

尼崎市老連
大庄地区

老連ふれあい

第54号

発行 大庄地区老人クラブ連絡会
事務所 大庄北生涯学習プラザ内
電話 (06) 6419-8225

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

初開催にして
大好評♪

令和2年新春
ふれあい素人演芸会



令和2年新春 ふれあい素人演芸会

新規事業の「新春ふれあい素人演芸会」が1月28日(火)、大庄北生涯学習プラザ3階ホールにて開催され、約160名が参加しました。
当日は皆の気持ちがひとつとなり、堂々とした演者の方々の歌声にあわせて会場は大盛況。終始にぎやかな雰囲気にもまれながら閉会の時を迎えると、次回の開催に期待する声が多く聞かれ、初めての演芸会が成功したことを喜び合いました。

プログラム

No.	演題(演目)	老人クラブ名	出演者
1	みなかみの宿(カラオケ)	東大島第3白寿会	竹田 良弘
2	前に(カラオケ)	崇徳院第1寿会	瀬戸口君二
3	肝がなさ節(沖縄舞踏)	元浜東福寿会	河村 恵子 福屋富美子
4	町のサンドイッチマン(カラオケ)	和幸クラブ	太田 孝
5	父娘坂(カラオケ)	千夏会	水上 裕子
6	偶感(詩吟)	武庫川実年会	森田 貫水
7	居酒屋人情(カラオケ)	東第3琴浦クラブ	豊田賢治
8	ふたりの大阪(カラオケ)	道意第7千歳会	箱崎 優二 大岩 優子
9	マジック(手品)	稲葉荘第二福寿会	吉川 博
10	紬の女(カラオケ)	浜田第2寿クラブ	飯田 幸男
11	高尾山(カラオケ)	崇徳院第2寿会	長田 正
12	ラストダンスは私に(カラオケ)	元浜北福寿会	合田美代子
13	男ごころ(カラオケ)	笑和会	尾崎 昌弘
14	「あら~美味しそう」(手品)	大庄西気楽会	中吉 次典
15	瞼の母(カラオケ)	しあわせ会	松元美代子
16	スーダラ節(カラオケ)	東第6琴浦クラブ	矢野 増一
17	好きになった人(カラオケ)	道意第4千歳会	尾道 政江
18	あなたがすべて ~Only Love~(カラオケ)	シニアの会はなみずき	大浜 末子
19	特別出演 麦畑		有志
	全員参加 北国の春・幸せなら手をたたこう		

※ ⊗は欠席



私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

--	--	--	--	--

大庄老連フォトメモリー 令和元年度事業報告

5 参加者 168名
11 参加者 105名



10万人わがまち クリーン運動への参加
(大庄地区市民運動推進協議会主催)

6 参加者 37名
6~7



会員ふれあい旅行(1泊2日)
湯迫(ゆば)温泉と赤穂の旅
岡山県~兵庫県

6 参加者 36名
11



女性部代表者会終了後 女性部セミナー
テーマ「おいしく食べよう健口教室」
大庄北生涯学習プラザ

8 参加者 7名
5



パソコン教室 第2期 エクセル(表計算ソフト)講習会(全5回)
大庄北生涯学習プラザ

9 従事者 49名
8



大庄まつりへの参加(バザー出店など)
出品数 996点、売上 78,946円
ポートルーヌ尼崎

9 参加者 3名
16



尼崎市老人福祉大会への参加
総合老人福祉センター

9 参加者 96名
30



会員ふれあい旅行
グンゼ博物館と小野小町温泉の旅
京都北部グンゼ博物館

10 参加者 約120名
1



女性部健康づくりプログラム(市老連共催事業)
「笑いは健康の源」
大庄北生涯学習プラザ

10 参加者 101名
24



長寿ふれあい運動会への参加(市老連主催)
記念公園ベイコム総合体育館

10 参加者 119名
31



第27回 グラウンドゴルフ大会
大庄おもしろ広場

11 参加者 74名
26



女性部健康づくりプログラム(市老連共催事業)
元気ワクワク健康体操(腰痛予防)
大庄北生涯学習プラザ

11 参加者 38名
29



女性部ふれあい旅行
カップヌードルミュージアムと明治なるほどファクトリー関西見学
工場見学と展望台レストラン

12 参加者 34名
6



女性部健康づくりプログラム(市老連共催事業)
薬で困っていませんか?
大庄北生涯学習プラザ

1 参加者 91名
9



新春初詣三社詣り
中山神社・正式参拝、作業神社、和氣神社
恵方(西南西)岡山方面

1 参加者 約160名
28



新春ふれあい素人演芸会
出演者17組 特別枠11組(のべ33名出演)
大庄北生涯学習プラザ

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

ごあいさつ



大庄老連会長 山崎 征司

大庄老連会員の皆様、お元気でしょうか。この度の新型コロナウイルスでの対策、大変でしょうがお互いに頑張りましょう。私も出かける事が極端に少なくなり、日付が頭に残らなくなってきましたので、毎朝日記を書くことにしました。と言っても予定と昨日あったことなど数行書くだけです。また、体を動かす事が少なくなったので、毎朝六時二十五分からのテレビでのラジオ体操、

それが終わり愛犬との散歩、朝食となるべく規則正しい生活を送るようになっています。今回の事で良かった事は読書の楽しさの再確認、家庭菜園の充実でしょうか。皆様におかれましては外出制限や百歳体操、カラオケの会など中止になっておりますので、各自、いろいろ工夫をなさりフレイル予防に心がけていただきたいと思っています。

今回のコロナ騒動が収まり各行事開催されます時には、お元気な顔を見せていただきたいと心より願っています。前向きに頑張りましょう。

令和2年度大庄地区老連役員名簿

役職	氏名	単位クラブ名
会長	山崎 征司	長楽会
副会長	三場 英之	道意第2千歳会
副会長	西井サトエ	東大島第2白寿会
副会長	高木 健一	千夏会
会計	飯田 幸男	浜田第2寿クラブ
ブロック部長		
女性部長		
広報部長		
監事	矢野 増一	東第6琴浦クラブ
監事	岡本 孝子	シニアの会はなみずき

※空白に関しては、部会で決定後、会長会等で報告します。

令和2年度ブロック役員名簿

ブロック名	ブロック長(クラブ名)	女性部員(クラブ名)	広報部員(クラブ名)
西大島	服部 吉博(東光瑞長会)	中尾 幸子(紫光苑瑞長会)	島袋 隆(西大島南部瑞長会)
東大島	西井サトエ(東大島第2白寿会)	池田 光江(東大島第2白寿会)	高寺 玉枝(東大島第3白寿会)
浜田	飯田 幸男(浜田第2寿クラブ)	名生ヒロ子(浜田第1寿クラブ)	飯田 幸男(浜田第2寿クラブ)
崇徳院	増 清文(崇徳院第1寿会)	増 澄子(崇徳院第1寿会)	中西 紀子(崇徳院第1寿会)
元浜	合田美代子(元浜北福寿会)	平山久美子(元浜北福寿会)	原 和子(元浜北福寿会)
大庄中央	奥野 廣子(和幸クラブ)	北 ミチ子(明治青年会)	谷口 隆志(明治青年会)
大庄西	高木 健一(千夏会)	水上 裕子(千夏会)	吉田 郷枝(チームあい)
武庫川	生駒 守(実年会)	北 佳枝(熟年会)	望月 司(しあわせ会)
東	矢野 増一(東第6琴浦クラブ)	麦谷多美子(東第2琴浦クラブ)	岡田伊津子(東第3琴浦クラブ)
道意	三場 英之(道意第2千歳会)	大岩 優子(道意第7千歳会)	三場 英之(道意第2千歳会)
蓬川	佐藤 嬉子(蓬川第2寿会)	佐藤 嬉子(蓬川第2寿会)	山田 隆行(ザ・ガーデナスシティ)
今北	和平 好隆(青空クラブ)	永谷智恵子(今北寿クラブ)	小林 義明(クローバー会)
稲葉荘	山崎 征司(長楽会)	渡辺 和子(稲葉荘第1福寿会)	林 民子(長楽会)

令和2年度 大庄老連 事業計画

- 「事業方針」
大庄地区老人クラブ連絡会は、健康で心豊かな生きがいづくりや奉仕活動を通じて、地域社会に貢献することを目指して、次の事業を実施する。
- 健康増進活動
 - 10月 長寿ふれあい運動会への参加【市老連主催】
 - 10月 第28回大庄老連クラブゴルフ大会
 - 10月 おおむね10月以降健康づくりチャレンジプログラムの実施【市老連と共催】(健康体操、健康講座、ニュースポーツ)
 - 社会参加、地域交流、社会奉仕活動
 - 年間 各ブロック開催事業
 - 5月 春の10万人わがまちクリーン運動への参加(中止)
 - 9月 大庄まつりへの参加
 - 9月 「社会奉仕一斉活動の日」清掃の実施
 - 11月 秋のわがまちクリーン運動への参加
 - 随時 各種大会及び地域交流会への参加
 - 森の文化祭への参画
 - 教養向上運動
 - 6月 女性部代表者会、女性部セミナーの実施【市老連と共催】(延期予定)
 - 随時 パソコン講習会の実施(Windows10を学ぶ)
 - 各種会議
 - 決算監査(4月)、総会(5月:感染症対策のため、書面にて総会にかえる)、役員会・ブロック部会(随時)、基本毎月第3火曜、会長会(随時)、女性部会(随時)、広報部会(随時)
 - その他
 - 書き損じハガキと未使用切手の募集
 - 広報活動
 - 老連ふれあい第54号(6月・55号(11月)の発行)
 - ホームページの運営と拡充
 - レクリエーション活動
 - 6月 会員ふれあい旅行(1泊2日)の実施(中止)
 - 9月 会員ふれあい旅行の実施
 - 11月 女性部ふれあい旅行の実施
 - 1月 新春初詣三社まいりの実施
 - 随時 素人演芸会などの実施
 - 随時 各種講演会及び研修会への参加

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

地域活動だより

蓬川ブロック



皆さんの会 近況報告

蓬川ブロック「皆さんの会」の近況をお伝えします。何の知識もなく、地域の皆さんの励ましに後押しされて会を立ち上げて早

東ブロック



東親睦会



単位クラブとして令和二年二月四日、親睦会を木曾路で参加者二十一名、正午より始まり会席料理をおいしくいただきました。木曾



や十二年。年一回の日帰り研修旅行、蓬川公園での桜の花見会、お酒におにぎり付き、自慢の漬け物などを持ち寄っての楽しいひととき。話も盛り上がり、最後は恒例のビンゴゲーム大会です。景品に近くのみずきの湯の入浴券や、日用品など参加者全員に景品付きですが、一番最後にビンゴされた人は二つの景品がもらえるなど、毎年とってもにぎやかな花見会となっております。

第二と第四火曜日がカラオケの日ですが、ほとんどの皆さんが懐かしのメロディー、もちろん私もそうです。第一と第四火曜日がカラオケの日ですが、ほとんどの皆さんが懐かしのメロディー、もちろん私もそうです。



を訪問したり武庫川で歩きとラジオ体操を行っております。ブロックは第一、第三、第四、第六クラブで成り立っております。東ブロックは令和元年十一月十五日に開催事業グラウンドゴルフをおもしろ広場(旧西中学校)にて、朝八時三十分集合、各ブロック十名参加四十名で他に笑和会五名計四十五名で大会をしました。好天に恵まれ大変楽しかったです。ホーリーワン賞十一名に石鹸の賞品をわたしました。弁当に菓子、果物、お茶付きで、皆様に喜んでいただきました。来年もグラウンドゴルフを行いたいと思っております。

東ブロック長 矢野増一

稲葉荘ブロック



芋長楽会の紹介



長楽会も発足からもうすぐ50年を迎えます。今、会員が30数名ですが、高齢化が進んでいます。しかし、活動の方は幸社協と合同でいろいろ活動をしていきます。運動の方では健康体操、百歳体操、地域予ともたちとのイベント、そして楽しいカラオケ教室、新年会、お誕生日会、また地域の交流として盆踊り大会などに



芋長楽会 山崎 征司

大庄西ブロック



バス旅行

大庄西ブロック 千夏会



三月二日(日)、赤穂方面へバス旅行に行く予定でしたが、この度の新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けて中止となりました。行程は日生・五味の市見学、かんぼの宿で「牡蠣」料理の昼食とカラオケ、赤穂市

残念ですが、今回はその前のバス旅行の報告をさせていただきます。令和元年

浜田ブロック



ふれあい喫茶

毎月第二、四水曜日にふれあい喫茶を連絡協議会主催で開催していますが、コロナウイルスで開いていません。今までのふれあい喫茶は午後一時三十分から三時まで開いていました。内容としては、お互い最近の近況とかこの間はこうやったとか話題を話し合いながらやりました。



なかも良かったのが、近所の整形外科の先生にお

今北ブロック



今北 クローバー会

この九年間を振り返って見れば、一年間に花見、母の日、民謡、銭太鼓、指遊び、脳いきいき体操、ラジオ体操、クリスマス、正月、バレンタイン、手話と皆さんと一緒に一回でも楽しんでほしいと役員一同頑張ってきたのに、二月になり新型コロナウイルスができました。三月は手作りマスクの作り方講習を開催する用意をしたのに、会館を使うこ

元浜ブロック



卓球教室(ピンポンサークル)で健康維持・増進!



今年で四年目を迎える元浜の卓球教室を紹介いたします。現在、月一回、元浜南会館で午前二時四十分から八時のメンバーが集まり、ワイワイ・ガヤガヤと楽しく汗を流しています。男性は三名で大半は女性です。平均

とがでなくなり、役員で一人七枚の手作りマスクを用意しました。人数分、一軒一軒マスクを配り、会うことができた人には、お金を触つたら手を洗うか除菌してね、お金が一番汚いからね、人からはウイルスをもらわないように一人一人心がけを忘れないようにとお願ひしました。この様子なら、たぶん四月もマスクを作ることになるだろうと思う。一日も早くみんなの元気な顔が見たいと願うばかりです。

崇徳院ブロック



新春ブロック グラウンドゴルフ大会

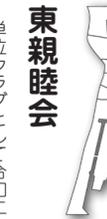


一月二十六日(日)、新春ブロックグラウンドゴルフ大会(寿会、第一、第二、第三、第五)が成徳小学校において四十六名の参加のもと行われました。十二ホール、一ラウンドでしたが、最高のグラウンドゴルフ日和で、皆さん元気で楽しく順位を競い合いました。

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

Table with 4 columns and 1 row, likely a contact or organizational chart.

東ブロック



東親睦会

を訪問したり武庫川で歩きとラジオ体操を行っております。ブロックは第一、第三、第四、第六クラブで成り立っております。東ブロックは令和元年十一月十五日に開催事業グラウンドゴルフをおもしろ広場(旧西中学校)にて、朝八時三十分集合、各ブロック十名参加四十名で他に笑和会五名計四十五名で大会をしました。好天に恵まれ大変楽しかったです。ホーリーワン賞十一名に石鹸の賞品をわたしました。弁当に菓子、果物、お茶付きで、皆様に喜んでいただきました。来年もグラウンドゴルフを行いたいと思っております。

東ブロック長 矢野増一

稲葉荘ブロック



芋長楽会の紹介

芋長楽会 山崎 征司



芋長楽会 山崎 征司

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

Table with 4 columns and 1 row, likely a contact or organizational chart.

お知らせ

川回術子さん(崇徳院第一寿会) 兵庫県ごうのとり賞受賞

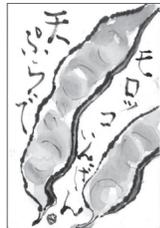
今日は嬉しいニュースです。崇徳院第一寿会の会員であります川口術子さまが、令和元年11月27日に兵庫県より「ごうのとり賞」を受賞されました。

川口さまは地域の皆さんにヨガをはじめリズム体操などを指導され大勢の方から喜ばれています。あらためまして、おめでとうございます。(崇徳院第一寿会 中西 紀子)

小さな葉書一枚の中に四季の草花や果物、野菜、それに言葉添え



岡田伊津子 作



寺田 幸子 作



前川 幸子 作

絵ころがなから無理無理と言いつながら十数年、電車集会所で始めた絵手紙教室。前川幸子先生から「下手でいい下手がいい」と励まされ、多い時は十二、十三名、今はいろいろ事情があり六名が手習いを受けて練習しています。小学校の児童の皆さんたちに出前交流教室を開いたり、地域支援交流会では体験コーナーを催し、多数の皆様喜んでいただきました。集会所でも三回展示会を開き、大勢の方に観ていただき、本年も開催しようとお話し合っていた矢先、コロナウイルスの集会自粛要請に教室もお休みとし、予定は未定となりました。

いきいきサークル 絵手紙教室

下手でいい、下手がいい 東第三琴浦クラブ 岡田伊津子

新コーナーが始まります!



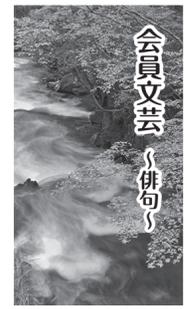
① 武庫川河川敷にて

武庫川河川敷は道路から見てもきれいになり、台風の影響もあり道路の脇の大きな木も伐採され、風景がとてもきれいです。川の水が少なくなれば島(川砂)で野鳥が多く見れます。河川敷でジョギングや歩いている人、また土、日曜日になれば前は子どもサッカーが多く見られたのが、今はラグビーがほとんどです。子どものお母さんたちが何人が応援にきています。休日、日曜日は車は通行止めになり、道路では家族が憩い、小さい子どもが小さい自転車です。とても可愛いです。

ある方が力を入れてくださって川を補修され、きれいになりました。その方が言われるには、川の底と民家の2階と同じのことです。一度行ってみてください。(クローバー会 小林 義明)

※この記事は今すぐの外出を促すものではありません。これまで通り、感染予防と健康維持に努めていただきますようお願いいたします。

元浜北福寿会 西邑 宏 天上に急用のあり揚雲雀 春潮や潮時大事自治会長 山笑う俺も笑うと犬吠える もうひとつわからないのがみどりの日 行く春やそんな人なら別れたら 割り切れば運きことなかたつむり 目が合つてにやあと挨拶春の猫 寝ば助の山に一喝春の雷



会員文芸 俳句

クロスワードパズル

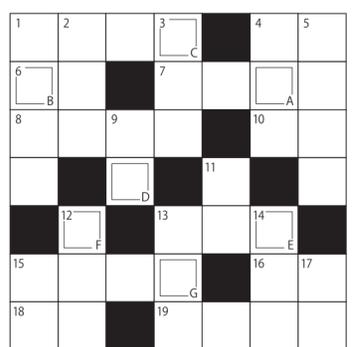
タテとヨコのカギを解いて、ABCDEFGHに入ることばを見つけてください。

タテのカギ

- 1 水戸黄門のお付きは、格さんと_____
2 昔から長く務めている者などを指す。_____メンバー
3 約束の時間に間に合わない!
4 刀をさやに収めた状態から始まる_____術
5 海の幸であふれた_____料理
9 真実は_____のみぞ知る
11 力点・支点・作用点による有名な原理は?
12 公職の人が職を辞めさせられること
13 今はDVDやブルーレイ。少し前は_____テープでした
14 動物などで雄と雌の一組
15 沢田研二のヒット曲。「_____の過ぎゆくまに」
17 握り、巻き、押し、ちらし。いろいろな作り方がります

ヨコのカギ

- 1 スコットランド産ウイスキー
4 ダイオウ_____。ホタル_____。_____スミ
6 時代劇などの立ち回りで、左鎖骨あたりから斜めに切る。_____切り
7 タイミング。「_____を見計らう」
8 千昌夫も歌いました。「さよなら_____また来て四角」
10 フォークの名曲「22才の別れ」。作詞・作曲は_____正三
13 お尻にある脊椎の最下端を構成している骨
15 未婚女性が着る着物は振り袖。既婚女性が着る着物は?
16 電気・水道にならぶ大切なライフライン
18 砂_____。純_____。_____塊
19 忠臣蔵で有名な、主君のあだ討ちをした筆頭家老。_____内蔵助



※答えは8ページにあります。

投稿欄

会員の広場



これからも頑張ります 元浜東福寿会 武田 弘子

私 東福寿会に加入して十五年になります。老人会のこと無関心でいましたが、いろいろな交流ができて強らせていただいています。会の一番の趣旨としては、会費を新年会で還元する(こ)うことが代々実行されています。会の皆様には喜ばれているかと。食事しながらのおしゃべり。送迎バスを使つての日帰り旅

テーマ投稿 「東京オリンピック開幕にあたって」

東京オリンピック開幕にあたって

崇徳院第一寿会 中西 敏夫

あああ...あの日ローマで眺めた月も、今日は日本の空照らす四年たったらまた会いましょうと...三波春夫さんの歌でありましたね。あれから早や五十有余年の年月が経ちました。私も若かったです、皆様方も元氣いっぱいでした。残念ながら新型コロナウイルス感染症拡大の影響で東京2020オリンピックの開幕は延期されましたが、再



びあの感動が私たちの前にやってくる日を楽しみにしています。覚えていますが、日本人が金メダルをとった瞬間、何とも言えない気持ちになりました。東洋の魔女ともいわれたね。金メダル十八、銀メダル五、銅メダル八の素晴らしい活躍でした。世界ではマラソンのアハハ、一〇メートルのヘイスの顔が浮かんでます。再び若人たちが湧かしてくれそうです。新しい競技

場もできました。あの当時と比べたら日本の国も大きく変わりました。陸上、水泳競技のみならず、日本記録がたぐさん出ている今日このごろです。山下監督に言わせれば、金メダル三十以上は頂きたいことですね。そうあつてほしいものです。私はよくテレビでスポーツ観戦をします。野球、陸上、水泳、相撲、特に陸上ではマラソン、駅伝などが好きで、用事があつても、その方に目が行きます。忘れていましたが、新幹線もこの年に開通しました。オリンピックの輪五つありますね。世界中の人々が手をとりあつて幸せな戦争

のない世の中にしたいのです。最後にになりましたが、小さな日本の国において五十有余年の間に二度オリンピックが開催される予定です。私たちは幸せものです。息子がよくいます。「お父さんはいいなあ。東京オリンピックが二度も見られて」と。

オリンピックに思う

西大島南部瑞長会 松下 晃

前回の東京オリンピックは一九六四年十月十日からの開催。今振り返つてみますと、わたくし二十四歳



この頃は大阪市西淀川区で下宿していました。会社の休日には良く映画を観に行っていました。映画館ではオリンピックニュースが映されて、日本国内の聖火リレー、各競技選手活躍など上映されていました。

一番の思い出は、女子バレーボールで金メダルに輝いた時、男子マラソンで円谷選手が三位でゴールした時に「ごらんとなく拍手が沸き上がり、観客全体が盛り上がったことが記憶に残りました。

老人会の皆様には、いろいろ活躍奮闘ありがとうございます。私も昭和、平成、令和と三代現在にいたり、楽しいこと、悲しいこと、数知れないほど、でもこれを糧にあれもしたい、これもしたいと欲の出る(こ)とばかりで周囲の方には迷惑ばかりかけております。



私と老人クラブ

笑和会 尾崎 昌弘

例年通り、旅行、催し物などにも参加させてもらい楽しく過ごしています。今は老体に鞭打ちながら、皆様に迷惑にならないよう(こ)に気をつけながら足腰



を鍛えるため体幹トレーニングの指導を受けに整形外科で世話になってます。おもしろ広場では野球をしてる子どもたちの声援、やぎを見にお母さんに連れてこれたフェンスの外から餌をやる親子の和やかな様子、犬もうれしそうに走っています。田舎を思い出し懐かしい思いです。これから先、おもしろ広場も皆様が楽しく憩いの場所になるよう願っています。

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

新春初詣三社詣り
今年の恵方は「西南西」、岡山方面への旅



美作國の一の宮 中山神社
和氣氏一族の氏神 和氣神社
後醍醐天皇と児島高德公を祀る 作楽神社



大庄老連新春初詣三社詣りは、一月九日(休)に九十一名の参加を得て開催されました。
まずは岡山県美作市へ向かい、「中山造り」と呼ばれる珍しい建築様式の本殿を誇る中山神社で正式参拝を行いました。続いて作楽神社、和氣神社と参拝を済ませ、令和2年が良い年になるようにと家内安全、健康長寿など思い思いの願いを祈り帰路につきました。

次号第五十五号(令和二年十一月発行予定)の原稿を募集します。
◇内容:自由にお書きください、写真も添えていただければ幸いです。なお紙面の都合上、広報部に一部お直し・割愛させていただきます。ご了承ください。
◇締切:九月末日
◇要領:市販の原稿用紙(四〇〇字)一枚程度に、ブロック名・所属会名・氏名・年齢を必ずご記入ください。多数のご投稿を心よりお待ちしております。できれば顔写真も添付してください。
◇提出先:広報部員

※ご投稿の方々は粗品を進呈させていただきます。
◇編集後記
テレビ、新聞では毎日新型コロナウイルスが騒がれていますが、皆様お元気でお過ごしのこととお喜びます。大相撲春場所(大阪場所)及びプロ野球オープン戦も無観客で行われました。残念ながら東京オリンピックは延期となりました。私共はテレビ観戦しかできませんが、二度目の東京オリンピックがみられる幸せな日が訪れることを楽しみにしています。皆様も感染症の予防をしっかり行いながら、大勢の方たちとのふれあいの場を

- 多く作って元気で楽しい毎日を送ってください。皆様の投稿で新聞が出来上がります。投稿お待ちしています。(中西 紀子)
- ◆広報部員
島袋 隆(西大島)
高寺 玉枝(東大島)
飯田 幸男(浜田)
中西 紀子(崇徳院)
原 和子(元浜)
谷口 隆志(大庄中央)
吉田 郷枝(大庄西)
望月 司(武庫川)
岡田伊津子(東)
三場 英之(道意)
山田 隆行(蓬川)
小林 義明(今北)
林 民子(稲葉荘)
※ブロック順



市老連共催事業
女性部健康づくりプログラム
「お薬で困っていませんか？」
34名が参加 大庄北生涯学習プラザにて

昨年十二月六日、尼崎総合医療センター企画課の平野亮氏をお迎えして、女性部事業セミナー表題を講演いただき、私自身も薬のお世話になっており、本当に良い勉強をさせていただきました。薬は間違ったら大変なことになると目の覚める思いで伺いました。一部になりますが紹介させていただきます。
「薬の正しい服用時間について」、使い方を誤ると病気を悪化させる。別の症状を起

こす。薬の効果を十分發揮できない。薬の名前を覚え、どのようにきくのか、処方された理由、自己判断で飲んだり飲まなかったりしない。
「保存方法」として直射日光を避け、冷所保存は冷蔵庫に。指示期間が過ぎた薬は使わない。冷凍庫に入れない。
「副作用について」、誰にも発症する可能性があり、勝手に中止せず医師に相談する。気になる症状が出たら放置せず医師、薬剤師に連絡。
早期発見のためには、飲んだ薬がどのような効果、副作用があるのかを理解しておくことが大切です。お薬手帳の活用、市販薬サプリメントなども一冊にまとめる。
「飲み忘れを防ぐ」、お薬BOX、お薬カレンダーを活用する。食卓に出しておく。一包化する。
以上、簡単にまとめさせていただきました。まさに困難ともいふべき新型コロナウイルスの感染拡大が続く中、医療従事者の方々ははじめ大変なご苦労をされておられる方々に感謝と一日も早いコロナの終息を祈念いたしております。(女性部 北 佳枝)

広報部長退任にあたって



高木 健一
平成二十六年年度から広報部員、平成二十八年年度からは広報部長として都合六年間お世話になりましたが、この度の改選で退任させていただきますことになりました。広報部員はじめ会員の皆様には、紙面作りにも色々と協力をいただき有り難うございました。広報紙のアンケートを行った際には「概ね評価できる」との結果にホッとした記憶がございます。今後は新メンバーで新しい紙面作りをお願いしたいと思います。最後に、いつも後方から支援いただいた事務局の西川さんと博報社の星さんに感謝申し上げます。有り難うございました。

ご協賛いただいた皆さまへ御礼
このたびは大庄地区老人クラブ連絡会発行の機関紙「ふれあい」刊行に、広告のご協賛を賜り、厚く御礼申し上げます。本紙は高齢社会に友愛と生き甲斐を求める同志の心の糧となる情報普及をめざし発行して参ります。今後も引き続きご支援賜りますようお願い申し上げます。 大庄地区老人クラブ連絡会

私たちは、大庄地区老人クラブ連絡会の活動を応援しています

--	--	--	--