに気を配り、趣味を生かしてグループを作ったり、運動のグループに参加するとか、いろいろ考えて一日一日を楽しく過ごし、一日でも長く元気で頑張っていけるよう努力いたしましょう。

# 出た！パーフェクト

## 日頃の練習の成果発揮

## 三郷ブロック・ワナゲ大会開催

尾関康子さんがブロックのワナゲ大会で見事パーフェクト達成

三郷ブロックの各単位クラブの面々が練習に練習を重ね、腕を磨きに磨いて楽しみにされておりました三郷ブロックのワナゲ大会が開催され、なんと出ました、出ました!!パーフェクト!!　出した張本人、尾関康子さん、おめでとうございます。

# 異常気象が関係!?

## 原因不明の痛み

### それなりに納得でき症状軽減へ

喜久寿会西 大塚秀子

元来、気温についてあまり気にしない体質であったのが、老齢化のせいか一昨年来の気象の変化、温度差に参ってしまいました。

今年一月末、入浴中に足のむくみに気づき、ベッドに横たわると左肩甲骨が痛くて寝られず、翌朝早々に内科医に行ったが、原因がわからずに松下病院に直行。病院でCTはじめあらゆる内臓検査をしたが、内臓は良好、背骨も損傷ないと診断され、鎮痛剤が出ただけで十日後に再来と言う。

原因不明のまま痛みは続くが、巷では私のような背中の痛い人が増えていると聞く。

地球上不可思議な現象が不審火の山火事等々、思い出したのが三十年以前に痛みについて語っていた先生の「梅雨時には肝臓疾患の病状が軽減される」と。

私達の原因不明の症状は異常気象が自律神経に影響したのではないかと、私なりに納得すると、痛みもだんだん気にならなくなった。

今テレビを見ていると、医師が私のような症状を認め「びっくり背中」と名付けております。今背中の痛みは感じておりません。三十余日の戦いでした。

## 御協賛各位の御礼

「あゆみ」の発行につきまして、多大なるご支援、ご協力を賜わりましたことを、心より御礼申し上げます。

守口市老人クラブ連合会

## 三郷ブロック単位クラブ会長

【三郷地区】
尾関幸夫　丸山仁　丸喜昭博

【寺方地区】
小塩一成　和崎修二　井上ユキエ　中根峰代　中村三代子　中野茂子　桐野光洋

【橋波地区】
山下岩雄　田中光夫　佐郷武司

【錦地区】
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　伊藤静子　釣井章子　桝田一乃　原仁美　森實義浩　神田基子　毛利正人　寺内明


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

東歯科医院
〒572-0076
寝屋川市仁和寺本町3丁目3-16
イーストマンション2F
☎(072)827-8811

内科・呼吸器科・循環器科・外科
リハビリテーション科・麻酔科
加藤クリニック
守口市西郷通1-10-1 藤マンション Ⅱ 1階
TEL06-6992-8606

内科・循環器内科・小児科
医療法人 秋田医院
診察時間(受付時間は午前11:40まで・午後6:40まで)

| | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | 9:00～12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 |
| 午後 | 4:30～7:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休 |

休診日：土曜・日曜・祝日
守口市東町1丁目12番1号
TEL(06)6903-3050番

総合消防設備・設計・施工・管理・保守
電気工事・設計・施工
(有)安田総合設備
守口南寺方南通2-11-19
TEL(06)6996-1227

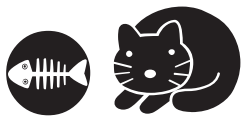
あずま在宅医療クリニック
〒570-0075 守口市紅屋町7番12号
Annex Nakano 1F
☎ 06-6991-8010
FAX06-6991-8020

川原歯科
日本口腔インプラント学会 専門医
守口市東光町1-23-3
06-6991-3188

産業廃棄物収集運搬許可 大阪府下全域
産業廃棄物中間処理 大阪府
一般廃棄物収取運搬許可 大阪市・守口市・門真市
辰巳環境開発株式会社
守口市東郷通1丁目5番17号
TEL：06-6780-4153

ゴム・樹脂製品
藤浦産業株式会社
〒570-0002 大阪府守口市佐太中町3丁目2番28号
TEL6903-2331

御賛助　御賛助　御賛助　御賛助　御賛助



# あゆみ 庭窪西ブロック版

令和7年度を迎え、新たな気持ちで、会員の皆様と協力してまいりたいと願っております。

西ブロックの佐太長寿会が復活され

て、嬉しく思っております。今年度市老連全体で5団体が退会されました。一番のネックは、会長の後継者がいないという理由が多かったらしいです。

私達も連絡に本部に行くにも、ブロック会議に行くにも足腰が悪く、自転車にも乗れなくなる会員さんが多数になって参りました。

## 一人でも多くの参加願う

路線バスも路線が少なくなり困っております。西ブロックから本部に行くのに二回乗り換えていくなど、しんどい思いをしています。「市役所内にあると助かるのに」との声も聞きます。

西ブロック女性部は昨年度、折り紙で作った品物を老人介護施設に寄贈し大変喜ばれました。スポーツ部会では、ワナゲは各公民館等で練習されています。グラウンドゴルフは庭窪のタコ公園で毎週二回㈬、㈯練習、会員さん40名ぐらいで、足腰が悪くても助け合いながら楽しいサロン活動です。

大阪万博に四月に連れて行ってもらいパソナ館を見学、団体入場で待たずに入館し、「ミニ心臓」がドクドク鼓動している細胞を見せてもらいましたが、欲を言うと、あと一カ所ぐらい別のパビリオンを見学したかったと思いました。

皆様このように守口市老連は色々な行事（カラオケ大会、いきいきふれあい祭り等）があり、楽しいクラブですので、是非一度参加されて、会員さんに加入してください。

今年は清水会病院とコラボし、楽しい運動体験をされて楽しいひと時を過ごさせてもらいます。

とにかく一人でも多くの方に参加して頂き、老人会の会員さんが増えることを願っております。

# 「昭和100年」に思うこと

## 暖かい心に触れ感動

### 思いやりの大切さ再認識

五番第一むつみ会　松田淑子

今年昭和百年目、平成、令和と生きてきた私達、今の文明について行けないような時、少し暖かい心に触れたことがありました。

冷たい雨の日、久しぶりにバスに乗り運転手さんの案内が聞こえてきました。

「今日は雨でバスの中も滑りやすくなっていますので必ず手すりを持って、歩く時は気を付けてください。バスを降りられるときも歩かれるときも、傘に気をつけて注意しながら歩いてくださいね」等と、優しく語りかけるように伝えてくださいました。

この殺伐とした現代で、短い30分間の時間でしたが、私達にはすごくありがたく、何か心が暖かくなり、最後に降りる時「親切に案内して頂きありがとうございます」と運転手さんに言いました。

些細なことですが、相手を思いやる心で接していれば、争いは起こらないのではと思い、外はみぞれが降って冷たかったですが、その日一日は心はとても暖かく感じられました。

## 昭和100年史、私の83年史

### 今の幸せが続きますように

庭窪西ブロック　植村直子

昭和元年、今年で百年、楽しい事、悲しい事、辛いこと、ありました。

私達にはわからないながら長く辛い戦争がありました。防空壕へ入っていつも泣いていたようです。

年の離れたいとこの兄ちゃんが、戦争から帰ってきた時は「誰？この人？」。でも家族、近所のおっちゃん、おばちゃんが皆、よかった！よかった！と言って喜んでくれていました。

それ以来、いろいろありました。オリンピック2回、万博2回も開催され、日本の国はなんて幸せで素敵な国なんでしょう！　この幸せがいつまでも続くといいですね!!

## 庭窪西ブロック単位クラブ会長

【八雲地区】河野巖
【下島地区】貴田洋子　山下昭次
【佐太地区】大西忠司　井上五枝
【庭窪地区】玉置紀代　友田恒治　宮本喜代　伏見洋一　森口明代　薮内正勝

## 「物忘れ」と「認知症」

### 老化による物忘れは思い出せる

歳を重ねると、誰しも記憶力の低下を自覚する。これが加齢による物忘れ。記憶を受け持つ神経細胞の働きが鈍ってくるために生じる。

認知症の中核的な症状も、記憶力の衰退。こちらは病的な物忘れだ。両者をどう見分けるのか。

「脳をパソコンに喩えると、神経細胞というハードウエアが健全なうちに起こるのが加齢による物忘れ。その証拠に、たとえ忘れても何かのきっかけで思い出せるケースが大多数。記憶システムというソフトウエアも正常に動きます。それに対して認知症による物忘れは、神経細胞が失われるなどハードのどこかが壊れている状態。ソフトも動かせないので、いくら時間をかけても思い出せなくなるのです」。

メカニズムが異なるのだから、加齢による単なる物忘れを認知症の前触れと恐れることはない。

【老化による物忘れ】
▽体験の一部分を忘れる
▽ヒントを与えられると思い出せる
▽時間や場所などの見当がつく
▽日常生活に支障はない
▽物忘れに対して自覚がある

【認知症による物忘れ】
▽新しい出来事を記憶できない
▽体験全体を忘れる
▽ヒントを与えられても思い出せない
▽時間や場所などの見当がつかない
▽日常生活に支障がある
▽物忘れに対して自覚がない

（出典＝日本醫事新報 No.4074）

あゆみ5面　070105　木❶井❷井

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

木股眼科医院
診療時間
午前9：00～12：00
午後5：00～7：30往診可
水・土曜午後、日曜祝日は休診
TEL（06）6991－2730

御賛助

御賛助

内科・消化器・糖尿病
健康管理・リハビリテーション科
clinic 大江医院
〒570-0035 大阪府守口市東光町2-8-13
TEL 06-6992-2800

岡見眼科

| 診察時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 9:00～12:00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ○ |
| 午後 4:00～ 7:00 | ○ | ○ | ○ | ／ | ○ | ／ |

休診日／土曜午後・木曜・日曜・祝日
〒570-0012
守口市大久保町3丁目34番8号
ネイチャー21ビル・2F
TEL.06-6916-8778

普通の生活を当たり前に過ごすこと
いつまでも自分らしい生活をすること
明るく楽しい 我が家
グループホーム
ノーマライ心の花
守口南寺方
守口市南寺方中通3丁目14番12号
TEL（06）6998－2210
見学随時
いつでもお気軽においでください

あゆみ 庭窪東ブロック版

# 好天の下、106名が参加

## 庭窪東ブロック グラウンドゴルフ大会開催

日野谷 相 生

令和7年3月22日、よつば小学校グランドで庭窪東ブロック グラウンドゴルフ大会を開催しました。

106名の参加者で、ちょうど寒くもなく好天に恵まれ、和気あいあいプレーを楽しみました。

「もしかしたら今日は優勝できるかも?」と、密かに思っていましたが、残念ながら番外でした。

男子優勝は長江敏、女子優勝は内村洋子さんでした。入賞できなかった皆さん、次回はお話をして頂きました。

だんだんと巧妙化してくる詐欺犯です。「電話がかかってきた時、変やな?」と思ったら直ぐに電話を切って家族に言う、または警察に電話をしてください。

スライドを見ながらの短い時間でしたが、くれぐれも特殊詐欺には引っかからないように、お互いに気を付けて日々安全に暮らしましょう。

（会長・山脇）

順位表

| 順位 | 男子 | 女子 |
|---|---|---|
| 優勝 | 長江　敏 | 内村　洋子 |
| 2位 | 西村　清志 | 金子　光子 |
| 3位 | 和田　安郎 | 泥谷美代子 |
| 4位 | 古里　省一 | 道脇理恵子 |
| 5位 | 山本　武 | 庄林　啓子 |
| 6位 | 田畑　和夫 | 秦　命子 |

好天に恵まれ和気あいあいの
熱戦を楽しんだみなさん

## ほろ苦い59年前の思い出

庭窪東ブロック長 山脇利巳

今年は昭和でいえば百年になります。戦争から終戦、戦後の混乱期を経て、日本は高度成長期へと突き進んでまいりました。私も日本の成長期の一翼を担ってきたと思っておりますが、しんどかったことも多かったが、楽しかったことも多くありました。

私の一番の思い出は成人式の日、NHKの「二十歳の集い」に出演が決まっておりましたが、前日仲間と徹夜マージャンをしていて出演できなかったことです。

今から五十九年前のことです。あの時、出演していたら人生変わっていたかもね。

頑張りましょうね。

## 特殊詐欺に騙されないぞ！

### 新栄白寿会が防犯教室で学ぶ

4月22日㈫、よつば未来コミュニティ会議室で、総会をかねて防犯教室を開催しました。

守口警察署生活安全課防犯係からお越しいただき、今はやりの特殊詐欺に遭わないようにスライドを見ながらお話をして頂きました。

## 庭窪東ブロック単位クラブ会長

【東地区】
秦岡孝吉
山口陸雄
山地郁太郎
藤堂寅一
小川常雄
花田廣徳
北岡暢郎
山脇利己
古里省一

【藤田地区】
千葉義行
橋本千代乃
川西修
秋山邦孝

【梶地区】
中村絹子
大井八重子
山尾忠正
山田逸太郎
古川輝男
中東勝
今藤末子
山本妙子

【金田地区】
坪木修己
寺地千恵子
今西博
高坂知行


老人クラブ活動は楽しみながら社会貢献できます

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

増田歯科医院
あさ9:00～12:30
ごご2:30～ 5:00 土曜日午後5時迄診療
よる5:30～ 7:30
（休診日）木曜・日曜・祝日
守口市梶町4－63－7
TEL.06-6916-1118

御賛助

御賛助

家族葬のことなら
葬儀式場 くすの木会館
〒570-0042 守口市寺方錦通1-3-15
お見積り・事前相談・資料請求はこちら
☎ 06-6998-4200

さかもと整形
SAKAMOTO ORTHOPEDIC
整形外科・リウマチ科・リハビリテーション科
診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝
9時～12時 ○ ○ ○ × ○ ○ －
16時～19時 ○ ○ ○ × ○ × －
休診日／土曜午後 木曜・日曜・祝日
〒570-0091 守口市北斗町8－7 TEL. 06-6996-8800

御賛助

関西医科大学 KANSAI MEDICAL UNIVERSITY
総合医療センター MEDICAL CENTER
06-6992-1001(代)
大阪府守口市文園町10-15
8:30～11:30【初診・再診】
7:30～11:30【再診受付機】
休診 第2・4土曜・日曜・祝日 年末年始(12/29～1/3)

御賛助

都市型介護付有料老人ホーム
CLEUVE クルーヴなみはや
〒570-0042 大阪府守口市寺方錦通3丁目6番7号
Phone(06)6994-5515/Fax(06)6994-5525

内科 人工透析
医療法人 小野山診療所
〈内科〉
診療時間 月 火 水 木 金 土 日
9:00～12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ／
17:00～19:00 ○ ○ ／ ○ ○ ／ ／
〈人工透析〉
午前8:00より 月・水・金 19:00まで 火・木・土 22:30まで
守口市本町2-5-32
☎06-6991-0385

ASA守口・守口南
朝日新聞・日経新聞・日刊スポーツ
0120-3901-29
守口市西郷通2－13－6

守口市指定工事店
(株)井上設備工業
〒570-0048
守口市寺方本通3丁目2番21号
TEL (06) 6997-1332
FAX (06) 6994-6879
Email:info-isk@inoue-eng.jp
URL:http://www.inoue-eng.jp

やすらぎメモリアル
大真会館
大阪メトロ「太子橋今市」
京阪電車「土居」 駅から、すぐ
0120-42-0788

辰洋化工株式会社
〒570-0011 守口市金田町3丁目46－1
電話 06－6902－7666
FAX 06－6901－8065

“信頼と安心”
家・土地のことなら何でもご相談下さい。
株式会社 KOEI
〒570-0012 大阪府守口市大久保町3丁目1－1
TEL 06－6901－1456

あゆみ7面　070107　木❶木❷木❸木

# 守口市老人クラブ連合会
# 役員名簿

＜任期　令和8年3月31日まで＞

| 役務名 | 氏名 | クラブ名 |
|---|---|---|
| 会長 | 藤堂　寅一 | 大久保5敬友会 |
| 副会長<br>守口ブロック長 | 西村　嘉市 | さつき会 |
| 副会長<br>三郷ブロック長 | 尾関　幸夫 | 東光二丁目長寿会 |
| 副会長<br>庭東ブロック長 | 山脇　利巳 | 新栄白寿会 |
| 副会長<br>女性部会長 | 岡本　マサ | 北日吉老人クラブ |
| 副会長<br>庭西ブロック長 | 玉置　紀代 | 佐太恵寿会 |
| 会計 | 尾関　幸夫 | 東光二丁目長寿会 |
| 理事（守口1） | 西村　嘉市 | さつき会 |
| 理事（守口Ⅱ） | 堀川　徹雄 | 八光会日光クラブ |
| 理事（土居） | 岡本　マサ | 北日吉老人クラブ |
| 理事（滝井） | 佐竹　豊 | 滝井福徳クラブ |
| 理事（春日1） | 徳山　洋子 | 土居東老人会第二クラブ |
| 理事（春日Ⅱ） | 竹名　公子 | 第一長生会 |
| 理事（三郷） | 丸喜　昭博 | 東光松寿会 |
| 理事（寺方1） | 小塩　一成 | 高瀬友愛クラブ |
| 理事（寺方Ⅱ） | 中根　峰代 | 東光福寿会 |
| 理事（橋波1） | 田中　光夫 | 西郷南寿会 |
| 理事（橋波Ⅱ） | 佐郷　武司 | 喜久の里東老人クラブ |
| 理事（橋波Ⅲ） | 倉前　良枝 | 東橋波第一さつき会 |
| 理事（錦） | 原　仁美 | 菊水南クラブ |
| 理事（下島） | | 八雲北二若葉会 |
| 理事（庭窪） | 友田　恒治 | 大日あけぼの会 |
| 理事（佐太） | 井上　五枝 | 佐太中町明和会 |
| 理事（佐太） | 伏見　洋一 | 佐太うぐいす会 |
| 理事（藤田） | 千葉　義行 | 大1ことぶき会 |
| 理事（梶） | 山尾　忠正 | 梶四長友会 |
| 理事（金田） | 坪木　修己 | 金二会 |
| 理事（三郷女性） | 尾関　康子 | 東光2丁目長寿会 |
| 監事 | 竹名　公子 | 第一長生会 |
| 監事 | 中根　峰代 | 東光福寿会 |

# あゆみ総合版

## 〝心の糧〟で日々幸せ…

### 文字をデザインし作品に昇華

喜久寿会・東佐郷貞子

私は文字を書く事が好きです。日ごろから心に残った文字や言葉を、書体を崩してデザインし、それに関連のあるイラストを加えて作品にしています。

「人はどんなものに心を癒されるのか」。身近な処から言葉探しをします。

思い通りの作品に仕上がった時には、一日中幸せな気分で過ごせるのです。

遠方の友や贈り物をするときには、このような作品を添えたりする時もあります。

日常何事にも興味を持って、人との会話も大事にしながら過ごすように心がけ、自分の糧としています。

第一長生会

伴場省三氏の作品

## ことわざアレコレ

▽相手のない喧嘩はできぬ

相手になる人がいなければ喧嘩にならない。争いごとの相手にはならないようにという戒め。

▽青は藍より出でて藍より青し

染めた青色が、原料の植物の藍よりも青いことから、弟子が先生より優れていること。

▽阿漕が浦にひく網

阿漕が浦は三重県津市付近の海岸。伊勢神宮に供えるための禁漁地だったが、一人の漁師が老母の病の治療のため密猟を重ね、ついに捕らえられたという伝説から、隠し事も幾度か重なると、おのずと人に知られてしまう、ということのたとえ。

▽顎で背中掻く

何もできないでいることのたとえ。

▽陰徳あれば陽報あり

人知れず善行を重ね徳を積めば、必ず良い結果が生じるということ（中国）。

## 俳句

春うらら添い寝の母のうすいびき　北友会　岩崎　宗子
ダイエット気にしながらも桜餅
乳母車母子お揃いの夏帽子

## 川柳

思い出は昭和の時代金メダル　大久保5敬友会　川井　幸雄
財産等なくても健康あれば
腕組みされてうれしそう介護です
虫歯なしそれもそのはずみな入歯
マスク顔挨拶したが貴方誰
笑いくる家族揃って米寿祝い

### 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

❶「守口市老人クラブ連合会」で入力

❷画面の「moriguchi−SC.org」

をクリックでページが出ます。出来うる限り、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。

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

真言宗
光明寺
本尊十一面観音（重要文化財）
住職　西端良弘
〒570-0008 守口市八雲北町2-23-20
TEL（06）6993-4067

御賛助

虐待かもと思ったら189番へ
児童相談所虐待対応ダイヤル 189
189番にかけるとお近くの児童相談所につながります。通告・相談は、匿名で行うこともでき、通告・相談をした人、その内容に関する秘密は守られます。
通話料無料
一部のIP電話からはつながりません。
あの子、もしかしたら虐待を受けているのかしら…
子育てが辛くてつい子どもにあたってしまう…
189にお電話
お近くの児童相談所
専門家が対応いたします。

御賛助

浄土真宗 本願寺派
専教寺
〒570-0006
守口市八雲西町1-15-15
TEL06-6992-7720

医療法人 西浦会　介護老人保健施設
長生苑
入所・デイケア・ショートステイ・介護予防
☎6908−7770
八雲中町3丁目12番3号

御賛助

# 守口消防署からお知らせ

## 住警器 つけるとあなたの 有益に

高齢者が住宅火災で死亡する一番の原因をみなさん知っていますか？それは、就寝中の逃げ遅れです。逃げ遅れを防止するのが、住宅用火災警報器（住警器）なのです。

自分の命、財産、地域の安全を守るため、住宅用火災警報器の設置をお願いします。

問合せ先 守口消防署
06（6993）0119

# 守口警察署からお知らせ

## 実在している警察署の番号 急増中 から 詐欺電話！？

今、警察官騙りの手口が増加しています。

犯人は被害者の電話に

**実際の警察署の代表電話から掛かってきたように表示させる手口**

で電話を掛けてきます。

※ どのような方法で架電元の電話番号を変換して相手の電話画面に表示させているかは、現在のところ不明です

逮捕した詐欺犯人が、あなた名義のキャッシュカードを持っていたと言われ資金調査名目で、送金させられる

実例

警察官を騙るような電話があれば・・・・・

警察署に来れないなら、LINEで取調べをすると言われビデオ通話で偽の逮捕状を見せられる

警察からの番号が表示されていても、用件をよく聞き、相手が心当たりの無いことを話し始めれば、氏名や担当部署、内線番号等を聞いて**電話を切断し**

*警察署の代表電話にかけ直す*ようにしてください。

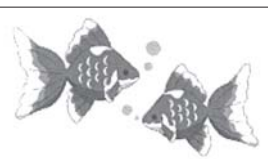
大阪府守口警察署　生活安全課　防犯保安係　06－6994－1234

## 警察官がＳＮＳで警察手帳や逮捕状の画像を送ることは決してありません


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

YAMAMOTO CLINIC
内　科・消化器科
循環器科・放射線科
医療法人 山本診療所
●診療時間／平日(午前)9時30分～12時30分
(午後)4時30分～ 7時00分
土曜日は午前9時30分～12時30分
●休 診 日／日曜・祝日・土曜午後
守口市小春町２番１５号
DOIメディカルセンター3F
電話（06）6997−1188

大西産業有限会社
〒570-0015
守口市梶町2丁目23番16号
TEL(06)6902-8475



循環器内科・呼吸器内科・内科・小児科
医療法人 井上医院
休診日　木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
守口市土居町3-9 ☎06-6991-2931

御賛助

涼しくして寝よう

御賛助

株式会社アカサ
できたらいいなを提案する会社
■軽貨物事業　（派遣事業・内職・その他）
大小問わずお荷物お運びいたします。
お気軽にお電話ください。
〒570-0021 守口市八雲東町１丁目22-2
TEL06-6991-9700

あなたの、あしたを、あたらしく。
創価学会
守口平和講堂
〒570-0038 守口市河原町4-5
TEL06(6998)0501
FAX06(6998)0502

再生資源商・産業廃棄物取扱
アルミ缶回収
山本商店（株）
〒570-0054 守口市大枝西町2番9号
TEL・FAX(06)6991-3617番
夜 間(06)6992-8484番

公益社団法人
守口市シルバー人材センター
訪問介護ｻｰﾋﾞｽ・自立支援事業
温かい「手」で心のこもったサービス
守口市桃町3番30号
TEL 06-6998-3640

御賛助

美馬建設株式会社
守口市金田町２丁目６０番６号
TEL 06-6901-7181
FAX 06-6901-3784

## 第18回市老連カラオケ大会開く

# 美声高らかに健康も増進

市老連カラオケ部会長 西　森　一　子

藤堂市老連会長㊨と晴れの入賞者

第18回いきいきカラオケ大会が4月28日(月)守口市立図書館多目的ホールで開催されました。

また、開催に際し事務局、役員の方々にはこの上ないご協力のもと、28名の出演者様が、130数名の応援観客の皆様方の熱い声援の中、大いに美声を響かせ、素晴らしい感動をあたえていただいたことに深く感謝申し上げます。

美声を披露する出演者

今年は厳しい暑さだと天気予報で聞いておりますので、皆様方におかれましては、体調に充分ご自愛いただき、大いにカラオケを楽しんでいただきたいと念願しております。

## 高齢者は自宅で発症

### 恐い「熱中症」を知ろう

熱中症とは往々にして、高温多湿な時期に発汗によって水分やミネラルなどの電解質を失い、熱を排出しにくくなって体内に熱がこもり、多くの臓器に障害をもたらす危険な状態の事だ。

かつては夏季の炎天下での発症が多かったため日射病とも呼ばれたが、日中や屋外でなくても容易に発生することから、今では熱中症の一語で括られている。

とはいえ、高温がリスクの筆頭に挙がることに違いはないが、知られている限り他にも非常に多くの因子が熱中症を招き寄せる。なかでも患者の多くを占める65歳以上の高齢者は、特に運動や屋外作業をしなくても発症する。そして統計上、最も多く発症する場所は実は自宅だ。日中の外出を控えるだけでは安全の確保は難しいのだ。

熱中症の典型的な症状はめまい、失神（立ちくらみ）、生あくび、大量発汗、筋肉の硬直（こむら返り）など。

このあたりまでが1度に分類される症状で、応急処置と見守りで何とか対応できる限界だ。これより症状が進んで頭痛、倦怠感、虚脱感などが表れると、ただちに医療機関での診察・治療が必要なⅡ度となる。さらに意識障害、痙攣、譫妄などを伴うⅢ度に進むと、即座に入院加療となる。

夏季の酷暑そのものは制御できない以上、人間の側で対処しなければ熱中症は防げない。それには効率よく発汗し、汗の蒸散でカラダを冷やすのが初手だ。

そしてこの能力を高めるには、本格的な夏の到来前に、暑さにカラダを慣らしておくこと＝暑熱順化の必要性が近年叫ばれている。運動によって暑熱順化を遂げると、発汗量は確実に増加して冷却機能が高まるため、同じ負荷でも体温、心拍数は抑えられ、カラダは消耗しにくくなる。

涼しい場所に退避して休息しても、自分では水が飲みにくかったり、気分が悪く、動きにくさを感じたら、躊躇なく救急車の搬送を依頼しよう。

判断を誤ると生命にかかわるし、我慢して快方に向かう病態ではないのだから。

## 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。


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

外科・整形外科・胃腸科
呼吸器科・皮膚科・泌尿器科
**佐藤外科**
《診療時間》
平　日　午前9時30分～12時30分
　　午後5時～8時
木曜日　午後5時～8時
土曜日　午前9時30分～12時30分
日曜・祝日　休診
守口市金田町1丁目71番13号
☎大阪(06)6901-2777

医療法人
**山中クリニック**

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 内科 9:00~12:00 | ● | ● | ● | ● | ● | ● |
| 内科 14:00~16:00 | ● | | ● | | ● | |
| 内科 16:30~19:30 | ● | ● | ● | | ● | |

守口市佐太東町2丁目3番5号
☎（06）6905-2255
予約電話（自動受付）（050）5840-0301

お日様いっぱい　こもだちいっぱい
**守口のぎく保育園**
子ども1人ひとりの存在そのの人権を尊重する
就園児の保育だけでなく、広く地域の子育てを支援する
1人ひとりの成長発達を踏まえ、適切な援助をする
1人ひとりの家庭状況を把握し、その子に応じた援助をする
〒570-0034
守口市西郷通3丁目5－5
Tel：06-6439-8160
Fax：06-6439-8161
https://nogikukids.jp

TADA PHARMACY
一般処方せん受付
**多田薬局**
守口市大枝東町13番3号
TEL 06-6991-1384
FAX 06-4256-7731

**訪問診療しています**

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土・日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前9:30～13:00 | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ | 9:30～12:00 |
| 午後3:30～6:00 | ○ | ○ | 休 | ○ | ○ | 2:30～4:00 |

休診日：水・祝日
医療法人　恵富会
**めぐみ歯科**
〒570-0075 守口市紅屋町8－8
TEL 06-6995-6480

守口市・守口市老人クラブ連合会・もりぐち清水会病院共催

# 第1回ふれあいグラウンド・ゴルフ大会 盛大に開催

## 人間ドック、骨密度測定、老人クラブ入会案内、ワナゲなど多彩なブース設置

㊧から水野理事長、藤堂会長、守口市長代理・仲嶋政策監が始球式

骨密度測定に行列

市老連、春季グラウンド・ゴルフ大会は新しい企画として、守口市・守口市老人クラブ連合会・もりぐち清水会病院の3者共催で第1回ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が盛大に開催されました。市老連会員以外の一般の参加者を含め160人の参加者でありました。

守口清水会病院の企画により、8カ所の体験ブース、骨密度、老人クラブ入会案内、モルック、ワナゲ、トイドローン体験、人間ドッグ・特定検診案内、筋肉量測定等々を設置し、大いに賑わっておりました。

開会式においては、始球式で医療法人清水会の水野理事長が、え・え・え！なんとホールインワンの快挙を成し遂げられ、盛大な拍手喝采でした。

閉会式では、男女各1位～10位の表彰が行われ、次回（9月）の第2回ふれあいグラウンド・ゴルフ大会が大きな楽しみです。

一般参加者含め160人が集まり、体験ブースも大盛況

# 日頃の練習成果発揮

16名参加　春季ゴルフコンペ開催

5月21日㈬、大阪パブリックゴルフ場において、精鋭猛者16名が勢ぞろいし晴天・絶好のゴルフ日和のなか、令和7年度春季ゴルフコンペが開催され、皆様日ごろの練習成果を発揮されました。

結果は第一位・原田頌夫さん、第二位・下野克博さん、第三位・竹中進さんでした。皆様本当にお疲れさまでございました。

芦ノ湖　成川美術館

北二若葉会

植村　直子

花博の四季折々の花々、散歩がてら見に行かれては？

第一長生会　伴場　省三