

2023年7月号
(通算147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



ウォークラリー



写真は、河内地区協議会 南岡さん



グラウンドゴルフ



写真は、河内地区協議会 南岡さん

雑録六記

百歳時代を向かえる今

本来長寿社会とは、人類が夢

見た社会であり、それを実現した社会は素晴らしい社会である

はずが、今日「課題」・「問題」視されている状況は、その背景にすでに「高齢者はすでに役割を終えた者、社会が逆に、支えている者」という今日的な表現としての「高齢者」感が反映されていると思う。私の実感でもある。

しかし、就労年齢が六十五歳を超える健康な高齢者が増加傾向にあり、現役として地域社会で活動している状況は周知の通りではないだろうか。まじかに迫る人生百歳時代を見据え、高齢者は、地域社会で自分のもつ知識や経験を社会に還元しつつ、さらによりよい社会づくりの主役、いや脇役(謙虚)として長寿社会にふさわしい新しい高齢者観や価値観に役立っている「生涯学習」がある。

支部協主催の「摂河泉・クラブ」誕生もその思いから開講した講座である。高齢者の閉じこもり、孤独死、孤立死、リタイア後の活動の場の不足の緩和には、ご近所付き合い、コミュニケーションをはかる等、退職者の会が今、取り組んでいる「お元気コール」もその取り組みである。是非とも元気な「声」で話してほしい。お元気ですか!!

M・A

『平和』シリーズ②

二度と過ちは
繰り返さない

N T T 労組も構成組織の一員として参画している情報労連の平和行動が、今年も六月二十三日の『沖縄ピースすてーじ』を皮切りに、八月の『広島ピースフォーラム』『長崎平和フォーラム』と続きますが、大阪支部協としてそれぞれの行動に代表派遣を行うこととしています。

今回の『平和シリーズ第二弾』の寄稿は、沖縄戦に焦点を当ててみようと思います。

一九四五年三月二十三日にアメリカ艦隊が沖縄海域に集結し、以降、沖縄は猛烈な空爆と艦砲射撃にさらされ、沖縄戦は

十五万人の尊い命が奪われた、日本国内唯一の地上戦と言われている。

沖縄戦を語る時には多くの切り口がありますが、2つの切り口に絞り触れてみたいと思います。

その一つは、国体護持のために沖縄が捨て石にされたと言う点です。

本土防衛に備えて、大本営と天皇の御在所を長野県・松代に移転させるため、突貫工事が進められていましたが、それが完成するまでの時間稼ぎとして、壊滅状態にある沖縄の戦力で戦いの継続が余儀なくされ、結果として多くの民間人が犠牲になったと言う点です。

二つ目は、軍隊は自国民を守らないと言うことを鮮明にした点です。

皇民として捕虜に成ることは許されないと理由から、自決を日本軍から強要されたり、沖縄の方言を話ただけで、スパイ扱いをされて命が奪われたり、日本の兵士が逃げる際に邪

魔な存在に成ることから、乳飲み子にいたるまで殺害していた事実が語られているなど、沖縄県民の敵はアメリカ軍だけでなく、日本軍でもあったと言う点です。

戦後七十八年を迎えた今日、私たちのまわりを見つめたと、き、沖縄戦の教訓が活かされているのか問われているのではないのでしょうか。

岸田政権は国民的な議論もなく「敵基地攻撃能力の保有」の具体策として、沖縄へのミサイル基地の設置・配備や歯止めなき軍拡への進展となる防衛費を一・五倍に増やすなど、平和憲法を無視した動きを強めています。

「二度と過ちは繰り返さない」との思いで平和憲法が成立したことを再度認識し、今後も引き続き平和の取り組みを進めていくこととします。



高齢者集会



岡田 ゆきゑ

二〇二三大阪高齢者集会が六月六日四年ぶりに五〇〇人の仲間を結集し「生き生きと安心して暮らせる社会にしよう」をスローガンのもとドーンセンターで開催されました。

集会は三部構成で開催され

1部は 日本労働組合総連合会 小林 司生活福祉局長による記念講演でテーマは「社会保障制度をめぐる動きと課題について」で、今後私たちが直面する医療・介護・年金・子育て支援について、分かり易く講演をしていただきました。

2部の二〇二三大阪高齢者集



会は、大阪支部協議会の山田会長の司会で始まりました。

・各団体来賓の挨拶

・松本事務局長の基調報告

・青谷副会長の集会宣言の後

・徳永会長の団結ガンバローの

掛け声の中、盛況のうちに閉会しました。

3部のデモ行進は久しぶりに予定されていましたが、残念ながら雨のため中止となりました。

2023部門連絡会 合同研修に参加して(その1)



掛川 つねみ

五月十三日(土) JR新大阪駅に集合し、大阪グループ連絡会傘下、各組織の二十名。その中に退職者の会の二名も交じっての参加。新幹線に乗り込み名古屋駅へ。その後貸し切りバスに揺られて長野県松本方面へ出発。若手に交じっての行動についていけるのか非常に心配であったが気力を奮い立たせて、前進のみと暗示をかける。

初日は、満蒙開拓平和記念館を訪ね、北村さん親子語り部という新しいスタイルのお話を伺い、非常に分かりやすく、また母、栄美さんの記憶力も素晴らしい八十九歳とは思えない話ぶ

りで、大阪人の私としては掛け合い漫才のような強烈な印象を受けた語り部さんだった。北村さんご家族は極寒の満州、特に入植が遅めだったので、割り当てられた先がソ連との境界に近いくところとお聞きしたが、結構楽しい思い出がいっぱいあることを聞き驚いた。悲惨なことばかりと思っていたが、楽しい思い出が残っていると聞き救われる思いがした。

三日目の松代象山地下壕は、第二次世界大戦の末期、軍部が本土決戦最後の拠点として、空襲の恐れのない移転先として長野県松代に決定、大本営、政府各機関を極秘に移すという計画の元、強制的に連れてこられた朝鮮、日本の人々が動員、建設に従事させられた地で、沖縄戦は本土防衛に備えて、大本営と天皇御座所をこの地域に移すために沖縄を犠牲にして、工事を進めて、長期化に影響したと考えられる。実際に五番壕から十五番壕の縦穴、横穴を歩いてみたが、硬い岩盤で覆われ、前

日の里山辺地下工場とは大きく違い、しつかりした足元、天井は結構な高さがある、里山辺地下工場は天井も低く油断するとヘルメットを天井の枠にぶつけてゴン、足元は水たまりや岩がゴロゴロ、下手をすれば転びそうになるなど非常に危険な場所であった。ともあれ終戦間際まで建設されたが、実際に使われることはなかった。

現在、ロシアによるウクライナ軍事侵攻、日本では沖縄の基地問題等、戦争の恐ろしさ、悲惨さを考えさせられる研修で少しでも、退職者の会会員さんに発信していければと思いつつ帰路に就いた。

【参加者】

関西総支部 4名
西日本総支部 5名
データ本部 1名
ドコモ本部 1名
持株グループ 4名
退職者の会 2名
関西総支部事務局 1名
大阪グループ連絡会 2名
NTTトラベルサービス 1名(添乗員)

第20回統一地方選挙・堺市長選 選挙結果

	県域	選挙名	投票日	候補者	所属	当選
1	大阪	吹田市議会議員選挙	4月23日	西岡 友和	立憲民主	当
2	大阪	大阪府議会議員選挙(枚方市)	4月9日	山田 健太	無所属	当
3	大阪	大阪市議会議員選挙(東淀川区)	4月9日	表西 貴文	無所属	
4	大阪	堺市議会議員選挙(南区)	4月9日	小堀 清次	立憲民主	当
5	大阪	堺市議会議員選挙(東区)	4月9日	池田 一紗	立憲民主	
6	大阪	堺市議会議員選挙(西区)	4月9日	西 哲史	立憲民主	当
7	大阪	堺市議会議員選挙(堺区)	4月9日	淵上 猛志	無所属	当
8	大阪	寝屋川市議会議員選挙	4月23日	久野須賀子	無所属	当
9	大阪	守口市議会議員選挙	4月23日	高島 賢	無所属	当
10	大阪	門真市議会議員選挙	4月23日	森 博孝	無所属	当
11	大阪	貝塚市議会議員選挙	4月23日	南野 敬介	立憲民主	当
12	京都	京都府議会議員選挙(中京区)	4月9日	田中 健志	立憲民主	当
13	京都	八幡市議会議員選挙	4月23日	小川 直人	立憲民主	当
14	兵庫	兵庫県議会議員選挙(垂水区)	4月9日	黒田 一美	立憲民主	当
15	兵庫	兵庫県議会議員選挙(伊丹市)	4月9日	相崎 佐和	立憲民主	
16	兵庫	兵庫県議会議員選挙(神崎郡)	4月9日	上野 英一	無所属	当
17	兵庫	兵庫県議会議員選挙(川西市・川辺郡)	4月9日	北上 哲仁	無所属	当
18	兵庫	神戸市議会議員選挙(東灘区)	4月9日	矢野 浩慈	立憲民主	当
19	兵庫	神戸市議会議員選挙(中央区)	4月9日	横畑 和幸	立憲民主	当
20	兵庫	神戸市議会議員選挙(北区)	4月9日	伊藤 めぐ	立憲民主	当
21	兵庫	神戸市議会議員選挙(北区)	4月9日	池田 林太	立憲民主	
22	兵庫	神戸市議会議員選挙(垂水区)	4月9日	田藤 剛	立憲民主	
23	兵庫	神戸市議会議員選挙(西区)	4月9日	加地 幸夫	立憲民主	当
24	兵庫	明石市議会議員選挙	4月23日	竹内 きよ	無所属	当
25	兵庫	明石市議会議員選挙	4月23日	吉田 秀夫	無所属	
26	兵庫	宝塚市議会議員選挙	4月23日	北野 聡子	立憲民主	当
27	兵庫	三木市議会議員選挙	4月23日	古田 寛明	無所属	当
28	兵庫	伊丹市議会議員選挙	4月23日	岸田 真佐	立憲民主	当
29	兵庫	西宮市議会議員選挙	4月23日	奥野 尚美	無所属	当
30	兵庫	芦屋市議会議員選挙	4月23日	中村 亮介	立憲民主	当
31	奈良	奈良県議会議員選挙(大和郡山市)	4月9日	藤野 良次	立憲民主	当
32	奈良	奈良県議会議員選挙(橿原市・高市郡)	4月9日	森山 賀文	立憲民主	当
33	奈良	奈良県議会議員選挙(香芝市)	4月9日	尾崎 充典	無所属	
34	滋賀	滋賀県議会議員選挙(大津市)	4月9日	佐口 佳恵	立憲民主	当
35	滋賀	滋賀県議会議員選挙(米原市)	4月9日	角田 航也	立憲民主	当
36	滋賀	滋賀県議会議員選挙(近江八幡市・竜王町)	4月9日	今江 政彦	立憲民主	当
37	滋賀	滋賀県議会議員選挙(東近江市・日野町・愛荘)	4月9日	坂口 明德	立憲民主	
38	滋賀	滋賀県議会議員選挙(湖南市)	4月9日	塚本 茂樹	立憲民主	
39	滋賀	滋賀県議会議員選挙(甲賀市)	4月9日	田中 松太	無所属	当
40	滋賀	彦根市議会議員選挙	4月23日	矢吹 安子	無所属	当
41	和歌山	和歌山市議会議員選挙	4月23日	山本 忠相	立憲民主	当
42	和歌山	湯浅町議会議員選挙	4月23日	石本 一也	無所属	当
43	大阪	富田林市議会議員選挙	4月23日	辰巳 真司	無所属	当

	県域	選 挙 名	投票日	候 補 者	所 属	当選
44	大阪	富田林市議会議員選挙	4月23日	南齋 哲平	無所属	当
45	大阪	枚方市議会議員選挙	4月23日	野村 生代	立憲民主	当
46	大阪	高槻市長選挙	4月23日	濱田 剛史	無所属	当
47	大阪	八尾市長選挙	4月23日	田中 誠太	無所属	
48	大阪	大阪府議会議員選挙(高槻市・三島郡・島本町)	4月9日	野々上 愛	立憲民主	当
49	大阪	大阪府議会議員選挙(住之江区)	4月9日	澤邑 啓子	立憲民主	
50	大阪	大阪府議会議員選挙(旭区)	4月9日	富田 忠泰	無所属	
51	大阪	大阪市議会議員選挙(住之江区)	4月9日	松崎 孔	無所属	当
52	大阪	大阪市議会議員選挙(住吉区)	4月9日	野口 忠真	立憲民主	
53	大阪	堺市議会議員選挙(北区)	4月9日	吉川 守	無所属	当
54	大阪	堺市議会議員選挙(中区)	4月9日	木畑 匡	無所属	当
55	大阪	豊中市議会議員選挙	4月23日	垂水 剛	無所属	
56	大阪	池田市議会議員選挙	4月23日	下窄 明	無所属	当
57	大阪	高槻市議会議員選挙	4月23日	遠矢家永子	立憲民主	当
58	大阪	八尾市議会議員選挙	4月23日	吉村 拓哉	無所属	当
59	大阪	泉大津市議会議員選挙	4月23日	野田 悦子	立憲民主	当
60	大阪	四条畷市議会議員選挙	4月23日	島 弘一	立憲民主	当
61	大阪	熊取町議会議員選挙	4月23日	坂上 昌史	国民民主	当
62	大阪	大阪府知事選挙	4月9日	谷口真由美	無所属	
63	大阪	大阪市長選挙	4月9日	北野 妙子	無所属	
64	大阪	高石市長選挙	4月23日	阪口 伸六	無所属	
	大阪	堺市長選挙	6月4日	野村ともあき	無所属	

河内地区協議会

地区協だより

新しい事務所の近況です！

4月に新しく河内地区協議会事務所OPENして2か月が過ぎました。

4月13日(木)第4回幹事会をNTT OCBビル14階の食堂にて初めて開催しました。河内地区協会員で2期目大阪府議会(枚方選挙区)に当選された『山田けんた』さんから当選お礼の挨拶を頂きました。

5月11日(木)第5回幹事会をNTT OCBビル14階の食堂で「お元気コール」の実施を確認し各幹事さんに、60件の電話リストを配布しました。高齢化が進む中、一人暮らしや夫婦二人暮らし会員が増加しているなかで「お元気コール」しても、詐欺かもしれないから「電話に出るな」と言われているのか、電話に中々出てもらえずコミュニケーションを取るにも苦労しています。「お元気コール」で電話連絡つかなかった会員さんにこそ「葉書等」でコミュニケーションが必要と考えます。

3月に退職された藤田 清さん・小迫 修さん・小林 芳江さん幹事を引き受けて下さり感謝です。40年間以上NTT組織にかかわり、もう十分に気楽な年金生活を望まれていたはず、ご協力ありがとうございます。年金生活になると社会の繋がりが貧乏になります、退職者の会で頑張ってください。もう一度いやもう二度活躍お願いします。6月8日(木)第6回幹事会はNTT OCB14階の食堂で開催しました。



泉州地区協議会

地区協だより

事務所開設のお知らせ

第25回大阪支部協議会定期総会をうけ2022年12月12日(月)泉州ブロック解散式および泉州地区協議会発足総会を開催し、新しい組織として発足しました。大阪支部協の指導のもと、NTT堺ビル7階に新しく事務所を事務所を開設することができました。3月22日(水)通信回線等についても無事開通しましたので、お知らせ致します。

これからは新しい活動の拠点として、幹事はもとより会員の皆さんが遠慮なく来てもらえるような、そんな事務所の雰囲気づくりをしていきたいと思ひます。

★泉州地区協議会レクの空弁が「早目の豪華ランチ」に変更となりました。お楽しみに！



北摂地区協議会

地区協だより

事務所近況

北摂地区協議会の会員の皆様、こんにちは。昨年12月に北摂地区協が発足以来、早7ヶ月が経ち、この間、地区協懇親会、事務所の開設・整備とコロナ感染対策を講じながら活動をして来ました。

取分け、4月の統一自治体選挙では、組織内候補の西岡吹田市議会議員の再選(得票3229票17位)を見事、果たす事が出来た事は、ひとえにNTT労組・大阪支部協のご指導と北摂地区協会員の皆様のご支援の賜物と深く感謝いたします。有難うございました。

5月には、幹事会を初めてNTT淀川ビルで開催し、幹事全員に事務所の案内・説明・淀川ビルの入退局時の特別ルール(近隣娯楽店前の道路を利用せず、バス通りを利用)の遵守のお願い等、全体の意思統一を図りました。7月に行われる北摂地区協主催のバスレクの申し込み受付体制の決定も含め、活発な議論の中、無事終了いたしました。会議終了後は、それぞれ会費を出し合って食堂で飲み会を行い、地区協の気合合わせを致しました。

コロナ感染対策の規制緩和により、行動範囲が広がり、今まで自粛されてきた行事やイベントが次々と開会され、コロナ禍の3年間を取り戻すが如く、多くの参加者で盛り上がっています。地区協独自の取り組みも今のところ、バスレクだけではありませんが、支部協と合同取り組み「会報誌の手配り・お元気コール・弔問活動」の中で工夫をしながら地域会員の皆様とのコミュニケーションを図っていききたいと思っています。地区協会員の皆様のご協力、よろしくお願い致します。



なにわ地区協議会

地区協だより

25周年記念「おさらい会」(わたすげの会)

わたすげの会は25年前の平成10年に発足しました。26年前の大阪情報案内分会の解散大会「感謝しつつ 新たな旅立ち」セレモニーにおいて、50台の大正琴で♪全電通の歌♪花(沖縄)♪を演奏したのがキッカケになり大正琴サークルが誕生しました。

毎年、老人福祉施設への慰問演奏や西日本大正琴フェスティバル等の演奏会に参加して来ましたが、ここ3年間コロナ禍で全ての行事が中止になりました。

今回「おさらい会」が開催出来ることに感謝しつつ、これからも大正琴の音色を皆様にお届けしたいと思います。



大正琴交流演奏会(倉敷)

おさらい会

開催日時 7月21日(金) 13時～15時

場 所 尼崎市小田北生涯学習プラザ

(JR尼崎駅北口から徒歩3分)

皆さまに聴きにきて頂けたら嬉しいです♪♪♪
終了後、懇親会も予定しています。

連絡先 090 7354 6431 向井さよ子

河内地区協議会 主催

レクリエーション

そうめん資料館・醤油蔵見学

手延べそうめん「揖保乃糸」の伝統と味わいが体験できる
テーマ館竜野醤油見学と赤とんぼの里へ社会見学します。



開 催 日 令和5年9月5日(火)雨天決行

募集人員 80名 先着順

受付期間 7月18日(火)～21日(金) 11:00～15:00

受付電話 06-4256-2580 (NTT OCBビル)

参加費用 5,000円 注:キャンセル料 8月31日以降全額

集合場所 JR大阪城公園駅

集合時間 9:00(出発時間 9:30)

※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する場合があります

河内地区協議会一同、皆様の応募を心よりお待ちしております。

各種イベント・お知らせ①

女性の会

手芸教室

開催日時: 8月16日(水) 13:00～16:00

開催場所: コンポ会議室

募集人員: 20名(先着順)

募集期間: 8月4日(金)まで

連絡番号: 06-6451-8100

個人で用意して頂くもの

ハンカチ・小風呂敷等・針と糸
(布地に会ったもの)・ハサミ

後は支部協で用意いたします。



グラウンドゴルフ



ホールインワン!?



参加者の皆さん

結果

男性

1位 堀井 剛
2位 梶原 一郎
3位 岡本 博文

女性

1位 向井さよ子
2位 福田 裕子
3位 山中アキエ

団体

1位 河内A 2位 泉州A 3位 河内B

各種イベント・お知らせ②

摂河泉OBゴルフ同好会

第40回コンペのご案内

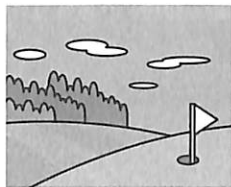
日時：令和5年9月下旬予定
(詳細は「摂河泉OB」9月号に掲載)
場所：くずはゴルフリンクス

摂河泉OBゴルフ同好会は年4回(4月・6月・9月・11月)にくずはゴルフリンクスで会員相互の親睦を図り健康維持に努めている会です。初めての方大歓迎。入会お待ちしております。



【くずはゴルフリンクスの紹介】

大阪の枚方市にある、くずはゴルフリンクスは京阪電車「樟葉駅」から徒歩約2分、車であれば大阪市内から約45分の場所にあり、かつてプロの国際トーナメント会場として使用され尾崎3兄弟・中島・グレッグノーマン等がチャレンジしたゴルフ場で、コースは淀川河川敷にあり乗用カートはフェアウ



エー乗入れOKでとても楽々、コースはフラットで簡単に攻略できそうだがグリーンを外すと砲台グリーンが多いのでアプローチはやさしくない(1度チャレンジして下さい)

第38回摂河泉OBゴルフコンペ成績

優勝:西野 義武 2位:武田 秀宣 3位:田中 淳夫

サークルフェスティバル 2023

楽・笑・元気いきいき

参加サークル

- | | |
|--------|-----------|
| ○大正琴 | ○グラウンドゴルフ |
| ○5up体操 | ○詩吟 |
| ○カラオケ | ○囲碁将棋 |
| ○ゴルフ | ○民謡を踊ろう会 |

実施日 10月12日
実施場所 ホテル阪神
受付時間 13時30分
参加費 無料

お楽しみに!

プログラムは9月号にて発表

退職者の会 写真サークル

退職者の会 写真サークル
結成のお知らせ

私たちはNTT労組退職者の会大阪支部協議会として、新たに写真サークル(仮称)を結成することをお知らせいたします。



このサークルは、大阪支部協議会会員の写真愛好者の交流や写真作品の共有・評価などを通じて、楽しい時間を過ごす場となることを目指しています。サークルの活動内容としては、以下のように考えています。

- 定期的な写真撮影会の企画
- テクニカル知識や撮影テクニックの勉強会
- 写真作品の評価や意見交換
- 会報誌への写真提供
- 写真展等への応募支援

初心者の方から上級者まで、どなたでも参加頂けますので、ご興味のある方は是非ご参加下さい。

賛同者:

青木 育夫(泉州地区協)
本田 節雄(なにわ地区協)
辻 和好(北摂地区協)
池尻 貞男(河内地区協)
梶原 一郎(泉州地区協)
森下 稔(北摂地区協)
南岡 清司(河内地区協)

参加ご希望の方は、以下の連絡先にご連絡ください。

連絡先

NTT労組退職者の会 大阪支部協議会
電話番号：06-6451-8100
(月曜日～金曜日 10:00～15:00)

写真の魅力に触れ合いながら、楽しい写真サークル(仮称)を築き上げたいと思います。皆様のご参加をお待ちしております。



ウォークラリー感想文

河内地区協議会

(松川 満さん) 何十年振りのお城公園、いろんな乗り物や堀に遊覧船びっくりました。新緑求めて多くの方が公園に。ブルーシートを敷いての昼食、昔電車から見えたブルーシートに変わり、今は高齢者の大宴会、時代の流れを感じる晴れのウォークラリーでした。

(桂木 文代さん) 日頃の行いが良いのか、天候に恵まれ多くの参加者とウォークラリーの後の弁当食べながら盛大な交流会楽しかったです。各地区協議会の皆さん久しぶり逢えて楽しいお酒頂きました。お世話になったPTの皆さんご苦労様でした。近場の良い企画楽しみにしています。

泉州地区協議会

5月22日 ウォークラリーで大阪城公園へ (山中アキエさん)

お天気に恵まれて新緑の元、泉州からは12名が参加しました。私は長距離を選んだお陰でお城の近くを通り、お堀には船も出ていましたね。お城を見るのは久しぶりでしたのでごさに感動しました。そして海外からの観光客が多くてびっくり、その中の一人に日本へはファミリーで来たのかと聞くと指折り5本を示してくれて分かりました。どこから来たのかを伝えられなくて、アメリカですかと云うとカナダと言ってくれましたのでゼスチャーで私もカナダへ行った事とワンダフルな所が沢山あることを伝えると言葉が通じたらしく笑顔で答えてくれ、日本はいい所と言ってくれました。こんな機会はめったに有りませんので嬉しく思いました。

新緑の大阪城公園のウォークラリーに参加 (小谷 英子さん)

当日は朝から天候に恵まれウォークラリー日和でした。目にも鮮やかな新緑の大阪城公園で自然や歴史を感じつつ参加された方々とも楽しく会話をしながら健脚コースに挑戦。その後、歩き疲れた身体にビールとお弁当は最高でした。一日の歩数は約1万歩。少々疲れましたが清々しさが残る一日でした。

北摂地区協議会

(尾崎 和昭さん) 初夏の新緑で香る中、老老男女が参加し、健脚向きの一時間コースと、少し軽めの45分コースの2班に分かれ、大阪城公園の周辺コースを散策してきました。大阪城周辺に広く樹木が生い茂り、散歩道やジョギングコースがあったのを初めて知りました。

散策後は参加者全員で青空の下、お弁当を広げ歓談など楽しいひとときとなりました。年々歳を重ねるに従い外出機会も減りがちになり、また外でお弁当を広げて食べることも少なくなりがちですが、参加してみてとても良い時間が過ごせました。今回参加できなかった方も、次回は一度参加を検討してみてください。

なにわ地区協議会

(川下 康明さん) 私は、弁当担当、今日は歩けないと思い、集合駅まで一駅歩く。弁当を受け取り皆さんがウォーキングから帰るのを待つ。周りは青葉、若葉に爽やかな風が吹いている。弁当とビールの後、たまたらず弁当広場から谷四まで気持ちよく歩く。皆さんも来年は是非参加を！

(北村由里子さん) ウォークラリーハイキングに参加しました。

5月22日(月)快晴～！ 長かったコロナ禍からようやく解放感を味わえる日が来ました。大阪城公園内の緑いっぱいの木々の中を久しぶりに会った友人とハイキングと言うよりも、お散歩(笑)しながらノーマスクで、おしゃべりに夢中になりどこをどう歩いたのかは記憶なく到着したところは、ランチタイム用にセッティングをして下さっていたお昼寝もできそうなデッカイシートでした。歩き過ぎではなくおしゃべりのし過ぎでノドはカラカラ状態に……。

お弁当が配られ会長の音頭で青空に向かって「乾杯～」グイ～ッ🍷と一口「あ～幸せ」と思わず口から出た言葉でした♪ やっぱ野外はいいね～。お世話役さんアリガト♡

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)****5月****米寿**

東 嘉子 (河内)
曾和 孝司 (河内)
宮武登志子 (河内)
新村 孝行 (泉州)
西田一二三 (泉州)
畑江 武 (泉州)
岩脇 長治 (北摂)
小崎 博 (北摂)
川手 康栄 (北摂)
北辻 博一 (北摂)
徳田 宗義 (北摂)
中村 芳江 (北摂)
岡田 宗子 (なにわ)
片岡 豊子 (なにわ)
後藤 實 (なにわ)
小山 正之 (なにわ)
藤井 義也 (なにわ)
藤本 敏夫 (なにわ)

喜寿

下岸 享博 (河内)
園元 芳子 (河内)
田中 和男 (河内)
富田 公男 (河内)
藤田 幸雄 (河内)
物部 胤三 (河内)
山中 勤 (河内)
浅井 利寿 (泉州)
堂浦 弘子 (泉州)

吉岡 實美 (泉州)
平井 勝 (北摂)
福岡 康夫 (北摂)
松本 武弘 (北摂)
直井 正治 (なにわ)
吉田 雅子 (なにわ)

古希

秋元和加子 (河内)
今井 豊彦 (河内)
宇佐美健一 (河内)
大坪 武雄 (河内)
北本 光啓 (河内)
高橋 早苗 (河内)
瀧井 豊 (河内)
中村 則雄 (河内)
真木 宏 (河内)
和田 隆則 (河内)
東 秀雄 (泉州)
伊永すみ子 (泉州)
奥田 隆 (泉州)
小杉てるえ (泉州)
中西眞知子 (泉州)
日岡 一昌 (泉州)
松場佐起子 (泉州)
阿部 重信 (北摂)
内田志津子 (北摂)
桂 潤二 (北摂)
塩見 明 (北摂)
矢野 広吉 (北摂)
大倉 正人 (なにわ)
五藤 万子 (なにわ)

永松 辰己 (なにわ)
古林 一雄 (なにわ)
宮本久美子 (なにわ)

6月**米寿**

中川 好香 (河内)
中辻 豊正 (河内)
大田 節子 (北摂)
町田 静美 (北摂)
大橋 康子 (なにわ)
古布 充 (なにわ)
毛利千代美 (なにわ)

喜寿

上田 康子 (河内)
大野 譲一 (河内)
川渕 勝彦 (河内)
久門 良憲 (河内)
小中 時彦 (河内)
小山 隆三 (河内)
野村 國夫 (河内)
森 一平 (河内)
藤井 清徳 (泉州)
樋口久美子 (北摂)
山下 佳三 (北摂)
山中 義弘 (北摂)
奥 豊 (なにわ)
栗谷 好一 (直轄)

古希

岩下 紀子 (河内)
清水 幸平 (河内)
中森 敦子 (河内)
樫原 悦次 (河内)
吉田 和子 (河内)
吉村 勝 (河内)
神原 哲夫 (泉州)
清原 丈雄 (泉州)
中川 満 (泉州)
土師 康嗣 (泉州)
藤坂 満 (泉州)
村上 文明 (泉州)
山本千鶴子 (泉州)
金野 美子 (北摂)
島田幸治郎 (北摂)
野崎 英次 (北摂)
野田 明孝 (北摂)
藤田 啓司 (北摂)
森下 佐紀 (北摂)
朝山 敏朗 (なにわ)
倉本由紀子 (なにわ)
杉本 孝 (なにわ)
武田 国夫 (なにわ)
鳥居 勝馬 (なにわ)
速水恵美子 (なにわ)
廣田 直也 (なにわ)
前田 章 (なにわ)
宮本 斉 (なにわ)
守倉勢津子 (なにわ)
阿部 嘉男 (直轄)

人の動き**新しい仲間です**

4月に加入頂いた仲間です。

【河内】

上田 弘海
大林 清隆
木浦 隆雄
北村 誠
小迫 修
小林 芳江
杉山 勇
突田 重国
富田 章夫
長瀬 隆

西

俊一
服部 清明
浜田 浩
廣岡 重隆
三上 修司
向本 順治
森川 真一
山下 恵子
山根 康伸
吉村 康和

【泉州】

北田 智朗
相良 清
徳谷 貢
原 忠次
目 弘昭
横山由紀子

【なにわ】

飯田 雅章
岡 淳之介

岡崎 弘道
奥原 信之
奥村 美幸
柏岡 隆明
片岡富美子
河合 一彰
木和田博三
澤井美智代
高岡 龍二
高野 明美
高野誠一郎

辻本千恵子
寺口 孝也
長尾 正治
原 耕作
日浦のり子
弘田 仁治
溝口 健二
矢野 昌弘
吉原 敏一

【北摂】

赤井 隆真
五十嵐 博
伊藤 勝則
糸川 隆一
鶴久森 勝
大西 稔
大野 征子
奥野 隆久
川勝 秀資
小寺 孝典

仙波 光之
田辺 幸助
峠 勝
日野十三雄
本城 政男
八島 輝哲
山上 伸璽

【直轄】

小池 真司

お悔やみ申し上げます。

3月1日～5月11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。

進司 英幸	西尾 貫二	森本 勇
竹下 正子	三波 鎮也	長坂せつ子
清原竹千代	飯田 充文	八尾 史郎
大野 隆	岡本 隆史	松田 陽子
横山喜一郎	池上 浩二	有田 作
小河 次夫	木谷 一男	

摂河泉OBパズル 当選者

摂河泉OB 146号(5月号) 応募総数 219通 正解 212通

青谷 富子	奥田 義明	太刀掛 敬	藤原 正子	山田 悦子
網代 真三	小倉 正男	田中 久弘	分才 義彰	山本 利昭
天川谷 省三	加藤 聖二	谷口 明	細江 鋭吉	
市村 米子	金木 昂一郎	塚本 良雄	前塚 加代子	
伊藤 禎信	川島 健二	辻中 嘉治	牧田 明良	
井上 哲郎	栗塚 八千代	寺島 正明	正木 信行	
岩本 玉代	小林 涉	中部 正道	道井 邦夫	
宇野 宏	先川 敏博	西垣 武文	峰松 静雄	
扇田 廣一	佐藤 久美	西村 朗	糸山 あゆみ	
大上 道子	重田 澄江	西村 重信	森 興輝	
大垣 充敏	清水 治将	原田 武志	柳本 喜孝	
岡本 公子	高畑 和子	藤原 恵美子	山内 完治	



俳句のコーナー

一、舳ひ船横たふ海や 薄暑なる

二、知らぬ寺探しあぐねて 街薄暑

三、太き幹父あればこそ柿の花

四、古き友はしやく姿や 柿の花

五、夏の宵芸妓のうなじいと白し

俳句：長田 拝（北摂地区協議会）

一、負けへんで値上げも工夫でボケ防止

二、芝生から草ツンツンと自己主張

三、桜の下彩り弁当ワンコイン

四、年寄りに迷路のような地下の街

五、平凡な日日一行の日記帳

俳句：林 輝美（河内区協議会）



お詫びと 訂正を します

摂河泉OB 146号(5月号)について

P12の簡単なレシピについて、誤りがありました。訂正しお詫び申し上げます。

＜作り方＞③耐熱ボウルに長ねぎと鶏ひき肉とAを入れよく混ぜる。が正解でした。
(鶏ひき肉の入れる箇所が抜けていました。)

P10のお悔やみ欄の森山暉久子さんは任意脱退でした。訂正しお詫び申し上げます。

摂河泉OBパズル

Quoカードが
抽選で
当たる!

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

難易度 ★★★★★



★ 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?

☆ 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 8月4日(消印有効) 発表は、摂河泉OB(9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 「5」

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

健康的な免疫力を整える簡単なレシピを紹介します

イカとキュウリと人参のサラダ

イカのコレステロール含有量は魚介類の中で多いほうですが、一方体内でコレステロールを減らす作用があるタウリンにはその他、心臓や肝臓の機能を高め、視力の回復、インスリン分泌促進、高血圧、中性脂肪を減らす等さまざまな効果が有ると言われている。



※キュウリと人参を同時に使うと、どちらもアスコルビナーゼというビタミンCを破壊する酵素が含まれているため、サラダに入れてしまうと他の野菜のビタミンCまで破壊してしまう恐れがある。生で使用する時には酢を加えるか熱を加えると大丈夫。

〈材料〉

キュウリ	1本	塩	少々
人参	半分	酒	適量
イカ	1杯	マヨネーズ	適量
		トマト	飾り用

〈作り方〉

- ①イカを処理する(内臓を取り、皮を引く、目と口を取る)
- ②処理したイカを適当な大きさに切る
- ③切ったイカを鍋で酒を入れて、カラ炒りする
- ④キュウリは縦半分に切り、千切りにする 人参も千切りにする
- ⑤人参は耐熱容器に入れて600wで1分30秒チンする
- ⑥イカとキュウリと人参をボールに入れマヨネーズで和える
- ⑦器に盛りトマトを飾り出来上がり

