



発行 富田林市老人クラブ連合会 富田林市宮甲田町9番9号 総合福祉会館内 ☎0721-25-8261

単位クラブ数 84 クラブ 会員総数 6,860名

SC富田林

SC 富田林とは、S(シニア)C(クラブ)富田林の略称です

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

令和3年度SC富田林総会を4月23日に開催する予定でしたが、新型コロナウイルス感染者数が増加傾向にあることから、感染拡大防止のため、やむを得ず総会が中止となりました。昨年度は総会をはじめ中止となる行事が多く、理事・各単位クラブ会長とお顔を合わせ、ご意見をうかがう機会が少なかつたため、今年度は総会を実施できればと考えておりましたが、昨年と同様、書面で議案を審議いただく形となりました。理事・各単位シニアクラブ会長には、十分なご説明もできないままご審議頂き、大変申し訳なく思つたことにも、ご協力いただきましたことに厚くお礼申し上げます。

令和3年度SC富田林総会は書面決議で

令和3年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、SC富田林事業の多くが中止となり、各単位シニアクラブにおかれましても、制限のあるなかでの活動に、会長をはじめ、役員や会員の皆さまに



SC富田林会長 渡邊ヒロミ

秋晴の候、会員の皆さまにおかれましては、ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。昨年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、SC富田林事業の多くが中止となり、各単位シニアクラブにおかれましても、制限のあるなかでの活動に、会長をはじめ、役員や会員の皆さまに

は、感染防止対策など、コロナ禍での活動に多大なご配慮をいただいていることかと存じます。今年度に入り、大阪府下では4月、8月と二度にわたる緊急事態宣言が発出され、SC富田林としましては、会員の皆さまのご健康を第一に考え、昨年度同様、感染拡大のリスクの高いカラオケ大会、研修旅行などは、大変心苦しいところではございますが、やむを得ず中止とさせていただきます。事業を

は、感染防止対策など、コロナ禍での活動に多大なご配慮をいただいていることかと存じます。今年度に入り、大阪府下では4月、8月と二度にわたる緊急事態宣言が発出され、SC富田林としましては、会員の皆さまのご健康を第一に考え、昨年度同様、感染拡大のリスクの高いカラオケ大会、研修旅行などは、大変心苦しいところではございますが、やむを得ず中止とさせていただきます。事業を

は、感染防止対策など、コロナ禍での活動に多大なご配慮をいただいていることかと存じます。今年度に入り、大阪府下では4月、8月と二度にわたる緊急事態宣言が発出され、SC富田林としましては、会員の皆さまのご健康を第一に考え、昨年度同様、感染拡大のリスクの高いカラオケ大会、研修旅行などは、大変心苦しいところではございますが、やむを得ず中止とさせていただきます。事業を



全国で開花 紅花がつなぐ絆

「私たちが育てました！」 女性部の谷さんと北井さん

は、感染防止対策など、コロナ禍での活動に多大なご配慮をいただいていることかと存じます。今年度に入り、大阪府下では4月、8月と二度にわたる緊急事態宣言が発出され、SC富田林としましては、会員の皆さまのご健康を第一に考え、昨年度同様、感染拡大のリスクの高いカラオケ大会、研修旅行などは、大変心苦しいところではございますが、やむを得ず中止とさせていただきます。事業を

は、感染防止対策など、コロナ禍での活動に多大なご配慮をいただいていることかと存じます。今年度に入り、大阪府下では4月、8月と二度にわたる緊急事態宣言が発出され、SC富田林としましては、会員の皆さまのご健康を第一に考え、昨年度同様、感染拡大のリスクの高いカラオケ大会、研修旅行などは、大変心苦しいところではございますが、やむを得ず中止とさせていただきます。事業を



私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

SC富田林のホームページを開設しました!



令和3年9月7日(火)より、SC富田林のホームページを開設いたしました。掲載している内容は、「入会案内」や「各単位シニアクラブ一覧」「SC富田林の主な事業」「講師紹介」「備品等貸出し」などとなっております。SC富田林広報紙「すこやか老友」やSC大阪広報紙「ねんりんOSAKA」のバックナンバー(過去の記事)を閲覧することもできます。また、SC富田林会員優待制度の協賛店一覧も掲載しております。今年度はコロナ

の影響で実施できておりませんが、今後は、SC富田林事業の報告も随時行っていくことを考えております。ぜひ、会員さまや、これから入会を考えておられる方々に閲覧いただければと思います。

【二部内容のご紹介】

- 入会案内: 入会できる要件や、入会する方法など、ご案内を掲載しています。
- 各単位シニアクラブ一覧: SC富田林に加盟している、各単位シニアクラブの一覧です。校区ごとに掲載しておりますので、新規入会をお考えの際、ご自身の校区のクラブをご確認いただけます。
- SC富田林の主な事業: 昨年度、今年度はコロナの影響で実施できていない事業が多くございますが、主なSC富田林関連事業の年間予定を掲載しております。
- 講師情報: 各単位シニアクラブ活動の場にお越し

ただける、講師情報の一覧です。各クラブから、お申込先に直接ご連絡いただき、日程などを調整ください。内容は、「ほつちら教室」や、「認知症サポーター養成講座」「消費者問題ミニ講座」「出前健康セミナー」などなど。この他に単位シニアクラブ活動の場にお越しただける講師情報をお持ちの方がいらっしゃいましたら、事務局までご連絡いただければ幸いです。

●備品等貸出し: 各単位シニアクラブ活動で使用いただけるレクリエーション用品、体力測定用器具、映像機器等の貸出し情報です。内容は、「わなげ」や「握力計」「プロジェクター」「スクリーン」などです。ぜひ、活動にお役立てください。

SC 富田林ホームページ
<https://tonsyakyo.info/sc-tondabayashi/>
 ぜひご利用ください!

令和3年度 SC富田林 本部役員・理事

◆本部役員

役職	氏名
会長	渡邊 ヒロミ
副会長	中西 靖人
	山口 完内
会計	谷 敬子
監事	山本 俊雄
	田中 優子

◆理事 ※ は新理事

地区	氏名
喜志	岡田 式夫
	岡 健三
新堂	黒澤 辰夫
	櫻井 義夫
富田林	山口 完内
	中村 能也子
	布川 晴子
	木澤 善英
川西	山本 俊雄
	平野 セツ子
青葉	尾崎 弘
	片寄 厚二
錦郡	芝本 文雄
	田中 範一
彼方	遠山 孝子
	大山 豊
大伴	渡邊 ヒロミ
	田中 優子
東条	西埜 壽夫
	藤田 洋一
金剛西	美馬 正
	古谷 正行
	坂田 博司
金剛東	中西 靖人
	柴田 隆夫
女性部	谷 敬子
	山辺 康子
	北井 美智子
若手委員	南野 保
	吉田 美代子
	森元 友数

令和2年度第49回全国老人クラブ大会が新型コロナウイルス感染症拡大により参加開催を見合せ、大会要覧発行で代替となったため、開催を予定していた山形県老人クラブ連合会から「おもてなしメッセージ」と山形県の花「紅花(ペニバナ)」の種がSC大阪事務局に贈られました。この紅花の種をSC富田林にも届けて下さり、女性部の谷敬子さんと北井美智子さんが育ててくれました。



山形県花・紅花

きれいに咲いたのでSC大阪事務局に報告した谷さんは、山形県老連のホームページに載せていただき嬉しくしたとのこと。開花後しばらく愛でた後はドライフラワーに。生花とは違うアンティークな雰



山形県老連から紅花の種をいただき自宅の庭に蒔いたところ、先日こんなにかわいい花が咲きました。紅花が咲いて数日経った今日は、黄色い花に変化がありました。少しずつ赤く色づき、紅色になっていました。調べてみると、この紅色が古くから女性の口元を色づけてきた「紅」になることをこの歳になって初めて知りました。紅花の種をお裾分けした友達にも教えたら、私と同じ反応で一緒に感動分けた友達にも教えたら、私と同じ反応で一緒に感動分けて喜んでいました。とても貴重な紅花の種をありがとうございます。(SC富田林女性部会 谷 敬子)

介きらクラブ山形ホームページより

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

新企画
会長に
Interview

単位老人クラブ活動紹介
川西地区・南甲田南寿会
山本俊雄会長にお話を聞きました

コロナ禍に負けず
健康増進活動

南甲田南寿会は甲田1、6丁目を拠点に現在389名が在籍。優良クラブとして三度の知事賞を受賞した伝統ある単位クラブです。

同クラブは友愛訪問や会員研修、社会奉仕活動といったさまざまな年間行事に加え、福祉委員会主催の夕涼み会や夏休みラジオ体操にも参画して地域との交流を深めています。そして、最も力を入れているのが会員の健康増進を図る活動で、年二回の健康講座や、歩こう会・ボウリング同好会といったスポーツ系サークルを開催しており、中でもグラウンドゴルフ同好会



いきいきサロン 秋の集い

はクラブ内で年商8回の大会を開催するなど大人気のサークルです。

しかし昨年以降、多くの行事が中止に。長びくコロナ禍で会員の運動不足を懸念し役員会で話し合い、富田林市「介護予防・健康ポイント事業」に、今年8月



餅つき大会

から参加しようと会員により呼びかけました。この事業は活動量計により記録された歩数がポイントに換算され獲得ポイントに応じ景品に交換でき「密を避け、一人一人が自分のペースで運動できる」と、新生活に適した点に注目しています。

町内の商店や施設などに歩数データを読み込む活動量計リーダーが設置されており、利用者は定期的にデータを送りに行くことで自然と外出するため、適度な



夕涼み会

運動につながります。ひと足早く3月に参加していた山本会長は「実施期間が終わった後も歩くことが習慣になり、体調もよくなりました」と、効果を実感しています。

現在、この事業に参加している南甲田南寿会の会員は20名。「単位クラブだけではなく、市老連事業として今後さらに広まってほしい」と期待を込め、今後健康増進、健康寿命の延伸に役立てていきたいと考えています。

(※写真は全てコロナ禍前に撮影)



ラジオ体操 (夏休み)

回想 春の裏銀座
錦寿いきいきクラブ 田中 範二

昭和44年4月10日早朝大糸線信濃大町で下車、バスに乗り継ぎ葛温泉に着いた。残雪の山々が白く輝き、いよいよ烏帽子から槍、上高地への大縦走の始まりだ。40kg近いザックを背に高瀬渓谷に入る。

七倉ダムを過ぎると谷沿いにトロツコ軌道がどこまでも続いていた。軌道の上を濁り沢を目指して黙々と歩く。頭上には唐沢岳が気の遠くなるほどの高さで青白く聳えている。高瀬川を真下に見ながら濁り沢に着く。ここから川と別れブナ立尾根へ一歩踏み出す。トレースがないため赤い布を探しながら直登開始、重いザックにもびくとせせず、どんどん高度を稼ぐ。途中ピバークして翌日雪に埋もれた烏帽子小屋に着いた。稜線から北アルプスの山々が見え、これからのコースも見えた。アイゼンが雪面を噛み快適な稜線歩きた。野口五郎岳付近は春の日差しで岩が露出してつまずいてばかりだ。

快調に歩を進め真砂岳に到着した時に、岐阜県側の山々に黒い雲がかかり天候の急変を知った。今までの陽光が嘘のようにかき消され風が出てきた。稜線では危ないので南真砂岳直下へ下る事にしたが這松に足を取られもがくばかりの絶望的なラッセルに疲れ、急斜面の這松の隙間にツエルトを張りビバークの決意をする。雨風がツエルトをたたき眠れない一夜が明けた。外は視界がなくみぞれ、ツエルトの中で座りながら天候の回復を待つ。みぞれが吹雪になり不安がよぎる。3日目小雪だが視界があるので野口五郎小屋まで決死の覚悟で引き返す。冬季小屋にへとへとで到着。夜になり猛烈な寒気と吹雪になった。

2日間停滞、3日目の朝、低気圧は去り快晴になった。全ての山は新雪で覆われ真冬の山々と化していた。快調に烏帽子小屋に着くもそのままブナ尾根の下りに入る。赤い布を頼りに降りるが見失い、濁り沢への方向感覚だけで落ちるように入る。新雪雪崩が各沢筋を川のように流れていく。巻き込まれたらお終いだ。最後の崖つぶちを駆け落ちた。雪解け水ですぶ濡れた、濁り沢へ着けた。助かった、家に帰れる。

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

単位シニアクラブ会長紹介 (喜志・新堂)

- ①シニアクラブ入会のきっかけ
- ②好きな言葉
- ③趣味・特技
- ④クラブのアピールポイント

喜志・平老人会



会長
阪井 節子

①先輩会員より強制入会
②千里の道も一歩から
③洋裁・園芸
④近年、入会者が少なく会の中での高齢化が進み活動は活気を欠いています。アピールポイントといえるようなものは見当たりません。ただ、期待度の高い研修旅行は、コロナ禍で実現できず、会員相互の交流もなく残念です。

喜志・喜志新家町老人クラブ



会長
岡田 式夫

①先輩の紹介
②-----
③グラウンドゴルフ 魚釣り
④昨年からのコロナウイルスの関係で総会、懇親会、カラオケ、グラウンドゴルフ、その他いろいろが中止で老人会の活動を自粛しています。役員会、班長会の予定ができないので雑談でおわります。私は今年で退任する事となりましたが、コロナ収束後、クラブのますますの発展を願っております。



今回から新企画として、いつも地域でご活躍いただいている単位シニアクラブ会長のみなさまをご紹介します

ていただくことになりました。第1回は喜志地区・新堂地区の会長さんにアンケートを実施し、回答くださった方々にご登場いただきました。ご協力ありがとうございました！

喜志・鶴寿会



会長
高尾 修

①先代会長より頼まれた
②誰からも愛される
③カラオケ・ゴルフ
④近年、コロナでなかなか集まる事もできなくなりましたが、クラブの方々がお互い元気かどうか気にかけておられます。現在、私は90歳ですが、なんとか会の事を想い頑張ります。

喜志・南旭ヶ丘老人クラブ



会長
荒谷 恵

①15年程前に近所の方に「カラオケできるよ」と誘われた ②いつも感謝の心を忘れずに！ ③旅番組やクイズを録画してみる ④100名近くの会員がいます。毎週一度カラオケ、グラウンドゴルフ、卓球、囲碁をしています。月に一度の「集いの日」は食事やクイズ、ビンゴゲーム等楽しんでいます。毎朝ラジオ体操も公園で行い、子供たちの「見守り」活動もおこなっています。

喜志・梅の里3丁目「三友会」



会長
井上 聖士

①退職したので
②二兎追えるうちは二兎を追え
③園芸、映画鑑賞
④会員の平均年齢が80歳超の老人クラブです。しかし、皆さんお元気で、クラブ活動として公園でのグラウンドゴルフ、集会所でのカーリンコンゲームに多数参加されています。カーリンコンには会員の半数以上が参加されます。

南河内ブロック会議に出席しました

令和3年7月20日(火)、富田林市立総合福祉会館にて、令和3年度上半期南河内ブロック会議が開催されました。南河内ブロック会議は、SC大阪が主催となり、南河内ブロック(太子町、河南町、千早赤阪村、大阪狭山市、富田林市、河内長野市)の老人クラブ連合会の代表が集い、SC大阪からの報告を受け、各老連の課題や取り組みなどの情報交換を行うものです。

令和3年度は、富田林市がブロック担当となっており、渡邊会長のご挨拶から始まりました。情報交換では、他の老連に関しても、クラブ数、会員数は減少傾向にあり、役員のみならず、会員の高齢化、若い世代が入会しないなど、富田林市も同様に抱える悩みがあり、それに対応するため、役に捉われない組織体制づくりや、個々の趣味に合う活動支援、老人クラブのメリッとのPRなど、各老連ごとに取り組みを発表しました。

富田林市としては、昨年度の各単位クラブ会長へのアンケート結果より、会員から希望の多いウォーキング事業を新たに実施、各単位老人クラブ活動支援のため、講師派遣や貸出備品の情報提供、ホームページの開設などを進めている旨をお伝えしました。



私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

単位シニアクラブ会長紹介 (喜志・新堂)

①シニアクラブ入会のきっかけ ②好きな言葉
③趣味・特技 ④クラブのアピールポイント

新堂・中野町長寿会



会長
満川 竹司

- ①中野町会役員になったとき
- ②一期一会
- ③旅行
- ④中野町会と一体で、町会行事に参加、協力しています。

新堂・若松町1丁目さつき会



会長
櫻井 義夫

- ①老人クラブ活動に貢献したかった
- ②誠
- ③旅行
- ④春には春の集い、秋には敬老会、お正月には新春の集い、会員全員を対象にした行事でさつき会の育成と発展に努めています。日頃は活動拠点の憩いの家にて趣味の会、カラオケ、体操サークルなどを開催し、生きがいと健康づくりに取り組んでいます。

新堂・新堂万年青会第1老人クラブ



会長
平田 勝一

- ①地域の皆さまとの結びつきを大切にしたいと思い入会しました。②自他共栄 ③グラウンドゴルフクラブに所属し楽しくプレーしています。
 - ④お互いの関わりを大切に、共に支え合いながら、日々有意義に過ごしておられます。
- 現在、親睦や交流を深める催しの企画・推進はできない状況にありますが、実施されているクラブ活動には多くの方が参加され、それぞれの趣味や特技の才能を存分に発揮されています。

感染症を予防して 楽しいクラブ活動を!

◎参加に向けての留意点

- 体調を確認してから参加する。体調の悪いときは休む。
- マスクを着用し、咳エチケットを心がける。
- こまめに手洗い、手指の消毒をする。
- 人と接するときは、間隔をとる。
- 会話をするときには、正面に立たない。
- 屋外でも人混みに近づかず、大きな声で話しかけるのは避ける。

新堂・新堂万年青会第2老人クラブ



会長
別井 正司

- ①町会役員になったと同時に
- ②継続は力なり
- ③ウォーキング
- ④古くからの町並みの残る静かで住みよい地域です。老人会の方々も親切な方が多く、いろんな事を教えてもらえます。昨今定年延長再々雇用等で仕事に従事される方も多く、老人会に入会される方も少ない状況です。早くコロナが収まることを願っています。

新堂・老春会



会長
黒澤 辰夫

- ①他の地区の活動がわかるから
- ②「いま」を大切に
- ③短歌(続けています)
- ④PL本部が主体になっていますので、本部に帰ってきた方はみんな入会してもらっています。人数は多いのですが、これからの活動の方をがんばりたいです。

令和3年度 市老連シニアクラブ作品展

作品募集

多くの方からの出品をお待ちしています。

受付期間 11/10(水) ~ 11/11(木) 午前10時~午後5時まで
 展示期間 11/13(土) ~ 11/16(火) 午前10時~午後5時まで

返却日 11月17日(水) 午前10時~午後5時
 会場 富田林市立総合福祉会館
 出品資格 市内在住で60歳以上の人
 出品点数 お一人様1点(未発表作品に限る)

★申込用紙は各単位クラブ会長様、もしくは事務局にご用意していますので、出品の際にご記入いただいても結構です。

赤い羽根共同募金運動のお知らせ

今年も10月1日から赤い羽根共同募金の取り組みが始まります。共同募金は住民の皆さんのご協力により民間の社会福祉事業・地域福祉を支える活動です。皆様の温かいご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

今年の富田林地区募金会の動きは、下記のとおりです。

運動期間 10月1日(金)~12月31日(金) 赤い羽根共同募金運動
 12月1日(水)~12月31日(金) 歳末たすけあい運動

●街頭キャンペーン

10月 1日(金)	富田林駅前ロータリー	午前7時~8時
10月 2日(土)	エコーロゼ金剛東店 南駐車場	午前11時~12時
10月 4日(月)	コノミヤ富田林店	午前10時30分~11時30分
10月 4日(月)	金剛ショッピングモール(関西スーパー前)	午前10時30分~11時30分
11月 28日(日)	滝谷不動尊縁日 セブンイレブン駐車場	午前10時30分~11時30分

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

気を付けたいこと

やってみましょう!

コロナに負けない! 一言アドバイス

Table with 3 columns: '気を付けたいこと', 'やってみましょう!', 'コロナに負けない! 一言アドバイス'. Contains 10 numbered items related to health and COVID-19 prevention.

このチェックシートは、南河内の介護予防・日常生活支援総合事業に関わる作業療法士・理学療法士・歯科衛生士・管理栄養士・ケアマネージャー・行政職員の有志により作成しました。

コロナに負けるな! チェックシート

今まで通りに過ごしていくこの頃、体の変化に早く気づいて元気で過ごすために! チェックしてみましょう。

- 10 numbered checklist items with response options (e.g., 'してる/してない', 'できた/できなかった') and brief explanations for each.

南河内 コロナに負けるな! チェックシート作成委員会

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

Large empty rectangular box for user input or notes.

会 員 投 稿

一里塚への道

佐備老人クラブ 山崎 幸子

6月11日、昼間の焼け付くような太陽が、空をまっ赤に染めながら西の山へ沈んでいく。玄関の左角に咲いているアメリカ凌霄花の回りだけはまた太陽の光をまとったまま夕刻の庭をほんのりと照らしていた。夕餉の支度を終えて、花に水と思い長いホースと格闘していると(ねえ、元氣だった)と懐かしい声がした。(えっ…まさか)と思

って凌霄を見上げると(居た…)赤から紫色に変わりにくく夕空の中に昨年生命を終えたとはかり思っていた彼女が高い枝先から私を見下ろして笑っていた。言葉もなくポカーンと口を開けて見上げる私に(な〜にその顔、おどろかしたかな…)と言ってウインクをした。懐かしさで声も出せずにコックリと頷くと、(私たちの世界ではね、一度は咲き戻れるんだって私も知らなかったの…こっちの世界も今大変なん

でしょ、だからさ、せめて玄関先だけでも明るくしてあげたくて多勢仲間を連れてきちゃった…まっそういう事で、今年もお世話よろしく〜)と言いたいことだけ言つと、風に揺られて踊る仲間の中へ入ってしまつた。(やっぱり彼女だ…変わってないなあ〜でもこんなことって?)と絡まったホースを握ったまま不思議の国にポーツと立っている(ちよっと…ちよっと)とすぐくイラツとした声に現実へ戻され、ゆっくりと凌霄の根元を見ると、今年初めて咲いてくれたピンク

の紫陽花が4人揃ってこっちを覗み付けていた。(あのね…奇跡の再会で感動していらつしやる時に、水を差すようで悪いんですけど、ホースだけ握ってないで水を出してくれませう)とコキゲン斜め、(あ〜らごめんなさい)と愛想笑いを返しておいて蛇口をいっぱいに回したとたん絡まっていたホースが生きもののように飛び跳ねた。半身水あびをしたようになりながら、やっとホースの口を掴ま戻ってきたら、何だかさわついているので耳をタンポにした。(いっぱい咲

くのはいいけど、私たちも下にいるんだから、あまり咲き下つて、おつかぶさないでよアメリカさん)(ハイハイ、分かっています、おぼさんのためにも仲良く咲き競わなとね)(分かれればいいのよ今は私たちが主役なんだから…)と言う紫陽花さんの声は少し小さめ(そつねあなたの気持ちも分かるわ)なんて私も心の中でニヤリ…。

年を重ねるごとに人との会話も新しい出会いも少なくなるけど、こんなにも自然や花々と心を通わせることができるなんて、この調

子なら、もうそんなに遠くない一里塚への道程もきつと心穏やかに行けるかも…。凌霄さん紫陽花さんありがとつ。私もがんばるわ。とホースの口を絞ってはりきつて掛けたら、凌霄さん達はポトポト落ちるわ紫陽花に泊まっていたでんでん虫さんは水にはじかれとんでいくわ…で大変。ごめん、次はやさしく掛けますから…。こんなダメおぼさんだけ、今年もよろしくね…。

女子会???

佐備老人クラブ 南 ミドリ



目がさめ時計を見ながら、ベッドを離れる。今日は「女子会」の日、「バーバ」の会に変更しなくてはと思

古い話で、昔「千代田国立病院」での出会い、今と違い難産が多く子供に少々の障害があり早朝より、抱っこ紐で3カ月の子どもを抱き通院、順番待ちの毎日、裏病棟へ「ギシギシ」と鳴く踏み板を歩き、「マッサーシリハビリ」室へ。先生に子どもを預け親たちは廊下で子どもたちの泣き声を聞きながら「コメン」ねと涙し下を向く。毎日通院している間に、親の方も「大きな泣き声大丈夫」と、先生にお任せ「ドン」と腰を据えて微笑みながら終了を待つ。帰宅時に「良く頑張ったね」と頭をなせる。今

思えば、家のこと、病院通いと必死だった子どもともどもに、頑張ったな…。今ではお父さん、お母さんになられてすっかり子どもさんたちを育てられていて。私も自分のことだけ病気にせず、子どもたちに迷惑かけないように頑張っているつもり。

古友と会うと「元氣」良かった」といつもの挨拶言葉、これが言えなくなった「オシマイ」と上品でおっとりして優しい声で、標準語でお話する自宅。ピアノの個人レッスンをしている音大卒の「才女」さん。お二人目は、一番年長者で小さく計算の得意なチビ姉さん。最近少しお耳の方が、補聴器を使用、時々声が大きくなると、才女さんが「私たち聞こえてるからね」と手で合図を。最後に何の取

石川のひとり

大伴老人会 大村美智子



「おはよう」「おはようございませう」石川の土手の散歩道、老若男女の声がとびかた。木々が芽ぶき、小鳥がさえずり、水鳥たちが石川で戯れている。深呼吸をしてささやかな幸せにひたる。金剛山二上山も笑っている。シルバーの方が公園

のトイレ掃除をしてくださっている。「ありがとございませう」ロードバイクのツーリングが手をあげて走って行った。3歳のメスの柴犬ハルも走った。私も走った。100年の人生において誰もが健康で美しい日々が過ごせますようにと願っている。



心を穏やかにさせるには思いやりを持つことが大事である。一切の私心をはきまぜず、物事にあたり人に接するならば、心は穏やかに余裕を持つことができるのだ。

渋沢 栄一

川柳

南甲田南寿会 谷本 桂子

年老いて一日一日の大切さ身にしみて健康は神様からのおくりもの配慮なし人の心を傷つけるストレスがたまればかりだ家の中夏野菜どなたにあげよう顔うかがふやさしさもコロナの中ではいやがられ



私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

Table with 4 empty columns and 1 row, likely for contact information or a list of supporters.

女性部

今年も心を込めて制作しました「長寿祝い品」完成!

敬老の日の恒例行事となっている95歳の方への「長寿祝い品」が完成しました。今年新たに部員3名が加わり、よりにぎやかとなった女性部総勢13名が裁縫や編み物など得意な作業を分担して力を合わせて制作にあたり、自慢の逸品がそろいました。

今回も1年間じっくりと時間をかけ、アイデアを練って作られた、もろって嬉しい便利グッズがいっぱい。好評のペットボトルホルダーや手作り布製

マスク、食事に使える手作りナプキンなどに加え、女性部からの心温まるお手紙を添えて、該当の方にお届けします。

女性部メンバーにとっても感謝の言葉が励みになり、中には「こない物



Good

もらえるなら、年を重ねるのが今から楽しみ」と、長寿を目指してくださいる会員さんもおられて嬉しくなります。

今回、注目のプレゼントは洗って何度も使える手作りの「布製マスクカバー」です。不織布マスクの肌ざわりが気になる方のストレスを軽減し、リース柄などで彩られたデザインが毎日使うマスクをおしゃれなアイテムへと早変わりさせる一品で、不織布マスクのみ立ち入り可能な施設なども多い昨今は、このカバーがあれば安心です。

マスクが使い捨てにならないという経済的な利点もあり、受け取ってくださった皆さんの笑顔を思い浮かべて心を込めて制作にあたりました。



※撮影時のみマスクを外しています

コロナ禍だけど明るく元気にいきましょう!

本当にお仕事がいっぱい。これから皆さんのお手伝いをしていきます!

はじめは皆さんのお力を借りるかもしれませんが、よろしくお願いします!

Welcome 女性部に新たなメンバーが加わりました!

女性部に入って初めて大変さを知りました。これから頑張っていきます!



辻 まさ代さん

荒谷 恵さん

布川 晴子さん

番外編 つなげよう!みんなで1万羽の折り鶴の輪

新型コロナウイルス感染症の収束を願って

富田林市社会福祉協議会が企画している「つなげよう!みんなで1万羽の折り鶴の輪」にSC富田林会員も協力しました。童心に帰ったような気持ちで話に花を咲かせながら、たくさんの折り鶴を作りました。

原稿募集

会員の皆さまから本紙への原稿を募集しています。活動報告、体験談、随想や紀行文、また詩・短歌・俳句・川柳など、次の宛先までお気軽にご投稿ください。

- ◆原稿の注意点…原稿には住所、氏名、電話番号、所属単位のクラブ名を明記の上、関連写真や資料などがあれば添付してください。文章の場合は800字まで、俳句・短歌・川柳は1人3句(首)まで。また、原稿は返却できません。編集の都合上、多少の修正や長文などはカットする場合があります。あることをご了承ください。
- ◆原稿締切…次号63号の発行は2月のため、原稿締切は、令和4年1月10日です。
- ◆投稿先…すこやか老友編集(株)博報社 〒547-0026 大阪市平野区喜連西4-6-69 ☎06-6797-0381

◎ご協賛いただいた皆さまへのお礼◎

本紙の発行に際しましてご協賛いただきました方々に厚く御礼申し上げます。本紙は会員の生きがい向上、交流のためにさらに内容の充実に励んでまいります。どうかこの趣旨にご賛同いただき、今後も倍旧のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは、SC富田林の活動を応援しています

Large empty rectangular area at the bottom of the page, likely a placeholder for an advertisement or additional information.