

寝屋川便り

発行人：北口喜之 編集人：柘植治人
会員数：951名(12月15日現在)
発行：年3回(1月・5月・9月)

支部ホームページでもご覧ください

パナソニック松愛会 寝屋川

検索 Q

<https://www.shoai.ne.jp/neyagawa/>



新年のご挨拶

支部長 北口喜之



新年あけましておめでとうございます。
新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

2024年は、「甲辰(きのえたつ)」辰年(たつとし)です。甲辰という言葉には「立ち上がる」という意味があり、新たなスタートを切るときに用いられています。また「変革や進化の年」と言われています。

ことわざの「竜が水を得たる如し」では、竜は水を手に入

れることでそのポテンシャルを最大限に引き出し、空に舞い上がるといわれ、同様に、人や物事も最良の環境や条件に恵まれた時、その能力をフルに活かして成功を収めることができるという意味が込められています。

昭和元年から数えると99年の年になり、1年後に1世紀を迎える2025年4月には大阪で「EXPO 2025」が開催され「新しい世紀」の幕開けが感じられます。

コロナも昨年5月に感染法上の第5類に分類され松愛会の活動もほぼ通常の活動ができるようになりましたが、高齢者の松愛会にとってはまだまだ気を許せない状況です。感染対策にお気をつけいただき、ご家族様と共に清々しい新年をお過ごしください。

副支部長 中村由男



新年あけましておめでとうございます。
会員の皆様におかれましては、4年振りに行動制限のない中で、清々しい新年を迎えられたこととお慶び申し上げます。

昨年5月以降、コロナ禍もひと段落し、我々の寝屋川支部の活動も、リスクを考慮しつつ屋内での交流・懇親活動などの対面活動も再開してきました。必要最小限の内容での実施など少し物足りない面があったと思いますが、久しぶ

りの友人との再会など、皆様にも喜んでいただきました。

本年は、アトラクションなど含めた1月28日開催の「新春懇親会」から活動をスタートして参りますのでご期待とご参加をよろしくお願いいたします。

また、本年度のプルタブ収集(現在約40kg)もあと残すところ3か月です。支援先の「寝屋川あかつき・ひばり園」も通常運営に戻りつつありますので引続きの収集をよろしくお願いいたします。



[収集いただいたプルタブ]

支部合同ウォーキング&芋掘り大会

今年で2回目となるウォーキング&芋掘り大会を去る10月21日(土)守口門真支部からの18名および寝屋川支部からの48名の参加者を得て合同開催しました。



[打上治水緑地の堤を農園に向けて]

当日は日差しが温かく感じる肌寒い空模様の中、ウォーキング隊33名は、寝屋川市駅イズミヤ前を元気よく出発、寝屋川市役所前～打上治水緑地外周堤を經由し、トイレ休憩等を挟み一路、寝屋観光農園を目指しました。



[北口支部長] [長濱支部長]

かたや現地集合隊33名は指定された集合時間に合わせるべく各々自宅を出発され集合地点に参集されましたが、ウォーキング隊の皆さんの足が速く、当初予定より30分程早く到着され暫し待機の後、合流しました。

その後、芋掘り開始前に北口支部長、守口門真支部の長濱支部長の挨拶に



[芋掘りの様子]

続き、芋掘り株の割り当てや収穫後の各賞の申告、表彰について説明の後、一斉に芋掘りを開始しました。皆さん、お孫さんたち(8名参加)と共に芋畑に入りサツマ芋の収穫を楽しんでおられました。収穫後は皆さんが自己申告



[大収穫!]

されたサツマ芋の長さ・太さ・重さの1位・2位・3位と「面白い形で賞」の表彰が行われ、各賞を受賞された皆さんに回りの方が大きな拍手を送られていました。

最後に、中村副支部長、守口門真支部の多治美副支部長に挨拶いただき、昼過ぎに閉会としました。



[守口門真支部から参加された皆さんと一緒に]

散歩 de 史跡 (歴史と街道を巡る)

11月23日(木) 勤労感謝の祝日に、第171回「散歩 de 史跡」を実施しました。さわやかな秋晴れの中、4名の初参加の方も含めて48名という多くの参加者



[1班 鈴木さん] [解説の宮永さん]



【古代天野川地方條里区画五條通碑にて】 班田収授法の条里区画を表す古代天野川地方條里区画五條通碑、法然の弟子の明遍いわれの明遍寺、そして私部街道を経て1300年前の古瓦が出土された長宝寺跡、隣



[平地城郭だった私部城跡]

の概要説明を皮切りに交野線 郡津駅からスタートです。

まず、不思議な雰囲気の謎の丸山古墳を訪れ、その後東高野街道を散歩し、奈良時代に制定の

接の郡津神社を回りました。そして水道道を渡り、面影だけが残る私部城址を訪ねた後、私部の三大寺といわれる光通寺、無量光寺、想善寺という立派なお寺が集合した一角を巡り、無量光寺では黄色に



[機物(はたもの)神社]

色づいた銀杏のたもとで集合写真を撮影しました。ユニークな風情の住吉神社御旅所、重要文化財の「北田家住宅」を経て住吉神社横の空禅藪で昼食休憩です。昼食後は車に注意しながら貴重な土壁の山野酒造を横目に、山根街道も歩いて国登録有形文化財でもあるレトロモダンな教育文化会館を経て、ゴールは由緒ある機物神社でした。

3つの街道、新旧の交錯した街並み、そして懐かしい風情と美味しい空気が堪能できた散歩でした。



[浄土真宗本願寺派 無量光寺にて]

ウォーキング&バーベキュー大会

ウォーキング&バーベキューを11月2日(木)に実施いたしました。参加は58名と多くの方の参加をいただきました。過去2回は雨に泣かされましたが、久々の好天に恵まれ、また11月なのに



[西三荘ゆとり道をウォーキング]



真夏日の気温(27℃)となり汗ばむ中を、皆さん元気に西三荘駅から鶴見緑地への3.5Kmを完歩されました。バーベキュー広場では、さらに炭火の熱気が加わった中で、久々に会った仲間と楽しいひと時を過ごしていただきました。お酒の勢いも借りて和気藹々と笑い声の

絶えないイベントとなりました。今回はお肉の仕入先を変更して味変を試みましたが、皆様からは「いろいろなお肉の種類を楽しめておいしい」「もも肉が硬い」など賛否両論の意見をいただきました。今回は暑かったので、爛酒が余り、ビールが足りないなど天候や気温に左右されるイベントの食材(特に飲み物)は難しいと実感した次第です。

皆さん楽しんでいただいたと感じております。また来年も企画いたしますので、皆さんご参加よろしくお願いたします。



支部行事のご案内

1月~4月までの行事のご案内です。皆さまのご参加をお待ちしております。詳細は、支部ホームページをご覧ください。支部役員までお問合せください。

1月	28日(日)	新春懇親会(於:ホテルアゴーラ大阪守口)
2月	10日(土)	寝屋川市駅・寝屋川公園駅 駅前清掃(雨天中止)*
	14日(水)	香里園駅・萱島駅 駅前清掃(雨天中止)*
	17日(土)	節目懇談会
3月	未定	淀川水系一斉美化アクション(エコリレージャパンと連携)*
	28日(木)	第172回散歩de史跡(京都下京区方面)*
4月	6日(土)	2023年9月~24年3月入会の新会員歓迎懇談会

※上記「*」印の行事は、事前申し込みは不要ですので、当日、集合場所に直接お越しください。なお、2月10日の駅前清掃は、午前9時から、2月14日は、午後5時からの開始となっております。

新春懇親会へ参加しましょう!

既に案内状をお届けしておりますが、今回は、2020年の新春懇親会で大好評であったアキベリーダンススタジオの皆さんの情熱的なダンスの再演を予定しております。支部会員の皆さまの多くの参加申込みをお待ちしております。

- 日時: 2024年1月28日(日) 11時~13時
- 場所: ホテルアゴーラ大阪守口(守口市駅前)
- 会費: 6,000円
- 申込み:

1月22日(月)までに案内状記載の振替口座へ会費の払込みをお願いいたします。



[前回のベリーダンスの様子]

新会員歓迎懇談会

2023年度第1回の新会員歓迎懇談会を9月16日(土)「和食がんに寝屋川店」にて、新会員12名、支部役員12名の総勢24名が集まり開催いたしました。



【自己紹介と懇親会の様子】

北口支 〔支部活動の紹介(資料の一部)〕部長からの開会挨拶に始まり、支部方針や支部活動の概要説明、定例行事、同好会活動等々を新会員の皆様に紹介させていただきました。続いて、お集まり

の新会員、支部役員それぞれに自己紹介と共に現役時の仕事の内容や退職後の仕事等々近況、趣味などお話をさせていただきました。やはりリアル開催ということもあり大いに盛り上がり終始にぎやかに和やかに、時はあっという間に過ぎ話も尽きないままお開きの時間を迎えました。

退職後も仕事をされている方もおられます。新会員の皆さまの益々のご活躍をお祈りし、併せて支部活動へのご参加もお願いいたします。



定年を機にエアロビックシングル演技挑戦中!

4班 磯貝 亘 さん (72歳)

シングル演技はエアロビクスダンスからスポーツに進化した競技です。1分20秒の演技時間で7m四方のエリアで音楽に乗ってステップや体操チックな技の難易度や芸術性を競う採点競技です。



【磯貝 亘さん】

この競技に挑戦したのは、定年後も目標が持て、楽しさがあり、健康的であり、新たな交流があり...張りのある生活が送れると思ったからです。



【スプリット (2023.11.11 全国大会にて)】

59歳から演技スクールで基礎練習を始め、60歳定年退職を機に筋力・柔軟性・俊敏性・ジャンプ力・持久力強化等トレーニングに集中。その甲斐あってか1年後の61歳誕生日にシングル演技デビューを果たすことができました。

現在もエアロビック大会としては国内最大の「スズキジャパンカップ」に最高齢で出場中。出場カテゴリーは50歳以上男子。66歳で初めて全国大会出場。2020年に69歳で地方予選を勝ち抜



【ストラドル (2023.09.23 近畿大会にて) いた10名の中で三位入賞することができました。



【前後開脚 (2023.11.11 全国大会にて)】

練習に励んできました。大会観客の皆様から頂く声援は何物にも代えがたくアドレナリンパワーをイッパイ引出してくれる私の元気の源です。本当に感謝・感謝です。

今年八月、佐賀国体では公開競技として実施されます。出場目指して更にチャレンジしたいと思います。

昨年(2023/11)は、55歳以下が8名の中で六位入賞することができました。年齢・体力的に「人に勝つより、己に勝つ!」の思



【全国大会 (2023.11.11) での表彰】

夢中人のご紹介

同好会のご紹介

■ 寝屋川球友会 (ゴルフ)

球友会は、「元気で楽しくゴルフができる心身の健康」に感謝して年3回・5組前後で開催しています。高齢化により会員減少の中、コンペに参加したくなる仕掛けとして ①優勝者に似顔絵のプレゼント(稲沢会員作) ②コンペをビデオ撮影し



HP掲載。自分の似顔絵やスイングを見て大感動? また直近2大会続けて80歳超の優勝者が生まれるなど活性化の兆しが見えてきました。ゴルフ仲間募集中! 宮田まで。

■ ボウリング同好会

活動自粛解除後に拠点を門真のボウリング場 B-laxに移して5ヶ月が経過しました。同好会への登録は発足時に比べ高齢化もあり現在は16名で全員が顔を合わせるにはスケジュールや体調等で困難な状況であり、毎回8~10人程で2ゲーム+松愛会特典=3ゲームを楽しんでいます。ボウリングに興味のある方や、時々参加してみようかな!と思われる方は是非世話役へご連絡いただきストライクの感触を楽しんでみませんか。

