



SC 富田林とは、S(シニア)C(クラブ)富田林の略称です

発行
富田林市シニアクラブ連合会
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 81 クラブ
会員総数 6,215名

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

10月19日(木)すばるホールにて「SC富田林 公式ワナゲ大会」を開催いたします。公式ワナゲとは、縁日等で親しまれてきた「輪投げ」にルールを新しく付け加え競技化したもの。輪を投げて棒に入れる遊び方は従来と同じですが、独特の得点ルールがあるので、より頭と体を使ってゲームが楽しめます。



「SC富田林 公式ワナゲ大会」で優勝すると、何と！12月8日(金)に開催されます「SC大阪 公式ワナゲ大会」への出場権を獲得できます！たくさんのご参加お待ちしております！

- ※原則、各クラブチームまでの出場となりますが、出場希望チーム数を鑑み調整する場合があります
- ※会場の都合上、先着30チームまでの出場枠とします
- ※「SC富田林 公式ワナゲ大会」について、詳しくは単位クラブ会長へ送付している案内をご確認ください

3月4日(出)、すばるホール小ホールで健康づくりいきいきセミナーが開催され、88名が参加。福祉・医療・文化の3分野について講演と発表が行われました。



●福祉：「適切な高齢者福祉制度について」と題して学校法人大屋学園関西社会福祉専門学校 山本容平校長が講演。介護・福祉に関するサーピスを知って気遣いなく使うことが大切と進言し、本人の気持ちと家族の助けが大切と話しました。

●医療：医療法人今城クリニックの今城保定理事長は、「今やるべきこと、元気で暮らしてゆくために」と題した講演の中で、加齢による生体機能の低下について、恒常性維持のために運動・バランスのとれた食事・睡眠とともに、達成感や喜びなどメンタルの重要性も説きました。

●文化：奈良県葛城市で活躍する「けはや相撲甚句会」による相撲甚句が行われ、会場に拍子木や寄席太鼓の調べが鳴り響き、幟が並ぶ舞台は圧巻。師範代を努める吉村元延会長を筆頭に見事な歌声と演奏が披露されました。

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

SC富田林会員の皆さま、いかがお過ごしでしょうか。



今年の夏は「災害級の暑さ」・「熱中症警戒アラート」・「地球沸騰」などの言葉が連日のように報道されるほどの暑い毎日でした。高齢者にとっては厳しく、体調を崩された方も多かったと思います。歳を重ねると色々なことに不具合が出てきて、うんざりすることもありません。

す。しかし、先日の新聞に63歳で芥川賞を受賞された若竹千佐子さん(69歳)の「私は人間で成長し続けるものだと思えますよ。もちろん衰えることもあるけれど、歳を経るにしたがってわかることも多くなる。老いることはわかること。老いてやっばり、すばらしいと思えます」との記事を

読んで、元気をいただきました。「老」の字に惑わされないで「おたがいさま」の気持ちで助け合って、高齢者を前向きに明るく過ごしましょう。秋の会員研修旅行でお会いできるのを楽しみにしております。それまでどうかお身体おいとくくださいね。

令和5年度 SC富田林総会

令和5年度SC富田林総会が4月20日(休)、すばるホール小ホールで開催されました。

はじめに田中会長が開会あいさつに立ち、「優良都市町村老人クラブ連合会表彰」受賞の報告と、シニアクラブを取り巻く環境を踏まえ、「シニアが楽しく安心して暮らしていけるまち」を目指し、魅力ある活動の展開を目指すこと述べられました。

59名出席にて総会の成立が報告された後、司会者一人により議長に藤田理事(東条地区/山手町星寿会)が選出され、議案の審議に移りました。

- (1) 令和4年度事業報告
(2) 令和4年度決算報告
(3) 会計監査報告
(4) 理事名簿(案)
(5) 令和5年度事業計画(案)
(6) 令和5年度予算(案)
(7) 会則等改正(案)



令和5年度 SC富田林本部役員・理事

◆本部役員 ※は新本部役員

Table with 2 columns: 役職 (Position) and 氏名 (Name). Includes 会長 (Chairman) 田中 優子, 副会長 (Vice Chairman) 山本 俊雄, 藤田 洋一, 会計 (Accountant) 谷 敬子, 監事 (Auditor) 山本 昭二, 南野 保.

◆理事 ※は新理事

Table with 2 columns: 地区 (Region) and 氏名 (Name). Lists regional council members such as 岡 健三 (Okazaki Kenzo), 荒谷 恵 (Aragaya Eri), 黒澤 辰夫 (Kurosawa Tatsuo), etc.

令和5年度 SC富田林 事業計画

※は新規事業

Main table of activities for FY2023, including items like 本部役員会・理事会 (Executive Meeting), 健康ウォーキング (Health Walking), 公式ワナゲ大会 (Official Wanaage Competition), etc.

開催時期は目安であり、変更となる場合があります

会則等改選(案)では、田中会長から、「若い世代の未加入が顕著にあり、老人」という言葉自体に抵抗感を抱く方がおられる現状から、新たに『富田林シニアクラブ連合会』に名称変更し、愛称を『SC富田林』とすることで若年層へのイメージアップを図り、会員増強への足掛かりにしたい」と説明がありました。

質疑応答の後、全ての議案を拍手で承認し、新年度がスタートしました。

笑顔はつらつ教室表彰

笑顔はつらつ教室とは、月2〜4回程度、近所の人たちが集会所等に集まり、継続的に運動を行う教室です。日常生活の動作をいつまでも楽に続けるために必要な運動を収録したDVDを使い、運動します。



令和4年度表彰

- 継続3年 昭和町2丁目「貴和会」
継続10年 甲友会(甲南町)
継続10年 南別井老人クラブ

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

理事・会長・女性部会・若手委員会合同研修旅行

5/25・26
1泊2日

兵庫〜岡山県方面へ
資源循環型物作りに感動

28名参加

研修旅行のメイン、兵庫県の加東市佐保にあるパナソニックエコテクノロジーセンター(株)に行き、家電のリサイクルについて初めに



案内人が説明、テレビ画像とかでいろいろと。その後、テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコンの解体を2班に分かれて、案内人が上から解体現場を見ながら説明をし、一通り回ったが、広くて多量で、すごいことだと思いました。俺も無知だけど、作って売ることだけじゃなく、リサイクル、資源循環型モノづくりって本当にありがたく思った。参加者のみなさんも同感だと思った。

2階だったが、段板は狭くスリッパでの上りは大変でした。テーブル、床、天井面は、丸太、屋根板の古い造りで、その下での食事・ビールをおいしくいただきました。土産売り場では、多くの銘酒が並び味見をしました。おいしかったが、高かったのを買いませんでした。

岡山の後楽園は、日本三大名園で、さすがの文化財、広くて後には立派な岡山城が見えて眺めが良かった。池、木、草花、苔とも全てきれいでした。



鷺羽グランドホテル備前屋甲子で一泊。まず温泉で疲れをとり、その後開宴会長あいさつ、梅酒で乾杯、食事、酒、ビールを味わい、カラオケタイムも楽しい一時でした。2次会も楽しく、ぐっすり寝れました。

2日目の昼食は、西の屋菊ヶ峠店。岡山名物祭り寿司を主に何種類かの料理をいただきました。景とかいろいろ見る所の多い町ですね、倉敷って所は。

理事・女性部会・若手委員会合同研修 参加報告

3/15
日帰り

滋賀県 琵琶湖へ
アクラ琵琶で水の大切さ学ぶ

23名参加

3月15日(水)8時30分、富田林駅前ロータリー発「水のめぐみ館アクラ琵琶」への研修旅行。

吉村市長が早朝、登庁前のお忙しい時間にもかかわらず、見送りに来てくださいました。市長の激励を受け、しっかりと研修をしてこなければと、浮かれ遠足気分(私だけ?)が引き締まり、いざ出発。



の「アクラ琵琶」にて、近畿の水がめ琵琶湖の洪水対策

策・湧水対策に、滋賀県民の方々が、長い時間努力されてきたことにより、県や国をも動かし、瀬田川洗堰が完成したことを知ることができました。

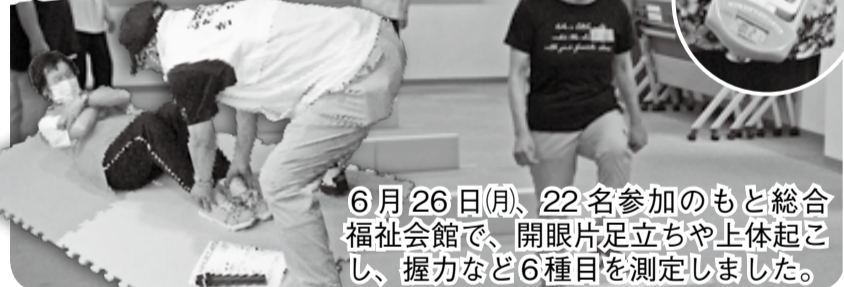
その上、水質や水生植物・魚類(ヒワコオオナマズ可愛い!)を守るためいろいろな努力をしてきたことも、頭が下がります。湯水のごとく無駄にするのではなく、感謝を忘れず大切に



水を使っていかなばと思いました。

昼食を終え研修後のご褒美、石山寺参拝と観梅となりました。ちょうど見ごろの梅はもろろん、カワツツ桜・カン桜・カンヒ桜・ヒガン桜と桜も素敵でした。健脚自慢の方々は本堂から北堂・多宝塔と、石山寺を十分堪能されたようです。

第9回 体力測定会



6月26日(月)、22名参加のもと総合福祉会館で、開眼片足立ちや上体起こし、握力など6種目を測定しました。

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

(女性部会 村田 節子)

(若手委員会 阿佐 猛)



すばるホール
大ホールで開催

第30回 SC富田林カラオケ大会

7月7日(金)、第30回SC富田林カラオケ大会をすばるホール大ホールで開催し、総勢62名の歌手が素晴らしい衣装で晴れ舞台に立ち、それぞれの思いを込めて情感たっぷりに歌い上げました。

7/7
(金)



私たちは、SC富田林の活動を応援しています

それぞれの思いを歌にのせ 62名の歌声が響きました!



曲名「お梶」

カラオケが大好き。今は女性部会で活動しながら、日々の生活の中でも仲間と歌う時間を大切にしています。

当日は、成人式用にと57年前に母が縫ってくれた振袖を着て舞台に立ちました。白地に朱色の雲取りと菊をあしらったデザインです。

会場からの声援を受けながら張りのある声で「お梶」を歌い上げた北井さん。「夫がいなくなって寂しいですが、みててくれていると思います。これからも元気で陽気に生きていけたらいいなと思います」



〈錦いきいきクラブ〉
北井美智子さん

曲名「雨降る街角」

「歌が生活の一部です」と話す島津さんは、中学1年生から春日八郎の大ファン。19歳で下関市から大阪に出て警察官になり、管内イベントでは皆の前で持ち歌を披露してきました。今回の舞台衣装は、苦手なジャンケンでゲットした「春日」のネーム入りジャケット。びしっと決めて「雨降る街角」を熱唱しました。ほぼ毎日、どこかで歌っています。

「もう82歳ですから、最後と思って出場させていただきました。声が出るかぎり歌い続けて、少しでも長く皆さんのお役に立てればと思っています」



〈山手町星寿会〉
島津 洋さん



私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

クラブ活動紹介

お久しぶりの
お楽しみ会

山手町星寿会
梅本 翠

山手町星寿会は6月8日(木)、22名の参加で4年振りにお楽しみ会を開催しました。
藤田会長のごあいさつの後、朗読ボランティアをしている私自身の「幼少期の満州での恐怖体験」を朗読させていただきました。



終戦の年、私が5歳のとき、わが家に突然ソ連兵が2人、小銃を構えて、土足で侵入。父と私に銃口を向け、ロシア語でとなりながら、お金を奪われたことや、引き揚げ途中の大混乱の中で悲しかった出来事を聞いていただきました。感想文に、「涙が出た」とか、「映画を見ているようだった」

とありました。
休憩後、公式わなげ、ダーツ、コーラスで和気あいあいと、なごやかに過ごしました。
「今日は久しぶりに有意義なひとときでした」とのお声も聞かれました。
いろいろとお気遣いや準備をしてくださったお世話役の皆さんに感謝申し上げます。



単位シニアクラブ 会長 紹介

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



東条地区 甘南備クラブ
会長 池谷満里子

①近所の方の紹介
②特になし
③パレーボール、手芸
④富田林市の南金剛山の麓に位置する地域です。クラブの活動はコロナ中、お墓清掃・廃品回収活動のみでした。今年はアンケート調査を行い、日帰り旅行・輪投げ体験を計画しています。会員の方々の楽しい活動を増やしていきたいと考えています。



東条地区 山手町星寿会
会長 藤田 洋一

①定年退職を機に地域でのつながりの中で楽しく老後を過ごしたいと思ったから
②和顔愛語
③軽登山(日本百名山50座踏破、金剛山登拝4100回)
④クラブ創設48年になり先輩諸氏が作られた会則に基づき熱心に運営されてきました。しかし会員の減少や高齢化に伴い暗中模索しています。それもお楽しみ会やカラオケ、絵手紙、手芸などで楽しい老後の世界をみんな目指しています。



大伴地区 寿美ヶ丘すみれ会
会長 田中 優子

①民生児童委員をしていたので60歳で入会しました
②七転八起
③読書
④「寿美ヶ丘で遊ぼう!」をみれ会で楽しもう!」を合言葉に町会集会所・遊園を拠点に7種類のクラブ活動や講師を招いての作品づくり・バス旅行等を楽しんでいます。そして何よりも高齢者を寿美ヶ丘で生き生き暮らせるように「おたがいさま」のつながりを大切にしています。



大伴地区 楠町老人クラブ
会長 田戸 健一

①高齢のため前会長にたのまれて
②1日の苦労は1日だけで十分である
③カメラ、読書、歌
④他の地区と同様、後継者が少ない。集まって雑談をするのが楽しみのようである。なかには草花の好きな人、カラオケの好きな人などです。人生の夕暮れを迎えてもなお価値ある仕事に従事できるように希望を持って日々をすごしてほしい。



大伴地区 北寿会
会長 山本 茂樹



①会長に勧められて入会
②
③陶芸、スポーツ
④当会は、グラウンドゴルフとカラオケを希望者を集めて行っています。参加者は、楽しく元気に動いています。

令和5年度 SC富田林シニアクラブ作品展

作品募集

受付期間

11/8(水)~9(木)

午前10時~午後5時まで

展示期間

11/11(土)~14(火)

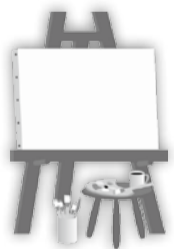
午前10時~午後5時まで

返却日 11月15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1人さま1点



申込用紙は各単位クラブ会長さま、もしくは事務所にご用意していません。出品の際にご記入いただいても結構です。

多くの方からの出品を
お待ちしております!

私たちは、SC 富田林の活動を応援しています

会 員 投 稿

60年ぶりの再会

佐備老人クラブ
南 ミドリ

ガラス窓から朝日が、天
気だ。私の心もキラキラ
と輝き、外に出て両手を広
げて、おまけに口も力いっ
ぱい深呼吸を。

旧友への思いが胸に押し
寄せてくる。みんな十代。
美容学校時代の仲良し4人
組。全員住み込みで、美容
師を目指しての卵達。お店

ただいま

佐備老人クラブ
山崎 幸子

いつものように何の変哲
もない台所でコーヒーを飲
みながら、優しく降る霧雨
に濡れ紫陽花が小さく頭を
揺らしている様を眺めてい
たら突然、空虚な我が心に
熱いものが込み上げてき
た。どうしよう、この溢れ
る思いを鎮めるにはどうす
れば... そうだ暫く主人と別
れよう、そしてあの頃に戻
ってみることにしよう。

弁当を食べ終えると、友
の誘いも振り切って二階の
図書室へ向かった。そっと
窓を開け真夏の太陽が照り
つける運動場を見回すと、
バッテリーボックスに立ち今
まさに打とうとしている彼

で朝から夕方迄仕事を、5
時の電車で飛び乗って学校
へ。終着駅「ナンバ」へ着
くと一で学校へと一目散に
走る。

夜間生なので、6時から
8時迄の2時間、4人揃う
と挨拶。「今日は忙しかっ
た？」と口々に。「忙しく
てクタクタ」と学校でみん
なに会うのが楽しみで「ウ
ンウン」と頷くと「授業は」
とまたつこみ、みんな一
声に「勉強一番です」と苦
笑い。

実技の時は2人ペアで
行い、今ではウィッグらし

い、お互いの頭髮交代での
勉強でした。終了後は水道
で髪を洗い流し「ポトポト
や」と言いながら帽子をか
ぶり「また明日ね」と手を
振りそれぞれ電車のホー
ムへと走る。一番遠い泉
南、次は私、後の2人は市
内バラバラ。休まずに1年
半の学校生活をみんな終了
した。「頑張ろう」とイン
ターン修業生活に入った。

2年後の国家試験に全員
合格でした。
まだまだ先は長い。これ
からが本当の勉強だとお店
の仕事に励み、学校迄行か

に通しがチャガチャいわせ
ながら銀杏の木の下へ走っ
て行く。木に凭れて立
っていた。一瞬息が詰まり
そうになり道具を持ったま
ま直立不動していると、

「これ土産、何が良いの
か分からなくて」と言いな
がら私の手を取って小さな
包みと銀杏の葉を一枚手に
乗せてくれた。私は声も出
なくてバケツを腕にぶら下
げたまま掌をシーと見つめ
るのがやっとだった。(あ
りがとうを言わなきゃ)と
顔を上げたときは、彼はも
う校門に向かって坂を下っ
ていた。秋が過ぎ白い冬も
過ぎて桜が咲く頃に彼は卒
業式を迎えた。

1ヶ月後、彼が村を出て
就職すると聞いた。その日
あの時のありがとを言わ
なきゃと思い、バス停の小
さな小屋で待っていると黒
いコウモリ傘を差した彼が

せていただき感謝しながら
頑張りました。

彼女達も同じ気持ちで月
日が過ぎ、いつの間にか60
年たち、逢いたいなどの気
持ち、みんなもそうだった
とのこと。

1人の電話からみんなに
連絡が取れて、再会と、故
郷へ帰っている様子だっ
た、福井県と鹿児島と電話
での一声変わってないな
と。1人欠席で「腰足」が
悪くなって無理とのこと。
待ち合わせ場所「ナンバ」
わかるかなと少し心配。柱
の所でお2人が私の名前を

見えた。遠くからバスの音
が聞こえたので道へとび出
した私を見つけた彼が傘を
傾けてそっと口づけをし
た。そのまま何も言わずハ
スに乗ると小さく手をふり
行ってしまった。私はあり
がともさよならも言えず
糸のように降り注ぐ雨の中
で涙と雨に濡れながら立っ
ていた。



あれから67年、21年前に
彼が星になったと聞いた。
なぜか涙が止まらなかつ
た。この年になっても霧雨
に濡れる花を見つめて思い
出せる初恋があるとは... な
んと幸福...
あら〜コーヒーが冷めち

呼んで手招きを。顔を見な
がら「変わってないな」と嬉
しと年をとったけど気持ちは
昔のまま嬉しいなと手を
握る。



今日は黄砂が凄いのので室
内で過ごしましょとお食
事、お茶を頂き昔話に花が
咲きお口の方が一向に納ま
らない。喫茶店のお姉さん

やった...。

父さんただいま。ちょっ
と浮気しちゃった。でもま
た帰ってきたよ。変なパー
さんで大変だけど、ごめん
し一緒にね...。

にシャッターをお願いし
て、「60年ぶりのな」と嬉
しくてつい口から。「凄
いおめでとございませう」と
お言葉を頂く。みんなで目
を合わせる。鹿児島京
やんに電話を「3人の声を
聞けて嬉しい」と。学校時
代を思い出す、楽しかった。
お別れ時間。「お姉さん
株弘子さん」「ポッチャリ」
今はスマートに。「福井の
百合子さん」と私です。ま
た逢える日を楽しみに元氣
で頑張りましょうと手を振
り、右、左と分かれ家路に
と。

ね。父さんも私に構わず昔
の人のこと思い出して二夕
りとしていいよ。フフフ今
年6月11日で59年、もう少
し一緒にね...。

会員文芸

短歌

彼方ががやきクラブ 西尾たみ子

藪蔭にひっそり咲きしシヤガの花
己が一生をこの花に見る

一茎のさき百合さげて夫帰る
花びんに挿せば乙女の香の

いつの日か一人にならん老二人
肩を並べて居間に憩いし

さくらんぼの実に手をやれば蝸牛
先に食みおり甘きかと問ふ

なつかしき母の歌集ひもとけば
傍へに疵があるがごとくし

あら〜コーヒーが冷めち

第3回 健康ウォーキング




4月4日(火)、第3回健康ウォーキングを開催し、55名が参加。金剛駅から狭山池公園の外周約6kmを歩きました。

グラウンド・ゴルフ大会

6/1(木) 総合スポーツ公園多目的競技場



快晴の下、SC富田林グラウンド・ゴルフ大会には51名が参加。交流も兼ねて楽しくプレーしました。



女性部会 「長寿祝い品」づくり




「日常的に使える物」をモットーに、1年を通して敬老の日に95歳の方へ贈る「長寿の品」を手作りしています。今年は毛糸で編んだ小物入れ、巾着袋、ポケットティッシュケース、そこにウエットティッシュとハンドタオル、お手紙をつけたセット。各品物を透明の手提げ袋に入れる作業では、手も口も忙しく動き、あっという間に57セット完成！ その後のミーティングでは、さっそく来年の品物のアイデアなどをにぎやかに出し合いました。

New face!

役に立てるようがんばります!

森本 照美さん

New face! 若手委員会

よろしくお願ひします!

【趣味】

- 散歩
- カラオケ

阿佐 猛さん

【趣味】

- 登山
- 読書

稲田 耕治さん

◎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。

◆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

◆原稿の注意点…原稿には住所、氏名、電話番号、所属単位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。ご了承ください。

◆原稿締切…次号67号の発行は2月のため、原稿締切は、令和6年1月10日です。

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。

私たちは、SC富田林の活動を応援しています