

福井いきいき会新聞

2022年7月
発行：福井い
いきいき会：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42号)

コロナ感染防止の徹底を!

新型コロナウイルスのパンデミックが始まってからほぼ二年半の間、会員の中に幾人かの感染者が発生していましたが、人へ感染の可能性のある時期によろず茶屋でのサークル活動に参加していたケースはありませんでした。

今回は、一人の会員が感染し、夜になって症状が現れた日の午後によろず茶屋でのサークル活動に参加して



ゆりの里のゆり畑

たことがわかりました。サークル活動が終わった後、更に喫茶店で複数の会員と談笑もしていました。サークルに参加した会員には、小林会長から事情を説明し、健康管理と慎重な行動をお願いしました。また、濃厚接触者はPCR検査を受けましたが全員陰性で新たな感染者は確認できませんでした。それは三回目のワクチン接種の効果だったと考えることもできるでしょう。

一方、市からの指示で、三日間よろず茶屋でのサークル活動を中止しました。現在のコロナウイルスは、感染力が強いものの軽症か無症状ですが、油断せず、部屋の換気、三蜜ではマスクを、手指の消毒など、基本的な感染予防は怠らないようにして、当会の中でクラスターが発生するようなことは絶対にならないようにしていただきたいと思えます。

六月のサークル活動の報告

看護学生を迎えて実施したよろず討論会

六月三日(金)のよろず討論会は、県立福井看護学校の要請を受け、六人の女子学生が参加して行われました。

まず小林会長が歓迎の挨拶をされた後、進行の大野氏が当会の組織や活動内容について、スケジュール表を基に簡単に説明し討論に入りました。

会員からの要請で、学生に家族構成、看護師を日指すに至った理由や意気込みなどを尋ねると、六人とも祖父母が健存で優しく接してくれた命、婆に恩返しをしたいなど優しい一面を吐露してくれました。

会員からは、家族の養育や介護についての体験談が話されましたが、「自分の最後は・・・」では「自宅で死にたい」「家族に迷惑をかけずに」「家族に看取られて」など、思い思いの気



発言する看護学校学生

持ちが話されました。どの学生も真剣に聞き入り、勉強になりましたと謝意を表していました。

大野 勉

夜明の会の小旅行

夜明の会では、昨年の八月に第一回目の小旅行を開催しましたが、その後もほぼ毎月、県内の各所を訪れ、おいしい昼食を食べる小旅行を開催してきました。

六月二十四日には、二十五名が参加し、越前市巡りで、百年以上の古民家ビストルで、オリジナル生パスタとソース自慢の肉料理をいただき、至福のさくらんぼ狩りでは、二十分間のサクランボの食べ放題、そして、くにもクラゲ公民館(水族館)では七十種類もの珍しいクラゲを見ることが



参加された皆さん

映画観賞会

六月の映画観賞会は、洋画、邦画とも、ロシアとの戦争が主題の映画を鑑賞しました。

まず、六月七日の洋画鑑賞会では、イタリヤ映画「ひまわり」を鑑賞しました。この映画は、第二次世界大戦中のイタリヤで、主人公のジョバンナとアントニオが、美しいナポリの海岸で恋におち、結婚する所から始まりました。まもなく、アントニオは、ソ連との戦争の最前線に送られましたが、ソ連軍の攻撃を受けて厳寒の大地で倒れます。ジョバンナは、夫は必ず生きていけると信じて疑わず、終戦後、消息を求めて單身ソ連へ渡り、そしてようやく見つけたのが、広大なひまわり畑に住むロシア人女性と結婚し子供と遊ぶ夫の姿でした。すべてを察したジョバンナは、一人イタリヤへ帰り、空虚な日々を送っていました。そこへ、突然アントニオが訪れました。心揺れ動くなか、彼女は運命の決断を下しました。最後の場面は、ウクライナの

原野に広がるひまわりの風景でした。

六月二十一日の邦画鑑賞会では、明治天皇と日露戦争を鑑賞しました。明治三十七年、ロシアの極東侵略政策に脅威を感じた日本は、外交によって事態を収めようとしましたが、ロシアは了承せず、もはや自衛のためめの戦争をしなければと何度も閣僚たちが明治天皇に進言するも、天皇はその都度外交により戦争を避ける手を考えよと容易には開戦を許しませんでした。最後には、開戦のご英断を下されました。

しかし、重要な旅順要塞攻撃の初戦では、乃木將軍率いる部隊が機関銃を使うロシア軍により多数の犠牲者を出す大敗北となったこと、その後旅順要塞への攻撃を休みなく続けた結果、遂に二〇三高地は陥落し、旅順は開け渡されたこと、一方東郷司令官率いる連合艦隊は、対馬海峡でバルチック艦隊と接触、一八〇度転回作戦によって敵艦隊を全滅させたことなどを、迫力のある映像で見ることができました。

しかし、外交による戦争の回避は、なかなかむづかし

いことも感じさせられる映画でした。

インターネット世界旅行

六月二十二日のインターネット世界旅行では、ロシア軍に攻められて陥落したウクライナのマリウポリやセベロドネツィクの戦争前の街の様子を見に行きました。街路樹に囲まれカラフルな建物が並ぶきれいな街をロシア軍が破壊するのになんの正義があるものかと戦争の残酷さを痛感するとしきりでした。

ほかに、貿易港のあるオデッサ、首都のキーウ、ポーランドへの避難の拠点となった西部のリビウの街も見ることができました。(資料は、ホームページに掲載)

会員のエッセイ

人間関係

その席にいない人を非難するな

濱田 芳雄

この言葉は、人間関係の非常に大事なことで心構えとして持つておきましょう。その場にいない人の悪口を言っただけじゃありません、欠席裁判はしてはいけませんと言っているわけです。このことは本当に大事なこ

とで、出席していない人を悪し様に罵る事は、その人を傷つけるだけではなく、そういうものの言い方をする人を、聞いている人は心密かに軽蔑するようになるものです。

もしその席に当人がいたらならば、こちらの言う非難が根拠のないものであるとして反論したし、抗議をしたかも知れません。しかし、いいことをいいことにして言いたい放題の悪口を言うのは大変醜い行いです。もしその人が、同席した人から「お前がいなくなったら、誰かがお前の悪口を言っていたぞ」と聞かされたとき、その人はどんなにか嫌な思いをし、そういった人に憎しみを持ち、いつまでも忘れられなくなると言うことになるでしょう。

これは、みんなにとつて大変不幸なことです。一生のうち一度も他人の悪口を言ったことがないと言う大変人格高潔な方の中にはいらつしやるようですが、おそろしくの方は例外でしょう。どうしようもない人に限って、悪口を言うことが喜びであり、人をけなして自分が相対的に上であるかのように言おうとするもの

で、そんな心情は誠に醜いものであり、痛ましく、人間の小ささを示していると思えます。

裏を返せば、人の悪口を言わずにいられないと言っている人は、結局は自分がいかに認められていないかと言っているようなものです。

こういう人の前では、逆に今いない人のことを褒めるようにして間接的にたしなめるのがよろしいでしょう。お互いに気をつけて良き人間関係を作りましょう。

玄関先に植物を

増永 一夫

玄関のスペースは、来客者だけでなく私も家族も出入りする大切な場所です。自分の好きな植物を飾り、玄関周りを華やかにして、毎日の生活を身近でもっと明るく楽しくしてみませんか。

玄関先で植物を育てるのは簡単ではなく難しいのが現実です。季節の植物で日光を必要とするものは南側の庭先やベランダに置き、見ごろになり始めたら玄関先に置き換える。高さのある常緑性の草木は玄関の前に、多肉生の植物などは段付き

の棚の上に置くのが良いでしょう。肥料のやり過ぎや水の与えすぎには気を付けましょう。大きく育てることも大事ですが、表情が変わらないまま育てるのも楽しめるような気がします。

特に薔薇はどこに飾ってもを引き立つ主役の花と言えるでしょう。できるだけ長く咲く植物を見つければ、薔薇と草花が美しく調和すると玄関先も明るくなります。色彩の組み合わせさせて・・・結構難しいですよ。花の形、色や咲き方まで、様々です。複数の植物を大きめの鉢と一緒に植え込む寄せ植えも色合いによって美しいものです。一種類の植物を鉢ごと寄せ集めるのも一つの方法かと思えます。鉢の色も白や黒



玄関のお花

色系を使ってモダンにしてみているかが。花と向き合う少しの時間、目も心も緑のパワー効果が出てきますよ。

スポーツと指導者

吉田一郎

スポーツ指導者によるパワハラや暴力事件が後を絶ちません。

▼二〇一三年には柔道女子の日本代表選手十五人が、監督からパワハラ、暴力を受けたと告発した事件がありました。

監督、コーチが悪質なタックルを指示した日本大学アメフト部のパワハラ事件(二〇一八)も、記憶に新しいものです。

どうしてスポーツ界でパワハラや暴力事件が無くならないのでしょうか。

日本のスポーツ界には精神主義や権威主義が根づいています。これが背景にあるのではないかと私は思っています。

▼精神主義とは何事も気持ちの持ち方一つで決まるといって考え方は、

気持ちが大なることを否定するつもりは毛頭ありませんが、精神主義には見逃せない問題があり

ます。本人にしか分からないはずの気持ち、その人以外の者があたかも分かっていたかのように決めつけるのは問題です。

責め立て、追いつめれば精神力がつくという乱暴な発想も見えますが、それも問題です。

体力づくり、トレーニング法、技術や戦術・戦術などについてデータや理論に基づいて科学的に追求するよりも、経験と根性に頼るのも問題です。

▼権威主義にも問題があります。権威主義は指導者や先輩に対する服従を何より重んじます。そのため威圧的な態度や暴言がよく見られます。暴力(体罰)も容認されがちです。

▼精神力や服従を重んじる文化には長い歴史があります。そこでは、従順に従う人は作られるかもしれない。

しかし、自分の頭で考え行動できる人や、人を尊重する心、スポーツを楽しむ心を育てることはできないのではないのでしょうか。

▼バレーボール元日本代表の益子直美さんは「絶対怒つてはいけないバレー大会」を二〇一五年から開催しています。褒められたことがなく、怒られ続けてバレーが嫌いになった選手時代の記憶が、この大会を開く動機になったと益子さんは語っています。

表の益子直美さんは「絶対怒つてはいけないバレー大会」を二〇一五年から開催しています。

参加した小学生から、「今日は先生に怒られなから、思いつきでできた」という声が続々と寄せられていくそうです。

▼「平成の三四郎」と呼ばれた柔道の世界王者、亡き古賀稔彦さんは体罰を絶対認めませんでした。指導者が自分の考えを一方的に語るの、自己満足でしかないとも断言しています。

選手本人さえ気づいていないよいところを見つけて、褒めることが大事で、そこから対話が生まれ、心が通い始めると古賀さんは力説していました。

彼はまた「強い人よりやさしい人になりなさい」と、常々子どもたちに話していたそうです。

▼東京オリンピックピック男子柔道監督を務めた井上康生さんも、選手の名誉を

決して汚さない指導者です。

井上さんは、オリンピックで敗れた選手を責めませんでした。

「課題をうめてあげられなかった指導陣の責任。選手に申し訳ない」と、語っています。

▼百メートル九・九五秒の日本新記録(二〇二二、六月)を出した山縣亮太選手は、「あなたの期待に応えられなくなったら、いつでも自分を切ってほしい」と、山縣選手に告げていたそうです。

▼益子さん、古賀さん、井上さん、高野さんたちの姿には考えさせられます。スポーツとは何か、指導者はどうあるべきか。

六月の川柳同好会の作品

おかしなが波風面倒
言わんとこ
小坂 武士

嘘まこと夢うつつかな
いまこの世
齋藤栄三郎

担当医 携帯電話で
問診す
上坂 征夫

犬さんぽ
されているのか?
してるのか?

澤村 玲子
八十路なり酒も飲まぬに
ちどり足
松島 成美

熊が出るラジオの
音を最大に
定池 徳誠

老後とはずっと連休
長すぎる
南部 歳子

博学のスマホは
私の宝物
吉岡 芳夫

息子には負けてたまるか
老いの恋
大野 勉

歯を入れて眉毛をかいて
顔になる
新田ヨシエ

顔洗う 縦縦横なし
5秒間
増永 一夫

死亡欄 同姓同名
わたくしが
吉田美恵子
ビデオ画に いやになる
いやになる我が姿
田中 秀男

物価高 財布直撃
非常事態
小林 久子

令和4年7月行事予定表

日付	曜日	活動場所	開始時間	行事名
1	金	Aマ 市体育館	13:00	ピンポンの会
2	土	Aマ B	13:00	卓話を聴く会
3	日	Aマ		
4	月	B	13:00	合唱サークル (45)
5	火	ハピリン4F B	13:30 13:00	芸能クラブ 映画観賞会
6	水	B	13:00	経済指標を考える会
7	木	B	13:00	囲碁将棋
8	金	Aマ B	13:00	よろず討論会
9	土	Aマ		
10	日	Aマ B	13:00	夜明けの会
11	月	B	13:00	新聞記事を読む会
12	火	B	13:00	運営委員会
13	水	市体育館 B	13:00 13:00	ピンポンの会 囲碁将棋
14	木	B	13:00	易しい科学の話
15	金	Aマ B	13:00	歴史を楽しむ会
16	土	Aマ B	10:00 13:00	私の健康法 川柳同好会
17	日	Aマ		
18	月	B	13:00	短歌の会
19	火	B ハピリン4F	10:00 13:30	楽しい暮らし方 芸能クラブ
20	水	アオッサ6階レクA	13:30	うたのサロン
21	木	市体育館 B	13:00 13:00	ピンポンの会 囲碁将棋
22	金	Aマ コトダジュール	13:00	カラオケうた会
23	土	Aマ		
24	日	Aマ		
25	月	B	13:00	スマホ勉強会
26	火	市体育館 B	13:00 13:00	ピンポンの会 音楽鑑賞会
27	水	B	13:00	ネットで世界旅行
28	木	アオッサ706, 707	13:00	例会
29	金	Aマ		
30	土	Aマ		
31	日	Aマ		

Aマは、3階A室での健康麻雀で13:00開始

令和四年
七月の行事予定

例会講演

「福商のチエアダンス」

講師：福商

五十嵐先生

福井商業高校で、教鞭を
とのながらチエアダンスチー
ムを立ち上げ、全米の大会
で何度も優勝を勝ち取った。
素晴らしい成果をあげられ



五十嵐先生



福井商チアリーダー部 全米V5

たJETSについてお話を
していただきます。
六月は、「イタリア映画
「ひまわり」と、「明治

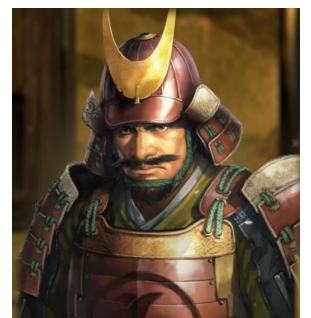
天皇と日露戦争」を鑑賞
しました。七月も候補映
画から参加者が選んだ映
画を上映します。なお、
今後世話役は、佐々木晃
一氏と吉岡副会長が交代
で行うことにしました。

易しい科学の話

医療、宇宙などの興味あ
る記事を多数紹介します
「朝食を抜くと体重が増
えるのに筋肉量は減少」
「米太陽探査機、金星表
面の可視光撮影に成功」
など。(講師は吉岡副会長)

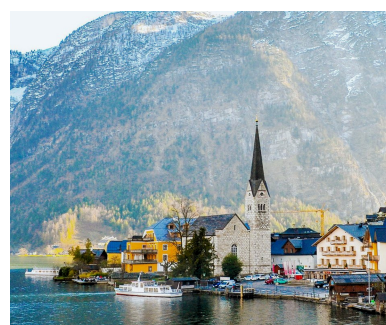
歴史を楽しむ会

「信長、勝家と越前」
講師：小坂 武士氏
今回は、信長の先祖、織



柴田勝家

田家のルーツは越前かどう
か？にはじまり、父信秀の
死後家督を相続し尾張を統
一するまでの十四年と、傀
儡政権の足利義昭の追放、
浅井・朝倉氏攻略、天下取
り(布武)に邁進する信長
と北陸方面の総司令官柴田
勝家の戦功等について、越
前を中心にお話しします。
ご期待ください。



ハルシュタット (オーストリア)

インターネット世界旅行
世界で一番美しい場所
へ行ってみよう
アマルフィ海岸(伊)、
ハルシュタット(奥)、ハ
ンプシャー(英)、バンフ
国立公園(加)、キューケ
ンホフ公園(蘭)のほか、
京都(日)も入っています。
案内は吉岡副会長

福井いきいき会新聞

2022年8月
発行：福井いきいき会：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43号)

新型コロナウイルス変異株の感染が急拡大 感染予防を徹底してください

最初に新型コロナウイルスの感染が広がってからも二年半が過ぎてもまったく思ったらまた感染拡大と、いつまで続くのかと気が重くなりまします。当会は、感染すると重症化する恐れがある高齢者の団体ですから、当会の活動に参加したため多くの会員が感染したといった事態を起すことはな



はなはす公園の蓮の花

せん。福井市は、最近の感染は若い世代の人が多く、もしかかっても軽症か無症状がほとんどであることから、公民館活動も特に制限しないという方針を示しています。当会では、これまでもお知らせしてきたように、サークル活動を感染リスクで分類しており、リスクの少ないサークル活動の実施は制限せず、リスクが高いサークルは、主宰者の判断で中止しても良いことにしています。

七月後半の行事については、余りも感染の急拡大が起こっているので、役員間で相談のうえ、多くの参加者が予想される七月の例会は中止とし、予定していた福商の五十嵐先生のチャダンスのご講演は、九月以降に延期することにいたしました。また、カラオケサークルは、ドアや、リモコン、マイクなどに付着しウイルスに触ってしまう可能性があるため、そしてスマホ勉強会も講師や会員同士が接近してスマホを見ながら、操作を勉強することになるので、中止としました。

六月の例会講演の概要 南海トラフと福井の地震

講師 福井高専
名誉教授 岡本拓夫氏

岡本先生は、福井高専で地元の地震活動の観測と分析を続けてこられた福井県で活動する地震学者の一人です。ご講演では、南海トラフと福井の地震と題して、地震に関する様々な話をしてくださいました。

まず、予想されている南海トラフ大地震と福井の地震の関連について話されましたが、南海トラフで起こった過去二回の大地震では、発生前後に、関連するとみられる地震があり福井地震もその一つだったと思われること、現在は、前震らしい地震が六か所で発生していること、南海トラフによる地震の発生が近いことは間違いないと思われる、その発生時期は、プレート運動速度から予測できることでした。

福井平野の地面の動きを高精度のGPSで調べると、兵庫東南部地震のあと、淡路島、北大阪、鯖江を經由し福井平野を通る断層の存在がわかり、断層を境に地



講演中の岡本拓夫先生

面が互いに逆方向に移動していることがわかること、福井地震の発生は三千年周期なので、当面は再発の心配はなさそうなこと、福井地震や懸念されている首都圏の地震で、直下型地震といわれるのは専門用語ではなく、プレートの境界以外で起こる地震のことを便宜的に言うこと、福井県内に設置した地震計によるデータの分析で大安禅寺近くに断層があると予測したところ、震度五以上の地震が実際に発生したことなど、最後に地震計のデモもあり、地震に関するたくさんのご話を勉強することができました。そして、南海トラフ地震が発生すると、太平洋ベルト地帯の物流は二十一日間もストップし、燃料、食料などの必需品が入らない。福井県は多数の避難者を受け入れなければならぬ事態にもなりそうだと話されました。

芸能クラブの公演を 福井新聞が紹介

七月二十一日の福井新聞に「シニア劇団 久々の公演」という見出しで芸能倶楽部の公演が紹介されました。以下は、後藤奈央記者が書かれた記事の抜粋です。

福井市のシニア劇団「幸齢者」が八日、福井市の河合整髪生活改善センターで久々のボランティア公演を果たした。新型コロナウイルスの影響で長らく活動を休止していたが、踊りや楽器演奏、創作劇などプログラムを感じさせないパフォーマンスを披露。芸達者のお年寄りたちの熱演に、会場のお年寄りから大きな拍手



河合整髪よろず茶屋での劇の公演

が送られていた。同劇団は、シニア同士の交流や生きがいづくりに取り組む「福井いきいき会」の芸能部として、林幸男さんを座長に、十二人が月二回の練習を重ね、地域のイベントなどで芸を披露していたが、コロナ禍で中断していた。

この日は団員八人が出演、ひょうきんな振り付けと衣装で踊る「スーダラ節」は笑い声が絶えず、尺八による「川の流れのように」の演奏は大合唱で盛り上った。トリは、民話を基にした創作劇で、水を飲んで若返った高齢者の夫婦をユニークに演じ、笑いを誘った。林座長は「久々の公演でうれしかった。これからもシニアの生き方の手本になるよう楽しんでやりたい」と話していた。同劇団は今後も出演依頼に応じていききたいとしている。

会員のエッセイ

芸能クラブの

ボランティア公演

山口悦子

七月八日（金）河合鷲塚よろず茶屋にて八劇団員が活動参加し、目指すほのぼ

の公演が行われた。地区の住民、医療福祉関係の方たち三十人ほどが来場された。十一時に集合。二階会場、一階控え室を確認、持ち込み品の運搬、舞台セットイングに汗を流す。テンションが上がる中で昼食時間が楽しい。ダンスの衣装をつける。

最初の植木等の「スーダラ節」は黒一点、林座長も交つてのダンス。白カッター手袋、黒のベストとストラップス、山高帽、鼻眼鏡、赤蝶ネクタイ姿で直前も練習して……本番は開き直つてスーダラスーダラと。終わつてみたら全員満足！

次はウクライナでの戦争をテーマにした演奏と紙芝居。「象の三兄弟」はもし動物園が戦禍に包まれてしまいい、彼らが興奮したときには人間たちのどんな対応でも落ち着かせることは不可能と、動物たちを死なせた悲しい物語。コカリナ、オカリナでも二団員がウクライナの音楽を会場に語りかけての演奏。静かな時間が流れた。

三番目は音楽会でピアノとの合奏(?)もされておられる道場さんの素敵なお八演奏。曲目は十八番の「夜霧よ今夜もあがりごと」と「川の流れのように」。

来場車は聴き惚れていました。

四番目は林座長の「三、七、七拍子で、元気の出るお話」は団員も大好きな講演。「ババアズ」が二百五十回の公演で婆ちゃん達が生き甲斐を持つたこと。劇団幸齢者の「こう」は幸せの字であること。ワッハッハハ オッホッホ、ワッハッハ オッホッホを三、三、七拍子に合わせ拍手して笑いを三回。横隔膜が動くとその分元気になる話された。

最後は笑いの練習をしてから劇「若返りの水」の公演。主人公の爺さん婆さん達の会話は飛んだり重復したりもあつたが、とっさの会話で互いに繋ぎ合い、楽屋からもフォロアありで観客もそれなりに破顔一笑！破顔爆笑！河合鷲塚よろず茶屋にて劇団「幸齢者」はボランティア公演を行い無事終了。長時間蒸し暑い中で、本番に強い我ら団員たち八名はすばり上手に堂々と役割をまっして方歳終了！目指した「ほのぼのの公演」でした。

人間関係

怒ったときに書いた手紙は

すぐ火中に投ぜよ

濱田 芳雄

これはアメリカの第十六代大統領アブラハム・リンカーンの言葉です。いわゆる人間関係に関する英知あふれる言葉ですのでご紹介いたします。

非常に腹が立った時、怒った時に書いた手紙は、いくらか長く書いた手紙であつても、ぐつとこらえてその手紙は暖炉の火に放り込んで燃やしてしまいなさいと言ふのです。そうしないと、もしこれが相手のところに配達されたときには今度は相手を非常に怒らせ、決定的な人間関係の亀裂となり、自分にとつても相手にとつても非常にマイナスとなつてしまいます。

だから、こういう手紙を書いても出さずに燃やしたほうが良いと言ふのです。これは本当に優れた人生の知恵だと思ひます。

これは手紙でなくても同じですが、人間は非常に怒つたときには理性が麻痺してしまい、憎しみが表面に出てくるようになります。憎しみは心を傷つける毒を持っています。したがつてそういう毒で持つて相手を傷つける事は、翻つてまた自分も傷つけられることになるわけですから、そういう愚かな事はやらないほうが



腹は、
立てるな

いとリンカーンは教えてくれているのです。怒りが起きた時はぐつとこらえて、一晩経つて冷静になった後にもう一度考えてみたならば適切な処置ができるのではないのでしょうか。

腹は立てず、腹は横にしておきましょう。目のつくところに貼つておきましょう。

私のこんな予言が

当たりました

佐々木晃一

その一、二十五年前に予告、太陽光発電が普及する

現在自宅に太陽光パネルが付いておりますが、これは二十五年前に設置したものです。私は地球温暖化防止の観点から、石炭石油のような化石燃料を脱して無尽蔵に降り注ぐ太陽エネルギーを利用しない手はない、と考へたからです。その当時そんな金をかけて元は取れるのか、と疑問を呈する人がほとんどでしたが、それから二十五年、国の政策もあり太陽光発電は急速に普及しました。

その二、六年前に予告、福井駅前にはひげ線は延伸する

現在福井駅前に福鉄電車が来ていますが、これは以前だるまや西武の前の停留所が終点で、ひげ線と呼ばれていました。私はわずかに百五十メートル先に福井駅があるのにこんな状態では県外の人に恥ずかしい、また乗り換えも含め交通の利便性の観点からも駅前まで延伸すべきだと市民説明会でも意見を述べたりして来ました。(当時の商店街連合会には延伸に反対でしたが)現在は私の希望(予言通り)見事に福井駅前に電車が停車しており全く良い眺めです。

その三 これから

起りこるこの予言

一、ジビエ肉(猪、鹿、熊)の肉、さすがに猿は無理が五年でスーパーの店頭に並ぶ。原料は国産で、その手法は別として自然から無料だけでいけるので価格も安い。駆除と称して埋めてしまうのはせつかくの命に對して失礼。

二、福井城址はJR福井駅からわずか徒歩五、六分のところにあり、しかも立派なお堀まである。このような立地は全国でも稀である。

ここに、天守閣を建設すれば大藩越前の名城として、北は北海道から南は九州までの観光客が押し寄せる。これは少し先ですが二十年で実現する。

以上大風呂敷を広げていると感服(?)される方もあると思いますが、あまり先の長くない身として希望旁々披露した次第です

こんな偶然、？

有ったんです、

羽川 裕美子

本当に偶然でした。このところ母の新居への引っ越し手伝いに頻繁に大阪へ出掛けていました。その日もカーテンレールを取り付けたり箱詰めを手伝ったり、ギリギリまで作業をしていたので、当初乗る予定の電車に乗り遅れてしまいました。仕方なく一本後の電車に乗ったのですが、幸運な事にそのサンダーバードの私と同じ2号車に安倍元首相が乗車されていたのです。最初はそれは気が付き、一日の疲れも有ってウトウトしてしまいました。京都を過ぎてしばらくしてから、隣り合わせた女性が私の腕を突つき、「安倍さん」と小声で教えてくれました。ハツとして見上げると、S Pの方に付き添われて、安

倍さんが私の横を通りかかる所でした。いきなり目が有ったので、思わず会釈を返しました。

それから、、、です。隣席の彼女と勇気を振り絞って安倍さんの席に行き「お写真をお願いできますでしょうか？」と、、、もしたら秘書の方だと思いますがすぐに席を立って、その席に私を座らせてくれ、写真を撮ってくれたのです。安倍さんは物腰の柔らかい紳士的な印象で、優しい目元からは包容力の感じられるとても素敵な方でした。

夢のような気持ちで席に戻ってからは、隣席の女性と話が盛り上がり、友達にはすぐにラインで知らせて、「あら、お忍び旅行？」などど返信を貰い、有頂天でした。

安倍さんは福井で降りる気配は無かったようでしたから、再び席に行つて、写真のお礼と「応援しています」と伝えて電車を降りました。後で知つたのですが、安倍さんは芦原に選挙遊説に行かれたようです。

嬉しい出会いから十二日後、安倍元首相が銃撃されたという信じがたいニュースが飛び込んできました。私は丁度母の引っ越し当日



安倍元首相とサンダーバード車内にて

で大阪に居たのですが心臓のバクバクが止まりませんでした。「何とか助かって欲しい」と多くの人の祈りも虚しく奇跡は起こりませんでした。「失つてからの大切さに気付く」という諺が有りますが、喪失感にかられた方は少なく無かつたと思います。政治の事は詳しくありませんが、今まで日本を引つ張ってくれた、日本は美しい国だという事を日本人に教えてくれた、信頼できる方だったと思います。

安倍さんは志半ばで人生を奪われてしまいました。あの時安倍さんに会つた意味はなんだつたのでしょうか？少なくとも私はまだ生きてるので精いっぱい生きて残りの人生を精いっぱい生きてはと気付かされました。 安倍

さん、ありがとうございます。ご冥福をお祈りいたします。

七月の川柳同好会の作品

- 言葉なし平和な日本でこの蛮行 大野 勉
愛してる妻に言ったらにらまれた 増永 一夫
目はメガネ耳は補聴器総入れ歯 田中 秀男
美しいものに食欲 老け知らず 南部 歳子
焼け付くよ干物になるよ アスファルト 吉田美恵子
時は金百も承知の探しもの 千田 節子
保険掛け老いしわが身も元氣出る 新田ヨシエ
感動だ着物姿よお姉さん 斎藤栄三郎
哀れやな悪意に満ちた記事かい 上坂 征夫
宮参り賽銭箱に願ひ込め 定池 徳誠
あくららら冷凍蔵庫もメタボだわ 澤村 玲子
老いた友久しぶりだが「君の名は」 林 進
孫返事昔はハイイ今ハウン 松島 成美
お父さんあごマスクばかり もう止めて 小林 久子
エアコンを消したつもりが テレビ消す 小坂 武士
誇りだね全米酔わせる二刀流 吉岡 芳夫

令和四年 八月の行事予定 例会について

八月は、毎年のことですが、会場の確保ができません。七月は、新型コロナ感染拡大のため、急遽中止となり、例会的に中止となつてしまいました。九月再開時に、五十嵐先生の福商のチャダンスのお話を、ご期待ください。

「映画観賞会」 七月十九日（火）は、

「雪の華」という四年前の公開映画を上映。余命二年。残された時間の中で、一生分の恋を描いたラブストーリーでした。八月の洋画は、「逃亡地帯」、「ラ・ラ・ランド」、「冒険者たち」、「理由なき反抗」、「ドライヴ」が上映候補です。

易しい科学の話
「人の老化はオートファジーの衰え」
人の体の中に約三十七兆個ある細胞。そのほぼすべてで日々働いている細胞の若返り機能「オートファジー」は、ヒトの場合、六十歳頃から活性が低下し、老化や

令和4年8月の予定表				
日付	曜日	活動場所	開始時間	行事名
1	月	B	13:00	合唱サークル (46)
2	火	B	13:00	映画鑑賞会
3	水	B	13:00	経済指標を考える会
4	木	B	13:00	囲碁将棋
		市体育館	13:00	ピンポンの会
5	金	Aマ B		
6	土	Aマ B	13:00	卓話を聴く会
7	日	Aマ		
8	月	B	13:00	新聞記事を読む会
		市体育館	13:00	ピンポンの会
9	火	B	13:00	運営委員会
10	水	B	13:00	囲碁将棋
11	木	B	13:00	易しい科学の話
12	金	Aマ B	13:00	よろず討論会
13	土	Aマ		
14	日	Aマ B	13:00	夜明けの会
15	月	エコライフプラザ閉鎖		
16	火	エコライフプラザ閉鎖		
17	水	アオッサ6階レク	13:30	うたのサロン
		市体育館	13:00	ピンポンの会
18	木	B	13:00	囲碁将棋
19	金	Aマ B	13:00	歴史を楽しむ会
20	土	Aマ B	10:00	私の健康法
		Aマ B	13:00	川柳同好会
21	日	Aマ		
22	月	B	13:00	スマホ勉強会
23	火	B	13:00	音楽鑑賞会
24	水	B	13:00	ネットで世界旅行
25	木		13:00	囲碁将棋
26	金	Aマ コート ダジュール	13:00	カラオケうた会
27	土	Aマ		
28	日	Aマ		
29	月	B	13:00	短歌の会
		別会場	13:00	手作りの会
30	火	B	10:00	楽しい暮らし方
		B	13:00	映画観賞会
31	水	市体育館	13:00	ピンポンの会

備考 Aマは3階A室での麻雀で13:00開始

歴史を楽しむ会 「越前・加賀・越中と一向一揆」 講師 寺岡弘文 真宗本願寺派の第八代

加齢に伴い増える病気とも密接に関わることがわかっています。オートファジーの研究を行う大阪大学名誉教授の吉森保氏は、その働きにブレキをかけるタンパク質「ルビコン」を発見。このルビコンを除去することで老化やさまざまな病気の予防が可能になるかもしれないそうです。
(講師は吉岡副会長)

インターネット世界旅行 「世界遺産と共生するルーマニアへ行ってみよう」 急激に近代化が進むルーマニアの首都ブカレスト。

法主蓮如上人が、叡山の弾圧を避けて教線のあつた北陸に逃れ、越前細呂宜郷吉崎に、一四七一年坊舎を立て布教を開始した。その結果、北信越を中心に門信徒が急増し、吉崎御坊は一大宗教都市に変貌した。本願寺門徒を核とした一向一揆を、時代背景と蓮如の苦悩を交えてお話しする。



ブカレストの街

お洒落なショッピングなどが増える一方で、旧共産主義時代の観光スポットも数多く残っています。
(案内は吉岡副会長)

なエッセイを楽しんでいた
 だくことができます。福井
 新聞社の最高幹部を務めら
 れた山田文雄さんのご講演
 やエッセイは、福井新聞社
 創刊百二十年の歴史や、ゴ
 ルバチヨフや政界のリーダー
 のすこさを紹介しておられ、
 再読の価値が高いと思いま
 す。その他、長短の違いは
 あれども、エッセイには著
 者の人柄が現れていて、楽
 しい読み物になっています。
 そして、読むのに疲れた時
 には、川柳同好会の川柳を
 読んでください。

新聞の一面の写真は、そ
 の時期にふさわしい風景や
 花を、その場に行つて写し
 てきました。発行した新聞
 は、毎号全ページにカラー
 写真や画像をちりばめてい
 ます。これらの写真を見る
 だけでも楽しいと思います。

この当会新聞編集の発
 行には、三谷市民文化振興
 事業団から三十万円の助
 成金を頂きました。七月に
 開催された運営委員会でご
 員への配布について審議し
 た結果、無料配布は、配布
 対象者を決めることが難し
 いので、白黒印刷をしたも
 のを、一冊五百円で、希望
 者に配布させていただくこ

とにしました。カラー印刷
 は、一冊の原価が三千円
 と見積もられているので、
 希望配布希望者の数を集
 計してから配布の金額を
 決めたいと考えています。
 なお、総集編の発行は、
 十一月中旬頃を考えてい
 ます。

福井いきいき会のホームページが充実しています

高齢者の健康寿命を延ば
 す大きな要素は、高齢者に
 居場所を提供することと、
 高齢者が家に引き込まら
 ずサークル活動に参加して
 仲間とコミュニケーション
 することである。この主旨に従い、
 活発に活動している福井い
 きいき会の活動をホームペ
 ージで発信し、仲間を増やす
 とともに、他のシニアグル
 プ活動の参考にして頂く。
 福井いきいき会のホーム
 ページは、開設時に目的を
 以上のように考えて二〇一
 七年六月にスタートしまし
 た。立ち上げは、当会会員
 の佐藤紘一氏が尽力され、
 現在のホームページのデザ
 インを決めていただきました。
 その後、当初のメニューから
 多くの追加、改良を加えて
 いますが、五年二か月の期

間は、ほぼ副会長の吉岡が
 記事を掲載してきました。
 ホームページは、国内のみ
 ならず世界中の人が閲覧で
 きるので、当会の情報発信
 としては、最強なものと思
 えています。

現在のホームページは、
 十六のメニューより構成さ
 れています。その中で、メ
 ニューの「福井いきいき会
 の概要」では、当会の設立
 以来の活動の推移や、当会
 の特徴、全サークルの紹介
 記事を載せてあり、新しく
 当会に参加される時の参考
 資料として見ていただける
 ようにしてあるとともに、
 別メニューで「当会に参加
 する方法」を載せてありま
 す。

メニューの「福井いき
 き会新聞(毎月発行)」は
 当会の新聞をそのまま掲載
 しています。創刊号から現
 在までのすべてを閲覧する
 ことができます。最近一番
 充実しているのは、「サー
 クル実施報告書及び資料」
 のメニューです。ここでは、
 各サークルの実施報告とと
 もに、講座として使われた
 資料をそのまま閲覧するこ
 とができます。
 メニューの「行事予定表」

は、いつも会員の皆さんに
 お渡ししている行事予定表
 をそのまま見ることができ
 ます。メニューの「サーク
 ル紹介」では、当会の全サー
 クル活動の内容を見ることが
 できます。

メニューの「会員専用」
 は、例会講演、よろず討論
 会、各種講座の資料などが
 掲載してありますが、一般
 公開にしない方が良い資料
 を収録して、パスワード
 の入力で会員が見ること
 ができます。

以上のほか、「会則」は
 当会の会則を、「記念誌」
 は、平成二十八年に発行し
 た当会の設立以来三年三か

月の活動を記録した記念誌
 の内容を閲覧出来るように
 なっています。

ホームページは、パソコ
 ンやタブレット端末で閲覧
 するのが最良で、ヤフーな
 どの検索画面で「福井いき
 いき会」と入力すれば、す
 ぐに当会ホームページの画
 面を見ることが出来ます。
 スマホでも閲覧すること
 ができます。行事予定表な
 どは、スマホで見ると大変
 便利です。スマホで見ると
 めのQRコードをつけてお
 きます。これをスマホで読
 み取れば、すぐにホームペ
 ージを見ることが出来ます。

福井いきいき会
 一生勉強、一生活動、一生青春のシニアグループ

ホーム | はじめに | 福井いきいき会の概要 | 当会に参加する方法 | 福井いきいき会新聞(毎月発行) | サークル実施報告書

検索

検索テキスト

お知らせ

令和4年8月のサークル実施報告書は、以下のファイルをクリックするとみることができます。

- R 4年8月のインターネット世界旅行(講演版) ルーマニアの資料
- R 4年8月のインターネット世界旅行(要約版) ルーマニアの資料
- R 4年8月のスマホ勉強会の資料
- R 4年8月の川柳同好会の実施報告書
- R 4年8月の新しい科学の話 人の老化はオートファジーの衰え(講演版)の資料
- R 4年8月の新しい科学の話 人の老化はオートファジーの衰え(要約版)の資料

ホームページの一部

いきいき会新聞 | 行事予定表 | サークル実施報告書

会員のエッセイ

手に休憩を与えるより 舌に多くの休憩を与えよ

濱田 芳雄

「戦争と平和」「イワンの馬鹿」と言った不朽の名作を書いたトルストイの言葉です。

人間は仕事をしていてくたびれると手を休めます。しかし、手を休め、足を休めることを考える人はいて、舌を休めない人がいるということについてトルストイは警告を発しているわけです。

世の中には、おしゃべりの人は多く、自分中心に一人よがりのおしゃべりをする人がずいぶんいるものです。そういう人は、舌を休めて、耳を動かして、人の言うことをよく聞いたほうがずっと得になるんですよ、ずっと勉強になるんですよとトルストイは教えていると解釈したいと思います。

人間は、口が一つ、耳が二つ、あるいは舌が一つ、耳は二つとありますが、これは、神様が喋る倍だけ聞きなさいと言っていて、そうお作りになったのだという有



トルストイ

名な教えがあります。人間は、ついつい自分がおしゃべりして、相手の言うことを聞かない、聞く耳を持たないという人が多いのには驚くばかりです。

私は、まず第一に、誰よりも先に自分の周りの仲間の方々から、いろいろ意見を聞き、お知恵を拝借し、それを何とかして取り入れて実現しようと図ることが、一番自分にとつてはプラスになるのではないかと思うのです。その意味で、この言葉を熟読吟味していただきたいと願うものです。

ほおずきの花

松島 成美

私の家の庭の隅に赤くて可愛いほおずき(写真)がありました。昔、口の中で鳴らしたり人形を造ったりして遊んだ幼き日々が懐かしく想い出されました。



ほおずきの花言葉

吉岡 芳夫

鬼灯(ほおずき)の真っ赤な実は、夏の夜を幻想的に彩ってくれます。鬼灯は古くからお盆に仏花として飾られてきました。調べてみると、平安時代から薬としても利用されてきたそうです。そんな鬼灯の花言葉は、「心の平安」や「自然美」ですが、なんと西洋では「ごまかし」といわれているのです。どうしてそんな花言葉ができたのでしょうか？

鬼灯の実は、独特の形状をしていますね。中には小さな実があるだけで他には何もなく大部分が空洞です。外からは中身が詰まっているように見えても中身がない、そんなことから「ごまかし」という花言葉が生まれたそうです。

一方、「心の平安」という花言葉は、お盆に仏壇に鬼灯を飾るとご先祖には赤く熟した鬼灯の実が提灯に見え、それによって安心して現世に帰って来られるため、「心の平安」になったという事です。

また、鬼灯の実は酸味を伴った甘みがあり栄養が豊富なので、デザートで食されることもあり、そのような特徴によつても、鬼灯の花言葉に「心の平安」が定着したそうです。日本人には、この方が良いでしょう。

八月の川柳同好会の作品

安倍ちゃんよ撃たれる

だけの理由がある

上坂 征夫

国葬と血税重み

どうはかる

澤村 玲子

爺のしわ笑うと増えると

孫に言う

林 進

トレードも解雇も

できない 親子の仲

新田ヨシエ

瞑想してるつもりが

眠りこけ

南部 歳子

クルマ中肉も焼けます
八十度

吉田美恵子

避難指示出たが行き先
どこになる

吉岡 芳夫

来るだろかスマホ

千田 節子

三歳児話す自販機に
お辞儀する

松島 成美

請託疑惑クーベルタンも

苦い顔

大野 勉

若さみて可愛いなあと

ファン倶楽部

斎藤栄三郎

孫ポケモン 妻別モン

ジイノケモン

田中 秀男

まいた種 統一議員に
お灸する

小坂 武士

花をやめ野菜を植えます

物価高

増永 一夫

にじむ汗かいた眉消え

ポケ顔に

小林 久子

お詫

先月号のエッセイ「こんな偶然 あったんです」で著者のお名前が間違っていました。正しくは、羽川裕美子さんでした。

一生勉強 一生感動 一生青春

令和4年9月予定表

日付	曜日	活動場所	開始時間	行 事 名
1	木	市体育館	13:00	ピンボンの会
		B	13:00	囲碁将棋
2	金	Aマ ハピリン4F	13:30	芸能クラブ
3	土	Aマ B	13:00	卓話を聴く会
4	日	Aマ	13:00	
5	月	市体育館	13:00	ピンボンの会
		B	13:00	合唱サークル (47)
6	火	B	13:00	映画鑑賞会
7	水	B	13:00	経済指標を考える会
8	木	B	13:00	易しい科学の話
9	金	Aマ B	13:00	よろず討論会
10	土	Aマ	13:00	
11	日	Aマ B	13:00	夜明けの会
12	月	別会場	13:00	手作りの会
		B	13:00	新聞記事を読む会
13	火	B	13:00	運営委員会
14	水			
15	木	B	13:00	囲碁将棋
16	金	Aマ B	13:00	歴史を楽しむ会
17	土	Aマ B	10:00	私の健康法
		B	13:00	川柳同好会
18	日	Aマ	13:00	
19	月	B	13:00	短歌の会
20	火	ハピリン4F	13:30	芸能クラブ
		B	10:00	楽しい暮らし方
		B	13:00	映画鑑賞会
21	水	アオッサ6階レク	13:30	うたのサロン
22	木	市体育館	13:00	ピンボンの会
		B	13:00	囲碁将棋
23	金	コートダジュール	13:00	カラオケうた会
		Aマ	13:00	
24	土	Aマ	13:00	
25	日	Aマ	13:00	
26	月	B	13:00	スマホ勉強会
27	火	B	13:00	音楽鑑賞会
		市体育館	13:00	ピンボンの会
28	水	B	13:00	インターネットで世界旅行
29	木	アオッサ706, 707	13:00	例会
30	金	Aマ	13:00	

Aマは3階A室での「飲まず、吸わず、賭けず」の麻雀で13:00開始

令和四年
九月の行事予定

例会 コロナ蔓延のため延期にした講演です。

「福商のチエアダンス」

講師：福商

五十嵐佑子先生

福井商業高校で、教鞭をとりながらチエアダンスチームを立ち上げ、全米の大会で何度も優勝を勝ち取った。



五十嵐先生



福井商チアリーダー部 全米V5

素晴らしい成果をあげられたJETSについてお話をさせていただきます。

映画鑑賞会

九月最初の洋画は、映画通の佐々木晃一さんが選んだ作品のどれかを上映しま

す。邦画は、「いのちの停車場」、「お嬢さんに乾杯」などが上映作品の候補です。

易しい科学の話

「身近な家電品（食洗器とウォシュレット）」

昔は皿洗いと言われた食洗器と、世界的な大発明と言われるウォシュレットの仕組みや進歩についてお話をします。

（講師は吉岡副会長）

歴史を楽しむ会

「新撰組が幕末の日本を動かした（第四話）」

「新撰組が幕末の日本を動かした（第四話）」は、

松平容保率いる京都守護職の別動隊として当初二十四名で発足した新撰組が、池田屋事件など数々の手柄を立てる中で、隊員の急募が必要となり、一時二百名を超える隊員を土方歳三による「局中法度」で統率しながら、当組が一途に江戸幕府・將軍を支えていく様子を皆さんと一緒に楽しみたいと思います。

ご期待ください
（講師：大野 勉氏）

インターネット世界旅行

「ベトナムへ行ってみよう」

ベトナムは南シナ海に面する、長く南北に広がる国。



ベトナムのハロン湾

世界遺産の『アンコール遺跡群』などすぐく歴史が感じられる街並みなんだろうな、と思っていたら、ヨーロッパ風建築が目に入るなど見所の多い国です。
（案内は吉岡副会長）

福井いきいき会新聞

2022年10月
発行：福井いきいき会
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45号)

コロナ感染の第七波は、ようやく終息に向かってきたようですが、八月の当会サークル活動は、開催を見合わせたものが増え、参加者収入が、七月の約七十%に落ち込みました。このような状況が続くと、会の運営に支障が出てくる可能性があります。そこで、感染のリスクの少ないサー

クル活動については、積極的に開催するようにしていただきたいと思えます。



平家平 (大野市)

濱田芳雄相談役 百歳高齢者表彰を授与される

来年の一月十八日に満百歳を迎えられる当会相談役の濱田芳雄さんは、今年度中に百歳を迎えられる高齢者として、題記の総理大臣表彰を受けられました。心からお祝いを申し上げます。濱田相談役には、当新聞に毎回人生訓を投稿していただき、我々高齢者の生きる道を示していただきました。三月に脳梗塞で倒れたので、心配をしていましたが、リハビリで体力も



百歳高齢者表彰状を持つ濱田芳雄さん

回復され、頭脳は相変わらず明晰であります。今後もお体を十分にこまめに、ご指導をいただけることを願っております。

我々の大先輩 濱田芳雄さん 見事に復活

三月三十日に、突然脳梗塞で倒れられてから約五か月、超越した心身共のご努力により再びお元気になられたご本人にお会いすることができました。濱田さんは来年一月に百歳を迎えられる超高齢者で、我々がお手本とすべき人間の優しさをお持ちですが、今回はさらに仏様のような人間愛に満ちたお顔をしておられましたので、お会いできて私も大変幸せでした。



福井前会長と濱田さん

器を操りながら見事にご自身の足で部屋に入ってこられましたので、思わず万歳と叫びたい気持ちでした。その後別にやつれた様子もなくて、相変わらずいきいき会の高齢化を心配され、動けるうちに好きなことをやっておけよと逆に励まされました。病院からは八月二十三日に退院され、九月二日から在宅医療のシンカイグループでお世話になっておられます。最後に何度も、いきいき会の皆さんにくれぐれもよろしく伝えてほしいと言われましたのでご報告いたします。 福井 康人

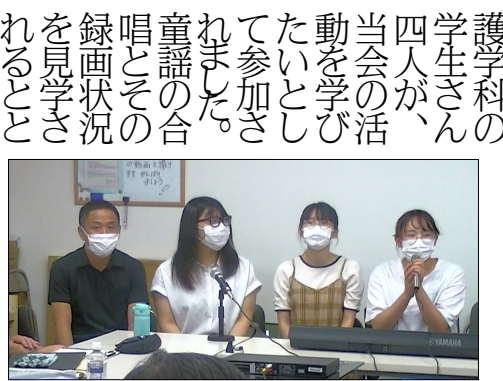
合唱サークル 童謡の日のさわやかコンサートに参加

令和四年九月五日(月)のサークル活動で、福井市の童謡の日さわやかコンサートに参加するため、五曲の童謡の合唱をビデオ撮影し、福井市役所の観光文化局文化振興課に提出しました。すでに、参加八チームの童謡の合唱が一市内で活動する童謡愛好団体のハートフルな演奏をお楽しみください」としてオンラインで紹介されています。

当会ホームページのサークル活動実報告書の所に資料を掲載しています。資料を開いて、指示する場所をクリックすると、合唱の動画を視聴することができます。

福井大学 看護学科の学生さんが 当会の活動を見学

童謡の録画を行った合唱サークルに、題記の看護学科の学生さん四人が、当会の活動を見学しました。



もに、参加者全員に、当会のサークル活動に参加している数や、当会に参加するようになったきっかけなどを質問し、会員の答えを聞き、活発な当会活動を素晴らしいと感じを語っていました。

手作りの会で、

蜜蝋を塗った

エコラップを作製

蜜蝋（ミツロウ）は、ミツバチが巣を作る材料として、腹部から分泌するロウのことです。古くからロウソクの原料として使われるほか、木製品や皮製品の艶出し、化粧品材料としても使われてきました。

奥島さん主宰の手づくりの会では、今回、何度も繰り返して

使えるエコ商品として注目をされてきているエコラップを創りました。耐久性や抗菌性を活か



し食品の保存やラップとして使うことができます。

会員のエッセイ

カラオケ歌の会

増永 一夫

令和三年の秋から始まった新型コロナウイルスの感染が何波も繰り返され、特に今年の夏には大幅に感染が拡大しました。九月には半分に減少したようですが、このまま無事終息を願うばかりです。

毎月恒例のカラオケ歌の会は、福井市のコートダジュールを会場としていきいき会の仲間が集まって盛り上げの会です。最近では男性、女性の皆さん歌うことの楽しさを味わっているようです。

禍のようにならなうちはどうしようもない時に、心機一転、頑張りましょう、と思っても、身体



に馴染めず、そんな時にポイントになるのが「気合」のような日常生活で大切なエネルギーを生み出す脳の一部だと思えます。何かを始める際に、もう一息と声を出してみるだけでもエネルギーになります。

私の場合、歌の練習方法は最初何度も繰り返して歌の曲を聴きながら全体の感じをつかみ、壱フレーズずつ音程やタイミングを覚えていき、自分の持ち味を歌の中に活かしていく練習をします。七、八月はコロナ禍で大事をとって安心安全を優先し中止しました。

皆さんの歌を聴いているだけで心が癒されますよ。ただ今カラオケ歌の会の会員を募集中です。

貴重な憲法第九条を

変えてはならない

佐々木晃一

今回は政治的なお話をさせて下さい。昨今憲法第九条を改正してミサイ

ルも持つて敵基地攻撃も可能にするというような物騒な議論がなされているところですが、国の交戦権を否定する九条があればこそ、八十年近く日本は戦争によって他国の

人間を一人も殺さず、他国から一人も殺されていない。これは世界の歴史から見て稀有なことです。平和ボケという言葉もありますが、ボケルほど平和であったことを誇るべきです。相手がジャックナイフで襲ってきたら小刀で対抗する、小刀で襲ってきたら大刀で対抗するなどということを繰り返していったら、軍拡競争は止まることはありません。

二度あることは三度あると申します。最後には神ならぬ身の人間、不測の事態が生じて現在世界が保有する一兆発の核ミサイルの打ち合いとなり、第三次大戦で、奇跡によつて生じた宇宙唯一の知的生命体人間の滅亡です。相手を武力で制圧しようとするのではなく困難でも不断の外交努力を積み重ねるべきです。

訳の分からぬ国があるのに座して死を待つべきではないとの意見もありますが、日本の自衛隊は世界第四位の軍備力を持ち、他国からの侵略への抑止力は十分あると思わ

れます。これは九条の後段にもある通り、交戦権の認められていない集団です。これは他国の人間に発砲することはできません。これは陸海軍のようなものであります。戦力とは言えず、自衛隊は憲法違反ではないのです。

楽しい期待

澤村 玲子

第四十四号（22年9月）新聞に、令和元年杳月創刊第一号から三年半分をまとめて総集編（冊子）として十一月に発刊予定という掲載があった。しかも読みたい記事の検索もできる索引付きでもあるらしい。

毎号くまなく読んでいく私だが、それらを冊子で読み返せるのはこの上なくありがたい朗報である。現在は、健康面でもまだ車の運転でも支障をきたす不安もないから、丸岡からの外出も特に問題ない。しかしそれらが不可能になる日が必ずや来る。そう思うと晩年期よろず茶屋に足を運び、好きなサークルに参加して多く

の素晴らしいシニアの会員の方々に相見えたことの現実感こそ紛れもない私自身に最後の社会的足跡である。

いきいき会にご縁を得たこと、いきいき会新聞総集編を手に行けることは、私が孤独という深い縁から救出され、さやかに生涯現役という思いに満たされることになるのだから・・・。我が人生も捨てたものでないと振り返りたい。記憶力に劣等意識濃い私を総集編が補ってくれるなんとも頼もしい限りの期待ではないか！

四十四号に至る毎号を、工夫とご苦労を重ねられ、さらに総集編の資金の調達から完成まで並々ならぬ情熱を注がれたことに深い敬意と感謝で、十一月発刊に楽しい期待を寄せるものである。

お布施とは

吉岡 芳夫

法事などでお経をあげていただいたお礼にお坊さんにお布施を差し上げます。本来のお布施の意味は、「施すこと」で、毎

日少しでもいいから善いことをする。その善いことの中で一番大切なものが「お布施」だという。月刊雑誌「なぜ生きる」に、二千六百年前のインドに伝わる次のようなエピソードと、お布施の記事が出ていたので紹介したい。

幼いころ両親を亡くした孤児のサーヤ。友達の家へ帰れば笑顔で迎えてくれる両親がいるのに、自分にはいない。サーヤは、大富豪（以下長者）の屋敷のメイドになった。

ある日一緒に遊んでいた友達に座り込み大きな声で泣いてしまった。そこへ、釈迦の弟子が通りか

かり「どうしたの？夕焼けがきれいだよ」と声をかけた。サーヤの話を聞くと、弟子は、お釈迦様は、人は皆な独りぼっちだよと言っておられる。どうしたらよいかは、釈迦のお話を聞きに行くといいよと。サーヤは長者の許可を得て釈迦の説法を聴きに行った。

ある日、長者が庭に出ると、サーヤが大きな桶をもって「ほらご飯だよ、

ほらお茶だよ」と言っ草に水をかけている。理由を聞くと、茶わんなどを洗った水を草や虫に施しているのだという。施すという言葉に習ったのかと聞かれて、サーヤはお釈迦様に、施すことは善いことをする中で一番大切なことで、お金や財産がなくても、思いやりの心があれば、七つの布施ができることを教わった。孤児の自分でもできる布施があるとわかつてうれしかったという。

この七つのお布施は、「雑宝蔵経」に無財の七施として書かれている。一、眼施。暖かいまなざしで人に接すること

二、和顔悦色施。明るく優しい微笑をたたえた笑顔で人に接すること。三、言辞施。心から優しい言葉をかけていくこと。四、身施。人や社会のために働くこと。無償奉仕。五、心施。ありがたう、すみませんなど感謝の言葉を述べること。六、床座施。場所や席を譲りあうこと。

七、房舎施。訪ねてくる人に、一宿一飯の施しを

与え、労をねぎらうこと。サーヤの行いを見て、長者も釈迦の教えを聞きに行くことにした。そしてお話を聞いて感激し、それまでの人生を深く反省、この喜びを多くの人と分かち合いたいとご説法を聴く場所として精舎（寺院）の建立したそうです。

九月の川柳同好会の作品

- 福井いきいき会でも、無財の七施をしていこうではありませんか。
- 惜別を語る国王影薄し 定池 徳誠
- 自画自賛卒寿を過ぎて 「ようやった」 千田 節子
- 新聞はぼけを遅らす 葉かな
- 吉岡 芳夫 伸ばしたい健康寿命 100才に 吉田美恵子
- 仏壇のお菓子一つを 食べました 増永 一夫
- 土地名義俺だと思えど 居場所なし 田中 秀男

シニアにはカナ文字 世の中生きづらい 松島 成美

驚いた神業凌ぐ 宇良の技 大野 勉

スベったあ！ 手が すべったの？ いや口が 足るを知るそのこと忘れ ムダ使い 林 進

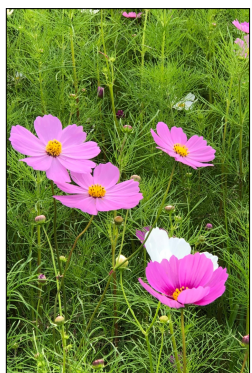
無責任極まりないぞ 自民党 上坂 征夫

天高し物価も高し 円安し 南部 歳子

徘徊も本人にとっては ぶらり旅 新田ヨシエ

爺さんよ落ちたらあの世 松剪定 小坂 武士

三年ぶり花火の音に 駆けてゆく 小林 久子



令和4年10月予定表					
日付	曜日	活動場所	開始時間	行事名	
1	土	Aマ	B	13:00	卓話を聴く会
2	日	Aマ			
3	月		B	13:00	合唱サークル (48)
4	火		B	13:00	映画鑑賞会
5	水	市体育館	13:00	ピンポンの会	
		B	13:00	経済指標を考える会	
6	木		B	13:00	囲碁将棋
7	金	Aマ	ハピリン4F	13:30	芸能クラブ
8	土	Aマ	B	13:00	スマホ勉強会
9	日	Aマ	B	13:00	夜明けの会
10	月		B	10:00	手作りの会
			B	13:00	新聞記事を読む会
11	火		B	13:00	運営委員会
12	水	市体育館	12:00	ピンポンの会	
		B	13:00	囲碁将棋	
13	木		B	13:00	易しい科学の話
14	金	Aマ	B	13:00	よろず討論会
15	土	Aマ	B	10:00	私の健康法
			B	13:00	川柳同好会
16	日	Aマ			
17	月	B	13:00	短歌の会	
		市体育館	13:00	ピンポンの会	
18	火		B	10:00	楽しい暮らし方
			B	13:00	映画鑑賞会
		ハピリン4F	13:30	芸能クラブ	
19	水	アオッサ6階レクA	13:30	うたのサロン	
20	木		B	13:00	囲碁将棋
21	金	Aマ	B	13:00	歴史を楽しむ会
22	土	Aマ			
23	日	Aマ			
24	月		B	13:00	新聞記事を読む会
25	火		B	13:00	音楽鑑賞会
26	水		B	13:00	ネットで世界旅行
27	木	アオッサ706, 707	13:00	例会	
28	金	コートダジュール	13:00	カラオケうた会	
		Aマ			
29	土	Aマ			
30	日	Aマ			
31	月	別会場	13:00	手作りの会	
		市体育館	13:00	ピンポンの会	

備考(1) Aマは3階A室での麻雀で13:00開始、会費は100円

令和四年
十月の行事予定
例会講演「心ゆたかに」

講師 住職三寄霊証氏

今日、コロナ感染拡大、特效薬が無い不安、戦争による死者、世界経済の困難など、世の中が混濁・迷乱しています。これらは人間の煩惱から起きていますので、心次第で人間の生き方が変わります。

映画観賞会

十月はじめ洋画(担当吉)

岡)は「英国王女の秘密の外出」「バルカン超特急」

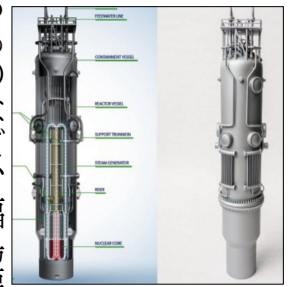
「逃」地帯」「ラ・ラ・ランド」「ロイヤル・ナイト」が、邦画(担当佐々木氏)は、「幕末太陽伝」「ハネムネ」

「豚と軍艦」が候補で参加者が上映映画を選びます。

易しい科学の話

「安全性の高い新しい原子力発電とはどんなもの?」

現在の大型原発は、原子炉を停止した後燃料の水冷が必要でした。安全性の高い原発は、小型モジュール化をして工場生産ができるもの、停止後の燃料を自然冷却でき



小型モジュール炉

るものなど、福島第一原発のような燃料溶解事故が起きないタイプになってきます。どんなものかを易しく解説致します。

歴史を楽しむ会 (講師は吉岡副会長)

大正天皇、藤島神社の石段を登る

皇太子であった三十三才時、福井にいられていま

す。しかも六日間も滞在されていきます。そして、五日目藤島神社の石段を登る。お元気に登られ、継体天皇像のある足羽山公園まで登られています。現在のセーレン本社工場の辺りの空き地で、地元の小中学生達が、「ばんざい」という大きな人文字を作っています。

講師：井上清一氏

インターネット世界旅行 「ベトナムへ行ってみよう」

第二回目。ベトナム中部で、白い砂浜が魅力のダナン、歴史的建造物が並びノスタルジックな街並みを今に残す古都ホイアンなど、ベトナム屈指



ホイアンの福建會館

の観光地を見に行きましよう。

新聞記事を読む会 (案内は吉岡副会長)

今月から月に二回開催することにしました。紹介したい記事、議論したい記事がたくさんあるためです。皆で、面白い記事を紹介し合いましよう。