



10月の花

一生勉強 一生感動 一生青春 (第69号)

石破首相誕生 岸田前首相の退任を受けて、自民党では次期総裁選に九名の議員が立候補、連日政策論争がテレビ中継されま

した。両首脳の党首討論会も開かれるようで、将来に希望がもてるような政治を遂行してほしいと思います。少子高齢者社会はますます進み、特に高齢者の割合が高くなっていきます。福

福井いきいき会新聞

2024年10月1日発行 福井市 福井いきいき会 中央1-9-29 0776-28-6464 発行責任者 吉岡副会長

3 モットーは「一生勉強、一生感動、一生青春」! 本誌のモットーは「一生勉強、一生感動、一生青春」です。...

広報ふくい 当会を大きく紹介 先月号に速報しましたが、広報ふくいの九月十日号は、「人生はいつも青春、地域

月三日(木)のバス旅行は、予定通り行われます。また、十一月六日(水)開催の発表会については、プログラ

いととして、「市内ナンバーワンのサークル数」「独自の新聞、ホームページを制作」という見出しで、紹介されています。よろず討論会の様子と、参加者の集合写真が添えられています。

悔いなきわが人生を語る 大野氏は、これまでの十七年は、悔いのない人生だったので、この演題で話をさせていただきますと、講演を始められました。悔いなき、人生を可能にしたものについて二つの要素があるそうです。その一つは、個人的な要素で、ご自身の性格が、楽天的で好奇心が非常に強いので、たくさん興味を持つことができた話されました。実際に、囲碁を始めたいききつ、好きな飲酒から飲酒につきものの料理作りをしたこと、さらにはビールづくりまで。特にビール作りについては、いききつと詳しい作り方を話されました。



講演中の大野氏

令和6年10月の行事予定表

Table with columns: 日, 曜日, 活動場所, 開始時間, 行事名. It lists various events like '映画鑑賞会', 'ピンボンの会', '有望投資銘柄討論会', etc., across the month of October.

令和六年十月の行事予定 例会講演 「このころの元気づくり」、講師：福井県医療福祉専門学校 松山千穂氏

も取り入れながら楽しくポイントをお話されます。歴史を楽しむ会 「早く遷都! 日本が危ないぞ!」 井上清一氏

映画観賞会 十月一日の洋画は、マイ・インターン、地下室のメロデー、ラ・ラ・ランド、十月十二日の中国映画は、最愛、十月十五日の邦画は、お嬢さん乾杯、地球防衛軍、怪傑ハリマオが上映候補です。

レコード盤はアナログ、CDはデジタル。Faxはアナログ、電子メールはデジタル。世の中は、すっかりアナログからデジタルに変わっています。一体デジタルにするとは何がいいのでしょうか? また、デジタルってどういうことでしょうか? そんな疑問を易しく解説します。講師 吉岡副会長

R6年10月のチャレンジパソコンの予定表 Table with columns: 日, 曜日, 開始時間, 内容. It lists PC training sessions like 'パワーポイントの使い方', '生成AIを使う', etc.

また、自分の信条に関して、自分が好きなので、一、反社会的な行動はしない、二、人に迷惑はかけない、三、嘘はつかないという三点を守って人生を送ってきたこと、自分には好きな言葉（「諸行無常」や「なまじりにしかならない」）と嫌いな言葉が（「・・・しなければならぬ」）があることも話されました。

次に、ご自身は、三人兄弟の真ん中で、母親が何でも自分に頼んできたことが、その後の人生に好結果をもたらしたと、それは、二度の脳出血で倒れた奥様の十五年にわたる介護に役立ったと話されました。奥様は、身体が不自由でしたが、言語能力には障害がなかったので会話ができたのが幸いして、介護をも趣味にしてしまったという驚きの話をされました。

これらの管理職の時には、高野連、高体連も担当し、甲子園行きや、市長や知事と話すチャンスも多かったことができたそうです。そして現在は、行政ではなく、民間でやっている福井いきいき会の活動にかかわることができていることも、うれしいことだと、ご講演を締めくくられました。

講演後の質疑応答では、その他のやりたかったこととして、四国八十八か所の巡礼、パソコンの活用、都都逸や三味線演奏、ボケ防止としての記憶術も手掛け

たことを付け加えられました。聴講した方々は、悔いなき人生を語れることは素晴らしいことと感じたと思います。 文責 吉岡

サークル活動の報告
国の名勝「養浩館庭園」
 （旧御泉水屋敷）
 小坂武士

養浩館庭園は、数寄屋造りの屋敷をそなえる回遊式林泉庭園で、江戸時代初期から中期を代表する名園の一つです。かつては藩主の休養や迎賓の場として使われていました。

四代藩主光通は、御泉水屋敷に、家臣を集めて宴を催したり、武芸を観たりして



日本建築養浩館に掲載の古写真

ています。また、五代藩主昌親が相撲を観て楽しんだことが文献に残されています。現在の姿に整えられたのは、七代藩主昌明の頃で元禄年間とされています。宝永五年には、従来の御泉水屋敷である「本御泉水」に加え、西隣に「新御泉水屋敷」を建て自らの隠居所としました。この時、御泉水屋敷の敷地は最も広くなり、今の養浩館庭園・お泉水公園・郷土歴史博物館を合わせた程の大きさとなりました。

幕末期には、引き続き迎賓等に使用されるほか、洋式銃製造所の設置、明道館の外塾として借用され、瓜生寅が英学校を開いています。維新後には一旦、政府所有となりますが、松平家により買い戻され、松平家の福井での拠点りました。

明治十七年には、松平春嶽公により「養浩館」と名付けられています。昭和二〇年の福井空襲で建物は焼失しました。昭和五十七年、養浩館庭園は「良く旧態を

残した優秀な庭園である」として、国の名勝に指定されました。これを機に、文政六年の「御泉水指図」を基本に、戦前の調査時の古写真や、新たな発掘調査などをもとに復原整備が進められ、約八年の歳月の後、平成五年、養浩館庭園の復原工事が完了し、一般に開園されました。米国の日本庭園専門雑誌で高い評価を得ています。すなわち二〇八年から三年連続で第三位に選ばれ、二〇二三年は第九位でした。

おしゃべりサロン

羽川裕美子
 今年の四月からスタート



おしゃべりサロンに集まった会員たち

して、お陰さまで六回が過ぎ、この会の形が少しずつ見えてきたように思います。形といっても、堅苦しいものではなく、自由なテーマで気軽にしゃべりをする

ことです。何をテーマにしても良いのだということが、参加された方々に理解され、違った意見を見聞きすることの面白さに毎回気づかされます。参加者は話したいことを話し、聴きたいことを聴く。誰もがリラックスして会話を楽しめる雰囲気があります。コーヒー、紅茶を片手に、普段はなかなか聴けない人生の話や趣味の話、最近のニュースについての語り合い、笑顔の輪が広がっていきます。

おしゃべりサロンは、皆さんが気軽に集まり、楽しい時間を共有できる場です。普段あまり話す機会のない人とも自然におしゃべりが出来て仲良くなる事が出来ます。おいしいお菓子とおしゃべりで、心をほぐし是非お越しください。

十月十五日（火）十時か

ら十一時半まで、よろず茶屋でお待ちしております。

手作りの会

主宰 奥島 ヨシコ

九月十六日開催の手作りの会に、新聞制作責任者の吉岡が取材のため参加しました。会場は、奥島さんが経営しておられるお店のロビーのようなお部屋でした。会が始まってから、一時

間ほど遅れて参加したので、すでに数人がお帰りになった後でしたが、まだ六人が残っておられ、高齢者の悩みや、その対処法などをフランクに話し合っておられました。この日は、認知症介護指導者の肩書を持つ藤田由美さんが招かれ、認知症にならないために役立つ行動があると次のようなお話をされました。それは、毎日一、十、百、千、万の数を数えることだということです。どういうことかというところ、一は、毎日一回は家の外に出ること、十は、毎日十人の人と会うこと。これは参加者が十人いる集ま



手作りの会の様子

りに参加すれば済むこと、百は、毎日百の文字を書くこと、千は千文字の文章を読むことで、新聞を読めばすぐに達成できますね。万は歩くことです。毎日一万歩は無理なので、数千歩でも良いとのことでした。人の脳で記憶をつかさどるところは海馬という耳たぶの後ろにあるのですが、イソギンチャクに例えようと、奥の方は昔の記憶がいつぱい詰まっているところ。昔のことはよく覚えていないので認知症になっていないというのとは間違い。イソギンチャクの上部にあたるのがここで記憶がでないようになるのが認知症だとい

よく会う人なのに、名前が思い出せない、置き忘れがひどくなったなどは、一時的に記憶する領域が衰えてきた証拠といえるそうです。手作りの会は、ビーズつくりや、刺繍、レザーワークなどをしてきましたが、最近では、参加者同士の歓談がふえてきたそうで、楽しいサークルになっていると感じることができました。

令和六年九月

川柳同好会の優秀句

- 減る貯金 澤村 玲子
- 車いす操り見事 金メダル 吉岡 芳夫
- あのナース病院通いも 苦にならず 上坂 征夫
- 九十歳のゴール願って 鶴を折る 新田ヨシエ
- 終活はあれもこれもと 手付けだけ 山田 良彦

空腹であれもこれもと 買い過ぎる 吉田美恵子

八十億減る日本は 縮むだけ 小坂 武士

生き地獄忘れてなるか ドン・ピカリ 大野 勉

宝くじ老後の夢を 買いに行く 増永 一夫

すぐ近くそれが遠いよ 老いの足 南部 歳子

手抜き料理サプリで 不足補えり 高谷三恵子

これからはAIと出会い 生活は？ 斎藤栄三郎

訃報

当会新聞に、読者に愛読された二十一編の素敵なエッセイを投稿された元当会会員の吉田一郎氏が、九月十八日に永眠されました。故人のご貢献を感謝し、謹んで、ご冥福をお祈りいたします。