



シニア松塚通信(5月)

最後まで住み続けるまちとして
手をつなぎましょう
共に楽しみましょう
共に学びましょう



会長 上田 肇
080-1784-4331
編集 奥田明彦



<令和7年度シニア松塚役員>

役 職	氏 名	ブロック	役 職	氏 名	ブロック
会 長	上田 肇	10B	会計監査	牧野谷 恵子	5.6.9
副会長	奥田 明彦	6	会計監査	高木 征次	4
副会長	西村 浩史	3A	幹 事	青田 ひろみ	3B
会 計	前川 尚子	8	幹 事	南 久恵	7
書 記	上中 いつみ	1	幹 事	津守 カズ子	10A

第23回シニア松塚定期総会のご報告

2025年4月13日(日) 10:00~12:00 交野会館

開会の辞、上田会長挨拶、奥田多喜男区長の来賓挨拶、
令和6年度事業・決算報告の承認、令和7年度事業計画・
予算案の承認。新役員の紹介。

総会終了後、井野さんの「手品」。石井さん西尾さんのリ
ードで「朧月夜」「故郷」を全員で合唱。

今年度もシニア松塚は皆さんの笑顔で、元気いっぱいス
タートすることができました。



5月30日はごみゼロの日です

“530(ゴミゼロ)”の語呂合わせから、
環境美化やごみの減量について考える日と
されています。この日は地域のごみ収拾に
もご協力お願いします。



<私たちが取り組める行動>

1. 身の回りのごみ拾い：身近な場所を
少しきれいにしましょう。
2. ごみの分別を見直す：ごみの分別ル
ールを再確認して、適切に分別しまし
ょう。
3. 使い捨てを減らす：マイバッグ、マ
イボトルなどを使って、プラスチックご
みの削減に貢献しましょう。
4. 食べ残しを減らす(食品ロス削減)：
食材を無駄なく使い切る工夫をしてみま
しょう。
5. いらぬ物を捨てずに再利用や寄付
をする：使わなくなった服や本などを
リサイクルショップや寄付先に回しま
しょう。

桜梅桃李



新緑がきれいな、きもちのいい季節になってきました。
「今日よりは 春菜(はるな)摘まむと 標(しめ)結ひし
岡の荒野に にほひ立つなり」(志貴皇子『万葉集』)
何かを始めるのにぴったりの一首ですね。

私たちシニアも、きもちのいいこの季節から、何か行動を
起こすことを心がけてはどうでしょうか。

朝のラジオ体操に参加する。家の前を掃除する。出会っ
た人にあいさつする。積極的に散歩に出かける等々。自分
に合ったできることを、今日より教養(今日用)ある毎日
にしていきませんか。