

巻頭言

夏の出来事

会長 梅本泰正

早い梅雨明けに、早い秋を期待したが、やはり先人の云う「暑さ寒さも彼岸まで」のようだ。この暑い夏の間例年になく多くの出来ごとがあったような気がする。

米国債格下げからの世界的株価下落、戦後最高値更新の円、金価格の高騰、ユーロ経済不安。もはや年中行事で驚くこともないが、新首相に、失言大臣更迭。売れっ子芸人の黒い交際からの引退。東日本大震災の復旧・復興の目処が立たぬ中で紀伊豪雨。そんな中、ローカルな出来事ではあるが吹田市の小中学校出身の初の大蔵大臣(官房長官)は悪くはない話だが、何と云っても、心を躍らせてくれた「なでしこジャパン」、賛否の声はあるものの国民栄誉賞・・・この夏一番の出来事と思う。

高齢者大学校では、11月1日の来年度の受講生募集公表を控え、その内容を固めた。新設講座16科、本科31講座、実践研究16講座で構成、計1,977名の内容、規模には驚かされるが、NPOを立ち上げてから丸三年でこれまでに仕上げられた関係者に敬意を表さざるを得ない。

現高大では複数年受講生が4割近くを占めてお

り、「同窓会」の役割は、受講一年一度に限定されていた旧老大、アクティブシニア当時とは異なってくるのは当然だろう。特に、受講生確保がNPO 高大存続の命綱であり、同窓会継続の成否がかかっている。同窓会連協では受講生募集への協力を行うとともに、受講生の同窓会加入を訴えるべく、8月初旬にはアシスタントへのプレゼンテーションを実施、9月には全受講生への説明会の開催を予定、更に、高大機関誌とタイアップした「れいんぼー・絆」への各同窓会紹介記事掲載など、積極的に動いている。

そうした中で、地域同窓会吹田として、より多くの会員が積極的に集えるよう活動の充実を図っていかねばならない。その一つが、初めて開催する演芸会であり、又、新たに、修了後15年経過の会員の皆様との懇談会開催を計画している。

年度の後半には、演芸会、新年会、見学会などに加え、連協の一泊旅行、文化祭、教養講座など多彩な行事があり、1人でも多くの参加が、高大と同窓会の発展につながると信じている。

目次	頁	記事	頁	記事
	1	巻頭言	夏の出来事	9
2	事務局からの報告		10	写真部・パソコン同好会 報告
3	高大修了生の同窓会加入策		11	ゴルフクラブ・パーククラブ報告
4	活動計画	ボランティア活動	12	寄稿 お米大好き人間と不安
5	行事実施報告	社会見学会	13	同上
6	寄稿	歴史学科修了生の活動	14	各種催しものの案内
7		同上	15	下期行事案内
8	寄稿	座禅の習い	16	短歌・俳句、原稿募集案内

## 事務局からの報告

= 同窓会吹田役員会及び連協、高齢者大学校の情報を掲載。 =

**吹田 7月役員会**[7/25 ]、 **連協理事会**[9/7]

**9月運営委員会**[9/12 ]

## 連協

**高大へのプレゼンテーション** 同窓会活動への理解を深めていただくよう、8/5 にアシスタント会議の場で説明会を実施。9/26 の週には全受講生へ同窓会への入会 PR を実施する。(3 ページ参照)

**高大との共同機関誌** 7 月の創刊号に続き、第二号を 10 月に発行する。初回は受講生とともに同窓会会員全員へもの配布としたが、今回は各地区同窓会の判断となる。吹田は内容を確認して判断する。

**24 年度高大受講者-募集** 来年度の募集定員は約 500 人増の 1997 人を計画。11 月 1 日に募集要項の配布を始め、12/20 から募集受付開始の予定。今回、予告チラシを同窓会会員へ配布する。

**23 年度文化祭** 第一回の実行委員会は 9/21 (水) 午前 9 時～12 時メイシアター会議室にて開催。吹田からは、廣瀬副会長、別所写真部部長、川端 11 区区長の三名が委員として参加。連協役員の梅本会長はロビー展示、七尾副会長は演芸を担当します。

**アクティブシニアフェスタ** 例年 10 月下旬に開催していましたが、今年度は大阪マラソンがあり、平成 24 年 2 月 11 日(土)に開催されます。

## 同窓会吹田

**東日本大震災関係** 吹田市に一時避難されている約 80 名の方を対象に、第二回目の懇親会を、市と「吹田市復興支援市民会議」が 9/4 に開催。初参加 10 名を含む 20 名が参加、ガンバ大阪の

選手、沖縄民謡歌手、折り紙や紙飛行機など、大人も子供も楽しめる内容で好評。今後隔月開催を予定しているが、資金集めが課題となるので、寄付集めなど当会での対応を考えていきます。

**「吹田ご案内」の開催** 9/28 にメイシアターで連協教養講座が開催されるのを機に、他地区同窓会の皆さんをご案内...浜屋敷、西尾邸、アサヒビール...して吹田を知っていただくとの企画に、計 32 名の参加希望があり実施します。

**演芸会** 吹田として初めての演芸会を 11/12(土)にメイシアター小ホールで開催します。この演芸会では朗読・落語・腹話術など「話芸」を中心としたのとし、1 月の新年会でのお楽しみを歌と踊りで賑やかに...との案で実施します。

**新企画「先輩お元気ですか」** 老大修了後 15 年を迎えられた大先輩方をお訪ねして、ご健在振りを吹田だよりに「先輩お元気ですか」として掲載させていただく企画を進めます。平成 20 年に開催の 20 周年記念新年会で老太 10 期までの方を対象に永年会員表彰を実施しましたが、これに替えて毎年修了後 15 年の方を昼食懇談会にお招きして感謝の意を表するものです。

現会員 415 名の内、老大修了後 15 年以上の方は 21 名で、今年度は 20 周年表彰対象者 5 人を除く 16 名の皆さんを対象に、11 月中までに実施します。

## 高大修了生の同窓会加入促進策

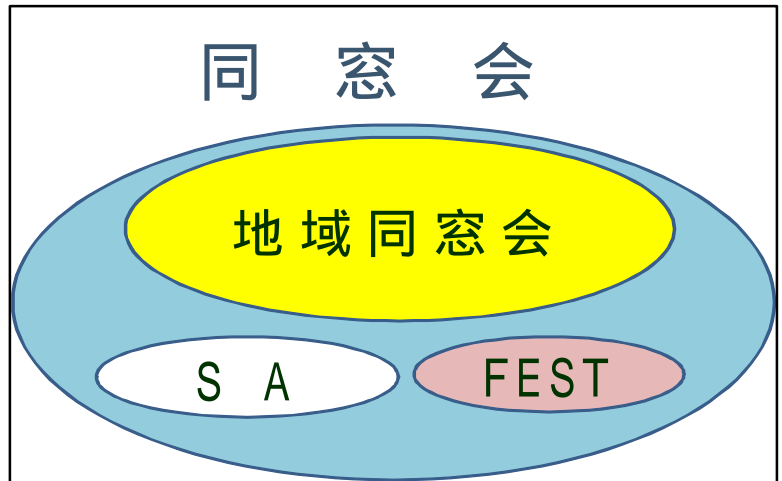
今春の修了生の同窓会加入率が30%と低迷したことから高大と対策を検討、以下の対応策を進めることとなった。

- 4団体が個別にPRしていたのを「同窓会」に1本化して募集する  
次年度から入会金2000円に統一して募集し会費に充当。
- 共同の機関誌[れいんぼー・絆]を年4回発行する。
- 受講生(4回)、クラス代表会議(2回)に対して説明を行う。

(資料 PowerPoint 10ページ)

- 高大組織に「同窓会連絡部」を設けて担当の理事を置く。定期会議を行う。
- 同窓会連絡協議会理事会で今後に向かっての協議を進める。
  - ・スポーツ部会を設けて府下地域支部・高大が参加するイベントを行う。
  - ・クラブ活動で地域に無いクラブの他都市に参加などの検討を進める。等々。
 (一部実施中)

説明会使用の画像の一部



### 高大同窓会・活動内容

活動名	文化系		体育系
	教養	趣味	スポーツ
地域貢献 福祉ボランティア 清掃活動 募金活動	文化祭・創作展・作品展 講演会 歴史講座・探求散策 英会話 ITパソコン 絵画(水彩・水墨) 書道 陶芸 絵手紙 朗読 写真部 俳句・川柳・短歌 茶道 伝承玩具研究	手芸 コーラス・皆で唄おう わらべ歌 押し花・切り絵・ちぎり絵 詩吟 折り紙 手品・マジック オカリナ 料理 カラオケ 囲碁・将棋 写経会 腹話術 麻雀 釣りクラブ 大正琴 バス旅行	ハイキング・登山 見学会・名勝巡り グラウンドゴルフ、 パークゴルフ バターゴルフ・ マレットゴルフ ゴルフ デイスコン・ベタンク ポーリング 体操・歌体操 日本舞踊・ダンス フォークダンス 卓球 テニス 河内音頭 そば打ち

## 活動計画 ボランティア活動

**学校授業支援** 市内小中学校での社会福祉授業の指導に当たる社会福祉協議会のお手伝いをするもので、毎年数回実施しています。

内容は、車いす体験、アイマスク体験、高齢者疑似体験等で、直接の指導を行う協議会の専門担当者の補助として、生徒の実技の安全確保の見守りと簡単な手助けを行うもので、難しくはありません。

現在、次の二件の依頼を受けており、同窓会吹田のボランティアグループ「花みずき会」と各学校校区の「区」の皆さんを中心に対応しますが、参加ご希望の方は事務局役員へ連絡下さい。

10月17,18日 豊津中学校一年 車いす体験  
17日8人 18日5人 対象区(4区、5区)

11月16,17日 千里第三小学校 高齢者疑似体験  
16日7人 17日7人 対象区(5区、18区)

**高齢者疑似体験講習** 上記学校授業支援に関連し、高齢者疑似体験の講習を福祉協議会

に開催していただきます。この疑似体験は、耳が遠くなる耳栓、視野が狭くなるメガネ、前屈み姿勢になる荷重チョッキ、手足の重し、杖など多くの道具を使用します。その装着の補助について講習で一度体験しておけば、授業への参加も安心です。



10月24日(月)の役員会修了後、竹見台多目的施設内で実施しますので、役員の皆さんは是非参加して下さい。又一般会員の参加も歓迎します

**万博ゴミゼロウォーク** 第10回の大会が11月5日(土)9時から、くるくるプラザ集合で開催されます。地区小集会を兼ねての参加を含め、例年通り、20人1チームを予定。

昨年は15人が参加、福引で自転車が二人に当たりました。参加申し込みは10/10までに事務局役員へご連絡下さい。

**【花みずき会】**さつき障害者作業所でのボランティア

同窓会吹田のボランティアグループ「花みずき会」は会員11名で、障害者自立支援施設のさつき作業所(出口町 総合福祉会館の隣)で、日常的なボランティア活動を行っています。



活動の一つは「コーヒーボランティア」で、毎週、月水金に開店する所内の「なかまの喫茶店」での喫茶サービスです。月水金の内、月水を受け持ち、半年毎に各曜日2名の当番を会員全員で分担しています。

12時前から準備を始め、昼食後の12時40分からの喫茶店開店に備えます。夏はアイス、秋からはホット、食後の短い憩いのひと時ですが、一杯40円のコーヒーを楽しみに集まって来ます。所内で働く障害者の皆さんともすっかり顔なじみとなり、喫茶サービスしながらの会話もボランティアのやりがいにもなっています。

もう一つの活動は、週一回、公園、街路などでの清掃、植栽などの屋外作業の指導を行っています。現会員は固定的になっていますので、新しいメンバーの参加を求めています。障害者作業所と聞けば少し入りにくい感じを持ち勝ちですが、一度体験的に現場を覗いて見てください。

連絡先 花みずき会 紺社(17区) 6387-3345  
白居(7区) 6381-3387

## 行事実施報告 社会見学会

9月13日(火) 9時45分 南海高野線浅香山駅に参加者12名が集合。駅前に昨年オープンした関西大学人間健康学部を訪問。新しいキャンパス内を見学させていただき、最新の大学設備の充実ぶりに驚かされました。後半は、世界でも珍しい「笑い」を科学するグループ、リーダ森下伸也教授と「笑い測定機」開発グループの先生方によるミニセミナーを聴講。横隔膜の動きで測る笑い度の単位は aH(アッハ)。笑いが健康の大切な要素であることを学び、この国から「シーベルト」が消え「アッハ」が充満することを願い、関大を後にし、堺東で昼食後、午後の見学先「狭山池博物館」へ向かいました。残暑厳しい中、少々疲れましたが、午後4時に大阪狭山市駅にて無事散会。レポートは、吉岡さんと本澤さんをお願いしました。

### 見学レポート

9月13日、梅本会長始め男9名、女3名で参加する。南海高野線浅香山駅下車すぐ駅前の関西大学人間健康学部堺キャンパス、開校2年目の新しい大学である。きれいな人工芝の運動場ほか、最新式の設備、清掃された学舎を見学後に健康と笑いのプロジェクトの研究の講義を受ける。笑うことによって心拍数も上がり血流も良くなるとのこと、大学が開発された笑いの測定機を使って周波数の実験、早速梅本会長が体験される。笑い与健康につながることを納得しながら楽しい後にして、次の見学先に移動。

大阪狭山市は大阪平野の南東に位置している。同じ高野線の大阪狭山市駅より徒歩10分程。市

#### = 関西大学人間健康学部 =

人間の誕生から高齢までのライフステージを対象として、「こころ」と「からだ」と「くらし」を総合的な視点からとらえ、人間の幸福を実現するための健康に関わる諸問題の解決方法を探究する応用科学です。

「笑い」を学問するグループで「笑いを科学し、ユーモア力を身につける。



#### 5区 本澤 陽子、7区 吉岡 静子

の中央部に日本最古のダム式のため池がある。1400年前に誕生した。奈良時代を始めとして鎌倉、江戸、明治、大正、昭和、平成と改修され、土木遺産や貴重な古文書を保存して展示されており、先人の知恵と技法。狭山池をめぐる人と土と水の物語りが秘められている。

丁度午後3時終了。館内を歩いて少し足も疲れたので館内の喫茶室でそれぞれお茶にして一服。コーヒーが美味しかった。楽しい話やら歴史の話を後に帰路につく。一人では行けない各地区の施設や歴史のあるところへの同窓会のお誘いを頂いて有難うございました。皆様も外へ出てご一緒にませんか？ 次回の参加をお待ちしています。

#### = 狭山池博物館 =

建物は安藤忠雄によって設計され、1,400年の歴史を刻む日本最古のダム式ため池である狭山池と一体化した親水空間を有する土地開発史専門の博物館。土木遺産の保存と公開を目的として、2001年に開館した。常設展示室では、時代順に7つのゾーンに分け、水と大地との関係性を狭山池と出土文化財を中心にわかりやすく展示している。



## 座禅の習い

平成23年7月17日(日),私にとって意義深い朝を迎えた。

丁度3年前に老犬ハイキングクラブ「歩こう会」の行事でJR学研都市線,四条駅から飯盛り山を歩いた時の事,山を下りて来たところに「お染・久松物語」で有名な野崎観音慈眼禅寺が御座った。寺の掲示板に「坐禅の会募集」のピラが目に泊まる。ご縁とは不思議な人生のえにしでもある。

私は予てより日本仏教の一つでもある禅宗の坐禅修行なるものに興味を抱き一度は福井県の大本山「永平寺」の雲水修行の旅を体験したいと念じて居た。申し遅れたが我が家の宗旨は先祖から引き継がれている南無阿弥陀仏の「浄土宗」であって,全く坐禅そのものには縁のない存在であったが,其の時上映された道元禅師(曹洞宗開祖)の生涯記録映画「禅」を見て深い感銘を受け,ならば暫く坐禅の予行訓練にと野崎観音寺に意を決して飛び込んだのが経緯である。(念願かなって平成21年3月,永平寺の初体験記は高大同窓会吹田だより第108号に掲載頂いた)。

最初は無我夢中である。早朝坐禅会はきっちり午前8時の止静(りん3回で坐禅の開始)から,抽解(りん1回で坐禅の終わり)まで,約45分間(線香1本分)の瞑想(半眼)で正に修行そのものである。坐禅のスタイルは,半跏趺座(はんかふざ)と言い片足を右ももの上にのせるだけで勘弁して貰っている。結跏趺座(けつかふざ)の両足組みは短足であきらめた)。勿論坐禅中は無言の業であるが,坐禅日は早朝4時起床の為,つい睡魔に見舞われ不動の姿勢でもコックリ心を許して仕舞う事がある。お寺の夏は蝉の鳴き声がしびれる様に耳にしみわたり心爽やかな気分になるひと時でもある。

禅宗の修行は坐禅が基本と言われるが,7月17日は野崎観音寺で日曜早朝坐禅に飛び込んで丁度100回目をクリア - 出来た事である。しかしながら,禅の心得は目標達成とかその効果について何

6区 20期 小川雅由  
ら云々する事なく肅々として開祖以来(760年以上)の修行が続いているものです。従って私は引き続き坐禅継続中にある。

人は生まれた時から「生老病死」の苦しみや,日頃「煩惱」と言うやっかいな病にとりつかれるのも人間の宿命である。坐禅はひたすら坐り,自分の心を静かに観つめ直す誠に良い空間とも言える。下記の一節は坐禅後の法話の中から印象に残ったものを引用した。



世界仏教の師と仰ぐ釈尊(お釈迦さま)の教えに「八大人覺」(はちだいじんかく)と言う心得があるが,「八つの大人(菩薩や声聞,縁覚などの大力量の人)が覺りのために心得るべき八つの法と言う意味。」

少欲 <シウヨク>

(小欲は憂い無く円満な樂をもたらす)

知足 <チソク>

(満足を知る心は富樂案穩の住処である)

寂靜 <シヤクジヨウ>

(閑静な生活は諸々の災いを離れる近道)

精進 <シウジン>

(常に怠らず励めば何事も成就できる)

不妄念 <フメイネン>

(正しい教えを心に念じ忘れない)

禅定 <センジヨウ>

(禅を修める人の心は乱れることが無い)

修知恵 <シウチエ>

(知恵は迷いの闇を照らす大灯明である)

不戲論 <フケロン>

(無益な言論,戯れごとは止めること)

日頃何かと悩み多い日常生活で煩惱に迷う時,この一節を心に念じ鎮魂に役立てれば幸に思います。

合掌

= 寄稿 =

## 「歴史学科」修了生の活動の一端を追う

10区 27期 加藤安一

去る7月15日、吹田メイシアターにおいて「若井敏明先生 大阪府高齢者大学校講師10周年記念講演会」が開催され、約350名が会場を埋めた。

若井先生はご存知の方も多いかと思いますが、高齢者大学校で



「歴史学科（現在は古代と中世）」を担当される講師で、私たち同窓会の「教養講座」でも過去3回登壇され、毎回盛況を得る人気の先生である。

今回の記念講演会は同窓会行事ではなく、講演会タイトルに示す如く、先生が老人大学・高齢者大学 AS・NPO 高齢者大学校を通じ「歴史学科」講師歴が、丸10年になることから、この間先生の講座を受講した修了生及び現役受講生が中心となり“記念行事”として開催されたものであった。

さて、講演の内容（演題は「邪馬台国の深層を探る」ということで、ご自身の著書「邪馬台国の滅亡」を題材とし、邪馬台国・九州説の主張を文献を通じ展開された。）の詳細は紙面の都合もあり省略のこととする。

ここでは、今回の記念行事開催に至った経過を含め若井先生10年の講座受講後の修了生がどうしているのかを紹介し、そんな活動が同窓会活

動として取り入れられないかを提起したい。

従来、先生の講座修了生には歴史熱と向学心に燃える多くの方々が、各期各クラスを主体に OB サークルとして活発に活動するとともに、個々に先生の指導と交流を継続しているところであった。そんな中、予てからこの各々の「ヨコの繋がり」に加えて「タテの連帯活動」のような繋がりができないものかという考えも沸々としていた。

そこへ丁度、若井先生の講師10年という節目が到来し「記念講演会」開催推進と、軌を一にして「修了生 OB サークル間の連帯」という懸案が同時進行で結実したところである。

その動きの中心で労を執られたのが、佐保田氏（老大26期）と竹束氏（高大 AS2期）のお二方である。ご両氏の熱心な取り組みと精力的な働きかけ、力強いリーダーシップのもと各サークルの代表者が集まり実現したものであり、今後の「連帯活動」の発展が期待されるところである。

次に、各 OB サークル毎の活動は概ね表のとおりであるが、これも今回の連帯話が契機で明らかになりまとまったもので、“こんなに動きがあったか”と驚かされた。（注：表のサークルは今回の行事に際し参集したサークルであります。実際にはこれ以外にも活動されているサークルがいくつかあることと思います。）さて、わが同窓会吹田の会員構成状況を見ると歴史考古学科 OB が一番多いのではないかとと思われる。

しかし、この全ての方が前述のサークルに属しているわけではない。

また、「歴史学科」受講修了生ならずとも歴史ファンが非常に多い昨今である。

前述の OB サークルは、各々が高大現役当時のクラスとしての親睦的な要素も多分に含まれていると思われる。で、それはそれとして、そのノウハウを参考に、あらためて同窓会吹田の中にも“歴史

考古学愛好者”が集う同好会なるものが、立ち上がらないものかと願望を抱くところである。

併せて、「OB サークルの連帯活動」と「同窓会連絡協議会」との例えば行事提携等々、何らかの連携ができてくれば、お互いの充実にもつながると期待する次第である。(了)

機関別	期(年次)別	会員数	活 動
北部老大大	23 期(H13)	27	講座年 2 回
	24 期(H14)	37	講座年 2 回
	26 期(H16)	43	講座年 2 回
		65	講座年 12 回 (オープン講座)
	27 期(H17)	35	歴史探訪年 2 回
	28 期(H18)	50	講座年 10 回
南部老大大	19 期(H16)	30	講座年 9 回
	20 期(H17)	40	講座年 9 回
	21 期(H18)	46	講座年 10 回

機関別	期(年次)別	会員数	活 動	
高大大 AS	1 期(H19)	(火)	34	講座年 4 回
		(木)	36	講座年 12 回
	2 期(H20)	(火)	35	講座年 12 回 (オープン講座)
		(木)	43	講座年 10 回
NPO 高大大	1 期(H21)	(火)	70	講座年 1 回
		(火)		
	2 期(H22)	(木)		講座年 2 回

注:オープン講座は、期(年次)に関わらず或いは高大大関係以外の方の参加も受け入れている。  
サークル名は省略





## 歩こうかい通信

## 10月度例会

担当 与那城

開催日	10月27日(木)	
行先	阿武山～摂津峡	
集合場所・時刻	阪急「茨木市」駅 改札口前	午前9時40分
解散場所・時刻	阪急「高槻市」駅	午後3時30分頃
コース	阪急バス「阪急茨木」バス停===「桑原橋」バス停...大鳥居...貴人の墓...阿武山(H281)昼食...阿武山口...月見台...摂津峡...塚脇バス停===「高槻市」駅 (約7キロ)	

北摂山系の南端にある阿武山は高くないものの明るく快適な自然歩道です。

貴人の墓で休憩をとり山頂をめざします。下りは途中から広い土ぼこりの林道になります。関西大学バス停から月見台を経て紅葉にはまだ早い摂津峡へ向います。

## 11月度例会

担当 奥本

開催日	11月25日(金)	
行先	六甲・トウエンティクロス	
集合場所・時刻	(阪急「新開地」駅下車)神戸電鉄プラットフォーム	午前9時20分
解散場所・時刻	神戸地下鉄「新神戸」駅ターミナル	午後3時30分頃
コース	神鉄「新開地」駅9:25「三田」行+++「北鈴蘭台」駅10:05===森林植物園(昼食)...散策...トウエンティクロス...布引の滝...「新神戸」駅...「三ノ宮」駅 (約5キロ)	

六甲の紅葉を思い切り堪能します。電車とバスを乗継いで森林植物園に着いてからは散策と峡谷下りを楽しみます。登りはまったくありませんが靴のヒモをしっかりとむすんで、慎重にせせらぎを渡ってください。途中、市が原から布引ハーブ園へ向い、ゴンドラで新神戸駅へ下るコースもおすすめです。



7月 北・山の辺の道 石上神社

さつえい 紺社

## 同窓会吹田写真部 研修会実施報告

実施日時 7月26日(火) 9:30~12:00

実施場所 吹田市総合福祉会館 3階

別所部長挨拶のあと、村上副部長から次のとおり報告と説明がありました。

- 1 撮影会(6月10日・滋賀県内バスツアー)実施報告と反省点、
- 2 作品展示会(7月1日~7月10日)実施成果報告と見学者感想文の発表、
- 3 次回作品展示会実施予定(11月11日(金)~11月20日(日))吹田市勤労者会館



入賞作品の講評模様

### [作品発表と投票]

部員から出品の課題作品、自由作品、各3点の作品に対し、出席者投票による互選を行い得票数上位から1位~5位・努力賞を選出。それぞれ賞品を授与。

鍋谷先生から、入賞作品ならびに全作品に対し、講評、作品づくりのポイントについて指導を受けました。



提出された全作品の講評模様

## 同窓会吹田パソコン同好会報告

5月から、第2、4木曜日午後 JR吹田駅前「吹田市市民会館」で勉強会を行っています。秋の部は、9/22(木)からはじまりました。会員は現在15名ですが、まだ余裕がありますのでこれから始めたい方は是非参加下さい。

パソコンはお持ちいただくことになっていますが、ない方は購入のお手伝いを致します。

(リユース機 3万円~ )

勉強は、全くパソコンはじめての方を対象に、



が  
ス

イチの入れ方、マウスの使い方、文字の打ち方からはじめます。

なお、10/13(木)13時から体験見学会を行いますのでおいで下さい。

またお宅で使っていないノートパソコンがありましたら、教習用に寄付をお願いします。

詳細は下記にお問い合わせください。

問合せ先: 技術担当 090-1717 - 2327(森)

会 長: 06-6383-0190(内田)

## ゴルフ部第12回「楠会」コンペ開催

9月5日(月)茨木高原カントリークラブに参加予定者14名が集結致しました。

当日は、台風12号の影響が未だ一部残っている(雨が降っている,霧も掛かっている)条件では、コンペ開催は流会とせざるを得ないという判断と成り、クラブハウスでミーティングを開催、席上、新入会員の澤井一雄(4区)、木村四郎(11区)両名の自己紹介がなされた。又東淀川地区との交流への対応可否も打診された。

上記の通り前回に引続き、今回も楠会コンペは中止となりましたが散会する頃には空が明るくなり、ヤル気満々の8名が居残り、プライベートの形でプレイを楽しみました。

(2回ほど雨がぱらついたり、日が射すこともありましたが、大変涼しく快適なプレイが出来ました。)

尚、次回は下記の通り開催の予定です。

日時：11月7日(月)、 場所：亀岡ゴルフクラブ

新規参加希望の方は、右記へご連絡願います。 大図 宏 :06-6389-4168

## パークゴルフ部8月定例会・親睦会報告

8月26日に行われたパークゴルフ部の例会のあとで、納涼親睦会が行われました。競技は6区の前田恭厚さんが前回に続き連続優勝の栄誉を勝ち取りました(入賞者成績は下表)。

気温は31度ほどだったと思いますが喉の渴きをこらえて、親睦会の会場である「がんこ豊中店」に、同店の送迎バスにて移動。参加者は22名で、競技には参加できなかった方も合流しての開催となりました。座席の抽選はバスの中で行われていたため速やかに着席、宇多部長の挨拶で開宴となりました。会費は¥2500と、つつましかでありました



が、5区本澤さんのがんこ豊中店への顔でのスペシャルサービスもあり、まず満足できる食事となりました。宴たけなわとなるころ、会員の持ち寄り商品や、パークゴルフ場からの提供のパークゴルフ利用券などが当たるビンゴ大会が始まり親睦会は更に盛り上がりました。

当部は創部一年で会員は40名を超える規模となり、毎月の競技会の参加者が20数名あり、区を超えた会員の交流ができ親睦機関としての役割を果たしています。競技だけでなく今回のような親睦会の開催は今後も考えていますので、是非皆様の参加をお待ちしております。

10月例会 10/27(木) 11月例会 11/29(火)  
集合 9:30 問い合わせ先 部長 宇多

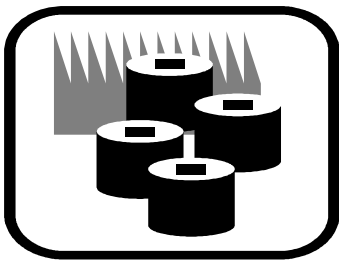
		グロス	ハンデ	ネット
優勝	前田 恭厚(6区)	92	35	57
準優勝	神保 隆之(6区)	75	16	59
3位	山内 洋子(2区)	80	23	59
B・B	浦川千賀子(13区)	109	25	84

## おコメ大好き人間と不安

27期 深井 保

ふっくらと炊き上がったごはんの真っ白で粒がそろったつやつやとした色合いと、ほのかな香り、立ちのぼる湯気、口に入れてからの歯ざわりとかすかな甘み、等々。日本人にとっては、かけがえのない食料です。

我々高齢者になると食欲が細くなり、小食による痩せも気になるところです。また何事においても、面倒くさいという思いが先に立ち、家庭での食事においても、食材を買う、作る、食べる、片付ける、という



当然のことが面倒くさくなってしまい、外食に頼ることが増加します。

私などもこの類ですが、好みに合う食事を提供してくれる外食先がなかなか見つからないのです。というのは外食先で、おいしいごはんに出会うことが少ないからです。いくら料理がおいしくても、まずいごはんを出されたら満足感は得られません。逆にごはんさえおいしければ、ファーストフードの牛丼でも満足感が得られるのです。

しかしながら外食はどちらかといえば味が濃く、初めて食べるとおいしく感じるものの、続けると炊き立てのおいしいごはん、あっさりとした味付けの家庭料理が恋しくなってしまうのです。

もっともスーパーでおコメを買っておられる方は、まずいおコメに慣れていて、上記の話に違和感があるかも知れません。どうしてスーパーで売っているおコメはおいしくないのでしょうか？ それは本来おいしいはずのおコメが農協に集荷された時に、様々なおコメとブレンド(混ぜる)されてしまうことがあるから

です。特に量販店のコメは、割れたのや白いおコメが混じっていて、おコメの味など論外です。また自分の嗜好に合うおいしいおコメに出会っていない人も多いのではないのでしょうか。私はおいしいおコメを提供してくれるおコメ専門店を偶然見付け、少量ずつその店から購入するようにしています。「電話を頂ければ配達しますよ」と言ってくれるのですが、僅かな量のおコメを運ばせるのに気が進まないのと、店番(みせばん)をしている店員が私を覚えていて、「お好みのおコメはこれでしたね」といって裏の精米室から精米したてのおコメを持ち出して来てくれて、いろいろとおコメの特徴やらおいしいごはんの炊き方など、私の興味に合わせて教えてくれることも、わざわざ足を運ぶ理由となっています。

このおコメ屋の系列では、年間を通しておいしいおコメを提供するために、玄米を温度 15 以下、湿度 70~80%で保存して鮮度と品質を保ち、また精米してから顧客の手に届くまでの時間を短くするよう精米のタイミングにも気を配っていること。またおコメを家庭に持帰ってからも、気温や湿度など保存に気を使って欲しいとのこと。家庭でおいしく食べるためのおコメの賞味期限は、秋冬で約2ヶ月、3~4月で約1ヶ月、5~7月で20~25日、盛夏で約15日が目安であるとのことだった。おコメは生鮮野菜と同様、生きているのである。

おいしいごはんの炊き方についても教えてくれた。おコメを研(とぐ)ぐときは、おコメを擦(すり)り合わせてよく研ぐ。水加減は正確に、基本はおコメの容積の20%増し。おコメに水を吸わせる、夏は30分、冬は2時間ぐらい。炊飯器のスイッチが切れたらそのまま蒸らす、約10分、その間蓋は開けないこと。ほぐ

す、ふっくらとしたごはんに仕上げるために底の方から掘り起こし、切るようにして混ぜる、等々。その他、おコメの銘柄、産地などの話しも聞いた。おいしいおコメとして知られる新潟県産コシヒカリといっても中身は様々で、本当においしいのは山間(やまあい)のきれいな水が流れ、昼夜の温度差が大きく、早朝霧にとざされるような地形で育ったおコメが最上であるとのことである。

新聞紙上を賑わせたこともあります。おコメはいろいろと偽装を繰り返されてきた食物です。そんな馬鹿なと思う方も多いでしょうが、新潟県の調査で、小売店に流通している新潟県産コシヒカリの場合、実に3割に他のコメが混入されていたことが分かり、NHKが取り上げたこともありました。

おコメは混ぜ合わせが簡単で、産地の保証もなく、悪質な業者の儲けの手段に使われ易いのです。要は、おいしいおコメを買いたい場合に大切なのは、信頼出来るお店で買うことだと思います。

私の知人に定年退職後おコメ作りを始めた人がいます。彼は郷里の実家の事情で、やむなく農夫にならざるを得ないはめになったものの、長年大手企業に勤務していただけあって、コメ作りを産業と捉(と)らえて面白い分析をしていた。

彼の話によると、日本の農業生産高は8兆円、従業員247万人。一方パチンコ産業は20兆円ともいわれ、これの2.5分の1、パナソニック1社の売上高9兆円にも及ばない。そのうちコメ作りは、生産高1兆6千億円、彼が勤務していた大手企業の売上高よりも少ない規模の産業なのです。

こんな数字を眺めると、現在大きな政治問題となっているFTA、TPP(いずれも自由貿易に関わる国際協定)も、農業に偏(かたよ)ることなく、日本の産業全

体を眺めて解決を図ってもらいたいと思います。

古事記の記述によると、日本は「豊(とよ)葦原(あしはら)の瑞穂(みずほ)の国」と記されています。豊かな広々とした葦原のように、みずみずしく美しい稲穂が実る国という意味です。この日本の歴史と食文化に、今、異変が起きようとしているのです。

東電の福島第一原発の爆発による放射能汚染の被害が刻々と拡大し、牛肉の汚染問題だけでなく、おコメへの放射能汚染が懸念され、昨年生産された古米の買占めが全国規模で起り、市場に古米が不足するという事態になっているのです。

学術的な研究によると、放射能の稲への吸収は大気からと土壌から吸収されるものがあり、白米内部の放射能の存在は、稲全体の7%に過ぎないという報告がある。



この報告によると、白米内部への放射能の蓄積は少なくやれやれと思うものの、稲藁(わら)や糠(ぬか)には放射能がたまり、家畜の飼料や堆肥として肥料にすることも出来ず、捨て場所もないという厄介物になってしまうのです。

さりとて輸入に頼るとしても、おコメを主食としている東南アジア諸国、インド、中国などのコメはインディカ米と称する細長いぱさぱさしたコメで、ピラフにするとおいしいものの、日本の食卓には向かないのです。

果たして日本のおいしいおコメと食事は、今後どうになってしまうのか不安でいっぱいです。

(終わり)

## 見学会・クラブ例会・講演会などのご案内

## 同窓会吹田 社会見学会

**第四回 12月1日(木)**  
小野市国宝浄土寺と神戸ワイナリー他  
詳細は、同封案内チラシ

**第五回 1月25日(水)**  
大阪地方裁判所と大阪府議会・府警本部  
詳細案内チラシは11月配布

同窓会吹田 **パークゴルフクラブ**  
会場:万博パークゴルフ場  
10月例会 10/27(木) 9時半に集合  
11月例会 11/29(火) 〃  
問い合わせ先 部長 宇多 06-6871-2103

同窓会吹田 **ゴルフ部(楠会コンペ)**  
日時: 11月7日(月)  
場所: 亀岡ゴルフクラブ  
新規参加希望の方は、下記へご連絡願います  
大図 宏 : 06-6389-4168

同窓会吹田 **カラオケ部 第三回カラオケの集い**  
10月22日(土) 13時~17時 岸辺市民センター(正雀駅前) 詳細同封チラシ

## 主 催 大阪府高齢者大学同窓会連絡協議会 教 養 講 座

**第三回 講演** 詳細同封チラシ  
防災学の第一人者に聞く  
「東海・東南海・南海地震・津波で  
起こる被害と対策」  
講師 関西大学社会安全学部長 河田恵昭教授  
日時 12月8日(木) 10時~12時  
会場 高槻市生涯学習センター

**第四回 講演**  
笑い学の第一人者に聞く  
「笑い与健康」  
講師 関西大学人間健康学部 森下伸也教授  
日時 2月20日(月) 10時~12時  
会場 吹田市メイシアター 中ホール

**連協 親睦一泊バスツアー** 主 催 大阪府高齢者大学同窓会連絡協議会  
大河ドラマ 浅井家 **江のふるさと近江・長浜**と芦原温泉  
実施日 平成23年11月16日(水)、17日(木) 新大阪駅集合・解散  
会 費 21,800円(一泊四食 夕食宴会時に酒又はジュース1本付き)  
詳細案内・申込用紙は6月配布物に同封しました。参加ご希望で申込み未だの方、吹田の仲間と  
バス・宿泊の同席・同室ご希望の方は[6876-8523 梅本]まで連絡下さい。

**連協 文化祭** 2月20日(月)・21日(火) 詳細は同封案内  
演芸会出演 申込は グループ、個人共所定書類で 同窓会吹田・七尾副会長宛て。  
作品展出展 申込は グループは所定書類で連協文化部馬場氏宛て。  
個人出展大募集、絵画・陶芸・写真・手芸・・・自慢の作品を是非  
文化祭実行委員【写真部別所部長又は、11区川端区長】宛てに連絡を！！

第一回 同窓会 吹田 演芸会 11月12日(土)午後 開催！！

会場 メイシアター小ホール 落語・朗読・腹話術・詩吟・・・話芸を中心に

芸達者な会員の皆さんが日ごろ研鑽の多彩な芸を披露

ご家族 お仲間お誘い合わせて多数ご来場下さい 詳細同封チラシ

吉例 同窓会 吹田 新年会

1月16日(月)午前10時半開宴 会場 メイシアターレセプションホール

歌と踊りで賑やかに楽しく新年を祝いましょう。豪華？景品ビンゴ大会も・・・

詳細案内と申込は11月にチラシを配布

### 23年度【下期】スケジュール

23.09.26

年月	定例会合	広報誌	[見学会] 他	連協	備考
23年 9月	12月 (運)		[13 火 堺・狭山市方面]	28 水 教養講座 メイシアター	21 吹田だより印刷 (封)12.16 20区
	26月 (役)(封)	吹田だより			
	3月 (運)				
10月	24月 (役)		22 土「カラオケの集い」		
	14月 (運)		12 土「演芸会」 16,17 千三小福祉授業	16,17 一泊旅行	未定 N.L 印刷 (封)1 5区
11月	28月 (役)(封)	N.L			
	12月	12月 (運)		[1 木 小野・国宝浄土寺]	8 木 教養講座 「絆」
26月 (役)(封)		吹田だより			
6 金 (運)					
1月	16月 新年会				未定 N.L 印刷
	23月 (役)(封)	N.L	[25 水 地裁・府議会]		(封)10.11.13.14.15区
2月	13月 (運)			20,21 教養講座 文化祭	代議員確認
	27月 (役)				
3月	12月 (運)		[見学会 未定]		未定 吹田だより印刷 (封)12.16 20区
	新入会員説明会				
	26月 (役)(封)	吹田だより			

短歌

七区 二十五期 小河 陞

風のあり牡蠣の貝殻積み上げる

日生の海に力モメは溶けて

貧しさを戦後知りたるわが世代

心豊かな時代知りあり

俺お前と呼びあえる友亡くなりて

青春の花ほとりと落ちる

俳句

8月19日



十二区二十五期 佐々木 仙舟

被災地の人思おいて秋果買つ

果てしなく浜に影なし八月尽

谷間を下るこの道下り築

会員の皆様の原稿を広く募集しております！

各地域の広報紙が毎月理事会で配布されますが、「吹田だより」は会員の記事が少ないようです。特にクラブ活動の報告などの情報をよろしくお願いします。原稿は、適当な用紙に手書で、出来れば写真を付けて下記にお送り下さい。多量の原稿は、ホームページに掲載致します。

送り先

住所：〒565-0821 吹田市山田東 1-31-B712  
 広報部：佐々木 順次 宛 TEL/FAX: 06-6877-4636  
 メール：jun@sasaki.name

<編集者>

住所：〒565-0822 吹田市山田市場 9-1-1213  
 広報部：森 孝二 宛 TEL/FAX: 06-6876-2406  
 メール：k-mori@ac.cyberhome.ne.jp

編集後記

やっと秋空が広がり、運動会シーズンがやってきました。日本のみでなく、アメリカ東海岸で地震が起こったのに続いて、ハリケーンの襲来、中国 韓国の大洪水など、世界規模の異常気候が頻発しています。今後原発に代わる化石燃料の依存によって温暖化ガスの加速が懸念されます。

東日本大震災から半年になりますが、当初は原発の事故は津波による電源喪失が原因で天災だとのことでしたが、情報の公開により「人災」であることがだんだんと濃厚になってきました。電源が喪失しても冷却には 蒸気系 非常用炉心冷却装置があり、これが取り外されていたとか、操作を誤ったとかはつきりと報道されません。

円高 政治混乱など日本の社会がおかしくなつてゆく事をひしひしと感じます。

メディアで大震災の犠牲者が 2 万名を越えると報道していますが、自殺者が 5 割も多い年間 3.2 万名に上り、交通事故死の 6.5 倍に上ることは余り問題にしません。40、50 代の男性が多いことを考えると放置出来ないと思いません。

話が代わりませんが、今年の高大修了生の同窓会加入率が 30% しかなかったことから問題化しています。

高大と同窓会連協で色々会議を持って対策が立案されています。地区同窓会に加入のメリットはなにかが問われています。皆様も今一度お考え下さい。

編集子 KM