

# 令和5年度 第24回敬老会開催

日時：令和5年10月14日(土)  
午後1時～3時15分  
場所：メイプルホール(大ホール)



## 第1部 式典

今年度、北小地区の敬老事業対象者(75歳以上)は1162名で、タオルとサンブラカフェの無料券を対象者全員にご長寿のお祝い記念品としてお届けしました。敬老会は、平成30年以來の開催となり、久々にお元氣な皆様とお会いできてとても有意義な敬老会となりました。

当日は参加者159名、ご来賓10名の方々に出席頂きました。

ご来賓代表して、箕面市長 上島一彦様、箕面市社会福祉協議会会長 石田良美様よりお祝辞を頂戴致しました。



上島一彦様



石田良美様

北小地区福祉会だより

編集発行  
広報部  
☎(722) 2940

## 箕面市元氣はっらっ 高齢者表彰

令和5年度、表彰された方々は下記の通りです。

### 長寿高齢者の部 19名

- |           |            |           |            |            |           |           |          |           |            |
|-----------|------------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|----------|-----------|------------|
| 青安一出上植大尾小 | 戸藤階射田村野庭崎田 | 昌昌將 皓恒靜博達 | 代直雄妙一子郎子也章 | 様様様様様様様様様様 | 垣片小中中福三箕山 | 岡山林野山田木浦下 | 幸秀通 光良仲尚 | 進代次弘巖子江市子 | 様様様様様様様様様様 |
|-----------|------------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|----------|-----------|------------|

### 地域功勞の部 5名

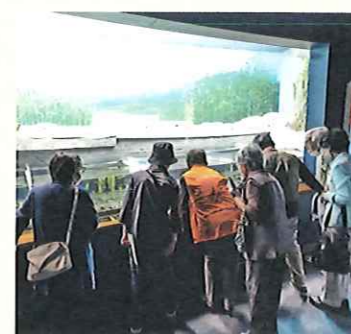
- |              |           |
|--------------|-----------|
| 民生委員・児童委員協議会 | 梅原 春 様    |
| 青少年を守る会      | 片山 照 久昭 様 |
| 地区福祉会        | 田村 初孝 様   |
| 老人クラブ        | 田村 初孝 様   |



## 日帰りバス研修旅行

十一月九日(木)、四年ぶりのバス研修旅行は、滋賀県東近江エリアにある地域循環の取り組みをすすめる拠点施設の見学を目的として実施しました。

三十五名の参加で、午前九時に箕面を出発し、まず、「道の駅草津」で、野菜等の買い物をしました。以前の旅行では、箕面への帰りに寄ったのですが、野菜等がほとんど売り切れていて、十分な買い物ができなかったとの反省で、一番に道の駅での買い物を計画しました。



見学後、守山市の中山道に佇む旧酒蔵(宇野宗佑 元総理大臣の生家)を改装したレストラン「近江牛咲蔵(さくら)」で、近江牛を使ったこだわりの料理「せいろ蒸し御膳」に舌鼓を打ちました。

昼食後、一時間ほどバスにゆられ、東近江市の「あいとうエコプラザ菜の花館」へ。

ここは、資源循環型の地域づくりをめざす施設で、廃食油から粉せっけんやバイオディーゼル燃料にリサイクルするなどの拠点になっています。まずはエコキャンドル作りの体験です。温めた廃食油(台所で不要となった油)と、細かく砕いた色づけ用のクレヨン・凝固剤・香料を混ぜて、タコ糸で作った芯が入った紙コップに流し込み、固まるのを待ちます。本日にこれでキャンドルができるのかと少々不安になった

りしましたが、その間に、スタッフの方の説明で、廃食油を使って燃料を精製したり、せっけん作りをする施設などを見学しました。



見学後、みごとに固まっていたキャンドルをお土産にしました。キャンドルは、どんな明かりを灯すのか楽しみです。



今日、参加者の方からは、「近江牛、おいしかった」、「キャンドル作りの体験が楽しかった」などの声が聞かれました。研修旅行が無事に終了して、本日もよかったですと実感しました。

(福利厚生部会)

### ご寄贈

- 民舞 胡蝶様  
箕面山  
瀧安寺麓巳講様  
箕面婦人会様  
匿名 一名

ありがとうございました。

### 訃報

- 尾辻 三千子様  
山田 修様  
大高 善靖様  
高橋 綾子様  
上田 皓一様

慎んでご冥福をお祈り申し上げます。

### おとがき

甚大な被害をもたらした能登半島地震。阪神・淡路大震災から二十九年。東日本大震災から十三年。地震はいつどこで起きてもおかしくありません。常に最悪の事態を想定しておくことが必要です。普段の備え、地域の人々とのつながりの大切さを感じました。今後共、福祉会活動にご支援、ご協力宜しくお願い致します。

(広報部員一同)



出射 妙さん  
箕面2丁目

### 箕面市元気はつらつ頑張る高齢者表彰(長寿高齢者の部)を受賞された出射 妙(いでい たえ)さんにサンプラカフェにてお話を伺いました。

昭和5年8月14日生まれの満93歳。横浜生まれ東京育ち。後に大阪千林に移られ、京都の女学校に通い24歳で結婚され、現在は息子さん家族と2世帯住宅の1階で一人で生活されています。

出射さんの一日は6時起床、6時半に洗濯し7時半には干し終わり天気の良い日には布団も干されるので、ご近所さんもピククリされるそうです。朝食は、卵1個、チーズ1切れ、ブロッコリー・トマトのサラダ、牛乳、バナナ、そしてブルーベリー入りのヨーグルト(すごい) 昼食は出かけることが多く友人と一緒にランチをされるそうです。夕食は最近はいろんなお店のお弁当を楽しまれているそうです。そして夜9時には就寝されています。また、週2回息子さんが買い物に連れていって下さり必要なものを買いかみ特に重たいものは助かりますと感謝されています。

趣味は、若いころから体を動かすことが好きで色々楽しまれて、90歳までコスパのプールで水中ウォーキングをされていて今でも行きたいそうです。

だからお元気なんです。

そして一番うれしいお言葉を頂きました。

「こうしてサンプラカフェに来て皆さんとお話することがとても嬉しい。毎週楽しみにしています」とのことでした。このサロンで知り合いになり凄いいお友達ができ、周りの皆さんもすごく元気に明るくなられたそうです。最近では月1回コミュニティセンター北小会館(北斗の家)で開催している「ななつぼしカフェ」にも行かれています。自分の身体は健康で気持ちよく過ぎてないと嫌だから、ちょっと気になることがあるとすぐ病院に行かれるそうです。「なんでも自分の意思で出来ることは人に頼らず一人でしょうと思う」

元気の秘訣ですね見習わなくちゃ!

まだありました元気の秘訣。

脳梗塞で不自由なご主人を13年間お世話された時、「電動車椅子で早く坂道を登る後を走ってついて行きました。だから足は丈夫!」そして亡くなられる1週間前にご主人から「ありがとう。感謝してるで。結婚生活も楽しかった。お前のおかげやありがとうありがとう」と言われたそうです。毎朝お仏壇に水をあげ出かけるときは「お父さん行ってくるよ」、帰ったら「お父さん帰ったよ楽しかったよ。お留守番ありがとう」と声を出して手を合わされるそうです。

最後に素敵な言葉を頂き感動しました。

「身体が元気で本当にありがたい。主人が見守ってくれていると思います」いつまでもお元気でいてください。ありがとうございます。

## 第2部 演目



### 1、歌

箕面市立北小学校二年生  
ビデオメッセージ(歌)  
[校歌] [夢見るジャンプ]  
ダンス  
[スマイル]



### 2、寸劇

大阪府警察本部生活安全指導班  
[特殊詐欺被害防止教室]



### 3、踊り

民舞 胡蝶  
[伊予万歳松づくし入り]  
[津軽塩釜甚句]  
[新箕面音頭]  
[南部俵積み唄] 他



### 4、吹奏楽(マーチング)

箕面自由学園高等学校 吹奏楽部  
ゴールデンベアーズ2023[ノーリミット!]  
[インザストーン] [バンドワゴン]  
[ドラムライン] [糸]  
[シャンソンメドレー]  
[ゲットイットオン]

令和六年度総会  
日時 四月二十六日(金) 十時  
場所 メイプルホール 小ホール

北小地区福祉会の総会は、例年箕面文化・交流センター大会議室で開催してきましたが、「みのおサンプラザ一号館」の建替えにより、箕面文化・交流センターが令和六年三月三十一日をもって閉館となることから、令和六年度の総会は次のとおり開催いたしますのでよろしく願います。

## 令和六年度 総会について

一月二十五日(木)に認知症研修第四弾として「脳の活性化体操とタブレット体験」を行いました。  
箕面市健康福祉部高齢福祉室と地域包括ケア室(中西部高齢者くらしサポート)の職員さんの指導のもと、指回しや左右の手で違う運動をしたり、足を動かしながら頭を使ったりと苦戦しながら楽しく学びました。  
また、脳トレのプリントとタブレットを使いながらの頭の体操も全員真剣に取り組んでいました。  
北小地区福祉会では、令和二年度から認知症に関する研修を行っています。  
認知症について、一人ひとりが正しい知識を持つことで、地域みんながいつまでも安心して暮らしていけます。  
みなさんご参加ください。



## 認知症研修第四弾を行いました