

## 巻頭言

いきいき会 宝の島の 渡し舟

福井いきいき会会長 福井 康人

わたしは、いま高齢者賃貸住宅に住んでいます。今年の4月で80歳を迎えましたがこんなに素晴らしい人生の道があるなんて夢にも思いませんでした。年金とこのような住宅施設を発案してくれた政府要人に感謝しております。

しかしまだまだ私がそう言い切っても信じてない人が大勢います。老人の捨て場みたいな特老施設のイメージが多く、また自治体のお役人も同様の見方をしているからです。両者もつと話しあって素敵な晩年を過ごせたら良いのにそれぞれの言い分が交差して必ずしも良い方向に向かっておりません。

1番の原因は官民の経済格差が拡大して人間の意識常識を曲げている社会の現象です。例えば高齢者が素敵な生活を送ろうと思っても風呂のついていない住宅が増えていくことです。私は365日必ず朝風呂に入っている。あるいはその日の過ごし方を考えております。高齢者は何歳になっても身を清潔にしておかないと若者から敬遠されてしまいます。香水や過度の医者通いに

任せると認知症が忍び寄ってきます。その結果嫌がられる老人になってしまいます。

福井いきいき会はわたしと同じ思いでお集まりのみなさんが多いと思います。入退会自由で会費なしで3年経過しましたが、ますます充実した会になりました。特に現職時代に素晴らしい体験をされた副会長の吉岡さんをはじめ、顧問の寺岡さん、相談役の濱田さん、運営委員の素晴らしい皆さんに囲まれながら、定期的に毎月の企画、発案、提言を実行していることが会の発展につながっていると 생각합니다。

1億総活躍とはまさにこのことだと信じております。それぞれのご苦労体験を背負って交流を深めておられるようです。決して無駄遣いをせず真の楽しみを求めながら健康維持にいそしんでおられます。できれば全財産、地位、学歴をゼロベースに意識しながらお互いに助け合い、支え合い、混乱の社会に船出している若者のためにも、現役後の生き方を伝授してゆく使命感を持ちたいものです。

今後ますます社会が複雑になり、欲と道連れの時代は崩壊していきます。作家五木寛之さんは、堂々と金持ちは全部悪人だと評価しております。結果的に自己主張や権力が優先し真の幸福が消滅すると思いますが、不思議

なことにお金持ちで財産家ほど金がないと言ひ張り、醜い言動が多いようです。私は商家に生まれ想像もつかないような体験をしてきましたが、いまは純粹な福井いきいき会の皆さんのおかげで勇気づけられました。恩返しの意味で一生涯お世話をさせていただいております。

晩年になってこのような気持ちになれたのも、恩師塩川正十郎先生のおかげです。政治家としてのお付き合いはあまりなかったですが、人間味あふれるご厚情を賜り、田舎凡人としての私を育ててくださいました。またいきいき会にも熱心な関心を持たれ応援していただきました。昨年お亡くなりになるまでこの10年間に、約100通も激励文をいただき、福井にも私的に遊びに來られ想い出の数々を残していただきました。その上、拓殖大学顧問で日本の中枢を担う田中一昭先生をご紹介していただき、引き続きご指導を願っている次第であります。

今後このいきいき会会員で人間細胞の核分裂を起こし、高齢者のお手本となるよう人類の健全な発展のために、お互いに思考力を発揮しながら存続出来る事を願っております。

## 祝辞

福井いきいき会の3年間の活動を祝し、  
一層の発展を祈念します

拓殖大学名誉教授 田中 一昭

この5月で福井いきいき会は発足以来、3年5か月になりますね。たしか5回目の例会だったと思いますが、福井康人会長のご依頼で、20数人を前に行政改革の意義についてお話しさせていただきました。それが今や会員は2000人を超えるとか。会員が増えたこともさることながら、活動の広がりを見張ります。福井会長から毎月の活動計画を知らせていただいています。カラオケ、ピンポン、社交ダンス、映画鑑賞、麻雀、囲碁、将棋、旅行、施設見学等々、まさに「いきいき会」です。

そもそも、なぜ私が福井いきいき会と関わりを持つようになったのか、簡単に説明したいと思います。10年以上も昔の話になりますが、私は、故塩川正十郎先生、水野清先生を囲む行政問題の研究会を、責任者として毎月開いていました。あるとき、塩川先生が福井さんを紹介し、地方で行政を良くしようとする努力している人だから協力せよとの指示があったことがきっかけです。さらに、福井い

いきいき会が発足して間もなくの確か5月ではなかったかと思いますが、なぜいま行革が必要かについてお話をしたと記憶しています。福井いきいき会の発足にふさわしい話であったかどうかわかりませんが、行政改革は、土光臨調(第2臨調)等がやったように、三公社の民営化だとか、補助金の廃止だとか、省庁の統廃合のようなことのみではなく、地域を活性化すること、高齢化社会を豊かに迎える術など、身近な行政を、より良質に、皆が使いやすいものにするにはどうすべきか。それはとりもなおさず、東京一極集中を解消し、来るべき関東大震災の被害を最小限にすることだ、というような話をしたのではなかったかと思えます。

活発な活動をしている福井いきいき会について、他の多くの失敗例を見てきた私は折に触れ福井会長に申し上げてきたことがあります。第一は、会の立ち上げから運営の過程で、絶対に行政に介入させず、また当てにもしないこと。自らの足で立つ組織の運営でないと長続きしません。第二は、福井いきいき会は自由に出入りできるようにすること、第三に、会計を明朗にして会員に公開すること、第四に、会長をはじめ、副会長、事務局長等、会の運営に重要な役割を担われている皆さんはご高齢でいつ何が起るかわ

かりませんから、いつもそのことを念頭に会の運営に当たるべきであること、第四に、いきいき会を立ち上げた以上、この組織はGoing Concern(継続体、株式会社と同じ)ですが、カタ苦しいものではなく、会員の意思で、いつでもやめられる組織であること(個人の出入りはもちろん、会そのものも)等、柔軟に考えるべきこと。

そういう柔軟な組織体でありながら、幹部のご努力と会員の支持の下、「福井いきいき会」は丸3年を活動してこられた。これを機会に活動実績を記録されることは極めて有意義で、他の地域の参考になります。去年の5月にも私は福井を訪問し、福井会長以下吉岡副会長、御婦人方等々と親しく懇談しました。いきいき会の世話役の方々にとって、それが日常の重荷にならないよう、福井いきいき会の運営に当たってまいります。「いきいき」していただきたいと希望しています。

(2016年3月31日記)



元財務大臣 故塩川 正十郎様からの  
書簡について

福井いきいき会会長 福井 康人

私は、元財務大臣の塩川正十郎様に永くご指導やご厚情をいただいております。福井いきいき会を立ち上げた後は、例会や新年会の記録をお送りしていましたが、それに対して、暖かい激励のお言葉をいただいております。ここに、故塩川様からいただきましたおはがきと御書簡を、掲載させていただきます。

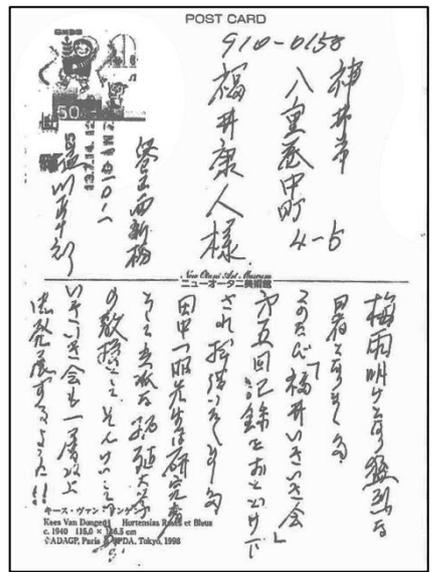
元財務大臣

故塩川清十郎

はがき

平成25年6月

梅雨明けとなり、猛烈な暑さになりました。このたび「福井いきいき会」第五回記録をおとげ下さり拝読いたしました。田中一昭先生は、研究者そして立派な拓殖大学の教授として尊敬しております。いきいき会も一層ご発展するように!!



福井会長あての書簡

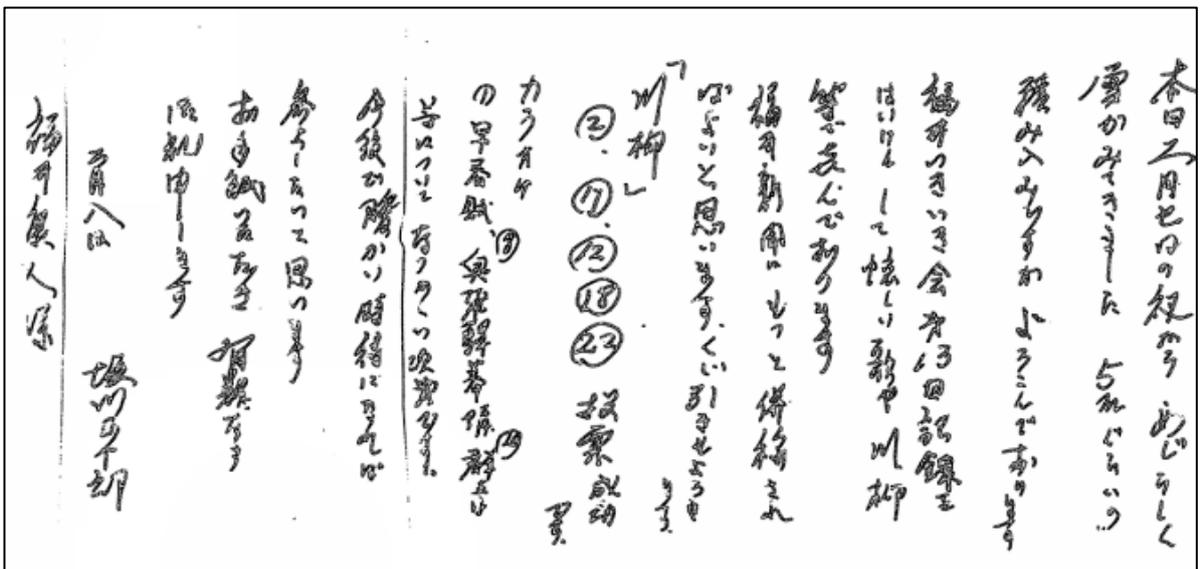
平成26年2月8日

本日2月7日の夜から、めずらしく雪が見えてきました。5cmぐらいの積りですがよこんでおります。福井いきいき会第13回記録をはいけんして懐かしい歌や川柳等によるこんでおります。福井新聞にもつと併称さればよいと思います。くじ引きもよろしいです。「川柳」、②、⑦、⑫、⑬、⑭投票成功です。カラオケの①早春賦、②奥飛驒慕情、⑩群青等について、懐かしい次第です。今後、暖かい時期になれば参上したいとおもいます。お手紙いただき有難く御礼申し上げます。

二月八日

塩川 正十郎

福井康人様



## 祝辞

### 「福井いきいき会3年の歩み」記念冊子 発行にあたり

福井県健康福祉部長寿福祉課

課長 船木 麻央

福井いきいき会が設立3周年を迎えられ、記念冊子を出版されますことを心からお祝い申し上げます。

福井いきいき会は平成25年1月に設立されて以来、高齢者の皆様が元気にいきいきと活動する取組みを展開されており、平成27年4月には福井駅前によろず茶屋を開設されました。この場所を拠点に、映画鑑賞、健康麻雀、読書、ダンス教室など、様々なサークル活動を活発に行っておられますことに会長様はじめ、関係各位の皆様にあたたためまして敬意と感謝の意を表します。

会員数はよろず茶屋開設当初の約100名から現在では約200人と倍増しており、毎月のサークル活動には述べ400人が参加されています。このように多くの高齢者の方がいきいき会に参加し、活動を楽しんでおられることは素晴らしいことです。

福井県は屈指の長寿県でありますが、一方で高齢化や人口減少社会の進展という避

けられない課題と向き合っていないかなくてはなりません。こうした背景から、県では平成27年3月に第6期福井県老人福祉・介護保険事業支援計画を策定し、高齢者の幸福と活力ある社会を実現するため、「高齢者が健康でいきがいを持って生活できる社会づくり」「住み慣れた地域で安心して暮らし続けることのできる地域づくり」「豊かな超高齢社会を実現するための仕組みづくり」を進めています。

いきいき会における様々な取組みが、高齢者の皆様の生きがいや介護・認知症の予防などにつながり、その心身の健康維持に寄与することで、幸福で活力ある社会づくりの一端を担っていくことを期待しています。

また、北陸新幹線の開業による観光客の増加や2年後に迫った福井国体の開催など、人の往来も活発化していく中、ボランティアを含め、元気な高齢者の皆様の活躍の場もますます広がってくるものと思っております。

皆様方におかれましては、いきいき会での活発な活動を礎としながら、これまで培ってこられた知識や経験などをぜひ生かしていただきたいと考えております。

今後とも、本県の高齢者福祉の向上や社会参加の推進に向けた取組みに対し、引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し

上げます。

結びに福井いきいき会のますますのご発展と皆様方のご健勝を心からご祈念いたします。お祝いの言葉といたします。



## 祝辞

### 福井いきいき会3周年記念誌の

#### 発行に寄せて

#### 福井市地域包括ケア推進課

課長 小寺 制木

福井いきいき会が創設3周年を迎えられましたことを心からお喜び申し上げます。

福井いきいき会は、平成27年4月に本市の「いきいき長寿よろず茶屋」として活動をスタートされ、福井駅前を拠点に幅広い行事を通じて、高齢者の生きがいと健康づくりに大きく貢献いただいております。

200余名の会員が16のサークルに参加され、貴会のモットーである「一生勉強、一生感動、一生青春」を实践されている姿に敬意を表する次第です。

さて、少子高齢化が進展し不安定な社会情勢が続く中、本市では、高齢者が可能な限り住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けるための地域包括ケアを推進しています。

福井会長から「参加者の皆さんの喜ぶ顔を見るのが大好きで、お世話できる喜びがそこにあります。」とお聞きしたことがあります。お互いを思いやるこの考えこそ地域包括ケ

アの原動力であり、貴会の活動に大きな期待を寄せているところです。

今後、本市の地域包括ケアはその歩みを加速してまいります。貴会におかれましても活動の更なる充実を図られる中で、本市の取組に一層のご協力をいただきますようお願い申し上げます。

結びに、貴会の今後ますますのご発展を心からお祈りいたしまして、お祝いの言葉といたします。

平成28年5月吉日



## 寄稿

### 福井いきいき会の灯を消さないで

相談役 濱田 芳雄

#### はじめに

高齢化社会と謂れ、私たちと高齢者の一人として余生を送っているが、私たちの住む福井県はどうなのか。2015年の人口は787,099人、昭和60年以来続いた80万人台を割り込み、この15年で42,000人近く減っている。

この人口のうち高齢者（65歳以上）は223,000（総人口の28.7%）になっている。私たちは、この中の一員である。またこの高齢者の内、要介護者・要支援者認定者は49,000人を超えているといわれている。いつ、この仲間入りをするかわからない。

いま高齢者の社会問題がいろいろと取りざたされている。在宅ひとり死、老老介護、認知症発生、施設の問題、経済的困窮、健康不安等々、いろいろの問題が発生している。

私達高齢者は、自分で我が身を守っていかなくてはならない時代になっていることを自覚して生きていかなければならない。ここに一つの高齢者を取り上げた研究資料があるので紹介したい。

日本福祉大学の斉藤雅茂教授の研究資料である。

(1) 他人との交流が月一回以上、週一回未満孤立した、65歳以上の高齢者は、毎日人付き合いをしている高齢者に比べて

① 介護が必要になる可能性が1.04倍高くなる。

② 認知症に発症も1.39倍なりやすい傾向があった。

③ 早期死亡は1.34倍の確率で死亡しやすい。

(2) 斉藤教授は高齢者に対してのすすめとして

① 友人に会うために外出したり、手紙や文書を書いたりすれば生活に張り合いが出る。

② 人付き合いは個人の価値観によるものだが、健康にも関わることを知ってほしい。

高齢者はどちらかというと「家に閉じ籠もり、人との接触を避けて」生活をしている人が多い。私自身もその一人であった。

ところが「福井いきいき会」に参加するようになってから、確かに気持ちが変わってきた。

心に張りが出てきた。活力が湧いてきた。皆さんに会うのが楽しみとなってきた。斉藤教授の研究に間違いのない思っている。家に閉じ籠もりの高齢者の方は一人でも多く「福井いきいき会」に参加し、残された余生を楽しく過ごして

いくことを願うものである。

#### 私と「福井いきいき会」とのつながり

当時、私は年齢90歳、家事とテレビの番、仕事といえはお寺のお世話ぐらいで、いつお迎えにくるかわからない孤独な日々を送っていました。

平成25年の2月のはじめ、思いがけなくも福井会長から電話をもらいました。会長と私の出会いは今から24年前、会長が経営者としてバリバリ会社を経営していた頃からで、私が8歳の現役で働いている頃まで頻繁にお会いをしていました。私が仕事をやめてからも、個人的にお付き合いをさせていただいておりました。

電話では会長が「福井いきいき会」を発足させた動機とその思いを熱く話されました。私は会長のお人柄は人一倍承知しております。会長は思いついたらすぐ実行するという発想と行動力をお持ちになる方で、なにごとにも情熱を燃やして取り組むという方です。

私が初めて「福井いきいき会」に参加したのは2月28日の第二回目の会合であります。20名ほど参加しておりましたが、世の中狭いといいますが、私の知っている方もおられました。会場は熱気に溢れ、私もついつい引き込まれました。そしてこの会に共感し、自分のためにも、会のお役に立っていききたい、自分の残された余生を、「福井いきいき会」と共に生きよ

う。このような思いにかられました。その後は欠かさず参加をしております。おかげさまで楽しさが増すばかり、100歳まで頑張ろうと心に思いを込めています。

### 「福井いきいき会」の3年を振りかえって

「福井いきいき会」の誕生は平成25年1月31日 AOSA7階207号室で会員19名から始まりました。その後、回を重ねる度に会員が増加、今では登録会員280名という大きな会となりました。

サークル活動も四つのサークルが活動を始めました。そして平成27年4月吉岡副会長のお骨折りで福井駅前のエコライフプラザ（元三上ビル）4階を借りることが出来、サークル活動を増やすことが出来ました。

同時に会長が市に対し、よろず茶屋認可の陳情を行い、認可されて「福井いきいき会」駅前よろず茶屋を開設することが出来ました。お蔭でサークルも、今では16サークルとなり、沢山の会員が利用しております。他には月例会、新年会、旅行と年間365日の内、日曜の48日を除いた317日活動をしているという、全国では見られない大きな会で、私たちが誇れる会であると感じるものとなりました。川柳サークルでは、NHKクローズアップ現代の取材を受け、活動の場が全国に放映されて、会の知名度も上がっております。茲に石の上にも3年と

いう諺がありますが、大事な3年を乗り越えて、更に発展を続けているのは、福井会長の会に対する熱い思い、吉岡副会長の会長を助け、事務局の役をきめ細かく努力されているおかげであります。茲に会長、副会長に敬意を表し、感謝を申し上げます。

### 「福井いきいき会」の灯を消さないで

「福井いきいき会」は私たち高齢者にとつては、なくてはならない居場所であります。高齢者が生活に張り合いが出るところ、健康が保てる場所でもあります。

中国の格言に「先人木を植えて、後人その下で憩う」とあります。「いつか人が来ると思っ

て木を植えておいたよ。休んでいってくれ」「ありがとう。とてもいい気持だ」という意味の格言だと思えます。

私たち先人が「福井いきいき会」という木を植えて3年経ちました。私たち先人は、後人の高齢者に喜ばれる木を育てていき、後人高齢者に「ありがとう」といわれるように、私たち一人一人が絆を強め、先人として創意と工夫と知恵を出し合って、互いに協力し合い、「福井いきいき会」の灯を消さないことを願いたい。

最後に吉岡副会長が精魂を傾けて「福井いきいき会3年の歩み」の会誌を発刊することに努力されたことに感謝を申し上げます。

## 寄稿

### ユニークな「福井いきいき会」

顧問 寺岡 弘文

会長の福井康人さんから長文のメールをいただいたのは、2013年2月2日の寒い日でありました。その中で、1月31日に「いきいき会」（仮称）が19名の参加で発足したこと、毎月最終木曜日にアオッサ7階で定例会を開催すること、等々をお知らせいただきました。4月25日の第4回例会では、「輝くいのちの人間学―エネルギー問題と放射線が及ぼす影響度」と題したお話しをして、その夜は、福井会長、吉岡副会長をはじめ有志の方々と山中温泉よしのや依緑園で大いに盛り上がりました。その後、「福井いきいき会」としての会則も整い、3年目には「駅前よろず茶屋」が一等地に開設され、多くのサークル（分科会）が次々と誕生しています。

私は2010年3月に定年退職はしたものの、その後も東京や敦賀での仕事が続いたことから、福井には月に2回ほど帰る程度でありました。その定年からほぼ1年後の2011年3月8日に、一般書『輝くいのち―女性と子どもと男の生命科学』を刊行することができましたが、その3日後、日本は未曾有の国難「3・1

1」に遭遇しました。その初夏、「日刊県民福井」編集部（千秋編集長、当時）に於いて、福井さんの友人である竹内 貫さん（現、運営委員、当時木田公民館館長）とご一緒にお目にしたのが最初と記憶しております。

竹内さんのおかげで12月2日には、木田公民館の木田大学特別公開講座において、「輝くいのち―健康に美しく生きるために―」と題した講演が実現し、福井さんからは鋭いご質問を頂き、また会終了後の拙書の販売にもご尽力賜りました。

福井さんが会長をお勤めになる「福井いきいき会」の特徴は、単なる「老人クラブ」ではなく、まず自分たちが大いに楽しむことを主な目的とすることにあります。言い換えるならば、社会貢献やボランティア活動が主目的ではなく、会員自身が様々な分野（サークルも現在16に上っています）で交流を重ね、各会員の得意技を「会」に役立てて、その中で自分の意見は大いに述べるが、他人の見解や主張にも謙虚に耳を傾け尊重し合い、心身共に健康な「健康寿命」をもって生涯を終えることが究極の目標ではないでしょうか。

「石の上にも三年」という格言がありますが、福井会長が心血を注がれている本会も瞬く間に3年が過ぎ、次の3年に向けて新たなスタート台に立ちました。私の東京での仕事も201

6年3月末で完全に終わり、ほとんどを福井（一乗谷）で暮らすことになりました。役員・運営委員をはじめ会員諸姉・諸兄と共に、本会の益々の発展に少しでも貢献できれば幸甚と思っております。

## 寄稿

### 「福井いきいき会3年間の歩み」

#### 記念誌の発刊にあたり

理事 中村 達夫

「福井いきいき会3年間の歩み」記念誌の発刊にあたり、私自身も本会発起人の一人として若輩ながら一言メッセージさせて頂きます。

福井会長とは、本会発足当時より「現役をりタイアした高齢者の方々」がしがらみなく自然体で自由に集える場があればいいですよね」とと常々お話をさせて頂く中で、福井会長「ご自身が持ち前の行動力で当初は福井会長のご学友等数人がアオッサの一室に定期的に集い、コトと時間を共有してきました。

その経過とともに会員数も大幅に増え、様々な活動グループも発足しました。

まさに当初イメージしていた理想の会そのもの、いや、それ以上の会に成長されたことは、私自身も驚きと同時に大変うれしく思います。

超高齢者社会になった今、そしてこれから、時代は「モノ」から「コト」へと言われる中、まさにこれからの生活の主役たる高齢者のコトを創造される会として、「一生勉強、一生感動、一生青春」の精神で益々のご発展を祈念いたしております。

## 寄稿

### 「福井いきいき会」3周年

おめでとうございます

理事 安本 敏子

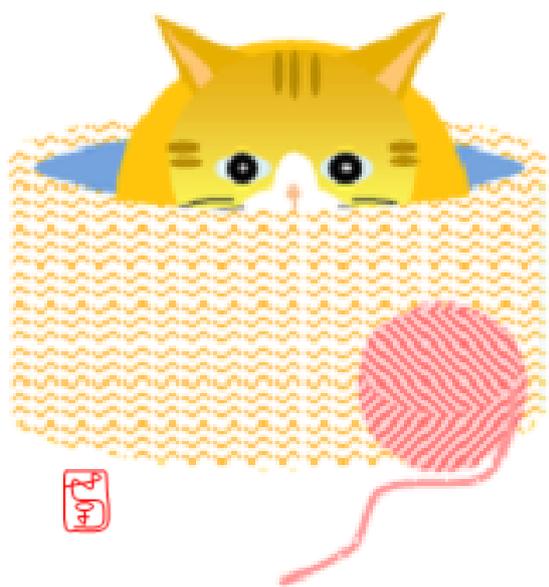
発足してから3年目を迎えるにあたり、あまりに月日のたつのが速いのには驚きました。

平成25年1月頃だったと思います。友達から「遠慮なく何でもしゃべれる会」を作りたいので来てみませんか。とのお誘いを受け、興味半分で参加しました。約20名くらいだったと思いますが、参加された方々はそれぞれに経験豊富な人たちがばかりの中、発起人の福井さん、熱き想いを語られ「いきいきと暮らせる社会」をめざして活動して行きたい」と挨拶されました。名称は「いきいき会」。毎月1回は例会を開くとしてスタートしましたが、正直不安も感じられました。でも、福井会長の意気込みは違っていました。行政、また、報道機関等に働きかけ、

25年4月6日の福井新聞に「いきいき会」が本格始動・進路の提言目指す。として大きく取り上げられました。

3年目を迎え大きく変わりました。会の居場所も定まり（駅前よろず茶屋）、新しくサークル16、それぞれに自分たちの趣味を生かし、それぞれに自分の意見を吐き、例会には毎回80名以上の人たちであふれ、この盛況ぶりは何だろ  
うか、経験豊富なスタッフ、福井会長の人脈の  
広さで、この「いきいき会」が今後ますます成  
長するのではないでしょうか。

3周年おめでとうございます。これからも  
一生勉強 一生感動 一生青春、この想いを胸  
に頑張りたいです。



## 編集後記

福井康人会長は、高齢者がいきいきと暮らすためには、多くの友人を作り、日常いろいろな会話や議論をしていくのが理想とする熱い思いを周囲に伝え、平成25年1月末に20人ほどの賛同者を得て、福井いきいき会を立ち上げた。最初の一年は、講演を聞いたり、議論をしたりする例会を開いてきた。会の Motto を、一生勉強、一生感動、一生青春と定め、当初から、会費はなし、会合への参加もお茶代の百円のみとするお金のかからない会の運営を原則として、会を運営してきた。一年を経過して、参加者は、30名に増加したが、二年目からは、サークル活動を開始、運営委員会を組織して、会の活動を活発化した。三年目には、福井駅前に活動拠点となる福井駅前よろず茶屋を開設し、サークル活動も18を数える規模に成長した。この間、会員数は、二百五十名規模に増大している。

会の運営は、すべて運営委員会役員と運営委員らのボランティアで行われており、高齢者による高齢者のための会である。

会の発足から、三年を経過した平成28年1月、かねて申請していた三谷市民文化支援財団の市民文化活動助成金による福井いきいき会三年の歩みの出版事業が認可され、平

成28年10月の例会開催日を、出版記念パーティー日と定め、記念冊子の作成に入った。冊子は、福井会長の巻頭言をはじめとして、本会の発展を熱心に見守り、貴重な意見をいただいていた田中一昭先生や、県庁及び市の福祉課の長のご祝辞をいただき、次に福井いきいき会の三年三か月間の歩み、会の組織と運営、そして、例会をはじめとする16のサークル活動の状況や実績、旅行会、新年会、全国老人福祉施設協議会が募集する60歳からの主張への応募作品の紹介などを、まとめることにした。

例会やサークル活動について、実施後にまとめた実施記録をベースとして、編集委員の絶大なご努力で記念誌の原稿をまとめることができた。この会が主催する側の独りよがりにならないように、忌憚のない参加者の声も載せることにした。

本記念誌は、高齢者だけの自主的で、すべてボランティアによる運営によって、このような活動が可能なことを、広く知っていただきたいという思いで、出版するものである。本誌が、超高齢者社会を迎える全国の自治体において、高齢者が生きがいを感じて生活し、健康寿命の延長にも貢献することを願ってやまない。

吉岡 芳夫記

## 福井いきいき会3年3か月の歩み

平成28年10月発行（非売品）

〒910-0006 福井市中央1丁目9-29

エコライフプラザ4階 福井いきいき会駅前よろず茶屋

発行 福井いきいき会

会長	福井 康人
編集代表者	吉岡 芳夫
編集委員	大野 勉、寺岡 弘文、井上 清一
挿絵	佐藤 節子