



ゆりの里の百合

一生勉強 一生感動 一生青春 (第66号)

令和六年六月の例会
六月二十五日(木)
に、全会員を対象に
した月に一度の例会
が行われました。
メインは、小林
久子会長の講演「日
本の美しい歌」で、
洋楽歌唱のあけぼの
について話された後、
童謡の里を訪ねたと
きの多くの写真を紹
介され、最後は全員
で故郷を合唱して終
わりました。詳しく
は来月の八月号で紹
介いたします。
講演に先立って、

事務局長が当会からのお
知らせとして、今後の例
会講演の予定や、七月に
開催される主なサークル
活動の概要と、六月に行
われた六つのサークル活
動の様子を紹介しました。
ちなみに、七月の講演
は、北陸満友会会長宮岸
清衛氏による「満州国で
残留孤児にならなかつた
僕」、八月は、当会企画
委員会委員長の野勉氏
による「悔いなきわが人
生を語る」と決定してい
ます。
サークル活動の紹介は、
当会には主宰者が充分な
準備をして開かれています
多くの魅力的なサークル
があるので、会員のみな
さんに、もっと多くのサー
クルに参加してほしいと
いう思いで行っているも
のです。
また、当新聞でも、魅
力的なサークルの紹介を
していきますので、ご覧
いただきたいと思ひます。

福井いきいき会新聞

2024年7月1日発行：福井市
日発行：福井市
井会：福井市
中央1-9-29
0776-28-646
4者 発行責任
者 吉岡副

令和6年7月の行事予定表

月	曜日	活動場所	開始時間	行事名
1	月	B	13:00	合唱サークル
2	火	Aマ B	13:00	映画鑑賞会(洋画)
3	水	B	13:00	有望投資銘柄討論会
4	木	B	13:00	囲碁将棋
5	金	Aマ B	13:00	よろず討論会
6	土	Aマ B	13:00	卓話を聴く会
7	日	Aマ		
8	月	B	13:15	新聞記事を読む会
9	火	Aマ B	13:00	運営委員会
10	水	B	13:15	チャレンジパソコン
11	木	市体育館	13:00	ピンポンの会
		ハピリン4F	13:30	芸能クラブ
12	金	B	13:00	囲碁将棋
		Aマ B	13:15	YouTubeを楽しむ会
13	土	Aマ	13:15	映画鑑賞会(中国映画)
14	日	Aマ		
15	月	B	11:00	手作りの会
		B	13:00	短歌の会
16	火	Aマ B	10:00	おしゃべりサロン
		B	13:15	映画鑑賞会(邦画)
17	水	B	13:00	経済指標を考える会
		アオッサ6階レクA	13:30	うたのサロン
18	木	市体育館	13:00	ピンポンの会
		B	13:15	私の趣味
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
21	日	Aマ	13:00	川柳同好会
22	月	B	13:15	新聞記事を読む会
23	火	ハピリン4F	13:30	芸能クラブ
		Aマ B	13:00	音楽鑑賞会
24	水	B	13:15	ネットで世界旅行
25	木	アオッサ706,707号室	13:00	例会
26	金	Aマ 市体育館	13:00	ピンポンの会
		ハピリン4F	13:00	夜明けの会
		コートダジュール	13:00	カラオケうた会
27	土	B	13:00	囲碁将棋
		Aマ B	13:15	気軽にカラオケ
28	日	Aマ		
29	月			
30	火	Aマ 市体育館	13:00	ピンポンの会
31	水			

Aマは、健康麻雀、3階会議室で開催、13時開始

令和六年七月の行事予定
例会講演
「満州国で残留孤児に
ならなかつた僕」
講師 北陸満友会 宮岸清衛氏

北陸満友会は、戦後満
州等ソ連占領地から引揚
げてこられた北陸三県在
住の引揚者のみなさんが
悲惨な体験の事実を後世
に伝えたいとの思いを込
めて、二〇一三年十二月
に設立された会です。宮
岸氏は、生後すぐに旧満
州に渡り、十歳で終戦を
迎えました。両親と弟二
人、妹と共に中国・長春

市の隠れ家で過ごし、終
戦の翌年に引き揚げ船で
日本に帰国しましたが、
その体験をお話になりま
す。

歴史を楽しむ会
竜馬と薩長連合
(通説と新説) 小坂 武士氏

「福井の皆さん、激動
の幕末に活躍した福井の
先人を全国に発信しませ
んか？」橋本左内を称賛
した西郷隆盛の薩摩には
記念館、吉田松陰の長州
には松下村塾。福井の橋
本左内顕彰には何もない。

今こそ、福井駅前橋本
左内・横井小楠の銅像を
建立し、顕彰記念館を設
立しましょう。
幕末に大活躍したとい
う竜馬の伝説は間違い。大し
た仕事をしておらず、薩
長同盟にも立ち会って
いないなど、歴史の再評価が
起きています。

映画鑑賞会
七月三日の洋画は、シヨ
ポート、トランプ華氏一
一九、透明人間が上映候
補。七月十三日の中国映画
は、サンザシの木の下で、
七月十六日の邦画は、ア二

メの君の名は、フラガール、
フジコ・ヘミングの時間
が候補映画です。ぜひご
参加を。

音楽鑑賞会
久しぶりにカペンター
ズの曲を聴きませんか。
トップ「オブザワールド」
など用意しています。ご
参加をお待ちしています。
主宰 小林久子

インターネット世界旅行
台湾南部(高雄市)など
へ行ってみよう
台南市は豊かな歴史を持
ち、古都として知られて



高雄市忠烈祠

います。日本の植民地時
代から多様な文化が混じ
り合い、歴史的建造物や
遺跡が残っています。高
雄市は台湾南部の港都
市で、観光スポーツや食
文化も魅力で、独自の文
化や風習もあります。
案内 吉岡副会長

令和六年五月の 例会講演の概要

演題

「山歩きのすすめ」

講師 登山専門店店主 服部佐和子氏

講師の服部氏は、兵庫
県出身で、幼少期はお嬢
さん暮らしを送っていま
したが、同志社大学の法
学部在学中に越前市出身
のご主人と出会い、結婚
して越前市に移住しまし
た。最初は山登りとは無
縁の生活でしたが、四十
歳になって初めて山に出
会い、すっかり変わって
しまいました。それ以降
は厳冬の三千メートル
級の雪山や沢登り、野宿
など、様々な山行に没頭
されるようになりました。
講演会には、和服姿で
お越しになったので驚き
ました。約一時間二十
分にわたり、山登りの楽
しさと登山の基本につい
て三つのテーマに分けて
お話されました。

第一に、「山歩きのす
すめ」では、山歩きは、
舗装のない道を歩くこと、



講師の服部佐和子氏

登ったらず必ず下りなけれ
ばならないこと、それが
面白い。重力に逆らって
登る山登りはしんどいが、
有酸素運動であり、短時
間でも体を作ってくれる。
荒島岳を登ると、フルマ
ラソンより多いカロリー
を消費するそうです。
第二は、福井は山歩き
日本一で、有名な山もす
べて日帰り登山ができる
こと、文殊山は朝ふもと
の駐車場に多くの車が駐
車していても午後にはも
ういなくなっている。山
にはクマがいて、行動範
囲は五十kmもあるとい
う、人はクマのいるここ
ろにお邪魔すると考える
ほうがよい。クマはすご
い聴力と臭覚を持ってい
るので、ラジオやお喋り

訃報

当会の相談役である濱
田芳雄氏(享年百一歳)
が、六月三十日の早朝に
ご逝去されました。

濱田氏には、当会の立
ち上げから組織の確立、
そして運営に至るまで、
その広範な実業家として
の経験をもとにご指導を
賜って頂きました。

太平洋戦争中はインバ
ー作戦に従軍され、その
際の悲惨な体験から平和
の尊さを語り継ぎ、また、
人間として守るべき人生
の教訓を当新聞に連載し
てくださいました。

濱田氏は、まさに当会
の精神的支柱でありまし
た。その後ろ盾を失った
悲しみに満ちています。
生前のご指導に深く感謝
し、心から安らかな眠り
についていただけるよう
お祈り申し上げます。



故濱田芳雄氏

また、この日は、日本語で出された質問に答える「ChatGPT」という別のAIも使用してみました。どのようにAIに質問をするかを考えること自体が楽しく、それが「認知症予防や健康寿命の延伸に役立つ」という言葉にピッタリの「チャレンジパソコンサークル」です。七月のサークルでも、さらに進んだAIを使ってみる予定です。チャレンジパソコン倶楽部は、七月から開始します。リユース品ですが、高性能のパソコン二台をすでに購入し、役立つソフトも揃えていきます。今からでも参加できますよ。

経済関係の二サークルの概要の報告

主宰者 酒井慎夫

二つのサークルは、「有望投資銘柄討論会」と「経済指標を考える会」の二つで、前者は第一水曜日の午後、後者は第三水曜日の午後に開催されています。「貯蓄から投資へ」が、

個人の資産形成のための政府のローガンになっていきます。利息がわずかな銀行預金を、諸外国並みの投資へとシフトさせようとする政策なのです。しかし、やみくもに投資をすることはできません。この二つの講座では、経済の変化をどう読み取るか、投資するならどのような方法がよいか、そして具体的な投資する株などをどう選ぶんだらよいかについて、解説しています。一、まず経済の動きを知るには、日経平均株価や米国のダウ平均とナスダック指数のチャートを見ることです。これらの株価やチャートは、為替レート、半導体製造の急速な進化、戦争の勃発、米国のインフレや金利など様々な要因で変動し、しかも変動するタイミングがあるのです。それは、米国の金利変更を行う日時や、日銀の政策金利決定会議といった主要国の重要な会議

しくその土地の伝統料理を美味しく作る事ができ、あらためて福井の文化を大事にしなればと全員が実感したと思います。又私たち高齢者の生き甲斐だけではなく、未来を背負う子供たちの応援にも情熱をもち、誰もが安心して暮らせる福井の環境づくりに、取り組んでいかなければと痛感した一日でした。尚当日、福井県立大学の佐々井先生も参加され、看護学校の生徒さんもそれぞれ感動の言葉を述べて終了致しました。

銘柄番号	会社名称	2/19 株価	2/19 ROE%	2/19 PER	2/19 PBR
8362	福井銀行	11.1	10.47	1.828	19.5
8066	三谷商事	11.1	10.47	1.828	19.5
27.0	銀行	1.41	1.790	1.1	10.47
0.91	424	2.84	1.05	2.248	2.40
3569	セーレン	2.84	1.05	2.248	2.40
11.0	繊維製品	2.429	9.8	18.63	2.153
1.06	1.528	1.528	1.42	93	3.42

業の時価総額がその企業の純資産の何倍になっているかという指標です。PBRが一より低い会社は、生産性が悪い会社で投資対象には向かないでしょう。三、個々の株式の売買が難しいと思う方には、株価が日経平均株価と連動して変化するETFという銘柄や、半導体関係のグローバルX半導体（世界株式）ETFがお勧めです。毎回の講座では、たくさん会社の株価の変化やPER、PBRの値をまとめた表を配布し、それらを基に、投資対象として何が良いかを参加者とともに議論し、模擬売買などもしています。多くの会員のご参加を期待しています。文責 吉岡芳夫

スーパーで一喜一憂 長思案 澤村 玲子 歳重ね 体型だけは丸くなり 高谷三恵子 アサガオ 今年は何色 種をまく 小坂 武士 誘いなよ 誘わな前に 進まない 上坂 征夫 AIは好奇心を 刺激する 吉岡 芳夫 句を一句最後の五文字に 四苦八苦 増永 一夫 指痛い 歩けないよ 加齢です 大野 勉 ご挨拶 まずは相手を 褒めてから 南部 歳子 八十八になればなったて 欲が出る 新田ヨシエ 予約して チラ見診察 薬ドバア 山田 良彦 赤似合う 褒められ増えた 赤い服 吉田美恵子

は有効とのこと。実際に熊に出会ったことがあったが、クマのほうが先に気づいていてこちらを怖がっている様子だったそうです。ただ、北陸の熊と違って、北海道や東北の熊は人を襲うと聞いている。第三の「山登りで大切なこと」については、無事に帰ってこそ登山なので、開発された軽量の登山靴やリュックは登山者にはありがたい。水を飲むことも大切で、リットルは必要だ。日焼けは、特に首の日焼けに注意がいると話されました。次に、里山歩きに必要な物は、汗冷えしない化繊の服装、防寒対策、水筒、熊鈴やラジオ、非常食、スマートフォン、懐中電灯などであり、バッテリーは消費に注意する必要があるとのことでした。最後に、登山の基本ルール八つを紹介されて講演を終わりました。盛り沢山のお話で、登山の魅力が充分、伝えていただきました。文責 吉岡

去る五月三十一日(金)ハピリン四階ボランテニアセンターにて夜明けの会を開催しました。当日は福井県立看護専門学校より、生徒さん四名(男一女二)が、地域の高齢者を見学する実習として参加されました。今回の講師は、県内で幅広くまちづくりの専門家として活躍しておられる中川あきゆきさん(四十四才)をお招きして、我が福井の行末を勉強することにしました。中川さんは三重県生まれで愛知県育ち十八年前に福井市にいられた貴重な体験をされている方ですが、講演で、福井在住の私たち以上に福井について詳しく、福井愛にあふれていると感じました。福井の水はおい



講師の中川あきゆきさん

新サークル チャレンジパソコン 主宰者 吉岡芳夫 とても無理と思っている高齢者でも、パソコンを楽しんで使えるようになりま。当会の事務局の仕事もパソコンで行えます。そんな目標を掲げ、以下の新サークルを立ち上げました。第一回目の活動(四月)では、参加者にこれまでの

経験をアンケートに記入してもらおうとともに、以前当会で行っていたパソコン教室での学習テーマ一覧表を配布しました。そして、パソコンをしっかりと使えるようにするために、マスターすべきテーマを十個提示し、各参加者に関心のあるテーマを選んでもらうことにしました。パソコンのマスターには集中力が必要なので、各テーマごとに小グループを作り、サークルとは別の日程で指導することにしました。この活動は県のチャレンジ応援事業に応募し(すでに認可済み)、「チャレンジパソコン倶楽部」として実施する予定です。第二回目の活動では、パソコンでのメールやプリンターの使い方、インターネットを通じて当会のホームページを閲覧する実習を行いました。参加者が持ち込んだパソコンが古いOSであったり、個別に対応が必要でした。第三回目は、主宰者が用意した三台のパソコンと、参加者が持ち込み、すぐ使えるパソコンを使い、イン

ターネットで「AIの楽しみ方」を実践しました。特に好評だったのは、「生成AI」でした。これは、言葉で状況を入力すると、そのイメージ通りの画像を生成する「Image Creator」の使用でした。実際に「青い海原、白い砂浜、白いパラソルの下に二つの椅子、そこに座る若い男女の後ろ姿が見える。海では五人ほどが海水浴をしていて、青い海が美しい。浜辺を一人で歩いている。天候は晴れ、空には鳥も舞っている。」といった情景を書いて、その絵を作成させるところ左の絵ができました。驚くばかりの画像の生成で、AIの底知れぬ力を実感しました。参加者もそれぞれの情景を入力し、画像を描くことに楽しんでいました。



生成AIが書いた絵