



大阪活性化推進総研 ニュース

2019年10月1日
第23号

水上バスからの眺め楽しみつつ歓談 第2回交流ランチ会を開催しました

昨年は11月に大阪城公園を眼下に見るホテル・レストランで開催、好評だった交流ランチ会を、今年9月18日、大阪水上バス「ひまわり」号で開催しました。

午前11時40分、参加者32名は八軒家浜港から乗船。着席定員60人のところ、貸し切りのためテーブル席はゆったりと座れ、大きな窓から、ビルの谷間にのぞく大阪城天守閣や造幣局、桜の宮公園、大阪アメニティパークなどを見物しながら、彩り満載の「大阪クルーズ弁当」を楽しみました。



連日30度を超えていた暑さも一段落、やや曇り空のしのぎやすい天候で、展望デッキでの眺望も快適でした。橋桁すれすれに天満橋、川崎橋、桜の宮橋（通称銀橋）、源八橋、都島橋と数ある橋をくぐって大川（旧・淀川）をさかのぼり、淀川との水位を調節する「毛馬の閘門（けまのこうもん）」を間近に見るところで船はしばし停止し、乗組員さんが閘門の説明をして下さいました。

旧・淀川の氾濫を防ぐために明治期に掘削された初代の閘門、現在の出水、入水の二つの門、計三つの閘門が二つの川の堰となっている景色は壮観。帰路は八軒家浜、天神橋を通り過ぎて、堂島川と土佐堀川を分ける中之島を水上から眺める珍しい景色も楽しみ、13時30分八軒家浜港に無事帰着しました。



（デッキから毛馬の閘門を見学）



交流ランチ会「大阪水上バスひまわり」に参加して

朝からうす曇りで天候が気になったが、乗船の頃にはすっかり晴れてよかった。

明治時代に淀川を往来した川蒸気船をモチーフに造られたという紺色のシックな船に乗ると、各テーブルにはひまわり特製のお弁当が用意され、美味しくいただきながらの遊覧に。

中之島近くに長く勤めていたので船から見る久しぶりの街の風景はとても懐かしく、幾つもの橋をくぐり、中央公会堂、造幣局、大阪城等々、一気にタイムスリップしたような感慨を覚えた。

デッキでは、淀川と大川の分岐点にある毛馬閘門を間近に見ながら、水位調節の仕組みについて説明を聞き、水都大阪を実感できた。景色に見とれているうちに90分間はあっという間に過ぎ、八軒家浜船着場に到着。また桜の季節にも来てみたいね！と話しながら帰路に着いた。

（高槻市・正野重治）

アンケートより

（回収数 25）

（自由意見）

- ・初めての水上バスで見る大阪、とても満足でした（70歳代女性）
- ・「毛馬の閘門」まで船をやってくれてひとしお感動が大きかったです（70歳代女性）
- ・見慣れた風景を違った角度から見る事ができた（70歳代女性）
- ・同じテーブルで自然に自己紹介があり、楽しく話ことができました（80歳代女性）

* 交流ランチ会全般……とても満足=14人、満足=10人、普通=1人

* 料理について……とても満足=8人、満足=9人、普通=8人

* 会場（水上バス）について……とても満足=13人、満足=11人

* 他の参加者との交流……よく交流できた8人、少しは交流できた16人

* 会費……高すぎる1人、適当24人

2019 秋のウォーキング 全4コース好評スタート!



第1回 「吹田摂津の“健都”とビール工場見学 および吹田の歴史を学ぶ」コース(約4km) ※募集終了

実施日: 10月2日(水) 予備日なし

コース: JR吹田駅—アサヒビール吹田工場—JR岸部駅—国立循環器病研究センター東隣公園(昼食)—
旧中西家住宅—吉志部神社—吉志部瓦窯跡—国立循環器病研究センター—JR岸部駅(解散)

第2回 「奈良春日大社」コース(約5km) ※募集終了

実施日: 10月15日(火) 予備日: 10月28日(月)

コース: 近鉄奈良駅—春日大社—参拝・説明・昼食—手向山八幡宮—東大寺二月堂—大仏殿裏—依水園—
近鉄奈良駅(解散)

第3回 「神戸北野 世界の宗教寺院巡り」コース(約4km) ※募集終了

実施日: 11月6日(水) 予備日: 11月8日(金)

コース: JR三ノ宮駅—カトリック神戸中央教会—一宮神社—ハリストス正教会—神戸バプテスマ教会—
ジャイナ教寺院—関西ユダヤ教団—神戸ムスリムモスク—相樂園(昼食)—神戸栄光教会—
兵庫県公館—JR三ノ宮駅(解散)

第4回 「大阪の経済を支えた多田銀銅山史跡」コース(約6km) ※若干余裕あり

実施日: 11月14日(木) 予備日: 同21日(木)

コース: 能勢電日生中央駅集合—(バス)—白金2丁目バス停—銀銅山悠久の館—代官所跡—悠久広場
(昼食)—金山彦神社—青木間歩(坑道内見学)—白金2丁目—(バス)—静思館—(バス)
阪急川西能勢口駅解散(解散)

集合: 10:00 能勢電日生中央駅

案内者: 猪名川町観光ボランティアガイド

費用: 参加費500円、バス代800円(各自支払い)

同行責任者: 吉井佳容子(090-5242-6283)

☆参加ご希望の方は担当・佐藤までお問い合わせください。すでに定員に達している場合はお断りすることもあります。 TEL: 090-5251-8906、FAX: 06-6438-9070、E-mail: ica14229@nifty.com

医療講演と癒しのコンサート

申し込み受け付け中!

2019年10月26日(土) 14:00~16:30 (13:00より受付)
中央電気倶楽部大ホール(大阪市北区堂島浜2-1-25、TEL06-6345-6351)



第一部 講演「万病のもと:慢性炎症とは?」

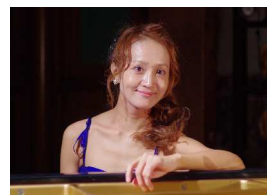
講師=大阪大学名誉教授・宮坂昌之

慢性炎症とは何か、またその悪影響を食い止める
方法を判りやすく説明していただきます。

第二部 コンサート「一音一会」

演奏=ピアニスト・成尾亜矢子

「雨だれ」「革命」「英雄ポロネーズ」などショパン
のおなじみの曲を独自の語りとともに送ります。



☆参加料 1,200円(事前または当日支払い可)

参加ご希望の方は①電話、②FAX、③メール、④はがきのいずれかの方法でお申し込み下さい。

②~④には氏名、住所、電話番号、あればメールアドレスを記入してお申し込み下さい。

申し込み先=NPO 大阪活性化推進総研

〒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&FAX: 06-6383-7149、E-mail: caarw702@hcn.zaq.ne.jp

好評の土曜元気寄席 来春も開催が決定しました！

改修を終えた天満天神繁昌亭で、2月29日(土)

☆四代目林家染丸門下のベテラン林家染二を迎え、一段とグレードアップして開催します。

開演 : 午前10時30分(開場:同10時) ※例年より30分遅くなります。
 プログラム : 落語・桂りょうば(一席)、林家染二(二席)「不動坊」ほか
 寄席囃子・林家染二、桂りょうば、佐々木千華<三味線>
 入場料 : ODI 限定優待販売価格 1,200円
 (一般前売り 1,800円、当日 2,000円)

【林家染二】

1961年大阪市生まれ 龍谷大学法学部卒業。1984年、林家染二(現 四代目林家染丸)に入門。1997年、三代目林家染二を襲名。文化庁芸術祭演劇部門優秀賞を2度受賞、また大阪文化祭賞、繁昌亭大賞など受賞多数。心の温もりを描く人情噺に高い評価を得る一方、芝居噺や滑稽噺も得意とし、パワフルな高座で幅広い客層に人気がある。上方落語協会理事。2012年より毎年、京都大学でゲスト講師も務めている。

【桂りょうば】

1972年大阪府豊中市生まれ。父は2代目桂枝雀。落語家の家庭に育ちながら、高校時代から音楽と芝居にはまり、廻り道の末43歳で桂ざこばに入門。遅いスタートながら2016年道楽亭の初舞台以来、目覚ましい活躍ぶりを見せている。

☆例年通り ODI 関係者の皆様限定のご優待チケットの予約販売を行います。詳細はチラシと申し込み用紙をご覧ください。問い合わせは担当・吉井(090-5242-6283)まで。



佐々木千華



桂りょうば



林家染二

Odi 俳句の会 第7回句会から



堰開き五月田毎の水鏡
 日ごと仲ぶ南瓜かぼちゃの蔓の獣めく
 ヨーヨーの動き真似たり夏の蝶
 サツキ晴涯はててなき蒼あおの御陵かな
 南座を入れて自撮りの浴衣かな
 セツや子らの願に笹重る
 虫の声分け入ってみる薪能
 花街の昼のしじまや軒簾すだれ
 おっちゃんおぢさんと鱧なまこで晩酌お聖さん

捨盆 喜代志
 一夫 喜代志
 捨盆 万里子
 佳容子 繁幸
 万里子 万里子
 喜代志 喜代志

7月17日(水)午後2時から、大阪市北区の北区民センター会議室で開かれ、女性3人を含む8人が参加。力作が揃い、なかなか充実した句会となりました。

各自3句を持ち寄り、合計24句から、作者名を伏せて各自優秀と思われる句を4句ずつ選びます。中でも秀句と思うものに2点、他は1点を付けるのですが、今回は捨盆さんが最高得点でした。会代表の西田氏は「だんだんと田に水が広がってゆく光景がスケール大きく表現されている。水鏡という言葉もうまい」と講評。他のメンバーも「獣めくという表現が新鮮」などと、それぞれ感想を言い合ってお互いに学ぶところ大きかったようです。

☆第8回は10月4日(金)、午後2時から、大阪市・北区民センター<用意するもの>

1. 短冊(幅3寸、長さ15寸くらいの紙なら何でもよい)1枚に一句ずつ、計3句を書いてご持参ください。季題は自由です。
2. ノート、筆記用具
3. 参加費 500円
 *不明の点は担当・中谷(090-1441-9060)まで。

Dr.内藤の医療相談

【季節の変わり目と体調不良】

季節の変わり目（一般に3～4月、6～7月、9～11月）に体調不良を訴えられる人が案外多くみられます。主なものは、めまい、頭痛、不安、うつ、などの症状で、特に高齢者は気候の変化の影響を受けやすく、暑さ、寒さなどの気候の変化に適応しにくいと考えられています。

気象病とも言われ、私もその一人で、特に秋口によく体調を崩します。気圧の変動が大いに関係するようです。気圧の変化（特に低気圧）は内耳に影響を及ぼし、それによって、体調を整えている自律神経に乱れを生じ、肩こり、頭痛、めまい、食欲不振、倦怠感、不眠、便秘、うつ、不安、無気力などが生じます。対処法としては、自律神経を整えて、寒暖差や気圧の変化に耐えうる体作りを心がけることが大切です。そのためには、食事はきっちり食べ、ゆっくり長く出来る運動が勧められています。十分な睡眠（私には一番効果があります。）、好きなことをする、笑い、ヨガ、座禅なども効果があると言われます。めまいを経験される人が多いようですが、これには十分な睡眠、めまいの薬、酔い止め薬などが有効で、耳のマッサージも効くと言われています。

皆さん、日頃から体調を整えて、気象病に負けないように心がけましょう。
(和歌山県立医大名誉教授・当 NPO 法人理事：内藤泰顕)



身近な健康や医療の問題で相談されたい方は
お手紙やメールでお気軽にご相談下さい。

第14回「Odi ゴルフを楽しむ会」開催のご案内

11月下旬の絶好の季節に開催します。スコアも腕前も関係ありません。楽しく緑の上を歩くことが第一の目的です。晩秋の好コンディションと素晴らしい景観を期待し、楽しい1日を過ごしましょう。

日時：11月28日(木) a.m.9:01 東コース(第1組)～
コース：茨木国際ゴルフ倶楽部(☎072-643-5931)
費用：プレー費11,500円(昼食付き、セルフ、税別)、参加費3,000円(懇親会、賞品代に充当)
☆参加をご検討いただける方は10月15日頃までに担当・平岡までご連絡下さい。
(電話：06-6850-0540、Eメール：hiraoka-n2@tcct.zaq.ne.jp)

「USJを楽しむ会」のご案内

皆様の「一度は行ってみたい」の声にお応えして、今年も下記の通りUSJツアーを開催します。新規アトラクションの「ミニオンパーク」やリニューアルした「ウォーターワールド」をお楽しみ下さい。

日時：12月3日(火) 午前8時30分
集合場所：ユニバーサル・スタジオ・ジャパン入口の地球儀前
費用：入場料一般7,400円、シニア(65歳以上)6,700円、子ども(4～11歳)5,100円
(入場券は事前にローソンでご購入下さい) プラス昼食・飲み物代
スケジュール：9:15頃入場、ナイトパレードもご覧になる方は20:00頃解散となります。
参加方法：事前申し込みは不要です。当日、入場券を持って時間厳守で集合場所にお出で下さい。
※当日は動きやすい服装で。水にぬれるアトラクションもありますので、レインコートもご持参下さい。



【編集後記】

秋のウォーキング、申し込み満杯のコースが続出し、担当者うれしい悲鳴です。「講演と癒しのコンサート」はまだ申し込み受け付け中。お出かけには絶好のシーズン！ODIのバラエティに富んだイベントをお楽しみ下さい(吉)

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 090-7110-3916
FAX 06-6383-7149
E-mail caarw702@hcn.zaq.ne.jp
URL <http://npo-odi-page.la.coocan.jp/>