



大阪活性化推進総研 ニュース

2017年1月1日
第12号

明けましておめでとうございます。 本年もODIをよろしくお願い申し上げます。

大阪活性化推進総研は発足以来、「大阪を元気にする」という大目標のもと、教育支援や中高年の健康増進・生きがいづくりなどを目的とした種々の事業に取り組んで参りました。昨年15年目を迎え、川又肇新理事長のもとに体制を一新、これまでの実績の上に、女性や若年層などより幅広い層に目を向けた新たな事業展開を目指します。

そのため理事会一同、一丸となって努力して参りますが、より新たな発想で活動を展開していくには、会員の皆さま方からの積極的なご提案や、新会員の獲得が必須と考えます。

どうか現会員の皆さまには引き続き当NPO活動への熱いご支援を賜りますとともに、会員拡張にも何とぞご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



健康長寿をテーマに講演会、癒しのコンサートを開催

ODI恒例の「講演&癒しのコンサート」が10月15日（土）、大阪市北区の中央電気倶楽部大ホールで開催されました。

第1部では「超高齢社会を健康長寿でいきいきと暮らすには」と題し、神出計・大阪大学大学院医学系研究科教授が講演。65歳以上の高齢人口が30%に迫る超高齢社会を迎え、医療・介護費用の増大を抑えながら充実した社会保障制度を維持していくためには、健康で長生きする「健康寿命」を伸ばすことが大切と強調されました。そのために必要なのは適切な「運動」と、バランスの取れた「栄養・食生活」に加え、楽しめる仕事や役割を持つ、近隣や友達などの付き合いを大切にする、多様な興味を持つなどの「社会参加」の三本柱と言い、データや図表を使ってわかりやすく解説されました。

約200人の参加者の大半は「高齢人口」に分類されるとみられる人たち。参考になる内容に深くうなずいたり、熱心にメモを取る姿も多く見られました。

第2部「癒しのコンサート」では、ヴァイオリニストの西村恵一さんとピアニストの大淵雅子さんの演奏で、参加者らはドヴォルザークの「ユーモレスク」やマスネの「タイス瞑想曲」など、なじみのある名曲の数々に心地よく耳を傾けました。



秋のウォーキングが好評のうちに終了しました



第1回「平城宮跡北方を歩くー佐紀盾列古墳群から秋篠寺へ」(約8km) 参加31人

実施日 : 10月11日(火)

コース : 近鉄新大宮駅ー佐紀盾列古墳群(ウツナベ古墳等ー平城宮跡北端ー成務天皇陵等)
ー山陵八幡神社・神功皇后陵(昼食)ー秋篠寺(500円OR 450円)ー大和西大寺駅

第2回「祈りのまち・住吉とレトロモダンのまち・帝塚山を往く」(約6km) 参加33人

実施日 : 10月24日(月)

コース : 住吉公園(源氏物語/芭蕉 記念碑)ー反橋一手水舎、住吉鳥居ー川端康成文学碑ー住吉大社(本宮、
住吉御文庫)ー神宮寺跡ー大海神社ー五所御前ー石舞台ー(昼食)住吉大社駅前ー浅沢社ー藤澤桓夫
顕彰碑ー牀菜庵ー摂津酒造跡ー万代池・女子大跡ー庄野潤三邸ー竹鶴政孝邸跡ー帝塚山学院ー帝塚山古墳

第3回「真田昌幸・幸村の閑居跡と空海ゆかりの世界遺産をめぐる」(約5km) 参加36人

実施日 : 11月11日(金)

コース : 九度山駅ー真田の道ー真田古墳ー真田庵ー真田ミュージアムー道の駅「柿の郷くどやま」(昼食)
ー世界遺産 慈尊院&丹生官省符神社ー道の駅「柿の郷くどやま」(休憩・買い物)ー九度山駅

第4回「紅葉の勝尾寺から箕面大滝へ」(約8km) 参加24人

実施日 : 11月29日(火)

コース : 千里中央ー(バス)ー勝尾寺ー(自然研究路5号線・4号線経由)ー政ノ茶屋園地・箕面ビクター
センター(昼食)ー箕面大滝ー瀧安寺ー阪急箕面駅

九度山レポート

畑 佳 幸

天気予報では降水確率90%だった。昼食のそばを予約してあるのでキャンセルもできないし……中止の連絡はないかなあ。

ところが朝、空を見上げると晴れているではないか。7時半、ザックからカップを放り出し勇んで家を出た。南海難波駅で電車とミュージアムのセット割引切符を買って電車に乗り込む。

10時過ぎ九度山駅で約40名が集合。ガイドの方の案内で2班に分かれ、真田の道を行く。

弘法大師が母公と対面したとされる”対面石”を見た後、予定になかった旧萱野家を訪れる。ここは大石順教尼の記念館館となっている。17歳で両腕を失い、その後苦難の道を経たのち身体障がい者自立教育に尽くしたという。中には書画など作品が展示してある。次いで”真田の抜け穴”を経て真田庵を見学。真田昌幸・幸村が蟄居した草庵跡に建つ寺院で昌幸の墓がある。建物は堂々たる城郭風で門は六文銭付きとなっている。

昼食は”そば処 幸村庵”でそばを食べた。そばを食べないグループは道の駅”柿の郷くどやま”で食事。休憩ののち再集合して慈尊院に向かう。慈尊院は高野山の表玄関として創建されたそうで、空海は善通寺より訪ねて来た母公と月に九度ここで面会したのが九度山の名前の由来とか。世界遺産に登録されている。ここは高野山参詣のための町石道の起点であり、山上まで一町ごとに180の町石が立っている。帰路は古い町並みをたどりながら九度山駅まで歩いた。

九度山は若いとき訪れたはずだが記憶が定かでない。当時、観光客は高野山に直行し、もの好きかマニアしか来ないところだったと思うが、今ではすっかり観光地だ。駐車場には平日なのに大型バスが何台も来ていた。

ともあれ 天気に恵まれ、語り部さんの軽妙でフレンドリーな語り口に導かれ、さらに幹事さんの周到な準備と案内のおかげで楽しいハイキングであった。(写真は昌幸・幸村の屋敷跡に建つ真田庵)



お知らせ

昨年大好評だった「朝から笑って! Odi 土曜元気寄席」を天満天神繁昌亭で、2月18日(土)10時から開催します(9時30分開場)。出演は笑福亭純瓶、笑福亭べ瓶、桂二葉。入場料は一般1500円のところが1000円に。天満宮では盆梅展も開催中。ふるってご参加下さい。

堺市の小・中学校におけるキャリア教育について



ODI が堺市の小中学校で実施しているキャリア教育（先生の出前授業）は、平成 15・16 年の 2 年にわたり文部科学省が実施した「NPO 等と学校教育の連携の在り方についての実践研究事業」に、堺市教育委員会が ODI と連携してこのプロジェクトを実施推進したのが始まりです。

本プロジェクトの目的は、「激しい変化が予想されるこれからの社会を生き抜いていく子供たちに、個性を発揮し、主体的、創造的に未来を切り開いていく“生きる力”を育む」ことにあります。

そのために、様々な分野の企業人、大学の研究者、弁護士、TV スポーツアナウンサー、新聞記者、獣医師、医療関係者、国際支援従事者、CA、音楽家など多彩な講師陣を擁する ODI に連携先として白羽の矢が当たったわけです。これまで、私自身も「日本の国際支援を考える」というテーマで授業を受け持ったほか、多くの講師の方々の授業に同行してきましたが、講師の方々は、子供たちの興味を引き、自からの思いを伝えるために、映像や音声、更には様々な小道具まで用意した授業を工夫され、素晴らしい授業をされています。

授業に対する子供たちの反応は極めて素直で、素晴らしい授業には目を輝かせて聞き入り、授業が終わるとワッと講師を取り囲み、質問攻めにするなど感動的な光景を度々目にしてきました。キャリア教育は「生徒一人一人の勤労観、職業観を育てる教育」とされています。授業成否のポイントは、講師のエキスパートが語る自らの職業、それを選んだきっかけ・動機に子供たちの感動ある共感を如何に得るかにあると感じました。

今後とも ODI のキャリア教育が様々な分野のエキスパートの新たな参加を得て、更なる進化、発展を遂げることを期待しています。（前理事長・神田三嗣）

Od i 俳句・川柳コーナー

作品募集中

頭の体操やボケ防止になるとかで、最近、俳句や川柳を始める方が増えています。本 ODI ニュースでも今号から俳句・川柳」の欄を設けることになりました。

取りあえず第一回目は俳句結社『花苑』（岸和田市）および『岸和田川柳』のご協力をいただき、各 6 句をご紹介しますが、次号からは会員の皆様の作品を掲載したいと考えています。

五・七・五」の短い言葉に季節ごとのいろいろな思いや、世相、人情への感慨などを込め、楽しみつつ一句にまとめてみましょう。お名前は俳号や仮名でも掲載できますので、恥ずかしがらずに気軽にどしどしお寄せ下さい。お待ちしております。

俳句

秋惜しむ日本最古のラジオ塔

身に入じむや最晩年の芭蕉の句

御田いま赤毛の案山子混じり並む

本宮へ地を這うやうに冬の蝶

初辰ののぼりかき分け冬に入る

松鶴の巫女の簪（かんざし）秋の蝶

（『花苑』住吉大社吟行句より）

川柳

イケメンにときめく内は元気です

ヘルパーさん来る日は湧いてくる元気

十指でも足りぬ亭主のいい所

攻めている時には見えぬ人の情

渋ってはならぬ難民への支援

非常用リュックに出番望まない

（『岸和田川柳会』十一月句会作品より）

明美

義泰

慶子

とも子

清子

れい子

ひろ子

みつ江

和美

大輔

隆昭

ふさえ

Dr.内藤の医療相談

睡眠時無呼吸症候群

「主人が眠ると大きなイビキをかき、時々、息がとまり、暫くすると大きなイビキが始まる。息が止まるとこのまま死んでしまうのではないかと心配になります。大丈夫でしょうか」という相談をしばしばうけます。

1 時間に 15 回以上繰り返される場合、通常、睡眠時無呼吸症候群と言われます。イビキをかく人によく認められます。このような場合、息が止まったままになることは稀です。これは何が問題かという、息が止まる時間が長かったり、回数が多いとその間の血液中の酸素の濃度が異常に低下することになり脳や心臓の酸素不足がおこり、脳や心臓の病気につながります。

また、日中に過度の眠気が起こり、交通事故を起したり、仕事や社会活動に支障をきたすこともあります。この病気の場合、治療法がありますので、呼吸器内科の先生に相談されることをお勧めします。（和歌山県立医科大学名誉教授・当NPO理事：内藤泰顕）

当NPO理事の内藤泰顕医師による健康相談コーナーです。身近な健康や医療の問題で相談されたい方は、お手紙かメール（npo-odi@nifty.com）で気軽にご相談ください。



第8回Odiゴルフを楽しむ会

12月7日、快晴で無風のうらかな初冬の1日、第1回以来最多の総勢13名でゴルフを楽しみました。コースの茨木国際ゴルフ倶楽部は2年がかりの改装工事を終え、眺望抜群のクラブハウスもまだ緑濃いフェアウェイも極めて快適でした。

メンバーの内訳は13人中会員6名、会の行事にいつも参加して下さるサポーターの方々7名で終始なごやか且つ賑やかに過ごしました。

6月には第9回を開催する予定です。皆様のご参加をお待ちしています。（事務局・平岡）

USJを楽しむ会

12月6日早朝、USJの地球儀前に参集した幹事2名を含む11名。70歳代には見えない軽やかさで、まずはハリー・ポッターのエリアに一番乗り。ジョーズなどハードなアトラクションを経験し、昼食は映画『アメリカン・グラフィティ』のレストラン「メルズドライブイン」でハンバーガーを頬張る。

『スター誕生』の舞台になったパンテージ・シアターでショーを堪能した後は『ゴッドファーザー』で使われた『ルイズ・イタリアン・レストラン』でホットチョコレートを飲み、世界最大のクリスマスツリーの点灯式にビックリ。9つのアトラクションと2軒のレストランを体験したツアーメンバーは大満足で家路につきました。（出雲）



NPO 大阪活性化推進総研（ODI）

〒530-0005

大阪市北区中之島4-2-28、甲南アセット中之島ビル

TEL 070-5043-2507

E-mail npo-odi@nifty.com

URL <http://npo-odi-page.la.coocan.jp/>

☆☆☆編集後記☆☆☆

情報満載の新年号となりました。世界が大きく変わろうとしている時代、ODIも変わらねばなりません。このニュースも皆様と一緒に作り上げていきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。健康相談や俳句・川柳など、皆さまの投稿をお待ちしています（吉井）