大阪市老人クラブ徽章

全国３大運動
健康・友愛・奉仕をめざして
市内全会員に配布

月刊 大老連

平成25年　6月号
第659号　毎月１日発行
平成25年（2013年）６月１日
定価30円（送料別）　年間購読料1,100円（送料共）
購読お申し込みは、月刊大老連編集室にご連絡ください。

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　一般社団法人
大阪市老人クラブ連合会
編集室　電　話 06(6635)3227
ＦＡＸ 06(6635)3229

大老連定時総会を開催

新たに理事・監事を選任

大阪市老人クラブ連合会の定時総会が、5月30日(木)、中央区の市立中央区民センターにおいて開催され、新たに大老連の理事及び監事が選任されました。

役員、部会長、部会担当理事については、次のとおりです。

なお、その他の案件については、次号で掲載いたします。

役員・部会長・部会担当理事名簿

（平成25年６月１日就任）

理事長	中　保昌（東淀川区）	
副理事長	石井好男（中央区）	（担当部会）総務、厚生文化 供養塔管理運営委員会
副理事長	野口一郎（東住吉区）	（担当部会）保健体育、女性
副理事長	佐藤暢哉（鶴見区）	（担当部会）福祉活動、地域対策、広報
監事	上平繁一（西淀川区）	
監事	野村茂夫（北区）	

部会名	部会長	担当理事	
総務部会	原田　壽（港区）	田中隆秋（城東区）	矢萩方香（旭区）
厚生文化部会	生駒周三（天王寺区）	松本泰輔（阿倍野区）	大野敬二（都島区）
保健体育部会	村岡郁夫（住吉区）	石橋淑男（淀川区）	笹井安信（大正区）
福祉活動部会	山本只雄（生野区）	麻殖生成剛（西区）	
広報部会	楠谷忠正（住之江区）	宮　義知（此花区）	家門昇次（東成区）
地域対策部会	川端春一（浪速区）	岩田清春（西成区）	
女性部会	新居美千子（平野区）	鳥取栄美子※（福島区）	

※全老連女性委員
（平成25年５月７日就任）

第８回 大老連グラウンド・ゴルフ大会

６月５日、大阪城公園太陽の広場で開催

組み合わせ決まる

第8回大老連グラウンド・ゴルフ大会が、6月5日(水)午前9時30分から大阪城公園太陽の広場グラウンドで開催されます。＜小雨決行。荒天により競技不能の場合は6月12日(水)に延期＞

この大会は、老人クラブ会員が、グラウンド・ゴルフを通じて健康の保持と会員相互の親睦を深め、併せて高齢者のニュースポーツの普及と振興に寄与することを目的として開催するものです。参加者は144名（各区老連6名、内女性2名以上）が予定されています。

4月11日（木）に開催された各区保健体育部長会において、右表のとおり組み合わせが決まりました。

＜グラウンド・ゴルフ大会組み合わせ表＞

A班 組	A班 区名	A班 組	A班 区名	B班 組	B班 区名	B班 組	B班 区名	C班 組	C班 区名	C班 組	C班 区名
A―1	西成区	A―5	西成区	B―1	西成区	B―5	西成区	C―1	西成区	C―5	西成区
	生野区		生野区		生野区		生野区		生野区		生野区
	中央区		中央区		中央区		中央区		中央区		中央区
	住之江区		住之江区		住之江区		住之江区		住之江区		住之江区
	都島区		都島区		都島区		都島区		都島区		都島区
	東成区		東成区		東成区		東成区		東成区		東成区
A―2	浪速区	A―6	浪速区	B―2	浪速区	B―6	浪速区	C―2	浪速区	C―6	浪速区
	東淀川区		東淀川区		東淀川区		東淀川区		東淀川区		東淀川区
	大正区		大正区		大正区		大正区		大正区		大正区
	福島区		福島区		福島区		福島区		福島区		福島区
	鶴見区		鶴見区		鶴見区		鶴見区		鶴見区		鶴見区
	阿倍野区		阿倍野区		阿倍野区		阿倍野区		阿倍野区		阿倍野区
A―3	東住吉区	A―7	東住吉区	B―3	東住吉区	B―7	東住吉区	C―3	東住吉区	C―7	東住吉区
	城東区		城東区		城東区		城東区		城東区		城東区
	平野区		平野区		平野区		平野区		平野区		平野区
	西区		西区		西区		西区		西区		西区
	西淀川区		西淀川区		西淀川区		西淀川区		西淀川区		西淀川区
	此花区		此花区		此花区		此花区		此花区		此花区
A―4	淀川区	A―8	淀川区	B―4	淀川区	B―8	淀川区	C―4	淀川区	C―8	淀川区
	天王寺区		天王寺区		天王寺区		天王寺区		天王寺区		天王寺区
	北区		北区		北区		北区		北区		北区
	旭区		旭区		旭区		旭区		旭区		旭区
	住吉区		住吉区		住吉区		住吉区		住吉区		住吉区
	港区		港区		港区		港区		港区		港区

随意随想

スポーツ万歳！

NPO法人JMCA理事長　羽間　鋭雄

私は、小学校低学年の頃の「阪神タイガース少年友の会」の会員から始まり、中・高・大学と陸上競技に打ち込んで箱根駅伝にも出場し、続いて10数年に亘ってボディビルのトレーニングに打ち込んで、まさに、より速く、より強くを求め続けた経験を持っていますが、一方で、健康づくりの仕事に関わるにつれて、スポーツや運動に対する考え方がどんどん変化してきました。

結論から言えば、「より速く、より高く、より強く」を目的とするチャンピオンシップスポーツは、健康づくりには適さないということです。

「より速く、より高く、より強く」を目指すためには、「痛い、辛い、苦しい」と感じる強い刺激を与える必要があります。この痛さや辛さや苦しさを乗り越えない限り、より速く、より高く、より強くなることはできません。

しかし、痛い、辛い、苦しいということは、それを続けることによって体に生じる弊害を避けるために、「無理をするな！」という体の信号に他ならないのです。チャンピオンを目指すスポーツマンたちが、1年を通して五体満足であることがほとんどないといっても過言ではないように、無理をすることは、健康のためには決して良いことではありません。

しかし、私は、けっして、チャンピオンシップスポーツが悪いとか価値がないと思っているわけではありません。

人に勝つために、あらん限りの努力を必要とするチャンピオンシップスポーツは、体育のみならず、知育、徳育にも有効な素晴らしい教育の手段だと思っています。

どんな競技においても、技術や体力を高めるためのトレーニングだけでは好成績を望めるはずはありません。作戦、栄養問題、精神的鍛錬、人との関わり方など、人並み以上の創意工夫と実に多彩な要素や能力を高めない限り、十分にその成果をあげることはできません。

パルセロナオリンピックで、一躍日本のヒロインになった高橋尚子選手の金メダルは、ただひたすら走ることによってのみもたらされたものでは決してないのです。周囲の心配と批判を恐れず、おそらく失敗と紙一重であったであろう3500mの初めてそれが金メダルへとつながったのだと思います。

スポーツは、まぎれもなく人類が築き上げた文化であり、重要な知的財産のひとつです。多くの感動を与えてくれるオリンピックで繰り広げられる、まるで人間業とは思えないような技も能力も、他の動物には真似の出来ない、優れた知性を持つ人間だからこそなし得るものなのです。多岐にわたる知識と無限の創造力、それらを機能的に組み立てる能力、それを実行に移す意志力などなど、優れた頭脳と豊かな知性なくしてチャンピオンへの道は開かれません。

すなわち、スポーツは「知育」に貢献できるすばらしい手段であるといえます。

また、広く知られている「健全なる精神は、健全なる肉体に宿る」というギリシャ時代の言葉にあるように、スポーツが、今特に問題視される自分勝手で協調性に欠ける現代の風潮を質し、豊かな人間性や礼節を習得することに役立つことは、常に、一流のメダリストたちのすべてが、こぞって好ましい人柄を漂わせ、また驕ることなく、自分と関り合うすべての人々に厚い感謝の言葉を繰り返し述べることからも十分伺うことが出来ます。

それは、世界の頂点に立つという想像を絶するような努力をした者だけが体験する、自然に、腹の底から湧き出てくる本当の心なのだろうと思われます。人間性の涵養もまた、その努力の大きさと成果の達成度に比例すると言えるのかもしれません。

まさにスポーツは、「徳」の養成においてもまた、すばらしい貢献をなすものなのです。

まさにスポーツ万歳です。

「健康のための体にやさしいスポーツ！」「楽しむためのスポーツ！」そして「勝つためにすべてをかけて若い血潮をたぎらせるスポーツ！」などなど、活き活きと豊かな人生を送るための一つのスパイスとして、目的に応じたスポーツを、上手く日々の生活の中に取り入れていただきたいと思います。

かんぽの宿 割引券付会員カード

老人クラブ全会員に配布

大阪市老人クラブ連合会では、会員の健康増進と利便性に資するため、日本郵政(株)との協定により、平成25年7月1日から利用できる「かんぽの宿」割引券付会員カードを発行することとし、老人クラブ会員全員を対象に配布いたします。

この会員カードは、全国の「かんぽの宿」(全国66施設、うち近畿エリア9施設)で1泊2食付プラン以上の利用に限り、会員1名につき、1泊あたり500円の割引、同伴者3名まで同様の割引の特典があります。

会員カードの配布については、6月会長会において説明のうえ、各区老連事務局を通じて配布いたします。

なお、会員カードの発行及び配布のお問い合わせは大老連事務局まで。ご利用に際してはご希望の「かんぽの宿」までお尋ねください。

かんぽの宿
近畿エリア９施設

彦根	☎0749-22-8090
奈良	☎0742-33-2351
大和平群	☎0745-45-0351
富田林	☎0721-33-0700
白浜	☎0739-42-2980
紀伊田辺	☎0739-24-2900
有馬	☎078-904-0951
赤穂	☎0791-43-7501
淡路島	☎0799-82-1073

Panasonic
補聴器
ご相談は当店まで
ご自宅へ訪問も致します
気軽に使えるポケット型

おんわ モデルJ1シリーズ　希望小売価格 79,000円～
一般的名称：ポケット型補聴器　販売名：おんわ WH-103JJ
医療機器認証番号：220AIBZX00067000
パナソニック補聴器
プラザ大阪
TEL: 06-6344-3348
FAX: 06-6344-3318
大阪駅前第４ビル 1F
●JR「大阪駅」より徒歩約６分
●JR 東西線「北新地駅」より徒歩約５分
●地下鉄御堂筋線「梅田駅」より徒歩約５分
●地下鉄谷町線「東梅田駅」より徒歩約３分
営業時間：午前10時～午後5時30分　定休日：日・祝日
詳しくは パナソニック補聴器 検索
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。

海が見える緑の公園墓地
〒大阪市設 泉南メモリアルパーク

再募集霊地ご使用例
大阪市民の方では再募集霊地の一般区は138,000円
割増区は158,700円
新規霊地よりも安くご使用いただけます
見学自由！
■平成25年度使用料（単位:円）　※1区画：3.025m²（1.1×2.75m）

対象	一般区	再募集霊地(一般区)	割増区	再募集霊地(割増区)
大阪市民・阪南市民	688,000	550,000	791,200	632,500
大阪市民以外の方	1,032,000	825,000	1,186,800	948,700

管理料　申込み時には上記の使用料のほかに270,000円（20年分）の管理料が必要になります。
※上記の料金には、墓石の費用は含まれておりません。
お問合せ・アクセス
泉南メモリアルパーク管理事務所（年中無休）
〒599-0232　大阪府阪南市箱作2603番地の1
☎072(476)2332
※南海本線「みさき公園」駅下車、送迎バスで約10分。
平成25年度募集について
平成25年度 大阪市設霊園
募集期間 詳細が決まり次第お知らせします。
募集の詳細は、(一財)大阪市環境事業協会及び環境局のホームページをご覧ください。
●http://www.kankyoujigyou.or.jp/　●http://www.city.osaka.lg.jp/kankyo/