

2023年5月号
(通算146号)

☎ 553-0003
大阪市福島区福島3丁目1-73
コミュニティープラザ大阪内
Tel. (06)6451-8100
Fax. (06)6136-8126

ホームページは
こちら→



頑張ってます



摂河泉 OB

安心・信頼、生きがいあふれる21世紀、みんなと共に！

N T T 労働組合 退職者の会 大阪支部協議会
発行責任者 山田 健一 編集責任者 岡田ゆきゑ



【河内地区協議会】2022年度 花見バスツアー

写真は河内地区協議会 南岡 清司さん

雑録六記

困難な半年

二月より大阪支部協に出てるようになり三か月たちます。昨年五月よりすい臓がんのポ

リープにより、肝臓から胃腸に流れる胆管がふさがり、胆管につながっていた内臓の一部を切り取り、つなぎ合わせる手術を六月と追加の手術を一〇月の二回おこないました。

入院は半年、その間絶食は二ヶ月半に及び、体力・気力の衰えでほとんど歩けなくなりました。入院していた間に感じたことは、私だけかもしれませんが、気持ちが大きくぶれるものだと感じました。体調が良ければ直ぐにでも退院できると思い込んだり、体調が芳しくなければ、このまま寝たきりになるのではないか、と思ったりの繰り返しでした。時には自分の精神力が弱いから、ぶれるのだと思い、自分を励ましたりしました。

最終的に感じたことは、なにごと自分思い通りにはならず、自分の内臓の回復力に従うしかないとの結論に達し、落ち着いた気になりました。

直ぐに元通りにはなりませんが、体力・心身とも二回目の手術後、少しずつ回復しています。

S・T

河内地区協議会

地区協だより

2022 年度花見バスツアー開催

2023年4月4日（火）、少し早い集合時間でしたが8時20分無事大阪城公園駅前を出発することができました。今年は、桜の開花が異常に早く4月というのに5月の気候です。大阪では桜が散り始めており大変心配しましたが快晴。絶好の花見日和のもと55名参加で無事に開催出来ました。

桜色に染まる世界遺産「白鷺城」へ。桜満開の中、姫路城の大天守閣へ。大天守閣は見学者が非常に多く登るための待ち時間が多くなり断念した参加者もありました。平日にもかかわらず人の多さにびっくり。昼食懇親会の会場は、緑に囲まれた姫路市郊外の「ホテル・サンシャイン青山」。料理とお酒をたらふく食って・飲んで堪能しました。車中で少し休憩し次の見学地点へ。大正5年創業老舗のかまぼこ工房【ヤマサ蒲鉾夢鮮館】で買い物し大阪駅付近に18時00分頃無事に到着しました。

来年も、河内地区協議会として皆が参加しやすいバスツアーを企画し喜んで頂けるよう、□コミでの会員さん参加拡大をお願いして解散となりました。

泉州地区協議会

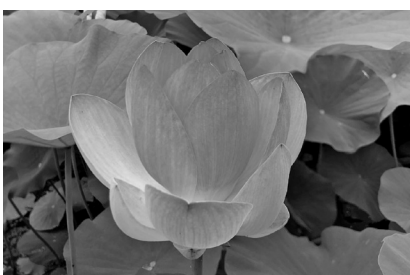
地区協だより

長池オアシスにぜひ

泉州地区協議会幹事の東です。私の1日の始まりは朝6時のオアシス内トイレの開錠からです。その後は遊歩道上(1周約1.5Km)のゴミ拾いと落葉等の清掃、貸し農園での作業を1時間30分程度行い、その後は自宅に戻り同居中の孫と一緒に朝食を摂ります。

次に「長池オアシス公園」について下記に紹介します。室町時代に造られた農業用ため池3つを整備し、**長池オアシス**として2000年にオープンした公園で、周辺6自治会の役員、水利組合、地域住民で構成された「NPO法人長池オアシス」(2020年8月長池オアシス管理会から移行)としてボランティアで維持管理をしています。遊歩道沿いには、1年を通して水仙、クリスマスローズ・梅・桜・チューリップ・藤・アジサイ・蓮・ひまわり・コスモス・菊・彼岸花等、季節の花々が咲き誇り地域住民の憩いの場となっています。多くの人に蓮を見て慣れ親しんでもらう事を目的としたイベント「はすまつり」を、毎年7月に開催し、11月には「ため池ふれあい祭り」を開催しています。(コロナ禍の2年間は中止しました)。近年は各新聞社の取材や記事が掲載される事が多くなり、遠方からの来場者も年々増えている状況です。

受賞歴 2010年3月農林水産省主催 ため池百選に選定
2017年大阪府みどりのまちづくり賞「花博記念協会長賞」
2018年第28回全国花のまちづくりコンクール
花のまちづくり大賞 団体部門 国土交通大臣賞



長池オアシス：大阪府泉南郡熊取町長池3(熊取野田郵便局の向い側)

<http://www.eonet.ne.jp/~nagaikeoasis/>

なにわ地区協議会

地区協だより

事務所開設のお知らせ

なにわ地区協議会発足に伴い、3月、NTT豊崎ビルに事務所を開設しました。

メトロ中津駅より、徒歩2分程の立地条件の良い場所にあります。事務所は、現在環境整備を行っています。電話・FAX・パソコン等の設置も終わり、電話番号・FAX番号は、以下の通りです。(メールアドレスは設定待ち)

電話番号：06-6867-9312 / FAX 番号：06-6867-9390

現在、なにわ地区協議会事務所の常駐体制・常駐日の検討に入っています。具体的になりましたら、別途、会報誌【摂河泉OB】にて案内いたしますので、是非一度お越しください。お待ちしております。

なにわ地区協議会事務所の状況



なにわ地区協議会事務所プレート



北摂地区協議会

地区協だより

事務所開設のお知らせ

北摂地区協議会の会員の皆様、こんにちは。1998年にそれまでの職域中心の運営体制から支部協1局総ブロック体制になって24年が経ち、昨年の12月8日に解散し、新たな北摂地区協議会を1,330人の仲間と共に、スタートする事が出来ました。

この3年は、コロナ感染拡大により、あらゆる行事の自粛や中止を余儀なくされる中で開催された本年1月26日の懇親会は、特に感慨深い行事として、印象に残っております。各地区協便りの第一弾のテーマは、総じて懇親会模様報告となっているのは発足後間もないためと思っております。

また、支部協と現役の皆様の尽力により、活動の拠点となる事務所の所在がNTT淀川ビル1棟

4階へ設置され、着々と準備、環境整備を行っているところであります。電話、FAXは2月8日に開通し、ネット環境についてもPC、周辺機器(プリンター等)の設定は同日完了しました。

また、事務所のドアの左横の壁に左記に示すようなプレートを貼り付けてあり、一目で退職者の会の事務所であることがわかってもらえんと思います。この場がコミュニティ基地となり、会員が立ち寄っている姿を想像するだけで気持ちが高まってきます。

次回、地区協便りは、電話番号、Eメールアドレス、入局に際しての特別ルール等、詳細についてお知らせします。



北摂地区協のバスツアーは、7月3日(月)開催しますので参加よろしくお願い致します。

『平和』シリーズ①

戦争の傷跡と 大阪防衛拠点



一九四五年三月十三日から始まった大阪市内を中心とする大阪大空襲は、終戦直前の八月十四日までに八回もの無差別爆撃が行われ、一万人以上の一般市民が尊い命を落とされました。

中でも大阪城とその周辺には、明治の初めに兵部省の役所や陸軍士官学校の前身の兵学寮や軍事病院など多くの施設が設けられ、それらは総称して大阪陸軍所と呼ばれ、陸軍の中心地とされ以降、一九四五年の終戦まで大阪城は陸軍の主要施設が集中する一大軍事拠点でありま

した。

大阪城内にあった大阪砲兵工廠は、周囲の民家や民間工場が焼き払われ、見渡す限りの焼け野原になっても、数万人が働き続けていましたが八月十四日に空襲の直撃を受け壊滅しました。

一方、淡路島と和歌山県加太の間にある紀淡海峡に浮かぶ無人島の「友ヶ島」は、明治時代に日本軍により、外国艦隊の大阪湾への侵入を防ぐ目的で砲台や防備所が作られ、第二次世界大戦下においては、大阪防衛のための要塞施設として市民等の立ち入りは禁止され、当時の地図や地形図にも、白く塗りつぶされて記載されなくなり、言わば地図から消された島に成っていました。

退職者の会・大阪支部協議会は今日まで、戦争の悲惨さや平和の尊さを後世に引き継ぐことを目的に「独自平和行動」を実施してきました。

ロシアのウクライナへの侵略戦争が開始され、一年が経過し

『大阪城・友ヶ島』戦跡 フィールドワーク参加者募集

■ 大阪城周辺フィールドワーク・ピースおおさか見学(日帰り)

日 時 8月1日(火)
森ノ宮・アネックスパル法円坂(大阪市教育会館)
13時15分集合

■ 友ヶ島フィールドワーク(1泊2日)

日 時 8月30日(水) 和歌山県加太駅 14時40分集合
8月31日(木) 14時以降解散日途

■ 募集要綱

- ① 大阪城・友ヶ島行動ともに参加できる退職者の会会員
- ② 定員30名(参加者多数の場合は抽選)
- ③ 参加費無料
- ④ 悪天候(台風等)・コロナ感染等により、中止する場合があります

■ 参加申し込み

- ① 会員専用電話 06-6451-8100
- ② 受付時間 午前10時から午後3時まで(土・日・祝日休み)
- ③ 募集締め切り 6月16日(金)

た中で、私たちの足元を再度見つめなおし、大阪城周辺や大阪防衛の拠点となった友ヶ島に残る戦争の傷跡を巡るフィールドワークを今年度の「独自平和行動」として、平和月間の八月に会員参加型で実施することを決定しました。

その事と並行して、会報紙「摂

河泉OB」に「平和に関わる記事」をシリーズ化していき、点の活動から線の活動へ、線の活動から面の活動へと取り組みを定着化していきたいと思っています。

会員の皆さんの取り組みへの参加を、よろしく願っています。



PRESS Vol.56
アピール21

<https://apr21.gr.jp>



2023.1.1
PRESS アピール21

発行責任者
大津 剛

〒101-8320
東京都千代田区神田駿河台3-6

TEL 03-3219-2184
〈会員配布用〉

情報通信政策の発展には政治活動が不可欠



アピール21 会長
豊田 弘

あけましておめでとうございます。

2023年が会員の皆さまとご家族にとって、より良い一年となることを願うとともに、まだまだ続くコロ

ナ禍ではありますが、一日も早く安心して暮らせる日々となりますことを祈念いたします。

このような中、2023年度も『アピール21』の取り組みへのご理解とご協力をお願いするところです。

第26回参議院議員通常選挙の結果

昨年の7月10日に行なわれた第26回参議院議員選挙において、N T T労組組織内「石橋みちひろ」君が3期目の当選を果たすことができました。改めて会員の皆さまのこの間のご支援に感謝申し上げます。

しかしながら、「石橋みちひろ」の獲得票数は、必達目標とした20万票には遠く及ばなかったことに強い危機感と課題認識を持たざるを得ません。

選挙後に、政治団体『アピール21』とN T T労組と合同で行なった「投票動向調査」の結果では、組合役員から働きかけを受けていない組合員が3分の1を占めるとともに、組合員の約4割しか「石橋みちひろ」に投票していないことが分析結果の中でわかりました。

これは、「N T T労働組合が政治に取り組む必要性」について理解をしていない組合員が多いばかりか、働きかけを行なっていた組合役員の知識不足が起因していると思われます。

この間、『アピール21』はN T T労組が行なう政治啓発活動を、側面的に支援してきたところではありますが、

今後に向けては役員育成も含めたさらなる政治啓発活動の強化が必要と認識します。

第20回統一地方選挙に向けて

今年は、第20回統一地方選挙が行なわれます。統一地方選挙では、N T T労組自治体議員団である、組織内・組織重点・政策議員など、約60人の現職議員が改選を迎えるとともに、新人候補者も挑戦することとなりました。

I C Tの活用による地域社会の発展への貢献や、会員（組合員）と家族が暮らしやすい町を作るために、何としても全員の当選を勝ち取らなければなりません。

『アピール21』は、N T T労組と連動し、選挙戦を迎える候補者へ資金的な支援を進めています。この支援が成果として表れるよう会員（組合員）の皆さまの積極的な参加とさらなるご協力を要請するものです。

2023年度の加入促進の取り組み

昨年の加入促進活動の結果は、職場におけるリモートワークの実態などもあり、過去にない厳しい状況となりました。

2023年度の会員拡大に向けては、改めて私たちの事業や雇用に直結する「情報通信・情報サービス政策」の実現のために、政治活動が不可欠という認識の下、政治団体『アピール21』への理解促進と加入への取り組みを強化します。とりわけ、今年度はすべての組合員への加入促進に向けた「100%アプローチ」を目標として取り組みを行なっていききたいと思います。

リモートワークが定着している実態もふまえ、ホームページの充実やW E B上での会費納入なども検討しており、さらなる充実を行なっていくこととします。

ぜひとも、会員の皆さまのご理解とご協力をお願いします。

2023年度加入促進の取り組み (要旨)

加入促進に向けた基本的な考え方

- (1) NTT労組のめざす、「働く者の視点」に立つ政策の実現には、一人ひとりが政治に参加・参画することが重要である。NTTグループ事業は、国政での情報通信政策の議論に大きな影響を受けることを認識しつつ、『電波法』『電気通信事業法』の動向を注視する必要がある。
- (2) 地方創生には、ICTの活用が必要不可欠である。第20回統一地方選挙では、全国の自治体で情報通信政策の発展を進めている「NTT労組自治体議員団」の当選を勝ち取ることが重要である。
- (3) 職場でのリモートワークの増加をふまえ、「WEB口振」を活用し、組合員の7割、10万人の加入をめざす。

具体的な取り組み

- (1) 加入促進対象
NTT労働組合の組合員、退職者の会会員等とする。
- (2) 会員区分と会費および徴収区分
 - ① 会員区分と会費
A会員（一般組合員等）1,000円
B会員（有期組合員、退職者の会会員等）500円
 - ② 徴収区分
会費の徴収区分は「口座振替」と「現金」の2種類とする。
- (3) 口座振替日
 - ① NTT労組組合員：2023年10月20日（金）
 - ② 退職者の会会員：2023年11月20日（月）
または 11月27日（月）



ネット口座
振替受付サービス

お手続き
の流れ

※アピール21

入会案内

ネット口座振替
受付サービス

スマートフォンはこちらから



ネットからの口座振替も利用可能になりました！

STEP1

基本情報入力



お申込者情報を入力します。

STEP2

メール受信



入力したメールアドレスに金融機関選択サイトのURLとパスワードのメールが2通届きます。

STEP3

金融機関選択



金融機関選択サイトにログイン後、金融機関の選択、口座情報を入力します。

STEP4

金融機関サイトでの
お手続き

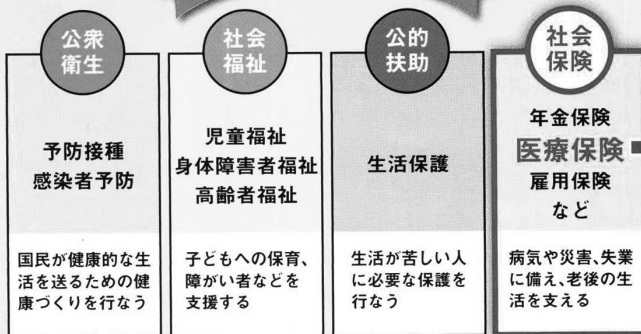


各金融機関の案内に従ってお手続きしてください。
(預金通帳が必要な場合があります)

※2023年10月20日（金）が会費の振替日となります。

高齢者医療制度の安定に向けて！

社会保障制度



後期高齢者医療制度の窓口負担割合の変更

2022年9月30日まで		2022年10月1日から	
区分	医療費負担割合	区分	医療費負担割合
現役並み所得者	3割	現役並み所得者	3割
一般所得者等*	1割	一定以上所得のある方	2割
		一般所得者等*	1割

※住民税非課税世帯の方は基本的に1割負担となります。

被保険者全体の約20%



- 一定以上の所得のある方（75歳以上の方等）は、現役並み所得者（窓口負担割合3割）を除き、医療費の窓口負担割合が2割になります。
- 単身世帯は年金を含めて年収200万円以上、複数世帯では合計320万円以上が対象です。

※当初3年間は軽減措置があります。

国民皆保険制度の特徴

国民全員を公的医療保険で補償し、安い医療費で高度な治療が受けられることが特徴。担い手である現役世代が良質な雇用と定期的な賃上げで制度を安定させる必要があります。

アピール21の趣旨に賛同頂ける方は、クイズの解答欄下の要望・意見欄又は電話にて連絡をお願いいたします。折り返し「振込取扱票」をお送りいたします。電話の場合 06-6451-8100

六月「お元気コール」の月間です

電話がかかってきたら

あなたの意見を

お聞かせください。

二〇二一年に続き二〇二三
年六月に「お元気コール」を
実施いたします。新型コロナウイルス
ウィルスの感染者も大幅に減
少し、五月の連休明けには二
類から五類に見直しがされま
す。

しかし完全に新型コロナウ
イルスがなくなったわけでは
ありません。特に重症化しや
すい高齢者の会員の皆さん
は、今後とも気を付けてお過
ごししていただきたいと思っ
ています。

そのような中、脱コロナを
意識してどのような生活を過
ごされているのか、またどの
ように過ごしたいと思ってお
られるのか、現況を聞かせて

ください。

さらに「お元気コール」で
電話が掛かってきたときに、
十月開催予定の定期総会にお
いて、来年の活動のあり方や、
イベント内容などを検討し、
提案したいと考えています。

会員の皆様で来年に向けて
イベントなどの実施に関して
意見・要望があれば、ぜひ聞
かせてください。また、総会
後八サークルによる発表も合
わせて実施する予定です。の
でぜひとも参加を検討してみ
てください。



泉州地区協議会 主催

レクリエーション

大阪熊取の長池オアシスの蓮を見て関空で格納庫見学後にお食事を

JR 阪和線 熊取駅改札前に集合し、岸和田観光バスで長池オアシスへ。その後、岸和田観光バスに乗って関空へ。関空展望ホールスカイビューから格納庫等の見学を約1時間、その後、美味しいお弁当を頂きます。

実施日 2023年7月13日(木)
参加費 3000円
集合時間 9:30
集合場所 JR 阪和線 熊取駅改札前
昼食時間 13:00 関空展望ホールスカイビューにて
解散時間 14:30 関空にて現地解散 お土産などのお買い物に
募集数 50名
受付電話番号 072-245-9282 13時から16時まで
募集期間 5月25日～31日(土日を除く)
3日前から当日までのキャンセルは30%
当日は100%を徴収いたします。

参加者、希望者が多数の場合は抽選とさせていただきます。

長池オアシス公園

「長池オアシス」は、大阪府では3ヶ所しかない農林水産省の“全国ため池百選”のひとつに選定されているため池です。住宅街の中にある池で、花や野鳥などの自然にふれあうことができます。とくに有名なのが蓮・スイレンなどの水生植物と、トンボなどの水辺の生物です。長池オアシスで、初夏を象徴する美しい蓮の花とトンボたちの華やかな舞を楽しめます。



関空展望ホールスカイビュー

ポートターミナルに程近い関空展望ホールスカイビューは、緑が彩る展望デッキから迫力ある眺めを楽しめる、いわばファーストクラスシート。頭上をかすめるように航空機が飛ぶ眺望と滑走路までの距離の近さは、国内でも屈指といわれています。

泉州地区協議会一同、皆様の応募を心よりお待ちしております。

なにわ地区協議会 主催

レクリエーション

ボウリング&美味しい料理で
楽しい時間を過ごしましょう！

開催日 2023年6月30日(金) 9時30分受付 10時開始
 集合場所 心斎橋サンボウル 5階
 大阪市西心斎橋 2-9-28
 連絡先:06-6213-0303
 食事場所 心斎橋サンボウル地下1階(表彰式あります)
 最寄り駅 地下鉄心斎橋駅(7番出口より八幡筋方面へ徒歩5分)
 会費 3000円
 募集人員 80名(多数の場合は抽選)



受付期間 5月29日(月)～6月2日(金) 13時～16時帯
 申込受付 なにわ地区協議会(NTT豊崎ビル3階) 連絡先: 06-6867-9312

※取消しの場合も、同上の連絡先までご連絡願います。
 ※6月24日(土)以降の取消は、キャンセル料が発生します。
 ※当日の緊急連絡先は、心斎橋サンボウルまで

なにわ地区協議会一同、皆様の応募を心よりお待ちしております。

北摂地区協議会 主催

レクリエーション

丹波路を巡る旅とトロッコ列車

京都・湯の花温泉・大石酒造見学と里山の豪華な食事
 保津峡の渓谷美をトロッコ列車から満喫

開催日 令和5年7月3日(月) 雨天決行
 募集人数 70名 先着順
 受付期間 5月19日(金)～6月16日(金)まで
 受付電話 06-6476-9380(NTT淀川ビル)
 月・水・金の13時～16時は、受付者が対応
 他の日時は留守電にて受付します。後程、折り返し確認の
 電話をしますので氏名・電話番号は忘れずに登録して下さい。

参加費用 5,000円
 注:キャンセル料 6月26日まで半額。以降全額

集合場所 JR大阪城公園駅
 集合時間 8時30分 出発時間 9時00分 帰着時間 18時00分頃 JR大阪駅付近
 緊急連絡先:藤直 数隆(北摂地協レク担当) 090-4642-8012

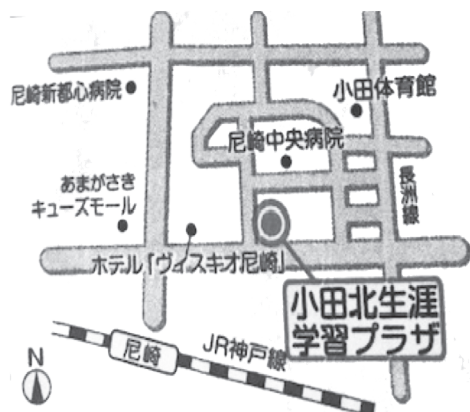


※コロナウイルス感染状況により、中止する場合があります
 ※諸般の事情により一部予定変更をする場合があります。

北摂地区協議会一同、皆様の応募を心よりお待ちしております。

大正琴サークルわたすげの会 25周年記念「おさらい会」

場 所 尼崎市立小田北生涯学習プラザ
ラ・ヴェール尼崎
開催日時 令和5年7月21日(金)
開 場 午後1時
開 演 午後1時30分



周知

トルコ・シリア大地震発生に伴う人道支援の立場から**14万円**のカンパを実施しました。

各地区協議会の進捗状況
TEL・FAXは設置済み
PC 設置済み
メール設定中
(堺ビルのみ空調設備の調整中)

摂河泉OB 5月号についても手配りを実施します。

各種イベントなど

サークル フェスティバル 2023

楽・笑・元気いきいき

開催案内

実施日と場所

- i 10月12日ホテル阪神大阪
- ii 10月13日アートホテル大阪ベイタワー
上記2案(4月28日決定)
受付 13時30分
開催時間 14時～17時
集合場所等詳細は7月号で周知いたします。

参加費 無料

皆様の参加をお待ちしております。

摂河泉OBゴルフ同好会 第39回コンペのご案内

- ◆日時 令和5年6月9日(金)8時24分INスタート
- ◆集合時間と場所 午前8時 スタート小屋付近
- ◆場所 くずはゴルフリンクス TEL072-857-7110
- ◆会費 2000円(懇親会・賞品代含む)
- ◆プレー費 7800円(昼食付)
70歳以上は免税800円あり
- ◆申込 6月1日(木)迄に電話またはショートメールで連絡宜しくお願い致します

申込連絡先

会 長 藤直数隆 ☎090-4642-8012
事務長 畑山睦智 ☎090-8794-1833
会 計 武田秀宣 ☎090-6554-3162

ありがとう基金 おめでとうございます

お誕生月にメッセージとギフトをお送りしました。(郵送されています)

3月

米寿

松本千代子(河内)
松村 孝子(河内)
奥田 愛子(河内)
稲垣登美子(河内)
森川 初乃(なにわ)
中谷 省三(河内)

喜寿

堤下 照夫(河内)
諏訪 安行(河内)
松岡 悦治(泉州)
西田 重信(河内)
村嶋 一雄(なにわ)
森山 信夫(なにわ)
木村 雅昭(なにわ)
竹谷 眞二(河内)
辻井 春樹(河内)
小林 豊文(河内)
高橋 社(河内)
石垣 雅子(河内)
種本ツネ子(なにわ)
西田サト子(北摂)
森 弘(北摂)
笹川 元光(河内)
山庄司幹男(河内)
佃 順雄(河内)

古希

前田 俊彦(北摂)
佐藤 久雄(なにわ)
大前 庄七(北摂)
高木 英明(なにわ)
西川 裕幸(河内)
植田 充彦(河内)
蛸谷 信幸(河内)
石井 茂(泉州)
城上 昌士(泉州)
松川 良和(河内)
中濱 弘(宮崎県)
関本 明(泉州)
橋本 尚則(北摂)
中山 英治(泉州)
森 孝之(北摂)
中村 正典(泉州)
大西 一正(北摂)
東 やす江(北摂)
矢吹 正明(なにわ)
横田 作文(泉州)
中森 幹夫(河内)
亀井 正義(なにわ)
松野 拓(河内)
伏見 典子(なにわ)
奥田 正志(河内)
恒吉 弘(泉州)
矢野 豊(北摂)
浅野 広道(河内)
飯田 省三(なにわ)
村田 因正(北摂)
三好 春美(河内)

寺田 克己(河内)
石坪 真弓(なにわ)
阪本 和子(なにわ)

赤田 桂子(北摂)
万木 信子(なにわ)
酒井 君代(なにわ)
奥田 光三(なにわ)

4月

米寿

長崎 稔(河内)
清水 利夫(河内)
徳島 正代(河内)
角川 圭子(北摂)
泉 清美(北摂)
寺嶋喜一郎(なにわ)
上戸 典子(北摂)
天濃紀久子(北摂)
坂東 勇夫(なにわ)
大江 隆治(なにわ)
廣道 襄(泉州)
中崎 幸子(泉州)
鵜川 昌也(なにわ)

喜寿

藤山 敏夫(河内)
千葉 稔(泉州)
木山シズ子(北摂)
下田 一三(河内)
岸田 洋(河内)
菅沼 通夫(北摂)
大西 義信(河内)
大西 治(河内)
谷口 光弘(河内)
橋本 淳(泉州)

古希

倉持 京子(なにわ)
安井 秀雄(河内)
竹本 建計(北摂)
高木 秀男(なにわ)
福田 光男(河内)
吉岡 秀高(河内)
足立 好文(なにわ)
豊田 吉晴(河内)
今井 邦夫(泉州)
松元 勝彦(泉州)
平田 忠男(泉州)
川中 智之(なにわ)
伊東 進(河内)
三好 正則(北摂)
杉岡 輝美(河内)
門松 雄一(泉州)
伊藤 憲治(泉州)
太田実千子(泉州)
下田 恵子(河内)
中村 勇(北摂)
西井 絹子(河内)
平山 陽子(河内)

人の動き

新しい仲間です

3月28日までに、
加入頂いた仲間です。

【河内】

奥平 哲也
森 悦子
露野 文子
榎谷 悦子

【泉州】

小萱 昌子
三浦 正利
田中 清充
関戸 守也

【なにわ】

岸本 明美
杉本 孝夫
長野 民子

【北摂】

宇野セツコ
山路 敬正
西尾志津子
松田 道代

お悔やみ申し上げます。

1月12日～3月28日の間に亡くなられた方々です。
なお、ご家族のお申し出により、掲載を控えている
場合があります。ご理解ください。

門田 好晴
森口 康之
北田 功
進司 英幸

大野 算三
西脇千枝子
片岡 光輝
田中八重子

谷口 實
森山暉久子

俳句のコーナー

一、賃上げの土俵小さくする政府
二、連合のお株をうばうスピード感
三、狂乱品は特別除外して統計
四、逃げ道は全て「コロナ」と「ウクライナ」
五、軍配は「天下泰平」で平和

俳句：河野 勝二（なにわ地区協議会）

お詫びと訂正をします

摂河泉OB 145号(3月号)について

P13 のサークル名紹介について、代表者の誤りが
ありました。訂正しお詫び申し上げます。

囲碁・将棋サークル 代表者

誤

 東方 宏和

⇒

正

 東方 宏祐



摂河泉OBパズル 当選者

摂河泉OB 145号(3月号) 応募総数 143通 正解 141通

清水 潤一(なにわ)	分才 義彰(河内)	丸山 雅章(泉州)	山本 利昭(北摂)
中村 静枝(なにわ)	植田 充彦(河内)	岸本 幸夫(泉州)	西垣 武文(北摂)
岩崎 善幸(なにわ)	土井 定文(河内)	川俣 道昭(泉州)	杉田 信明(北摂)
太田 輝樹(なにわ)	小倉 正男(河内)	矢野 順志(泉州)	田中 勝二(北摂)
深見 鈴代(なにわ)	中川 忠志(河内)	山下 憲二(泉州)	宇野 宏(北摂)
國政 慶司(なにわ)	林 昌樹(河内)	澄田 正人(泉州)	西村 淑子(北摂)
天川谷省三(なにわ)	辻中 嘉治(河内)	明神ひとみ(泉州)	井上 一男(北摂)
吉村 博道(なにわ)	林 輝美(河内)	梅原 重昭(泉州)	藤田 幸子(北摂)
石黒 昌弘(なにわ)	竹中 慧(河内)	坂本 義昭(泉州)	山下 克巳(北摂)
岩崎委津美(なにわ)	樋口 保(河内)	天野一二美(泉州)	藤井 光代(北摂)
福森 玲子(なにわ)	樋口 博美(河内)	中富 孝行(北摂)	井田 厚司(北摂)
大本富美子(河内)	山口 敏典(泉州)	定本津多子(北摂)	
松本清太郎(河内)	西側 利春(泉州)	伊藤 禎信(北摂)	

編集後記

三月号のクイズ回答ハガキの中に、会報誌の名称変更が来ているか確認していたところ、皆さん今回のクイズは大変むつかしいと書いていただいております。が、一四三枚回答（四月一七日現在）を頂き、解答欄を見てびっくりしました。間違いが二枚だけ。あまりにも高い回答率に戸惑いを感じております。むつかしいから皆さん一生懸命取り組みました結果だと思っております。

今回、会報誌の名称変更は一件だけ。出尽くしたのかなと思っておりますがまだまだ応募をお待ちしておりますのでよろしくお願いいたします。

発行責任者

 山田 健一

編集責任者

 岡田ゆきえ

編集委員

河内地区協

 西浦 豊

泉州地区協

 中村しげ子

北摂地区協

 石田 禮子

なにわ地区協

 尾崎 八生

事務局

 有本 正行

辰巳 義明

摂河泉OBパズル

Quoカードが
抽選で
当たる!



★ 網掛けの枠(2か所)に入った
数字の合計はいくつでしょう?

		5		3			4	
	1		5			9		
6					7			2
		4	8					
9								3
					2	7		
7			9					6
		3			6		1	
	4			2		8		

難易度 ★★★★★

★ ルール

- ①空いている枠に1から9までの数字のどれかが入ります。
- ②縦の列(9列)、横の列(9列)、太い線で囲まれている3×3のブロック(それぞれ9つの枠のあるブロックが9個)のいずれにも、1から9までの数字が入ります。

☆ 応募方法

- ①摂河泉OB(1月号)に同封している私製はがきに、切手(63円を御負担願います)を貼り、投函してください。
- ②はがきに「郵便番号・氏名・所属地区協議会(旧ブロック名)(お分かりである方)」を記載してください。
- ③大阪支部協議会への御意見・御要望などが有れば記載してください。(今後の活動の参考にさせていただきます)

☆ 締め切り 6月16日(消印有効) 発表は、摂河泉OB(7月号)で行ないます。

☆ 賞 品 抽選で正解者50人にQuoカード(500円分)

前回の回答 「13」

2	6	8	9	5	1	3	7	4
3	7	4	2	8	6	1	5	9
1	9	5	4	7	3	6	2	8
4	1	7	3	2	8	5	9	6
5	3	6	7	4	9	8	1	2
8	2	9	6	1	5	7	4	3
6	5	3	1	9	4	2	8	7
7	4	1	8	6	2	9	3	5
9	8	2	5	3	7	4	6	1

健康的な免疫力を整える簡単なレシピを紹介します

茄子は高血圧の予防やむくみの解消に役立ちます。水分と共に体の熱を放出して、のぼせやほてりを鎮める効果もあります。鶏肉のひき肉にはタンパク質を含み必須アミノ酸の含有は牛・豚よりも豊富。

低カロリー、ビタミンAやビタミンB2、B6なども多く含まれています。



茄子のマーボー風レンチン

〈材料〉

鶏ひき肉	150g
茄子	2本
長ねぎ	5cm
ラー油	少々
小ねぎ	少々
塩	ふたつまみ

焼き肉のたれ	大5
水	大1.5
片栗粉1	小1
ごま油	小1
にんにくチューブ	2cm
しょうがチューブ	2cm
オイスターソース	少々

A

〈作り方〉

- ①茄子は長さ半分にし、縦6等分に切り、水(塩ふたつまみを入れる)に3分さらして水気を切る。
- ②長ねぎはみじん切りにする。
- ③耐熱ボウルに長ねぎとAを入れよく混ぜる
- ④③の上に茄子をのせてふんわりとラップをかけ600Wで7分加熱し、よく混ぜる。(レンジによって加熱の仕方が違うので茄子が柔らかくなったOK)
- ⑤器に盛り小ねぎ、ラー油をお好みでのせて出来上がり。