

《眼内検診で早期発見を》

昔から老化の順序は、歯、眼、?、との謠がある。人間の老化現象は、色々な箇所に、色々な形で出てくる。老眼、乱視を始め白内障などは皆さん良くご存じですが、網膜剥離も老化が原因だと思います。

医師は、網膜剥離の原因はよく判らないと言いますが、私は年をとってからの網膜剥離は老化現象が原因の一つだと思います。

網膜剥離は、剥離の箇所と状況によっては失明につながる厄介な病気です。眼の水晶体(瞳)の後ろに硝子体と言うゼリー状の物があり、その外側に網膜がある。

この硝子体が老化により縮むときに、外側に付いている網膜を引っ張って剥がす。症状は突然に擦りガラ

スの様に見えたり、ひどいときは全く見えなくなる。この網膜剥離には前触れがあり、それは硝子体が縮む前に皺が寄り、その皺が明るい所を見たときに、蚊とか糸屑の様なものが眼に写る。これが飛蚊症と言います。これを放つておくと硝子体が縮んで網膜剥離につながります。大切なことは、この飛蚊症が現れたときにすぐ良い眼科医で眼内検診を受けることです。

我々は胃、胸、視力等はよく検診を受けるが眼内検診は眼が悪くならない限りあまり受けません。眼の良い人も定期的に眼内の検診を受けるべきだと思います。今年突然の網膜剥離を体験し、定期的な眼内検診で異常の早期発見をする必要性を痛感した次第です。

【年次地区総会の報告】

5月9日(土)松心会館に118名の出席者を迎え、議事に入る前に平成9年度物故会員9霊のご冥福を祈り全員黙祷を行う。

栗山幹事より4月18日に開催された全国総会の報告後、会員の絶大なご協力を得て参加率の向上、史跡巡り70回の記録達成等、極めて活発になった地区活動の状況について報告。

本総会目玉議案「平成10年度活動方針」発表

次の4重点施策、①地域社会に貢献するボランティア活動、②中長期計画の策定、③行事参加率の向上、④寝屋川ニュースの充実の取り組みを強調。

退任3役員の挨拶後、全議案について3件の質疑を頂き、満場一致の拍手で全議案が承認されました。

第二部の昼食懇親会では、司会者の隠し芸マジックも加わり、終始楽しい雰囲気のもと懇親が深まり、交流も広まった有意義な総会でした。

【お知らせ】

◎ 第2回 ボランティア活動に参加下さい

第1回目の「地域に貢献するボランティア」を4月19日(日)に友呂岐公園の清掃を、34名の会員と寝屋川市会の平嶺議員も参加頂き行いました。

第2回目は10月～11月に打上治水公園の清掃を行いますので、前回以上のご参加とご協力をお願い申し上げます。日時と実施内容の詳細は、後日ご案内状を地区委員よりお届けいたします。

◎ 新入会員懇談会

☆ 9月26日(土)平成10年3月～8月に入会された方の懇談会を、松心会館で行います。

この懇談会は年2回(3月～8月入会の方は9月、9月～2月入会の方は3月)松愛会について理解を深めていただくために開催しております。

◎ レクリエーション

☆ 平成10年度 10月8日(木)

開通間もない世界一を誇る夢の架け橋、明石海峡大橋と平成7年の阪神淡路大震災により出現した野島断層記念公園を訪ねます。

◎ 史跡巡り

☆ 第70回 3月25日(水) 参加 54名

源氏物語・宇治十帖の古跡を、宇治市観光協会のボランティアガイド5名の分かり易い説明を聞きながら、往時をしのんで散策しました。

☆ 第71回 6月 3日(水) 参加 28名

新緑深い洛南の京阪深草駅から、ぬりこべ地蔵を経て石峰寺の五百羅漢、宝塔寺の名解説に聞き惚れた後、藤森神社までの史跡を訪ねました。

☆ 第72回 9月 9日(水)

京都市の京阪五條駅から、東山めぐり・若宮八幡宮、テラー館を経て智積院までの史跡を巡りますので、ご期待下さい。

☆ 第73回 11月12日(木)

京都市の叡山電鉄一乗寺駅から、詩仙堂を経て修学院方面の史跡を探訪します。

◎ 友呂岐会

☆ 第10回 5月21日(木) 参加 54名

松下電器産業㈱炊飯器事業部の一貫生産ライン見学と新製品のIH炊飯器による美味しいご飯をいただき、帰路フラワーパークを見学しました。

☆ 第11回 8月19日(水) 参加 44名

サッポロビール大阪工場の見学とエビス、黒ラベル、スーパー黒ラベルの試飲を楽しんだ後、パナヒルズ大阪で昼食後散会しました。

☆ 第12回 平成11年2月4日(木)

ナショナル住宅産業㈱本社工場と永源寺の見学を行います。詳細スケジュールは後日ご案内いたします。

【同好会ニュース】

◎ カラオケ

発足して3年目、レッスンした歌も30数曲になりました。爽やかでチャーミングな渡辺和代先生に、寝屋川地区として指導をお願いしています。テープの伴奏で、しっかりと基本の指導を受けると、2時間後には全員が一曲マスター出来ています。

歌を通じて心と心のふれあいを深め、人と人の輪を広げる楽しい会に、是非一度遊びに来て下さい。
毎月第4月曜日 13時30分より やまびこ教室
(電話 78 藤 第 23-3383)

◎ 魚釣 り

現在15名の会員で、年8~9回大和田池に於いて、長寸・早釣り競技の釣り大会を行っています。

9月を過ぎますと絶好の釣りシーズンになります。腕自慢の方、初心者の方も大いに歓迎します。
どしどし参加して下さい。

(電話 98 鮎 第 29-7626)

◎ パソコン

会も3年目になり、パソコン通信とフォトレタッチは全員マスターでき、画像付きの電子メールを楽しんでおります。現在会員は現在18名、例会は、年6回(偶数月)開催。10月からは小グループ単位の分科会方式で毎月開く予定です。

パソコンに興味のある初心者の方の入会を歓迎します。
(電話 68 細 第 24-5812)

◎ ゴ ル フ

本年5月、「寝屋川球友会」と称しゴルフ同好会発足のご案内をさせて頂き、現在会員数は43名。

第1回発足記念コンペを9月25日(金)に実施する運びとなっております。

ご入会ご希望の方は事務局までご連絡下さい。
入会金 5,000円、コンペ開催 年2回(4月・10月)
(電話 58 讀 第 23-3456)

【ジパング倶楽部の紹介】 小寺 忠雄(8班)

— 日本全国のJRが3割引 —

男性は満65才以上、女性は満60才以上なら会員になれます。また夫婦のどちらかが満65才以上なら配偶者は年齢に関係なく一緒に入会できます。

【特典】

① JRの運賃・料金が2~3割引になる(入会から3回目までが2割引、4回~20回まで3割引)

② 新鮮な旅の情報紙「ジパング倶楽部」が毎月届く

③ 会員のために企画した特別旅行「ジパング倶楽部 特選旅行」に参加できる

【年会費】 個人会員 3,670円、夫婦会員 6,120円
【問合せ】

JR西日本ジパング倶楽部事務局 ☎ 06-886-8124
(営業は平日10~17時迄 土・日曜・祝日は休業)

【女性のパワーに学ぶ】 石丸 博之(2班)

松愛会に入会させて頂いて、半年以上が過ぎ総会や史跡巡り等に参加し、松愛会という有り難い組織があることに心から感謝を申し上げます。

いま、私が住んでいるのは寝屋川市立東北コミュニティセンター前なので、大勢の地域住民の方々がそこを利用し、数多くのサークルに参加されているのを毎日目にしています。利用の80%強が女性で、残りは男性という構成比です。

私はこれからお世話になる地域社会で何かお役に立てればと思い、この度、「さわやか気功太極拳サークル」を発足し、9月4日からスタートすることになりました。会員募集をしましたところ30名をオーバーし欠員が出るのをお待ち頂くことになってしまいました。

やはり自宅から近いということで皆様にとって魅力だったようです。「肩こりがひどい人」、「少々腰痛ぎみなので治したい」、「病後のリハビリと健康づくりに」、「体によいので夫婦で参加したい」等々皆様大変健康に関心をもたれています。

申し込みの80%強が女性の方々でした。電話で申し込まれてくる声にも“やる気パワー”をものすごく感じました。本当はもっと男性に参加して頂き、地域社会での参加と仲間作り、そして健康づくりに励んでいただきたかったのです。

第二の人生をどう生きるか、ライフ・スタイルを確立しているのは女性の方が上手だと思います。女性は子育てという仕事が一段落して人生の一大転機を迎えたとき、何に生き甲斐を求めたか、どのように生きがいや楽しみを得るかということに、男性群は、もっと女性群を見習う必要があると思います。女性が21世紀を担い、ますます元気になり寿命も伸びることになるでしょう。

男性は女性のパワーに学び、もっと積極的に地域への参加に挑戦していこうではありませんか。

また、松愛会寝屋川地区の行事やイベントにも参加していきましょう。

【へら釣りに思う】 木戸 将人(鮎り班)

私のへら釣り経歴は35年で、社命により北海道へ出向中の10年間は、鯉釣りの経験となった。

「へら」の生息範囲が函館位までで、これ以北は、気候と水温の関係で、生息濃度が薄いためであった。「へらに始まりへらに帰る」と言われるが、今日になって、その意味が理解され出してきた。何故ならば、へら釣りは、それだけ奥の深いものであるからであろう。また、年齢差がなく、へら師が多いのもそのためだと思う。名人(迷人?)と言われる人も多いのだ。

そこで、名人になるための重要な要素としては、第一に、全てにバランス・イズ・ベストであること。第二に、全ての事象に、5W1Hで対処すること。第三として、自らが「へら」の気持ちになることだろう。

究極は、「へらは、寄せて釣り、食わせて釣ること。また、生命あるものは大切に、自分を信じて実践することにより、誰でも名人と成れるものだと思います。

「寝屋川ニュース」に関する皆様のご意見、ご感想をお寄せ下さい。

電話、FAXのいずれでも結構です。26-1892(片井)までお願いいたします。