

福井いきいき会新聞

2022年2月発行
発行：福井いきいき会
〒919-2829 福井市中央1-9-29
0776-28-6464
発行責任者 吉岡副会長

一生勉強 一生感動 一生青春 (第37号)



越前海岸の水仙

福井いきいき会 新会長に小林久子氏を選任 福井会長は名誉会長に

福井いきいき会の創設者として、当会を引っ張ってこられた福井康人会長は、昨年の文化祭を成功裏の成し遂げられた後、高齢化による健康上の懸念もあり、会長を辞任したいとの意思を役員や運営委員会で述べておられました。今期末の三月までは現状のままで行きたいとお願いしておりま

したが、やはり早く会長を交代して欲しいとのご希望がありました。濱田相談役、小林、吉岡副会長らで後任の会長人事を相談してききましたが、福井会長が女性会員が多い当会なので、小林副会長の会長就任を強く希望され、濱田相談役も同意されましたので、一月十一日に開催された運営委員

福井名誉会長のご挨拶

平成二十五年一月に発足以来、永年にわたり務めさせていただいた会長職を、運営委員会満場一致で小林久子様を引き継ぐことができました。この九年間、愚生な私に絶大なご支援とご厚情をいただき誠にありがとうございます。私には人の触れ合いが大好きな性格ですが、故塩川正十郎先生との出会いで、心に刻む思い出を勉強することができました。先生は最後の書籍「良き凡人を指せ」を出版されましたが、私はこれ以来「田舎凡人」になろうと頑張つて参りました。下積みで苦労されてきた人ほど感激する人生があることも勉強することができました。これらを私の生涯の宝物として今後の人生を送りたいと思っております。単純で楽しいことばかり追求する私ですが、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

会場で、この人事を諮りました。その結果、出席者全員（小林氏は、ご欠席）が賛成をして、この人事が承認されました。交代の時期は、今月（一月）からです。なお、福井名誉会長は、当会の運営からは離れますが、引き続き、行政との渉外と直接ご担当のサークル活動の世話役を続けていただくことになっております。今回の人事に合わせ、かねてから交代を希望されておられた会計担当役員の折尾敏和氏は、三月までとし、四月からは、大野勉氏が引き継がれること、折尾氏は、濱田相談役と長谷川士に代わって会計監査に就任されることも決まりました。なお、空席だった事務

小林久子新会長のご挨拶

局長は、吉岡副会長が兼任することが昨年十二月の運営委員会で承認されております。当会が、設立以来九年間という長い間、高齢者に生き甲斐を感じる場所の提供という大きな目標を目指しながら、発展してこれたのも、福井会長の個性豊かな指導力によるものと思っております。会員の皆様とともに、感謝の意を表したいと思えます。ありがとうございます。オミクロン株の感染急拡大への対応について（吉岡記）連日報道されているように、オミクロン株による新型コロナウイルス感染の急拡大が続いています。これまでとは違って、若年層の感染が多

く、症状も、軽症か無症状がほとんどということですが、超高齢者の集団ともいえる当会の会員にとつては、感染した場合の重症化の懸念は払しょくされていません。そこで、一月の運営委員会では、サークル活動によつて感染が広がらないように、きめ細かな対応を取るよう申し合わせました。具体的には、サークル活動は、感染予防がとれるもの、十分な注意や対策をすれば感染を防げると考えられるものは開催すること、参加者が多く発言も多い感染のリスクが高いサークルは、主宰者の判断で活動を中止してもよいことに致しました。一月二十三日までのサークル活動では、感染リスク

の高い二十日のうたのサロ
ン、囲碁将棋、カラオケう
た会がサークル活動を中止
しました。

より安全な活動ができる
ように、会員の皆様には手
指の消毒、マスクの完全着
用を徹底し、また、三回目
のワクチン接種を受けてい
ただくことを望みます。

濱田芳雄相談役、 九十九歳のお誕生日

おめでとうございます。



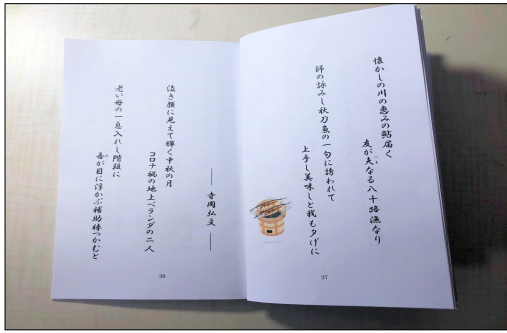
当会重鎮の相談役濱田芳
雄氏におかれましては、一
月十八日、満九十九歳の誕
生日を迎えられました。男
性の平均寿命を十五年以上
も超えられているのに、ま
だ豊饒として当会の行末を
案じご指導をいただいでい
ます。当新聞にも、連続し
て人生訓をお書きいただい
ており、まさに、当会会員
にとっては人生の師と仰ぐ
べきお方だと思えます。今
後も、健康にご留意され、

高所から当会を導いて頂け
るようお願いするものであ
ります。

「短歌の会」が 『歌集十人十首』を発行

寺岡 弘文

一昨年十一月から始ま
りました「短歌の会」で
は、毎月提出されてきた
詠草を、参加者全員で和
気藹々と吟味・推敲して
記録してきました。全く
の素人から熟練者までを
含む本会が発足してから、
まだ一年余りしか経って
いませんが、十五名の現
会員総意の下、冊子体と
して残すために、一人十
首までとして『歌集 十
人十首』を昨年末に作成
しました。



歌集 十人十首

A5判の和綴じ版とし
て一人一部ずつ、さらに
簡易版も自作しました。

長歌、短歌、連歌、今
様、狂歌、御詠歌、ある
いは民謡、唱歌、流行歌
などなど、歌謡の種類は
様々ですが、歌謡の一つ
である短歌は元をたどれ
ば二千年近い歴史があり
ます。「十人十首」は語
呂がいいところで命名し
た歌集名ですが、百人一
首を意識した訳ではなく、
むしろ十人十色・・・
を念頭に置いた命名かも
しれません。

会員の詠じた短歌の他
に、会員が持ち回りで推
奨した名歌も掲載しまし
た。会員の詠じた歌と推
奨歌の間に、何らかの関
連があるようにも感じら
れます。「短歌の会」は、
毎月第三火曜日の午後一時
から、駅前よろず茶屋に
て開催しておりますので、
お気軽にご参加ください。

事務局員を仰せつかって

南部歳子

今年からいきいき会の
事務の方のお手伝いをさ
せていただくことになっ

た。なったもののさて私
に何ができるだろうと不
安ばかり。しかしながら
ぼーっと生きていた自身
に喝を入れるべく皆様の
ご指導を仰ぎながらやっ
てみようと思心しました。

孫たちも受験勉強真っ
最中で、朝早くから夜遅
くまで勉強を頑張ってい
るのを見て、改めて身引
き締まる思いで新年をス
タートさせた次第です。
何事も学ばせてもらう気
持ちは忘れずに、コロナ
対策をしながら元気でア
クティブな一年を送りた
いものと肝に命じており
ます。

楽しい暮らし方

羽川 裕美子

毎月第三火曜日、十時
から十一時半まで、私達
高齢者が楽しく暮らすた
めの健康情報や、ちよっ
としたアイデア、考え方
など、皆さんと一緒にざっ
くばらんに話し合う会で
す。終了後感想や意見を
提出していただき、今後
の運営に反映していきま
す。

十二月は皆さんからの
要望で、井上清一さんを

講師に迎え、先生の人生
観、思いを、可愛い失敗
談を交えながら熱く語っ
ていただきました。質問
タイムでは皆さんから積
極的な意見、賛同の声が
出ました。又、その場で
発言の機会の無かった方
からも“是非、又井上先
生のお話しをお聞きした
い”等、多くの感想を提
出して頂きました。

四月十九日にはハーバ
リウム作りも計画してお
り、作ってみたい方は勿
論、見るだけでも春を感
じられる企画となっておりますので、是非皆さん
来てみて下さい。
尚、二月は十五日火曜
日十時からです。

例会（クリスマス もどきショー）の報告

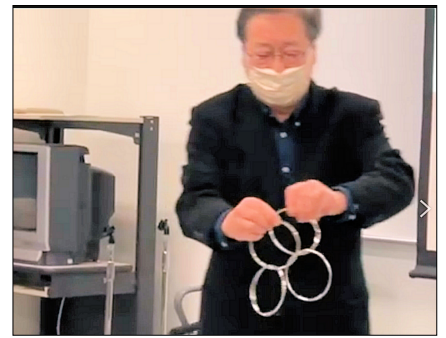
澤村 玲子

十二月の例会は少し趣
きを変え、クリスマスイ
ブ前日でもあり「クリス
マスもどきショー」と題
して行われました。企画
担当は運営委員の澤村・
羽川両委員。ショー進行
委員が担当しました。



クリスマスもどきのショーの始まり

まず定刻、小林久子副会長から例会開催の挨拶。続いてショー進行の小坂さんから一言コメント。まずオーブニングソングに小林さんのリードで赤鼻のトナカイを合唱。会場にはサンタスーツ・サンタ帽の運営委員がその赤い色でもどきショームードにひと役彩りを添えました。ソフトな口調と柔らかな物腰の村瀬康夫さんの面白・不思議世界のマジックで巧みなトリックに魅せられ愉しみました。繊細で美しい音色のゴカリナ演奏は林幸男さん、皆耳を澄まして聴き入りました。ゲームは皆んで参加のお見合いゲームを増永一夫さん羽川裕



村瀬康夫さんが手品を披露

美子さんリードで。場所の移動で少し体を動かししました。一つも間違わなかった人たちがジャンケンをして最終残りの六人に企画者からの小さなご褒美もありました。そして小林久子さんの指導で手話で唄う「夕やけ小やけ」を教えてもらいました。和楽器、尺八演奏三曲、道場岳富さん、クリスマスソングを尺八で聴き歌謡曲二曲も哀愁ある調べに会場から口ずさむ声も流れました。終盤日本名作童話選より芥川龍之介作、遠山繁年絵「蜘蛛の糸」を澤村、羽川両名が交互に朗読、絵本を小坂さんがスクリーンに映し出し、数分の物語を

鑑賞しました。誰もが一度は読み、そして聞いたことのある懐かしさで童話を楽しみました。企画者から一言挨拶して来るべく年への期待と願いを込め全員で「お正月」を唄い、サンタ帽の運営委員が企画者からのさやかな菓子袋を渡し、もどきショーを終了。

令和三年最後の例会の閉めは小林副会長の提案で、村瀬康夫さんの音頭で、全員力強く一本締めで閉会しました。解散時に参加者の楽しかった、面白かった、ありがとうの声もあちらこちらで聞かれ、もどきクリスマス会の賑わいがまずまずの九十分余りの例会でした。

自由の一瞬に魅せられて

澤村玲子
「爺様が死んでしもおたあー」（泣く）、「大好きだったお茶ももう飲んでほらえへんのじゃあー」（うなだれ伏して嘆く）。五年前の早春、朝五時過ぎ、日課の早朝ウォーク時、私の芝居稽古・・・感情込め、泣き声リアルに熱中、すぐ間近で規則



田んぼ道が澤村さんの稽古場

正しい足音。ええー！束の間私の脇を通り過ぎる人。数メートル先で訝しげに私の方を振り返り頭をかき上げて遠ざかる・・・。「わあー！見られた、聴かれた、大失敗！」、心の中で実は劇の稽古をしているんですーと叫んで虚しい言い訳を・・・。

それから五年、田んぼ道が私の稽古場になり、過ごした春夏秋冬、芸能倶楽部発足当初、興味深々初回サークルに参加。林幸男座長のご指導のもとたくさんの演目に出会い、県内各地での公演の機会を与えていただいた。演劇との出会いは、私の現実と、もう一つの世界との出会いにもなった。精神面でのそれをとりわけ私は大切に思っている。「三途の川の爺さん」「絵姿婆女房」「もう一つの手紙」「お餅一つでだんまりくらべ」「袋の中身」「竹の子と嫁さん」「若返りの水」等々の演目。

遠い記憶の小学校での学芸会の劇に出て以来、初めて観客を前に演者としてステージに立ち独特の緊張感を覚えて以後、鼻歌を口ずさむように台詞が私との信頼関係となり時が過ぎた。憶えるまで、憶えたら語気・言い回し・情景と声の摺り合わせを物語全体の雰囲気を通して描き、独り納得できるまで繰り返す。演目にどう溶け入って自然に表現するかと努力するそのプロセスが何故か一番楽しい。趣味のオペラや演劇のライブ鑑賞、テレビ・ラジオの場合も学べるものへの意欲が増し、これまでとは違った視点で持てるようになった。独り暮らしの日に花の

彩りや明るさが加わり、幸福感がもたらされた。何度演じても満足には程遠いが、演技中一瞬、自由の感覚が訪れる時がある。初めてその感覚を得た時から日常的でない解放感が心地よく、演劇へと魅せられた。シニア期七十二歳以降、私の余生の日々にかげがえのない潤いをもたらしてくれた。いきいき会のサークルで出会ったことにまず感謝し、演者として経験豊富で脚本・演出を手がけ、穏やかな人間性の林座長とのご縁、共に汗し演じた仲間の一人としてお付き合いくださった団員の方々に敬意と感謝を込めて過ごした五年間。幸せと書く「幸齢者」で幸せな一瞬を味わって自由を愉しむありふれた現在七十七歳の婆の戯れ言一筆寄稿。これまた感謝の限りです。

小雪が降る日に

山口 悦子

小雪が降っている。今日は独居婆の私には、しわとり化粧品宣伝TE



自宅での看取り

しが外との交流である。元旦の午後、私と同時に期独居住人となった友達が年賀状持参で訪ねてきた。彼女は一人娘を嫁がせ、孫たちは東京住まいであえず、唯一週一の訪問は娘とのこと。そして年寄りの口説き話の最後が「死にたい」であった。彼女は入院中であつた夫とは会えずに別れたとか聞いています。コロナ禍の大変な時、私の夫は施設入所中であつたが、体調最悪状態で在宅看取り看護を選択し、日常生活の中で看取りができた二十日間だった。現代人は人生の最後は医療機関に任せてきたが、受け止め方がわからず喪失感に長らく苦しむ人もいると聞

く。家族はその時どのように関わるのか、暗くて無価値なイメージは変えられないのか？・・・と思う。

介護保険支援専門員の私は、夫の在宅看護には次女の支援があり不安は皆無であつた。玄関で「お家に帰ったよー」の掛け声に、にっこりと二度微笑んでくれた時から看取りは始まった。家族は落ち着いて彼を大事に優しく受け止められた。

小さい子供たちは、握手をしてベッドに玩具を持ち込んで遊び、作文発表をし、バレエのポーズを披露した。お菓子を半分こした。夫婦が手を握り合っているのをカメラに

した。小二のひ孫は、母親とともに充分に看取りができたのかなあと思う。

やがて一滴のお茶をも拒否する日々、夫は彼女の手の小さじのコーヒールやお汁粉だけに口をあけたのだ。優しく顔を近づけて声掛けすると目を開く。「明日の命も彼女に

預けよう」、「笑ったよ。全部飲んだよ」。家族は

感激して涙した。情報はたちまち笑顔とともに電光石火で広まった。母親と並んで夫の手足のマッサージをする日も続いた。じいさんの身体は・・・こんなにな・・・お家でも生きてくれたからね。

そして、最後を迎えたその後にも、いとおしく四本の手は触れられていた。「暖かいよね」、「気持ちいいでしょ」、「いちゃん」、「手が硬くなるからお着替えの時に痛いから、揉んであげるね」、「じいちゃんの手、細いね」。私は立ち尽くした。感動していた。なんと優しい！。「ありがとう。よかつたね」

医師からの「ご臨終です」の言葉は、「いのち」の終わり宣言であるが、人の命に寄り添い、体に触れ、抱きしめて温もりを体感することで「力」をもらう。

自己肯定感を高める「いのちのバトン」を受け取るのが看取りであろう。それは、暗く怖く冷たいものではなく、本来暖かいものでは無いだろうか。納得できた看取りがあると思われれば、家族全員の情緒が安定すると思われる。

ひ孫は二月にはお姉ちゃんになるという。二月は夫の生まれた月であつた。「命のバトンは受け継がれた」と母娘は喜ぶ。

小雪の彼女は、葬式の日の花で埋められた「じいちゃん」を見て、別れを感じて大声でわんわんと泣き続け、タオルを振り回しながら会場を走り回っていた。彼女の精一ぱいのお別れの挨拶行動だったのだ。

小雪が降り続ける。今週末晴れたら、お花を買って饅頭を持って逢いに行きたいなあ。待つてくれるよね。

言葉の責任

吉田一郎

言葉は両刃（もろは）の剣だと思わせる事件が相次いでいます。会員同士が交流するサイト（SNS）が登場してから、いつぞう目につきます。

女子プロレスラーの木村花さんが、二〇二〇年五月に二二才の若さで自



SNS利用上の注意の解説広告

ら命を絶ったニュースは記憶に新しいことです。木村さんの自死の原因については、出演していた番組の制作側や放映した局側の問題が指摘されています。

人権侵害に対する問題意識が弱いことや、人権を侵害された人が保護される体制が整えられていないことなどが指摘されています。

それに加えてツイッターで「死ねや、くそが」「きもい」「消えろ」「地獄に落ちろ」などと書き込みされていたことも、有力な原因だと言われています。

ツイッター、ライン、フェイスブックをはじめとしてたくさんのSNS

があります。遠く離れたお年寄りとお孫さんが交信する様子などを見ると、SNSがもはや欠かせない道具になってきていることは疑いありません。SNSが欠かせないものなら、それを提供する業者側と利用者側の双方に、問題を防ぎ手立てが求められるでしょう。業者側の問題については、別の機会にゆずるとして、利用者側の問題について考えてみます。

SNSはいろいろな使われ方をしていきます。社会的な問題を多くの人が議論する公共性の高いものから、親しい者同士が気軽に交流するプライベートな性格の強いものまで、いろいろです。なかには「フォロワー」の数を競うものもあります。

SNSでは総じて言葉が過激になりがちです。しかし、SNSは誰にも見せない日記とはちがいます。誰かに見られることを前提にしている以上、何を言ってもよいというものではないと思います。根拠のあやふやなうわ

さ話しや、ひとのプライバシーをむやみに拡散したり、聞くにたえないような誹謗、中傷、人格攻撃をするのはいかがなものでしょうか？

人には誰も自分が我慢できる刺激の許容範囲があるといえます。過激なことばや言いたい放題が許される環境に慣れてしまつと、その許容範囲を知らぬ間に自分で広げてしまつようです。

過激なことばをあたりまえに使っていると、何を言つても許されると勘違いしてしまうのでしょうか？あるいは自分が匿名でいられる安心感が、自制心を失くさせるのでしょうか？ それとも「いいね！」と誰かに賛同されると、調子づいて歯止めがきかなくなるのでしょうか？

しかし、自分の許容範囲と他人の許容範囲はちがうものです。それが受け手の許容範囲を超えてしまつと、どうなるでしょうか？取り返しのつかない悲劇になることを、木村花さんの事件が教えて

くれます。

自分はそんなつもりじゃなかったと「言い訳」さえすれば、許されるのでしょうか？言葉の責任とはそんなに軽いものでしょうか。

自分の発する言葉が、人を傷つけるかもしれないと想像する力、自分の言葉には責任を持つという自覚と矜持を失いたくないものです

一月の

川柳同好会作品

歩きつやつと出た句が

出てこない

吉田美恵子

飲み慣れて

美味しくないのは薬だけ

林 進

明るさも 暗さも己の

内に有り

澤村 玲子

年賀状添え書き無きは

пойと横

松島 成美

今一度 深呼吸して

血圧計

上坂 征夫

里帰り土産にコロナ

お断り

吉岡 芳夫

オミクロン残りの人生

邪魔するな

新田ヨシエ

世の中は出会いと知恵の

積み重ね

福井 康人

初詣 ご利益期待

はしごする

小坂 武士

我が頭 抜け殻のごと

へま重ね

千田 節子

オミクロン家族の逢わせ

遠ざける

笠原 京子

何回も 言ったよと又

言われている

南部 歳子

雪コンコン咳もこんこん

誰もこん

増永 一夫

初夢や 温泉旅行

ファン倶楽部

斎藤栄三郎

バスに乗る

先ずたしかめる非常口

小林 久子



