

# 心ふれあい SA吹田通信 第182号

発行 SA 吹田 ☎ 090-5015-8597 〒564-0072 吹田市出口町19番2号 ボランティアセンター内  
ホームページ <http://sa-renkyo.sakura.ne.jp/active/suita/index.html> ブログ:心ふれあいSA吹田

## 心ふれあいSA吹田創立30周年記念行事

「SA吹田」は平成元年（1989年）4月に創立されました。現在は「心ふれあいSA吹田」と名称を変更し、来年（2019年）3月末で創立30周年を迎えます。記念すべき節目に「心ふれあいSA吹田創立30周年記

念実行委員会（委員長：前NPO法人（現在認定NPO法人）大阪府高齢者大学校理事長佐藤宏一氏）を設置し記念行事を実施したいと存じます。暫定的に以下の催しを計画しています。

日時：2019年4月25日(木) 場所：メイシアターレセプションホール  
内容：10:30～12:00 記念式典（来賓挨拶 講演会）  
12:00～13:00 懇親会（昼食）  
13:00～15:00 2019フェスタ（展示 演芸）  
会員皆様の多数のご出席をお願い申し上げます。計画が確定した時に、SA吹田通信にてご案内いたします。

## 高齢者疑似体験

竹見台中学1年生の福祉授業  
広報部 笹原 義正

7月6日にSA吹田福祉部会員8名が参加して実施。高齢者疑似体験とは、下の写真のように不自由になるように器具を装着して、いろいろな日常動作をしてもらい、不自由を体験してもらうのが狙いです。



水を飲む



新聞を読む



コインを数える



文字を書く

アイマスクと耳栓

肘固定サポーター

軍手と重り

膝固定サポーターと重り



## → 『心ふれあいSA吹田』は、SA連協で最大の会員数

心ふれあいSA吹田(以下SA吹田)の平成30年度の会員数は、**212**名です。平成30年度のSA連協の会員数は、別表の通りです。SA連協とは、府内22地区ある全地区SAが組織した大阪府シルバーアドバイザー連絡協議会の略称です。シルバーアドバイザー(SA)は、長年にわたり培った経験や知識、技術、特技を活かして、地域のボランティア仲間と友好的な関係を保ちながら、地域福祉活動や様々なボランティア活動を行っています。以前はシルバーアドバイザー養成講座終了者の団体で、老人大学校、高齢者大学校、大阪北部コミュニティカレッジ(ONCC)、府民カレッジのSA講座を受講され、大阪府知事に認証されたメンバーで構成されていましたが、現在は修了者以外の方々にもメンバーに入って

頂いています。大阪府におけるSA活動を振興し、SAの地域社会への貢献の増進を図っています。活動は、まちづくり、子どもの健全育成、障がい者と高齢者の自立支援、自らの生きがいをづくりの推進です。

SA吹田は、SA連協の最大の会員数で、北ブロックに所属しています(SA連協を北ブロック、中ブロック、南ブロックに分け、ブロックでの活動及び全体の活動で、ボランティア活動を推進しています)。SA吹田は、SA連協交流活動部では、歌体操部会が主導的活動を行っていますが、おもちゃ部会での活動は全く行っていません。今後はこの方面及び国際交流での子どもの健全育成の活動に寄与して頂くことをお願い致します。SA連協と連携して、ボランティア活動を推進いたしましょう。

### 平成30年度SA連協新会員&会員動向表

No.	地区 SA	新入会員(出身別)					退会者	会員数
		高大	ONCC)	区民カ	他	小計		
1	大阪	2	0	5	2	9	19	<b>138</b>
2	とよなか	0	6	0	1	7	5	<b>54</b>
3	いけだ	1	0	0	1	2	3	<b>18</b>
4	箕面・豊能	0	0	0	0	0	7	<b>14</b>
5	吹田	1	3	0	32	36	32	<b>212</b>
6	茨木	0	3	0	4	7	18	<b>117</b>
7	高槻	0	2	0	3	5	5	<b>60</b>
8	守口	0	0	0	6	6	0	<b>15</b>
9	寝屋川	0	0	0	0	0	0	<b>19</b>
10	ひらかた	0	0	0	2	2	2	<b>24</b>
11	交野	0	0	0	0	0	1	<b>8</b>
12	四条畷	0	0	0	0	0	0	<b>10</b>
13	大東	0	0	0	0	0	0	<b>10</b>
14	東大阪							<b>退会</b>
15	八尾・柏原	0	0	0	2	2	4	<b>19</b>
16	松原						12	<b>12</b>
17	はびきの	0	0	0	1	1	2	<b>11</b>
18	藤井寺	2	0	0	0	2	1	<b>14</b>
19	富田林							<b>休会</b>
20	河内長野	0	0	0	0	0		<b>5</b>
21	いずみ	0	0	0	0	0	3	<b>12</b>
22	堺	0	0	0	0	0	0	<b>45</b>
合計		6	14	5	54	79	126	<b>817</b>

# 会員の広場

## 朝の散歩

林田 弘子 H22年 SA地域

最近主人と朝の散歩を始めました「ボランティアもいいがもっとご主人との時間を大切に」と親友からの助言が有り目覚めました！主人は63歳の時、労災事故でほぼ寝たっきり状態になり現在78歳、週3回のデイサービスに通い松葉杖を頼りに外出できるようになっています。5:30分に自宅を出て近くの遊歩道を通りテニスコートを過ぎれば「わんぱくこうえん」があります。ここでは6:30分になればラジオ体操が始

まり沢山の人が集まります。私たちは健康遊具で体をのぼしたり回転盤に乗り腰を捻ったりのストレッチをして休憩を取りながら往復1時間程かけて戻ります。体内時計が狂い昼夜逆転していた人を早朝に起こすのは一苦勞ですがこのまま放っておけば「認知症にまっしぐら」なので嫌がる主人を引っ張り出しています。この時間を大切にして、1日でも長く続けて行けるように願っています。

## 病弱難如

松森 一夫 SAおもちゃクラブ

老若男女知る人と顔を合わせる毎に「如何ですか」「お加減は」等と声を掛けて頂く日々ですが、今まで数々の大病を克服して今日に至り、何事も無く活動していたある日、前頭から首筋に掛けて激痛があり、あまり続くので阪大の脳神経外科で診察、結果3m/mまでの大動脈瘤が見つかったが年齢を考慮し抱えたまま様子見となる。痛みの原因は首筋の筋肉萎縮だった。

{生きているうち、働けるうち、日のくれぬうち}あいだみつおの書を毎日眼にしながら断りきれずに自分に鞭打っている己を振り返って、少しはセーブせねばと思いかけたのが大動脈瘤を発見した2年前頃であ

る。そこで **動作慎（動作を慎む）**と心にも古竹にも刻んで目につくよう玄関に置いているが、これだけではいけないと一昨年から関係方に実情を伝えご了解を得てほとんど全ての役職を解いて頂いた。一安心の矢先再度追いかけるように前立腺癌で悪性レベルの高いことが判った為、今後の治療について主治医の意見も入れて熟慮の結果放射線治療と抗がん剤・ホルモン投与をすることに決断した。

内にあっては治療に専念し毎日の放射線通いに加え、家内の強制とも言える食事療法で体は蘇えった。正味一年近くかかり一応完治した。

## 心ふれあいSA吹田会長コラム

### “つれづれなるままに”

この6月、7月は、大阪府北部大地震、豪雨と大変な目にありましたね。連日暑い日が続きますが皆さんお変わりはありませんか。心ふれあいSA吹田も新入会員歓迎会&懇親会を40名でBBQを開催することにしましたが中止致しました。改めて開催致したと存じます。健康とは、肉体的、精神的、

社会的に健全で幸福な状態を言います。心ふれあいSA吹田の会員皆様がボランティアを行って頂くには健康でなければなりません。今回は癌が行動の変容で運命を変えられると、日本経済新聞で東京大学病院中川恵一先生が述べておられます記事を紹介しましょう。癌のうち遺伝は5%にすぎま

せん。癌検診によって早期発見できれば95%が治ります。日常の問題に対する対処の仕方と癌発症や癌死亡との関係を調べた大規模調査の結果、日常の問題や出来事への対処の仕方、「自分を責める」「避けて他のことをする」といった「逃避型」の人より、「計画を立てて実行する」「誰かに相談する」といった「対処型」の人は優位に癌

死亡が少なかった。「対処型」の人は検診を積極的に受けることができ、結果的に癌を早期に発見でき、結果的には癌のリスクを減らせる。癌は行動の変容で運命を変えることのできる病気だと。会員の皆様も定期的に健康診断を受診され、自らの健康を把握するように心がけてください

会長 今井正三郎

八月の花  
蓮(ハス)



花言葉は「清らかな心」

…新会員の紹介(6月に新しく入会)…

氏名	まつまる まさあき 松丸 雅亮
住所	〒564-0061 丸山町18-11
電話	090-6323-4790
備考	高大9期 SA国際文化交流科修了

パークゴルフのお誘い

毎月第2水曜日午前9時45分より11時半  
料金 800円 クラブ:ボール 200円  
現在18名のメンバーで楽しんでいます。  
会員ならばどなたでも参加できます。



心ふれあいSA吹田 8月の主な予定

SA吹田全般	時間	内容	担当	場所
8月3日(金)	9:30~12:00	三役会	今井正三郎	総合福祉会館
8月3日(金)	13:00~14:00	広報部会	笹原義正	総合福祉会館
8月10日(金)	10:30~12:30	役員会	今井正三郎	アイワホーム9階会議室
8月15日(水)	9:45~11:30	パークゴルフ	林田弘子	万博公園パークゴルフ場
8月31日(金)	10:00~12:00	印刷/ブロック会議	笹原/沖村	亥の子谷コミセン
おもちゃ部会	時間	内容	担当	場所
8月1日(水)	10:00~12:00	定例会議	丹羽史朗	総合福祉会館
歌体操部会	時間	内容	担当	場所
8月20日(月)	10:00~12:00	定例会議	加藤昌子	夢未来館リハーサル室
国際交流部会	時間	内容	担当	場所
8月25日(土)	10:00~12:00	定例会議	内田格子	千里NTプラザ5階
福祉部会	時間	内容	担当	場所
8月17日(金)	12:30~13:30	定例会議	沖村史生	総合福祉会館

◎暑中お見舞い申し上げます。

7月は異常気象で猛暑が続きました。8月も暑さはどうなるのでしょうか?