

# やすらぎ

編集・発行  
 〒540-0011 大阪市中央区農人橋 1-4-20  
 南大江会館 (老人いこいの家)  
 南大江地域活動協議会  
 南大江地域ネットワーク委員会  
 責任者 伊藤 弘一郎  
 題字 中央区長 柏木 陸 照

南大江地域活動協議会 だより 第45号 2015年6月号



## 六甲高山植物園へ レッツゴー!

第3回

## 南大江健康ウォーク

平成27年5月9日(土)に、第3回南大江健康ウォークが開催されました。

当日は、曇り空のなか健康ウォークの参加者は総勢82名が南大江会館前に集合しました。早朝にもかかわらず柏木中央区長のお見送りを受けて2台のバスに分乗し出発致しました。

今回の目的地は神戸「六甲高山植物園」で参加者を2つのグループに分かれて頂き、現地のガイドによる珍しい高山植物の説明を受けながら散策しました。

三田市で昼食をとり、その後、今回初の試みで工場見学を取り入れました。その工場は「キリンビール神戸工場」です。キリンビール神戸工場では、ビールの出来る工程を詳しく学ぶ事が出来、大変勉強になりました。工場見学の最後には神戸工場で作られているビールなどの試飲があり、皆様には有意義な時間となりました。

そして集合時間となり帰路につき、全員が無事に南大江会館まで帰ってきました。



## ☆ふれあい食事会☆ やすらぎ編集委員会

編集委員 杉下 茅沙子

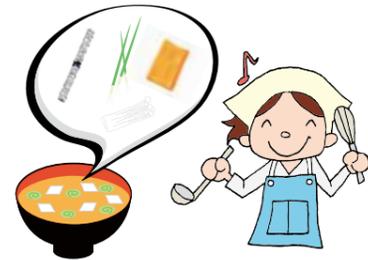
### おいしい味噌汁のポイントは?

毎月第2火曜日のお昼は南大江校下の65歳以上の方々のお楽しみひとときです。

ご近所同士、又は昔からの仲間同士でそれぞれの定位置に座って、楽しいおしゃべりに花が咲きます。一ヶ月ぶりの四方山話や、お弁当のおかずの品々から、日頃独居の方とか、老夫婦だけの生活の中では味わえない数々の食材にまで話は広がり活き活きとした雰囲気になります。

始まりは平成9年4月。早朝から台所に入って用意をしてくださるボランティアの方は最初4、5人でしたが、今も続いております。新しく参加されています。最高齢者の松岡さんは94歳。新しく参加された若手の森口さんまで、平均年齢85.25歳の6人の方々が毎月約50人分のお味噌汁を作ってくださいているのです。

特に男性の方々にご好評の定番のお味噌汁は、18年前の最初から味も具材も変わりません。あげ、えの木、素麺(バザーで買ったのが始まりとか)ねぎ。以前は法円坂団地の方数人でタクシーに相乗りしておいでになっていたこともありましたが、遠いということも吉田さんが発起人となって、4年前から団地の中で南大江会館と同じお弁当その他を調達して20名くらいの集まりを持ってもらえます。



ふれあい食事会の様子



アッ!。おいしさの秘密は、保健福祉センターのご指導で栄養価を考えてスキムミルクをスプーン一杯入れることだそうです。いいえ!おいしさの秘密の一番は、いつも元気で和気あいあいと心を込めて作ってくださるボランティアさん達の奉仕の精神の賜物だと思います。

そして帰りに「おいしかったよ」と声をかけてくださることが、又、翌月の活動の源になっているのだと思います。

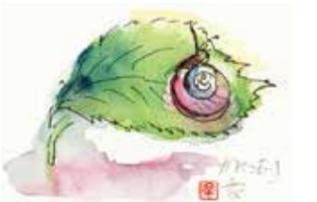
ボランティアの皆様  
 沖・松岡  
 森口・後藤  
 吉田・月泉  
 氏家・道竹  
 (敬称略)

♪ 第19回 和楽の会 ♪

地域の皆さまに愛され楽しみにしています  
 「和楽の会」開催致します。  
 今年で第19回目となります。楽しい催しもありますので皆さまお気軽にご参加下さい。

日時: 2015年8月28日(金)  
 時間: 17:00~  
 場所: 国民会館12F  
 会費: 3,500円

問合せ・申込先: 各町会長様もしくは南大江会館  
 ☎06-6942-1678



Y.F

編集後記 健康ウォークは、皆さん楽しく散策しておられ、工場見学も勉強になりました。来年もお楽しみにして下さい。大ニュースです!! 9月の防災訓練は5連合の合同での、防災訓練となりますので皆様の参加・ご協力をお願いします。(T.K)

