

きんけいえん  
**キタバ錦溪苑だより** 令和3年2月2日発行  
**第94号**

「市立福祉センター」は社会福祉協議会(指定管理者)が管理運営しています。



河内長野市と株式会社せいき(キタバ薬局他運営)が  
 ネーミングライツ(愛称等の命名権)契約を締結しました。

昨年4月よりネーミングライツを開始し、愛称が「錦溪苑」から「**キタバ**錦溪苑」になりました。

**ビーズ教室開催します!**

アクセサリーを手作りしましょう!

前回、中止になりました  
 ビーズ教室を開催します。  
 手作りのアクセサリーを  
 作りましょう!!



令和3年3月25日(木)

午後1時~午後3時

場所:1階 サークル活動室2

定員:10名(申込多数の場合抽選)

※詳細は2ページ目を参照

**健康運動教室  
 受講者募集!**

「自分の体を知り、健康に過ごすには」

理学療法士によるストレッチ体操です。

令和3年4月15日~9月30日の

木曜日、月3回程度

午前10時~午前11時半

場所:1階 訓練室

定員:10名

(定員を超えた場合は抽選 未経験者を優先)



**お知らせ**

新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況及び大阪府の方針を受け、1月14日(木)から2月7日(日)迄、臨時休館となっています。今後、変更となる場合もありますので、詳しくはお問合わせください。皆様のご理解ご協力をお願いいたします。※2/8(月)は休館日です。

2月休館日

1 8 11 15 22 23  
 日 日 日 日 日 日  
 (月) (月) (木) (月) (月) (火)  
 祝 祝

行事予定

- 9日(火) 貸室抽選会(令和3年3・4月分)  
 ※状況により変更になる場合があります。
- 10日(水) 福祉なんでも相談
- 12日(金) 血圧測定
- 26日(金) 血圧測定

3月休館日

1 8 15 20 22 29  
 日 日 日 日 日 日  
 (月) (月) (月) (土) (月) (月)  
 祝

行事予定

- 2日(火) 貸室抽選会(令和3年5月分)
- 10日(水) 福祉なんでも相談
- 12日(金) 血圧測定
- 25日(木) ビーズ教室
- 26日(金) 血圧測定

## ビーズ教室受講者募集



- 日時 3月25日(木)  
午後1時～午後3時  
(出来上がり次第終了)
- 場所 1階 サークル活動室2
- 定員 10名 (申込多数の場合は抽選)
- 対象 福祉センター利用資格を有する方
- 参加費 無料  
(但し、材料費として600円程度必要)

- 申込み 令和3年3月9日(火)～3月18日(木)  
<3/15 休館日>までに利用証(利用証の無い方は運転免許証、保険証等)を持って、キタバ錦溪苑受付まで。往復ハガキでも申込み可(詳細は4P参照)  
※電話受付不可  
※なお、新型コロナウイルスの感染状況によっては中止する事もあります。

## 健康運動教室受講者募集



- 日時 4月15日～9月30日の木曜日  
、月3回程度  
(4/29、7/22、9/23を除く)  
午前10時～午前11時半
- 場所 1階 訓練室
- 定員 10名程度 (定員を超えた場合は抽選 未経験者を優先)  
※なお、新型コロナウイルスの感染状況により定員が変更される場合があります。

- 内容 ストレッチ体操とレクリエーション  
講師 理学療法士 神谷 佳明
- 対象 市内在住の60歳以上の方
- 参加費 無料
- 申込み 3月23日(火)～3月30日(火)  
<3/29 休館日>までに利用証(利用証の無い方は運転免許証、保険証等)を持って、キタバ錦溪苑受付まで。  
往復ハガキでも申込み可  
(詳細は4P参照) ※電話受付不可

### ①「新型コロナウイルス」

### 「老人へのメッセージ」(第七十五回)

—T・H爺のメモ帳より—

「老人になるということは、生きるという困難に立ち向かい続けることにほかならない」

今、私たち老人は生きる困難すなわち重症化リスクの高い「新型コロナウイルス」の感染におびえている。

この危険から自分自身を守るための努力や工夫が必要です。

毎日、思考を選択し、感情を選択し、最適な行動を選択する。当然、生活のリズムや日々の習慣が変化する。行動範囲が狭くなる。自己防衛が大切です。

「人間は自由であり、常に自分自身の選択によって行動すべきである。」

この世に存することの命題は、ひた

すら生き抜くことのみであって  
決してほかの何かではない」

(サルトル・哲学者)

## ② 「豊かな生活と貧しい人生」

\*R・コッチ(コンサルタント)

食生活は豊かになり

長生きできるようになり

病気は治り

旅行は手軽にでき

生活の利便性は向上した。

生きていくのに困らない。

人間というものは

恵まれていなければ悩み

恵まれていればいたで退屈する。

老人は何が一番むなしいかと言え

退屈である。

時間が大量にあっても

すべきことがない孤独の状態

無為徒食の日々

これほど恐ろしいものはない。



老後の残された人生において

最優先しなければならぬことは

すべきこと できることは

何でもすることだ。

自分が満足し 幸せを感じ

楽しめることをするための

十分な時間をとることだ。

特に 好奇心を持つこと

知的活動を楽しむことだ。



## 歴史の散歩道

### 紀州道九重越えを往く(8)

加賀田

河内長野市郷土研究会

会長 椋本 進

街道は、国道371号線バイパス高架下付  
近から加賀田川沿いに加賀田村を縦貫、南  
下する。すこし道草余談、加賀田(かがた)  
という地名について興味深い論考がある。

民俗学者 柳田國男著「地名の研究」(昭

和10年刊行)のなかで、コ(カ)ウゲ、カ

ガ、カヌカと呼ばれる地名として、南河内

郡加賀田村大字加賀田がとりあげられて

いる。要約すると、「水乏しき草地」の意

であると考証されている。つまり「水の確

保」がこの地での人の営みの鍵となる。

西に南花台、東に青葉台の丘陵に挟まれ

た加賀田谷の開発は「井路」の施工によつ

てもたらされた。現在、加賀田川西側には

「神納溝」「西の溝」「庄代井路」「西浦水

路」があり、東側には「神納木溝」「荒溝」

「大道溝」等の井路が管理運営されている。

それらをたどるとト

ンネルや築堤の工夫、

またサイフォンの原

理を利用した水路等

確認できる。これら加

賀田谷の水利施設は、これからも産業遺産

として永く保全され、河内長野の歴史的景

観のひとつとして「加賀田の水利施設」に

注目したい。



西の溝の上げ口

# 脳トレーニング

## 間違い探し！ チャレンジしてみましょう！



問) 今日は節分です。鬼と一緒に恵方巻きを食べています。  
右の上下の絵の中から間違いを探しましょう。間違いは10個あります。  
10個みつけれられますか？



### 93号解答

黒字 ⇔ 赤字 夏至 ⇔ 冬至  
意識 ⇔ 直訳 安産 ⇔ 難産  
楽観 ⇔ 悲観 悪徳 ⇔ 美德

運 観 幸 産 至 字

解答 幸運



河内長野市立 福祉センター「キタバ 錦溪苑」  
(住所) 大師町26-1  
(TEL) 65-0123  
(FAX) 65-0124  
(発行日) 令和3年2月2日  
(発行) 社会福祉法人 河内長野市社会福祉協議会  
(ホームページ) <http://business4.pala.or.jp/kinken/>

次号発行は令和3年4月1日(木)です。

往信	586-0041 河内長野市立 福祉センター「キタバ 錦溪苑」 【希望の講座(教室)名]を記入してください	(返信用の裏面) ※この面は白紙で
----	--	----------------------

返信	586-0000 河内長野市 ○○○○○様 (申込者氏名)を記入してください	(往信用の裏面) (1) 希望講座(教室)名 (2) 利用証番号 (3) 住所 (4) 氏名 (5) 電話番号 (自宅・携帯)
----	---	--

- ・往復ハガキ1枚につき、申込者1名・1講座のみの申込みになります。複数の講座(教室)に申し込む事は出来ません。
- ・各講座(教室)の申込み締切日に間に合うように投函して下さい。締切日以前に到着した「ハガキ」及び締切日以降に到着した「ハガキ」については全て無効扱いとさせていただきます。
- ・利用証の無い方は運転免許証・保険証等を持って利用証の発行後の申込みになります。
- ・その他不明な点はお尋ねください。

### ☆往復ハガキ申し込み方法☆