

大阪府老人クラブ連合会広報紙

http://www.sc-osaka.org/

発行所…一般財団法人 大阪府老人クラブ連合会
大阪市中央区谷町7丁目4番15号 大阪府社会福祉会館内
〒542-0012 ☎(06)6761-6480 FAX(06)6765-3302 <年4回(4.7.10.1月)発行>



編集・印刷・広告取扱…(株)高速オフセット 〒530-0001 大阪市北区梅田3丁目4番5号 ☎(06)6346-2800(代)

SC大阪新会長に野口勉氏

平成28年度 評議員会・臨時理事会



あいさつする野口勉会長ら新役員

SC大阪の平成28年度評議員会が5月27日、府社会福祉会館で開かれました。新年度の事業計画や任期満了に伴う新役員の選任などについて審議が行われ、その後の臨時理事会でSC大阪の新任に野口勉氏(茨木市)が選任されました。

当日は評議員27人のうち18人が出席。議長に宇田裕二氏(泉大津市老連会長)、議事録署名人に山本将夫氏

- ①平成27年度事業報告について
②平成27年度決算報告及び平成27年度公益目的支出計画実施報告について
③平成28年度事業計画について
④平成28年度収支予算について
⑤理事の選任について
⑥監事の選任について
- 〔承認された議案〕
久氏(藤井寺市老連会長)を選出して議事を進行し、審議の結果、全議案が原案通り承認されました。

⑦評議員の選任について
評議員会の終了後、臨時理事会が開かれ、任期満了で退いた山下修SC大阪前会長(東大阪市老連前会長)の後任に野口勉理事(茨木市老連会長)を選任。続いて、副会長5人、常務理事1人、各専門部会の正副部長、若手委員会の委員長を選任しました。

28年度のテーマと目標

メインテーマ
「のぼそ!健康寿命、担おう!地域づくりを」

重点目標

- 1 老人クラブ「全国100万人、大阪府4万人会員増強運動」の推進
- 2 地域高齢者の健康づくり・介護予防活動の推進
- 3 新地域支援事業と高齢者の生活を支援する老人クラブによる「地域支え合い」活動の推進
- 4 安全・安心の住みよいまちづくりを目指すボランティア活動の推進
- 5 若手会員及び女性会員のクラブ運営への参画促進



SC大阪 新会長 野口 勉

新会長就任あいさつ

地域づくりの担い手育成を

このたび、5月27日の理事会におきまして、SC大阪の会長に選任されました野口勉でございます。

少子・高齢化が進展する中、老人クラブはなくてはならない団体であります。近年は高齢者の増加にもかかわらず、クラブ数・会員数の減少が続いております。とりわけ、若手高齢者の減少が顕著であることから、

若手高齢者を含め、会員の皆様に魅力ある老人クラブとすることが必要です。SC大阪といたしまして、全国100万人、大阪府4万人会員増強運動や地域高齢者の健康づくり・介護予防活動の展開に努めてまいります。

また、介護保険制度の改正に伴い、老人クラブは介護予防・生活支援の担い手としての役割が期待されております。高齢者の生活を支援する地域支え合いなど、住み慣れた場所に健康で安心して生活が送れるよう、高齢者の福祉向上と豊かな地域社会づくりへの貢献を目指して取り組んでまいります。



SC大阪 前会長 山下 修

退任あいさつ

今後とも、市町村老連の皆様方との連携のもと、老人クラブ発展のため全力を傾注してまいりますので、

会員の加入促進努力を

このたび、平成25年5月に就任し、3年あまり務めましたSC大阪の会長を退任させていただきます。

就任前の同年4月には、SC大阪が一般財団法人として新しくスタートしたと

ご支援、ご協力を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

まででしたが、市町村老連との連携をこれまで以上に密にするともに、皆様方のご協力のもと、新しい法人運営も円滑に進めることができました。

我が国の高齢者人口は3000万人を超え、今後さらに増加することが見込まれている中、老人クラブに対する期待はますます高くなっており、その半面、クラブ数・会員数の減少が続いている状況です。そのため、若手高齢者を中心に誰もが入りたくな

る活気のある楽しいクラブづくりに努めるなど、会員の加入促進に努めてまいりました。

また、介護保険制度改正に伴い、老人クラブは介護予防・生活支援の担い手としての役割が期待されております。老人クラブが新地域支援事業の担い手として、高齢者の健康と生きがいづくりを推進しております。野口新会長のもと、会員の加入促進など老人クラブが抱える課題の解決に向かって、一致協力されて活躍されるともに、老人クラブのますますの発展を願っています。退任のあいさつとさせていただきます。何かとお世話になり、ありがとうございました。



北摂第1ブロックが「健康ウォークラリー大会」を開催…10面

北摂第1ブロックの第1回「健康ウォークラリー大会」が5月9日、豊中市で開催。24チームが参加し、雨天の中を全チームが歩き通しました。



平成27年度会計収支決算状況(正味財産増減計算書) (単位:円)			
科目	決算額	科目	決算額
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
基本財産運用益	412	旅費交通費	660,420
特定資産運用益	3,398	通信運搬費	276,694
受取会費	22,871,000	消耗品費	107,443
事業収益	15,993,429	修繕費	0
受取補助金等	7,596,200	印刷製本費	13,020
受取寄付金	112,019	光熱水費	521,054
雑収益	57,341	賃借料	3,190,060
		諸謝金	469,800
		支払負担金	1,147,000
		租税公課	615,400
		雑費	291,260
経常収益計	46,633,799		
(2) 経常費用			
事業費			
給料手当	7,833,249	管理費計	12,407,111
退職給付費用	0	経常費用計	49,223,654
臨時雇賃金	2,189,122	評価損益等調整前当期経常増減額	▲ 2,589,855
賞与引当金繰入	505,600	評価損益等計	0
福利厚生費	1,556,661	当期経常増減額	▲ 2,589,855
旅費交通費	2,767,284	2. 経常外増減の部	
通信運搬費	306,325	(1) 経常外収益	
消耗品費	676,278	経常外収益計	
印刷製本費	15,328,817	(2) 経常外費用	
賃借料	2,011,924	固定資産除却額	
保険料	29,700	経常外費用計	
委託料	1,236,319	当期経常外増減額	
諸謝金	728,091	当期一般正味財産増減額	
支払助成金	816,800	一般正味財産期首残高	
雑費	830,373	一般正味財産期末残高	
事業費計	36,816,543	II 指定正味財産増減の部	
管理費			
給料手当	3,948,750	当期指定正味財産増減額	
退職給付費用	240,000	指定正味財産期首残高	
賞与引当金繰入	236,250	指定正味財産期末残高	
福利厚生費	689,960	III 正味財産期末残高	
		21,592,954	

平成28年度収支予算書 (単位:円)			
科目	予算額	科目	予算額
I 一般正味財産増減の部			
1. 経常増減の部			
(1) 経常収益			
基本財産運用益	1,000	旅費交通費	763,000
受取会費	23,200,000	通信運搬費	400,000
事業収益	18,180,000	消耗品費	100,000
受取補助金等	6,964,000	印刷製本費	50,000
受取寄付金	1,000	光熱水費	510,000
雑収益	280,000	賃借料	3,157,000
		諸謝金	513,000
		支払負担金	1,150,000
		租税公課費	570,000
		雑費	295,000
経常収益計	48,626,000	管理費計	12,593,000
(2) 経常費用			
事業費			
給料手当	8,533,000	経常費用計	50,153,000
臨時雇賃金	1,846,000	評価損等調整前当期経常増減額	△ 50,153,000
福利厚生費	1,355,000	評価損益等計	0
旅費交通費	2,693,000	当期経常増減額	△ 1,527,000
通信運搬費	625,000	2. 経常外増減の部	
消耗品費	998,000	(1) 経常外収益	
印刷製本費	16,620,000	経常外収益計	
賃借料	2,097,000	(2) 経常外費用	
保険料	23,000	経常外費用計	
委託料	550,000	当期経常外増減額	
諸謝金	891,000	当期一般正味財産増減額	
支払助成金	670,000	一般正味財産期首残高	
雑費	659,000	一般正味財産期末残高	
事業費計	37,560,000	II 正味財産増減の部	
管理費			
給料手当	4,185,000	当期指定正味財産増減額	
退職給付費用	240,000	指定正味財産期首残高	
福利厚生費	660,000	指定正味財産期末残高	
		III 正味財産期末残高	
		19,984,000	

※正味財産増減計算書ベースで表示
 ※一般正味財産期首残高は予算策定時の推計値

このたび、SC大阪事務局長に就任いたしました磯村勉と申します。



**事務局長
就任あいさつ**

少子・高齢化の進展、地域コミュニティが衰退する中、老人クラブに対する期待は大きいものがあります。このばそう！健康寿命、担

おう！地域づくりををメインテーマに老人クラブでは地域の仲間づくりを通じて、健康づくり・介護予防活動の推進、高齢者が相互に支え合う友愛活動安全・安心の住みよいまちづくりを目指すボランティア活動、環境美化活動などの取り組みを展開しております。



齋藤利夫氏 (枚方市)



杉本 茂氏 (島本町)



松山洋三氏 (池田市)



和田 強氏 (豊能町)



**市町村老連
新会長**



仲林庸雄氏 (千早赤阪村)



松村芳美氏 (柏原市)



西村敏夫氏 (四條畷市)



芝開庸晃氏 (東大阪市)



小林 隆氏 (門真市)



小坂 魏氏 (岬町)



宇都信男氏 (阪南市)



金田雅治氏 (泉南市)



明貝昭夫氏 (田尻町)



森 正一氏 (泉佐野市)

平成27年度 市町村老連会員増強運動報告書

Table with columns: 市町村名, A 27年度会員数, B 2年目目標数, 2年目実績数内訳 (C 増加数, D 減少数, E 実績数), 2年目目標数との差異, 1年目・2年目の合計目標数との差異計, F 28年度会員数 (A+E). Rows list various municipalities like 豊能町, 箕面市, etc., ending with a total row.

実績数が増加または目標数を上回る成果は太枠・太字にしています。 ※は増減数の内訳がわからないので、実績数のみを記載。

運動2年目の昨年度は、SC大阪全体で約6000人増の目標を立てて取り組みましたが、結果は約6800人減の実績となりました。増加数を減少数が大幅に上回っていることがその要因で、減少に歯止めをかけるためにはクラブの退会・休会

4万人会員増強運動 2年目を終えて

対策が今後の急務です。一方、6市町では前年度より会員数が増加し、2市町では目標数を上回る成果を挙げており、これは努力と工夫次第で、まだまだ会員を増やせる可能性があることを示しています。SC大阪では、会員増強の好事例をさまざまに機会に発信していきますので、各市町村老連ではぜひ参考にしていただき、今後の取り組みに生かしていただきたいと思います。

SC大阪 新役員

- 会長 野口 勉 (茨木市)
副会長 南 英巨 (豊中市)
理事 堀内政子 (池田市)
監事 阿部和彦 (貝塚市)
専門部会 役員 部会長、副部会長 (2人)、総務・研修は3人、女性は1人の順
若手委員会 役員 大久保悦子▽堀内政子

府からの お知らせ

平成28年8月から食費・部屋代の 支給要件が変わります

介護保険3施設(介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)、介護老人保健施設、介護療養型医療施設)やショートステイを利用する方の食費・部屋代については、ご本人による負担が原則ですが、低所得者の方については、食費・部屋代の負担が軽減されています。

食費・部屋代の利用者負担段階の判定に用いる収入には、現在は課税年金(老齢年金など)収入のみが対象になっておりますが、**平成28年8月からは非課税年金(遺族年金と障害年金)収入も含めて判定することとなります。**

(参考)利用者負担段階と負担限度額

利用者負担段階	対象者	負担限度額(月額)	
		部屋代	食費
第1段階	・世帯の全員(世帯を分離している配偶者を含む。)が市区町村民税を課税されていない方で老齢福祉年金を受給されている方 ・生活保護等を受給されている方	多床室 0円 従来型個室 (特養等) 320円 (老健・療養等) 490円 ユニット型個室 490円 ユニット型個室 820円	300円
第2段階	平成28年7月まで ・世帯の全員(世帯を分離している配偶者を含む。)が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額の合計が年間80万円以下の方 平成28年8月以降 ・世帯の全員(世帯を分離している配偶者を含む。)が市区町村民税を課税されていない方で合計所得金額と課税年金収入額と 非課税年金収入額 の合計が年間80万円以下の方	多床室 370円 従来型個室 (特養等) 420円 (老健・療養等) 490円 ユニット型個室 490円 ユニット型個室 820円	390円
第3段階	・世帯の全員(世帯を分離している配偶者を含む。)が市区町村民税を課税されていない方で上記第2段階以外の方	多床室 370円 従来型個室 (特養等) 820円 (老健・療養等) 1,310円 ユニット型個室 1,310円 ユニット型個室 1,310円	650円
第4段階	上記以外の方	負担限度額なし	

お問い合わせ先
大阪府福祉部高齢介護室介護支援課企画調整グループ ☎06-6944-7089

近畿ブロック老人クラブリーダー研修会

柴田正明氏(高石市)が事例発表

平成28年度近畿ブロック老人クラブリーダー研修会(全老連)が6月22日~23日、京都市の京都東急ホテルで開催され、SC大阪から20人が参加しました。

1日目(22日)は、全老連による基調報告の後、4つの分科会に分かれて研究討議が行われました。

第3分科会「地域の諸団体と連携したまちづくりと100万人会員増強運動の推進」では、高石市老連副会長・若手部長の柴田正明氏が、「あなたの参加で地域を元気にーみんなの力で仲間を増やそう」をキャッチフレーズに、高石市老連の事例を発表しました。

市町村老連事務担当者会議

SC大阪の平成28年度市町村老連事務担当者会議が6月16日、府社会福祉会館で開催されました。

議題は28年度事業計画及び収支予算についてなど。

磯村勉SC大阪事務局長らが説明したあと、市町村担当者との意見交換がありました。

長の谷野敏雄氏が助言者を務めました。

2日目(23日)は、京都市保健衛生推進室保健医療課歯科保健係長の橋野恵衣氏による講演の後、全体会議で1日目の各分科会の討議を全員で共有し、閉会しました。



新設クラブ

ポプラ会(池田市)

会長: 菊 勲 会員数: 30人



◀収集したベルマークを上田正行池田市友愛連前会長に手渡す菊会長

仲間ふやそう!



クラブ通信

独自の取り組みで会員増強に尽力するクラブを紹介します。

※会員数は平成28年4月現在。

サービス付き高齢者向け住宅でクラブ新設

昨年4月に結成されたポプラ会は、サービス付き高齢者向け住宅「シニールメゾンポプラ北豊島」の入居者で組織するクラブです。

老人クラブの会員が減少する原因の一つに、介護が必要になった会員が施設に入所して自宅を離れると、クラブを退会してしまうということがあります。そこで池田市友愛連では「施設を拠点にクラブを立ち上げてもらったら、仲間も増えるのではないか」と考え、シニールメゾンポプラ北豊島を運営する(株)ポプラコーポレー

シニールメゾンポプラ北豊島は、サービス付き高齢者向け住宅として、高齢者が安心して暮らすための環境を整えています。ポプラ会の会員は、要介護1~5の認定を受けている人たちが、会長を務める菊氏も難病のパーキンソン病の患者で、要介護5と認定され、常時車いすを使用しています。

「ポプラ会の皆さんの活動は、施設に入っても、地域活動に参加して豊かに生きていくという一つの可能性です。こうした試みが他の地域でも広がってほしい」と池田市友愛連の松山洋三会長は話しています。

平成28年度介護 予防・健康づくり 支援事業

モデル老連に豊中市・
茨木市・八尾市

SC大阪は、昨年度に引き続き、全老連が展開する「老人クラブ介護予防・健康づくり支援事業」(みずほ教育福祉財団助成事業)に取り組みます。

この事業は、高齢者が健康で生きがいのある生活を送るために、地域とのつながりを持ち、自ら介護予防と健康づくりに取り組むことを進めようというものです。今年度はモデル老連に豊中市、茨木市、八尾市の3老連が選ばれました。

各老連では、老人クラブの中で推進役となるリーダーを育てる「介護予防・健康づくりリーダー養成セミナー」と、地域住民が健康で生きがいのある生活を送るために、「介護予防・健康づくり推進に向けたキャンペーンイベント」を平成28年度中に実施します。

山本、塩野両氏が参加
全老連中央セミナー
「仲間を増やして地域づくりをテーマに、第34回都道府県・指定都市老人クラブリーダー中央セミナー」が6月2、3両日、東京・全国社会福祉協議会で開催され、山本賢氏(SC大阪理事、八尾市高連会長)と塩野義一氏(SC大阪理事、富田林市老連会長)が参加しました。

全老連の基調報告や事例発表、分散会講演などが行われ、「100万人会員増強運動」や「新地域支援事業」について話し合いがありました。



新しく大阪府医師会会長に就任いたしました茂松茂人です。大阪府老人クラブ連合会では、元気にイキイキと過ごせるような活動に取り組んでおられますが、健康寿命を延ばし、明るく楽しく生活されることは大阪府医師会の願いでもあります。本コラムが少しでもお役に立てれば幸いです。

健康社会を目指して

大阪府医師会会長
茂松 茂人



今後、日本は更なる高齢化を迎え、2025(平成37)年には、人口に占める65歳以上の割合は約30%となり、この比率は2042(平成54)年まで増え続ける予測されています。世界でも経験したことがない

高齢になりますと、やはり医療機関を受診する回数は増えます。これはごく自然なことですが、国は医療費の伸びを「諸悪の根源」の「人口増加、過度に削減する」という政策を提案しています。医療は

健康や生命に直接かわるものであり、国がしっかりと守らなければならぬはずなのですが、残念ながら逆の方向に進んでいると言わざるを得ません。

大阪府は、「住吉市民病院を廃止し、府立急性期・総合医療センターに統合する再編計画」について厚生労働省の同意が得られたと発表しました。住吉市民病院は、小児科や産科を中心に長きにわたり、地域住民の命と健康を支えてきました。今般の再編計画に際して大阪府医師会が、地域住民の健康への影響を懸念し、大阪府医療審議会とい

「地域の医療提供体制を調整する場」で反対を訴え続けました。その結果、「反対多数」で結論を得たにもかかわらず、再編計画が進むようです。

中央でも地方でも、強引に医療費を抑制するような流れができています。こうした政策が通れば、患者さんが医療機関を受診しにくい社会になってしまいます。現在、医療機関を定期的に受診する方は2割程度と言われています。大阪府医師会ではこうした健康弱者の声を代弁し、「医療改善」に反対してまいります。国民の健康を守り、活気ある生活が送れるよう活動を続けてまいりますので、今後ともご支援・ご理解いただきますようお願い申し上げます。

このクラブは、2年前には会員数の減少で解散の危機にありましたが、そこから「開かれた双葉会」を掲げ、地域の高齢者の多様化したニーズに応えるクラブづくりを進めた結果、この2年間で会員が81人増えました。

会員の人気を集めているのが、多種多様なサークル活動です。以前はカラオケクラブしかなかったところを「これをやりたい」という希望に応じてサークルを次々に立ち上げ、現在、カラオケ、コーラス、料理、映画鑑賞、麻雀、登山、ウォーキングなど、それぞれ自然と入会しています。

これらのサークルは、自治会の回覧などで広く地域住民に参加を呼びかけており、「サークルに入って好きなことを楽しみたい」という動機から、クラブに入会する人が増えました。入会した人たちが楽しいからとまた知り合いを誘うので、自然と入会しています。

また、よくある「老人扱いされたくない」という声に答え、69歳以下を「サポート会員」、70〜84歳を「ジュニア会員」、85歳以上を「シニア会員」と名づけて、85歳になるまでは、まだまだ若いというイメージにしたことも会員増につながっています。サポート会員は、お世話役として行事における力仕事、会場設営などに活躍する役割と位置づけ、その役割に魅力を感じた若手高齢者が多数入会しました。109人の会員のうち、半数近くは45人が若手のサポート会員です。

加入促進クラブ

南花台双葉会(河内長野市)

会長:三橋 永一 会員数:109人



コーラス部「シャンテ・ヴィー」の活動風景

これで会員が増えました

1. 多種多様なサークル活動
2. 若手を「サポート会員」に

脱老人イメージで若手会員増

会員増強に取り組むクラブを募集しています。活動内容(1000字程度)・クラブ名・代表者の連絡先(氏名・ふりがな・住所・電話番号)を書いて、SC大阪事務局までご応募ください。



ちょっとした作業時に日焼けや寒さを防ぐ

リボン付きアームカバー

★材料★

- 布(30センチ×36センチ) 3枚
- ゴム(自分のサイズに合わせる) 4本
- ミシン(または針、糸)

▶作り方◀ SC大阪

① 布をそれぞれ中縫い合わせる。

② 外表面に重ねてつりひももリボンをつけて裾を縫う。

③ 外表面に重ねてつりひももリボンをつけて裾を縫う。

④ そで口にゴムを通して、リボンをつける。

0.5センチ 中心

2センチあき ゴム通し口

2センチ

2センチ

外表面に重ねる

つりひもは 2センチ

裏表とも内側へ 折りつりひもを はさんで縫う

ミシンステッチ

ゴムを通す

リボンは中央を縫いつけてから結ぶ

梅雨時には、外出する足も鈍りがちであるが、近郊の山に出かけると樹冠に白い花を密につけている樹木に出くわす。リョウブである。山林では花の少ないこの季節、今年新しく伸ばした枝先に10、20センチ、ウメの花に似た白い小花を密につけた花序を数本出して咲く。緑を濃くした林内にあつて、そこだけが明るく目立つ。

リョウブの花を見られた方は少ないかも知れないが、この樹の若葉は救荒植物として有名であり、その名の由来は、「令法」から転じたといわれている。平安時代に農民に對し、田畑の面積を基準として、飢饉の際の救荒植物として、一定量のリョウブの植栽および葉の採取と貯蔵を命ずる官令が発せられた。その「令法」がそのままこの樹の名前になったといわれている。



ウメの花に似た白い小花 リョウブ



でも生育する樹種とされる。また、公害にも強い。その特徴を生かして、現在でも土砂崩壊したところや公害地などの緑化樹木としてアカマツ、ニセアカシアやヤシなどとともに植栽される。

春先の新葉は山菜として天ぷらやませごはんなどにしても見られる樹なので、採取して食してみたいか

また、樹皮も不規則な薄片状になってはがれ、独特のまだら模様(斑紋)で美しい。サルスベリ、ナツツバキの樹皮に似ている。大きくならず、せん定しやすく、萌芽力もある。庭木や公園樹などに株立ちにして植栽される。

テーマ

「森林浴スポット」

憩所で涼を楽しむのもこの季節ならではの楽しみから2カ所をご紹介します。

【阪南市】山中溪(☎072-471-5678)

JR阪和線山中溪駅すぐあり、初心者向けのハイキングコースもあります。整備されて歩きやすいし、鳥のさえずりも聞こえてきますよ。



たくさんのお便りをいただき、ありがとうございました。

「私のおすすめスポット」ですが、今回で最終回となります。皆様からのお便りで府内の新スポットを知ることができました。ご協力ありがとうございました。



お料理メモ

ザーサイの代わりに漬物でも◎

トマトとザーサイのサラダ

カロリー：119kcal 塩分：2.3g (いずれも1人当たり)

●材料(2人分)

- ▶ トマト 1個 ▶ ザーサイ 30g ▶ 土ショウガ 10g ▶ a(酢 大さじ1、砂糖 大さじ½、塩 少々、コショウ 少々、サラダ油 大さじ1½)

●作り方

- ① トマトは半月切りにします。

- ② ザーサイと土ショウガはみじん切りにします。

- ③ aの材料を合わせてドレッシングをつくり、②を加えます。

- ④ ①を器に並べ、③をかけます。

※冷奴と一緒に食べても良いでしょう。

★提供 大阪ガスグループ福祉財団
大阪ガスクッキングスクール
メニュー開発室 統括プロデューサー・山本一恵

大阪府「薬と健康の週間」川柳募集

「医師や薬剤師の説明を聞いて、薬を正しく使う大切さ」をテーマに川柳作品を募集します。

締切 平成28年8月31日(水)(消印有効)

問合せ先 大阪府「薬と健康の週間」実行委員会事務局(大阪府薬剤師会「薬と健康の週間」係)

〒540-0019 大阪市中央区和泉町1-3-8、
☎06-6947-5481、ファックス06-6947-5480、
ホームページ <http://www.osakafuyaku.or.jp/>

ねんりん川柳

選 SCC大阪広報部会

7月以降のSC大阪行事	7月	8月	9月
1日 「ねんりんOS AKA」発行	18日 理事会	14日 第58回大阪府老人クラブ大会	
22日 新任会長・事務職員研修会	22日 会長会議・SC大阪市町村老連役員研修会	20日 社会奉仕の日	
26日 SC大阪囲碁・将棋大会	30日 SC大阪健康づくり大学校開講式		

マイナンバー おぼえられない 高齢者
春うらら ひねもす寝たり 喰たりかな
かみあつた 昔懐かし 夫婦なか
川柳 いつも考え ボケ防止
遊歩道 譲らぬ鳩を よけて往く
老人会 参加する度 力湧く
ばあさんの ひとりしゃべりに つい返答

貝塚 隅野 明子
門真 南 嘉子
河内 阪井みづる
寝屋川 大西 将則
枚方 梶村 勝一
東大阪 藤岡エミ子
千早赤阪 福留 敏郎

箕面観光ホテル・箕面温泉スパガーデン

3組6名様
③ 箕面観光ホテルランチバイキング付スパガーデン入館券ペア招待券(お一人様平日2,980円(税込)相当)

テレビ番組で取り上げられるほど人気の箕面観光ホテル・ランチバイキングと、トロトロの泉質で「美人の湯」として評判が高い日帰り温泉、箕面温泉スパガーデンの入館券がセットになった、大変お得なチケットです。お風呂や食事を楽しむだけでなく、館内にある劇場で無料のショーや演劇もご覧いただけ、一日中ゆっくりお過ごしいただけます。



お問い合わせ 箕面観光ホテル・箕面温泉スパガーデン
〒562-0006 箕面市温泉町1-1
☎0570-041266

伊藤園

5名様
④ お〜いお茶 緑茶 (525ml 1ケース 3,628円(税込)相当)

伊藤園が1985年に発売を開始した、世界初の缶入り煎茶を原点とし、長年にわたり愛されている「お〜いお茶」。直接仕入れにこだわり、社員自らが畑に足を運んで茶葉の品質を見極めていきます。純水・厳選された国産茶葉100%を使用し、緑茶原料ごとに適した抽出、「自然抽出」することで、茶葉本来が持つ自然のおいしさを引き出したお茶になっています。



お問い合わせ 株式会社 伊藤園
ホームページ <http://www.itoen.co.jp>

Dr.ALOE(ドクターアロエ)

10名様
⑤ あろえの森浸透保湿クリーム (185g) (2,700円(税込)相当)

たっぷり浸透、しっかり保湿
多彩な浸透型美容成分の組み合わせにより、肌にうるおいを与えキメの整ったハリのある理想のエイジングケア(※)へ導きます。お顔用クリームですが、手指・ひじ・ひざ・かかと等の乾燥が気になる箇所にもご使用いただけます。



お問い合わせ アロインズ製薬株式会社
〒558-0011 大阪市住吉区苅田3-6-8
☎0120-15-2055 [ドクターアロエ] 検索



アイデア生かして楽しい小物づくり

★作り方★

- 布1枚を使ってパイアステープを作る。
※パイアステープのかわりに手持ちのリボンを使ってもOK。
- 残りの布を表にして縫



Vol.38

「みんなに長くして
もろって、私は幸
せです」
今の生活に満足され
ているかどうか、私
が尋ねると、Aさんは
決まってそう口にしま
す。

「Aさんのお付き合
いは、私がAさんの成
年後見人を選任され
たことから始まりまし
た。」

いつまでも自分らしく
幸せに生きるために

幸せに生きるために

弁護士 高江 俊名



Aさんは自宅で一人
暮らしをしていました
が、認知症と診断され
る状態になり、金銭の
管理などが難しくなっ
ていました。家の中は
いわゆる「ゴミ屋敷」
のようになりかけてい
て、ネズミなどが棲み
ついてるような状態
でした。あるとき、緊
急通報のために設置し
ていた装置の回線が通

でも、Aさんはそん
なことも意に介してい
ません。私が「私が
「ネズミもいるみたい
だし、片付けしません
か」と話を向けても
「チューちゃん飼って
ねん、かわいらしいで
と屈託のない笑顔で返
してやるのでした。」

Aさんがそのように
答えるのは、認知症の
ために自分の置かれて

第で、認知症になっ
ても自分らしくを失わ
ず、幸せに生きるこ
とができるんだと、教
えられている気がしま
す。

「後見」の類型は、
本人の判断能力が十
分でない部分がある
と、周囲の人がそ
の部分で補い、自分
で決められるように支
援をする。成年後見制
度は、本来、そのため
に利用される制度でな
ければなりません。

「後見」の類型は、
本人の判断能力が十
分でない部分がある
と、周囲の人がそ
の部分で補い、自分
で決められるように支
援をする。成年後見制
度は、本来、そのため
に利用される制度でな
ければなりません。

「後見」の類型は、
本人の判断能力が十
分でない部分がある
と、周囲の人がそ
の部分で補い、自分
で決められるように支
援をする。成年後見制
度は、本来、そのため
に利用される制度でな
ければなりません。

「後見」の類型は、
本人の判断能力が十
分でない部分がある
と、周囲の人がそ
の部分で補い、自分
で決められるように支
援をする。成年後見制
度は、本来、そのため
に利用される制度でな
ければなりません。

私のおすす

木陰のウォーキングや天然クーラー付き休憩
所、皆さんにいただいた「おすすめスポット」

【高槻市】摂津峡(☎072-683-0081)

・周囲は自然豊かで
キャンプ場もあり、
散策しながら木々
の緑を見るのもよ
いと思います。
・とても静かで素晴らしいところです。



川柳作品募集

身は太り 痩せていくのは 財布だけ
加齢です 病名問えば 医者が言い
探しもの 握っているのに また探す
爺ちゃんを 取り込む孫は 如才ない
古希過ぎりや 混浴入れど 波しずか

東大阪 花井 咲子
八尾 島田 繁幸
寝屋川 兼松 兵衛
河内長野 山室 光弘
高槻 富田 保子

投稿は最大2句まで。はがきに作品、住所、氏名(ペンネーム)
可、ふりがな、年齢、電話番号を書き、SC大阪事務局「川柳係」
(〒542-0012大阪府中央区谷町7丁目4-15 大阪府社会福祉
会館内)へお寄せください。万一、掲載作品に対し第三者間に著作権等
の疑義が生じてもSC大阪は一切の責任を負わないものとします。次号
(10月1日付)の締め切りは8月1日(月)です。

夏の
プレゼント

応募方法
はがきに ●希望の景品の番号 ●住所 ●氏名 ●年齢
●電話番号 ●紙面記事、広告などのご意見・
ご感想を記入の上、
〒530-0001 大阪市北区梅田3-4-5 毎日新聞ビル
6階高速オフセット内「SC大阪広報室」まで。
7月31日(日)消印有効。

※ご応募の際、ご記入頂いた会員様の個人情報、このプ
レゼントに関する抽選・通知以外には使用しません。
※当選の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。(2016年8月下旬発送予定)
※アンケートの内容はプレゼント抽選とは無関係です。

錦・高倉屋

1 特選・夏の京漬物詰め合わせ
(3,610円(税込)相当)

伝統の京漬物・本しば漬に涼しげな青
瓜の浅漬や大人気の茄子の浅漬を、酸
味が嬉しい三種の旬のお漬物と詰め
合わせました。京都の風情と手づくり
にこだわった錦・高倉屋の味を堪能し
ただけます。何度でもお使いいた
だけ竹籠にお漬物をいれ、京軸の風呂
敷に心を込めて丁寧に包みしてお
送りいたします。

錦・高倉屋
〒604-8043 京都市中京区東大文字町289-2
☎075-231-0081
http://www.takakuraya.jp/

株式会社ピエトロ

2 おいしい夏セット (定番ドレッシング・
パスタソース・スープ) (1,350円(税込)相当)

人気のドレッシングは容器を
一新。まわって開ける新キャッ
プは中のネジ栓と一体型に。
また、油の酸化を遅らせる色つ
きボトルで作りたてのおいし
さが長く続きます。さらに、通
販限定の「ピエトロファーマー
ズ」シリーズの中からパスタ
ソースとスープを加えた、夏に
ピッタリのセットです。

株式会社ピエトロ
☎0120-377-750(通信販売)
ホームページ http://www.pietro.co.jp/



高槻市

JR高槻駅からバスで約15分のところにある摂津峡公園は40秒も

摂津峡はその景観が大分県の耶馬溪と似ていることから摂津耶馬溪と呼ばれました。渓谷美や虫群れ飛ぶ清流を楽しみ、春は

貝塚市

二色の浜公園は府内でも数少ない自然の砂浜で、1キロにわたって広がる砂浜の白と一年中緑をたたえるクロマツ林は、後世に引き継ぎたい日本の白砂青松百選に選ばれています。

この二色がおりなす海辺の公園で、さわやかな潮風に吹かれながら、きらめく海を見わたすと、遠くに瀬戸大橋や関西国際空港のほか、夕方には大阪湾に

四季折々に楽しめる 北摂の奥座敷・摂津峡



江戸時代から親しまれる摂津峡は春の桜をはじめ四季折々の姿を見せる



「流蜚の自力で水を離れ飛ぶ」と記された山口誓子の句碑

約3000本の桜が咲き誇る中で花見、夏は涼しい河原での水遊びやホタル観賞、秋は朱に彩られたモミジ谷やクヌギ谷での紅葉狩りと、四季折々の風情を味わうことができます。

北摂随一の桜の名所として有名な高槻市摂津峡

は多くの花見客が訪れます。3月下旬〜4月上旬に「摂津峡さくら祭り」が開催され、桜広場では高槻太鼓やジャズの生演奏も行われます。

また、溪流沿いの見どころとしては、夫婦岩や行者岩、八畳岩などの奇岩のほか、北部には白滝があります。白滝

は高さ約15m、幅5mほど決って大きくはないものの、周囲の緑と見事に調和した優美な姿が魅力的。北摂随一の景勝地としても知られる名勝摂津峡は、単

に美しい景色を愛でるだけでなく、自然に触れて、遊べて、学べる尽きることはない自然に溢れています。



【白滝】JR東海道本線「高槻駅」下車、高槻市営バス上の口行き、原大橋行き「上の口」バス停から徒歩20分

沈む太陽も眺めることができます。

夏にはカラフルなビーチパラソルがすうりと並び、海水浴が楽しめる。

しめ、4月初旬から6月初旬には潮干狩りも楽しめます。

二色の浜公園のレストハウスにそびえる高さ43mの大きな帆船マストのモニュメント

は、海を感じさせます。海浜緑地のヤシの並木の向こうには、水上オートバイなどマリ

ンレジャー専用のじゃり浜が広がっていて、ゆっくりバーベキューをイメージしたユニークな外観をした、貝塚市の自然を学べる施設です。植物や昆虫、里山で暮らす生物を標本やパネルで展示しているのも貝塚市の魅力です。

上オートバイなどマリ

ンレジャー専用のじゃり浜が広がっていて、ゆっくりバーベキュー

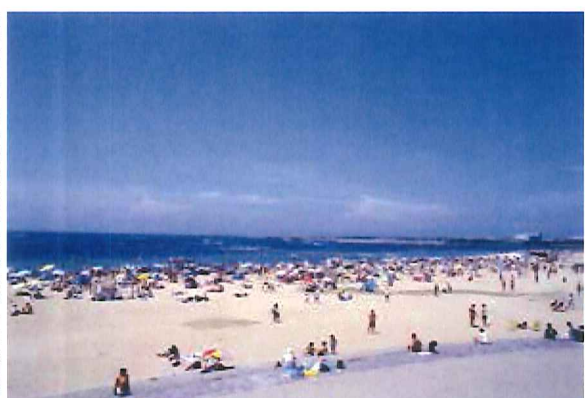
を楽しむことができます。屋根付きの施設もあります。

貝塚市立自然遊学館は、貝塚市で発見されたアンモナイトの化石をイメージしたユニークな外観をした、貝塚市の自然を学べる施設です。

唯一、リゾート気分です。植物や昆虫、里山で暮らす生物を標本やパネルで展示しているのも貝塚市の魅力です。

魚を飼育している水槽（貝塚市老人クラブ連合会）

自然のパノラマ 海と緑に心なごませて



おたやかな波に遠浅の白い砂浜で夏を満喫



砂浜の中央にあるレストハウスは大きな帆船マストが目印



二色の浜公園(海浜緑地) 貝塚市立自然遊学館 二色の浜公園 二色浜駅 見出川

入ってよかった 老人クラブ

幸せな未来に つながる

御所の内クラブ

山根 鈴子(島本町)



桜井の地に越してきて早3年。その間、右を見て左を見ても慣れない人たち。退職後でもあり、少しでも周りの人の名前と顔が分かればと、御所の内クラブに入会しました。役員の一員として迎えられ、年会費集めにはじまり、役員会はむろん新年会の晴れやかな余興やカラオケの場にも参加させてもらいました。

私にとってめまぐるしい一年でした。この中で印象に残ったのが、昨年度立ち上げたサロンです。一人暮らしの方も気兼ねなく立ち寄れて、アットホームで気さくな場です。1回100円でお茶をいただき、三々五々集まってはそれぞれに健康に気づかいつつ、だれかれともなく昔話に花を咲かせて盛り上がっています。

これから年を重ねていくことを考えますと、先輩方とふれあい、温かい雰囲気は包まれて過ごせる日常が、幸せな老後につながっていきのびた気がしてきました。これをきっかけに、会の皆さんに助けられ、励まされ、防災にも加わり、安心・安全な暮らしができる地域の一員として努めていこうと思っています。

(清和園青寿会)

「光陰矢のごとし」と古人は言いましたが、私もいつしか傘寿を越えました。ハワイ旅行に行ったのが病み付きになり、加えてファッションに魅せられて、勤め先の友人と欧州諸国を何カ国か旅してきましたが、よくぞ事件事故にも遭わず、本当に幸運でした。

最近は何ろ・暴動などで観光も命がけ、また加齢による体力の低下で好きな外国旅行も終わりにしました。外国を旅してみても、日本の国ほど安全安心な国

電話詐欺に要注意

高槻市 岩佐 琢蔵 (81)

私の友人から聞いた話だが、ある朝電話が、携帯の番号を変えたからな」と言っている。番号を知らせてきまし

「なんで変えたん？」 「いろいろ聞いたから電話がかかってくるから変えたんや、メモし」といって」とのこと。そのメモを友人に見せ、「携帯電話の登録も変えてくれ」とい

た。友人は「これは怪しい」と思って、「本当に本人からかかってくるのか？」と聞く。奥さんは「そうですよ」との返事でした。

翌日、また息子から電話があり、「お母さん、頼みがあるんだけど、おれが会社から金を借りて、今月の決算で一日返さないといかんねん。来月になったら返すから、立て替えていってや」「ナンボやねん」「そんな金ないわ」と言っていて電話を切った。

そこで初めて詐欺だと気づいた。電話の息子がよく似ていたことだった。

(貴友会)

傘寿を越えて思うこと

藤井寺市 波戸元澄子 (82)

「光陰矢のごとし」と古人は言いましたが、私もいつしか傘寿を越えました。ハワイ旅行に行ったのが病み付きになり、加えてファッションに魅せられて、勤め先の友人と欧州諸国を何カ国か旅してきましたが、よくぞ事件事故にも遭わず、本当に幸運でした。

今のところ持病もなく、平穩に過ごしていますが、さて、当面の目標は東京オリンピックです。そのときは87歳(女性の平均寿命)、また年末には米寿とな

る年回りです。それまではなんとしても健康であり、元気でいたいと心掛けています。カラオケ、グラウンドゴルフ、四季折々の花作り、友達のおしゃべりなどして、体力作りと脳の活性化に努めているところです。

傘寿越え 東京五輪も垣間見え (藤井寺会)



年齢、日付等は投稿時のものです

父の言葉

交野市 奥 克子 (78)

三十歳代、四十歳代の40%が「結婚はしなくてもよい」と考えていることをテレビで知りました。私もいわゆる適齢期のころ、結婚について真剣に考えました。結婚するまでは

半人前、結婚して子供を持ってやっと一人前、一人飯は食えなくても二人飯は食える、とか周囲からも教えを賜りました。

ある日お父ちゃん、命の1つだと考えるよ

うになりました。今、子供たちも各々家庭を持ち、時には「親のことなど忘れてしまたんかな」と思うことも多々ありますが、「親を忘れるほど楽しいことや没頭することが多いのは良いことだ」と、父の言葉を思い出しています。

(向井田白寿会)

老人クラブ活動短信

河内長野市 浜本 隆男 (91)

わが老人クラブは、毎月第三日曜日を「ふれあい会」と称して会合を行っています。2月21日の同会では、来

る3月11日が東日本大震災発生から5年になることから、開始に先

立って「く」なられた方に黙とう。復興に従事努力されている人へ感謝の気持ちを確かしま

した。日本赤十字社を通じてささやかな義援金を送ることにしました。また、最後に「花は咲く」を合唱し、楽しく過ごしました。

なお、毎月2月には、千代田学園大阪暁光高校の「オカリナ部」と「茶道部」の皆様による出演を得て地域交流の輪を広げ、活性化に努力しています。

(貴友会)

お知らせ

「話のひろば」次号(10月1日付)のテーマは自由。家族や地域の話など、400字前後でまとめてご応募ください。氏名のふりがな、年齢、電話番号、所属クラブ名も記入。締め切りは8月1日(月)。連絡先が不備の場合、掲載できないことがあります。また、投稿多数のときは掲載を延ばすこともあります。ご了承ください。採否の問い合わせはご遠慮ください。採用分には図書カードを差し上げます。

送り先 〒542-0012 大阪市中央区谷町7丁目4-15大阪府社会福祉会館内 SC大阪事務局「話のひろば」係

編集後記

去る5月に行われたSC大阪での平成28年度最初の理事会において、会長以下新たな役員が選出されました。この機関紙「ねんりんOSAKA」を担当する広報部会におきましても、従来のベテランメンバーにフレッシュな部会委員が加わり、より充実した体制となりました。

私達老人クラブ会員は日頃「健康・友愛・奉仕」を旗印に活動し、心と体の健康を保っています。これが自分自身のためであり、また友人のため、社会のためであると考えるとき、この機関紙は活動の媒体としてだけではなく、広く読者を得て会員加入促進の一助となるよう、さらに喜んでいただける紙面作りを心がけてまいります。

(広報部会部会長 岡野 治)

申し込みは 随時受け付け SC大阪クラブカード 有効期間5年 会費500円

SC大阪クラブカード申込書 平成 年 月 日

ふりがな氏名	申込み区分	新規 更新 再発行 ※○印をつけてください
市町村老連名	老連	単位クラブ名
住所	〒	
電話番号	() -	

※SC大阪記入欄 入力(日付) () カード送付(日付) ()
カード番号()

切り取って、会費(500円)を添えて申し込みください。問い合わせは各市町村老連事務局へ。

利用者の声



豊中市 吉野武彦さん

私の住む地域には6つの単位クラブがあります。会員が集まったときや世代間交流で楽しめるものを探し、マグダーツ(ニュースポーツ用品)の購入を決めました。クラブカードを使うと予算が少なく済み、大変ありがたかったです。

平成26年10月に発行した「SC大阪クラブカード」を契約している店舗・施設などを利用の際、同カードの提示や番号の通知で、割引サービスなど特典を受けることができます。利用できる施設はSC大阪ホームページまたは「ねんりんOSAKA」第154号(平成27年10月1日発行)をご覧ください。

新規契約施設 今後も契約施設を増やします

業種	施設名(住所)/問い合わせ先	イベント	使用方法
その他	(株)キョードー大阪 大阪市北区中之島2-3-18 フェスティバルタワー3F ☎06-7732-8855	「マランド楽団」創立77周年記念公演! 情熱と哀愁のメロディと共に、あのダンスホール時代へタイムスリップ 【公演日】2016/07/18(月・祝) 14:00~ 【会場】フェスティバルホール <予定曲目>ブラジル/キサス・キサス・キサス/マンボNo.5 / ラ・クンパルシータ ほか S席7,700円⇒6,000円の特別販売! ※電話予約のみ。受付専用電話番号 06-6538-9977【7/10(日)まで受付 各日10:00~19:00】 ※77周年にちなんで77歳(昭和14年生まれ)の方には会場でプレゼント を差し上げます。(年齢が確認できる身分証明書を持参ください。)	(電)

(電): 事前に電話でカード番号を伝える (支): 支払い時にカードを提示

●スポンサー御礼 ●「ねんりんOSAKA」第157号の発刊の際には、広告掲載のご協力をいただき、スポンサーの皆様のご厚情に深く感謝申し上げます。 大阪府老人クラブ連合会

熊本地震お見舞い

甚大な被害をもたらした「熊本地震」において、お亡くなりになられた方に心よりお悔やみを申し上げます。また、熊本県や大分県などで被災された皆さまに、謹んでお見舞いを申し上げます。一日も早い復興とご健康を心からお祈り申し上げます。

大阪府老人クラブ連合会