

シルバー大学校南河内支部

# 支部だより

令和元年10月1日

第27号

支部長：影山政夫  
総務部会担当

「年をとるという事」

支部長 影山 政夫

高齢者による交通（人身）事故多発とそれに伴う免許証返納の報道が目立ちます。我々の生活に車の欠かせない事は言を俟ちませんが、必要性の理由に挙げられるのが、買物と医療みたいですね。シルバー大学で様々な事を学びましたが、私にとって最も大きな事は、沢山の仲間を得て、一緒に活動できる喜びを得た事と思っています。その為の移動手段として車は欠かせないものです。もし免許返納する事になったら「さぞかし寂しい人生が待っているのでは？」と余計な心配をしてしまいません。

先月のシニアのゴルフ大会で「エイジシュート」に出会いました。普通一ラウンドを七十二打で廻るのがパープレーですが、私を含む多くのアヴェレージゴルファーにとっては全く手の届かないところですよ。ところが自分の「年齢」と同じかそれ以下の打数で廻ると、「エイジシューター」として認められるのです（因みに今回の方のスコアー・年齢は八十三でした）。

## 目次

- 「年をとるという事」
- 「認知症の妻を約12年間自宅で介護し、看取ったことについて」
- 「私お金持っていません」
- 「日々好日」
- 「俳句を楽しんでいます」
- 「出会いは大切に」
- 「川柳と俳句」
- 「六十(?)の手習い」
- 「川柳」
- 「第四コーナー」
- 「特定な人のための性格占い結果の公表」
- 「支部活動について」
- 「ヨガに出会って」
- 「二年間の学生生活を終えて」
- 「シルバー大学校の仲間達」

若い内は全く無理ですが、数字上は年齢が上がるほど、達成の可能性（あくまでも）が上がるのです。これが“ゴルフの醍醐味”とシニアのゴルファーを勧誘しているそうです。話はとんでもない所に行きましたが、徐々に年齢の壁を感じつつ、年を取る事も悪い事ばかりではないと感じるこの頃です（エイジシュートを狙おうかと少し希望を持ちました）。

当支部の“歴史の重み”と新しい“時代の流れ”を感じながら副支部長を含め四年間お世話になりました。役員一同を代表して、支部会員皆様のご支援に感謝申し上げますと共に南河内支部の益々の発展をお祈り申し上げます。

会員の皆様が夫々の『エイジシューター』目指して頑張っておられると思います。健康寿命は年々伸びているそうです。「やったぞ！エイジシュート」と言える日まで

“ごきげんよう” 平成三十年支部長 影山 政夫

「認知症の妻を約十二年間自宅で介護し

看取ったことについて」 二十五期 手塚 誉

認知症の妻を十二年間介護し、自宅で看取ったことに対し、皆さんから「どうしてそんなことができたの?」「介護の見本みたいなこと」等と言われます。しかし、私が妻を最後まで介護することができたのには理由があります。

私の現役時代、家のことは全て妻に任せっきり、さらに私を温かく献身的に支えてくれた妻への恩返しという気持ちがあったこと。私自身が、肉体的、精神的、経済的に介護に耐えることが出来る状態にあったからです。また、最後の半年間は、娘が介護休暇を取り、一番厳しい時期に一緒に介護にあたることができたからです。

ただ、この十二年間を振り返ってみると途中介護に限界を感じ、何回か施設に入所をお願いしようと思ったことがあり、施設見学をした時期もあります。そのたびに、介護に関係する皆様、ケアマネージャー、デイサービス職員、介護士、訪問医の皆様のご協力とご支援により、乗り切ることができました。私と娘だけでは、今思っても介護を継続することは難しかったと思います。

一般的に介護者が、肉体的、精神的、経済的に限界に来た時には、素直に施設をお願いすることが必要だと思えます。施設をお願いすることが介護放棄することになり、被介護者を見放してしまい申し訳ない、もう少し頑張れるのにと、自責の念に

かられて自分を犠牲にして介護を続けようとする人もいます。オレンジカフェに相談に来た人の話ですが、娘を生んだのは自分の最後を娘に看てもらったためだと言われ、大変なショックを受けたという介護者の方がいました。この言葉が、大変な精神的な負担となってしまう、仕事をやめ介護しなくてはいけないのかなと自責の念にかられていました。

自分の子どもも一生を犠牲にしてまで、自分の介護をしてくと本心から言う親はいないと思います。口では娘に介護してもらいたいけれど、津波や地震の時、自分を犠牲にしてまで自分の子どもをかばい、抱えて子どもを守る親の姿があります。親の本心はこの姿ではないでしょうか。子ども、介護者が肉体的、精神的に介護に耐えられなくなるとき、将来経済的不安をもたらしてしまうような介護者になる可能性があるとき、被介護者である認知症者は、それを望んでいないと思います。介護される人が一番つらいのは、自分のために、家族（介護者）が犠牲になることだと思えます。ただ、認知が進むと、自分の本心を言葉で表現できないのが、一番当人にとつてももどかしくつらいことではないかと思えます。



### オレンジカフェしもつけ茶屋

下野市の委託を受けて、下野市認知症家族会が運営

開催日：毎月 第1火曜日

第2水曜日

第3木曜日

時間：午前10時から午後2時

参加者等：認知症の人と家族

認知症に関心のある地域住民

専門職等

誰でも参加でき集う場所

お茶を飲み、リラックスして楽しめる場所

(飲み物は一人100円)

介護の先輩や包括支援センター職員が介護や

認知症の相談対応をする

連絡先：下野市高齢福祉課 小林・長谷川

みなみかわち地域包括支援センター

手塚先輩は、下野市認知症家族の会「しもつけ」の会長を  
されています。  
現在介護されている方、介護経験者、介護に関心のある方  
を対象に会員を募集しています。

入会又は賛助会員を希望される方は

下野市高齢福祉課 基幹型地域包括支援センター

☎32・8904にご連絡ください(担当記)

「私お金持っていないせん」

二十七期 福田 白

平成二十九年八月、こんなメールが届きました。「退会処理  
をしてください。滞納金の支払いが免除になりますので。」と  
ありました。何のことかと思いいそのあとの文をチェックする  
と、「支払い報告書」とあり、「登録された有料情報サイトの利  
用料金の未納が続いており本通知到着後二十四時間以内に対  
応されない場合は法的措置を行うことを申し添えます。」とあ  
りました。そして、請求金額百十万二百二十三円とありました。  
勿論身に覚えのない内容なのですが、連絡を取ることを躊躇し  
ました。まずおかしいと思つたことは、この金額でありながら  
強烈に支払えと言っていないことです。退会処理をすれば免除  
になるということです。これは相手を確保する誘い、罠と思ひ  
ました。勿論連絡を取ることにはせず一日が過ぎました。すると  
四、五日後にまた同じようなメールが来ました。おや！二十四  
時間過ぎているのにその文面は何も変わっていないのです。ま  
すます怪しいと思ひ無視することになりました。その後同じメー  
ルが五回届きました。計七回文面は全て同じで進展はなし。こ  
の間二か月にわたってしつこくメールは届きました。内容を詳  
しく見ると「法的証拠能力のある電子署名付き証明書」、「電磁  
的記録は文書に準ずる物件」であり民事訴訟法第二三一条にて  
「準文書」に相当する。そして民事、刑事の訴訟では証拠能力  
を有するのだ等々、素人には訳の分からない法律を述べて信用

をさせるのが常套手段である。私は全て無視することにしたが、新聞で小山市の女性が同じような内容でだまし取られたとの記事を見たとき何とも言えない気持ちになった。その後このメールは私には届かなくなった。

皆さんも気をつけてください。

**栃木県内の特殊詐欺被害状況(2019年1月から7月)**

オレオレ詐欺	67件	約8,352万円
還付金等詐欺	20件	約3,356万円
架空請求詐欺	16件	約6,275万円
融資保証金詐欺	3件	約356万円
ギャンブル必勝情報提供名目詐欺	1件	約85万円
<b>総数</b>	<b>107件</b>	<b>約1億8,424万円</b>

**内85歳以上の被害者は86%**



「日々好日」

三十二期 平石 勝美

今、後期高齢期を迎え、終活も考える時期にもなりました。わが人生で、今が最高の日々を送っているのではないかとも思っております。振り返って見ると、還暦を迎えるまで自分の能力と性格に合った仕事を楽しく遣ってきました。その後、現役時代の経験を活用して、不登校の子どもに寄り添い、幾許かの助けができました。

しかし、第二の人生で一番中心の仕事・ボランティア活動は、法務大臣任命の非常勤国家公務員としての保護司の活動です。罪を犯した人やその家族のために、微力ながらも、本人たちに明るい展望が望めるようにお手伝いすることでした。対象者の多くは将来のある青年達でした。本人の力で自立できるように努めてくれた時は、私自身も幸せ感一杯になりました。それも来年四月で定年です。この保護司活動で得た多くの仲間達とも終生仲良くさせてもらいながら元気に過ごしたいと思えます。さらには、シルバー大学校に行ったお陰で出会った新しい友達、そして地元の人達と共に新たな輪を大切にしたいと思えます。

最後に思うことは、自分にとって最大の財産は、人との出会いです。一生の間に出会った人たちの恩を大切にしながら、自分なりに人のために役立ったことが結果的には、自分や子・孫のためになるようにと期待しています。

「俳句を楽しんでいます」

三十三期 増田 信

入学時、「俳句クラブ」を選択しました。道具は「紙と鉛筆」、使う言葉は「季語と十七音のみ」のキャッチコピーに惹かれたのです。

しかし作句はじめて気付きました。つまり「十七音しか使わない」ではなくて「十七音しか使えない」と言うことです。今でも苦勞をしています。

でも句会で秀句を鑑賞するようになった時、この五・七・五が日本語文学に合ったリズムと理解できるようになりました。伝統的古典文学の所以でしょうか。

卒業後は三十二期の先輩達と「あすなる会」を、そして三十四期の後輩とは「夕顔会」を結成し今でも俳句の稽古に励んでいます。

道の駅 孫の重さの西瓜かふ

蟪蛄の役者の如く見得を切り

園児らの挨拶受けて案山子かな

これからも老いに負けぬよう更に励んでいきたいと思えます。

季節詠む俳句に脳は汗をかき

「出合いは大切に」

三十三期 佐藤 善行

私は、これまでに仕事や地域活動で多くの人と出合い、その方達に親切にしていたきました。多くの人々に支えられ、励まされ、助けられて今日の自分があると思っています。

特に子供と接することが笑顔になる原点と思っています。当時を振り返ってみると、電話があれば電話対応はせず必要に応じて直接訪問しての対応、地域の行事には非番でも、休みの日でも参加して、地域の皆さんと共に笑顔で接しながら活動に取り組んできたからだと思います。その結果だと思えますが、ある日「佐藤さんは去年より顔が穏やかになったね。」と言われました。近くにいた人も同じことを言ってくれました。時々自分の顔を鏡に映して笑顔にするようにしているだけです。前職中に目が怖いと言われたことがありました。退職後はそう言われないようにと「前職を言わなかったこと、何となく気の合わない人にも穏やかに接すること。」に気を使うぐらいで、これと言ったことはしていません。誰にでも笑顔で接しようと座右の名「清神茗一盃」の気持ちを心掛けてきただけです。

この言葉が基本になり

- 一、笑う顔に矢立たず
- 二、情けは人の為ならず
- 三、身を捨ててこそ浮かぶ瀬もあれ

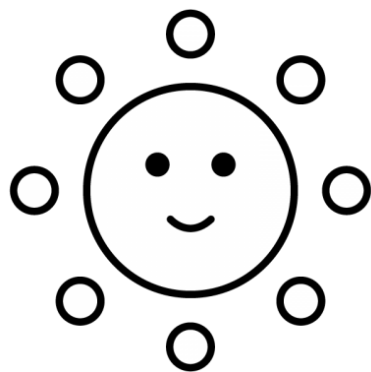
四、雨垂れ石を穿つ

五、実るほど頭の下がる稲穂かな

を大切にしています。その日を笑顔で過ごすことの気持ちが大に立っているものと信じています。現在笑顔で接することが大切な会に参加しています。下野市から委託運営の認知症家族の会（オレンジカフェしもつけ茶屋）の会員として活動しています。参加して一番大切なこと、それは笑顔で接するということを知り実践しています。心構えは

- 一、驚かせない
- 二、急がせない
- 三、自尊心を傷つけない

ことを理解し、冷静に対応することと教えられました。人の出合いは、生まれたときから人生終わりまで続けられます。出合いを大切に、最後までこの気持ちを持ち続けられるよう精進したいと考える日々を過ごしています。



「川柳と俳句」

三十四期 岡本 敏郎

唐沢山 登り歩いて一休み  
暑さをしのぐ冷し蕎麦  
隣席登山者 生ビール



雨上がり 我が家の庭に アマガエル  
腐った廃材 虫の巣  
あわてて消毒 クスリ散布する

干し草に おい誘われ 秋の虫

「六十(?)の手習い」

三十五期 小室 佳子

母の日に息子からプレゼントが届きました。久々のことだったので、ドキドキしながら開封してみると、「ゴルフシューズと手袋」が入っていました。さらに、「これからの人生、父さんとゴルフで楽しんでください。」とのメッセージが添えてありました。

以前に夫から「ゴルフのセンスがない。」と言われたことから、全く目もくれずここまで来てしまっていたのに・・・。「今更ゴルフなんて!」と思いましたが、子どもや孫たちの後押しもあり、「一念発起して七十を前に挑戦してみよう。」と思ったのです。

幸い、家にもミニゴルフ場があるので、手始めに夫に教えてもらいながら、アプローチの練習を開始しました。クラブの握り方から始まり、スイングの基本動作・手や腕の使い方等々。時には打ちっぱなしにも行き、Nさんに教えてもらおうなど本格的に始動しました。

これからは、シヨートコースで練習をして、早くコースに出たいと思っています。トングをクラブに変えて颯爽と歩く姿を皆様にお見せできる日を楽しみに頑張りたいと思います。そしてコースに出られるようになった暁には、是非お手合わせをお願いしたいと思います。

(追伸)

いざ始めてみると、やるなら若い時に始めればよかったと実感しています。年をとると、ひとつのことを習得するのにかなりの時間を要し、また注意されてもそれを中々修正できないもどかしさを感じているのが本音です。

「川柳」

同伴プレー ともに乗り切る 倦怠期

「川柳」

三十五期 新村 喜平

日帰りで行ってみたいな月旅行

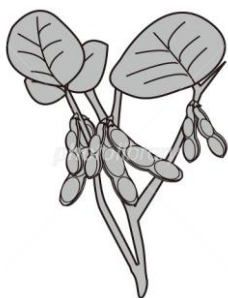
「第四コーナー」

三十五期 村田 憲昭

今年から連絡員の役割を賜った。東日本大震災復興支援のボランティアが一段落した事で気持ちに多少余裕ができたからだ。

震災復興といえ、あれから八年が過ぎ、少子高齢化が急速に進む日本国において、その流れが被災地で、更に、加速化している。若者は被災した会社から被災地以外の会社に転職し、残されたのは仕事をしなくて良い高齢者と云う事になり、年金生活者中心の復興住宅居住者が多い。賃貸復興住宅の家主である市役所は、近い将来の「空き家」に頭を悩ませているとか。

家庭菜園を始めて今年で二十年になる。この時期、お酒の肴には枝豆が定番。自家栽培の枝豆は格別。酒の肴と貯蔵がきくジャガイモなどの根菜類が主な生産品である。五十歳から始めて、十年前には耕運機を買い今も故障無く動いている。耕運機のおかげであと五年ぐらいは続けられそうだ。





魚釣りも大好きな趣味の一つで、溪流、アユ、海釣り、など大変面白く、テントで宿泊のアウトドアは病み付きにもなった。特に、アユと溪流には相当にお金もつぎ込んだ。しかし、ここ三年釣りから遠ざかっている。あんなに好きだったのに、何で行かなくなった？

入れ替わりにテニスとハーモニカが楽しくなり、テニスは週三日で今はこれが一番楽しい。次がハーモニカ演奏も楽しい。特に、老人施設等でのボランティアで拍手を頂いたら「気持ちイイ」となる。

年齢とともに趣味も変わり、このあと、何に興味を惹かれるか？興味を無くすのか？

人生の第四コーナーを回り、ゴールまでの直線を意識しながら少しずつ「終活」しなければと思っている。取り敢えず「お墓をどうするか」の決着が急がれる七一歳の今日この頃。



「特定な人のための性格占い結果の公表」

三十六期 田邊 良男

こう見えても私、占いに関しては、ずばぬけた能力を持っていると自負しています。その能力は、還暦を過ぎたところから一層アツプし、古稀を迎えた今は最高だと思っています。

今回、原稿を頼まれたのを契機に特定な人を対象に（会員名簿から、男女別、氏名、居住地、シルバー大卒業期等で）占ってみた性格占い結果は、次の通りです。読んでみてください。特定な人は、あなたのこともかもしれませんよ。

◎あなたは、他人から好かれたい、称賛されたいと思つていますが、それに関わらず自分自身に批判的傾向があります。

◎あなたは、短所もありますが、普段はそれを克服することが出来ています。

◎あなたには、まだ使われていない、まだ活かさきれていない能力があります。

◎あなたは、規則正しく自制的なように見えますが、時々不安になり、くよくよ心配することがあります。

◎あなたは、正しい判断や正しい行動をしたかどうか、自問することがあります。

◎あなたは、ある程度変化を好み、他からの制約や邪魔をされると不安を抱きます。

◎あなたは、自由な発想を持っていることを誇りに思い、十分な根拠もない他人の主張を聞き入れることはありません。

◎あなたは、他人に対して、オープンになり過ぎるのは賢明ではないことに気付いています。

◎あなたは、条件が整えば外交的で社交的ですが、条件が整わなければ内向的で遠慮がちです。

◎あなたは、現状の生活をほぼ満足に思っていますが、時々不安に思ったりすることがあります。

◎あなたは、他人と比較することは意味が無いと思つていますが、時々比較することがあります。

◎あなたの願望や憧れには、かなり非現実的なものもあります。どうですか？ かなり当たっていませんか？

注：自称占い師になるには、バーナム効果をご利用いただくのが一番かと思えます！

注意：詐欺や悪徳商法では、心理的錯覚を利用してきますよ。



### 「支部活動について」

三十七期 大金 和美

私が支部活動に参加したのは二年前の学校卒業時でした。支部活動参加の動機は、「下野市の同窓会がなぜ三つの支部に分かれているのだろう。」と不思議に思ったからでした。支部活動に参加してみないと分からないと思ひ比較的積極的に参加させていただいたと思つております。二年が経過して今の気持ちを述べたいと思います。

まず分かったことは、

①支部の多くの方は、下野市の三つの支部統合の必要性を感じていないこと。理由としては、南河内支部だけで十分に支部活動ができています。

②支部統合のメリットを大きいとは思っていないこと。支部の方々は色々な趣味や色々なボランティア活動に参加され、他の支部との連携がなくても多くの人々と交流しており、現状で何ら問題ないようです。

③統合に要する労力が大きいと予想されること。三支部ともにそれぞれの歴史があり、支部運営方法も大きく異なるため、三支部を一つにするには相当な労力が必要になるでしょう。

まとめると、必要性もメリットも少ないのに労力は結構なものが予想され、単に「多くの人と皆なで仲良くやろう。」だけでは無理があるということになります。下野市の行政もいまだに「旧南河内」や「旧石橋」などと分かれているのも旧三町が

それぞれの文化を持ち続けているためかも知れません。では、これからどうすれば良いのか。今の考えは、

① ゆったりした協力態勢を築くこと。

② 情報交換を緊密にし、相互サポート態勢を維持すること。

それぞれの支部が出来ることを、無理をしないで協力し合うことに尽きるのではないだろうか。

情報交換とボランティア活動等の相互支援を通じてそれぞれお互いを理解し、三支部それぞれの支部活動が楽しく、かつ楽になればそれで十分なのかもしれません。

最後に三支部が統合できるときはどんな時でしょうか？

① 支部の入会者が少なくなり支部運営が窮屈になった時。

② ブログ、ライン、パソコンメール等を活用して会員全員が同時に情報交換できるようになった時。

のどちらかではないでしょうか。連絡係による書類配布でなく、ボタン一つで情報交換が可能になればかなりの労力低減が期待できます。役員会や担当者会議の負担もかなり軽減でき、距離的な問題、対象人数の増加問題は一挙に解決します。たぶんその時は下野市三支部統合などと言わず、遠く離れた支部どうしが「姉妹支部」となることも可能になるでしょう。



## 「ヨガ」に出会って

三十八期 小椋 巳代子

私は子供のころから運動音痴、特に走るのが苦手。「運動会」の徒競走はビリから数える方でした。もちろん中学、高校の部活動は文化部、運動部に所属することはありませんでした。結婚して夫の方は運動大好き、四十代半ばで夫の勧めにより水泳を習い一応泳げるように。五十歳から近所にあるスポーツクラブに入会、体を動かすことに目覚めました。

前置きが長くなりましたが、そこで「ヨガ」を習うことに。初めにマットに座り胡坐の姿勢で手を合せ、外に向いていた気持ちを内面に、自分と向き合うことで無我の心境になります。身体のほぐしから始まり足指廻し、関節のこわばり、足裏のツボ押し等で身体全体を柔らかくしてから様々なポーズにチャレンジします。インストラクター曰く「ヨガは周りの人と競争するものではなく、自身が出来ることで行ってください。」と、五十代に始めた時と現在七十代との柔軟性は違ってきています。

スポーツクラブでは週に四〜五回、曜日を変えて「ヨガ」のプログラムを組んでいます。担当のインストラクターにより多少内容は変わりますが、中高年に人気のカリキュラムを組んだタイムテーブルに参加者が多いようです。近年生活習慣病のため、食事の他に運動が必須と叫ばれ、テレビ番組でも運動療法が紹介されていますが、「ヨガ」は筋肉増強、身体の柔軟性を

維持し、加えて精神統一でメンタル面での訓練にもなります。  
あるインストラクターの締めは、合掌の後に必ず唱える言葉  
があります。「どうぞこの穏やかな気持ちを家迄お持ち帰りく  
ださい。」と、私にとって明日への前向きな気持ちにさせるひ  
とときです。



「二年間の学生生活を終えて」

三十九期 蓬田 優

この随想文が編集される頃には、卒業式が終わり、一区切り  
がついているときかと思えます。そこで、二年間の学生生活を  
振り返り思うことは、朝礼の時校歌を歌うことから一日が始ま  
ります。校歌に「豊かな心を身につけて、徳を磨きて、明日を  
目指して、地域育み進みゆく」の歌詞がありますが、歌うたび  
に目標をもって前向きに頑張れと励まされているような思い  
でした。というのも、入学するに際しては、何かの思いがあっ  
て決めたわけではなく、ただ漠然とした気持ちで入学したから  
です。

入学一年目は、一日一日が目まぐるしく過ぎてゆき、余裕の  
ない毎日で、学びの内容も広範囲に亘り休眠中の脳細胞を、フ  
ルに回転しても追いつかない状況ながらも、学校の座席に座る  
と新鮮なものを感じたものでした。

その当時の二年生を見ると、仲間意識が強くまとまりがあり  
演芸会での発表内容など一年違いでなぜ、あのように素晴らし  
い演技ができるのかと感心していました。そうこうしているう  
ちに、学科選択の時期を迎え、私は迷うことなく福祉学科を選  
択しました。福祉学科は人気がないとのことで、誰でも希望す  
れば入れると言われていました。自分の中には、シルバー大学  
Ⅱ福祉といったイメージがあったせいも第一希望でした。

二年次の当初は、あらゆる面にぎこちなさを感じながらも、  
徐々に仲間意識も強くなりレク大会や演芸会、グループ活動な  
どを通し絆も深まり、素晴らしく充実した一年間だったと実感  
しています。たかが二年、されど二年、まさに走馬灯のように  
過ぎ去った感があります。この貴重な仲間との絆を大切に、地  
域社会のため微力ながらも、出来る範囲で自身も楽しみながら  
社会貢献（大げさか？）につながればと思っています。



「シルバー大学校の仲間達」

四十期 熊倉 久子

不安を抱えながら入学して早一年を迎えます。あつという間に一年がたち、自分を振り返る暇もなく、走馬灯のように、あれよこれよって感じがします。

ここでゆっくり思い出してみることにはします。名前と顔が一致せずに、名札が頼りであるわが班は十一名でスタートしました。二年間でどんな風に接しているのか、また、授業はどんな事をするのか、興味深く始めて聞く言葉、自分なりにメモをして、忘れてはメモを見て思い出したり、苦笑いの自分にビツクリです。

月日が経つ内に仲間の気持ちも少しずつ解け合い、自然に笑顔が出るようになり、お弁当の時は、ワイワイとおしゃべりをして花が咲き、お菓子をもらったり、漬け物を分けてもらったり、皆でほおばり楽しいひと時です。

部活動も沢山あるのでびつくりです。昔を思い出して童心に帰りワクワクです。先生、諸先輩達のやさしい思いやりのある暖かい指導のもとに楽しく現在にはよさこいクラブに入部して頑張っています。部員は四十期十七名で結成され、夏の体育館は暑くて、でもみんな一生懸命に汗を拭き、楽しく笑顔で踊っています。そんな姿に元気をもらい、仲間達に助けられて身体を動かす事は本当にすばらしいと心から思います。

残りの一年間でいろいろチャレンジしたいと時間を調整し

て続けていきたいものです。



《編集後記》

今年もシルバー大学校南河内支部だよりをお届けすることができました。令和の時代になって始めての支部だよりになります。「令和」には、「人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ。」という言葉がこめられているそうです。私たちも南河内支部の一員として心を寄せ合い、明るく楽しい活動を通じて文化を築いて行こうと思います。

最後に、支部だより発行にあたり多くの方々が投稿してくださいました。お忙しい所ご協力していただいた皆様に心より御礼申し上げます。本当にありがとうございます。