大阪市老人クラブ徽章

シルバー世代の指針
9万部発行
市内全会員に配布

月刊大老連

平成22年 6月号
第623号 毎月1日発行
平成22年（2010年）6月1日
定価30円（送料別） 1年分1,100円
購読申し込み 郵便振替にて下記へ
振替口座番号 00940—6—38433
加入者名 社団法人 大阪市老人クラブ連合会 月刊 大老連

昭和33年9月19日第三種郵便物認可
〒556—0017
大阪市浪速区湊町1—4—1
OCATビル
発行所 社団法人 大阪市老人クラブ連合会
編集室 電話 06(6635)3227
FAX 06(6635)3229

大老連 21年度決算総会

新たに7理事が就任

事業報告など承認

大阪市老人クラブ連合会の定期総会（決算総会）が5月31日（月）午後、大阪市北区菅原町の大阪市立いきいきエイジングセンターホールで開かれ、同連合会理事及び監事の承認、平成21年度の事業報告、収支決算の3議案を審議、全員一致で承認された。

佐藤暢哉総務部担当理事の司会ではじまった総会は代議員77名が出席（1名は書面表決）、過半数に達したため総会が成立。

中保昌理事長の開会のあいさつ、続いて来賓の大阪市健康福祉局高齢者施策部の中路晃・いきがい施策担当課長のあいさつがあった。

大会役員の選出について司会者に一任され、天王寺区の長谷川千代子代議員と浪速区の森藤恵夫代議員を議長団に指名。議事録署名人に西淀川区の庄司康雄代議員と淀川区の石橋淑男代議員を選び議事に入った。

《第1号議案》大老連理事及び監事の承認について

新たに次の各氏が理事として全員一致で承認された。

西山巌氏（大正区）▽生駒周三氏（天王寺区）▽時津忠臣氏（淀川区）▽小田潤一氏（城東区）▽楠谷忠正氏（住之江区）▽村岡郁夫氏（住吉区）▽宮脇三治氏（西成区）

また監事には田矢利雄氏（旭区）、常務理事には鷺島勝氏を承認した（いずれも任期は23年5月31日まで）。

《第2号議案》平成21年度の事業報告については、木戸勝事務局長が次の通り報告した。

平成21年度は、大阪市老人クラブ連合会にとって例年にない厳しい年であった。近年の全国的な傾向となっている会員減少への対応策として、各区総務部長会を会員加入促進委員会と位置づけ、各区老連での対応策などの情報交換を行い、有効な対応策を協議し、各区老連への必要な予算措置も行い、加入促進の取り組みを強めてきた。

それにあわせて、大老連では平成21年度の新規事業として、「健康づくり推進リーダー養成講座」を開講し、各区老連及び単位クラブでの健康づくりリーダーの養成を行い、老人クラブ活動の活性化に努めてきた。また、女性部活動の活性化を推進する女性部リーダーの養成研修では、「友愛活動」をテーマに実施し、情報交換を行うなど女性部活動への認識の共有化を図った。

また、指導者・女性部指導者合同研修会等を実施し、若手リーダーや女性リーダーの育成に努め、さらに、関係機関、地域団体等の積極的な協力のもと、区老連が中心となって「高齢者の生きがいと健康づくり推進事業」を全区で実施し、その内容の充実を図ってきた。

近畿ブロックの府県・指定都市老人クラブ連合会が一堂に集い、老人クラブ活動の主要なテーマについて研究討議を進める近畿ブロック老人クラブリーダー研修会を昨年6月に大老連役員、各区老連の総務部長、女性部長が中心に、総力を挙げて開催したところ、各老連より多くの参加者があり、熱心な討議のもと成功裏に終えることができた。

近畿ブロック老人クラブ連絡協議会では、新公益法人制度への移行について、勉強会を行い、新制度についての知識を深めると共に、移行につき認識の共有化を図った。

また、当連合会が平成15年4月より管理運営を受託し、平成18年4月より指定管理者として管理運営を行っていた「市立いきいきエイジングセンター」の指定管理者の業務が本年3月末で終了したことにより、法人事務所を浪速区湊町OCATビルに移転した。

《第3号議案》平成21年度収支決算（財務諸表）については、足立治一郎事務局次長が公益法人会計基準にもとづいて「財産目録」と「貸借対照表」を中心に詳細に説明した。

第2号、第3号議案について採決の結果、全員一致で承認され、樫原章副理事長が閉会のあいさつ、総会を終了した。

大阪市立いきいきエイジングセンターで開かれた大阪市老人クラブ連合会の定期総会

役員・部会長・部会担当理事名簿

（平成22年5月31日）

理事長	中保昌（東淀川区）	
副理事長	樫原章（西区）	（担当部会）総務、厚生文化、女性、供養塔管理運営委員会
副理事長	堀北貞久（此花区）	（担当部会）福祉活動、地域対策
副理事長	時津忠臣（淀川区）	（担当部会）保健体育、広報
監事	石井好男（中央区）	
監事	田矢利雄（旭区）	

部会名	部会長	担当理事	
総務部会	佐藤暢哉（鶴見区）	野口一郎（東住吉区）	西山巌（大正区）
厚生文化部会	西堀明（阿倍野区）	生駒周三（天王寺区）	
保健体育部会	橋本福夫（都島区）	楠谷忠正（住之江区）	村岡郁夫（住吉区）
福祉活動部会	上平繁一（西淀川区）	藤村恭義（生野区）	
広報部会	川田孝一（東成区）	野村茂夫（北区）	大西三五（平野区）
地域対策部会	井上榮一（港区）	川端春一（浪速区）	
女性部会	八瀬昭子（福島区）	小田潤一（城東区）	宮脇三治（西成区）

常務理事	木戸勝（事務局長）	鷺島勝（事務局長）
	6月30日まで	7月1日以降

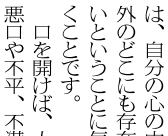
「人間圏」について

ファミリー㈱ 健幸開発部部長 **羽間 鋭雄**

「人間圏」という言葉をご存知でしょうか？ これは、宇宙科学者の松井孝典さんの提唱している、今までにない新しい概念です。

137億年前のビッグバンといわれる素粒子の大爆発によって誕生した宇宙空間に生まれた多くの星のひとつとして、46億年前にこの地球が生まれ、35億年前に初めて生命が誕生して、その後さまざまな生物へと進化を繰り返しながら、現在の大生物圏が構築されてきました。

人類の祖先は、その生物圏の一員として数百万年前に誕生し、猿人、原人、旧人、そして、現在の新人へと進化し続けてきましたが、約1万年前、それまでの生活様式を大きく変化させるできごとがありました。


随意随想

それは、それまで自然の一員として自然に命を委ねていた狩猟採集生活から、自然に人工の力を加えて物やエネルギーを生み出す農耕牧畜生活へと生活様式を大きく転換したことです。その生活様式の変化こそが、生物圏の一つの種である人類が、生物圏の枠を超越する現在の地球は、太陽との距離や大きさなどいろんな条件や偶然が、奇跡のように重なり合った結果、誕生したと考えられています。しかし、今、人間は、その優れた知性によって、我が物顔に自然を変え、時には克服しながら、地球を食いつぶすことで自ら繁栄を築くという道を選択して、あくなき欲望を律することなく、地球の資源と環境を大量に消費して現在に至り、いまや地球レベルでの存亡の危機が論じられるようになりました。

古来より人類は、自然界のすべてに神が宿るという自然崇拝の観念を持っていました。日本においても、各地に霊山や御神木、聖なる岩があるように、山や、木や岩など万物に神が宿るという宗教観を随所に垣間見ることができます。

すなわち、それは、大自然に畏敬の念を抱くとともに、自然の恵みに対して深い感謝の思いを持っていたということにほかなりません。

今一度私たちのすべてが、自然から受ける限りない恩恵に対する感謝の心や、地球の破壊を憂う科学者のこの言葉を、私たちは重く受け止めるべきだと思います。

世界経済を危機的状態に陥れた金融問題も、足ることを知らず、あくなき欲望を追求し続けてきた結果に他なりません。「感謝の心」や、あくなき欲望を律して、「足る心」を持つことは、知性のもっとも大切な力の一つだと思います。ちょっと身の回りに目を向ければ、人の世話にならずに一寸たりとも生きていけないことに気がつくはずなのに、私たちは普通、ややもすれば感謝を忘れ、不平、不満や不足の思いに心を占領されてしまいます。

私は、かつて若いころ、「生きるとは何か？」ということを求めて、いくつかの宗教団体を尋ね歩いた経験があります。そして、そこで、知ったことは、尋ねたすべての宗教の教義に共通しているものが、「感謝」であるということでした。

ストレス社会といわれて久しい現在、精神的ストレスが体の病気の原因になるというストレス学説を唱えたハンス・セリエは、長年の臨床経験の結果、「感謝にまさる薬はない！」という言葉を残しています。そして、この考えの正しさは、ストレスによる交感神経の興奮が、免疫物質であるリンパ球と顆粒球のバランスを狂わしたり、遺伝子のスイッチのON／OFFの切り替えに重大な影響を与えて、癌をはじめ多くの病気を引き起こす重大な原因になっているという、遺伝学や免疫学の分野での研究成果のよって科学的に証明されています。

長年、人々の健康づくりを仕事としてきた私は、今、その目指すところを、人が、健やかで幸せに生きるという意味の「健幸」という文字で表しています。

そして、その健幸づくりでもっとも大切なトレーニングは「心のトレーニング」であると思っています。心のトレーニングとは、心のメガネをとりかえるトレーニングであるとも言えます。それは、不平、不満、うらみ、怒り、悲しみなどの思いも、喜び、楽しみ、満足、感謝の思いも、すべての思いは、自分の心の中以外のどこにも存在ないということに気づくことです。

口を開けば、人の悪口や不平、不満を言う人は、「きらい」とか「不満」というメガネをかけているに違いありません。きらい色や不満色のメガネから、好き色や満足色や、感謝色のメガネにとりかえるトレーニングをしながら、いつも心穏やかで、幸せな日々が過ごせるように努力したいものです。

豊かな生命にあふれる現在の地球は、それまで自然の一員として自然に命を委ねていた狩猟採集生活から、自然に人工の力を加えて物やエネルギーを生み出す農耕牧畜生活へと生活様式を大きく転換したことです。その生活様式の変化こそが、生物圏の一つの種である人類が、生物圏の枠を超越する現在の地球は、太陽との距離や大きさなどいろんな条件や偶然が、奇跡のように重なり合った結果、誕生したと考えられています。しかし、今、人間は、その優れた知性によって、我が物顔に自然を変え、時には克服しながら、地球を食いつぶすことで自ら繁栄を築くという道を選択して、あくなき欲望を律することなく、地球の資源と環境を大量に消費して現在に至り、いまや地球レベルでの存亡の危機が論じられるようになりました。

古来より人類は、自然界のすべてに神が宿るという自然崇拝の観念を持っていました。日本においても、各地に霊山や御神木、聖なる岩があるように、山や、木や岩など万物に神が宿るという宗教観を随所に垣間見ることができます。

すなわち、それは、大自然に畏敬の念を抱くとともに、自然の恵みに対して深い感謝の思いを持っていたということにほかなりません。

今一度私たちのすべてが、自然から受ける限りない恩恵に対する感謝の心や、地球の破壊を憂う科学者のこの言葉を、私たちは重く受け止めるべきだと思います。

世界経済を危機的状態に陥れた金融問題も、足ることを知らず、あくなき欲望を追求し続けてきた結果に他なりません。「感謝の心」や、あくなき欲望を律して、「足る心」を持つことは、知性のもっとも大切な力の一つだと思います。ちょっと身の回りに目を向ければ、人の世話にならずに一寸たりとも生きていけないことに気がつくはずなのに、私たちは普通、ややもすれば感謝を忘れ、不平、不満や不足の思いに心を占領されてしまいます。

私は、かつて若いころ、「生きるとは何か？」ということを求めて、いくつかの宗教団体を尋ね歩いた経験があります。そして、そこで、知ったことは、尋ねたすべての宗教の教義に共通しているものが、「感謝」であるということでした。

ストレス社会といわれて久しい現在、精神的ストレスが体の病気の原因になるというストレス学説を唱えたハンス・セリエは、長年の臨床経験の結果、「感謝にまさる薬はない！」という言葉を残しています。そして、この考えの正しさは、ストレスによる交感神経の興奮が、免疫物質であるリンパ球と顆粒球のバランスを狂わしたり、遺伝子のスイッチのON／OFFの切り替えに重大な影響を与えて、癌をはじめ多くの病気を引き起こす重大な原因になっているという、遺伝学や免疫学の分野での研究成果のよって科学的に証明されています。

長年、人々の健康づくりを仕事としてきた私は、今、その目指すところを、人が、健やかで幸せに生きるという意味の「健幸」という文字で表しています。

そして、その健幸づくりでもっとも大切なトレーニングは「心のトレーニング」であると思っています。心のトレーニングとは、心のメガネをとりかえるトレーニングであるとも言えます。それは、不平、不満、うらみ、怒り、悲しみなどの思いも、喜び、楽しみ、満足、感謝の思いも、すべての思いは、自分の心の中以外のどこにも存在ないということに気づくことです。

口を開けば、人の悪口や不平、不満を言う人は、「きらい」とか「不満」というメガネをかけているに違いありません。きらい色や不満色のメガネから、好き色や満足色や、感謝色のメガネにとりかえるトレーニングをしながら、いつも心穏やかで、幸せな日々が過ごせるように努力したいものです。

第37回大阪市高齢者俳句大会 10月15日開催

俳句を通して交歓の場をもち、趣味と教養の充実を図ることによって高齢者の福祉を推進することを目的に、「第37回大阪市高齢者俳句大会」を今年度も大阪市、大阪市社会福祉協議会、大阪市老人クラブ連合会共催、大阪市老人福祉施設連盟、㈱俳人協会の協賛で開催します。奮ってご投句ください。

【日時】平成22年10月15日（金）午後1時～4時【会場】未定【参加対象者】60歳以上の大阪市民の方【課題】雑詠（春・夏・秋・冬・新年）1人3句以内

自作で未発表のものに限る。類想・類句・二重投句については審査から除外します。

【投句方法】所定の投句用紙を切りとり、作品（1人3句以内）と氏名・性別・生年月日・年齢・住所・電話番号を記入し、各区にある老人福祉センターと、大阪市老人クラブ連合会、大阪市社会福祉協議会福祉部地域福祉課に郵送または持参する。

はがきによる投句はできません。

【参加費】無料

【投句受け付け期間】平成22年6月14日（月）～7月16日（金）

【選者】豊田養之祐先生 竹腰朋子先生 谷村祐治先生 山下美典先生 西﨑佐知先生 塩川雄三先生（他1名未定）

【表彰】（最高点者）大阪市長賞（次点者）大阪市社会福祉協議会会長賞（第3位者）大阪市老人クラブ連合会理事長賞（第4位者）大阪市老人福祉施設連盟代表理事賞（第5位者）俳人協会長賞（選者特選）（選者特選）各選者が2句選定》

【お問い合わせ】〒543—0021 大阪市天王寺区東高津町12—10（大阪市立社会福祉センター内）大阪市社会福祉協議会 福祉部地域福祉課☎6765—5606

〒556—0017 大阪市浪速区湊町1—4—1 OCATビル 大阪市老人クラブ連合会事業課☎6635—3226

※投句用紙に記載していただく個人情報は、本事業の目的以外には使用しません。

投稿規定

【文芸】俳句、短歌、川柳のうち1人3句、3首以内。種別、住所・氏名・電話番号・所属クラブ名を明記。必ず郵便はがきで。締め切りは毎月10日必着。

【書】タテ67㎝×ヨコ17・5㎝の用紙を使用。氏名・クラブ名などは封筒に明記。ほぼ3カ月に1回掲載で1人1点。80円の定形封筒に書を折り曲げ封入可。

【俳画】ほぼ正方形の用紙を使用、住所・氏名・所属クラブを明記。

【私たちの広場】原稿用紙に1行10字で60行ぐらい。住所・氏名・所属クラブ・電話番号・私たちの広場と明記のこと。締め切りは毎月10日必着。写真付きも歓迎します。

【クラブ便り】原稿用紙に1行10字で50行ぐらい。活動内容が他のクラブの参考になるような前向きなもの。クラブ名・会長名・報告者名を明記。写真はプリント普通サイズで。締め切りは毎月10日必着。

【自慢の1枚（写真コーナー）】写真はプリントで、撮影の年月日、簡単な説明か、感想を付けて下さい。住所・氏名・電話番号・所属クラブ名を明記のこと。

《原稿の採否、文章の添削は編集室にご一任ください。原稿・写真はお返しいたしません》

【宛て先】〒556—0017 大阪市浪速区湊町1—4の1 OCATビル 大阪市老人クラブ連合会「月刊大老連編集室」

月刊大老連の投稿 宛て先変わりました

Panasonic ideas for life

これ、実は“補聴器なんです”

左耳・右耳の聴力に合わせる2つの補聴機能を1台で

特長
- 左右個別に調整できる「ステレオ・チューニング方式」
- シーンに合った適音が選べる「シーンセレクト機能」
- AV機器をつなげて楽しめる「外部入力端子」
- 経済的な充電タイプ

おんわ モデルJJ
ポケット型補聴器
おんわ WH-103JJ
希望小売価格（非課税・充電池付）79,000円
医療機器認証番号:220AIBZX00067000

パナソニック補聴器プラザのご案内
◆当店は、パナソニック補聴器株式会社が直営する相談窓口です。
詳しくは パナソニック補聴器 検索

プラザ大阪
大阪駅前第4ビル1F
TEL.06-6344-3348
営業時間／10:00～17:30（日・祝休）
〒530-0001
大阪市北区梅田1-11-4 大阪駅前第4ビル1F
FAX:06-6344-3318
■JR線「大阪駅」より徒歩約6分
■阪急・阪神・地下鉄御堂筋線「梅田駅」より徒歩約4～9分

プラザ京橋
KiKi京橋（京橋花月）のとなり
TEL.06-6353-3348
営業時間／10:00～17:30（日・祝休）
〒534-0024
大阪市都島区東野田町1丁目6-16 ワクヤ・コスモスビル3F
FAX:06-6353-3317
■JR線「京橋駅」より徒歩約5分
■地下鉄・長堀鶴見緑地線「京橋駅」より徒歩約3分
■京阪電鉄・「京橋駅」片町口からすぐ

補聴器は適切なフィッティング調整により、その効果が発揮されます。しかし装用者の聞こえの状態によっては、その効果が異なる場合があります。耳の健康を保つため、定期的な耳鼻咽喉科の受診をおすすめします。

過払返還
払い過ぎた利息の返還をしたい
過払い金請求のみをお考えの方へ…現状残債務がある場合は「債務整理」手続となり信用情報に影響を及ぼす場合があります。詳しくはお問い合わせ下さい。

もっと早く相談していればよかった
Asahi Judicial Scrivener Office

自己破産
次回の返済が困難既に催促がある

任意整理
返済しても借金が減らない

賃金業法の改正により、平成22年6月より貸金業者からの借入限度額が、年収の3分の1を超える貸付は、原則禁止となります。

個人再生
5社以上からの借金がある

各書店にて好評発売中！

相談無料費用分割可

あさひ司法書士事務所
Asahi Judicial Scrivener Office
☎06-6345-0070
無料電話相談受付／9:30～21:00まで（土・日・祝日は予約受付対応）
詳細はwebで
あさひ司法書士事務所 検索
www.asahi-office.com/
※ご相談内容によっては、ご期待にそえないこともございます。
大阪市北区堂島1-2-2 日昭ビル5F
JR/大阪駅・北新地駅、地下鉄/御堂筋線 淀屋橋駅、谷町線 東梅田駅、四つ橋線 西梅田駅 徒歩約5分

大阪司法書士会所属
司法書士 久保正道 認定番号 512061号
司法書士 川島敦弘 認定番号 612051号
司法書士 佐々木唯次 認定番号 612078号
司法書士 日衛嶋一陽 認定番号 612366号
司法書士 伊達文彦 認定番号 812051号

お気軽にご相談下さい!!