

長寿会新聞

ふれあい

発行 町会
平群 長寿
ふれあい情報部

回会 扇田会長に高齢者福祉功労者賞

平群町敬老会に長寿会員約二百名が出席

10月23日(金)10時から「かしのき荘」新館会議室において、第4回理事委員会が37地区会長(委任含む)、本部役員、参加が出席して開催しました。当日、予定された議題について協議し、全て原案どおり了承。議決されたので、次の通りご報告します。なお、本年も共同募金活動に協力することになりましたので、ご理解とご協力をお願いします。

【報告・連絡事項】

1. 専門部関係

① 女性部

(1) 介護施設「グレースの里」慰問
・9月14日(月) 14時
・アロハC・ウクレレC出演

(参考) 今後は「悠々の郷」と交互に訪問

(2) 第2回女性部長会議
・10月30日(金) 10時

(3) 平成27年度上期
事業活動地区別参加実績

【別紙1】

② 健康部

(1) 健康ウォーク
・第59回 9月15日(火) 25人参加
中央公民館・北公園方面

・第60回 10月20日(火) 27人参加
中央公民館・三三・椿井方面

(2) 第2回健康推進委員会
・10月6日(火) 小会議室
本部健康推進委員 8名出席

(3) 第2回健康委員会

10月23日(金)10時から「かしのき荘」新館会議室において、第4回理事委員会が37地区会長(委任含む)、本部役員、参加が出席して開催しました。当日、予定された議題について協議し、全て原案どおり了承。議決されたので、次の通りご報告します。なお、本年も共同募金活動に協力することになりましたので、ご理解とご協力をお願いします。

【報告・連絡事項】

1. 専門部関係

① 女性部

(1) 介護施設「グレースの里」慰問
・9月14日(月) 14時
・アロハC・ウクレレC出演

(参考) 今後は「悠々の郷」と交互に訪問

(2) 第2回女性部長会議
・10月30日(金) 10時

(3) 平成27年度上期
事業活動地区別参加実績

【別紙1】

② 健康部

(1) 健康ウォーク
・第59回 9月15日(火) 25人参加
中央公民館・北公園方面

・第60回 10月20日(火) 27人参加
中央公民館・三三・椿井方面

(2) 第2回健康推進委員会
・10月6日(火) 小会議室
本部健康推進委員 8名出席

(3) 第2回健康委員会

10月23日(金)10時から「かしのき荘」新館会議室において、第4回理事委員会が37地区会長(委任含む)、本部役員、参加が出席して開催しました。当日、予定された議題について協議し、全て原案どおり了承。議決されたので、次の通りご報告します。なお、本年も共同募金活動に協力することになりましたので、ご理解とご協力をお願いします。

【報告・連絡事項】

1. 専門部関係

① 女性部

(1) 介護施設「グレースの里」慰問
・9月14日(月) 14時
・アロハC・ウクレレC出演

(参考) 今後は「悠々の郷」と交互に訪問

(2) 第2回女性部長会議
・10月30日(金) 10時

(3) 平成27年度上期
事業活動地区別参加実績

【別紙1】

自分の問題認知症

認知症を知ろう⑧

平群町地域包括支援センター

先月号では、認知症の人と接する心がまえについてご紹介しました。今月は、認知症の人の付き合ひ方・接し方についてご紹介いたします。○基本は「信頼関係」を築くこと。認知症を患うと、以前よりも物事を

上手に行うことが難しくなってしまう。以前は「以前は上手にできていた」と感じていたが、「それを言い出すのは恥ずかしい」「これは年だからしょうがない」「家族の手を煩わせるのではないかな」などと考えています。たとえ親子であっても、やはり自分の弱みを見せるのは、恥ずかしいものがあります。ですが、心のどこかで「助けてほしい」と思っており、さりげない気遣いや手助けを望んでいるのです。本当は助けて欲しいけど言い出せないジレンマの中で、家族など身近の

人に失敗などを怒られることが続けば、不安感や恐怖感などから強いストレスがかり、精神的に不安定になります。認知症を残すようにしてしまう。認知症が進行してくると物事の事実関係は忘れてしまいがちですが、その時感じた感情は心に長く残ってしまい、お互いに信頼関係を築くことが難しくなってしまう。いつも笑顔で接していれば、相手も笑顔で安心できるでしょう。また言葉でのコミュニケーションが難しくなってしまう。笑顔で接することが

重要。○本人のペースに合わせる。思考力や動作が遅くなるため、一度に処理できる仕事量が減ってしまい、何をしても時間がかかってしまいます。ですが、何とでもできないわけではなく、急かしたりイライラさせたりせずに、本人のペースに合わせてあげましょう。お気軽にご相談ください。平群町地域包括支援センターは、高齢者の生活のあらゆる面からサポートする相談機関ですので、お気軽にご利用ください。

・助成金支給、非会員の会員化、かしのき荘美化へ協力依頼等
2. 本部関係
① 9月末日現在会員数速報
2,196人(年度当初比15人減) 【別紙3】
② 高齢者福祉功労者賞(知事賞) 扇田会長受賞
③ かしのき荘美化運動(再)
・9月25日(金) 9時/119人参加
本部役員、地区会長、地区女性部長、地区健康委員、クラブ代表者、他有志
④ 地区の社会奉仕活動 【別紙4】
・9月11月 随時報告
⑤ 秋季親睦一泊旅行の申し込み
・11月26日(木) 27日(金)
・切10月30日(金)
・福井県方面/会費@19,000円
⑥ 平群町敬老会への出席(再)
・9月13日(日) 町中央公民館
・長寿会約300名出席
・式典、アトラクション(ゆめさと保育園児の歌とダンス、長寿会フォークダンスC、朱雀会出演、社協田中職員の内護予防体操/チョップリン出演)
⑦ 町戦没者追悼式への出席
・10月6日(火) 町中央公民館
・会長出席 ※町内317柱
⑧ 大空の家祭りの参加
・10月17日(土) 森副会長出席
・伝承交流部(昔遊び)協力
⑨ 高齢者相互支援連絡員会
・9月11日(金) 新館会議室 【別紙5】
・自宅療養者、88歳以上の会員訪問
・対象者数を9月末までに報告
⑩ 県人権教育推進協議会研究大会参加
・10月31日(土) 五條市立体育館他

町バス 役場745出発
・記念講演、分科会等 2名参加要請
・本部役員2名出席
3. 郡生連関係
① 第3回会長会議
・9月10日(月) 新館会議室
・社会見学、女性部料理講習会 他
② 社会見学(日帰り)申込状況
・10月8日 姫路城方面 【別紙6】
・会費 A@7,500円 B@7,000円
・平群町43名参加(バス1台分)
③ 女性部料理講習会
・10月27日(火) プリズム(調理室)
・健康講座中管理栄養士による指導
・平群67名参加(女性部)
④ グラウンドゴルフ大会開催
・9月16日(水) 町総合スポーツC
・4町80人参加 ※9月9日順延分
4. 県老連関係
① 指導者研修会への出席(再)
・10月19日(月) 県社会福祉総合C
・本部役員12名出席
・表彰式(会員増強と長寿会連合会「特別賞」、女性部「活動賞」受賞、事例発表、講演
② 第5回健康ウォークラリー参加
・11月19日(木) (予備日11月26日)
・香芝市老連主催
・チーム4名(男性2名+女性2名)
・平群3チーム出場
③ 活性化委員会の設置
・規則一部改正して実施
・新委員11名選任(扇田会長含む)
【協議事項】
① 赤い羽根共同募金への協力
・平群町共同募金委員会 主管
(裏面に続く)

平成27年11月度 老人福祉センター「かしのき荘」利用表

日曜	集会室(2階)	和室	小会議室(2)ロビー	会議室		小会議室(1)		新館・会議室		日曜
				午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1日										1日
2月	原田 喜					三役会		社交ダンス	健康体操	2日
3火	文化の日									3日
4水	初香 台	リラクセス			短歌	健康部本部		アロハ	ヨーガ	4日
5木	カラオケクラブ	田 喜	ゆーあいサロン			伝承交流部(手品研究)		健康麻雀		5日
6金	椿井・平等寺	将 棋			編物	れんげの会		太極拳	ウクレレ	6日
7土	ふれあい活動部					本部役員会		健康体操	社交ダンス	7日
9月	福貴・若井・越木塚	田 喜			小筆			健康体操	社交ダンス	9日
10火	鳴川・機原	将 棋			詩吟			コーラス	フォークダンス	10日
11水	御陵苑・西向	リラクセス			リフォーム手芸			アロハ	パソコン	11日
12木	下垣内・西宮	田 喜			アートフラワー	和歌朗詠英会話		新舞踊		12日
13金	緑ヶ丘	将 棋			茶道絵手紙					13日
14土	ふれあい活動部									14日
16月	光ヶ丘・椿井	田 喜						社交ダンス	健康体操	16日
17火	石栗・電田川	将 棋			俳句折り紙			健康麻雀		17日
18水	梨本	ヨーガ			川柳	上映会		アロハ	介護者家族の会	18日
19木	カラオケクラブ	田 喜	ゆーあいサロン			伝承交流部(手品研究)		扇刺の会		19日
20金	香日 丘	将 棋			編物	布あそび		太極拳	ウクレレ	20日
21土	ふれあい活動部									21日
23月	勤労感謝の日									23日
24火	月見台・三里	将 棋	ゆーあいサロン		小筆詩吟	上映会		コーラス	フォークダンス	24日
25水	福貴・久安寺	田 喜			リフォーム手芸	木目込人形		アロハ	パソコン	25日
26木	社会福祉協議会	田 喜			アートフラワー	和歌朗詠英会話		新舞踊		26日
27金	かしのき荘	将 棋			茶道	シルバーオーケストラ		信貴畑		27日
28土	ふれあい活動部									28日
30月	吉新・電田川	田 喜				新聞印刷配布				30日

※長寿会健康部体力測定会 11月13日(金) 9:30~ 於:スポーツセンター

※長寿会連合会秋季一泊旅行 11月26日(木)~27日(金)

※陶芸クラブは11月10日(火) 9:30~(ふれあい交流センター)

平成27年10月17日 現在

甘口辛口

つい先ごろインドネシア(ジャワ島)のジャカルタからバンドンまでの150kmを高速鉄道で結ぶ計画に日本と中国が受注合戦の末、中国側に軍配が上がったことが報じられた。日本人の一人として誠に残念なところで、日本発明協会が、戦後日本のイノベーション100選を選定するために行ったインターネットなどのアンケートから、得票数を参考に10件を選んだ。その中に「新幹線」、「ウオークマン」、「インスタントラーメン」などがあり、皆懐かしき思い出されるものばかり。◇初代の新幹線は昭和39年10月に開業し、東京・大阪間を4時間(翌年3時間10分に短縮)で、国民の生活スタイルを大きく変えた。◇その2年前の昭和37年に開業が始まったと言われる、リニア中央新幹線をJR東海が平成39年の開業を目指して東京(品川)―名古屋間で本格的工事に着工した。工区には最難関とされる南アルプスを貫くトンネルがある。◇黒部ダムや青函トンネル等で培った経験があるにせよ、難工事とは異なる。◇門外漢として、も予定どおりの開業を祈りたい。

(表面より)
・期間 10月1日～12月25日
※かしのき荘(事務局) 取次
(参考) 26年度実績
募金額 108,860円、27年度長寿会
交付金 108,000円
(健康部 60,000円、伝承交流部 48,000円)
(以上)
【別紙】は地区会長にお渡ししています。

「かしのき荘」大掃除

地区会長など百十九人参加

9月25日(金) 9時から、地区会長、本部役員、地区女性部長、地区健康委員、クラブ役員、有志など約120名が参加して恒例となりました。朝から心配された天候も回復し、主に男性たちは施設の周囲を、女性たちは室内を中心に、日頃手の届かない所を丁寧に清掃しました。室外では、雑草の除去や低木の剪定をしたりしてごみ袋10袋以上も出る状況でした。室内では、女性たちが4班に分かれて1階と2階全室の床面のほか什器や窓ガラスを外から雑巾がけしたりしました。窓ガラスの高所は一部男性たちも雑巾がけを手伝いました。

年間延べ約47000人が利用する当施設を、利用者がお互いに力を合わせて「奮闘」した結果、1時間あまりですっきり綺麗で清々しい気分になさてくれる「かしのき荘」に生まれ変わりました。当日出勤していただいた皆さん方に心から感謝申し上げます。(扇田)

最初、そうめんや有名な「揖保乃糸」で昼食を摂り、午後、威風堂々とそびえる姫路城へ、大勢の観光客で賑わう姫路城に到着しました。姫路城では、城に入る班と平成4年に造営された日本庭園「好古園」を見学する班に分かれましたが、平群の多くの方は城内に入りました。2班に分かれて、それぞれのボランティアガイドさんから各階ごとの建築様式や歴史などについて説明を聞きながら最上階の6階に祀られる長壁神社まで登ってお参りしました。各階の階段は狭く急こう配なうえに、上り下り共に混雑していました。全員健康ぶりを発揮されました。

世界遺産の姫路城へ 郡生き生きクラブ連合会

10月8日(木) 生駒郡(老人クラブ改め)生き生きクラブ連合会恒例の社会見学で、4町揃って大修理を終えた姫路城へ行ってきました。朝から爽やかな旅行日和に恵まれて、平群町長寿会から44名、生駒郡4町から134名が貸し切りバス3台に分乗して一路西へと走りしました。

間が重なるためと分析しています。そのため歩行者は、明るい色の服装と靴などに反射材を着けるほか、むちやな横断を止めてほしい。また、ドライバードにも早めの点灯とゆとりある運転を心がけてほしいと呼びかけています。(扇田)

優勝指宿 貞雄 二位鳥飼 勝 三位酒元 由美

長寿会シニアゴルフクラブ(代表 岡嘉道)は十月二十二日、結成以来初めての第一回コンペを開いた。

参加者は、21名(内女性6名)6組で、場所は奈良白鳳カントリークラブ。爽やかな秋の空と、紅葉のなかでゴルフを楽しんだ。コンペは、各組に女性一人が入る、紅一点の組み合わせとなる。見ていると、何故か女性のボールは、どれもまっすぐ、まっすぐ飛んでいく。飛距離の関係もあるが「アツ、アツ」というOBは、女性には関係がないようだ。

アベノミクスに、輝く女性の社会を作ろう、というのがある。ゴルフをしている女性は、人と交わり運動をしているためか、若々しく輝いて見えた。8時3分のスタートで15時半には全員元気に上がってきた。入賞者は次の通り。

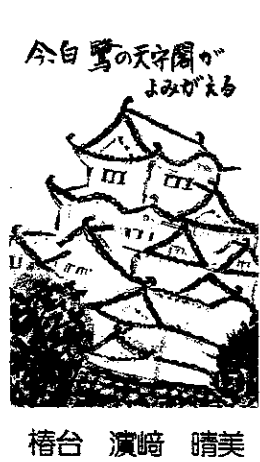
高齢者交通事故死急増

日没時の外出は特に注意

新聞報道によると、日没前後2時間の薄暮に起きた交通事故死は、10月から年末にかけて急増する傾向にあるとのことです。なかでも高齢者には特に注意が必要です。

昨年12月までの3か月間の高齢者の交通事故による死亡実績では全体の77%を占めています。この時期の夕暮時に死亡事故が増えることについて、警察庁では、外出する高齢者の多い時間帯と早くなった日没時

釣りがあった。ゴルフはデフレがきつい。お蔭で庶民のスポーツになった。みなさんのご参加を、お待ちしております。(戴内)



橋台 演時 晴美

岩永善行氏初優勝

第二十五回健康麻雀大会、向田啓次郎

健康麻雀大会が、十月一日(木)午前九時二十分より「かしのき荘」で二十八名参加のもと開催された。午前八時半に二回と昼食を挟んで二回と計四回戦の合計点数で競いました。

第一回大会は平成二十一年で、その後毎年四回開いている大会、今回で七年を迎えるこの大会は、毎回盛大に行われていて、毎回優勝者が変わる大会として非常に面白く、三つの主義(飲まない、吸わない、賭けない)を徹底しており、特に、女性の方に人気があります。

ハンデがなくても誰にでも優勝のチャンスがあるのが特徴で、すでに二回優勝された方が四名おられます。また、女性の方は三名優勝されています。

そして例会は、毎月第一木曜日と第三火曜日に「かしのき荘」で朝九時から午後4時まで、開催しておりますので、何方でも見に来てくださいます。

今回は、長寿会連合会長杯争奪第二十五回の節目の大会のため、お忙しいにもかかわらず、カップ贈呈のため駆けつけて頂きました。扇田会長を始め副会長の日笠クラブ統括部長に厚くお礼申し上げます。次回第二十六回大会は、年明け一月第一木曜日に予定しております。

第二十五回健康麻雀大会入賞者は次の通りです。
優勝 岩永 善行(平等寺)
第二位 二河田徹男(月見台)
第三位 岡本 誠一(緑ヶ丘)

お知らせ

健康部
◇第61回健康ウォーク
日時 11月17日(火)
集合 プリズム 9時30分
方面 三宅山往復 約7km
申込不要 7時前予報40%以上中止
手帳、水筒持参
※10回以上「活歩賞」(銅賞)贈呈
30回以上「活歩賞」(銀賞)贈呈
50回以上「活歩賞」(金賞)贈呈

短歌クラブ(順不同)

疎開地に眠れぬ夜の幾たびか友と語りぬ故郷のことを 岡 多美江
この暑さひたすら耐えて秋待つ嬉しげに鳴く蟬声聞きながら 倉田 美代子
介護費にと言いつくし年金を下げた政治に家計は厳し 小東 隆子
川土手の牽寿の友の草笛は故郷の「里の秋」なり 大村 三郎
喜寿まであと数か月の生命亡く秋風吹きて心にしみぬ 花岡 安子
若き日に夫の任地でききし二胡賀寿の祝に招かれて聴く 芝田 ユク子
すぐ近い空き家が売れて人住めり子供の声に辺り華やぐ 石川 友子
吹きあぐる風に蜻蛉の流れ来るとに見下ろすやまの国原 野木 宗信
麻雀は頭の体操ボケ防止ポン・チー・ロンに時を忘れる 魚住 潤子
わが家には五十九年狂いなく柱時計が歴史を刻む 秀島 照代
スーパームーン共に眺めん亡き夫の写真を置きて窓開放つ 前田 通恵

今月の作品 川柳クラブ

毎年全国各地でさまざまな祭りが繰り広げられ

笛太鼓鉦鼓などのにぎやかな囃子が奏でられ神や先祖が静かにうやまわれている。
そこで今回のテーマは、「祭り」
火祭りの神社の空に父母の星
夏祭り縁起分け合うかき氷
宵の月祭りばやしの名まめかし
オモテナシ世界の祭り東京に
あの美女はもう人妻かあとの祭り
笛太鼓鉦鼓の父恋し
神輿をさうめん流しに舌つづみ
よく忘れ後の祭りにする私
祭り好き外国人も踊りの輪
夏祭り車椅子押し踊りの輪
酒あおる祭りだからと言ひ逃れ
夏祭り踊り足らずに秋祭り
踊る輪に子等は橋でかくれんぼ
祭りの日老いも若きも生き生きと
夏祭り蟬の声をまやけつづち
授業中お囀り聞こえもそぞろ
藤田 利治

九月のかしの木句会(順不同)

断ちがたき未練残せり衣替え 松家喜志子
山間の優しき観音の秋 岩城かずこ
大根蒔く芽に声かけて土よせる乾 フジ子
俳論のつくる事なし月見草 野木 宗信
道詮忌終へし安堵の深眠り 澤波百合子
秋の雨今は使はぬ水車小屋 中川 克己
空青し稲は黄金に光りけり 江崎 俊夫
思ひ出は母のばんざい芋茎むく 高野 國博
稲穂たれ元氣もいらし明日の日に 船本 清子
自画自賛秋の七草納棺す 百武小枝子
秋蝶の交互に高く消えにけり 三船 忠志
支へ合ふ老いの歩みや草の花 宮本 洋子

おくやみ 申し上げます

平成27年9月20日から10月19日の間に左記の会員の方がご逝去されました。
生前を偲び、謹んでご冥福をお祈り致します。

増井 恒雄様(78) 竜田川団地地区
中本 ヒサ子様(93) 信貴畑地区
田代 義乃佑様(79) 緑ヶ丘地区
清家 浩充様(74) 竜田川団地地区
長寿会連合会一同