

シルバーとよなか

# ふれあい

2010年1月

# 寿



社団法人 豊中市シルバー人材センター

No.49



ふ れ あ い  
新春を迎えて



(社)豊中市シルバー人材センター  
理事長 松室 雅次

新年明けましておめでとうございます。皆様方におかれましては、健やかな希望に満ちた新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

旧年中は当センターの事業運営に格別のご理解・協力を賜り、厚くお礼申し上げます。さて昨年は年明け早々米国において、「変革」を旗印に、黒人初となるオバマ大統領が就任し、世界中の注目と期待を集めました。

しかし、世界同時不況の影響は色濃く残り、米国では自動車業界の相次ぐ破産申請、11月にはアラブ首長国連邦でのドバイショックによる株安・田高など、世界経済はまだまだ予断の許さない状況が続いています。一方我が国では、5月にGDP(国内総生産)が戦後最悪の落ち込みを示し、また8月には失業率と求人倍率が過去最悪を示すなど、依然として下げ止まらない厳しい経済環境が続きました。また春頃からは、新型インフルエンザが大流行し、今なお私達の生活を脅かしています。

このような中、9月には「政権交代」を果たした鳩山連立内閣が誕生し、新しい政策が次々と打ち出されています。とりわけ「行政刷新会議」による「事業仕分け」では、シルバー人材センター援助事業に係る国補助金を取り沙汰されるなど、私たちも大きな政治の流れと無関係では済まなくなっています。

緩やかなデフレ現象が進み、景気回復の

兆しが未だ見られない中で、今年度の事業契約実績は、残念ながらセンター発足以来初めてとなる3年続けての前年度比減となる見込みです。

一方、会員数につきましては、啓発リーフレットの市内全世帯への配布や市内4ヶ所での地域説明会の開催などにより、目標値とした2100人が確保できる見通しとなりました。今後とも公益法人として、会員の増強・拡大に向けて取り組んで参ります。

また、「一般労働者派遣事業」についても、8月から流通業において参入を果たしました。

さて、今年は当センターにとりまして、まさにターニングポイント(転換点)の年になると思っております。

平成25年11月までが申請期限とされた、新しい公益法人制度への移行につきましては、大シ協とも連携しながら、基本的な方向性について検討を進めて参ります。

今回の改革に当たりましては、事業、組織、財務などの点検も必要ですが、それにもまして役員・会員・事務局職員の見識改革が必要とされます。そのことを十分に念頭において次代に相応しいセンターづくりに取り組んで参りたいと存じます。

また、来年には記念すべきセンター設立30周年を迎えるなど、さまざまな課題も山積しています。

理事会をはじめ各部会が一丸となつて、これら課題の解決に取り組むと共に、引き続き安全・適正就業の推進、ならびに公平・公正で透明性のある就業機会の提供に努めてまいりたいと存じます。

最後になりましたが、この新しい年が皆様にとりまして、より佳き年となるようお祈り申しあげ、年頭の挨拶といたします。

目次

新年ご挨拶……………2～4

淡路島・鳴門の旅伴走記……………4～5

シルバー人材センター展……………5

会員のひろば……………6～7

会員よもやま話……………8

仕事紹介……………9

ユーザーさんの声……………10

同好会だより……………11～16

とよなか万華鏡……………17

健康講座……………18

シルバー人材センター  
フェスティバル2009……………19

私は「ふれあい」帽子……………20

表紙

揮毫「寿」平田 彰  
言葉で祝うこと。また、その言葉。ことほぎ。ほぎこと。  
源氏物語(初音)「いとしたりたかなる自らの祝事ともかな…われいせむと打ち笑ひ給へる」(広辞苑)  
写 真「豊中稲荷神社(豊中市本町)」  
撮影 笠原 輝幸



豊中市長 淺利 敬一郎

明けましておめでとごうございます。皆様には、お健やかに新春をお迎えることとお慶び申し上げます。

平素は松室理事長さんをはじめ、会員の皆様には、豊中市政の推進に格別のご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、我が国では鳩山内閣が発足し、米国ではオバマ大



豊中市議会議員 飯田 武丸

新年明けましておめでとごうございます。謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は、市議会活動に対し、あたたかいご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、リーマン・ショック以降の世界的な景気低迷に対する様々な経済対策の効果により、わ

統領が就任するなど、変化著しい年でした。また、ワールド・ベースボール・クラシックにおける日本の連覇や、米大リーグでのイチロー選手の9年連続200本安打の達成、松井秀喜選手のワールドシリーズMVP、さらには、宇宙飛行士・若田光一さんが国際宇宙ステーションで長期滞在し、日本実験棟「きぼう」を完成させるなど、世界中で日本の存在感を示すことができました。

その一方で、世界的な景気の悪化は、昨年わずかに回復する兆しが見られたものの、まだまだ予断を許さない状況にあります。また、新型インフルエンザは、世界保健機関（WHO）が警戒

が国の景気は持ち直しつつあるといわれております。

しかし、厳しい雇用情勢やデフレの影響など、景気を下押しするリスクも存在しており、予断を許さない状況が続いております。さらに、新型インフルエンザの世界的な大流行が、私たちの日常生活に大きな影響を及ぼしました。

暗いニュースが多い中で、ワールドベースボールクラシックを日本が連覇し、サッカー日本代表がワールドカップ出場を決めたことなど、明るい話題もありました。また、国際宇宙ステーションに長期滞在していた若田光一飛

レベルを最高水準の「フェーズ6」に引き上げ、大流行の発生を宣言するなど、我が国でも国民生活に大きな影響を及ぼしています。

本市におきましても、厳しい行財政環境にあります。これらへの対応とともに、健康づくりや子育て支援のための複合施設「すこやかプラザ」の開設やコミュニティ基本方針の策定、産業フェアの初開催、市独自のエコポイントチケット「とよか」の発行、原田城跡・旧羽室家住宅の公開・活用、とよなか水未来構想の策定など、さまざまな施策を進めることができました。

これらの取り組みを着実に実施する

行士が日本実験棟「きぼう」を完成させたことも、私たちが大いに勇気づけました。

このような時代に、高齢者が生涯にわたって健康で、活力に満ちた生活を送るためには、長年にわたって培ってきた知識や経験を生かして希望に応じた働き方ができるように、多様な就労機会を確保することが必要であると考えます。

こうした中、シルバー人材センターの皆様方が、高齢者の就業を取り巻く環境の整備に積極的な活動を展開されておられることは、高齢者が働くことを通じて社会に貢献し、生きがいを得

ことができましたのも、皆様のご理解・ご協力のお陰と、心から感謝申し上げます。

今後も、「一人」こそ豊中の最大の財産であることを誇りに、中核市移行に向けた取り組みなど、地方分権時代にふさわしいまちづくりを皆様と協働を進めてまいります。

今年も一層のご支援とご鞭撻をお願い申し上げますとともに、新しい年が社団法人シルバー人材センターの皆様にとりまして素晴らしい年となりますようお祈りいたします。

ていく機会を確保するうえで誠に意義深く、そのご尽力に対し心から敬意を表し、感謝を申し上げます。

市議会といたしまして、高齢者が自らの経験や知識を生かして積極的に社会参加できる「健康で心ゆたかな福祉のまちづくり」をめざし、一層努力をしてまいりますので、今後とも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、本年が皆様方にとりまして、幸多い一年となりますよう祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。

# あけましておめでとーござります



理事 松室 雅次	副理事長 高塚 準一郎	常務理事 中川 善博	理事 西川 民義	理事 粟津 敏子	理事 大石 寿美恵	理事 木村 妙子	理事 久保田 順三	理事 小森 秋男	理事 武井 利雄	理事 多田 公子	理事 松永 登美子	理事 宮崎 明夫	理事 松井 晴美	理事 大源 文造	理事 村田 嘉康	地域班役員 鵜飼 芙美子	第一班 青木 富雄	第二班 永吉 功男	第二班 中川 満雄	第二班 石田 収二	第二班 森藤 勉	第二班 草野 勉	第三班 川本 信雄	第四班 是枝 啓司	第四班 片山 千代子				
第五班 田中 保	第五班 平野 彰	第五班 奥野 司	第六班 小野 正美	第六班 大谷 一孝	第六班 竹端 久雄	第七班 明原 晃	第七班 梶田 優	第七班 尾崎 千秋	第八班 和田 博	第八班 山崎 秋芳	第八班 今庄 弘	第九班 佐藤 張伸	第九班 水谷 勝彦	第九班 鳩間 康雄	第十班 高塚 準一	第十班 伊佐 繁夫	第十班 岡田 秀正	第十一班 田川 明	第十一班 増田 穰	第十二班 増野 満	第十二班 本田 清	第十二班 山本 智	第十二班 山本 洋	第十二班 古川 弘	第十二班 本川 正利	第十二班 小川 浩			
第十三班 伊藤 忠男	第十三班 石橋 幸春	第十四班 宮浦 利彦	第十五班 大橋 眞紀子	第十六班 山本 順万	第十六班 安見 稔	第十六班 谷川 教稔	第十六班 千綿 礼子	第十七班 河崎 泰三	第十七班 竹中 由造	第十七班 伊藤 祐治	第十八班 川畑 茂洋	第十八班 月森 勝美	第十八班 堀田 力	第十八班 武井 利雄	第十八班 岡島 邦明	第十八班 木村 妙子	第十八班 多田 公子	第十八班 今庄 弘	第十八班 奥田 夫	第十八班 加藤 和之	第十八班 土井 次郎	第十八班 西田 栄太郎	第十八班 中川 善博	第十八班 栗津 敏子	第十八班 木村 妙子	第十八班 多田 公子			
佐脇 正正	田尻 正雄	永吉 功男	原健 一	植田 明美	井上 俊雄	宮崎 明夫	久保田 順三	武井 利雄	廣報・会員増強部会	模野 浩三	原健 一	永吉 功男	田尻 正雄	佐脇 正正	佐脇 正正	田尻 正雄	永吉 功男	原健 一	植田 明美	井上 俊雄	宮崎 明夫	久保田 順三	武井 利雄	廣報・会員増強部会	模野 浩三	原健 一	永吉 功男	田尻 正雄	佐脇 正正

## 淡路島・鳴門の旅 伴走記

第18班 西 宏樹

10日、昼からオツママミを買いに行く。夕方TVで、大阪・兵庫・徳島・大雨、洪水警報！ホンマかいな、大丈夫かいな明日は？ 血圧測定すると180/92、こりゃイカン！ 薬飲んで準備、少しアルコールも入れる。11時就寝。

寝られへん、どうしよう・・・いつのまにか寝込んで、5時起床。外へ出てみると雨。リュックに用意の品をつめこみ、準備OK。6時50分カップ着て家を出る。市役所前に7時20分到着する。

雨の中早くも大勢来ていてビックリ、1番のりのつもりだったのに。バスが来て雨の中乗り込むが、一挙に満杯となる。時間通り出発！高速道路にのったトタン渋滞する。宝塚事故渋滞・・・途中コース変更の連絡あり、そのうち「夢舞台」へ到着。雨なので大方の人が温室へ入る。団体入場なので600円の入場料が450円とのこと。受付へ行って「シルバー料金は無いんですか？」ときくと「65歳以上は240円です」と。「オーイ240円だよ」と大声あげる。とにかくいさんで入場。丁寧にみてまわる。帰りに無料のランの苗もらって、何か得した感じ。



続いて昼食のため、鳴門グランドホテル着。雨のため広間で集合写真を撮る。さあ昼食、おなかもすいてグー。

中井課長の司会もウワの空で、ごちそうに目が釘づけ、口の中はヨダレ一杯。役員さんの挨拶も終り、吉田次長による乾杯、乾杯！グー一杯やった所で、まずはお造りから、あつと云うまに胃袋へ。そのあとはごちそうが思つくひまもなく次から次へと流れこみ、ビール飲むの忘れ

てました。ホンマ。

鯛のホーラク（宝楽）焼とかがきて、やっと手を休めゆくり回りをみる余裕が出る。ビール別料金750円！やめとこ。玄関から外へ出ると大雨と暴風。海も近くの岩しか見え、遠くはカスミがかかってホー。バスが来て観潮に向かう。バスを乗りついでやっと入場する。風が強くて、せっかくセットしてやって来たのに、髪の毛はサカだってボサボサ。海の上の遊歩道を展望室までいく所々にガラスの床がある。海面から45



淡路島・鳴門の旅 (注) 豊中市シルバー人材センター

大鳴門橋観光記念

のの高さがあるとか。下を見ると膝がガクガクする（もともと膝が悪くてガクガクしてた）。なる程潮の流れが早い程心のウズはどこ？まっいいじゃない。こんなこともあるさ。バスが出るゾー。皆さん手土産もつてのりこみ一路帰阪・・・。ワイワイガヤガヤ1時間遅れで市役所到着。バスを降りると空は快晴!!

平成22年2月8日（月）～9日（火）の2日間にわたり、豊中市役所第2

第2回 シルバー人材センター展を開催します。

庁舎の市民ロビーにおいて「第2回シルバー人材センター展」を開催します。

テーマは昨年と同じく「いきいきシルバーライフ」「知ってくださいい仕事も趣味も」で、シルバー人材センター事業の紹介と啓発PR、女性部会・独自事業の活動紹介や同好会活動の報告と作品展示、それに加え、今年は大々さんの会員の皆さんにも参加していただくため、一般会員の自慢の作品も合わせて展示し、シルバー人材センターの会員の皆さんがいきいきと元気に活躍されていることを紹介していくつもりです。また、昨年以上の充実した内容になるように、会場も市民ロビー全体を使い、ゆとりのあるスペースづくりにしたいと思っております。



この催しがにぎやかな、活気あるものになるよう、多くの皆さんが会場へ来ていただけるようにと願っております。会員の皆さんも、この2日間 市役所方面にお出かけの際は、ぜひ会場にもお立ち寄りいただきたいと思います。





詩吟の学習を通して



第18班 木村 章次  
賀城流哲城会(本部・豊中市永楽荘)で習っております。  
第1水曜日に勉強会

があつて、まず初めに柔軟体操からやります。次に五十音の発声練習を行ないます。

- アカサタナ ハマヤラフ
- イキシチニ ヒミイリイ
- ウクスツヌ フムユルウ
- エケセテネ ヘメエレエ
- オコソトノ ホモヨロヲ

この中でも母音のアイウエオの五文字は基礎の音階を示すものです。声を大きく腹の底からだすように心がけています。その方法は複式呼吸であり鼻から息を吸うことで手取り早い方法の一つであると先生から言われたことですが、ウガイをする時20秒位ガラガラするのも一つの方法でありまた息を吸ってお腹を引いて胸を張るのも一つの方法であると聞いております。

この哲城会は春秋に発表会をホテルアイポリーで行なっております。女性60% 男性40%位の集まりで約200人位です。

ある意味、人と人との交流の場にもなり、その都度近況の話し合いにもなり詩吟の上手、下手を通り越した人間関係の

構築にも寄与すること大であります。他所の会からの先生方もお見えになって、ますますの盛況を呈しております。さて詩吟の発表ですが、一人一人が舞台上にがってそれぞれ得意な詩を吟じるのですが、やはり緊張して普段の発声がでないと同時に練習を積んで場数を踏むことによつて舞台度胸をつけることが先決のようになっています。

そこで最近思うことですが、たった一言がその人を傷つけたり、たった一言がその人の心を暖めたりして声の表現の難しさ、易しさなど口にしたして行なう行為が様々です。

このようなことはやはり礼節を忘れがちなのかも知れないと思います。スポーツ等に限らず礼に始まって礼に終わる、外国ではサッカーしかり野球でも必ず国家斉唱、日本のプロ野球にはこれがあまり見られない。

はい、ありがとうございます、すみません、おかげさまで、わたしはが、素直さや感謝の気持ち、そして時には反省や謙虚さ、奉仕等々社会に通じる人としての心豊かにしなやかに詩歌を通じて人それぞれの教養を養い、その地域に貢献して文化発展に寄与して人間形成にも役立つものだと感じている次第です。

潤いのあるシルバー人生を



第3班 小西 明  
私がサラリーマン

生活に終止符をうったのは平成18年、65歳の時でした。待ちに待った時が来た。好きなゴルフと釣

りを好きな時に好きなだけと本当にそう思っていた。

ところが、いざ家に居るようになってみると、ゴルフも釣りも一人でも出て行くほどに執念がないことに気が付いた。そうかといつて、することもなく家に居ることは毎日留守番をさせられているようなもので甚だ面白くない状態になっていました。

これを打開するには、自ら出て行く先を拡げるしかないと考え、毎月十日(十個)以上のスケジュールが埋まるようにしようと計画した。

この目標を持って行動を起こしたのですが、このことがこれからの私のシルバー人生を潤いのあるものにしてくれる三つに出会うことになりました。

- 一、平成18年9月から川柳教室(サンケイリビング豊中教室)に入ること。
- 二、平成19年春から貸農園を借りて初めて家庭菜園に挑戦。
- 三、平成19年12月からシルバー人材センターにお世話に働き始めたこと。

この三つが今の私の毎日を充実したものにしてくれています。そして、意識して選んだ訳ではないが、川柳を始め、家庭菜園をし、仕事に就き、それにたまのゴルフやカラオケと、考えてみると右脳と左脳がバランス良く刺激されている気がします。この中で一番重要なポイントは、働いてお給料をもらっているということです。お金を稼いでいることが、その他の活動を非常に余裕のあるものにしてきています。

私がシルバー人材センターにお世話に

阪急 曽根駅前 ~ボウリング~  
**ボウル曽根**  
年齢問わず、気軽に楽しめるスポーツです!(1G 300円~)  
**TEL 06-6862-9462**  
豊中市曽根東町3-3-22 ウィーキングビル 4F  
(阪急曽根駅前・ダイエー裏側)

喫茶  
**らん**  
豊中市中桜塚2-1-7  
岡町・桜塚商店街「千鳥屋」隣  
TEL 06(6850)8606

YOSHIDA DENTAL CLINIC  
9:30~13:00 15:00~20:00  
月 ● ●  
火 ● ●  
水 ● X  
木 ● ●  
金 ● ●  
10:00~13:00 14:00~17:00  
土 ● ●  
休診日:水曜午後・日曜・祝日  
**吉田歯科** TEL 06.4865.6677  
560-0022 豊中市北桜塚3丁目1-50



なつたきつかけは、あるシルバーの会員さんにお勧めいただき会員登録したことに始まります。このことが私のシルバー人生を大変潤いのあるものにしてきています。

このことに感謝し、一人でも多くの人が同じ思いができるように、ことあるごとにシルバー人材センターへの登録を勧めています。最近やっと一人勧誘しました。私より先輩の方ですが、同じ喜びを感じて頂けたら幸いだと思っています。

### 私と仕事



第4班 小山 俊子

シルバーの会員になる前は、ハローワークへも通い職探しをしてたのですが、なかなか見つからず困っている時に、シルバー人材センターの会員に入っている友達がいって、仕事探しをしている私に、私もシルバーの会員になったらと声をかけてもらい、その友達の頑張ってる姿や楽しく働いておられる様子をまじかで見ている会員になることを決めました。

説明会に行き一応職種を決めました。退職する前は会社で製造の流れ作業をしておりまして、そんな仕事を願っておりまして、とりあえず掃除を選び待つことに!!

すべにはこれと見つけからず、会員の休まれる一日二日の掃除の代理をしている時こんなことがあったのです。実は事務局より連絡があり工場内の仕事で、私にとってはラッキーな仕事だと思いい、会社に面接に行く日程まで、

会社の場所を下見までしてありましたのに、断わりの知らせ、その理由がなんと信じられない訳で、占いで相性が合わない、方角が悪いでした。

そんなことがあるのかと、ショックでしたが次の仕事を待つ間遊んでられないので、他でバイトをしている時に連絡をもらいました。

自動車のシートを作る広い敷地の会社の掃除でした。案内してもらいながら掃除する所へと移動する通路が長く、初めての私には迷路のようで不安に感じましたが、仕事をしたい願望が強かったので動かしてもらおうことにしました。

今は会社にもなれて、社員や業者さんなど多くの人達と交流があり、毎日良い雰囲気でも働かせてもらっております。

この会社にはシルバー会員が三人おります。仕事を楽しくできるよう、たまにですが食事をしたり温泉に行ったりして、コミュニケーションをとっています。仲間と、健康に気をつけていつまでも働きたいと言っている今この頃です。

シルバーの行事にもなるべく参加させてもらうよう心掛けてはいるのですが、今のところボウリングだけです。旅行も参加したいのですが、平日は仕事なので休んでまでは、平日ばかりでなく土日に行けたらうれしく思います。

私は家族をはじめ多くの友人や知人に恵まれ働かせてもらっていることに感謝をしながら、これから先も元気でいて皆さんと一緒に頑張りたいと思います。

## ボウリング大会 今年も盛況に開催

平成21年7月12日(日)午後2時、

第3回ボウリング大会がボウル曾根で開催された。当日は、76人のプレイヤー(?)が参加し、それぞれ思い思いの投げフォームでスコアを競いました。

今回も準備体操、理事長による始球式など開会セレモニーを行い、いよいよゲーム開始!いきなりのストライク!!!横ではガターとにぎやかなスコアメイキングの始まりです。

予定の2ゲームもあつという間に終了。それぞれの顔には、スコアどおりの表情が...思った以上の高得点の方はえびす顔、振るわなかった方は悔しそうな表情でレーンをあとに...

そして表彰式!今回はハイキング同好



会の有志が優勝です。さすが前もって練習をしていただけた。この個人賞を人賞と見ると、上位3人も

女性の名前がズバリ。女性の底力を見たよな.....

とはいえ、今回も楽しい一日を過ごせた、にぎやかな大会でした。

次回はどんな大会になるのかと今から待ち遠しく思いながらペンを置くことにしましょう。

広報・会員増強部会

### ボウリング大会に参加して

第18班 新澤 圭子

ボウリングといえば若かりし頃一世を風靡したスポーツ。あの頃はゲーム代が高く、待ち時間が異常に長かったものです。

そんな懐かしいボウリング大会がシルバー人材センターで開催されることを知り、三年前の六月、私達ハイキング同好会の有志が参加にむけて練習をはじめました。

マイボウル、マイシューズを揃える人、投球フォームなんて気にしない人、もっぱら溝掃除(ガター)に励む人。

老骨に鞭打ちながら練習に練習を重ねているうちに、はじめの目標だった100点を軽く超え、今では140~150点はあたり前時にはまぐれか実力か、200点の舞台を出すつわものも。

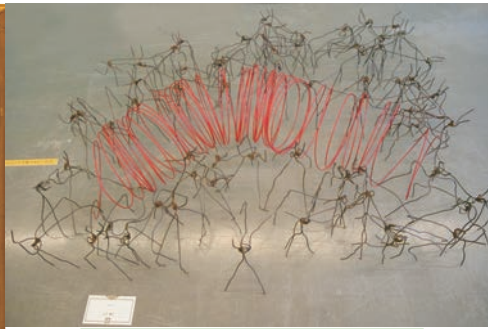
今年の大会ではハイキング同好会が団体優勝・個人優勝とも手にすることが出来ました。

金曜日の午後、一球のボウルに一喜一憂しながら、お菓子をほおばり、コーヒを口にして次のボウリング大会での上位をめざして楽しく、少し真剣に頑張っています。





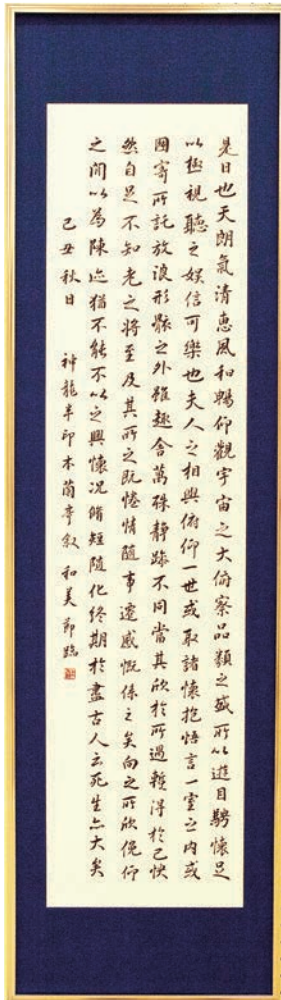
洋画の部 「黄昏」  
第1班 山階 康雄



彫塑の部 「live」  
第14班 上田 勝広

第55回 豊中市美術展10月31日～11月4日、協賛賞及び各部門の入選と書道教育会の入賞を紹介させていただきます。

おめでとうございます。



書の部 神龍半印本蘭亭叙  
第12班 杉村 和美



書の部 大地 協賛賞(株式会社墨運堂)  
第4班 松本 君子



工芸の部  
板彫明土図(孔雀)  
第12班 森重 惇



東京書道教育会  
創立90周年記念特別展  
特選に入賞  
第11班 日高 技



工芸の部  
緋色水指  
第15班 村田 嘉康

**診療時間**

曜日	月	火	水	木	金	土
9:30~1:00	○	○	△	○	○	○
2:30~7:00	○	○	△	○	○	○

休診日  
水・日曜・祝日・土曜午後  
※但し初診・急患は必ず前もって、電話連絡して下さい。

〒560-0003 豊中市東豊中町4-1-18  
**村田歯科医院** ☎06-6840-1961

**カラオケ喫茶 ひまわり**

営業時間 PM1:00~5:00  
水曜定休日  
豊中市中桜塚3-10-35  
市役所 R176 南へ10m

ご宿泊、ご宴会、ご婚礼、レストランのご利用  
すべてのシーンにぬくもりを感じていただける  
それが「ホテルアイボリー」です  
あなただけのプライベートホテルとお呼びください

**ホテルアイボリー**

〒560-0021 大阪府豊中市本町3丁目1番16号  
TEL (06) 6849-1111 (代) / FAX (06) 6849-7727





### 人との出会い

第10班 山下 恭一

現在の業務に携わって約3年になりました。初めてシルバー人材センターを知ったのはスポーツクラブで知り合った人で何度か通っているうちに、その人の勧めもあり申し込み登録し、会員になりました。



2、3ヵ月経過して履正スイミングの運転業務担当として就業することになりましたが、子供達の送迎は初めての経験で、正直な気持ち不安もありました。徐々に馴れて現在に至っております。私を含めた3人でローテーション就業しています。

- ▼1週間 6日(月)～土 約29.5時間
  - ▼1ヶ月 24日稼働(18時間)
  - ▼1年間 288日(1、4、16時間)
- 他に、春季及び夏季休みスイミング
- ▼春季 10日(40時間)
  - ▼夏季 20日(80時間)
- ▼年間予定は年度初めに試案を作成して6ヶ月及び年間予定を履正さんと相談して仲間3名で打ち合わせて、特に都合が悪い日時があれば事前に話し合い取決め、就業等に支障のないようにしています。

就業前には余裕をもち少なくとも30分前に到着して、車、内外の掃除、点検準備、と当日の出欠有無の確認。配車場所へは余裕をもって迎えるよう子供達の安全安心を念頭に無理な走行をしないように安全運転励行。

冬場も近くなると日没も早く、送迎には気配りも要し、夜は見通し悪くなり、乗り降りにはドアを開閉を運転手が行う時、自転車等走行を注意確認しています。送った時にお母さんの迎えが遅くなった時は心配で、お母さんが迎えに来られるまで車の中で待機することもあり、迎えに来られた時はホッとします。

帰路時、子供達の明るく楽しい会話が集中して、進級テスト結果の評価を友人兄妹たちと話題にして、車中の会話がほぐえましくも楽しい一時で子供達の元気な意欲を感じられます。

### 人とのふれあい

第11班 元田 正建

平成18年7月に退職しました。

さて、これから残された人生を如何に過ごすべきか？自問自答しつつも実際には、これと言った行動を起こすこともないままに、半年程家でぶらぶらしてあります。

ある日、息子から「お父さん、今の状態では体にもよくないし早死にするよ」と言われまし

息子の助言があったからは勿論で



すが、何より健康管理を考えて、早速シルバー人材センターに伺い会員登録しました。2ヵ月後現在の仕事(屋外軽作業)を紹介されました。

寒い冬場の作業は、いくら忙しくても汗ひとつ出ませんが、夏は予想以上に暑く、水分補給は欠かせません。

私達の仕事は6人でシフトを組んでチーム仲良くをモットーに、日々仕事に励んでおります。

また、仕事に対しては、親切丁寧にお客様に少しでも快適に、お買い物して頂けるように心掛けております。お客様からは、老若男女を問わず声を掛けて頂きます。

「こんにちはー!」お元気ですか? お客様と何気なく交わす挨拶の中に、沢山のヤル気と励ましを頂いております。今後も今まで以上に、人とのふれあいを大切にしながら仕事に取り組んで参ります。

### 仕事で思うこと

第14班 上田 勝広

定年退職後シルバー人材センターにお世話になって、間もなく十年になります。スタートは原田苗圃での講習会受講、植木剪定、除草の基本と安全就業を実施、学級の両面から教わりました。終了後すぐに現場で仕事ができるという訳にはいかず、「一人前になる為

には、相当の時間と経験が要求される」とベテランの一言があります。

最初は葉刈り班でした。ここでも暫くは刈り取られたゴミの片付け作業です。



葉刈りの基本は木々を愛する気持ちと、美的感覚のようにも思います。

あるとき先輩から両手鉄の扱いで注意を受けました。それは刃の部分を上向きに置いた時です。きちんと刃を下に向けて安定を確かめて置くようにとのことでした。安全作業と道具を大切にすること、こんなところからも言えるようです。

2番目は除草班です。手作業では鋸鎌を使いしましたが草刈機については講習会で習ったからといっても簡単ではありませんでした。又現場では必ずしも作業性の良い所ばかりではなく、空き地等の場合特に周囲の環境への配慮が欠かすことができません。

3番目は運転班の助手です。パッカー車及びトラックで葉刈り班、除草班の道具運びと作業で出るゴミの回収、処理場までの運搬です。各々その日その現場に間違いなく、その時間に届けるのは緊張の連続です。

4番目には公園班でした。3人1組作業車で市のトイレのある公園を回り清掃、そしてトイレを綺麗に清掃してトイレトパーパーを補給していきます。

冬場の水道管の凍結、破損、いろんな現場を経験し、ここでもその都度適切なリーダーの対応を学びました。

その他庭木の水やり等を経て、現在2ヶ所目の個人のお宅の屋外清掃をいたしております。98才現役医師、日野原重明先生のおっしゃるように「60才からは自由に自分で自分を育てることが出来る」という言葉です。働き過ぎよりも、働かなさ過ぎに注意しながら、生きていきたいと思っております。





# ユーザーさんの声

財団法人 豊中市医療保健センター  
豊中市立大介護老人保健施設 **かがやき**

大阪モノレールの柴原駅

すぐ南側にある6階建ての  
真新しい建物。正面玄関横  
には送迎バスが駐車してお  
り、会員がバスの手入れを  
していました。

早速、管理課長の石塚様  
(右)、看護師の市村様(中)、  
相談員の石垣様(左)にイン  
タビューしてまいりました。

**Q** 何時頃からお世話になってますか？職種は？

**A** 平成14年から送迎バスの運転手6名です。会員の移  
動はありましたが現在に至っています。

**Q** 仕事の内容は？又、就業形態は？

**A** 利用者送迎が主な仕事です。月曜から土曜日で週3回  
が5名、午前のみが1名。

午前8時30分から休憩2時間を挟んで午後5時30分ま  
です。他に車椅子の点検修理、スタッフの介護補助  
などお願いしています。運転手同志で相談し、送迎ルー  
トのコース・時間配分なども自発的に決めてもらって  
います。とても助かっています。

**Q** 会員に要望、またはシルバー人材センターに要望など  
ありますか？

**A** 特にありません。先ず、今までに人身事故が1度もな  
いこと、自己の健康管理をきちんとしていること、突  
然仕事を休まれないこと、などとてもしつかりと仕事  
をしてもらっています。これは有難いことです。

また、年中行事にも参加してもらうなど、若いスタッ  
フが多い中で利用者と年齢差の少ないシルバー会員さ  
んがふれあうことは利用者にとっては安心材料になっ  
ています。

**Q** (それなら思い切って質問！取材者の胸のうち)

今後、運転業務以外の職種などお考え頂けますか？  
**A** シルバー会員さんをお願いする利点がわかりましたの  
で、また考えます。(有難うございました。)



所在地 豊中市刀根山元町5-60

電話 06-6850-3400

開設：平成10年

## 事業内容

\* 介護老人保健施設

4人部屋：24室

個室：4室

入所：100人

通所：30人

\* 短期入所・予防短期入所

\* 通所リハ・予防通所リハ

\* 訪問看護・予防訪問看護



「取材を終えて」 終始和やかな雰囲気  
の中でインタビューできたことからユー  
ザーさんとそこで働く会員共々しつかり  
した信頼関係が築かれているのだと強く  
感じました。

忙しい中、3名の方々がご協力下さった  
事に感謝し、看護師の携帯呼び出し音で  
取材を終えました。

(取材者) 井上俊雄、粟津敏子



同好会だより

文芸サークル同好会

俳句

第13班 鳥居 弘美

赤とんぼ坂を登りてついで来し  
淡き色身にまといたき鱗雲

見え隠れコスモス畑のかくれんぼ  
秋刀魚かうその眼光に引きこまれ

第2班 須藤 操

秋気澄む湯ぶねに白き太り肉  
さよならは云はぬしきたり燕去ぬ

天心へ捧げしものか鴟の贄  
引き潮の海底覗く秋あかね

第5班 高橋 久美子

燃えるもの尽きたか白き曼珠沙華  
溝に咲く露草の花歌になり

枝の先止まって洗顔赤とんぼ  
田の畦に帯を締めてる彼岸花

第3班 山浦 純

産声は勝鬨に似て風光る  
螢火が育む闇の深さかな

役者絵の見得を夜空にきるねぶた  
蛇見たと兎がいつぱいに手をひろげ

第18班 堤 喜久男

夢にみる番で飛び交う鬼やんま  
筍に負けじと孫を見上げけり

青蛙腹みよがしの宙返り  
父の日に石楠花供え悔多し

第3班 清田 房枝

朝もやに疾き車やぬれ落ち葉  
障子張り終えて晴れ晴れ秋の風

第1班 村井 實代子

潮さして淡路島にも鯛雲  
休田にコスモス咲いて風わたる

百合一輪秋風と共に香を乗せて  
小さき円お手々つないで運動会

和歌

第3班 清田 房枝

目覚むれば波の音する日暮れ町  
亡母と語らん思い出のままに

学び舎で未来を夢みし若きあゆ  
天に届けとはずむバレーよ

雷鳴に列みだされる赤蜻蛉  
わが身にむらがり夕日に映えて

第15班 藤沢 あつ子

頂きし形見の品を手にとれば  
お顔が浮かび胸に抱きしむ

三日間泊まりし孫の帰りゆく  
後の疲れにぬくもり覚ゆ

腰痛のきびしさに耐え書き上げし  
「書」を出しうれし七夕祭り

通り過ぐ若き女性と遠き日の  
吾と重なるドレスの姿

第17班 山下 勝美

年どしにうからともがら我も老い  
ふるさと遠くなりけるかも

書に詩にカラオケ友と親しみていつしか  
老いの悲しみを知る

早世の君とは知らず八十路まで  
ああ「人生の並木道」かな

老いぬれば秋来たれども耐えて来し  
一夏の疲れは癒えがたきかな

川柳

第11班 北住 治

パンふたつ食べて満腹運動会  
現代の不治の新癌アフガンや

ぶた箱に入れておきたい風水害  
仕分けする余裕も金もなきわが身  
水だけで命をつなぐ四日間



写真同好会

エキスタ 展示作品

第18班 西 宏樹

昨年度、エキスタ（阪急豊中駅から南方向へ50分ほど）に展示した作品のうち、主なものを羅列してみました。エキスタでは、各自が撮りためていた作品を展示することになっております。ご覧いただければ、うれしく思います。

写真左 香川県 撮影 萩谷 守



写真 上段 ふれあい緑地 撮影 吉川 勝克  
写真 下段 スラウエン島 撮影 奥村 博一



写真 左  
神戸ポートタワー  
撮影 西 宏樹

写真 下 浜大津  
撮影 浅田 克美





書道同好会

第三班 酒白 情子

山濃歎深衣

情子書

第五班 桂田 耕三

自然魚鳥絵絹

耕三書

第十五班 深田 晴美

風薫る野山

晴美書

第十七班 山下 勝美

簡儉作家風

勝美書

第二班 小安 喜久子

市の峰と川

喜久子書

熱くなる発表会

第3班 松田 禎子

毎年書道同好会では、書き初め、七夕と2回作品発表会がありまして、先生からお手本が配られます。

今年は「書き初め会（1月4日）寅年庚寅」と示され

いつものように楷書や行書の漢詩風のものや古今和歌集などもとりまけてあります。

さて、どれを書こうかと考えるのが大変楽しみますが、今年はこの他に糸幅を一枚出さなければなりません。

上手な方は常にこの種の大作を書いておられますが、私には少々重荷のように思われます。何とか書き初めに出品できるように頑張らなければと気合いを入れています。

因に「糸幅とはね、画仙紙を縦に半分に切って書いたものを軸物にしたもの、と広辞苑にでてましたよ」と親しい友人が電話をかけてくれました。会員一同今正に熱くなっているところです。



カラオケ同好会

心に灯が・・・

第15班 藤沢 あつ子

早いもので、カラオケ同好会も発足してもうすぐ四年になる。私は発足と同時に入会させて頂いた。

どちらかと言えば歌とは縁が薄かった私でしたが、世のカラオケブームに心を動かされていた。歌うことで大きな声を出す、それが健康につながることも聞いていた。

私にとってよい機会を与えて頂いた。例会は月二回、四時間ずつ。毎回思ったより大勢の集まりである。

ある時期、出席できない日が続いたがやめようとは思わなかった。明るく楽しい雰囲気私を魅きつけていたからだ。

例会と別に同じ日の午前中に、希望する人の為にレッスン教室が出来た。先生の指導で楽譜を見ての練習。音符の読めない私には戸惑いがあったが、一生懸命に教えてくださる先生の姿に心が傾いていた。音符から知る発声・詩心を表現する方法を学んでいる。それと意識して歌うことで自分を向上させていけると思うようになった。

中には一人でカラオケボックスに行きレッスンするという熱心な人達が現われるほどになっている。

振り返ると私の小学校三年生から女学校一年生の間は太平洋戦争で暗い世の中。小学校時代の音楽の時間は先生

の弾くピアノに合わせて歌うだけ。教科書のオタマジャクシは素通りだった。女学校に入って間もなく高松空襲に

遇い学校は全焼、生徒は分散し、分教所が出来た。私は一時間ほどの道のりを歩いてお寺のお御堂で肩寄せあった様な状態で勉強した。

父に作って頂いたお経机位の大きさのものが机代わりだった。本の代わりに先生がガリバンで刷った一週間分が配られた。勿論、音楽の時間は楽譜など教わることなく、ただ先生の指揮棒で歌うだけだった。

人生の折り返しの年齢から大分過ぎた今、こうして新しいものに取り組みさせて頂ける喜びを感じます。その原点はシルバー人材センターに入会させて頂き、書道同好会・文芸サークルそしてカラオケ同好会へとつながったことです。そして心に灯を頂いた。この縁をこれからも大切に生きていきたいと思います。

例会が終りを迎えると皆立ち上がり「カラオケ同好会の歌」（「青い山脈」の替え歌）を歌います。

明るく大きな声で歌う一人一人の姿はもう青春そのものです。





テニス愛好会

回想あれこれ

第13班 毛利 潔

1976年から5年連続ウインブルドン王者(全仏は6回優勝) ビヨン・ボルグはドネーラケット使用、テンシヨンは55ポンドと記憶している。全米の覇者、ジョン・マッケンローはダンロップ(マックスプライン)のラケット(全米4回、全英オープン3回優勝) テンシヨンは50ポンド。相手のスピードを利用してスピードスポットに当て、それ以上のスピードで打ち返す。勇者シミー・コナーズ(4大会シングルス優勝8回、全仏3回)はウイルソンT3000(メタル)ラケットを使用(一般プレイヤーは扱いにくい感じ)。イワン・レンドル(全仏3回、全豪オープン2回優勝)。ラケットはクナイスルホワイトスター(クナイスルは

スキーマーカー)。ウインブルドンで19歳で優勝したボリス・ベッカーはブーマラケットを使用。彼はジャンプサーブで相手を制した。

1980年頃だと思う。国内でのラケットは、カワサキ(福井烈アドバイザー)、ダンロップ、フタバヤ、ゴーゼン、ヤマハ、ヨネックス、アシックス(神和住純アドバイザー)など各メーカーが競い合い、新製品がショップに並びました。ユニークなのは、確かファントム名のオーダーラケットがあり、10万円で売られていたと聞いたことがあります。

その頃テニススクールが各地で開校され、初心者クラスでコートでケース付のままでコーチの球出しに対応して、コーチが慌てる場面があったり、準備運動でのコート一周ランニングで骨折者が出たり、正にテニスブーム極まりの時代でした。

ラケットについてはデカラケが出現した。最初プリンスの110インチが発売された。話題になった。アシックスはそれ以上のサイズ(130インチだったと思う)が出された。大きな面であれば当たり易くなると思いますが、コントロール性が失われると思います。又面が小さくなるとスイートスポットに当たり難くなります。自分のレベルに合わせて大きさを選びたいと思います。

尚、ガットはシープ(羊の腸)が最高とされています。ラケット面に載りが良くコントロール性が優れます。しかし、欠点は合繊に比べ高価になり雨に弱いところが泣き所です。今はコーティングが施

され防水性がクリアされています。しかし、雨の日など使用した場合使用後乾燥が必要です。

そこで、シープに近いガットとして発売されているのがテックガットです。テンシヨンは強くすると強く打たないと打球は飛びません。自分の打ち方に合わせテンシヨンを決めるといいと思います。最後にラケットは購入した物を自分のものにする、使い熟すことが第一だと思います。

美術サークル同好会



亀安寺スケッチ

箕面公園スケッチ

第1班 山階 康雄

十一月中旬にサークル定例の屋外スケッチ。箕面駅十時に集合、紅葉には少々早い感じであったが亀安寺迄来ると新緑の樹木の合間に紅葉の赤、ピンク色が点在している、小道ぞいの小川に落葉がゆらゆら浮き沈みつつ流れ風景が一段と優雅な時間となる。

スケッチで結構歩いた。だるうか亀安寺の石段に腰かけ昼食をとる。亀安寺の急な階段をお年寄りの婦人が荷物を持って上がって来る、會員の一人が手助けする、『私はここに住んでいる者です、買物が大変で駅迄タクシーを利用してゐるんですよ』と立ち話する。正午すぎ頃になると滝をめぐって上る人下ってくる人の往来がはげしくなる、我々もそろそろ下りる事にする。

ゆるやかな小川の流れて水たまりが玉露の様に美しい色に見える、自然に生かされた鯉が数匹泳ぐ、日本の平和を象徴しているかの様に思える。帰りにここにしかなく大へん香ばしい箕面名物「もみじせんべい」をお土産にでもしようかと思う。



写真説明 福井烈(元日本チャンピオン1980年頃)筆者(左)



# ハイキング同好会

## 国見山くく交野山

第12班 本川 正利

台風18号が日本列島横断して、被害も数多く出た2日後の10月10日、絶好のハイキング日和り、参加人数20名、JRで津田駅下車、点呼、これより歩き始め、第一目標の国見山にと、枚方工業団地を通り、登山道へ、何度か休憩取りながら登る。

国見山山頂には、南北朝時代の山城、津田城跡、天候に恵まれ北河内から京都市内などの眺望が楽しめた国見山を後にして、第二目標の交野山に向かう。途中に昼食予定の白旗池を通りすぎ、交野山山頂にと登る。

振り返りうしろを見ると、怖い程の



勾配と階段、全員汗をかきながら登頂、2つの巨岩が交野山頂、巨大な観音岩の上から低山とは思えない、360度の大パノラマ。この巨大岩と下界の美しさを見るだけでも登って来た価値はあったと皆さんも感じたと思います。

岩の上での記念撮影、休憩も終り先程通った白旗池にと、階段を数えながら下る。530段余り、登山が疲れた訳。

白旗池の側で昼食、汗かき2つの山を歩いたあと美味しく頂く。楽しい食事休憩も終り、リーダーの出發の声で源氏の滝を左に見て黄金色に染まった田園の中通り抜ければ津田駅。

全員無事に到着。本当に良いコース、自然を満喫した楽しい1日、お疲れ様でした。

# 囲碁同好会

## 老後を楽しむ趣味

第15班 河野 一雄

定年を迎え 老後を楽しむ趣味の一つとして「囲碁」をお勧めします。なぜか、そしてその魅力は、

① 囲碁は頭脳を用いるゲームであり、麻雀やトランプのように運に左右されるものでなく、自分の実力がそのまま発揮できる。

② きわめて安価なゲームであり、自宅や公民館でやれば無料であり、ボランティアの指導も無料で受けられる。

③ 盤上に石を置く場合、なぜそこに打つのか理由を自分なりに考え、また場合によっては3手くらい読むことも必要になるので脳の訓練になり、ボケ防止にもよいといわれている。

④ インターネットに接続すれば世界中の人と打つことができ、それも自分より強い人、弱い人、プロなど誰でもいつでも自由に対局が可能である。

囲碁が強くなるには、どのような勉強をしたらよいか、私の考えでは、

① 強い人の棋譜を並べる。  
② 自分より2目くらい強い人と多数対局する。

③ 詰碁の練習をする。  
④ テレビでプロの対局を見る。  
⑤ プロの先生の指導を受ける。等、

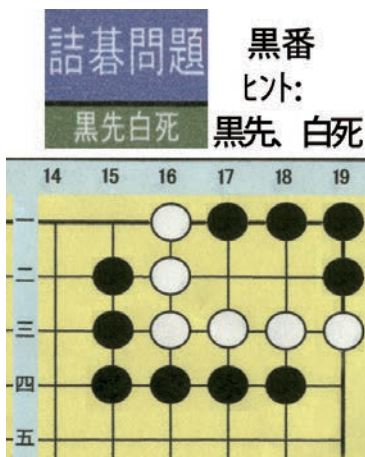
現在シルバー囲碁同好会では、毎週金曜日1時より5時迄、福祉会館で例会を開いています。

見学、また対局に皆様の参加をお待ちしています。級位、段の方も含めて28名の会員がいます。

また、年1回囲碁大会を開催しています。死活に強くなること、碁に強くなると思っていますので、次の詰碁の問題を検討してください。

### 詰碁 【死活問題】

黒番 ヒント 黒先白死 一手のみ詰碁 【解答】 16ページに掲載



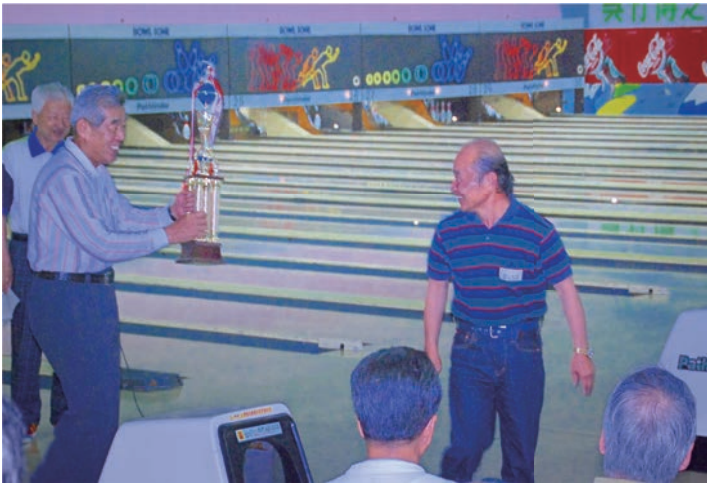




### ボウリング同好会誕生

第13班 井上 俊雄

ハイキング同好会の豊永会員と須山会員のご尽力により、この程ボウリング同好会がめでたく発足致しました。まだヨチヨチ歩きですが既に30名の



メンバーで毎月第3金曜日午後1時よりボウル曾根で例会を開催しております。

男女仲良くプレイを楽しんで、新しい活動の場が出来て良かったという感じます。

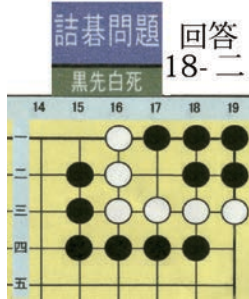
将来は旅行も計画して遠征先でのプレイも考えておられる様です。

何といってもこんなに手軽なスポーツはボウリングだけでしょう。知らない間に体を動かしているのです。力を入れずに軽く投げるのがコツで翌日も何ともありません。

皆さん是非入会して楽しんでください。上手下手は関係ありません。何回か続けていくと自然に上達し希望が湧いてきます。

### 詰碁問題の解答

回答 二



### リサイクル・リ・ソース

#### リサイクル・リ・ソースで思うこと

第4班 山本ます子

シルバー人材センターに加入して、まもなくリサイクルの活動に参加する様になりました。

初めは不安もあつたけど、年月の経過と共に徐々にメンバーの気持ちが変わり、そして会議を重ねて意見を交わしながら今日のリ・ソースとなりました。

まだまだこれから豊中市民の理解を得ながら、少しずつ良いものに創り上げてゆきたいと思っております。

20名程のメンバーで月に4日(第2・第4の金・土)を決め、岡町の



シヨッピンセンター2階奥を借り受けて出店いたしております。その他お祭り等に出品販売していただきます。各家庭の不用品で捨てるには勿体ない、その様な品を引き取り、必要な人に安値で売り両者

に喜ばれる。そして地球環境にもよるしい様です。この現況では進歩がないと解ってはいるのですが、シルバーの会員が頑張るのはこれが精一杯。とにかく和気あいあい、無理しない様楽しく続けたいのです。

それから私「ふれあい」の言葉、最近しみじみ好きになりました。この活動の中で感じるのですが、お客と不馴れな店員のやりとりが可笑しく思わず大笑い。そんな様子をみてもらい、そして新しい「ふれあい」を求めたいのです。

事務局と役員の方々、いつも御協力して下さり感謝しております。提供者からの電話を受けた時から始まり、色々都合をつけて物が店に並ぶ迄は目に見えない苦労はありますが、シルバーの会員の皆さん、私達の事をもっと理解してもらい、仲間になって活動してみませんか?元気で明るい方、大歓迎です。そしてリーダーを盛り上げ楽しく充実したグループにしたいと思っております。

「これあげるへあらく、ほしかったのありがとう こんなやりとりうれしく思う。」

●追悼 「リ・ソース」の名付け親であり、私共のリーダーとしてお世話になった相談役の岡本理事が去る10月18日、原田神社でお祭り、出店、販売日に急死され、突然の訃報に一言言葉もなく、天国でやすらかに眠って下さいと祈る事しか出来ません。「ありがとうございました。」△手掌



# ◆ 東光院 萩の寺 ◆

● **由来** 当院は新西国三十三ヶ所第十二番の霊場にして、天平年間（735年）行基菩薩の草創にかかり本尊は同菩薩自作の薬師如来と十一面観世音ならびに重文（旧国宝）降魔座釈尊を安置す。

孝徳天皇の御宇、豊崎村下二番（現大阪市北区中津）にて行基菩薩火葬の方法を伝授したるをその初めとす。その際、死者の霊を慰めるため、当時淀川水系に群生する萩を供花として霊前に捧ぐ。当院の萩植栽の起線なり。

延宝9年、相州功雲寺、霊全和尚来住し、初めて曹洞宗籍に入り、仏日山吉祥林東光院と称す。別格地寺院なり。

文化年間、弥天一州禅師、当時大坂十人両替の殿村平右衛門（米平）中原庄兵衛（鴻庄）両開基と協力、伽藍を再興して今日に至る。境内には、相州小田原道了大権現を勧請し、また隠岐国あごなし地蔵尊を連座し、阪急沿線西国七福神毘沙門天王を安置す。前庭後園萩多きを以つて通称萩の寺と呼び花時雅客の杖を曳くもの多し。

尚昭和50年には淀君ゆかりの「萩の筆」を復興し、また昭和63年当山授戒会を記念してスリランカ国より「アヌラーダプラ仏舍利」が贈られ、600年ぶりに「こより観音写経大衣」を新調、



さらに平成10年本格的な大阪初の虚子句碑が開披されるなど話題多し。また境内には子規・虚子・木国・宋斤などの俳人の句碑があります。

● **秋まつりの行事**：毎年9月中旬頃には秋まつりの期間中次の行事が開催されます。

\* ホワイトブツダ永代供養受付。  
\* 豊川稻荷ダキニ真天出開帳。

24日……あごなし地蔵尊、「縁日」（歯痛、口中の病平癒、水子供養、子授、子安）

● **年中行事**

元旦〜15日……毘沙門天初詣  
2月3日……節分星まつり  
3月最終日曜日……春彼岸大せがき法要  
4月29日〜5月5日……三十三観音まつり  
お砂踏み巡拝

8月23・24日……あごなし地藏延命祭  
9月15日〜25日……秋まつり  
道了祭  
9月23日……道了大権現探灯大護魔供養  
9月24日……秋彼岸大せがき法要  
12月第2土曜日……大般若会

● **道了大権現とこより十一面観世音菩薩**

道了大権現は秋まつりの祭神で、天正十八年豊太閤、小田原の陣巾にて両翼脱落の奇瑞を示した霊像を当山に勧請。その五大誓願の霊験著しく「心願成就の道了さん」として有名である。

こより十一面観世音菩薩は道了大権現の御本地仏で、新西国第十一番札所の御本尊。聖徳太子の御作と伝えられる。後世南朝の女官達が、後醍醐帝の菩提を弔うため、法華経八卷

を写経し、それを「こより」によじつて大衣を縫製、全身にお着せしたのでこの名がある。女人守護の霊験あらたかな十一面の観音さまです。

● **その他の催物として**

座禅会（毎月第2・第4日曜日）、  
写経・法話（毎月1日）、御詠歌（毎月第2・第4火曜日）、若萩（5月・6月）、宮城野萩（9月・10月）、枯萩（11月以降4月まで）などがあります。

● **所在地** 豊中市南桜塚1〜12〜7  
（阪急宝塚線曾根駅下車北へ300m）  
電話・06 1685213002  
（左は萩の花と本堂）レポート 北住治



\* 国際救援ハンディ・クラフト・エイド開催。

\* 道了大権現五大誓願・こより写経・お砂ふみ・座禅石祈願を奉行す。

● **毎月のご縁日**

1日……道了大権現お一日参り  
（商売繁盛、諸難諸災除け、心願成就）





### 「80歳で20本、歯を残しましょう！」

歯科医師 吉田 信介

■年を取ったら歯は悪くなつて当たり前？

まず、今の日本の現状をお話させていただきます。「年を取ったら歯は悪くなつて当たり前だ」と思つてらっしゃる方がたくさん、いらっしゃいます。悲しいですが、今の日本の現状ではその通りです。

現在、80歳の方の平均残存歯数はたったの6・8本(厚生省調べ)しかありません。

通常、人間のお口の中には28本の歯がありますから、約4分の1しか残っていないのです。

アメリカであれば85歳のときに平均15・8本、スウェーデンであれば75歳で平均19・5本の平均残存歯数となっています(サンスター調べ)。



なぜ、こんなに大きな差がついてしまったのでしょうか？

それは、日本の保険制度に問題があります。日本の保険制度では「悪いところを削つてつめる」ことしか保険として認められていなかったからです。

ですから、日本人の頭の中に「歯医者は歯が痛くなつたら行くところだ」という意識がついてしまったのです。

そのために、歯医者自体も削つてつめる治療ばかりを行い、「どうしたら悪くならないように予防できるか」ということを出来なかつたし、患者様に伝えることも出来なかつたのです。

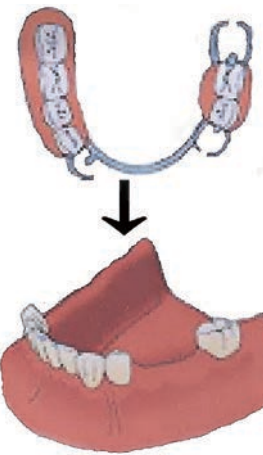
これが欧米諸国との間に大きな差がついてしまった最大の原因です。

これにより、虫歯になる人も、歯周病になる人も減少することなく来てしまったのです。

スウェーデンでは75歳の平均で約20本も歯が残っているのです。

歯は残せないのではなく、単に歯を残していかないだけなのです。

我々も、きちんとしたことを行えば、十分、歯を残せるのです。

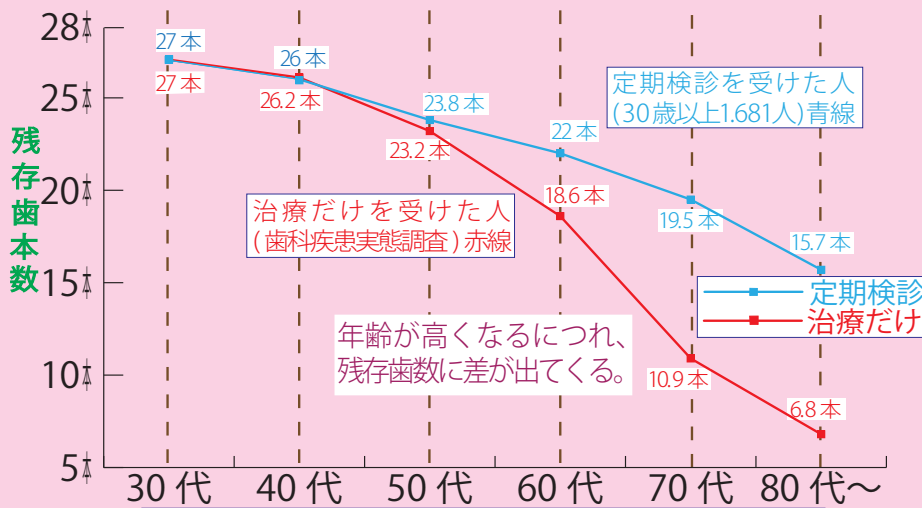


### ■どうしたら歯を残せるの？

では、どうしたら歯を残せるのでしょうか？米諸国はどのようにして歯を残しているのでしょうか？その答えが1〜3ヶ月に1回、定期的な歯科医院でメンテナンスを受けることなのです。

欧米では、治療ではなく、このメンテナンスに力を入れたことによって、国民の平均残存歯数が飛躍的に向上したのです。

### 一人平均残存歯数の比較



資料提供：熊谷 崇先生 (山形県酒田市 日吉歯科診療所調べ)

日本でも、熊谷崇先生の調査によると、グラフのようにメンテナンスをしっかり受けた方と受けなかった方とでは80歳になったときに約9本の差がついているのです。

吉田 歯科

所在地 560-0022 豊中市北

桜塚3丁目1-50

☎ 4865-6677

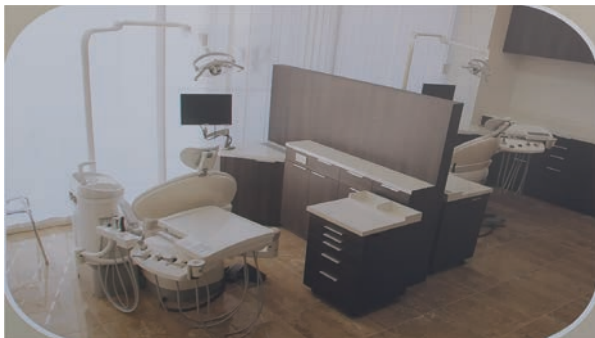
先生のプロフィール

6月4日生まれ

ふたご座

趣味 お酒とスポーツ観戦

休日 子供と遊ぶ



吉田歯科・診療室

(取材者) 井上俊雄





第15班 大橋 真紀子

「シルバー人材センターフェスティバル2009」(大シ協北部ブロック)が、10月18日(日)吹田市江坂公園で開催されました。

豊中SCでは、女性部会の布小物作品とリサイクルの作品販売、似顔絵コーナーがあり、私は女性部会の一員として、販売のお手伝いをするため、朝9時に集合!!、すでに張られたテントの中で、布小物作品をお客様に見易いように、そして数多く買っていたけるようにあれこれ工夫しながら、紐に吊るしたり、机に並べたり、セノス抜群の村井主任のアドバイスを受けながら、若い職員の方達も手伝って下さり、時間前に見事なお店さんが完成。殊に森田講師の大作のベットスレッドは人の目をひき、テント内を一層華やかに引き立てました。それにしても、出品された会員の作品もなかなか素敵なものばかりで本当に驚かされました。

毎月2回森田講師指導の講習会、和気あいあいとした楽しい作品作りの成



商品価値が認められた証ですから。ここまで読まれた方は、何だ手前味噌じゃないかと思われるかも知れませぬ。そこで、販売の方も一段落したところで、他のブースを見学に戻りました。各シルバーでも、夫々特色のある製品が並んでいました。

茨木SCの手作り味噌は毎年好評で、売り切れていました。その他、野菜・米・粟などの販売があり、これは地域性のもので、豊中は今のところ無理

果が見事に花開いた感じで、技能の上達ぶりがかげえました。色づかい、組み合わせ、形の色々、個性豊かな作品は一針一針作る人の心がこもっていて、胸を打ちます。どの作品もこの世で唯一つ同じ物がないという



のが、一番の魅力ではないでしょうか。作品を買いに来られる方の多くは、製作の大変さを知っているの、少々高価でも袋の裏側や、目につきに「ご覧になって、気に入った物を購入されています。リピーターが増えているのも嬉しいことでした。

かなあ? さて、私のお目当ては、手作り作品のブースなど五力所あり、参考になることは少しはありましたが、品数といい、種類の多さ作品の腕前など全ての点で、女性部会の方が勝っていました。嬉しくなりました。(私は何も作っていないのに) 浮かれてばかりいましたが、男性の方がこ

すね」と。折角買いに来て下さったのに残念でした。できたら今後、男性用も作っていたらと思いましたが、また他市のシルバーの会員さんから、豊中市の講習を受講したいとの要望もあり、他の地域との交流やネットワークづくりなど、近い将来の課題として考えさせられました。

ともあれ、快晴の一日来客数も多く、売り上げも上々で、私の心も晴々。森田講師や会員の皆さんや事務局の方々に感謝して帰路に着きました。

こうしたイベントを通して、豊中SCの活動が多くの方にPRでき、会員増加の一助になることを願ってやみません。

**編集のしおり**

新年明けましておめでとございませぬ。会員の皆様にはお元気で新年を迎えられたことと思います。

世の中は「民主蟬ミンミン」とおらがはる(北住副編集長の川柳)や「自民車ジージージ」とにぎやかしています。

「ふれあい」も会員皆さんのへいきいきシルバーライフをモットーに就業現場の紹介等明るく楽しい「ふれあい」にするよう努力しております。

●「仕事紹介」のコーナーでは3名の会員さんが投稿され、充実したコーナーになりました。

●市民会館で開催されました「豊中市美術展」には、多数会員の出品

**編集委員**

- 編集長 武井 利雄
- 副編集長 北住 治
- 委員 粟津 敏子、井上 俊雄
- 奥野 政司、笠原 輝幸



書道同好会を訪ねて

第13班 井上 俊雄



頌春、瑞慶、寿雲、迎春、  
鳳祥、春花、賀春、福壽、  
鶴雲、春慶、一陽来福、

これらの文字は、本誌「ふれあい」正月号の表紙を飾った力作、つまり書道同好会の会員の揮毫であります。

平成7年11月発会されて、堤会長をはじめ40名になんととする会員の皆さんが、月2回月曜日の朝10時から集會室に集まり、和氣あいあいでも真剣に半紙に向かっている姿を拝見して感動いたしました。

堤喜久男会長、鷺崎俊一郎副会長、平田彰、日高技の4人の講師、



即ち検定試験に合格された方は先生から合格証明を頂き事務局から筆耕の仕事の依頼が来



前田末弘、谷口豊次朗、杉村和美3人の準講師に教えられ日々上達しておられます。

毎回「ふれあい」には沢山の作品をのせていただき有り難うございます。その脇にはいつも入会案内のコメントをユニークな文章でリレー式で書かれています。

月初めの月曜日の午前中は趣味の集まりですが、午後は一変して研修会、講習会として仕事にもつながる大事な時間となります。

るといふ次第です。ある会員の方は「筆耕の仕事は家でできるので大変助かっています」と喜んでおられました。

「旧友から今更書道をと一笑されたが、見解の相違やと反



論。今の世代は80からの手習いといつても過言ではない。』最後に面白い話をひとつ、カラオケ同好会がこの書道同好会の8名の方々で作られたのをご存じでしょうか。平成19年2月1日堤、山浦、島田、吉田、平井、杉村、北住、島崎の皆さんです。また不思議なことに、ボウリング同好会も実はハイキング同好会の人達ので生まれたのです。二度あることは三度次は？