

# 支 部 だ より

## おしゃべりサロンで吹き矢体験

### 中心付近に刺されれば爽快

#### 高石ブロック

9月13日高石市立東コミニティセンターで、高石ブロック9月のおしゃべりサロンとして、高石東支部の担当で吹き矢体験をしました。

10人が参加。世話人の橋本廣美さんの指導で5～6メートル離れた的に1メートルのパイプから矢を吹き出します。矢が的の周囲のボーダーにも刺さらずに床に落ちたりしますが、慣れて

くるとそれなりに…。

3、1と同心円で配点されていて、黒い小丸と周囲の白の7点ゾーンに刺されれば

歓声が上がります。1メートルのパイプを水平に保つことや、呼吸を整えることが大切のようです。的の高さを調節できれば、と感じました。

深呼吸をして息を吐き切って、思い切り吸って、勢いよく一気に吐くこと。一礼から始まって一礼に終わるまでもっと落ち着いてキチンとやれば、と反省しき



呼吸を整えて一気に



医師・看護師の説明は好評です

7・8月はお休みしていた健康チェックを、9月17日、大阪信用金庫堺湊支店前の敷地内をお借りして、行いました。

2カ月間も空けての再開なので、人が来るのが心配なため、参加者は、「研修医の測定を受けられました。

(事務局)



「六甲おろし」で会場は1つに



落語に大爆笑  
（大仙西支部 磯田 実）

先生が時間をかけて丁寧に説明してくれたので良かつた」と好評でした。

9月12日の午後、みみはらホールで「平和と敬老のつどい」を開催し、140人を超える参加で熱氣いっぱいの集いとなりました。

「車椅子で参加することを迷っていた妻が、久しぶりに笑顔になりました」

「夫も誘つてよかったです。夫婦での参加、家族そろっての参加が目立ちました。今年は、東西支部、みなと支部のみなさんにも参加いただ

きました。

平和の企画では、地域の多彩な企画となりました。最後は「西栄寺バンド」の登場です。みんなも知っている曲を熱唱。最後の「六甲おろし」では、踊りだす人もあり会場が一体となりました。

私は町内も高齢化して一人暮らしのお年寄りが増えているなか、「お元気ですか?訪問」を推進されていているという記事を読み、とても良い事だとうれしく思いました。応援しています!

## 「笑顔になりました」

#### 大仙西支部

吉田 律子（62歳）  
ややこしい

10月から消費税率が上がりました。細かく救済策があるようですが…ややこしくて…わからなくて…情けないです。

中区深井北町 川野 明希斗（12歳）  
ちょうど良いむずかしさで、おもしろかったです。

岸和田市 宮本 真砂（78歳）  
我が家の中庭で、プラン

ターの白い彼岸花が群れて咲いています。赤い花と並んで植え、紅白にしようかな?

長尾 加代



池田 一郎

東区北野田 高田 英子（82歳）

とても身近に

守口市に住む仲良しか

ら「娘のお義母さんのお

見舞いで耳原病院に行つ

たよ」て!ふた昔も会え

てない友達がとても身近

に感じられました。

うれしいことです

岸和田市 白い彼岸花

宮本 真砂（78歳）

我が家の庭で、プラン

ターの白い彼岸花が群れ

て咲いています。赤い花

と並べて植え、紅白にし

ようかな?

岸和田市 宮本 真砂（78歳）

我が家の中庭で、プラン

ターの白い彼岸花が群れ

て咲いています。赤い花

と並べて植え、紅白にし

ようかな?

岸和田市 宮本 真砂（78歳）