

広報



ちば市老連

VOL.15



行楽活動部員一員

いふは活動部員

文芸部

新設の白鳥の羽

2001-10

社団法人 千葉市老人クラブ連合会 (043) 262-1236

ちば市老連

2001—10



新涼にゆれる白萩の花

- 特別寄稿 千葉市長 鶴岡 啓一
- 千葉市老人クラブ副会長 深山 太一
- 特集 今を、そして明日を
- 自由席
- 役員一泊研修旅行
- 事務局だより
- 文芸



活力ある長寿社会の創造に向けて

千葉市長 鶴岡 啓一

この度、社団法人千葉市老人クラブ連合会の皆様方によります機関紙「ちば市老連第十五号」が発刊されましたこと、心からお喜び申し上げます。

また、皆様方には、日頃より、高齢者保健福祉の向上はもとより、市政各般にわたり、多大なるご支援・ご協力をいただいておりますこと、心から感謝申しあげます。

さて、二十一世紀初頭の現在、わが国は、あらゆる分野で変革が進んでおり、地方自治体におきましても、地方分権社会に向けて本格的に動き出しており、それぞれの地域の特性を活かし、市民ニーズに沿った、自主性と自立性を高めた行政運営が、今まで以上に求められております。

このような中で、本市は、市制施行八〇周年という大きな節目を迎えた中で、四月

より「新五か年計画」に基づき、「やすらぎをはぐくみ、未来を支える都市づくり」を目指した新世紀のまちづくりの第一歩をスタートさせたところであります。

中でも、高齢者福祉につきましては、高齢者ニーズに対応した保健・医療・福祉サービスの充実を図るとともに、高齢者の介護予防にとどまらず、積極的な健康づくりや社会参加を高めるための生きがいづくり等、各種の施策を積極的に展開しているところであります。

しかしながら、個人の健康や生きがいづくりというものは、行政が主体となるものではなく、皆様方が自らの自覚をもって進めていくものであり、皆様方には、日頃より、健康を保持しながら地域活動にも積極的に参加され、地域社会を支える大きな役

割を担われておりますこと、誠に心強く存じている次第であります。

本市といたしましても、皆様方が生涯にわたり、健康で明るくいきいきとした生活が送られるよう、今後とも、よりよい環境づくりに全力をあげて取り組んで参る所存でございますので、どうか皆様方には、健康には十分ご留意され、引き続き、魅力ある老人クラブづくりにご活躍いただくとともに、「活力ある長寿社会の創造」に、一層のご尽力を賜りますよう、心からお願い申し上げます。

おわりに、社団法人千葉市老人クラブ連合会のみますすのご発展と、会員皆様方のご健勝・ご多幸をお祈りいたしまして、ご挨拶いたします。



老いを生きる知恵

千葉市老人クラブ連合会

副会長 深山 太一

ある新聞の投書欄の中に「長生きしてごめんね」という記事を見て、大きなショックを受けました。急速に高齢化が進み、老人医療や福祉、年金等が国や市町村の財政を圧迫しているともいわれ、投書の方の気持ちが分らないでもありません。

総務省が発表した国勢調査（昨年十月）の抽出速報によると、六十五歳以上の高齢者人口が二、三百万人に達し、一九二〇年の調査開始以来、初めて十五歳未満の年少人口を上回りました。また、六十五歳以上の一人暮らしは三〇三万世帯で、前回の調査（一九五五年）に比べて四割近く増え、明らかに高齢化が鮮明になっています。

若い人たちが年々減少している昨今、高齢者たちは、日々、「長生きしてごめんね」という気持ちで過ごさなければならぬのだろうか。いや、そうは思いたくない。何故ならば、高齢者は、自助により努力する気さえあれば幾つかの問題を解決することが出来ると思うからです。老いを健やかに生きるためには、何と言っても「健康であるこ

と」が第一で、誰しもが「健康で長寿」を願っていると思います。ところで、若葉区は、会員の健康の保持・増進を高めることを目的とし、各種事業を実施しています。その主な事業は次の通りです。

(1) グランドゴルフやゲートボール等

グランドゴルフは、老若男女や体力、能力等の差が殆んどなく、高齢者のスポーツとして幅広い性格を持ち、多くの同好会が発足し、近隣の単位クラブとの親睦交友も広がっています。また、ゲートボールや輪投げは、健康の保持と寝たきりゼロを目指して活動しています。

(2) ニュースポーツ「ボッチャー」

ボッチャーは、誰にでもすぐ出来る、車イスに乗ったまま出来る、腰や足に多少の不自由があっても楽しく出来る、個人持ちの用具はうらない、手が不自由な人は補助具を使用して競技を楽しめる、室内で行うので天候に左右されない等の特徴があり次第に

このスポーツを楽しむ人が増えていきます。

(3) 作品展示や若葉区芸能祭り

毎年九月に千城台コミュニティセンターで趣味の作品を展示したり、踊りや歌等を発表したりしています。当日は、展示したり、発表したりする人たちは勿論、観賞したり、参観したりする人も多く、楽しみながら一日を過ごしています。

六〇歳の人でも八〇歳の人にも「青春」があります。人生には定年がなく、平均年齢が八〇歳という時代に入っています。私たち高齢者の課題は、歳を重ねても如何に老化を防ぐかということであり、一方で痴呆症が問題視され、ボケの九〇％が生活環境にあるといわれています。高齢者の中には趣味がない、友達がいらない、体を動かさないという人も多いと思います。一度しかない人生を「健康で楽しく送る」ことは、全人の願いであり、それを支援するのが老人クラブの大事な役割であると思います。

今を、そして明日を

余生——辞書には、老人の「これから先の命」とか「余命」とあるが、大方は「老後」を慣用語にしているようだ。

その老後であるが、以前は「老人憩いの家」があちこちにあって、お年寄りが集っては世間話などでやすらぎのひと時を過ごしていた頃の老人のイメージである。最近の新聞などには「新老人」とか「高齢者クラブ」などの活字が見られるが、いづれも憩いの家に寄りあう老人像否定の上にたっている。

市老連が、単位クラブが、課題とし、最大の関心事としているものに「老人クラブばなれ」があるが、福祉や医療、生活環境の変化が高齢者自身「老後」という「老」に対するこだわりからであろう。会の名前を変更したり、ニュースポーツやダンスなど若返り活動に取り組んだり、イメージの転換を図るクラブが多いのも、そうした側面の反映であろう。

広報ちば市老連はここにスポットをあてて編集したが、一方において老人クラブは老人福祉法に基づく団体として、国や自治体等の支援をうけていることから、高齢者を差別なく広く抱擁し、心身の健康保持と共に相互支援を活動の太い柱に据えている。こうした多岐多様の活動のなかで、いろいろな提言、対応、反映が寄せられた。

千葉市は市制八十周年を迎えたが、鶴岡新市長から特別寄稿をいただいた。そのなかで「介護予防にとどまらず積極的な健康づくりや社会参加を促進する施策、よりよい環境づくりに全力を挙げたい」と述べ、市老連ならびに会員に対して「活力のある長寿社会創造」を期待した。

八八〇万を超える全国最大の会員組織の一つである千葉市老連の活力に期待する沢山の人々がいることをふまえて、今を、明日を、取り組んでいきたいと思う。

(広報部長 廣居量一)

地域に応じた楽しい 高齢者の交流を

弁天地区老連会長 高橋 平一

昨年、弁天地区老連のなかの老人クラブが、突然、休眠宣言を行った。その理由についてある人は「世話役の役員になる人がいない」と言い、又、ある人は「会長のリーダー性に問題があった」と言い、外部から見ただけでは、本当の原因は判らない。

弁天地区では、十一月に「お楽しみ会」を盛大に開催している。出演の演目は四十五余、出演者数百十名、観客動員数二百名の行事で、企画からプログラム作成、舞台進行、そして、熱演する出演者すべて手作りである。

只、確かなことは、千葉市の補助金申請や市老連への提出書類などの処理にお手あげの状態にあったことと、単位老人クラブとして、みんなで楽しめる行事が始ど行われなかった事である。こんな状態を、いち早く察知して、お手伝い出来なかった地区老連会長として

身近な人が出演する…応援に行こう…と云う気持ちだが、地域に応じた高齢者の交流の輪を拡げる。一つだけ困るのは会場の事である。二百人を収容出来る公民館は、極めて限られる。又、生涯学習センターでは、予算上の制約が出る。今年は、地域内の幼稚園のホールを借りて、弁天の「お楽しみ会」を華々しく開幕する。乞・御期待。

は悔いの残る出来事であった。

区老連芸能まつりを開催して

若葉区老連 会長 岸 岡 泰 則



若葉区老連では、九月二十一日若葉文化ホールで「芸能まつり」を開催した。

今年で第五回目を迎えるが、四地区老連の五十二単位クラブから選ばれた四十組、出演実人員三百十四名（男三十名、女二百八十四名）となる区老

連最大の行事である。

出演内容からみると、舞踊が二十二組、歌唱（コーラス、民謡、カラオケ等）九組、ダンス（社交、ユニーク、フラダンス等）九組で、傾向としては古典ものが減り、ダンスなどが増えてきている。

行事は午前十時の開会式に始まり、午前の部十八組、昼食休憩のあと、午後の部二十二組と順調に進行して、午後三時ごろ盛會裡に無事終了した。

開会式では、若葉区長吉野元男氏、市老連会長長谷川省悟氏から、それぞれ時宣を得たお話しと、激励のあいさつを載き、参加会員一同熱心に傾聴した。

また午前の部終了後、ステー

ジで八十五歳以上の高齢出演者二十名に「いきいき賞」を贈呈し、その長寿と健康を祝福した。

なお今回は併催行事として、千城コミュニティセンターロビーに、会員の作品四十八点を展示して、一般市民の観覧にも供した。

若葉区老連では、これから年度内にニュースポーツ、健康づくり研修、社交ダンス講習会等の諸行事を予定しているが、このような行事の企画、運営を通じて感じられることなどを、老人クラブ当面の課題とのからみで、断片的ではあるが記述して参考に資したい。

先づ区老連は、自立運営を目指してから日も浅く、体制的にも未成熟である。業務の拠点づくり、その処理体制など改善向上を図ってゆく必要があると思う。

次に老人クラブ活動の原点であり、また基盤である単位老人クラブ活動の活性化であ

る。課題はさまざまであるが、例えば連合会全行事などにそのリーダーが会員と共に積極的に参加している姿は、このことに大きく貢献している。是非普遍化したいものと思う。

最後に一般研修会のあり方について述べると、いわゆる講演会方式から地区老連単位の対話方式に重点を向け、もろもろの課題を平直に話し合う場を設けてはと考えている。

新しい高齢者とは

花見川区老連 さくらクラブ

会長 小林 祥一

厚生労働省が九十七年に発表した日本人の平均寿命によると、男性は七七・一六歳、女性は八四・〇一歳という高齢化が進み、ここ十年間は乳児の出生数が減少し少子化の時代が続き高齢者の死亡率の低下が、高齢化を加速し、少子高齢化社会となっている。高齢者の生き方についても、手工芸、舞踊、絵画、パソコン、ワープロなど自分の教養を高めるタイプの人。旅行、芸能鑑賞、スポーツ観戦、ゲートボール、グラウンドゴルフなど、自分の生活環境を豊かにするタイプとがある。また余生をのんびり過ごしたいという何もしない安住な生活を好む人たちは、痴呆老人を増すだけである。ますます加速するこれからの高齢化社会にたいしては、社会の趨勢について行ける能力を我々には要求されている。一人でも多くの高齢者が、今まで歩んできた経験と知識を地域社会に還元し、孤立せず生涯の友人を多く作ることである。

クラブ活性化への試み

美浜区老連 ひまわりの会

会長 佐藤 吉司

老人クラブが、その対象とする年齢層の人たちから敬遠される傾向が言われてから久しいものがあります。

理由の第一は、「私はまだ老人なんかじゃない」という意識であり、第二は、「老人クラブのやっていることは自分たちの欲求に合致するものが少ない」という受けとめ方だと思っています。多くの人が、自分のやりたいことを公民館や地域センターのサークルなどで充足しています。

一方、今や五〇代から七〇代前半の人々は、地域活動の中核層を形成しています。自治会をはじめ地域団体では殆んどそうです。そして、この年齢層は近年どんどん増えている訳です。

私共の磯辺の地域でも状況は同じです。地域の壮年・熟

年層の会としての「ひまわりの会」での試みを以下ご報告致します。

一、会の活動の重点の一つとして、楽しみや役に立つこと、の場づくりに力を入れる。楽しいこと、役に立つことは、人が集まります。

二、会員にとって、楽しいこと、役に立つことは多種多様であり、とても一部の幹部による運営では手に負えません。そこで、有志会員による自主的なサークル編成を助成する。（現在サークル数十）

サークルは、近隣の同好の士との連帯感形成の上でも効果的だと思います。

三、会員構成は、六〇歳以上にこだわらず、老人クラブというネーミングはしない。六〇才以上の会員（正会員）

は老連メンバーになります。

（会員総数二一四名、内六〇才以上七三名）

六〇才未満の会員は、会の活発な活動にとって、とても大切です。又、六〇才になれば自然に老連の会員になります。

会としては、会全体の年間イベント（年八回）、月例会議や会報発行（年3〜4回）をやっています。

六年前の会発足時点で七〇名だった会員が増えはしましたが、まだまだ未加入の方も沢山おいでで努力の余地も多いと思います。

私たちは、会のイメージは中味にかかっていると思います。中味が良ければ、イメージも良くなり、発展も可能と思います、これからやって行きたいと考えています。

今を生きるイキイキ人生

おゆみ野 島津 巨男

貴会益々御繁栄のこととおよろこび申し上げます。

さて、小生、千葉市在住三十数年になります。千葉市I.T講習の椎名公民館受講に汗を流していますが、ふと貴広報誌に目が止まりました。自己PRで失禮ですが、私、産経新聞記者、サンケイ出版副編集長等を経て著作ひとすじに生きております。

貴広報を拝見致しまして、貴会員諸賢の充実人生に頭が下がりました。地元のおゆみ野こやつ自治会で昨年、広報部長をつとめました。各会員たちの逞ましい活動ぶりにも驚かされました。生あれば死あり。終わりが良ければ総て良し。石の墓より紙の墓…という論理で高齢者族は、今を生きるイ

キイキ人生のお手本を書き残す必要があると考えます。

寄稿者は、いわば共著者。自分史の一種。周囲にアピールするだけでなく、美しく生きる、美しく老いる証明にもなります。

具体的には…五〇〜一〇〇名単位で原稿を執筆。それを「ちば市老連・広報部編」タイトル案としましては…

◎老後をイキイキ生きる大

事典

◎究極の生き方・地域型人間のすすめ

◎自分づくり・地域づくり

◎60歳からの生き方…

一〇〇のヒント

◎60からの幸福の探求

◎二周目の人生…そのコツ

のすべてとして出版、というわけです。

敬老の日を前にして

中央区老連 会長 松林 増雄

今年もまた九月十五日の敬老の日がやってきました。老人福祉法の改正により敬老の日 は平成十五年九月から第三月曜日に移動すると云う。いわゆるハッピーマンデー法案を作成して、祝日三連休を作り経済効果を挙げ消費生活を活性化させようと云うのだそうです。

老人クラブの猛烈な反対運動の結果、平成十五年一月から九月十五日が老人の日となり、九月十五日から二十一日までの一週間を老人週間と定め老人福祉に関する様々な行事を組みこむことになりました。さて、二十一世紀は「高齢者の世紀」と云われています。二〇〇五年には六十五才以上の高齢者人口は二、五〇一万人、高齢率は一九・六%となると云われています。そのためには何よりも健康でなければなりません。高齢者人口の増加と共に寝たきりや痴呆性老人など介

護を必要とする高齢者も増加してまいります。介護保険の充実と友愛活動が必要となります。中央区の会員状況を見ますと、平成十二年四月が六、二七四人に対し平成十三年四月は六、一九四人で八〇人減と

なり、年々減少の傾向をたどって居ります。誠に憂慮に耐えません。みんなが頭を悩ますところです。中央区老連としては健康づくりとしてグラウンドゴルフ、ゲートボールの他に輪投げ、スカイクロス及び社交ダンス等を取上げ、情操教育として芸能大会、囲碁将棋大会、施設見学会及び指導者研修会等に、限られた予算を工面してクラブの活性化に努めて居ります。

今年も町会主催の敬老会が九月十五日正午より会館に於て催されます。今年の七十才以上の高齢者は一六五名と発表されました。その中で単位クラブの会員は僅か六〇名です。約三分の一です。会員増強に頑張らねばならぬと思えます。幸い高齢者代表として謝辞を述べることになって居りますので、その中で少し老人クラブのPRをさせて貰おうと考えて居ります。

き方に共鳴出来る老人が集まって一つの団体を構成していくのが、それぞれの老人の自己を高めていくのではないかと云う。それはスポーツ、芸事から碁、将棋に至る迄巾広く老人の組織を作るべきでその構成員は三〇名から四〇名迄を一つの単位とし互の意志の疎通を迅速に計られる様な構成団体を作り、その中で社会に認められるような活動をして行く事を考えて行動する。

前述の目的を持った構成団体から外れた老人は、又別な団体を作り、個々の生き方を考え自分の地域に溶けこんでいくか考えて貰うしかないのか、何もかも現状のような単位クラブが包括してクラブを運営していく必要はないのかどうかと思ふからである。

次にどんな団体を作っても財源がなければそれは絵に書いた餅、如何に財源を生みだすか同時に考えていかねばならない。次に最も重要なのはその団体の長になった者は決して永くその職に留まってはならない。いつ迄もその職に留まれば現状の老人クラブの再来になるからである。

老人クラブの敬遠、休眠、解散するクラブが絶たないことについて 種々なことが考えられる

稲毛地区老連 会長 鈴木 文 平

まず云えることは、どんな団体であってもその時代の流れに添って、その消長は当然在りうる。この点は充分認識して置く必要があるが、その中で現在の老人クラブの組織の在り方を一度検証して見る必要があるのではないかと考えられる。現在の会員の構成は各自治会の中で単位クラブが存在している。その中でそこに在住する老人を会員になるよう会員の増強に努めてきているが、現在の老人クラブの年齢構成を見て見ると新しく入会して来る人との年齢差は恐らく一〇才以上の差があるのではないかと思う。

今新しくニューエルダージン（新老人）といわれる言葉が流れだしているが、実際は十何年も前から老人の生き方を示したもので、今更との感でもないが、それはそれとして此れからの老人は一地域に留まらず今迄以上に他の地域の人々（老人）との交流が必要になると思う。此の様な点から従来型の自治会単位の老人クラブ構成から、広域に亘りその理想理念に自分の生

き方に共鳴出来る老人が集まって一つの団体を構成していくのが、それぞれの老人の自己を高めていくのではないかと云う。それはスポーツ、芸事から碁、将棋に至る迄巾広く老人の組織を作るべきでその構成員は三〇名から四〇名迄を一つの単位とし互の意志の疎通を迅速に計られる様な構成団体を作り、その中で社会に認められるような活動をして行く事を考えて行動する。

楽しみながら健康作り

北地区連 京成宮野木松寿会

会長 斉藤 稔

加齢に伴い、身体の機能が低下し、俊敏性が失われ行動が鈍くなるのは避けられないことでもあります。私たち高齢者にとって最も大切なのは健康だと思い、親睦を兼ねて、平成六年四月に輪投げ同好会を発足させました。怪我や病気で運動不足になり、足腰が衰え、力を無くし寝たきりにならないとも限りません。

幸い現在、健康を維持し、日常生活に不自由を来さない私たちが高齢者は数十年前も前から生活方式を変えずに、普段通りに暮らしてきたことが長生きの秘訣だと思っています。健康作りには、二つの方法があると思います。一つは、マイペースで万歩計をつけて、一時間程歩くこと。次はグループでの体力作りです。輪投げ同好会では、お互い体力を考慮し、週二回京成団地内の

寿化に伴い、会員の中にも親子ほどの年齢差が生じています。そして運動後のお茶飲みで談笑するのも命の洗濯になります。今年度から目標にしていた市老連の輪投げ大会がなく非常に残念です。要は、自分の身体を知ること、今までの生活を変えないこと、とにかく運動不足にならないこと、健康で若さを忘れず、老いを楽しむ行動が必要なのではないでしょうか。又近年若手会員の増加傾向が見られ、さらに新しい会員への勧誘に努めたいと思います。



北地区京成宮野木松寿会輪投げ同好会

自由席

小学六年生の頃の夢

滝田 すす

小学校六年の担任の先生は、田舎の学校には珍らしく新しい教育を実践された先生でした。毎日の新聞記事から時事問題を解り易く説明され、俳句、短歌、詩は勿論、殊に日本歴史は面白く、歴史の時間私達は必ず、歴史の話をせがみました。私は日本史の中では幕末から明治維新の激動の時代が好きで、先生が熱き思いで語られる吉田松陰には深い感銘を覚え、将来は小学校の先生になり、鳥澁がましくも松下村塾の様な教育をしたいと思いました。昭和六年頃の蘇我は貧しく毎日日本を買って貰える子は少なく、私も時々少女倶楽部を買って貰える程

度でした。私が読書の好きな子だったので、先生は羽丹もと子や、賀川豊彦、佐藤紅緑の本等買って下さいました。転任される時、読みたい本があったら何時でも言ってよこしなさいと温かいお言葉を載き、良き師に巡り逢えた倅をしみじみ感じました。音楽の時間にはレコードを持って来られ聞かせて載きました。家庭訪問もされ生徒の家族とも話し合いを持たれ、生徒の環境にも心を配って下さいました。先生は八年前鬼籍に入りましたが、今、御存命ならば九十才は越えられた筈。不肖の教え子は教師になる事もなく、先生の御恩に報ゆる事もなく八十二才の老醜をさらして生きていますが、私達の人間形成に大きな影響を与えて下さったそして又、今も尚敬愛して止まないお名前は「鶴岡俊彦先生」。先生の教えは私達の心の中に今も生き続けています。倅な充実した小学校六年生時代でした。

斑鳩旅情

北大宮台 悠友クラブ
安部 ナツエ

折があったらもう一度ゆっくり法隆寺を拝観したいと云うかねてからの希いが叶って、新緑の大和路を訪ねる事が出来ました。

見覚えのある南大門をくぐり、法隆寺別名斑鳩の寺（いかるがのてら）の広い境内に点在する多くの堂塔伽藍の中の主なものを拝観して廻りました。

五重塔の重厚な美しさに心和ませ乍ら金堂や講堂夢殿と進みましたが、どの堂内も内陣は薄暗く、安置されている仏像も何分にも年古りていて、どんなに瞳をこらして見てもそのお姿さえ定さに捉える事は出来ず、楽しみにしていたみ仏達との再会は叶えられず残念でしたが、聖徳太子の斑鳩の宮跡に建てられたと云う夢殿、八角形のこの美しいお堂の周りを巡っては、太古の昔聖徳太子がこの地でどのよ

うな日々を過ごされていた事かと思いをめぐらせ、当時朝鮮を経て倭国にもたらされた仏教と云う新しい文化を、どう

受入れ広めて行けばよいかと、高句麗から招いた僧慧慈に師事して仏教や政治についての研鑽に励まれ、和を以て貴しと為すに始まる十七条の憲法の草案なども、この地で練って居られたのではないかと興味をそそられました。

その太子の没後、蘇我の入鹿の軍勢に攻められて、太子の皇子一族ごとくがこの地で自害して果てられたと云う悲劇や、その二年後には今度はその入鹿が藤原金足らの手によって亡ぼされると云う、古い古い歴史の話などを思い起こし乍ら、一休みしてから百済観音堂へ到りました。

平成十年秋に完成したばかりのこのお堂は、真新しい白壁に柱や窓枠の朱の色どりも鮮やかに、堂内は照明も明るく広々と、まるで美術館を思わせる雰囲気、ここに展示されているものほとんどが、国宝か重文に指定されていると云う法隆寺の寺宝の数々を、

ゆっくり拝観する事が出来ました。

日曜日だと云うのに、拝観に訪れる人の姿は意外に少なく、上野の国宝展の時には大勢の人の肩越しに眺めた玉虫厨子もこの時は一人占めでした。そしてお堂の出口に近く、ひと際明るい照明を受けて、百済観音像は静かに立って居られました。

八頭身のすらりと美しいそのお姿に、何とも云えない慈愛にみちたやさしいお顔を見上げた時には、そのあまりにも美しさに思わず息を呑む思いで、いつまでも目を離す事が出来ず、待ちかねた主人に促されるまで時の経つのも忘れて立ちつくして居りました。

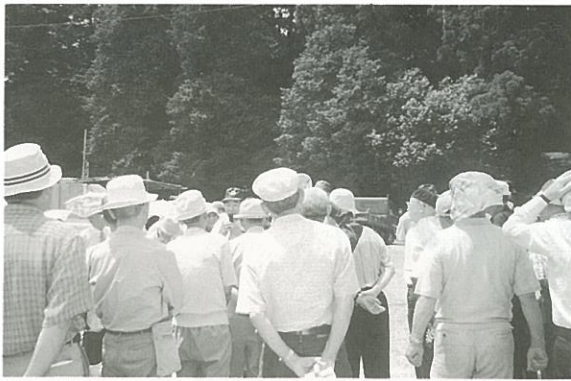
修学旅行などで誰もが一度は訪れた事のある法隆寺が、聖徳太子によって創建されて以来、実に一四〇〇年の長い時を超えてこの大寺は今も太古のロマンと文化を極め、その堂々と美しい姿を斑鳩の里に保ちつづけて、訪れる人々の心に安らぎと古代への限りない夢とを与えつづけているようです。

我等は君待会



- | | |
|------------------|------------------|
| (一) いちにち | (八) やさしい心の |
| (二) ニコニコ | かくし味 |
| (三) みんなで唄えば | ちょっぴり我慢と思いやり |
| (四) 幸せいっぱい | (九) これがみんなのみちしるべ |
| (五) いつか歩いたこの道に | (十) 尊い人生 豊かな経験 |
| (六) むかし話の花咲けば | 明るく元気でいついつまでも |
| (七) 風の日もありや嵐もあった | がんばる 我等は 君待会 |

寒川地区 港町第二君待会 長 島 愛 子



— 地元のシルバーガイドの説明に耳を傾ける —



石垣山より小田原市街を望む

役員一泊研修旅行

日 時：7月5日（木）～6日（金）
宿泊地：伊豆稲取温泉 ホテル銀水荘

教養部 小 関 澄 子

今回の参加者は八十九名でバス二台に分乗、千葉駅NTT前を八時三〇分に出発し、東名高速を一路小田原に向かう。幸い天候は梅雨の中休みとあって晴天、バスはトイレ付きのベンツで車高もあり中央乗降口（少し階段が高い）があるため、乗降は比較的不ムズに行われた。

かまぼこで有名な『鈴広』で昼食、第一番目の見学場所『石垣山一夜城歴史公園』に到着。地元のシルバーガイドの皆様によるガイドツアーで二〇名位ずつ石垣山一夜城遺跡を見学する。その概要は次のとおりである。

《研修内容》

石垣山一夜城（大閣一夜城）の由来は、豊臣秀吉が小田原城（北条氏）を攻略するため

に極めて短い期間に築城したといわれている。山頂の林の中に塀や櫓の骨組みを造り、白紙を張って白壁のように見せかけ、一夜のうちに周囲の樹木を伐採したため一夜城と呼ばれたが、実際は八十日間を費やし労働力は四万人、穴太衆（アノーシュウ）といわれる石積み職人を四〇人動員して、築城した天守、本丸、東門、北門、馬屋曲輪、関白道と東口外門、大手門、西曲輪、南曲輪、東曲輪、井戸曲輪等は遺構及び周辺地形図により、その豪壮な構えは秀吉の威信をそのままに現在も石垣や曲輪などの遺構から確認できる。その範囲は出城から北曲輪まで南北の延長は約五五〇M、東西の最大幅は二七五Mあるといわれている。

現在残っている石垣は、（野面積みの手法による）大正十二年の関東大震災で殆んど崩壊し、かろうじて原形を止めているが、淀君が使用したという井戸曲輪の周辺にある石垣は、四〇〇年前の原形をそのまま保持しているとのことであった。

この城跡は、戦国時代の興亡を経て安土桃山時代を形成した豊臣秀吉の全国統一制覇の夢の凄まじさをまざまざと伝えているように思った。

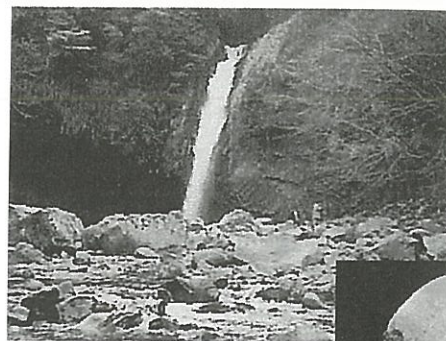
石垣山一带は民間人の所有（松岡仁右衛門氏）であったが、昭和六十三年一夜城跡は小田原市の所有となり現在国指定史跡の公園となっている。

悠久の歴史への思いはそれぞれに、対面する小田原城をかいま見つつ枯れ葉積む足元の悪い石積みみの道を心地よい汗と共に下った。

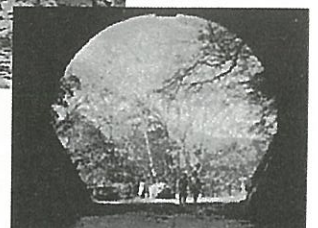
バスは海岸沿いに熱海、伊東を経て宿泊地稲取温泉ホテル銀水荘に向かう。到着は十六時を少しまわった。

第二日目。九時出発。晴れ。JR東伊豆の直営ワイン工場に寄り、伊豆名産のみかんを原料にしたワイン等の試飲で喉をうるおす。

河津から天城峠ループ橋を経て浄蓮の滝に遊ぶ。健脚を誇る方たちは玄武岩から堂々と落ちる高さ二十六M、幅七Mの伊豆随一の名瀑を堪能されたことと思う。



浄蓮の滝



伊豆の踊り娘像に別れを惜しみつつ最終見学地洋らんパークへ向かう。光あふれる花の交響楽、いつも咲きごろのランの花ばなに光のシャワーと水の歓声が響き合う花の回廊をめぐる。スタンプラリーにささやかな花の種子のプレゼント。帰路は沼津ICから東名高速に入り、予定時間より少々遅れて一同無事NTT前に到着。お疲れさまでした。

お元気ですか

事務局だより

第12回通常総会

五月二十四日、文化センターで開催。出席者一九七名（委任状四三名）、次の項目を審議し、すべて承認された。

- 一、平成十二年度事業報告及び収支決算報告
- 二、監査報告
- 三、理事の承認について



民踊講習会

ポートアリーナに於いて六月六日

及び八月八日行われた。石川美登香先生の指導で「躍れ日本新世紀」「新21世紀音頭」「世界一音頭」と「佐渡おけさ」の踊りを熱心に習得した。

レクリエーションダンス講習会

六月二十七日と九月四日、ポートアリーナで午前、午後に分け行った。自分の地区で指導するため皆熱心に覚えた。

特選演芸会

六月七日、市民会館大ホールで開催。今回は、民謡の原田直之氏を招き、他に浪曲東家浦太郎氏、声帯模写の鯉川のぼる氏が出演した。

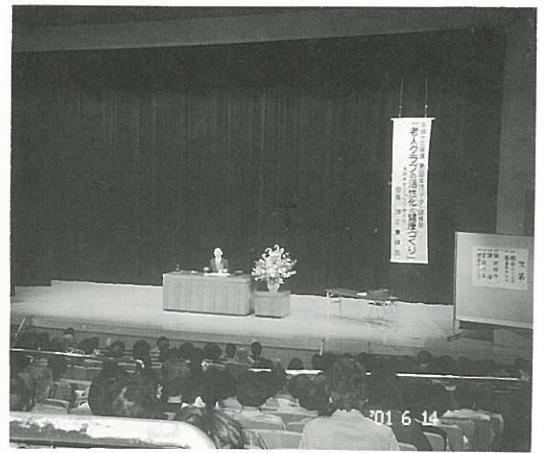
歓送迎会

六月十二日、グリーンタワーパレス千歳で開催。参加者の中で、新任十二名、退任三名。退任者には長年の労に感謝し、花束の贈呈があった。



女性リーダー研修会

六月十四日、文化センターアートホールで開催。「老人クラブの活性化と健康づくり」をテーマとし、講師は、長野県老人クラブ連合会会長の池上重雄氏をお願いした。九十三才とは思えない大きな張りのある声で、ユーモアを混じえ、退屈させない楽しい講演であった。



役員研修旅行

七月五日～六日、一泊研修で、第一日は小田原で昼会後「石垣山一夜城歴史公園」をシルバーガイドの説明を聞きながら見学。二日目は、ワイン工場でめずらしいみかんワインを試飲後、天城峠を経て伊豆の踊り子ゆかりの浄蓮の滝や伊豆洋らんパークを見学した。

第36回作品展

八月二十三日～二十七日、文化センター五階市民サロンで、五日間開



催した。今年は特に審査員も困惑するほど優秀な作品が多く、来場者も熱心に鑑賞し、感嘆していた。主な入賞者は次のとおり。

*市長賞(書道)	薄 巖
*会長賞(写真)	酒井 茂
" (絵画)	鎌田 アキ
*金 賞(手工芸)	山中 照子
" (")	杉山 初江
" (絵画)	保坂 三男
" (書道)	小関 勲
" (写真)	伊勢井栄子
" (彫刻)	坂本 久
" (陶芸)	宮原 秀夫

第20回ゲートボール大会

九月十二日、青葉の森スポーツラザで開催。前日大雨で心配されたが、台風一過。晴天となり暑さの中の激戦となり成績は次のとおりである。

〈優勝〉	平山第一	(緑区)
〈準優勝〉	みつわ台寿会	(若葉区)
〈三位〉	おぐら	(若葉区)
〈四位〉	遊球会	(緑区)
〈五位〉	G B C	(緑区)
〈六位〉	内 山	(花見川区)



下期の行事予定

- ▼第14回全国健康福祉祭広島大会
十月六日～九日、千葉市選手団一三名。市老連からゲートボール、グラウンドゴルフ、囲碁、将棋、国際シンポジウムに参加する。
- ▼第7回グラウンドゴルフ大会
十月二十五日(雨天の場合二十六日)、青葉の森スポーツラザで開催。
- ▼ふれあいの店
十一月十六日～十八日、ラパーク千城台ショッピングセンターで開催。十月末日まで出品申込受付。
- ▼女性委員会研修旅行
十一月二十七日～二十九日、紅葉に包まれる晩秋の京都(三千院、嵐山、東寺等)
- ▼指導者研修会
十二月十二日、文化センターにおいて開催。
- ▼新年会
一月十六日開催。会場未定。
- ▼第13回通常総会
三月二十六日、千葉市文化センターアートホールにて。

文芸

漢

詩

西小中台さくらクラブ

蒼洲 小林 祥一

初夏

残春煙景緑陰囲
翠柳鯉旗燕子飛
窓外陽光心気爽
薰風一路暑威微

残春の煙景緑陰を囲む
翠柳の鯉旗に燕子飛ぶ
窓外の陽光は心気爽やかなり
薰風一路暑威微なり

【解説】

新緑の風景に、春の残り香が漂う。
柳の青さの中、鯉のぼりに燕が
飛び交う。
外の陽光には心が洗われる。
穏やかな初夏の風は、暑さの気
配が微かにする。

短

歌

園生台寿クラブ

中川 敏子

小金井は桜吹雪に華やぎて
平和の縮図見る心地せり
亡き友の浴衣身につけ踊りたし
心生かせぬ我が身いとしや
雨の音一月振りに雷鳴と
水やり作業脱皮出来かね

轟さんさん会

轟 老人

夏祭り

子供らは大き団扇にあおられて
神輿を担ぎ町内巡る
自治会長は半纏に白き足袋をはき
巡る神輿の先頭に立つ
嫁ぎたる娘は里に帰りきて
幼と山車ひき街々巡る

俳

句

轟さんさん会

延子

白ワイン

涼やかや切子グラスの白ワイン

向日葵に覗かれてゐる胸の中
夕顔の花の二つに風ふるる

むつみ鶴の会

高橋 平一

祭り提灯忘れかけろし事なども
御飯屋の神興きららや日むかひて
千葉踊り太鼓やつさに辻もつさ

蘇我地区老人クラブ第二長寿会

塩野 操

乱れたる風の迷路や秋桜
コスモスの
揺るるほかなき訣れかな
草の花遠く華麗な過去もたず

寒川地区港町第二君待会

寺田 長吉（亀城）

夏祭

峠道富士に真向ふ青嵐
蟬の声混れる電話聞き返す
祭すみ秋の風吹く千葉港

シニア・スポーツ 10か条

- 第1条 今日の体調を自分のからだに聞きましょう。
- 第2条 自分にあった運動を選びましょう。
- 第3条 運動量は少しずつ増やしましょう。
- 第4条 かたよらないバランスのとれた運動をしましょう。
- 第5条 繰り返し練習をしましょう。
- 第6条 過度の競争心はケガのもと。
- 第7条 準備運動と整理運動は必ず実施しましょう。
- 第8条 服装、靴、用具などの点検をしましょう。
- 第9条 継続できる工夫をしましょう。
(仲間、運動施設、指導者、目標、運動効果の実感、励まし、楽しさ)
- 第10条 最後に自分だけの1か条を加えてみましょう。

編集後記

▼老人クラブはリタイヤクラブのイメージは相も変わらず根強い。会員は六十才以上が原則だが、六十才以下の仲間も一諸に活動している。会員の年令は七十代が主体だが、なかには親子ほど年の違う会員も結構多い。そんなところから人生までリタイヤしてしまっただ老人の集りのイメージをもつのだろう ▼ひと昔も前のことなら合点もいくが「高齢者も地域を担い支える人、社会活動に参加し協力する人」になった今は違う。クラブ活動一つとってみてもニュースポーツやダンス、コーラスと活発だ。▼医療や生活環境の改善で高齢者の実年令と体力年令の差は更にひろがる。老人クラブの実働平均年令八十才時代も遠くはない。イメチェンの好機でもある。頑張ります。

(編集室)

ちば市老連 第十五号

平成十三年十月十五日発行

発行 幼千葉市老人クラブ連合会

〒260 0844 千葉市中央区千葉寺町二〇八一二

千葉市ハーモニープラザ三階

電話 〇四三(二六二)一一三六

FAX 〇四三(二六二)一一三七

印刷 有限会社 宮坂印刷

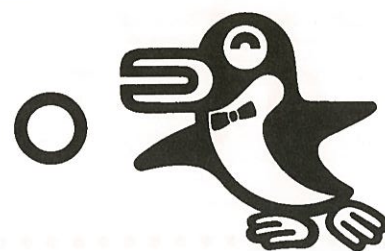
〒263 0021 千葉市稲毛区轟町一八一二六

電話 〇四三(二五二)四五三七

FAX 〇四三(二五二)四五三五

全老連 老人クラブ保険

一人でもいつでも加入できます
クラブ会員であれば、
年齢に関係なく加入できます



活動保険

●活動中と往復途上のケガを補償

補償内容	活動中のケガのみ全治 7 日以上		
	通院（日額）	入院（日額）	死亡・後遺障害
年間掛け金			
500 円タイプ	500 円	750 円	50 万円
1,000 円タイプ	1,000 円	1,500 円	100 万円
2,000 円タイプ	2,000 円	3,000 円	200 万円

24 時間保険

●どんなときのケガも補償、活動中はさらに手厚く
●最大割引適用で個人契約よりお得

補償内容	活動中のケガ			活動外のケガ		
	全治 7 日以上					
	通院（日額）	入院（日額）	死亡・後遺障害	通院（日額）	入院（日額）	死亡・後遺障害
年間掛け金						
3,000 円タイプ 活動保険 1 千円と 24 時間保険 2 千円	1,500 円	2,350 円	160 万円	500 円	850 円	60 万円
6,000 円タイプ 3,000 円タイプの 2 倍型	3,000 円	4,700 円	320 万円	1,000 円	1,700 円	120 万円
10,000 円タイプ 活動保険 2 千円と 24 時間保険補償 8 千円	4,000 円	6,400 円	440 万円	2,000 円	3,400 円	240 万円

●上記補償は平成 13 年 4 月 1 日始期加入の方から適用。

●活動中の細菌性食中毒での入通院、死亡も補償。

●資料請求・詳しい内容のお問い合わせは、都道府県・指定都市老連または下記へ。

（詳細は、傷害保険普通保険約款および老人クラブ団体傷害保険特約条項によります。） 平成 13 年 4 月 1 日現在



財団法人 全国老人クラブ連合会保険係

〒100-8822 東京都千代田区霞が関 3-5-1 霞が関 IHF ビル 1 階 TEL 03-3597-8770

この保険契約は、以下の保険会社による共同保険契約であり、東京海上が他の引受保険会社の代理・代行をおこないます。
引受保険会社は、それぞれの引受割合に応じて、連帯することなく単独別個に保険契約上の責任を負います。

東京海上火災（幹事）、安田火災海上、三井海上火災、日本興亜損害、あいおい損害、ニッセイ同和損害、
日動火災海上、日産火災海上 最新の各引受保険会社等については、全老連保険係にお問い合わせください。