

和泉市老人クラブ連合会 広報紙

すこやか和泉

<https://www.sc-izumi.com/>

発行…和泉市老人クラブ連合会

〒594-0071 和泉市府中町四丁目20番4号

(和泉市立総合福祉会館内)

TEL.0725-43-7513

FAX.0725-41-3154



第45号

編集協力…(株)博報社 大阪市平野区喜連西4-6-69 TEL.06-6797-0212

令和3年(2021年)



1日も早いコロナの終息を！ 笑顔あふれるステキな時間を！



私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

杉本会計事務所

相続・税金はお気軽にご相談ください
公認会計士・税理士 杉本光伸
税理士・行政書士 杉本太平
税理士 杉本あすか
☎(0725)45-2288

日本眼科学会認定 眼科専門医 井手眼科

眼科一般・白内障・緑内障検診・小児眼科・レーザー治療など
土曜・日曜も診察しております
受付時間 月火水木金土日祝
9:40~13:00 ○○/○/○/○/○/△/△
14:00~19:00 ○○/○/○/○/○/△/△
△第一・三日曜・休診
和泉市府中町2-1-3
南海和泉府中ビル2階
初診・急患随時受付
駐車場完備
☎(0725)40-5015 [井手眼科] 検査

介護のことならお任せ下さい (有)和泉ファミリーケア

介護保険 居宅介護支援事業所
訪問介護事業所
支援費 障害訪問介護ステーション
和泉市ホームヘルプ委託サービス
看護婦家政婦紹介所(厚生労働大臣許可)
和泉市伯太町2-31-12
☎(0725)41-2904

医療法人 和泉会
住宅型有料老人ホーム
メゾンドサンテ
和泉市内田町3丁目9-39
☎(0725)51-1138

令和2年・春 リニューアルOPEN
「愛と誠実」をここに
私たちが全力でサポートします!
特別養護老人ホーム ショートステイ
デイサービスセンター ヘルパーステーション
居宅介護支援事業所 障がい相談支援センター
いきいきネット相談支援センター
地域包括支援センター 地域密着型介護老人福祉施設
社会福祉法人 芳春会
ビオラ和泉
和泉市和気町3-5-19 TEL(0725)46-0460

痛みの少ない胃カメラ・大腸カメラ
胃がん内視鏡検診承ります
いのうえクリニック
診療時間 月火水木金土日祝
9:00~12:00 ●●●●●●/●
16:30~19:30 ●●●●●●/●
和泉市尾井町2-8-6
TEL(0725)40-0770

かんの歯科クリニック

診療時間 月火水木金土日
9:00~13:00 ●●●●●●-
15:00~20:00 ●●●●●●-
休診日 日曜・祝日(但し、祝日のある週は木曜の午後も診療)
〒594-1101 和泉市室堂町608-40
☎(0725)57-6480
FAX(0725)57-6481
www.kanno-shika.com
ホームページからも診療ご予約いただけます

介護・リハビリのことなら

社会福祉法人 悠人会
介護老人保健施設
サンガーデン府中
通所リハビリテーション ショートステイ
訪問リハビリ ヘルパーステーション
いきいきネット相談支援センター
和泉市山荘町1368-1
TEL(0725)46-2001

総合建設業

植林建設株式会社
地域の皆様に支えられ歩んでこられた事に
感謝申し上げます。
和泉市父鬼町182
☎(0725)99-0826

社会福祉法人 和泉福祉会
ファミリーユ
介護老人福祉施設(29床)
ショートステイ(29床)
ケアマネジャー担当(70件)
和泉市いぶき野5-5-1
☎(0725)56-2222

大阪府老人クラブ連合会会長表彰
総合福祉会館で伝達式を行いました

昨年9月18日(金)に開催予定だった第62回大阪府老人クラブ大会が、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となったことを受け、和泉市老連では9月30日(木)、総合福祉会館において表彰者への伝達式を行い、門林会長から受賞された皆さんに感謝状・表彰状が手渡されました。おめでとうございます。なお、受賞一覧は次のとおりです。(総務部)



- ◆本市老連受賞者(敬称略)
【大阪府老人クラブ連合会会長表彰】
◎感謝状(市町村老連関係者)
脇田 健一(信太校区)
大塚 繁子(南松尾はつが野校区)
大馬居 昭(国府校区)
浅井 幹之(黒鳥校区)
◎表彰状(新規設立クラブ)
グランコート光明池シニアクラブ(光明台北校区)

新年あけましておめでとうございます。和泉市老人クラブ連合会会員の皆様におかれましては、すこやかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。また、平素は本協議会の福祉活動に深いご理解・ご支援を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、昨年は新型コロナウイルスの影響で、楽しみにしておりました東京オリ...

今年は何としても私たちがコロナ災害を克服し、楽しい一年を過ごせよう、頑張りたいと思います。そのためにも日頃より皆様に申し上げておりますように、豚肉の赤身、鳥のムネ...

肉、豆腐やタマゴなどのたんぱく質を積極的に摂取し、男性は「社会的つながり」で「口」を動かし、女性は「貯筋(お金でなく筋肉)」のため積極的に体を動かす習慣をつけてください。そして和泉市の健康寿命の延伸に協力しましょう。結びになりますが、和泉市老人クラブ連合会の発展と会員皆様の今後のご健康とご活躍を祈念いたしまして、新年のごあいさつとさせていただきます。

和泉市老人クラブ連合会犬会
コロナ禍で開催中止となりました
昨年9月4日(金)に開催予定だった第58回和泉市老人クラブ連合会大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から中止となりました。本市老連の大イベントだけに、残念でなりません。ただし、ダイヤモンド婚ならびに金婚を記念しての写真撮影は例年と異なり行われ、57組のご夫妻が和泉市シティプラザ多目的室に足を運び、金屏風をバックに晴れの日の撮影に臨みました。なお、今年度の贈呈(組)は次のとおりです。(総務部)

- 【顕彰状贈呈】
白寿 30名
米寿 332名
ダイヤモンド婚 66組
金婚 154組
【退任者への感謝状贈呈】
校区老人クラブ会長 3名
単位老人クラブ会長 32名

第21回「笑いと健康」講演会 開催のお知らせ ~研修部~
『音楽と笑顔に勝るクスリなし』
「ピアノ&お笑いトーク癒しのソムリエ」
アマデウス大西さんによる
お笑いトークとピアノ演奏!
1月26日(火) 開場:正午/開演:午後1時
和泉市シティプラザ 弥生の風ホール
問合先...和泉市老人クラブ連合会事務局(電話 43-7513)
皆さま、一緒に楽しい時間を過ごしませんか?
※事前のお申し込みは不要です。ご自由にご参加ください。
開催当日は、新型コロナウイルス感染症の拡大状況を考慮し、入場を300名に限定させていただきます。何とぞご了承いただけますようお願い致します。

第12回シニア社交ダンスパーティー
開催中止のお知らせ ~文化部~
2月に人権文化センターで開催を予定しておりました第12回シニア社交ダンスパーティーは、コロナ禍での開催が難しいため中止とさせていただきます。ご理解いただけますようお願い致します。

和泉府中メモリアルホール
和泉市府中町7丁目2番18号
TEL(0725)43-1231
FAX(0725)43-1355
https://memorialhall.jp/hall/network/mh-zum-fuchu
御協賛
株式会社エバーズ EVERS CORPORATION
和泉市王子町3-18-17
TEL(0725)41-1655
FAX(0725)41-1658
E-mail: evers.corp@nifty.com
http://evers.c.ooco.jp/

株式会社大和螺子製作所
ISO 14001 認証取得
ISO 9001 認証取得
和泉市浦田町482番地
TEL(0725)56-1199
FAX(0725)56-0401
泉海商運株式会社
一般貨物 自動車運送事業
貨物軽自動車運送事業
和泉市平井町307-1
TEL(0725)57-2630(代)
TEL(0725)58-6650
(大阪営業所)

新年あけましておめでとうございます。皆様方には、輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。平素より、門林会長をはじめ、和泉市老人クラブ連合会役員並びに会員の皆様方には、和泉市の発展のため、保健福祉の向上はもとより市行政の各般にわた...

り、多大なるご支援、ご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。さて、旧年中におきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、多くのイベントが中止となりました。和泉市老人クラブ連合会の皆様におかれましても、3密の回避、マスクの着用をはじめとした新...

な生活様式の中での活動にご尽力いただいております。ここに、お礼と感謝を申し上げます。新型コロナウイルス感染症終息の見通しが立たない状況が続く中でも、本市としましては、日頃から未曾有の事態に対処できる体制の確保に取り組んでまいります。和泉市老人クラブ連合会の今後ますますのご発展と、会員皆様方の健康と一層のご活躍を祈念申し上げます。年の挨拶とい...

く、会員一人ひとりが声をかける、または戸別訪問で知り合いの高齢者をクラブに誘い込む等の取り組みを行い、成功を期したいと思います。成功するかどうかは、会員皆様の意識とご協力が大切であると考えているところでございます。また、本市老連では、会員皆様の健康長寿を願って「教養(今日用)と教育(今日行く)」で健康寿命を延ばすことと合言葉を掲げておりますが、コロナ後の新しい生活様式と2025年問題意識しつづ、入りたくなるような魅力あるクラブづくりを目指して、会員皆様の御意見、アンケートを参考にしながら、大きく大胆に令和の時代にふさわしい老人クラブづくりに努力してまいります。最後になりましたが、今後とも本市老連の各種事業にご協力いただきますとともに、会員皆様のご健康とますますのご活躍を祈念いたしまして、新年のご挨拶といたします。

本年もよろしく願い申しあげます。
和泉市老人クラブ連合会 本部役員一同
私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

安全・安心の送迎 24時間営業
お近くでもお気軽にどうぞ
心のこもったサービス心がけております
タクシーの御用命は
和泉タクシー(株)
0120-138-123
TEL(0725)41-1600
和泉市和氣町3-344-1

飯坂製粉株式会社
本社製粉 和泉市寺田町1-1-10
TEL(0725)41-2055(代)
FAX(0725)45-0062
埠頭サイロ 高石市高砂2-3-9
TEL(072)268-1051(代)
FAX(072)268-1887

延時 隆
税理士事務所
和泉市観音寺町850番地の5
TEL(0725)46-0680
FAX(0725)46-0681

ECOLL
エコール・いずみ
イズミヤ+ニトリ+専門店
和泉市いぶき野5丁目1-11
TEL(0725)55-1008

ねこ 猫
(動物のことわざ)
●猫に腰節 ●猫をかぶる
●猫の手も借りたい ●猫も杓子も
●猫を追うより血を引け ●猫の額
●猫の首に鈴を付ける ●猫に小判
犬と同じく古来から人間と共に生きてきた動物で従順な犬に比べ、気分屋で自由といったイメージです。その「当てにならなせ」も猫の魅力なのかもしれません。

nmc ナカオは受注から納品までをひとつの製品と考えます
(製缶、鋳金、溶接、金属表面処理、粉体塗装)
ナカオ金属工業 謹啓
和泉市鍛冶屋町5番地
電話 0725(55局)0541番(代表)

御賛助
真心を和菓子で結ぶ夢の味
創業大正拾年 御菓子司
和泉市小田町3-2-13
TEL(0725)41-0271
和泉市府中町3-12-30
TEL(0725)41-3036

令和2年11月5日(火) 人権文化センター・大会議室

第4回 和泉市老連健康ウォークラリー



絶好のウォーキング日和のもとで行われた大会、各校区から18チーム72名が参加しました。交差点や信号、踏切など簡単なヒントだけが記載されたコマの指示に従って進み、チェックポイント3カ所と観察ポイント2カ所を回りました。チェックポイントは、「伯太6号公園」「泉井上神社」「和泉府中駅前」で、グラウンド・ゴルフ、じゃんけん、カードめぐりの課題に挑戦。一方、観察ポイントの「井ノ口王子」



「和泉府中駅」では、ゴール後に出題される問題に備え、くまなく観察しました。途中、横尾川で昼食休憩を皆さんでさらに歩くと、昔から知っている地域でも新たな発見があるもので、新しい建物が増えて分かんない筋を入ればあの道に出るんか」などと、時代の流れを感じながら和気あいあいと進み、全チーム無事にゴールの人権文化センター大会議室に戻りました。

「和泉府中駅」では、ゴール後に出題される問題に備え、くまなく観察しました。途中、横尾川で昼食休憩を皆さんでさらに歩くと、昔から知っている地域でも新たな発見があるもので、新しい建物が増えて分かんない筋を入ればあの道に出るんか」などと、時代の流れを感じながら和気あいあいと進み、全チーム無事にゴールの人権文化センター大会議室に戻りました。



ゴール後は観察ポイントについての問題を解き、結果発表まで少しの休憩。道順やチェックポイント、観察ポイント



上位入賞の皆さん、おめでとうございます

◆大会結果
優勝 芦部校区
準優勝 黒鳥校区
第3位 和気校区

新型コロナウイルス感染症の再拡大に伴い、令和2年12月3日から15日まで大阪府の自粛要請の判断基準である大阪モデルにおいて、「赤信号」が点灯されました。それに伴い、これまで以上に外出自粛が求められたことから、12月9日(水)・11日(金)に開催予定だった「第17回すこやか文化祭」は、17回すこやか文化祭は、残念ながら延期せざるを得なくなりました。

第17回すこやか文化祭は2月17日(日)に開催延期します

その後、12月14日(月)の校区会長会議におきまして、代替日程が今年2月17日(日)に決定いたしましたので、お知らせいたします。ただし、今後のコロナ感染状況を注視しながら、引き続き慎重に判断してまいります。会員の皆さまのご理解・ご協力と、一日も早い新型コロナウイルス感染症の終息を願っています。(文化部)

市老連新旧役員・校区会長親睦グラウンド・ゴルフ大会



令和2年11月17日(火)、南松尾はつが野老人集会所グラウンドにおいて、地元老人クラブの協力のもと標題の大会が開催され、汗ばむほどの秋晴れのもと総勢34名が参加、親睦を深めながらプレーを楽しみました。

新旧の役員ならびに校区会長が顔をそろえたあつて、プレー中は近況報告や情報交換を合ったりと終始なごやカムード。しかしプレーになると真剣勝負で、1打ごとに悲喜こもごもの表情が見られ、ホールインワンが出ると「おめでとう」というかけ声がこちらこちらから聞こえてきました。

◆大会結果(敬称略) スコア
優勝 信野喜久雄(鶴山台南校区会長) 55
準優勝 三井 邦子(南松尾はつがの校区) 58
第3位 門林 重嗣(南池田校区前会長) 62

表彰式では、成績が発表されるたびに大きな歓声があがり、門林会長からの心のこもった賞品が授与されました。また、地元南松尾はつが野校区老人クラブからのご厚志が全員に配られ、親睦大会は無事に終了しました。(広報部)

私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

社会医療法人 啓仁会 咲花病院
〒594-1105 和泉市のぞみ野1-3-30
TEL 0725-55-1919 FAX 0725-55-1688
社会医療法人 啓仁会 堺咲花病院
〒590-0132 堺市南区原山台2-7-1
TEL 072-295-8833 FAX 072-294-7700
医療介護複合施設 コムフォンテ咲花
〒594-1105 和泉市のぞみ野3-3-17
TEL 0725-55-5551 FAX 0725-55-5554
有料老人ホームカーサ咲花のぞみ野館
〒594-1105 和泉市のぞみ野2-1-11
TEL 0725-55-3577 FAX 0725-55-3635
老人ホームウェルカーサのぞみ野
〒594-1105 和泉市のぞみ野3-2-23
TEL 0725-55-9277 FAX 0725-55-9278

整形外科・リハビリテーション科 医療法人 西本会
西本整形外科
診療時間 月火水木金土日祝
午前9:00~12:30
午後5:00~8:00
休診 土曜午後・木曜・日曜・祝日
和泉市府中町1丁目8番3号(和泉ショッピングセンター2階)
TEL(0725)45-3119
整形外科・リハビリテーション科 医療法人 西本会
西本整形外科
診療時間 月火水木金土日祝
A.M.8:45~12:00
P.M.5:00~7:00
休診 土曜午後・日曜・祝日
和泉市府中町3-15-3
TEL(0725)41-5800

令和2年9月29日(火) 光明池緑地運動場

第19回 和泉市シニアグラウンド・ゴルフ大会



新型コロナウイルス感染症の影響により、参加人数は310名と例年をやや下りましたが、会場には朝早くから多くの会員が集うなど、プレーを待ち焦がれた皆さんの熱気にあふれていました。大会前日には悪天候もありましたが、この日は



残暑を思い出すようなまぶしい日差しの中、密と熱中症を避けるため、参加者は木陰で日差しを避けながらの開会式となりました。佐藤市協会の長井会長が、優勝カップ返還、西嶋康夫さん(光明台南校区)による力強い選手宣誓が行われ、いよいよゲームスタート。参加者は赤・青・黄・緑の4コースに分かれ、8ホールを2ラウンドプレーしました。運動場全体を使ったコースは、ホールによって土質の違いや草の生えた地面が広がるなどさまざまな個性を見せ、参加者は打球の転



新型コロナウイルス感染症の影響により、参加人数は310名と例年をやや下りましたが、会場には朝早くから多くの会員が集うなど、プレーを待ち焦がれた皆さんの熱気にあふれていました。大会前日には悪天候もありましたが、この日は



新型コロナウイルス感染症の影響により、参加人数は310名と例年をやや下りましたが、会場には朝早くから多くの会員が集うなど、プレーを待ち焦がれた皆さんの熱気にあふれていました。大会前日には悪天候もありましたが、この日は



新型コロナウイルス感染症の影響により、参加人数は310名と例年をやや下りましたが、会場には朝早くから多くの会員が集うなど、プレーを待ち焦がれた皆さんの熱気にあふれていました。大会前日には悪天候もありましたが、この日は

◆大会結果(敬称略) スコア
優勝 本山千鶴子(和気) 30
準優勝 西川 賢二(伯太) 30
第3位 岡 敏彦(北池田) 30
第4位 土田 元司(光明台南) 31
第5位 筒井 章(和泉) 32

令和2年10月21日(火) 光明池緑地運動場

第21回 和泉市シニアペタンク大会



新型コロナウイルス感染症の影響で、一時は開催が危ぶまれましたが、運営スタッフの尽力により48チーム・144名参加のもと行われた本大会。開会式では、辻市長ならびに佐藤市協会の激励の言葉をいただいた後、前年度の上位入賞チームからカップの返還ならびにレプリカの授与が行われました。そして、



◆大会結果
優勝 コスモス(光明台北)
準優勝 トウヤン(光明台南)
第3位 ふれあい会(光明台南)
第4位 ビカチュー(光明台北)



新型コロナウイルス感染症の影響で、一時は開催が危ぶまれましたが、運営スタッフの尽力により48チーム・144名参加のもと行われた本大会。開会式では、辻市長ならびに佐藤市協会の激励の言葉をいただいた後、前年度の上位入賞チームからカップの返還ならびにレプリカの授与が行われました。そして、



新型コロナウイルス感染症の影響で、一時は開催が危ぶまれましたが、運営スタッフの尽力により48チーム・144名参加のもと行われた本大会。開会式では、辻市長ならびに佐藤市協会の激励の言葉をいただいた後、前年度の上位入賞チームからカップの返還ならびにレプリカの授与が行われました。そして、



上位入賞の皆さん、おめでとうございます

私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・消化器内科・循環器科 整形外科・リハビリテーション科 外科・皮膚科・泌尿器科・肛門科 医療法人 奥村病院
TEL(0725)41-2378~9
だんらんの家 光明台
TEL.0725-51-7396
泉州老人ホーム・介護施設紹介センター
TEL 0725-55-5505
のびのび自然 360°
あしゅつ幼稚園
新光明池幼稚園
学校法人 共立学園
認定こども園新光明池幼稚園
和泉市伏屋町3-5-22
TEL(0725)55-2199 FAX(0725)57-2025
学校法人 スピノラ学園
双百合幼稚園
[モットー]
☆愛する心 ☆祈る心
☆感謝する心☆がんばる心
和泉市唐国町4丁目4番11号
TEL(0725)54-1770

女性部活動だより

認知症予防を学び地域で支えようという内容の勉強会でした。私の周りにも認知症の人がいて、将来的に自分もかかるのかなと思ったりしながら、病気については何となく分かっているつもりでした。でも、学がこ



での接し方、自分がその立場になったらどうしてほしいか、など考えさせられました。驚かせない、急がせない、自尊心を傷つけない、温かく見守り、適切な支援をすることが大切です。

令和2年は新型コロナウイルス感染症という、高齢者にとってリスクのある状況が続いており、私たちが女性リーダーは活動の場がなく、今年度初めて8月4日に、3密などの対策を取りながら国府校区の三家さんにご指導いただき、きれいな花柄の「豊縁」でカード入れを作りました。



Let's 脳トレ! クロスワードパズル. 1 毎年一番初めに降る雪 2 唐辛子の品種、___の瓜 3 大正___、___チック 4 お正月といえば、しめ縄と、門___ 5 当番の逆。休みの状態などを指します 8 床下に温水や温風を送って、足元から暖める設備 9 ことわざ「他人の不幸は___の味」 11 先を見通す力があること。___の明 13 被告人は___を主張している 15 蚕の繭から作られる天然繊維。肌触りの良い布 16 家屋などにある屋根から地面に雨水などを流す設備 17 ___端会議

「認知症予防を学び地域で支えよう」という内容の勉強会でした。私の周りにも認知症の人がいて、将来的に自分もかかるのかなと思ったりしながら、病気については何となく分かっているつもりでした。でも、学がこ

私の場合、近所との交わりが少ないので、普段から近所同士のあいさつ・声かけなどをして地域のつながりを築いていくことも必要と実感しました。認知症の人やそのご家族の見守りなど、自分が少しでもやっていたらなと思います。

令和2年は新型コロナウイルス感染症という、高齢者にとってリスクのある状況が続いており、私たちが女性リーダーは活動の場がなく、今年度初めて8月4日に、3密などの対策を取りながら国府校区の三家さんにご指導いただき、きれいな花柄の「豊縁」でカード入れを作りました。

最近は何かとカードの使用が多く、一目で分かるこのカード入れは大変便利だと思えます。指先を使うことは、今年度のテーマである認知症の予防にもなるかと思えます。



タテのカギ, ヨコのカギ. 1 情勢が不利なこと。___が悪い 4 「慣れ過ぎて感覚が___してきた」 6 刀の一部分。切っ先の反対側 7 なかなか信じられない話 9 一般庶民が暮らす住まいのこと 10 ___の変わり目は体調に気をつけて 12 生活用水のため、川などの水をせきとめる大規模な堤防 14 和服を着る女性が髪に挿すもの 16 時刻を知る機械。今ではデジタルも増えました 18 日本語でゆでること。英語で___ 19 アフリカ大陸とオーストラリア大陸の間に広がる海。三大洋のひとつ

すこやかギャラリー



写真「夕景(光明池より)」 光明台北校区 竹澤 泰三



折り紙 光明台北校区 小谷 澄子



写真「ツバメのヒナ」 青葉はつが野校区 中田 治久



写真「黒鳥山公園の水鳥」 北池田校区 門林 清成



写真「こんちは」 青葉はつが野校区 小川 好子

若手部活動だより

今回の講座は、大阪広域水道企業団の庭窪浄水場で、川の水を綺麗にして飲み水にする工程の見学を行いました。



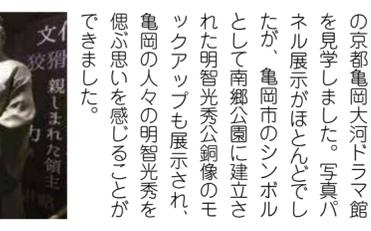
11月20日(金) 令和2年度・若手部出前講座が行われ、20名が参加しました。



浄水場では、淀川から取水した川の水を沈殿池で粗いゴミや砂を沈め、その後、濾過機をはじめ



コロナ禍での出前講座で、3密を避け、バスも定員の半分以下の乗車とするなど制限のある催しでしたが、飲み水への理解も深まり、一定の成果は得られたのではないかと思います。



食事は渡月橋パルクの山々が紅葉した嵐山を考慮した座りやすい静かな食事でした。

社会福祉法人 遺徳会, 歯科でらちどクリニック, 桃山学院大学, 内循環器内科, 森本組興業株式会社

自分の住む町周辺では、身
この間に気付いたのは、
ほど振り回しています。
8000歩くらいの散歩を
しながら季節の花を8カ月
影しています。ほぼ毎日、
が、野草(雑草)を中心に撮
が、野草(雑草)を中心に撮

暇にまかせて

青葉はつが野校区 中田 治久

動が始まっ
て以来、ど
こにも出か
けられず、
何か新しい
ことをと思
い、散歩し
ながら花の
写真を撮る
ことにしま
した。園芸
種や樹の花
も撮ります
も撮ります

の回りの草のほとんどが外
来種であり、周辺の古い町
では在来種と外来種が混じ
っていること、人家の少な
いところでは外来種は少な
いといったことでした。花
の名前を調べることが楽し
みのひとつですが、なか
か難しいものです。そんな
中で印象に残った草(花)を
紹介したいと思います。

1つ目は「ヘクソカズラ
(屁糞草)」というかわいそ
うな名がついた草です。こ
の草は、万葉集に
「ソノカズラ(屎
糞)」として出て
おり、古くから異
臭のある植物とし
て知られていたよ
うです。ただ、触



2つ目は秋の草で「マルバ
ルコウ」です。この草は南
米原産の雑草ですが、オレ
ンシ色の美しい花
を咲かせます。園
芸種の「ルコウ
ウ」に似ていて同
じ仲間、葉が丸
いことから付けら
れた名前です。

このネーミングは何の仲
間か、どんな植物かイメ
ジしやすい利点はあります
が、「ヘクソカズラ」や「マ
マコソリヌグイ」のよう
な面白く感じられませ
ぬ非合理的ですが、昔の名前
の付け方の方が面白く感
じます(使ってはいけな
い言葉が入っていることもあ
り注意が必要です)。
草花は変化が速く、毎日
違った様子が見られるので
楽しく観察しています。

3つ目は「不動明王」
の彫刻です。これは、
光明台北校区 川合 利明
が制作したもので、自然
体で入っていました。
どんな習い事でも手とり
足とり教えてくれるわけ
で、加齢による衰えを自覚し
て日々を送っています。何
かをやらなければという
思いと合致して、カルチャ
ー教室の仏像彫刻を始めま
した。月2回で3時間で現
在5年くらいになります。
私自身はリタイアしてか
らプラモデルやDIY、ま
たカーテニングなど作るこ
とが好きだったので、自然
体で入っていました。

加齢による衰えを自覚し
て日々を送っています。何
かをやらなければという
思いと合致して、カルチャ
ー教室の仏像彫刻を始めま
した。月2回で3時間で現
在5年くらいになります。
私自身はリタイアしてか
らプラモデルやDIY、ま
たカーテニングなど作るこ
とが好きだったので、自然
体で入っていました。

最近では早く完成させよう
とあせらず、丁寧に彫る
ことを自分に言い聞かせ
ています。

仏像の知識を学ばため、
名刺を家内と2人で行楽
を兼ねてお参りするも
楽しみのひとつです。遠
く時代の飛鳥・奈良・鎌
倉時代の仏像を拝観する
機会を得ることによう
ごを感じています。各地
のお寺さんに大切に保存
され、現在に至っている
のは、仏像の崇拜が昔の
人々に深く根付いて、心の
拠り所になっていくことに
気がきます。他方、このよ



このネーミングは何の仲
間か、どんな植物かイメ
ジしやすい利点はあります
が、「ヘクソカズラ」や「マ
マコソリヌグイ」のよう
な面白く感じられませ
ぬ非合理的ですが、昔の名前
の付け方の方が面白く感
じます(使ってはいけな
い言葉が入っていることもあ
り注意が必要です)。
草花は変化が速く、毎日
違った様子が見られるので
楽しく観察しています。

いにしえから多くの人々を
弘法大師に守られ導いて
いる。胸突き八丁の矢立茶屋
からが一番しんどくなる。
大門に到達した頃は、心身
ともに疲れきっていたが、
達成感の喜びは大きかった。
高野山は少し薄暗く冷え込
んで来たが、その後加齢に
お参りして電車で九度山駅
へ。午後7時、真っ暗いな
か到着した。



私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

心療内科は 予約制
☎(0725)40-1128
植田医院
内科・外科(往診可)
診療時間 9:30~12:30, 15:30~18:30
休診 水曜午後・土曜午後・日曜・祝日
※第1・第3水曜日は休診

田中循環器内科
診療時間 月火水木金土日祝
午前 9:00~12:00
午後 4:00~6:30
和泉市府中町3-9-1
TEL(0725)41-0348

訪問 歯科 診療
濱田歯科医院
伯太町3丁目1番13号
(自衛隊正門北・伯太団地まえ)
よいはいしゃ
☎(0725)45-8548

みやび眼科クリニック
院長 木下 雅代
受付時間 月火水木金土日祝
午前 9:00~12:00
午後 4:00~6:00
和泉市いぶき野3-16-13
和泉中央駅より徒歩5分/駐車場有り
TEL(0725)57-0057

上田泌尿器科
診療時間 月火水木金土日祝
午前 9:00~12:00
午後 4:00~7:00
休診日 木曜午後・土曜午後・日曜・祝日
和泉市室堂町1723番地
(植屋ビル2F)
☎(0725)55-4041



アカペラ合唱会では、昔
懐かしい唱歌を歌ってこた
けてはなく、お茶をいたた
きながらおしゃべりにも花
を咲かせ、皆さんの交流
を楽しんでいます。
毎月第3土曜日に総合福
祉会館で活動していますが、
現在は新型コロナウイルス
の影響で活動休止中です。
今年こそは「福祉会館まつ
り」や「市老連大会」で、
皆さんとともに大合唱した
いと思っています。

「赤い羽根共同募金」
ご協力のお礼
令和2年度和泉市シニア
ペタンク大会・健康ウォー
クリー大会において、参
加者の皆さまから「赤い羽
根共同募金」へのご協力を
いただきました。
皆さまからお寄せいた
だきました「赤い羽根共同募
金」は、大阪府共同募金会
で取りまとめの上、和泉市
における福祉活動の充実に
活用させていただきます。
ご協力、本当にありがとうございます。
◆募金総額:21,620円

「赤い羽根共同募金」
ご協力のお礼
令和2年度和泉市シニア
ペタンク大会・健康ウォー
クリー大会において、参
加者の皆さまから「赤い羽
根共同募金」へのご協力を
いただきました。
皆さまからお寄せいた
だきました「赤い羽根共同募
金」は、大阪府共同募金会
で取りまとめの上、和泉市
における福祉活動の充実に
活用させていただきます。
ご協力、本当にありがとうございます。
◆募金総額:21,620円

会員投稿コーナー



私たちは、和泉市文化協
会に所属するハーモニカ演
奏を楽しむグループです。
64歳から85歳まで平均年齢
77歳の高齢者中心の20名で
す。毎月2回の練習
日に集まって、定期
演奏会に向けての練
習に熱が入ります。
「継続は力なり」
とはよく言ったもの
で、ハーモニカ初心
者がいつか「いい
音色やね」と言われ
るまでになりました。
懐かしい童謡・叙情
歌を演奏するとも
に、「ハーモニカで
クラシック」を合言

葉にチョット難しい
曲にも挑戦していま
す。
今では14回目の定
期演奏会を開催する
までになりました。
聴きにきて下さるお
客様は60~80歳代が
ほとんどで、毎回来
しみにしてくれてい
るリピーター
もかなりおら
れます。「ハ
ーモニカのや
さしい音色に心が癒
されました。明日か
らまた頑張ります」
という感想をいた
だくと、「次も頑張
ぞ」と、とても励み
になります。
これからは、団塊
の世代に喜んでい
ただけるような思い出

の映画音楽
青春の頃に歌
った歌謡喫茶
の曲などにも
取り組んでい
きたいと思
います。
新型コロナウイルス感
染拡大防止のた
め、3~5月
は練習を休
止しましたが、
6月からはソ
ーシャルディスタ
ンスを保ちなが
ら練習を続け
ています。毎月
第2・第4土曜
日に和泉市シ
ニアセンター
研修室で練習
をしています。
音楽の好きな方、特に若
手の方、ハーモニカで豊
かな第二の人生を楽し
みませんか。興味ある
方は市老連事務局へご
連絡ください。

私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

内科・放射線科・麻酔科
河和会病院
訪問看護・居宅介護支援事業者
ケアマネジメント 医療法人 河和会
診療時間 AM9:00~12:00 PM4:00~7:00
休診 土曜夜診・日曜・祝日
和泉市鶴山台2-4-7
☎(0725)46-2211(代)

みどり薬局
営業日時
月~金 9:00~20:00
土 9:00~17:00
和泉市肥子町1丁目10-37
☎(0725)43-1012
FAX(0725)43-5702

広瀬眼科
受付時間 午前 8:30~11:30
午後 2:30~5:30
休診日 木曜・日曜・祝日
火曜午後・土曜午後
〒590-0138 堺市南区鴨谷台2丁5-1
(光明センタービル3F)
☎(072)296-1005

金澤クリニック
内科・麻酔科(ペインクリニック)
(痛痛・腰痛・膝痛等 各種痛みの治療)
●胃腸外来 ●肛門外来
●乳腺外来 ●往診 ●各種検査
和泉市和泉町2丁目3番7号
(朝日プラザシティサザンパーク内)
☎(0725)46-1026

はい眼科 Hai Eye Clinic
日帰り白内障手術・緑内障検診・手術
流涙症治療・眼のレーザー治療
診療受付時間 月火水木金土日祝
AM9:30~12:30
PM3:00~6:00
水曜午後・土曜午後・日曜・祝日は休診
和泉市いぶき野5-1-11
エコービル2階(紀陽銀行上)
TEL(0725)56-8177 http://hai-eye.com/

新しい和泉市庁舎へ

令和3年春 竣工に向け、順調に作業進行中!



和泉市探訪 23

和泉市新庁舎

和泉市の現庁舎は、耐震性や老朽化への対応といった建物自体の安全性に関する課題のほか、庁舎の分散化、狭あい化、ユニバーサルデザインへの対応、交通アクセス渋滞などの課題を抱えており、これら課題を解消するため、令和元年6月より新庁舎の整備を行うこととなりました。

外観イメージ



計画概要

- ◇**広場を取り囲む、公園のような庁舎**
新庁舎はL字に配置し、立体駐車場と新庁舎の間に、市民の憩いの場となるスカイテラスを設けます。
- ◇**立体的な動線と歩行者の安全を確保**
東西に抜ける敷地内道路を整備し、歩車道を明確に分離します。初めて訪れる人にも利用しやすい配置とします。
- ◇**機能的で明快なゾーニング**
市民利用の多い窓口部署を優先的に1階・2階に配置します。1階待合スペース中央に吹き抜けとエスカレーターを設けて、2階窓口部署とつながることで、視認性が高く開放的で、市民が利用しやすいフロア構成とします。

基本方針

新庁舎整備の考え方として、平成29年12月に策定した「和泉市新庁舎整備基本計画」の3つの基本方針に基づき、目指すべき新庁舎像を具現化するものとして計画してまいりました。



市民の安全安心を支える庁舎

市民にやさしい、利便性の高い庁舎

環境にやさしい、ライフサイクルコストに配慮した庁舎



新庁舎建設に向けて、内外装工事を行っています (撮影日 2020年11月30日)

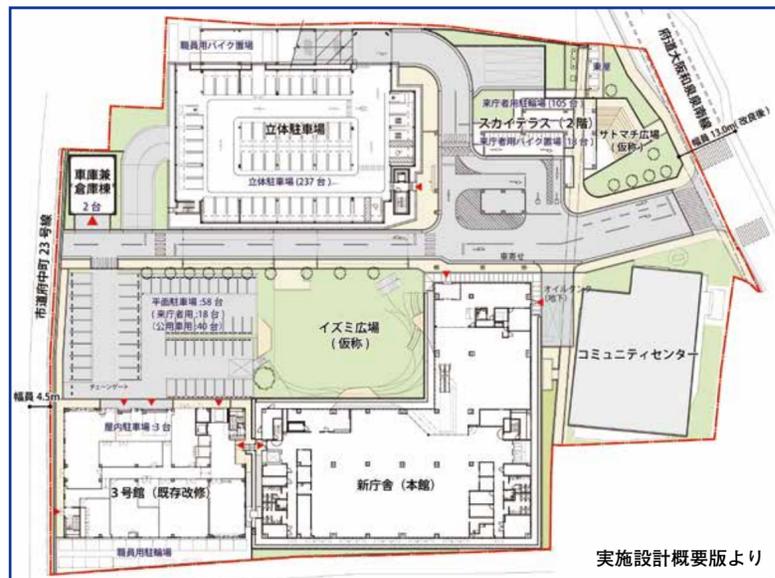


1階 エントランスホール内観イメージ

- ◇**市民に親しまれる外観デザイン**
シンプルで分かりやすい建物・外観とすることで、誰もが気軽に立ち寄りやすい庁舎とします。
- ◇**敷地内に3つの広場を計画します**
敷地中央にイズミ広場、東側にサトマチ広場、2階部分にスカイテラスを整備します。また、6階(議場ホール)に屋上庭園を整備し、市民の皆さんも自由に出入りできるようにします。



6階 屋上庭園イメージ



実施設計概要版より

コロナと絆について

南池田校区 石川 修

1つめは、「家」にいて一日中テレビを見ている。誰も訪ねて来ないし、外に出ても誰もおむねさびしい。2つめは、「わしは死ぬ」とは怖くない。しかし「コロナ」による死に方はしたくない。親しい人に囲まれながら「死ななうたい」。そしてあの世に送ってほしい」との発言であります。老人クラブ活動に携わる者として心に残る言葉です。2つの発

言に共通することは、予想する以上に新型コロナウイルス感染症の影響により、高齢者は厳しい状況に置かれていることです。人と人のふれあいを求めていることです。高齢者にとっては、人と人の絆は大切にしたいと思っています。

そんな折、「令和2年度SOC大阪健康(くり大学校)」の講義で、講師から「物理的な距離(ディスタンス)が心理的な距離にならない新しい地域奉仕の創造が求められている」との指摘がありました。今後の活動の大きな弾みになるお言葉と判断しました。どのような事業が想定され展開できるか、待ったなしではないかと自覚いたしました。



間と親睦を深め、交流を続けてきました。しかしながら、コロナ後は生活が一変し、3密回避で多くの方々の楽しい時間を過ごす機会も減り、おむねステイホームの日々を送っています。このままでは、運動不足とコロナストレスの影響で病気に罹るかもしれないと思ひ、健康維持のために次の2つを実行しています。まず1つ目は月並みながらウォーキングです。今まではあまり歩けなかったのですが、最近では近隣地域を1時間程度、できるだけ歩くようにしています。

光明池周回コースは定番で、近郊の竹内街道(二上山麓)、仁徳御陵(大仙公園)、近つ飛鳥風土記の丘(南河内郡)へ出かけることもあります。長尾クリニック院長の長尾和弘医師が、著書「歩くだけでウイルス感染に勝てる」の中で、歩行習慣を身に付けることにより自律神経を整え、身体の免疫システムを活性化し、ウイルスに対し抵抗力をアップさせることを力説しています。それから、2つ目は「自彊術」の体操(31の基本動作と相互体操)です。コロナ前は自彊術教室(和泉シティプラザ)に3回通っていました。今は自宅で



できるだけ実践するよう心がけています。この体操はおよそ100年ほど前、手技治療士の中井房五郎師が創案した体操で、ラジオ体操や健康体操の原型と言われ、大正から昭和にかけて数百万人の愛好者がいたそうです。文献によれば、1918年~1920年頃、世界的に大流行したスペイン風邪により、わが国でも約2400万人が感染し、約39万人が亡くなりました。報告されていますが、当時自彊術体操を常時行っていた人には感染者がほとんどいなかったと記されています。このように自彊術体操が風邪ウイルスに対し、免疫力増大に何らかの良い効果があったのではないかと考えられています。

原稿・作品を募集!!

「すこやか和泉」では写真・絵画・書道などの作品ならびに随筆・随想や俳句・短歌・川柳などの文芸作品を募集しています。随筆・随想は600字以内(写真があれば同封してください)、作品(文芸を含む)はあひとり2点までお願いいたします。なお、応募多数の場合は編集部で選定させていただきますので、ご了承ください。応募の際は作品に氏名、所属校名を明記のうえ、市老連事務局(和泉市立総合福祉会館)まで郵送または持参してください。応募の締切日は5月7日(金)です。皆さまのご投稿を心よりお待ちしております(広報部)

老人クラブ会員募集!

スポーツ・レクリエーション・社会見学では日々の生活を豊かにし、環境美化・社会奉仕・世代間交流では地域の皆さまとのふれあいを実感できます。これまでの知識や経験を大いに発揮して、生きがいと健康づくりに励みましょう!

和泉市内在住で60歳以上の方なら、どなたでも入会OKです!

お問い合わせ先 和泉市老人クラブ連合会事務局 ☎0725-43-7513 和泉市府中町四丁目20番4号(和泉市立総合福祉会館内)

会員文芸

俳句

好物の無花果蜜に道の駅
散步道ついでにきそうな虫時雨
北池田校区 藤原 初子
顔見世へ四条大橋雲霧急ぐ
大箸を持ちあぐねし子もうはたら
北松尾校区 西原志満子
地の蜜柑積み上げ賑ぐ道の駅
初句会暖炉の燃ゆる一茶房
横山校区 辻井 世津
◎光明南校区ふれあい句会
秋の蝶水やりとめて庭で舞う
遠眺めマスク越し見る笑顔かな
片上 博
萩の花つけて優雅に来られけり
菜園に俄かにザザと秋時雨
山崎 文恵
どこからの風にも答え秋さくら
親潮の色に染まりし秋魚買う
福田 令子

緑ヶ丘俳句同好会

一と雨の残せし百の露光る
吊り玉葱中まで熱き極暑かな
粟井 孝子
新装のブティック魅せる秋の色
つる引けど届かぬ高き木通垂る
高野 邦子
丹精の庭も荒れ野に夏果てる
老境に一歩踏み入る秋の道
高橋美津子
いわし雲朝食の間に泳ぎ去る
後よりきれいな声月の道
中里 君子
楚々といふ言の葉似合ふ並の花
膝掛を肩にも掛けて夜長かな
西 節子
マスクして老の素顔も隠しけり
悠久の古都に小さき月ひとつ
西坂 民江
鯛や金峯山寺の茶店道
たまりかね電器炬燵を居間に据え
皆越 正章



校区活動報告

国府校区

構成され、現在の会員数は約900名です。

令和2年2月から、

新型コロナウイルス感染症の蔓延で老人クラブ活動も大きな影響を受け、半年間はまったく活動できないばかりか自粛を余儀なくされ、メンバーと会うこともできませんでした。しかし、巷ではマスク不足で困っている人が多く、女性部有志で

マスク作りに奔走。材料を集めるメンバー、縫つ



たり裁断するメンバーに分かれ、250枚のマスクを地域の方々に配り大変喜ばれました。



メンバーで何かをして、コロナ禍の中を乗り越えようと女性部のパワーで次は猛暑の8月1日、少しでも癒やしていたらと思う日々、当日まで準備が大変でしたが、とても楽しかったで



す。でき上がった作品を持ち帰り、毎日の水やりに奮闘。

コロナ禍の中でも、特に活動状況は活発で、グラウンドゴルフを中心に各町では趣向を凝らして麻雀、体操、少人数でのカラオケなどをやりながらコミュニケーションを図っています。



メンバーの笑顔にありがとう。すてきな笑顔にありがとう。月曜・水曜・金曜にやっているチーム、火曜・金曜にやっているチーム、(校区会長 橋本 武)

あり、後者は運動場が広いので、常に50名くらい集まります。

楽しみにしていた文化祭は演芸大会が中止になったため、女性部は『国府音頭』をやる予定で浴衣をそろえたので、写真におさめました。

わが町のホープさん

府中団地老人クラブ 会長 大鳥居 昭



昭和16年生まれの79歳。某大学自動車部卒業後、JAFに就職。国府団地老人クラブの会長を9年務め、昨年はSC大阪会長から感謝状が贈られました。

趣味のヨットを42歳から始められ、現在は泉佐野の漁港にマイヨットを係留。港に来た方を無料で乗せクルージングしているそうです。

■ブログ「ヨット風来坊のブログ」 「府中団地自治会」 ※ 詳細はQRコードをご覧ください!



編集後記

明けましておめでとうございます。昨年は世界的な新型コロナウイルスの感染拡大をはじめ、異常気候にも見舞われ社会生活が一変しました。そのような大変厳しい状況下で、特に私たちシニア世代にとって新型コロナウイルスは高齢者が重症化しやすいこと、結果的に地域での人とのふれあい、交流の場がなくなりました。人を元気にするのは、やはり人とのふれあいです。共につながり、支え合い、語り合うことが元気の源になるのではないのでしょうか。しかし、まだまだ終息の気配がみえない状況にあります。

感染防止対策に3密(密閉・密集・密接)を避けながら、1日も早く地域で交流の場が持てる日を願いながら、健康第一で過ごしましょう。(広報部 赤阪チヨ子)

ご協賛いただいた皆さまへのお礼

このたびは「すこやか和泉」第45号の発行にあたり広告掲載のご協賛を賜り、誠にありがとうございました。令和3年が皆さまにとりまして心安らぐ素晴らしい年になりますことを心からお祈り申し上げます。これからもご支援くださいますようお願いいたします。

和泉市老人クラブ連合会

私たちは、和泉市老人クラブ連合会の活動を応援しています

7ページクロスワードパズル 正解は けきみざけ

社会福祉法人 ペガサス 馬場満記念クリニック

医療法人 守田会 サービス付き高齢者向け住宅 アネモネ

和泉中央病院

社会福祉法人 葛城会 特別養護老人ホーム 唐国園

ケアプランセンターミット

富士給食株式会社

光明荘

いぶきのデンタルクリニック

会員募集

地震が発生したら

