ねんりん OSAKA

大阪府老人クラブ連合会広報紙
https://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

コロナに負けず、つながろう

笑いがあふれる体操教室です

元気いっぱい！ イキイキ体操教室

枚方市・五常校区

五常校区の淀見会（上野精順（せいじゅん）会長）、翠ヶ丘シニアクラブ（上村八尋（やひろ）会長）、五常シニアクラブ（宮路美佐会長）が合同で毎週月曜に行っている「イキイキ体操教室」。70～88歳の約15人が集い、ラジオ体操、ひらかた体操、筋力トレーニング、「ゲイシャ・ワルツ」に乗ってのダンスなど、バラエティ豊かなメニューで楽しく身体を動かします。コロナ下でも、会場を自治会館から屋外の公園に移し、お互いの距離をとって感染防止に配慮しながら続けてきました。参加者は「家にこもりがちな毎日ですが、この場があるから元気でいられます」と話しています。

ニューチャレンジ開発部を立ち上げ

元希者（げんきもん）クラブ松原（松原市老連）

避難所の運営をゲームで模擬体験

元希者クラブ松原（縄田榮会長）では昨年4月、SC大阪健康づくり大学校の修了者を中心に「ニューチャレンジ開発部」を立ち上げました。そのねらいは、コロナ下で従来のクラブ活動が制限されている今こそ、これまでやったことのない新しい活動への取り組みを考えようというもの。昨年度は、明日にも来るかもしれない大災害に備えて、避難所の運営方法をゲームで学ぶ「避難所HUG（ハグ）」の研修会を実施しました。そのほか、松原市の産業を知る企画など、コロナが収束した際に本格的に活動を始められるよう、いろんなアイデアを話し合っています。

お知らせ

近畿ブロック 老人クラブリーダー研修会

来年度は大阪府で開催

今年度の近畿ブロック老人クラブリーダー研修会は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のために中止となりました。来年度はＳＣ大阪が担当して、６月30日に大阪府社会福祉会館（大阪市中央区）で開催されます。会員の皆さんのご協力をお願いいたします。

やってみたら、意外と簡単でした

集まれなくても、オンラインで会議を

SC豊中（豊中市老連）

SC豊中（前田雄治会長）では、コロナ下で集まって話すことが難しくなっている中、オンラインで会議を持つ取り組みを始めました。現在、総務企画部会と趣味部会の2つの部会で、ビデオ会議システムのZoom（ズーム）を使って、それぞれの自宅にいながらにして会議を行っています。部会メンバーからは「コロナ感染を心配せずに顔を見ながら話ができて安心」「若い世代のようにテレワークができたことで自信と誇りを持てた」など、反応は上々。今後、この動きをSC豊中全体に広げていこうと、単位クラブ会長を対象にオンライン会議の研修会を実施する予定です。

新年度事業計画などを承認
SC大阪評議員会

SC大阪の令和3年度評議員会（5月28日付）は、新型コロナウイルスの感染拡大防止を考慮して郵送による書面決議で行われ、すべての議案が原案通り承認されました。

〈承認された議案〉
①令和2年度事業報告
②令和2年度決算報告及び公益目的支出計画実施報告
③令和3年度事業計画
④令和3年度収支予算
⑤理事の選任
⑥評議員の選任

SC大阪 今年度の重点的な取り組み

①健康づくり、日常生活支援活動の推進

誰もが住み慣れた地域で生きがいを持って暮らし、共に支え合う「地域共生社会」の実現を目指し、これまでの老人クラブ活動の実績と経験を活かして、健康寿命の延伸と地域支え合い活動に積極的に取り組む。

特に今年度は新型コロナウイルス感染症予防と会員の健康保持・増進の両立を図るための取り組みを推進する。

（1）「新しい生活様式」に基づくクラブ活動
①3密（密閉・密集・密接）を避ける事業運営の工夫
②参加者への感染予防対策の周知徹底（マスクの着用、人との間隔）

（2）健康づくり
①健康を保持増進するフレイル（虚弱）予防活動
②認知症予防への取り組み

（3）生活支援
友愛活動を基盤とした、幅広い生活支援活動

②会員増強への取り組み

老人クラブの意義や有効性への理解を深め、健康づくり・介護予防活動や友愛活動などを通じて会員増強の取り組みを推進する。

なお、当面は会員数の現状維持に努めることを目標とする。

SC大阪 会員増強運動スローガン
+1 プラスワン 友だち入会作戦
～会員一人が、一人の友だちにクラブ入会の声かけを～

市町村老連新会長

吉村文男氏（茨木市）

山岸眞弓美氏（門真市）

松浪　敏氏（熊取町）

与野佐智雄氏（泉南市）

SC大阪新役員

理事
岡本俊彦（貝塚市）

評議員
山岸眞弓美（門真市）
山本正史（千早赤阪村）
松浪　敏（熊取町）
与野佐智雄（泉南市）
＝敬称略
※任期期は令和6年（◇は令和7年）5月定例評議員会終了まで

◇渡邉ヒロミ（富田林市）
＝敬称略
※任期は令和4年5月定例評議員会終了まで

箕面市、豊中市、島本町が実施老連にみずほ教育福祉財団助成「地域支え合い応援事業」

令和3年度みずほ教育福祉財団助成事業「地域支え合い応援事業」の実施老連に、SC大阪から箕面市老連、豊中市老連、島本町年長者連が選ばれました。

この事業は、地域支え合い活動の推進に向けて新たな取り組みをするクラブ・老連を支援するものです。市町村老連が実施主体となり、単位クラブ・地区連合において友愛活動を実践するとともに、市町村老連において友愛活動の研修会を行います。

9月20日は社会奉仕の日

各自が運動意識を持ち、道端のごみ拾いなど、できる範囲で取り組みましょう。

令和3年度SC大阪支援事業 支援対象団体が決定

令和3年度SC大阪「健康づくり・介護予防活動及び地域支え合い活動支援事業」に23団体からご応募をいただきました。SC大阪正副会長会議による審査会で厳正な審査を行った結果、別表の通り、支援対象団体が決定しました。

この事業は、市町村老連・校区老連・単位クラブが新規に実施する健康づくり・介護予防事業、地域支え合い事業を支援金（1団体あたり10万円以内）で応援するものです。

クラブ名	事業内容	支援金額
三寿会（島本町）	水無瀬川河川敷でラジオ体操とグラウンド・ゴルフの定例会を開催	10万円
彩都シニア倶楽部「き・ら・り」（茨木市）	「きらり café サロン」を開設（月4回：麻雀の会、月2回：雑談会と大学教員による運動座学と実技のストレッチの指導）	10万円
倉治シニアクラブさんゆう会（交野市）	フレイル予防のための「倉治 シニア すこやか道場」を開設（週1回、運動・コミュニケーション・知的活動のプログラムを実施）	10万円
田井城東老人クラブ紫会（松原市）	ノルディック・ウォークの普及（まず指導者を養成し、順次会員に広める）	10万円
駒ヶ谷長生会（羽曳野市）	地域の高齢者の健康づくり・介護予防の場として「健康マージャン」、集いの場として「いきいきサロン」を開催（月2回）	10万円

SC大阪 新事務局長就任のお知らせ

このたび礒村勉事務局長の後任として、4月1日付でSC大阪事務局長に就任いたしました。

私は平成13年に事務局に入局し、活動推進員として20年間、多くの会員の皆様とのご縁に支えられて勤めてまいりました。これからも変わることなく、皆様とのつながりを大切にしながら職務を全うしていく所存です。

今、各地域の老人クラブでは、さまざまな課題や悩みを抱えておられると思います。私にできることとして市町村老連、単位クラブの皆様の元へ積極的に足を運び、率直な声をお聞きし、ともに考え、老人クラブ活動のさらなる推進に力を尽くしてまいります。

今後とも、より一層のご指導・ご鞭撻をお願い申し上げます。

SC大阪事務局長
山田典子

令和2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
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	52
特定資産運用益	472
受取会費	19,357,600
事業収益	7,375,887
受取補助金等	6,964,000
受取寄付金	1,093,000
雑収益	2,945,000
経常収益計	37,736,011
(2)　経常費用	
事業費	
給料手当	7,392,120
臨時雇賃金	1,213,334
賞与引当金繰入	201,250
福利厚生費	1,364,516
旅費交通費	697,340
通信運搬費	616,087
消耗品費	1,507,148
印刷製本費	7,304,023
賃借料	472,010
保険料	660
委託料	1,889,693
諸謝金	524,000
支払助成金	78,600
雑費	240,828
事業費計	23,501,609
管理費	
給料手当	2,925,000
退職給付費用	240,000
賞与引当金繰入	270,000
福利厚生費	616,642
旅費交通費	496,830
通信運搬費	326,764
消耗品費	367,447
修繕費	289,300
印刷製本費	11,858
光熱水費	337,199
賃借料	3,489,076
保険料	5,000
諸謝金	462,000
支払負担金	792,000
租税公課	561,600
雑費	198,617
管理費計	11,389,333
経常費用計	34,890,942
評価損益等調整前当期経常増減額	2,845,069
評価損益等計	0
当期経常増減額	2,845,069
2．経常外増減の部	
(1)　経常外収益	
経常外収益計	0
(2)　経常外費用	
固定資産除却額	0
経常外費用計	0
当期経常外増減額	0
当期一般正味財産増減額	2,845,069
一般正味財産期首残高	11,047,448
一般正味財産期末残高	13,892,517
Ⅱ　指定正味財産増減の部	
当期指定正味財産増減額	0
指定正味財産期首残高	1,000,000
指定正味財産期末残高	1,000,000
Ⅲ　正味財産期末残高	14,892,517

令和3年度収支予算書

（単位：円）

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	0
特定資産運用収益	1,000
受取会費	14,860,000
事業収益	8,913,000
受取補助金等	6,964,000
受取寄付金	10,000
諸収益	10,000
経常収益計	30,758,000
(2)　経常費用	
事業費	
給料手当	7,935,000
臨時雇賃金	2,522,000
福利厚生費	1,463,000
旅費交通費	2,149,000
通信運搬費	269,000
消耗品費	384,000
印刷製本費	8,120,000
賃借料	891,000
保険料	18,000
委託料	1,516,000
諸謝金	885,000
支払助成金	20,000
雑費	495,000
事業費計	26,667,000
管理費	
給料手当	0
退職給付費用	240,000
福利厚生費	0
旅費交通費	253,000
通信運搬費	345,000
消耗品費	50,000
印刷製本費	30,000
光熱水費	330,000
賃借料	3,571,000
保険料	5,000
諸謝金	473,000
支払負担金	756,000
租税公課費	620,000
雑費	122,000
管理費計	6,795,000
経常費用計	33,462,000
評価損等調整前当期経常増減額	△ 2,704,000
評価損益等計	0
当期経常増減額	△ 2,704,000
2．経常外増減の部	
(1)　経常外収益	
経常外収益計	0
(2)　経常外費用	
経常外費用計	0
当期経常外増減額	0
当期一般正味財産額増減額	△ 2,704,000
一般正味財産期首残高	8,847,000
一般正味財産期末残高	6,143,000
Ⅱ　正味財産増減の部	
当期指定正味財産増減額	0
指定正味財産期首残高	1,000,000
指定正味財産期末残高	1,000,000
Ⅲ　正味財産期末残高	7,143,000

※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

府からのお知らせ

ミニミニ健康情報

猛暑での我慢は命取りです

府内では2020年度、4869人が熱中症により救急搬送されました。暑さから身を守るための３つの習慣をおすすめします。

【涼む】暑さをしのぐ「クーラーの利用」
・自分の感覚だけに頼らず、部屋の温度や湿度を確認して、クーラーの設定温度を調節しましょう。
・外出先では、クーラーの効いた施設等で休息しましょう。

【気づく】暑さを知らせる「情報の活用」
・今年から天気予報などでもお知らせされる「熱中症警戒アラート」のほか、「暑さ指数メール配信サービス」（※）などの暑さの危険を知らせてくれるサービス等で、暑さに備えましょう。
※「大阪府暑さ対策情報ポータルサイト」でも紹介しています。情報取得にかかる通信料は利用者の負担となります。

【備える】暑さにつよい「からだづくり」
・水分や塩分の補給をこまめに行いましょう。
・暑さに負けない体にするため、体調を見ながらウォーキングなどの汗をかく運動を継続して行いましょう。

注意！　マスク着用により、熱中症のリスクが高まります
マスクを着けると体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスクや換気など「新しい生活様式」を両立させましょう。

「大阪府暑さ対策情報ポータルサイト」　大阪府　暑さ対策　検索

情報提供 お問い合わせ　大阪府環境農林水産部エネルギー政策課 温暖化対策グループ（☎06-6210-9553）

令和3年度 SC大阪 認知症予防エクササイズリーダー養成講座 受講者募集

本講座は、校区老連や単位クラブで認知症予防エクササイズの取り組みを広げていただくことを目的に、昨年度から実施しているものです。市町村老連単位でご応募ください。

●**講座日程・内容**
①9月21日（火）午後1時30分～4時「認知症と予防を理解する」
②9月24日（金）午後1時30分～4時「認知症予防エクササイズを楽しみながら学ぶ」
③9月29日（水）午後1時30分～4時「グループワークの実施」

●**会場**　大阪府社会福祉会館（大阪市中央区谷町7-4-15）

●**講師**　山口宰氏（社会福祉法人光朔会オリンピア常務理事）、重信直人氏（YMCA総合研究所、日本認知症予防学会認知症予防専門士）

山口　宰氏

重信直人氏

●**参加費**　1人1000円

●**定員**　50人（原則として1市町村老連あたり10人以内）

●**応募方法**　7月中旬に市町村老連に配布する応募用紙に必要事項を記入し、ご応募ください。締め切りは8月31日（火）。

※今年1月に実施した本講座のオンライン講習を受講された方は、今回、2日目・3日目の実技のみ再受講できます。

アイデア生かして楽しい小物づくり

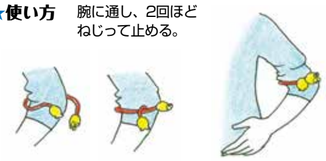
色の組み合わせでアレンジ自在

お花のアームバンド

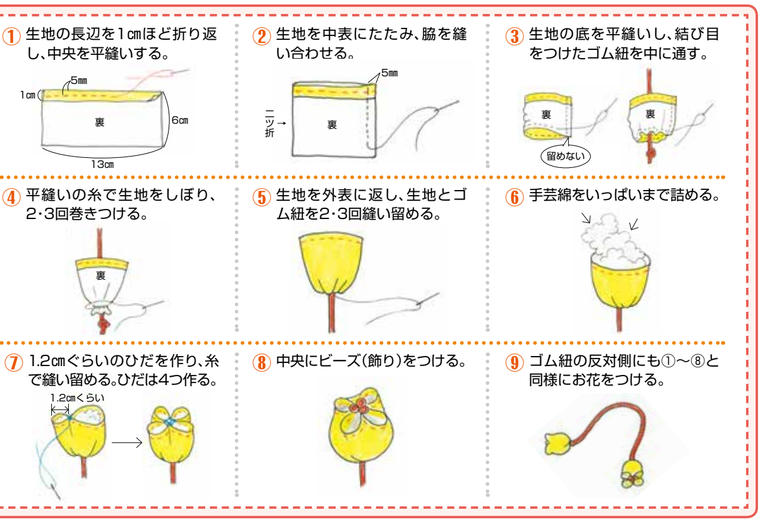
▶作り方の提供◀
ＳＣ大阪事務局

★材料（1本分）
・生地　13㎝×7㎝（縫い代込）2枚
・ゴム紐　約30㌢　・手芸綿　適量
・ビーズ（飾り用）　適量　・針、糸

★使い方
腕に通し、2回ほどねじって止める。



★作り方



健康づくり

熱中症の予防を心掛けて

大阪府医師会理事
鍬方（くわがた）　安行（やすゆき）

新型コロナウイルス感染症の世界的な流行が起きてから、我が国では2度目の夏を迎えます。街中ではマスクを着用する人々の姿が当たり前のこととなりましたが、夏季は感染対策に加えて、熱中症にも注意を向ける必要があります。

熱中症とは、高温多湿な場所に長時間いることなどにより、体内の水分と塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かなくなったりする状態のことを言います。その名称から、屋外の特に日差しの強いところで起きると想像されるかもしれませんが、日本救急医学会の2015年の調査では、熱中症が最も多く発生した場所は住宅等の屋内です。屋内であっても、空調がない部屋で過ごすことは控え、エアコンで室内温度を管理するようにしましょう。

なお、一般家庭用のエアコンには換気の機能はありませんので、感染対策には適宜、窓を開けるなどの換気が求められます。この際、室内温度が上がり過ぎないよう、温度計で確認することも大切です。

屋外ではできるだけ直射日光を避け、気温が高いときは活動を行わないようにしてください。飛沫感染を防ぐためにはマスクが大事ですが、炎天下でのマスク着用は身体に負担がかかりますので、人と十分な距離を保てるときはマスクを外しましょう。また、屋内外を問わず肝心なのが水分補給です。特に高齢の方は、暑さや水分不足に対する感覚機能と体温調節機能が低下しています。喉の渇きを感じていなくても、こまめに水分を摂ることを心掛けてください。

熱中症の予防には、体力の低下を防ぐことも重要です。感染症の流行による活動自粛で、「身体を動かす機会が減った」と思われる方はぜひ、生活の中に運動を取り入れてみてください。外が暑ければ、空調の効いた部屋で体操をするなど、自宅でも運動は可能です。無理なく続けることを意識しましょう。

熱中症は予防が何より大切です。今年の夏は、感染対策と熱中症予防の両立を図り、皆で元気に夏を乗り越えましょう。

おいでよ！わが街

千早赤阪村

村にある天空の城

今回は史跡楠木城（上赤阪城）跡を紹介します。

歴史的には元弘3年（1333年）2月、楠木正成公がせめてきた鎌倉幕府軍に対して千早城の大手として築城されていた山城です。標高約350㍍にある本丸からの見晴らしはよく、空気の澄んでいるときには、大阪平野から明石海峡大橋まで望見できる場所でもあります。そして何よりも、ここでは天候条件にもよりますが、運がよければ朝方に雲海の風景を見ることもできます。

また、上赤阪城跡に向かう道中には、ツツジも群生しており、4月下旬から5月上旬には満開のツツジを見ることができます。

この風景状況は（一社）千早赤阪村観光協会HPの楠公アーカイブにある「史跡等周辺の景色」で見ることができます。（HPアドレス　https://nanko-hsps.jimdofree.com/）

千早赤阪村に来られた際には一度観光していただきたい場所です。

（千早赤阪村老人クラブ連合会）

上赤阪城跡から望見できる雲海

上赤阪城跡道中のツツジ

千早赤阪楠公史跡保存会キャラクター「まさしげくん」

いきいき活動を支える

老人クラブ会員向けに 傷害保険・賠償責任保険で安心補償

傷害保険

自分がケガをした時の保険です。（病気は対象外）
8,000円タイプと12,000円タイプについては、他人の物を壊したり、他人にケガをさせた場合も対象となります。

①対 象：老人クラブ会員に限ります。1人1口加入で年齢制限はありません。
加入手続きは所属の老人クラブの保険担当者が取りまとめる団体保険です。

②保険始期月および保険期間：年に2回の募集となります。

保険始期月	手続き期間（締切日厳守）	保険期間
10月	7月15日～9月15日まで	10月1日午後4時から1年間
4月	1月15日～3月15日まで	4月1日午後4時から1年間

③掛金払込の条件：加入申込の人数に関わらず1回の払込につき掛金総額3,000円以上（追加の場合も同様）。
※払込手数料は加入申込者負担。老人クラブ・会員個人には保険証券・領収証は発行されません。

④補償範囲・掛金タイプ：◆24時間型／4タイプ
・すべてのタイプに特定感染症危険補償（新型コロナウィルス感染症を含む）を追加しました。
・自転車事故を含む個人賠償責任補償や地震・噴火・津波補償、熱中症危険補償を付加したタイプもあります。
◆活 動 型／2タイプ
6タイプから1人1つ選択してください。複数口加入はできません。

賠償責任保険

他人の物を壊したり、ケガをさせた時の保険。〈自分のケガは対象になりません。〉

①対 象　単位老人クラブ（全員加入が条件となります）
②保険期間　毎年10月から1年間（中途加入可）
③掛 金　1人年額100円（最低引受保険料3,000円）
④補 償　支払限度額1億円

公益財団法人 全国老人クラブ連合会 保険係
〒100-8822 東京都千代田区霞が関3-3-2 新霞が関ビル5階
加入申込書等、資料請求先 専用FAX 03-3597-8767　お問い合わせ ご相談先（受付時間 9:30から17:00まで（土、日、祝祭日、年末年始休））03-3597-8770
ホームページ http://www.senior-ltd.com/ 老人クラブ傷害保険 検索　メールアドレス hoken@senior-ltd.com
〈取扱代理店〉有限会社 シニアサービス社　TEL.03-3597-8768
〈引受幹事保険会社〉東京海上日動火災保険株式会社（担当課）医療・福祉法人部　TEL.03-3515-4143

※この広告は、以下の商品についてご紹介したものです。
【老人クラブ傷害保険】
老人クラブ団体傷害保険特約付帯傷害保険・総合生活保険（傷害補償）
【老人クラブ団体賠償責任保険】
施設賠償責任保険・生産物賠償責任保険
ご加入にあたっては、必ず「パンフレット」「概要」「重要事項説明書」をよくお読みください。詳細は、ご契約者である団体の代表者にお渡ししてあります保険約款によりますが、ご不明な点がある場合には、代理店までお問い合わせください。
2021年3月作成　20-TC10866

コロナフレイル予防をめざして、毎日からだを動かしましょう！

いきいきクラブ体操

リニューアル DVD

リニューアルDVDと小冊子（A4判、24ページ）

教材シリーズ（単価）
・リニューアルDVD　2200円
・解説小冊子　220円
・音楽CD　850円

リニューアルDVDは「いつでも、どこでも、気づきの体操」を追加し、「いきいきクラブ体操」のウォーミングアップとして活用できます。体操シーンも新たに撮影しました。楽しく、健康づくりにお役立てください。

お申し込み・お問い合わせ
SC大阪事務局
☎06（6761）6480、FAX06（6765）3302

認知症予防10か条

（公益財団法人認知症予防財団）

第 1 条	食　事	塩分と　脂肪控えて　バランス良く
第 2 条	運　動	歩こうよ　手足動かし　脳刺激
第 3 条	不 摂 生	深酒と　タバコやめれば　病なし
第 4 条	健　診	習慣病　肥満に血圧　早めの一手
第 5 条	転　倒	気をつけよう　頭の打撲　引き金に
第 6 条	興　味	好奇心　前向き人生　いつまでも
第 7 条	趣味・日記	考えて　まとめて表現　よい習慣
第 8 条	人間関係	こまやかな　気配り欠かさず　お付き合い
第 9 条	若　さ	老け込むな　おしゃれ心を　忘れずに
第 10 条	ストレス	くよくよと　考え込まず　ため込まず

お料理メモ

火が通りやすくナスに穴をあけて

丸ナスのごちそう田楽

カロリー：148キロカロリー　塩分：1.6グラム
（いずれも1人当たり）

●材料（2人分）
▶丸ナス　1個　▶サラダ油　適量
▶エビ（背わたを取り、塩・酒を加えてもみ、水洗いする）　3尾
▶枝豆（さやつき）　20グラム
▶塩　適量　▶柚子の皮　適量
▶ミョウガ　適量
▶a（白味噌 50グラム、砂糖 大さじ½、みりん 大さじ½、酒 大さじ½）

●作り方
❶丸ナスは天地を切り、縦の縞模様に皮をむき、2㎝厚さの輪切りにし、両面に穴をあけます。
❷サラダ油を温めたフライパンで、途中で裏返しながら柔らかくなるまで焼きます。
❸エビは熱湯で茹で、赤くなれば火を止めて冷まし、殻をむいて1㎝角に切ります。
❹枝豆はさやごと塩でもみ、熱湯で茹でて丘上げし、皮と薄皮を取ります。
❺(a)を鍋に入れて弱火で練ります。
❻❷に❺をのせて水なし両面焼きグリルの上下弱火で約2分焼きます。
❼器に❻を盛り、❸、❹をのせます。薄切りにしたミョウガを天盛りにし、柚子の皮をすりおろして振ります。

★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　チーフ・立光直美

年齢、日付等は投稿時のものです

お城博士

八尾市　池田裕美（77）

「ねんりんOSAKA1月号（175号）」に「日本のお城クイズ」が掲載されていました。お城・城址に詳しいわけではありませんので、地名から県名をつなげることはできるだろうと思って、解き始めました。まずは、半分ぐらいはわかったのですが、お城の名前を正しく読むことができない部分に突き当たってしまいました。正しく読むことができれば調べる術もあるのですが、そのつまずきで数カ所の正解を増やすことしか前に進めませんでした。

このままギブアップも口惜しくなり頭を悩ませましたところ、お城を趣味にしていた友人を思い出しました。その方は、お若い時代から日本全国のお城・城址を訪ね歩かれて、私に「お城博士」と思わせてくださる方です。

早速問題を表にして、いきさつを説明しましたところ、あっという間に全てを正解してくださいました。なんといっても、読み方がわからなかったところがわかったことをありがたく思いました。

その中で、横須賀城が静岡県であることにはびっくりしました。また、地名の読み方にはわかりにくい例は数多くありますが、今回では、宮崎県の飫肥（おび）城でした。私の浅識とは言え、知らないことがわかったことで、得をしたように思えました。

なお、今回47都道府県で、石川県だけがなかったのはなぜかな？と思いました。金沢城が入っていれば、一問でも正解が増えたのに、と思いました。

今回のことで、今後の役に立てばと考えて、①城名②読み方③県名の一覧表を作って資料とすることができました。

懐かしき「ねんりん」

松原市　山下笑子（81）

散歩の途中で立ち寄った図書館で、何気なく置かれた「ねんりんOSAKA新年号」を見たとき、どうして今まで気づかなかったんだろうと不思議さと嬉しさで思わず手に取りました。

ともすればコロナ感染の下向きな情報ばかりのときに「ねんりん」の紙面は、明るく楽しそうに活躍されておられる元気な地域の様子が紹介されていて、5年前3月末ギリギリに老人会の事業報告書、決算書などを書き上げ、市の高齢課へ提出し、松原市に引っ越しをした、あっという間の年月を思い返させてくれました。

高齢の親娘の転宅に変な警戒心を持たれたり、侮りの言葉をかけられたりもしましたが、それ以上に心から信頼できる人も大勢おられることも知りました。

賢明な自粛を心掛けながら、丑年を一歩前へと歩もうと想います。

ねんりん川柳

選　SC大阪広報部会

自粛中　夫は家事の　腕をあげ　八尾　松田美紗子
満開の　桜でコロナ　吹き飛ばせ　高石　金田　淳
非常事態　コロナ鎮座し　店も消え　枚方　桂（けい）　舟（しゅう）
つかれたよ　第四波かと　蛙鳴き　島本　志賀妙代子
休みたる　木株に黙礼　春の風　貝塚　西田由紀子
カラオケを　上手に外し　歌いきる　富田林　大西　剛
顔マスク　どこの誰やら　分からない　豊中　小林　貞善
コロナ禍を　飲み込み泳ぐ　鯉幟　門真　兵頭　克己
タイガース　今年はひょっと　ひょっとして　高槻　木村　靖男
とりえ無し　老いてだんなの　コックさん　貝塚　馬ちゃん

川柳作品募集

投句は最大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大阪市中央区谷町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大阪は一切の責任は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2日（月）です。

お知らせ

「話のひろば」次号（10月1日付）のテーマは自由。家族や地域の話題など、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2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。原稿の返却はできません。採否の問い合わせはご遠慮ください。

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

【団体】 SC大阪を応援ありがとうございます　令和3年度賛助会員一覧

名鉄観光サービス（株）	パレ・フタバ（株）（フタバボウル）	（株）ベステートジャパン
日本郵政（株）かんぽの宿近畿地区総括	（株）文琳社	あうん介護タクシー
（株）高速オフセット	（有）渓山閣（京都・亀岡　湯の花温泉　渓山閣）	レッドホースコーポレーション（株）
（社福）大阪府社会福祉協議会	プリントマシンセンター（株）	（株）辻吉
（一財）大阪府地域福祉推進財団	（株）共立メンテナンス	（株）太陽ビルマネージメント
（特活）大阪府高齢者大学校	神戸ハーバーランド温泉万葉倶楽部	（社福）大阪府社会福祉事業団　特別養護老人ホーム光明荘
（公社）大阪介護福祉士会	（株）兵衛旅館（有馬温泉　兵衛向陽閣）	（社福）風の馬　地域密着型介護老人施設　エクウスプリオル
大阪府住宅供給公社	絹谷幸二天空美術館（積水ハウス（株））	（株）いずみファマーズ葉菜の森
（株）ニチコミ	森永乳業（株）	（社福）芳春会　特別養護老人ホーム　ビオラ和泉
税理士法人高橋会計事務所	（株）スタンダード（カラオケ JOYSOUND）	（社福）悠人会　介護老人保健施設　サンガーデン府中
（株）石切ゆめ倶楽部（ホテルセイリュウ）	島手そうめん販売（株）	杉本会計事務所
（株）不動口館（犬鳴温泉　不動口館）	（有）好月堂	（有）ホワイトサービス
（特活）シニア自然大学校	（株）ワールド・ヘリテイジ（ホテル アジュール・奈良）	葬儀会館ティア貝塚
（株）ニコー（呉服座）	（株）ワールド・ヘリテイジ（ホテル アジュール奈良アネックス）	三晃商会
（株）サカイ引越センター	（株）博報社	（株）岸和田グランドホール
犬鳴山温泉　み奈美亭	松井軌道（株）	（社福）和泉福祉会　ひかりの園
（株）伏尾の鮎茶屋（伏尾温泉　不死王閣）	古川庭樹園	かんてんやの介護タクシー
松原興業（株）（松原天然温泉　you, ゆ～）	（株）太千古川青果	（株）池田泉州ホールディングス
大阪観光（株）（大江戸温泉物語　箕面温泉スパーガーデン）	（有）辻元電化センター	総合会館パドマホール
（一財）ひょうご憩の宿	（社福）カナン	田口会計事務所
丸大食品（株）	（医）順心会　前田クリニック	（株）読売新聞　大阪本社
（特活）フレンドリー情報センター	（社福）大阪府社会福祉事業団　軽費老人ホーム河南荘	
（株）池田泉州銀行	K&K カラオケスナック	

令和3年5月31日現在

ＳＣ大阪では、事業推進を支えていただく賛助会員を募集しています。お問い合わせは、ＳＣ大阪（☎06-6761-6480）まで。

編集後記

今年度は、活動開始の4月から、新型コロナウイルス感染まん延防止等重点措置が適用され、行事などの開催が中止やオンラインになりました。引き続き、緊急事態宣言が発出され、更に再延長となりました。

そんな中、待ちに待ったワクチン接種が始まりました。メリット・デメリットが報じられていますが、この感染症を正しく恐れ、一人ひとりがよく考えて感染防止対策に努めましょう。

広報部会開催も自粛する中、委員は書面のやりとりで紙面作成に携わり、無事に発行できました。

夏本番、健康に気をつけてお過ごしください。

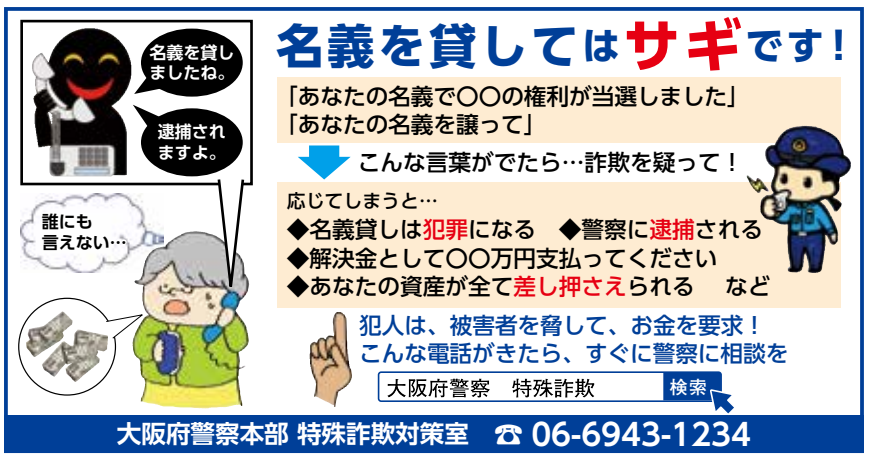
広報部会委員　泉　久雄

●スポンサー御礼●

「ねんりんOSAKA」第177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

最新のお知らせなど役立つ情報がいっぱいです
ＳＣ大阪のホームページをご覧下さい
「SC大阪」と検索すると見つかります。ＳＣ大阪　検索



SC大阪の活動を支援してください　ご寄付のお願い

ＳＣ大阪では、活動への支援のご寄付を募集しております。金額の多寡は問いません。ご協力いただける方は、下記口座までお振り込みくださいますようお願いいたします。

頂戴した寄付金は、会員の皆様に喜んでいただける行事・催しを実施するための活動資金として、大切に使わせていただきます。

令和3年3月16日～5月31日の期間に、10人の方から計6万2000円の寄付金を寄せていただきました。ご厚意にありがたく感謝申し上げます。

銀行名：りそな銀行　　支店名：大手支店
預金種別：普通　　口座番号：０１０４６４０
口座名：一般財団法人大阪府老人クラブ連合会
ｻﾞｲ）ｵｵｻｶﾌﾛｳｼﾞﾝｸﾗﾌﾞﾚﾝｺﾞｳｶｲ

ＳＣ大阪クラブカード

カード見本

平成28年9月までに申し込みされた方は有効期間が終了します。更新のお知らせを送りますので、更新の手続きをお願いします。
なお、令和元年10月以降の申し込み（更新を含む）には有効期限がありません。

問合せ
SC大阪事務局
（☎06-6761-6480）