

# シルバー ひの

2014.7  
第187号

交流の窓、こんな仕事…、会員の声、私のふるさと

パッチワーク「風鈴とうちわ」

相馬 貞子（栄町班）



公益社団法人 日野市シルバー人材センター

〒191-0011 東京都日野市日野本町 2-4-7 TEL 042-581-8171 FAX 042-584-8390  
ホームページ <http://www1.hinocatv.ne.jp/hsc/index.html> E-mail [hsc@mail.hinocatv.ne.jp](mailto:hsc@mail.hinocatv.ne.jp)

まちづくりまごころ会 (交流の窓)

# サラリーマンから 植木職人に一大転身

## 造園技能士2級の

おくらあきつく  
大倉昭次さん(72)

(栄町班)

### 定年後、技術専門学校へ

「現役時代、自宅の庭の手入れはいつしか女房任せ。時間を見つけてやってみるものの、思うようにいかない。そこで、定年と同時に、都立立川技術専門校の園芸科を受験したんです」

と語る大倉昭次さんは、ある企業の営業マンでした。それが一転、



植木生活を語る大倉さん

園芸科を志望したのは、もともと植木への熱い思いがあったのでしよう。7倍の競争率をみごと突破。専門校の受講期間は6ヵ月間。「その間の授業は言葉では表せないほど素晴らしい」と大倉さんは振り返ります。

専門校の卒業を迎えるころ、同校の先輩からシルバー人材センターへの誘いを受け、「植木技術の更なる向上をめざし」平成14年11月、シルバーに、そして植木班に入会しました。

その「先輩」とは……当センター植木班の総班長として重きをなし、

元理事として安全管理委員長、事業部会長を歴任した伊藤幸平氏(程久保班)です。伊藤氏は今でも大倉さんのことを「オレの秘蔵っ子」と呼びます。

### 植木班の中核として

「ビジネススーツから作業服・地下足袋の職人姿となり、いよいよオレも植木職人」と胸が轟きました。が、現実には親方(班長)から、朝から晩まで怒鳴られていると言っても過言ではない毎日でした。植木技術の習得、そのスキルアップには際限がない——これが私の原点です」

こうして大倉さんは、植木の国家試験「造園技能士」に挑戦。早くも入会の翌15年、造園技能士3級を取得、16年には2級に合格しました。それも一発合格。

「試験は学科試験などの他に、真夏の炎天下での庭作りを3時間で仕上げる実地試験もあります。寝食を忘れるほどの練習を重ねたものです」

植木班の生活は、夜10時就寝、朝5時起床。7時、就業現場へ出発。現場で木木との対話。お客様「お褒め」を報酬に帰宅。職人



毎年実施している植木班の勉強会

の命、道具類の整理。とくに鉄研きは一日も欠かせない……。

伊藤総班長の下で、大倉さんは植木4班のうち1班の班長を、伊藤氏引退後は事実上の総班長を昨年度末まで務め、今年度から班長職を後任に譲りました。(植木班の現体制は4班で計33名。)

この11年半、「毎日が修業」の生活でした。「お陰でどうにか全ての庭木に立ち向かっていけるようになりました。木との対話は相手が毎回変わるゆえ難しい。それがまた喜びでもありますね。会員の皆さん、やりがいのある植木班にぜひ加入してください」——大倉さんは熱く訴えていました。

こんな仕事を  
しています



勉強・勉強・勉強・試行錯誤の日々…

「庁内印刷業務」

職場リーダー

市川 勝正(73) (日野4班)

日々慣れない業務で四苦八苦のメンバー6名。庁内印刷業務と言っても、日野市役所としては新しい業務です。毎日が勉強・試行錯誤の連続でした。

従来はオフセット印刷で外部業者に委託していました。その印刷機を廃止し、大型コピー機を2台導入して庁内でデジタルプリントすることに。昨年4月からシルバー人材センターが委託を受け、6名が就業することになりました。印刷室は約55㎡あり、その中にコピー機2台、PC、裁断機、紙折り専用機が設置されています。モノクロオンデマンド機(横幅360㎝)とモノクロオンデマンドプレス機(横幅510㎝)で、コピーですからインクの代わりに大量のトナーを使用します。印刷機能は片面、両面、片面↓両面、両面↓片面、両面↓両面は

当然ですが…

\*応用設定(ページ編集(インターシート、小冊子、差込みページほか)、画像応用(リビート、センターリング、綴じ代ほか)  
\*出力設定(ステイプル、パンチ、中綴じ、重ね中折り、重ね三つ折り、ソート、くるみ製本  
—などの機能をコンピュータで制御します。



印刷業務で就業中

表紙・裏表紙を挿入、間に色紙を挿入、A4判印刷物の間にA3判を印刷し、折りを入れて挿入するなど複雑な工程もあります。コピー機2台にはそれぞれ操作パネルが付いていますが、これはコンピュータそのものです。さらにPCからも制御しています。

紙原稿を減らし、庁内の各部署から総務課経由でPDF原稿(データ)が無線LANで送信されてきます。受信したPCで原稿の左右移動・回転など数々の加工を施し、前記の機能を駆使します。これらは「Page Scope Publisher」というソフトを使い、ページサムネイルなどで操作します。紙原稿の状態によっては、スキャンしてPCに取り込み、同様の加工を施して印刷します。

印刷用紙はA4判をはじめA3判と7種類の色紙。55k・70k・110k・135kの坪量別で、それぞれの箱・包みを運ぶには灯油18リットルの重さがあります。したがって、完成品も運ぶわけですから、PCのスキルに加えて体力も必要です。枚数も一つの原稿に10枚〜数十万枚と多種多様ですが、この1年間、納

期に遅延することは1件もありませんでした。

月1回、勉強した成果と情報を共有化するため交換会を開きます。その後、酒を酌み交わしながら料理とカラオケを楽しみます。「四木会」と称していますが、店の協力を得て毎月和気藹々盛り上がりします。お酒を一滴も飲めない方も楽しみにしております。

2名組で1日就業・2日休みの交替制。病気で就業を休むメンバーは皆無でした。

メンバー(石原稔朗、上原貴、宮脇茂、由井アキラ、吉田喜良(今年3月まで)、4月から佐伯高明。



情報交換会(四木会)の集い

「男子厨房に入るべからず」といわれた時代は遠くなり、男性がキッチンに入るのはごく当たり前の時代になりましたが、実情は奥さんの手伝いも買い物に付き合う程度で、キッチンに入り、自ら包丁を握って、料理をする男性は少ないのではないかと思います。

そこで、わが家の「男子厨房のすすめ」の歴史を紹介いたします。ご参考になれば幸いです。

会員の  
ページ

## “男子厨房”の おすすめ

～わが家の体験から～



**松崎 静枝 (67)**  
(旭が丘1班)



松崎さんご夫妻 (ご自宅で)

### 三つの約束

わが家では、結婚する時に夫(松崎信男氏)当センター会員)と三つの約束をしました。

- ① 食事に手抜きをしないこと。
- ② 子育てに手抜きをしないこと。
- ③ 印鑑を勝手に押さないこと。

私は①と③については、即座に同意しましたが、②については、私ひとり任せられるのは納得いかないと反論、夫も快く理解してくれませんでした。それからです。わたしは、それにかこつけて、①の食事(料理)について夫の出番(役割)を多く作る工夫をしました。

夫が現役時代は、時間に制約がありましたので、出番は土・日に限られました。今でもその延長で、手すきの時にはキッチンに入り、私を手伝ってくれたり、自分の得意料理を作り、振る舞ってくれます。

わが家では、「男子厨房に入る」大歓迎です。

### わが家の食育

わが家では、子どもたちが小さい頃からお惣菜やお菓子、パンなど極力手作りのものを与えるようにしてきました。夫は子どもたちとその食べ物のできる過程を教えるため、餅つきにはじまり、ジャム、干柿、干芋、果実酒、漬物などいろいろのものを作ります。私も作りますが、今では夫のほうが上手です。

お惣菜では、きんぴら(十八番)、肉じゃが、天ぷら、チャーハンなど作ってくれます。時々少しおかしな味付けもありますが、ご愛嬌というところでしょうか。

忙しい暮のおせち料理作りにも大活躍してくれます。

夫曰く、「僕にできない事はお

産だけ」と豪語しています。私はその言葉を逆利用して、夫がテレビを見ていれば、その手許に胡麻摺りやお芋潰しなどの仕事を持ってゆき、手を遊ばせません。

### お父さん ありがとう

夫は若い頃から、ダンスやギター、囲碁などが趣味でしたが、今では料理も趣味以上の腕前になっています。二人でキッチンに入り、あれこれ考えて、仲良く調理するのも楽しいものです。後片付けも夫が手伝ってくれます。

仕事が終わった後、私は必ず「お父さんありがとう」と感謝します。夫はさりげなく「ニッコリ」笑顔で返してくれます。

### 明日はわが身

これからますます高齢化が進み、老老介護も現実になってきます。元気な奥さんも突然病気になる、体調不良にもなります。

そんな時、ご主人が慌てず、ストレスを感じることなく、キッチンに入り、包丁を握って手際よくトントントン・ハイヨットと食事を出されると、奥さんは大感激、感謝されること間違いなしです。

# 生涯学習セミナー

～「生き生きカルチャー教室」で開講中～

## 第4回 家族の絆を深める、 （最終回） とおきの方法

林 良健 (73) (多摩平3班)

### 第4回 家族の絆を深める、 とおきの方法

家族の役割は、休息・やすらぎを得ること、子どもを産み育てること、相互扶助・生活の糧を得ることです。

#### ■家族の「つながり」の変化

- ① 家族で一緒に過ごす時間
- ・働き盛りの男性の約3割が十分ではないと感じている。
- ・同居家族と一緒に行動する機会は週2日以下の人が多い。



講義中の林先生

- ・会話、団らん、食事の頻度が週1～2日の人が15%。
- ・平日、父親が子供と接する時間が短く、4人に1人がほとんど接していない。
- ② 精神的きずな
- ・同居家族が居ても、相談相手として家族を挙げない。
- ③ 家族との絆が薄い層
- ・つながりが持てないキーワード
- 「長時間労働」「男性」「独身者」
- ・労働時間、通勤時間が長いほど家族と一緒に時間は減る。
- ④ 父親と母親との交流量のギャップ
- ・父親は仕事優先、母親は育児や

家事優先の役割分担意識が根強い。

#### ■「親子の絆」を見つめ直す

- ① 「親」としての具体的実践
- ・子どもに対して信頼する。
- ・親の私有物と思わず、預かり主としての信念を持つ。
- ・公平平等にする。
- ・心から抱擁する。
- ② 「子ども」としての具体的実践
- ・親の美点を知ること。
- ・親に朝晩、挨拶をする。
- ・親の願いに応える。

#### ■「夫婦の絆」を良くする

- ① 「夫」としての具体的実践
- ・天職に向かって、ただまっしぐらに臨みもふらずに努力する。
- ・妻に不平不満を思わず、妻あつてのわが命と感謝の念を深める。
- ・家のことは、深い信頼と厚き同感をもって、妻に一任する。
- ・妻を喜ばす夫になる。
- ② 「妻」としての具体的実践
- ・朗らかに明るく、「ハイッ！」と一声、喜んで受ける。
- ・夫を心から信頼し、どこまでも付いて行く決心をする。

・いつも微笑みを絶やさず、明るく美しく、聴き上手に。

・家事を嫌わずズボラをせずに家の中を常に整えて清潔に。

#### ■秘訣はあなたが持っている！

- ① 家族が互いに理解する大切さ
- ・相手を真剣に理解し、全てを受け入れた時、自分が消える。
- ② 相手を変える方法
- ・相手の欠点を直そうと思わず、まず自分を改める。
- ・対立している場合は、自分の方から土俵を降りる。
- ・「自分が悪かった」と気づいたらすぐ実行に移す。
- ・夫は妻のためを思い、妻は夫のためを思うこと。
- ・親は子供を思い、子どもは親を思うこと。
- ③ 「喧嘩」を教訓にする
- ・愛情の深さが確認でき、愛情の方向を変えるヒントを把握。
- ・不平不満が発散でき、さらに伸むつまじくなる。
- ・あなたの心境が変われば、同時に相手も変わる。

(おわり)

## 会員の声

### 音楽の効用——認知症にも有効とCD作製



楯 まゆみ(65)  
(南が丘・南平台班)

「音楽を聴いて若返ろう！」などと言うと「それはちょっと？」と思われるかもしれませんが、音楽を専門に学んできた私にとって、は、案外まじめな話なのです。

若い時よく耳にした曲を聞くと、一瞬にしてその年代の自分に戻ってしまうということがあります。このように音楽は心を若返らせてしまう力を持っています。

私たちは音楽の力を借りて時空を超えることができます。作曲家の創造した様々な世界へ心の旅をする時、いつの間にか癒され、元気になるります。また、演奏者の魂は、聞く人の心を揺さぶり、感動を与え、脳や心を活性化します。そして、音楽の波動は、人の脳や体の細胞を刺激し、血流を良くし

て回復力を高めます。

このような音楽の効力を認知症の方にも生かせるのではないかと、思い、最近私は、日常音と音楽を編集したCDを削っています。認知症の方のご家族にCDをかけていただき、後日どのような音や音楽に反応があったか等、いろいろなお話を伺い、さらに新しい要素を加え、よりその方の耳に届くよう工夫しています。

音楽の果たす役割は、思いのほか幅広く多様です。上手に活用すれば、今より一層豊かな心で暮らせるのではないかと思います。

### 40年ぶりに合気道を再開、 今や健康の秘訣



西中 功(75)  
(平山1班)

私は若いころ、合気道に飛び付いたことがあった。まだ22歳、世は高度成長期で、柔道でも空手でもない「新しい武道」(別項参照)に惹かれた。

近くの道場に通ったが、ただ物好きで始めたため、辞めようと思

うこともあった。が、何とか思いとどまって練習を続けていた。2年ほど経ったある日、勤め先の会社の総務部から呼ばれた。

「会社のクラブ活動に合気道を取り入れてほしい」と合気道本部より依頼がきている。他に経験者がいないので、引き受けてくれな

いか」と頼まれ、承諾した。部員集めから練習場や指導者の確保など、一人では手に余ったが、入部者に役割分担を決めて動いてもらい、指導者は本部道場より無償で週一回派遣してもらって、練習のスタートを切った。

幸い5年後には、部員も30名を超え、「合気道部」として軌道に乗った。そこで、私は「役目」を終わらせてもらうことにした。

その後は、仕事(電機設計)に専念し、合気道からは遠ざかっていった。定年後もコンサルタントとして会社にとどまり、70歳で引退した。すると思いがけず、昔の合気道仲間から誘いを受けた。

合気道は40年ぶりの再開。骨が硬くなっていたが、余り違和感なくやれた。こうして5年間、古巣(会社の道場)で毎週木曜日、夕刻の練習に参加している。2時間

### 合気道とは……

武道家・植芝盛平(1883~1989年)が昭和初期に創始した武道で、日本柔道の柔術・剣術など諸武術を独自の精神哲学でまとめ直した総合武道。合理的な体の運用により、体格・体力によらず「小よく大を制する」ことが可能なのが特徴とされます。「合気道」の名称は戦後になってから。



合気道の創始者・植芝盛平

かけていい汗をかき、今や私の健康の秘訣になっている。(この間、シルバークラブには「昨年入会した。')

合気道は「黙して力持ち」の表現にびったり。特別の運動神経は要らず、何歳からでも始められます。南平体育館にも「教室」があり、各地に練習場があります。興味のある方は、ぜひ扉を叩いてみてください。

### 健康長寿で 悔いのない人生を



佐伯 高明(刃)  
(日野台2班)

シルバー人材センターに入会して11年経過し、その間民間の会社で8年、公共で2年、現在も継続中とほぼ就業しています。振り返って、後期高齢者となり健康であることに感謝している日々です。

現役時代、某半導体メーカーに40年間勤務、忙しい日々を過ごしてきました。退職後の第二の人生を楽しく送るには、地域に密着した活動をする事、趣味を多く作る事と教えられました。現役中は地域に溶け込むことも出来ません。よって、ふだん密着している妻と仲良くする以外に、それならシルバーに入会して頑張ろうと決意しました。この間、地域班長を4年間、仕事も積極的に探して就業。他に地域防犯パトロールを11年間継続中です。

### 役員の方

人間臨終を迎える時、自分がどれほど頑張ったかではなく、どれだけ人のため、社会のために尽くしたかが反省されると言われています。よって、健康で長寿で活躍できるよう、次のことに心掛けています。楽観主義でよくよせず、ストレスを溜めないこと。趣味を通して多くの友人を作り、対話を重ね脳の活性化を計ること。パランスのとれた食事で、特に肉食も加えること。

以上をふまえ、健康長寿の人生で更に頑張る、悔いのない人生であることを願っています。

### 健康で仕事をする— 就業情報を楽しみに



米内 洋子  
(日野台1班)

現役で働いていた最後のころは「定年退職後はゆったりと」が夢でした。再雇用の道もありました。が断りました。元気なうちにやりたいことがありました。

家の中をきれいにし、外周りも美しく整えて、友人たちとの交

遊や趣味の合唱三昧と、楽しみにしていました。

ところが残念、仕事・家事・育児・介護と走り続けてきたので、働く習慣から離れるのは大変なことでした。民間のパートの仕事に就いて4年後に2度目の定年退職となりました。

周りの方々は、それで家庭に入っ  
ていきましたが、私はその機会に  
シルバー人材センターに入会しま  
した。昨年のことです。

入会したものの、  
シルバーでは就業す  
ることなく、現在3  
つ目の職場で働いて  
います。採用された  
ことに感謝し、体調  
に留意しながら勤務  
しています。月曜  
日から金曜日の仕事  
で少々きついので、  
近頃次のステージを  
準備する時期が来た  
ように感じることも  
あります。

地域班長さんの手  
で毎月ポストに入れ  
てくださる『月刊さ  
わやか』や『就業情

### 投稿写真 吉兆? 日野の空に二重虹

(2013年12月10日午後、市庁舎から東の空を臨む)



由井アキラ氏(百草台班)撮影

報」を楽しみにしています。ホームページも見ています。

現在働いているところを退職する予定が立ったら、応募したいと思います。本当はシルバー人材センターでの仕事が決まったら退職するという順番がうれしい。

お元気な諸先輩に続いて、4つ目の仕事はシルバーで見つかりますよう願っています。それには、働ける身体を保つことと考えてお

会員投稿

好きなウクレレで  
ボランティア活動

伊東 正一まさかず (71) (落川・百草班)

60歳定年を迎えた時、「今後の人生をいかに健康的に、ボケずに、なおかつ有意義に過ごせるか」を考えた。

62歳でシルバー人材センターの会員となり、70歳まで老健施設の送迎業務に携わった。一方で、余暇の有効活用の一つとして、片隅で眠っていた趣味のウクレレを引っ張り出した。

マヒナスターズに憧れて

私は、20代に当時人気のマヒナスターズに憧れ、仲間と歌謡バンド(もどき!)を結成して楽しんだ。その時は、ハワイアンギターを担当、ウクレレはリズム感を養うために覚えたものである。ウクレレは、手軽でどこへでも持ち歩ける便利な楽器である。

さて、ボランティア活動との関



演奏する伊東さん

わりは、平成18年、私の所属するランニングクラブのメンバーと、ウクレレ教室をスタートさせたことに始まる。

月間4回の練習日を受け、ハワイアン、日本の名歌、懐メロと、ほとんどゼロベースからの練習を積んだ。楽譜は、オタマジャクシを使わない、独自のものを作り、簡便化した。

施設等8カ所を巡回

練習を重ねるうち「自分たちだけで、その場を楽しんでいるだけでは、向上もなく長続きしない。何か目標を持たねば……」と、バンドを「まーちゃん」とOHANA畑」と名づけて、老健施設や障害者施設でのボランティア演奏活動を始めた。

メンバーも、ギター奏者が加わり演奏に厚みが増した。テーマミュージックとしては、オープニング曲は元氣よく「ドレミの歌」とハワイアン「タフワフワイ」をメドレーで流し、エンディングは同じくハワイアンの名曲「アロハオエ」で静かに閉めている。

対象先は日野市内の施設が主で現在8カ所を巡回している。

そのボランティアも、何度か実施するうちに、利用者さんと一緒に合唱してもらう方が、なおさら喜んでいただけることが分かった。それに、昔覚えた懐メロの歌詞など、びっくりするほどすらすらと出てくる。

われわれグループは、全くのど素人軍団であるが、訪問する度に



グループのボランティア演奏

心から喜んでいただけると、これにやりがいを感じて、非常に嬉しい。生計をたてる具にしない、ボランティア活動での演奏は、実に楽しいものである。これからもずっと、これを続けていきたい。

《ウクレレ》

ギターに似た小型の四弦楽器で、ハワイアンギターとも言われます。ウクレレはハワイ語で、「飛び跳ねる(レレ)ノミ(ウク)」という意味。ポルトガルからの移民が持ち込んだ楽器が起源とされ、ハワイで独自に改良が重ねられて現在の形になりました。





モンサンミッシェル (仏世界遺産)

# 手記 定年後の生き方を求めて

会員投稿



小林 文子 (62)  
(西平山2班)

61歳で定年退職を迎え、さあ、これからは自由な時間ができ、何か趣味を持って楽しもうとあれこれと模索し、試してもみましたが、長く続けていく気持ちももち上がらず今に至っています。

ただし、一つ続いているのは、健康のためにと始めたウォーキングです。週4回ぐらいいは1回1万歩を目指して歩いています。

四季折々の風景を楽しみながら、春は、次々と花が咲き桜が満開になったときは、その下のベンチに座り、お茶を飲みひと休み。最高です。(花粉が飛ばなければもっと良いのですが...)

夏は、日差しが強いですので、完全武装でただただひたすら歩きます。(水の補給は忘れずに!)

秋は、暑い夏から解放され紅葉が始まる頃には足取りも軽くなり、もっと歩きたいと意欲が出て、まだ一度も通ったことのない道に入り込むと、こんな所にカフェがあったと喜び、コーヒーを一杯頂きホッコリします。

冬は、私の一番好きな季節です。歩いているうちに身体がポカポカしてきて、少し汗をかくのが心地良いです。

50代では体調が悪かったため、旅行に出かける機会も少なかったのですが、60代に入るとすっかり



桜と菜の花の共演 (栃木県・権現堂で)

元気になり、海外旅行、神社巡り、日帰りバスツアーと気の合った友達と楽しんでいきます。快く送り出してくれる家族に感謝です。

昨年10月には、何か自分でも出来ることがあればと思いい、シルバー人材センターに入会しました。就業は少しだけでしたが、時間はたっぷりあるので、資格を取りシルバーで活かして働くことが出来ればと考えています。

60歳を超え何かと年齢を感じる中、今の自分に出来ることを目標に置き、無理のない毎日が過ごせていることに日々感謝しています。

(写真はいずれも筆者提供)

『シルバーひの』1月号の  
原稿を募集します

●エッセイ テーマは自由。800字前後。

●思い出の旅 国内旅行、外国旅行は問いません。旅行案内ではなく、思い出や感想を。写真、地図付き。600〜800字。

●会員の声 生活、活動、就業等を通しての意見・感想。内容・形式は自由。400字前後。

●私のふるさと 昔の郷里の思い出、変わった風習、美味しかったもの等々、何でも結構。郷里の地名を明記。できれば写真付きで。600字前後。

●手記・随想 手記・随想等の投稿原稿は何でも歓迎します。800字まで。

●写真 投稿写真も歓迎します。テーマは自由。  
※締切り10月1日。掲載分には薄謝を呈します。

※原稿受付は事務局(担当・岡)

JR上越新幹線で東京駅から所要時間1時間30分で長岡駅に着く。ふるさとを離れて半世紀、折に触れ郷愁を感じる。



私のふるさと長岡市は、新潟県のほぼ中央に位置し、平成に入り、周辺の市町村との合併により現在で

**私のふるさと**  
**戊辰戦争と米百俵**  
**新潟県・長岡市**  
 酒井隆二(78) (東平山班)

は人口28万余、面積も拡大したが、それぞれ地域の特性を生かし、共存共栄に励んでいる。

**地域の特性・文化**

○寺泊は、日本海に面し、新鮮な海の幸を販売する店が立ち並ぶ市場通り(通称魚のアメ横)が

有名である。また寺泊は佐渡への玄関港でもある。

○信濃川流域は米どころで、久保田ブランドをはじめ、大小の酒蔵が自慢の酒を醸造している。

○中越地震で甚大な被害を受けた山古志地区は、豪雪地帯として知られ、冬は深い雪に閉ざされ、かつては人の行き来もままならなかったが、「牛の角突き」や「錦鯉の養殖」など独特の文化・伝統を大切に守っている。



勇壮な長岡大花火大会

○毎年8月2日、3日に行われる「長岡まつり」中でも有名なのは、戦後、戦没者の慰霊と郷土の復興を願って始まった大花火大会では、2万発の花火が打ち上げられる。真夏の夜空に直径

650mもの大輪の花を咲かせる正3尺玉、2本の大橋を繋ぐ光の大瀑布が川面に流れ落ちる仕掛け花火は、一見の価値がある。(ナイヤガラ瀑布を想像してください)

○中越地方を訪れる機会がありましたら、海藻の布海苔をつなぎに使った名物「へぎそば」を是非賞味されたい。私も帰郷の際にはしばしば立ち寄っている。

**米百俵の故事...**

慶応4年(1868年)鳥羽・伏見の戦いで始まった戊辰戦争が、越後長岡藩と新政府軍との戦いに拡大した。

その戦いも、河井継之助(越後長岡藩・牧野家の家老、軍事総督)の死と藩の降伏により終結し、城下は廃墟と化した。明治3年長岡藩の支藩である三根山藩から、百俵の米が見舞いとして長岡藩に送られてきた。

長岡藩の時の大参事であった小林虎三郎は、米を藩士たちに配分せず、郷土の復興には人づくりが先決と考え、米百俵を売却し、その代金を学校設立の資金に充てた。

米百俵の群像



学校は、明治4年国漢学校として開校、翌5年長岡洋学校に変わり、その後県立旧制長岡中学校となり、現在は、県立長岡高校として、昨年創立140周年を迎えた。わが母校である。

また、本校は、第26・27代連合艦隊司令長官としてつとに名高い「山本五十六元帥」の母校でもある。

(写真は筆者提供)

会員エッセイ

私の頭の体操

くわが川柳人生く

足立忠弘(75)

(西平山1班)



シルバー人材センターで毎年募集をしています「安全標語」にいつも

応募させていただいております。今まで運良く賞を何回となく頂戴しましてありがとうございます。

標語の応募につきましては私なりの理由があります。何かと言いますと現役時代、中央線で通勤していた頃乗っている時間が長いものですから本を読むか寝ているかでしたが、上を見ますと中吊り広告に川柳募集が出ていました。その川柳に応募したところ入選したものですからすっかり川柳を作るのが好きになり、帰りの電車で考えていると豊田の駅に着くのが早く感じるようになりました。

その後、京王電鉄のマナー川柳に応募したり、TBSラジオや募集広告を見ると、いろいろと無い

知恵を捻りながら応募しました。

川柳は元々江戸中期、柄井川柳によって確立されたのが現在に受け継がれているようです。五・七・五の十七文字は俳句と同じですが、俳句と違って季語がないだけ川柳の方が楽です。但しクスツと笑

いが出るようなウィットが必要になってきます。

折角ですので、過去の作品を思い起こしながらいくつかを紹介したいと思います。

京王電鉄マナー川柳最優秀賞

- 濡れた傘 他人に押しつけ
- ノー天気
- 足を組み 他人のズボンで靴磨き
- 駆け込んで 自分は乗ったが妻は外

その他の過去入賞作品

- 三時間 待って診察 五分間
- 気がつけば 病院カードのコレクター



デッサン「カラカラ帝胸像」 今村 優 氏 画 (落川・百草班)

- 散歩中 会釈はしたが 名前出さず
- 取りにきた 何だか忘れてまた戻る
- カレンダー 予定を見れば 医者ばかり
- 昔、酒 飲み友達は 今、華
- 不満なら 犬に言うなよ オレに言え
- 期限切れ 犬にやらずに オレに出す
- 何食べる 聞いただけ聞いて 又同じ
- 何食べる 何かあるのか 先に言え
- 杖をもち 素振りしたが ゴルフ好き
- 紙面の関係でこのくらいにして おきます。

表紙の絵

作者の相馬貞子さんは、本誌前号P8で紹介したサークル「フレンドキルト」のメンバーです。



俳句

佐藤弘子(百草台班)

青蛙一所懸命息したる  
吾子のごと下ろすリュックの汗ばみて  
浜木綿の岬の風や少年来  
逢ふための渡り廊下や盆の月  
満月の益荒男振りと言ふひかり

私が最初に沖縄へ旅行したのは10年ぐらい前になるでしょう。まず誰もが訪れる沖縄本島へ。米軍基地のある那覇の雰囲気は何とも言えない衝撃的な印象を受けたのを思い出します。一方、沖縄出身の方の名字のついた通り名がたくさんあり親しみも覚えました。海、空、空気のきれいさがとても好きになり、その後何度となく沖縄旅行をすることになり、平成24年まで観光した島は20島以上になりました。

島内や島々への移動の交通手段が不便なところから、沖縄旅行専門の旅行会社が企画したツアーに参加するのが効率的かつ楽に観光できますね。観光ガイドさんによると、沖縄の方は「家よりもお墓」ということで「あちらのお墓は一億円のお墓」ですと聞かされたこともあり、東京とずいぶん違うな

### 思い出の旅



## 沖縄の島々に魅せられて

迫田孝子(南平2班)

と驚きました。

沖縄料理もおいしいですよ。最近話題になってきている海ぶどうなども前から食べていましたし、沖縄うどんや沖縄もずく、パイナップル畑での採り立てパイナップルの美味しいこと！

平成24年12月末に4泊5日で行ったときには、石垣島・竹富島・由



沖縄の首里城



布島・西表島・小浜島を巡りました。竹富島では水牛の引く車に25〜30人が乗り、観光します。そこは観光客が多く訪れ、水牛車は引張りだこ。

西表島では仲間川という川を女性船長さんが操縦する船に乗り、マングローブの林を探検。乾季で水深が浅い川を船長の腕で林の岸ぎりぎりまで近寄り船から岸に飛び移ったりし、ワクワク、ドキドキの場面も。このマングローブ林も一時は環境汚染の影響でずいぶん減少してしまったとのことですが、植林のおかげで現在では段々に回復をしているそうです。

石垣島からフェリーで25分の小浜島では第一人気のリゾートホテル「はいむるぶし」(漢字で「南

群星」八重山地方の言葉で「南十字星」の意です)に宿泊。贅沢な雰囲気を楽しめました。また泊まりたいホテルになりました。訪ずれた島々はそれぞれ美しく、「特に気に入った島は？」と聞かれても「全部好き！」としか言えません。特に私が好きな時間は夕暮れ時です。夕日がゆっくり沈むのを眺めるのは格別です。近いうちにまた、未体験の島に行ってみたいと思っています。(談)

### あとかき

会員の皆さんは、元気で就業するため、日頃独自の健康法を実践されておられると思いますが、一日の中で一番ホッとする夕食後、20分〜30分の散歩をお奨めします。消化を助けますし、血糖値の急激な上昇も防ぎます。

なにより得難いのは、晴れた夜の空の美しさ、月の満ち干、星の輝き、また、季節の移ろいを肌で感じられることです。

元気で就業する皆さんが、シルバー人材センターを支えています。どうぞ、ご自愛ください。

(鈴木 博)