

「話し上手は大きな財産」  
と、話し方講座を40年以上



# 私は87歳の話し方講師

## 福田の仲西さん 月2回講演会開く

泉ヶ丘市民センター

開催している仲西正幸さん(87歳・中区福田)。アナウンサーのように標準語で流暢に話すのではなく、下手なしゃべり方でも心が通じ合う話し方を学ぼうと説く。サラリーマンだった仲西さんが話し方に興味を持つきっかけは、1975年オイルショック後に財政危機打開を掲げた100万署名

運動に参加した時。街頭演説で多くの聴衆が足を止め感動させるような演説をする人とそうでない人がいることに気づき、話し方の違いを探った。それから人の心を動かす話し方を研究することに。1980年代から堺市や岸和田市で話し方サロンを多数開催、現在も月2回、泉ヶ丘市民センタ

ーで講演会を開いている。取材日は、仲西さんの父や孫の話と交えながらスムーズな人間関係を結ぶための話し方や、グループ会話のエチケットなどを学んだ。またグループディスカッションの場も。20年以上講座に参加する男性は、少林寺拳法を子どもに教える場面で学んだことが役に立っているという。また仲西さんの話や人生論が勉強になると通う女性や、以前通っていて再び通うことになった女性など、仲西さん

社会福祉法人 悠人会  
サービス付き高齢者向け住宅  
**サンガーデンテラス**

介護老人保健施設  
サンガーデン府中  
隣接!

サ高住  
看多機  
訪問看護  
介護相談

各種お問合せはこちらまで  
0725-46-4600  
和泉市山荘町2丁目1番11号  
受付時間:月~土曜日 9:00~17:00  
※日曜・祝日を除く

医療法人 医真会  
**あかざわ小児科**

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
17:00~19:00	○	休	○	○	○	休

御池台医療センター ☎297-7771 <https://akazawa-kids.com>

乳幼児健診:水13:00から、または金15:30からあるいは診察時間内(いずれも要予約)  
予防接種:水13:30から、あるいは診察時間内(いずれも要予約)

院長 赤澤 英樹(日本小児科学会認定 小児科専門医第21246号)

トナリエ 榎・美木多 1Fに開院  
**くわばら腎泌尿器科**

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後診 16:30~19:00	○	○	○	-	○	-

休診日/木曜午後、土曜午後、日祝  
堺市南区原山台2-2-1 トナリエ 榎・美木多 1F  
ホームページ [www.kuwabara-uro.com](http://www.kuwabara-uro.com) ☎072-291-0207

院長 桑原 伸介  
日本泌尿器科学会(指導医・専門医)  
●訪問診療も行っています。



# 4点歩行で膝の負担軽減

## ノルディックウォーキング 新檜尾公園で火・木曜

不調が治り健康になったと

桜が咲く新檜尾公園でノルディックウォーキングを楽しむグループ「兎と亀」。通常のウォーキングよりも両手にポールを持って歩くことで効率的に全身運動ができるほか、4点歩行により膝などへの負担を軽減するため歩くことに不安がある人にもおすすめという。19年に同校区福祉委員会が開催した3か月間限定の「ノルディックウォーキングを活かした健康づくり講座」から始まった活動は、半年後には会員達の自主活動に。地域の高齢者が大勢参加していた活動をこのまま続けてほしいと、当初から指導

eスポーツを  
楽しむイベント

桃大の学生が実況

イシュードをして黙って一列に並んで歩いた。「黙もくウォーキング」と名付けて、運動不足にならないように積極的に取り組んできた。現在は毎週火曜と木曜9時から新檜尾公園に集まっている。ポールを使って足を振り上げたり、上半身をひねったり。体操指導経験者が指導役となり、準備体操として全身の筋肉をのばす運動から始まった。ウォーキングコースは赤坂台や光明池方面を中心に、毎回みんなで決めて歩いている。取材日は桜が見ごろの時期で、どこに花見に行こうかと相談していた。

4日、いこいの家(英和泉市万町2020)で「ファミリーeスポーツ」が開催された。ファミリーでeスポーツを楽しむ催しで、桃山学院大学ボランティアサークルGRTが中心となって企画し、英スタッフの全面協力を得て実現。GRTは教育を用いて子どもたちの環境や生活、諸問題に向き合う活動を行っている。当日は屋内の大きなスクリーンでマリオ、屋外のガーデンテーブルでは身体を動かしてプレイするWii:スポーツが用意され、来場している人がほとんど。仲西さん自ら考えた多くの話し方の名言は、本質をズバツと言ひ表し、仲西さん自身を表しているよう。

「ここで学んだ人が指導者となつて伝え続けてほしい」と。072・236・4950 (富尾)

いう人も多い。現在も月一回指導に訪れる高井さんは「コロナ禍もとても熱心に活動していた。これからも続けてほしい」と。現在会員の募集は行っていない。(富尾)

光明池駅すぐ アクトビル3F  
医療法人 格晶会  
**加藤眼科クリニック**

●診療科目● 日本眼科学会眼科専門医 院長 加藤 格

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	手術	○	○	○	○
午後 3:30~ 6:30	○	手術	○	/	○	/

眼科一般 白内障日帰り手術  
レーザー治療 コンタクトレンズ  
受付時間は診療終了時間の30分前まで。  
☎072-297-7001 休診日/木土曜午後・日曜・祝日  
<http://katoyeyclinic.jp/> 堺市南区鴨谷台2-1-3 光明池アクト3F  
火曜日は手術のみです。

内科 消化器内科 糖尿病・内分泌内科  
医療法人ふたば会 **さいかクリニック** ☎072-295-9595

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
AM9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
PM4:00~7:00	○	○	○	/	○	/	/

院長 雑賀 豊彦  
日本糖尿病学会認定 糖尿病専門医  
日本消化器学会認定 消化器病専門医  
日本内分沁学会認定 内分沁代謝科専門医  
医師 雑賀 みさこ  
日本内科学会認定 総合内科専門医

アクロスモール泉北 西隣り 堺市南区原山台4丁16番3号