



こよなか

ふれあい

■シルバーだより■

第23号

1996年8月1日

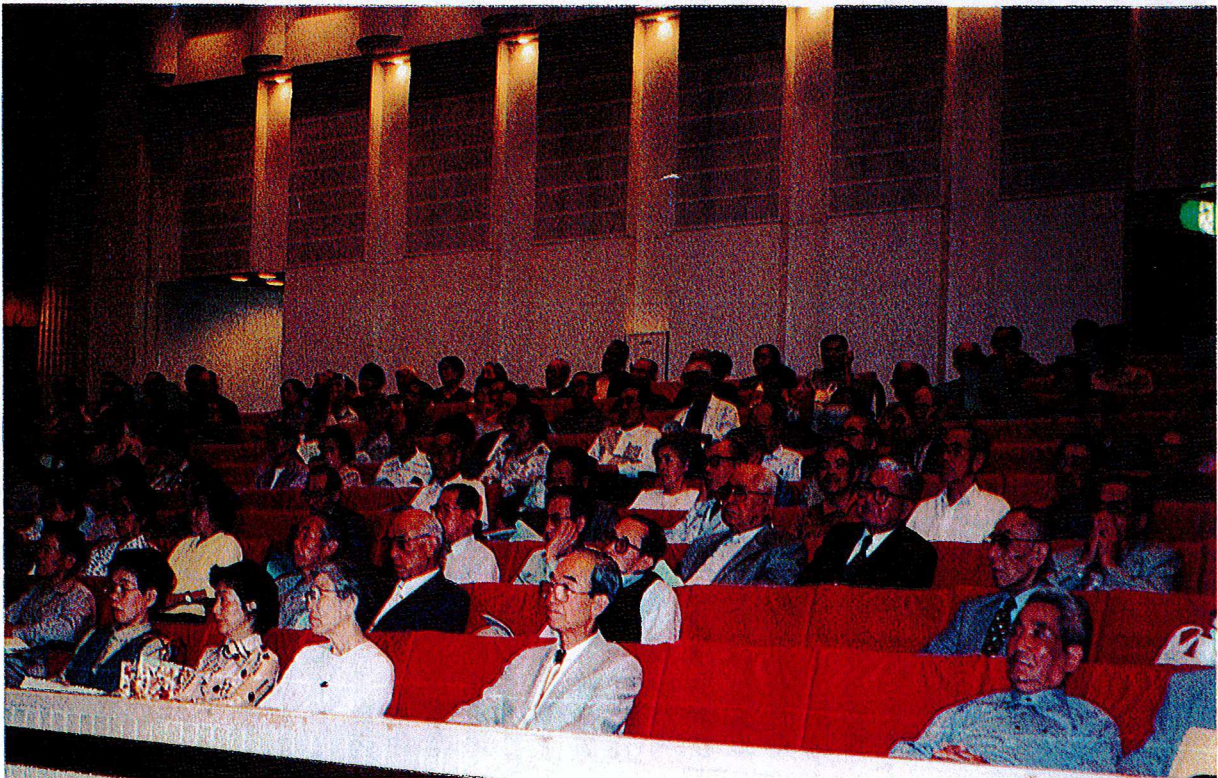
発行

社団法人
豊中市シルバー人材センター

豊中市中桜塚3丁目3番1号
TEL 856-1777

平成8年度通常総会盛況裡に終わる

通常総会は5月24日市立アクア文化ホールで開催。第一部は、市立豊中病院看護部長の高森勝子氏が「健やかに老いる」をテーマに講演。第二部は、正会員の岡本宗五男氏を議長に選出。第一号議案から第五号までが審議され、全て原案どおり可決承認された。



《役員紹介》

理事長に宮崎氏、副理事長に水上氏決まる。

今期通常総会後の新役員は次のとおりです。会員の皆様の一層のご協力を願います。

理事	宮崎 英三郎	理事	水崎 利夫	理事	岡本 茂雄	理事	山本 政一	理事	小川 晋一	理事	織田 照子	理事	林田 泰野	理事	藤田 泰通	理事	上田 善治	理事	吉川 武二郎	理事	宇都宮 義典	理事	阿南 和男	理事	藤井 健二	理事	藤本 哲夫	理事	徳永 美恵子	理事	川手 洋三	理事	出嶋 慎一	理事	古市 恒義	理事	岡本 宗五男
常務理事	岡本 茂雄	副理事長	水崎 利夫	理事	山本 政一	理事	小川 晋一	理事	織田 照子	理事	林田 泰野	理事	藤田 泰通	理事	上田 善治	理事	吉川 武二郎	理事	宇都宮 義典	理事	阿南 和男	理事	藤井 健二	理事	藤本 哲夫	理事	徳永 美恵子	理事	川手 洋三	理事	出嶋 慎一	理事	古市 恒義	理事	岡本 宗五男		

総会出席者 四百名
 委任状提出者 六百六十一名
 (合計) 千六十一名
 当日会員数 千二百六十五名

ごあいさつ



理事長

三河寛治

本日は、平成八年度社団法人豊中市シルバー人材センターの通常総会を開催いたしましたところ、評議員さんをはじめ市の関係部局の方も公私ご多忙のところご出席頂きまして、心から御礼申し上げます。

また、大変お忙しい中にもかかわらずこのようにたくさんの会員さんが、ご参加くださいますことによりありがとうございます。通常総会を開くにあたり、ひとことご挨拶申し上げます。

最近、新聞紙上では、景気回復の兆しが現われ、例えば金利が上昇傾向にあるとか百貨店の売り上

げが徐々に伸びてきているとかの報道がされておりますが、当シルバー人材センターに対する発注の依頼は、まだまだ厳しい状況でございます。

しかしながら、当センターの平成七年度の事業実績を見てみますと、会員数が一千二百三十五人、前年度より八十九人・七、八パーセントの増、また契約金額も一千二百万円、四パーセントの増で三億一千三百万円となりました。

わずかな伸びではございますが、このような不景気の下で増加できたのは会員各位、市当局そして発注者皆様のお陰だと感謝致しておりますのでございます。

さて、「高齢者の雇用の安定等に関する法律」が今回の通常国会で改正され十月から実施されることになった訳でございますが、この改正の主旨は高齢者が全国どこでも就業機会の提供を受けることができるよう、より効率的にかつより広い地域においてシルバー人材センター事業を展開できるように改正をするものでございます。昭和五十五年に国の政策として、従って各地において「高齢者事業

団」あるいは「いきがい事業団」「能力活用協会」等のさまざまな名称があったものを「シルバー人材センター」と統一し「高齢者労働能力活用事業」として本格的に事業を開始されましたが、事業開始以来十数年が経過し、事業に対する見直しが行われたところでございます。

そしてこの見直しにより新機構への制度改正がなされ、大阪府下におきましては、「大阪府シルバー人材センター協議会」が「シルバー人材センター連合」に移行するものですが、この連合とは会員の拡大と同時にその業務能力を拡大するものであり、具体的には市域を越えての就業が可能になったりまた各シルバーが協力してミスマツチを解消していく等、いままです以上に効率的に運営していこうとするものでございます。

本日の総会には、平成八年度の事業計画等重要な議案を提出いたしておりますので、内容のあるご審議をお願いしたいと思います。最後にになりましたが、会員の皆様のご健勝とご多幸を祈念致します。私の挨拶とさせていただきます。

もくじ

ごあいさつ 2~3

理事長 三河 寛治

新任あいさつ

林 實

新任あいさつ

宮崎英三郎

退任あいさつ

三河 寛治

会員のひろば

樋上 俊次

藤本 哲夫

朝倉 幸子

原田 天豊

岡本宗五男

バスツアー

8~9

(能登半島)

野口 高茂

「情報」改訂版

10~11

使わなソン!

同好会だより

12~13

ハイキング同好会

竹端 久雄

書道同好会

出品 5点

囲碁将棋同好会

宮田専之助

想いのたけを

14~15

ふみに託して:

江藤 翠

桧垣 一郎

安家 周子

中 春雄

健やかに

老いるために

16 高森 勝子



豊中市市長
林 實

豊中市シルバー人材センターの平成八年度通常総会が、盛大に開催されましたことを、心からお慶び申し上げます。

新理事長あいさつ

宮崎 英三郎



只今の緊急理事会で、前三河理事長の後任といたしました、理事

理事長退任あいさつ

三河 寛治

本日の通常総会が皆様のご協力のお陰で無事に終了することができ、ほんとうにありがとうございます。

先程、理事会で新しい役員が選出されたとの報告がありました。この場をお借りいたしました一言

系会員の皆様方には、市政の各にわたりまして格別のご支援とご協力を賜わっておりますことに、心から厚くお礼を申し上げます。

貴センターは、高齢者の就業と生きがいの場として設立されて以来、会員も一、二三五名を数えられ順調に発展をされ、着実な成果をあげてこられました。

これも、ひとえに、歴代の理事長さんをはじめ、役員の方々並びに会員の皆様方のためまぬご努力の賜物と、深く敬意を表する次第であります。

本格的な長寿社会を迎えようとしている今日、皆様方が豊かな経験と能力を生かされ、共に助け合

長にご推挙をいただきました宮崎でございます。

何分、微力ではございますが、役員・会員皆様方のご協力をいただきまして、精一杯頑張つてまいりたいと存じますので、よろしくご支援のほどお願いいたします。

ご存じのとおり、当シルバーセンターは、高齢者の就業を通じて生きがいの充実や地域社会のご参加の場として、昭和五十六年六月

私の退任の挨拶を申し上げます。

私が理事として、ご推挙いただきましたのは、平成五年一月でございます。その後副理事長・理事長と大役を仰せつかり、本日、退任をさせていただくことになりました。

この三年と五カ月の間には様々な出来ごとがございましたが、その中で特に印象に残っておりますのが、平成六年十二月の元豊中警察署から豊中市役所北別館一階への事務所移転、そして平成七年一

いながら活力ある」域社会づくりにご参加いただき、高齢者の福祉増進に寄与されておりますことは誠に意義深いものと存じております。

今日、急速に進展する高齢社会の中で、誰もが心身ともに健康でお互いの長寿を喜びあえる社会を築くことが全ての世代に共通する願いであります。

豊中市は本年、市制施行六十周年の節目の年を迎えます。本市をとりまく環境は例年にもまして厳しいものがございますが、震災から得ました教訓を生かしながら今後、市民の皆さんが健康で安心して暮らせる、そして住んでよかったと誇りを持っていただ

に発足いたしました。

私も、当センターの発足時に入会し、昭和五十九年五月から役員を仰せつかり、センターの事業運営に携わってまいりました。

顧みまするに、設立当時は会員数が一三八人、契約金額は二、二〇〇万円でございましたが、現在では会員数は一、二三五人と約九倍に、また、契約金額につきまし

月十七日の阪神・淡路大震災により多くの会員さんが、多大な被害を受けられたことでございます。

被害にあわれた方々が、一日も早く安定した生活に戻れることを願うものでございます。

いまお伺いしましたら後任の理事長には、当シルバー人材センターとともに苦勞をされ、シルバー人材センター事業の推進に非常な情熱をお持ちの宮崎氏が就任されることですので、安心してバトンタッチができるものと確信を

けるような、活力と魅力にあふれた、そして安全な「いきいき豊中」の実現を目指してなお一層努力を致して参りたいと存じます。

とりわけ、二十一世紀の高齢社会に対応するため、やさしさ・ゆとり・健康・豊中を目指し、福祉・保健・医療対策など総合的な施策の推進に一層努力を致して参る所在でありますので、どうか皆様方には引き続き、ご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、豊中市シルバー人材センターの今後益々のご発展と会員の皆様方のご健康・ご多幸を心からご祈念申し上げます。お祝いのご挨拶と致します。

その成果をあげてまいりました。

本年度はシルバー人材センター事業の主旨を十分に発揮するため、運営体制の充実強化と就業機会の拡大に向け努力してまいりたいと存じますので、会員皆様方のご支援・ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

簡単ではございますが、私の就任の挨拶とさせていただきます。

いたしております。

最後になりましたが、何かとご支援を賜りました市当局といたろとご協力をいただきました会員の皆様方に対しまして心から厚くお礼を申し上げます。

今後、豊中市シルバー人材センターのますますの発展と会員皆様方のご健康・ご多幸を心からお祈り致しまして私の退任の挨拶とさせていただきます。どうもありがとうございました。



失業の悲哀と

就業の喜び



第十七班
樋上 俊次

私は平成七年七月一日から、スパークアンテオールの自転車置場の整理作業に就労することが出来、三日に一日という緩やかな作業内容であって、現在七十六才にもなる私には申し分の無い仕事であり、嬉々として毎日を過ごして居る者であります。私が今回の就労をなぜこれ程までに有難く思うと共に喜んでおるかというのは、次の様な理由からであります。

私は昭和十四年十二月現役兵として入隊し満洲に渡り、ソ満国境の警備に就いたのであるが、幸い昭和十八年帰国することが出来、除隊になったのである。私はそれを機に警察官を志願し合格することが出来たのだった。その後昭和二十年一月再び召集になったが外地に行く事もなく終戦を迎えたのだった。そして何百万人という復

員軍人が巷に溢れ、職もなく闇市を彷徨するという戦後の混乱期を迎えたのであるが、私は復員した即日警察に復職し、寮生活という安定した生活を取り戻したのだった。その後警察を退職する時も、

又その後の転職の時にも次の働き先を決めてから辞めるというふうな間に間隙をつくる事がなかったのだ。失業という悲哀を味わう事もなく平穏な生活を送ることが出来たのだった。ところが今回の退職は、会社の定年である六十五才を十才も過ぎておるという理由での退職であり、私もその後新聞広告等の高令者募集記事を見て数回に亘り問い合わせの電話をして見たが、年令を聞いた途端、「そのお年ではね」と言われて断られるのだった。

私としては、自惚れと思われるかも知れないがまだまだ若い者に負けるものか、という気持ちがあるのに、毎日為すこともなく過ごす事のなんと空しいことか、今更の様に思い知らされたのだった。職のない寂しさが頂点に達したのは、あの阪神大震災の後、家内が孫娘の面倒をみるため泊り込みで長男の所に行く事になってからで、私はまったくの一人暮らしとなり、一時期、言語障害に近い症状が出るなど、もう限界かと思える時に、今回の就労が決まり、正気を取り戻すことができたのだった。私は今日の失業から就労に至るまでの経緯により、人は皆一人では生き

ることの出来ない事を嫌というほど知らされると共に改めてシルバ一人材センターの有り難さを知り感謝の念を抱きながらの幸せな日々を送って居る者であります。

幼い友達との出会い

近頃私は就労先に行くのが何となく待ち遠しく、又楽しくて仕方がないのである。それは幼稚園児からそれ以下の、よちよち歩きの子供たちの友達が何人か出来、その人数も日一日と増えていき、中にはまだ店の入口の二三十メートルも離れた付近から私の姿を見付けると『おじちゃん、おじちゃん』と呼び手を振りながら近づくので、それに答え私が『おはようさん』とか『こんにちわ』と挨拶すると、さも嬉しそうな笑みを残し店内にその小さな姿を消し、そして帰る時にも『バイバイ』と言いながらてを振り振り帰って行くのである。その姿はなんと清々しく汚れを知らぬものであり、私の心を強く打つと共に腹の底から嬉しさが込み上げてくるのだった。友達になった子供は私の勤務する日を重ねる度にその数を増し、私の心を和ませてくれるのであった。

私には二人の息子が居るが、それぞれ結婚と同時に一戸を構え吹田市と神戸市内で生活し、私たち夫婦は孤独とまではいえないまでも、既に十数年もの間二人暮らしが続き、三人の孫も一年の間にほんの数回会おうがしで、私の心の

何処かに孫に会いたいと思う気持ちと、その子供達の顔が重なり自然、体全体に嬉しさが滲み出て、それが自然に子供たちにも伝わり、親しみの行動となって表れておると思われるのだった。

しかし私には理由はなんであれ、ただ子供たちに会えるのが何より楽しみになっておると共に私の活力にもなっているのだった。昔から『老いると子供に戻る』と言われていたが、正しくその通りである。然し私は子供に戻ろうが何になろうが関係なく、ただ幼い友達が増えるのが楽しくもあり又嬉しいのだった。そんなときふと今年小学校二年生になる一番末の孫娘の顔が浮かび満足感が胸一杯に広がるのであった。

ある日に



第五班
藤本 哲夫

今年は寒い日が多く、日本の各地から豪雪の報が伝えられた。各地とも、十数年ぶりの大雪と言う。此の京阪神地方でも、昨年末に一度、今年に入ってから二、三度積雪があった。めずらしい事である。

しかし、此の雪の恩寵と言うか、春爛漫の桜は、殊に美しく、開花期間も長かったように思う。

雪落ちて反り打ち返す藪の音
 一人居の読み籠りをり余寒の灯
 風花や子犬尾を垂れ小屋の中
 ひとひらもこぼさず花の川堤
 雪洞の他は灯さず花の茶屋

桜の絢爛たる宴の後の「ある日
 に」吉野山を訪ねた。若葉青葉の、
 煌めきをまとった、吉野深山の姿
 は、花衣の頃とは別の魅力がある。
 吉野宮滝万葉の道を、散策せん
 が為である。

奥の千本口から、宮滝を結ぶお
 よそ五キロの古之の道は、せせら
 ぎの音を聞きながら、律儀なほど
 真直ぐ天に向って伸びる、杉木立
 の中をたどるコースである。巨大
 な岩盤の下をくぐり抜け、象の小
 川や、のどかな喜佐谷の集落を徑
 て、飛鳥平城京の時代持統女帝が
 三十数回幸したという、宮滝離
 宮の跡地に出る。宮滝は、巨岩怪
 石が兩岸から吉野川に攻め込み、
 豪快な渓谷美を展開する。

山河の彫りの深い風景、濃い陰
 影がかもす険しさは、宮滝独特の
 ものであるように思う。
 持統女帝も「ぼれ」ていたのだ
 であらう。

葉桜や磴の上なる蔵王堂
 杉木立綴る小徑や木下闇
 杉木立ぬけて明るむ蝶まぶし
 川の面の光るさざ波春の風
 青き踏む夫婦二人のスニーカー

季 雑 感



第十班
 朝倉 幸子

ここ三日程、降りづ降らずみの
 雨の日がつづいていて、梅雨に入
 った模様である。あじさいの花が
 露をふくんで大きく開花している。
 散歩のみちみち、この様な日本の
 風土に生を受けたことをそこはか
 となく幸せに思う一瞬である。こ
 うした四季の花々は、私を癒やし
 てくれ、やさしくつつみこんでく
 れる。そして思ってもみなかった、
 やさしい自分に転換される瞬間で
 もある。心の中にドラマが創られ、
 そして極楽の文学といわれる俳句
 に次々と心のカメラが廻り影られ
 てゆく、至福を生命一ぱいに感ず
 る時である。

シルバー同好会で全くの門外漢
 であったが、メンバーの作品の見
 よう見まねで始めて三年、あまり
 勉強もしないのに、カメラのシャ
 ッターは次々と視点を交えてきら
 れてゆく、まさしく極楽の文学で
 ある。あまりひねくりまわす苦し
 みもない。もちろん深い境地を会
 得した者からみれば、作品は児童
 に等しい幼稚なものであらうが、
 私はその感性を自分だけの大切な
 ものとして未来世までも大事に持

ちつづけたいと切、一念深く思
 っている。短歌、俳句はすばらし
 い友人との出会いまでも、もたら
 してくれた。その友人によって笑
 顔が少なくないといわれつづけた私が、
 声はり上げて笑うことを身につけ
 ることが出来た。対話の中で、正
 義感と完璧主義、懸命な助成を幟
 じるしにしている私としては他者
 に対して批判的になりがちな序の
 口あたりで友人は「あの人まじめ
 やからハッハッハッ」と対応する。
 「ホホホ」ではない、太陽の様な
 スカツとした大笑である。私の方
 もつられて「ほんまや解り切った
 言わずもかなのことや」と急にお
 かしさがこみあげて「ハッハッハ
 ツ」となり、目を見合わせて再度笑
 いの合唱という具合である。もち
 ろんその問題や、人を軽んじて笑
 いとばすことではなく、けしから
 んと批判してみても、その人なり
 の思いこみや性分があり、その事
 を深く理解し、つつみこんであげ
 るしか解決はない。一人一人が尊
 貴なる存在であるという視点でみ
 れば、納得感と充足感が涌き上が
 り、善き方へ、よき方へと間ちが
 いなく自分は進んでいるとの喜び
 の思いで、仲々会い難い尊い友人
 に巡り合えた事に感謝している。
 高年令になると、社会の中心か
 らリタイヤして、潜在的に持って
 いる切なさや虚無感、人生の願望
 も可能性うすき年配者の幸福の確
 立はむづかしい課題であるが、私



第十三班

原田 天豊

胃がんと暮らして

闘病者の進言

は自分の願望をあきらめないで、
 こだわりつづけて執念を持ちつづ
 ける。その事が、そのロマンが私を
 幸せにしてくれる。その幸せとは
 「自他共に」である。自分だけで
 なく貴方も共にの幸福である。男
 と女のロマンや貴方と共にではな
 い。早トチリされた体験があるの
 で、おことわりしなければならな
 い。幸せの旗「貴方と共に」のサ
 ブタイトルをつけながら、今日も
 楽しく、大笑いしながら、嬉しく
 て仕方のない毎日である。

健康とは身体の健康のみを言う
 のでなく(心・日常生活・交際・
 職場など)、生きる為に必要な、す
 べての事柄が順調に何の不安も無
 く暮らす事が出来る事を、私は本
 当の健康と言えらると思えます。
 体の不調に気付き診察で病名が
 分かり、原因を確かめ治療に専念、
 全快すると忘れてしまう、日常生
 活もすべて順調何不自由無く暮ら
 して行ける人は本当に幸福な人と
 言えます。私は、心と体の健康は
 自分で管理そして勝ち取る物だと
 思います。心ならずも病に侵され
 た時は医者のお世話に成り速やかに

治す事ですが、日常生活において健康管理に心掛け病に侵されぬ様に規則正しい営みが必要と思えます。

私は胃がん闘病中に体験した事柄は自分の病名をはっきり自覚して闘病すること・担当医師と看護婦の言う事柄は神様の声として必ず厳守する事・退院しても入院中と同じ規則正しい闘病生活を続ける・腹八分目、決して食べ過ぎ飲み過ぎをしない・体力にあった運動をする・医師と相談して薬の量を減らし一日も早く薬を止め自分の力で栄養をとる・周りに心配事等有れば闘病は出来ません。家族一同力を合わせて闘病に専念

することです。

私の場合食べる物が薬臭く食べた後・むかつき・胃の痛みがひどく農薬のせいと分かり、無農薬野菜を自分でつくって食べて居る事が健康につながったと確信して居ます。大自然の美しい空気の中で体にあつた農作業、勝手気ままに気を使う事もなく自由な労働、腹が空けばいつでも自由な食事、疲れると、どこにでも、ひっきり返って寝ころぶ、落ち着くと仕事を始めます。しかし何カ月目かに胃の調子が悪く成り、苦しみます。体の力が抜けて動きがだるくすぐ息切れと目まいがして、ひどく成ると胃の痙攣と差し込みで、体の

置き場が無い位苦しみますが、寝

たら起きられなく成るので無理して動き廻り下を向くとむかつきがひどく成るので、頭を胃より上に有るようにして何かをします。急な動きは出来ません。この場合は●お湯だけで二日過ごします●三日目野菜スープと重湯を湯飲み半分位飲み●四日目お湯●腹が空く事を確かめた上で五日目より普通食とします。この間、寝たら駄目です、起きて何かをします、座ってテレビ等を見たら胃が押さえられ痛みが激しくなるので、体を動かす事が必要です。胃の痛みを和らげる為に胃の付近をカイロで温めると痛みが半減します。寝る時

には小型の電気コタツを腹の上に

乗せて寝ると心地よく休めますが右向きに寝ると二三分でカチカチとなり物凄く痛み、左をしたにすると十分位で痛みが出て来ますので上向きが一番安眠出来ます。私は酒・タバコは若い時から飲みませんので癌にたいしての害は分かりませんが医師が止めているので駄目でしょう。コーヒーを飲むと苦しく成ります。薄いお茶が一番よい様です。早寝早起き規則正しい日常生活と適当な仕事をして暴飲暴食を慎みおいしい空気を腹いっぱい吸っておれば健康に成ること間違い無し・天国に向かつて前進あるのみ。



パンと葡萄酒と恋(その二)



第十三班 岡本宗五男



マヤと知り合ったのはまだ私が学生で、スイス・ルセルンに下宿していた時のことでした。丁度、カトリックの街でもあるスセルンではフアスナハトに入る直前のカーニバルのお祭りの日でした。フアスナハトというのは断食というドイツ語ですが、昼間は目抜き通りを各種業界のフロートの列が延

延と続き、街中が祭り一色になります。これらフロートには必ず、美女たちがポーズをとって見物客の声援に応えていました。

夕刻になると、目抜き通りのホテルは全てロビーを一般に開放し、ダンス・ホールとなります。女性達は思い思いに仮面をかぶったり、仮面をして踊りに参加します。男

性でも、仮面をつけて行列に参加していた人たちもいて、踊りにきていたようでした。私も友人の学生と二人で、ホテル・アストリアに踊りに出かけました。やがて、友人は適当なパートナーを見つけ踊りの輪の中に入っていった。しまい、私一人と残されましたが、その時、日本の『岡女』に似た仮面を付けた女性を見付けました。仮面には眼と小さなストローが入る位の穴が開いているだけで、シヤンペンを飲むと云つても口をあけてと云うわけにはいかないのです。しゃべっても、なにを云っているのやらなかなか判りません。ようやく、マヤと、名前を教えてくださいました。本の話などし

ているところへ、妹さんが現れて、ご両親が次のホテルに移動するからと云って連れ出しに来ました。別れる前に、一目顔を見たいと云いましたら十二時にならないければ、仮面をとつてはいけない事になっているという事でしたが、むりに聞き入れてもらいました。仮面の下からは、日本的で細面の彫りの深い、私の思い描いた通りの可愛い女の子の顔がありました。そして、ようやく、電話番号など教えてもらい、後日の再会を約して別れました。

マヤはその当時十八才の女子学生で、朝夕の学校の行き帰りには父親に車で送り迎えをしてもらっていましたので、なかなかうまく、

会えませんでした。マヤは靴の修理に行くとか文房具を買うためと

か口実を設けて会いに街に出て来ました。マヤの誕生日には家へ招かれて、夕食を共に頂いたりしましたが、ルセルンに滞在して二年たった七半月、別れる時が来ました。出発の前日、朝から、となりの首都でもあるベルンへ小旅行をかねて見送りにきてくれることになりました。国会議事堂の裏に「エルフエノウ」という自然公園があります。その森は、「妖精の園」と言う意味ですが、白樺の林が広がっていました。所々に、程よい間隔で木のベンチがしつらえてあり、二人連れの散策にはもってこいのセッティングがされていました。マヤの作ってきたくれたハムとチーズのサンド・イッチと途中で仕入れたワインで乾杯を重ね、別れを惜しみました。翌日、ベルンの駅まで見送りをうけ、出港地のマルセイユへ向かうべくSFCNに乗り込み、いつまでも手を振るマヤと別れたのでした。

マヤの父親は週刊誌の編集長をされていたようで、翌年、東京でペン・クラブの国際会議があった折、来日され、マヤからの言伝でお土産を預かってきているとお電話を頂きましたので、早速、上京し、感激の対面の後、大きな紙包みを頂いて帰ってきました。中にはスイス製の絹のネクタイやらハンカチーフの他、まるで慰問

袋、うに沢山のチョコレートやキ・ンデーが入っていました。

マヤとはその後も文通を続けていましたが、ある日、結婚式の案内と招待状が送られてきました。

同封の写真で見ると、ご主人は思い成しか、私に似た背の低いメガネをかけた大人しそうな方でした。やがて、男の双子が生まれたといつて写真を送って来てくれました。それから、何年かたつて、仕事でスイスに出張する機会があり、ちょうど、新居のあるチューリッヒのホテル・ドルダー・グラントに宿をとつたことがありました。新しい電話番号を見失つたのでマヤの実家に電話をし、母親から新居の電話番号を教えてもらい、電話をしました。マヤには日本からお土産を持っていつていました。夜も遅く、翌朝も出発が早いので、土産物はホテルのフロントに預けておくから、ついでの時に取りにくるようにと云つて一旦は電話を切りましたが、しばらくたつて、ご主人から電話が入り、マヤがどうしても会いたいと云つていたので、今から車で迎えにいきますということでした。

着いたのは中世の古城のような館で、マヤが出迎えてくれました。三人でシャンパンを開けて乾杯し、二人は主人の知らない昔話に華を咲かせていました。そのうち、ご

主人は気をきかせ、席を外してくれました。そうすると、返つてなにもできません。キスしかできませんでした。

ルセルンはスイスでも指折りの観光地でご存じの方も多いと思いますが、四つの州の湖・ルセン湖にはいつも多くの白鳥が優雅に羽根を休めていました。

「遠く国の 碧き水面の 白鳥の 翔く明日を 胸に 画きて」
(宗生1957年)

その河口近くに「カペル橋」というヨーロッパでも一番古い中世の木製の橋がかかっていました。その橋が一昨年の八月に火災に遭つてほぼ全焼したと云うニュースを新聞紙上で見て驚きました。橋は全面葺草で通路部分には日本の絵馬に似た額が多数掲げてありました。その後、再建されたように伺いましたがどうなつたのでしょうか。あの橋には沢山思い出がかかっているのです。

氷河の雪解け水の流れ込むスイスの湖の水温は低く、本当に泳げる期間はそう長くはないのでしよう。ですから、夏には水浴の人たちが大勢岸辺に日光浴に出かけて来ます。海水パンツを持っていなかった貧乏学生の私はペンションにあった大判の浴室のタオルをマヤに渡してたのみました。タテに三つに切つて繋ぎあわせて一つの細長い布切れにしてきてほしい」

と。マヤは訝つて聞きました。「何にするの」「海水着にするのサ」翌日、マヤは持つてきてくれました。「どうするの」「次の土曜日の昼に会つて日光浴をしに行こう」と言うことになつて、私は一足先にビーチに行き、日本式海水パンツ六尺禪(小学校の頃、天の橋立に疎開をしていたところに、よくしなれていたものですから)をして、その当時、まだ日本では珍しかった美女達のピキニ姿を眼で愉しみがら歩き回っていました。すると、そこへ制服を着たお巡りさん、いや、単なるガード・マンだったのでしようが、私のところへやってくる云う海水着は禁止されています」びつくりして、「なぜですか」「露出過度なのでおしりのところが」今では、「Tバック」などと称して流行の最先端を行くのですが、当時はスイスでもだめでした。私は急いで、着替えて、近くのデパートに駆け込んで、水泳パンツを仕込んできました。(今でも使えるのです。でも少し小さすぎてはけません)

新しいパンツをはいて、再びビーチに戻つて、マヤの来るのを待ちました。マヤは「あなたの日本の水泳着と云うのはどれ」と聞きます。事の次第を説明し、お披露目はまたの機会にということになりました。いまだに実現はできていませんが。

楽しかったバスツアー (能登半島・和倉温泉の旅)

今回のバスツアーは、場所の選定がよかったのか、申込初日三時頃には定員一杯となり予期せぬ多数の方々の早い申込みのため、ご迷惑をおかけし、申し訳なく思っております、とのことでした。

◎旅立ち

曇空ながら雨の心配はなく、局長以下職員の皆さんの見送りを受け、八時、市役所前を出発。車内は、あいさつ、コースの説明も立ちの序曲と聴き、袋に入ったお菓子の数に、どれから食べようかなア……と、子供の心にかえる。

飲みもののサービス(ビール、お茶、ジュース、コーヒー等々)、それぞれに欲しいものを持ってきて下さる職員の方々の至れり尽くせりのサービスに感謝、車内の空気も和やかになる。顔馴染みの人も大分多くなり、また初めての人も人材センターの一員として好意と親しみを覚えるから不思議なもんだ。
●名神・北陸と高速道路が出来、早く快適になったとは云え、北陸路は遠く、十二時に九谷焼窯元『九谷宗山』に着く。

◎昼食

九谷宗山のレストランにてー。料理も名物の甘えび始め品数も多く、盛り付けもよくて食欲もそそる。ビールもはずむ。一寸言いにくいが老人会の昼食とは大分違う！ お金がかかっているのかなア……。

●おなかがふくれると眠くなってく。さすがベテランのガイドさん、兼六園まで小一時間かかります。おやすみなさいの気遣いに、心おきなく、スヤスヤ!! バスは静かに、犀川大橋を渡り、金沢一の繁華街香林坊を通り、目抜き通り県庁、市役所、四高の図書館だった石川近代文学館、四高本館の県立郷土資料館の並ぶ広坂通りを過ぎれば、金沢城の石川門が見え、兼六園に着く。十四時十分。

◎本日のメイン 『兼六園』見物!!

専属のガイドさんの説明を聞き

兼六園徹軒燈籠の前で(グループ①)



つつ、上坂口より入ると、雪吊りが真先に目にとまる。もう一週間もすれば取除かれる冬の風情の名残り。雪が積もっていれば更によいのだがなアと、これは無理な注文。

唐崎の松の前より霞が池・亀甲島の代表的美しい風景を眺め、兼六園で最も有名な徹軒燈籠をバツクに車両毎に記念撮影をする。それから常磐岡をめぐり白龍滝を見て、霞が池の反対側より眺め、夫婦松、曲水を経て、明治記念の標にてそれぞれ写真を撮る。暑くなって冷たいものをとる人もチラホラ。一時間が感激のうちにアツと過ぎてしまいました。

●涼しい車内でひと息ついている間に、海辺の沙道を走る千里浜ドライブを経て、きれいになった千里浜レストハウスで休憩、シヨッピ



「雪吊り」をしばし眺めて (兼六園)

ングを楽しみ、県道、高速、県道を乗りついで、五時半、和倉温泉『美湾荘』に着く。

●旅館

静かな七尾湾に面し、向かいに能登半島を望み、右方に能登大橋が架かる絶景の地にある。ロビー、部屋、浴場からそれぞれ味わいのある風景が楽しめる。

●宴会

日本海の荒波にもまれ、神通川、庄川の水で薄められた海に泳ぐ魚



豪華な宴会もこれでしめくくり

の「し」さは、三河湾のそれと共に有名。豪華な料理を前に、いで湯太鼓のショーやカラオケ、抽選会と賑やかで九時過ぎまで年を忘れ、春の宵を楽しみ、流れ解散後、カラオケ愛好の人々は一階ロビーラウンジで十二時過ぎまで、歌い続けました。

◆二日目 ●朝からの大雪

雪の朝の七尾湾が、一層風情をそそられます。大吹雪の中、八時バスは美湾荘を出発。田鶴浜海産物センターにて土産物を仕入れ、九時能登金剛『巖門』に着く。少



雪の積もる林を背に巖門にて

同じバスに乗ったの、(グループ②)



付近に身を沈めた。松本清張追悼の碑『雲たれて ひとりたけれる荒波を悲しと思えり能登の初旅』

●妙成寺



雪をのせた妙成寺五重塔前にて

雪も次第におさまり日蓮宗『妙成寺』に着いた時はやんでいた。姿の美しさは、まれに見る名塔といわれる五重塔が雪をのせていた姿は、千載一遇と喜んでシャッターをしきりに切る。雪をいただきたい堂塔は、日蓮宗北陸の総本山としての風格を備えている。お寺の前の木造りの茶店で、木のいろり、調度の中であつい甘酒をすすす。ほっとひと息つけるひと時であった。

しおさまったもののやっぱり雪は降り続けている。下の巖門まで降りて行った元気な人も三々五々。ここは松本清張の『ゼロの焦点』で有名になった。またこの小説に魅せられてここを訪れた女性が巖門

●一路、金沢西レストハウスにてお土産をととのえ、カラオケの歌に包まれ、停滞も何のその、全員無事帰着十八時十分でした。
一泊二日の旅を共にできたことを喜び、事務局長以下職員の出迎えに感謝しつつ、家路につきましました。



レジャー関連情報 ①

シルバー

種類	タイトル 内容	実施主体 問い合わせ先	条件・注意
航空 (国内線)	平日シルバー割引運賃 ◆65歳以上、平日のみ大人普通運賃の約25%引き	日本航空・全日本空輸・日本エアシステムなど ・日本航空予約案内 ☎0120(25)5971 ・全日空予約案内センター ☎06(534)8800 ・日本エアシステム予約センター ☎06(243)8111	・※要証明書。前日までに各社支店、営業所、指定代理店窓口で申し込む。電話予約は不可 ・8/1~11/20 } を除く ・12/27~1/6 } ・土、日、祝
	シルバー割引 ◆60歳以上。大人運賃の20%引き。各等級、寝台もOK	・関西汽船(阪神一別府間) ☎06(344)7031 ・名門大洋フェリー(大阪一門司間) ☎06(531)5511 ・阪九フェリー(神戸・泉大津一門司間) ☎078(857)1211 ☎0725(22)7171	・要証明書 ・関西発 8/10~8/15 12/27~1/1 九州発 8/15~8/20 1/2~1/7 を除く
鉄道	フルムーン夫婦グリーンパスシルバー ◆年齢合計88歳以上で1人または2人が70歳以上の夫婦。フルムーングリーンパスが5000円引きに(1992年度)。JR全線のグリーン車、B寝台利用可	JR各社 ・みどりの窓口、TiS(旅行センター)、営業支店、旅行代理店へ	・要証明書 ・成田エクスプレス、のぞみ、JRバスなど利用除外有 ・発売期間限定 9月1日~5月31日
	ジパング倶楽部 ◆男性65歳以上、女性60歳以上。 また、ご夫婦のどちらかが65歳以上なら配偶者の方は年齢に関係なく入室できます。 JRを片道、往復または連続のいずれかで201キロ以上ご利用される場合—2割~3割引き。	JR西日本ジパング倶楽部事務局 ・☎06(886)8124 ・平日10時~17時 ・土・日・祝は休み	・要会員手帳 ・入会金(年会費) 本会員 3600円 夫婦会員 6000円 ・4/27~5/6 } を除く ・8/11~8/20 } ・12/28~1/6 }
寄席	シルバー割引 ◆入場料3000円→2000円	なんばグランド花月 ☎06(641)0888	自治体発行の老人手帳を持っている人のみ
	シニア割引 ◆60歳以上は入場料500円引きで2000円	浪花座 ☎06(211)1431	・要証明書



情報
(改訂版)

使わな
ソーン!

二〇一〇年には四人に一人が六十五歳以上といわれ、高齢者が社会の主役になる時代も目の前。いまだきの元気シルバーに、おトク情報をお届け。国や自治体のほか民間の意外な特典、申し出が必要な優遇措置などを中心に集めました。積極的に活用して「お達者」に暮らしましょう!

※証明書は健康保険証や免許証、老人手帳など年齢が証明できる公的なもの



レジャー関連情報 ②

種類	タイトル 内 容	実施主体 問い合わせ先	条件・注意
ホ テ ル	パースデー宿泊プラン ◆誕生日前後1週間の宿泊 1泊1人分室料を年齢% 引きに	ホテル日航大阪 ☎06(244)1111	・要証明書。予約必要
	パースデープラン ◆同上	大阪ヒルトン ☎06(347)7111	・要証明書。予約必要
	シルバーゲストサービス ◆2人以上の宿泊で平均年 齢60歳以上なら1泊室料 40%引き	都ホテル大阪 ☎06(773)1111	・要証明書 ・前日までに予約必要

レジャー関連情報(地元編)

	名 称	実施主体 問い合わせ先	内 容	条件・手続き
カ ル チ ャ ー	府民劇場の割引制度	大阪府文化振興財団 ☎06(945)5737	府民劇場の開催する公演は一般料金の半額程度に	70歳以上。会場窓口で自己申告
	映面料金割引 シニア料金	千里中央セルシー シアター ☎06(832)7403	一般料金1300円→900円。 9月上映予定 (他の映画館にててもシニア割引有) ・ため息つかせて ・アンカーウーマン	60歳以上。保険証など年齢が証明できるものを窓口で提示
交 通	阪急バス 寿回数乗車券	豊中市高齢福祉課 ☎06(858)2233	バスの回数券を半額で購入できる割引購入証を1カ月あたり1枚発行。1冊2000円→1000円。年間12冊まで。市内から乗車・下車有効	豊中市内に1年以上在住の70歳以上。高齢福祉課で受け付け
公 共 施 設	豊中市立文化体育施設 高齢者優待割引制度	①豊中市立市民会館 ☎06(864)3901 ②豊中市体育総務課 ☎06(858)2752 ③青年の家いぶき ☎06(866)3040	①市民ホール(市民会館、アクア文化ホール、ローズ文化ホール) 主催の自主公演の入場料金が半額に ②市立体育館(豊島、柴原、庄内、千里)、武道館ひびき、温水プール(庄内、二ノ切)の利用料金が半額に。大門、豊島プールも夏期のみ有り ③プラネタリウム館の入館料が半額に	豊中市内在住の65歳以上。施設窓口で老人医療証など住所、年齢を証明するものを提示
会 員	シルバー人材センター 会員優待割引	豊中市シルバー 人材センター ☎06(856)1777	シルバー人材センターの会員になると、「箕面 スーパーガーデン」入場料1300円→900円(同伴 5名まで同額、午後5時以降適用外)。受付で 会員証を提示	市内在住、60歳以上の健康で働く意欲のある人。所定用紙に記入・押印、写真持参でセンターへ

※表中の価格は税込み

同好会だより

ハイキング同好会・書道同好会・囲碁将棋同好会

心地よい汗をかいた

摂津峡への道

ハイキング同好会

第六班 竹端久雄

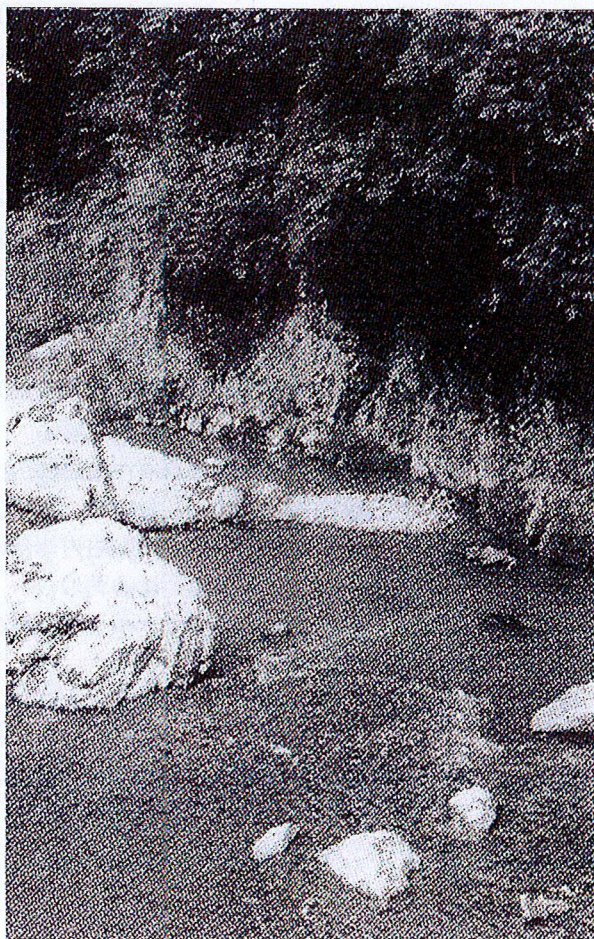


七月十三日、梅雨明けも間近になったのか、好天気にくぐまれたハイキング日和である。本日の参加者は三八名(内女性十六名)である。JR高槻駅前から、バスで上ノ口まで行く、出発に先き立ち、代表から人員点呼とコースの説明があり、車も通るので注意する様にと指示があつて目的地に向つて歩きだす。道はよく整備され歩きやすいが、車がよく通る。特に後方車には注意が必要である。いよいよ本格的なハイキング道となる市後谷林道に入る急な坂道を一気に登つて行く、木立に囲まれうっそうと茂る樹林の間を遠足気分

で歩く。コースは順調に進んでいるかにみえたが、林道を抜けて、萩谷方面にと向う途中で造成地工事現場のどまん中に入つてしまふ。四方通行止めで迂回を要することとなる。炎天直下のこと、皆さんの表情は暑さと疲労困憊でその場に坐り込みたくなる思いであつた



手造り弁当で元気回復！摂津峡へと向かう

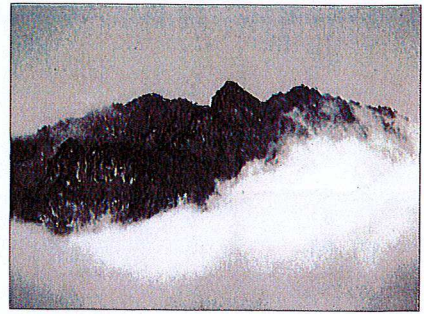


険しい山道やケモノ道に苦しんだ末、摂津峡に出た

と思う。気分をとり直し元の山道へ戻る。昼食場所を物色しながら足を進めると、集落を通る車道の道端で適当場所を発見ひとまず食事とする。各自ご自慢の手造り弁当をワイワイおしゃべりしながら頂く。食後現地で記念写真をパチリ、摂津峡へと下山する。これで順調にコースも消化できると期待し歩武堂々の行進とまでいかないまでも元気な足どりで進んでいくと、又々通行止に会う。己むなくコースを変更し山中険しい山道やけもの道をドンドン。ようやく

くにして摂津峡の川辺にたどり着く、川沿には大勢の家族連れや若者グループで川釣りや水遊びに楽しく興じている。川沿を上ると摂津峡の遊歩道を上ノ口バス停へと戻る。全員が事故なく無事に帰省できたことはなによりである。炎天下で暑さには些かゲンナリしたが心地よい汗をかいたことはなにものにもかえられない満足感が味わえた。日頃の運動不足を少しでも解消する意味で、明日への健康に繋げるためにも続けたいと思えます。

書道同好会



若い時代に：もう少し字が上手に書けたらよいのに：と思いがながらも、遂に此の齢になつてしまつた。余生を樂しむ一方法として、書道を学んでいゝうちに、少しは上手になつたかなと、練習の中に喜びを見出していらつしやる方が多いようです。

青と園
中葵

堤喜久男

第18班 堤喜久男

筆硯得
佳友

花城清文

第16班 花城清文

望山月
思故郷

藤本照恵

第4班 藤本照恵

望山月
思故郷

湯ノ口和夫

第6班 湯ノ口和夫

望山月
思故郷

鷺崎俊一郎

第3班 鷺崎俊一郎

囲碁将棋同好会

囲碁同好会に入会して

第十五班

宮田 専之助



平成七年十月に定年退職し、まだ十分働けると思いつつ、ハローワーク池田に月一回失業の認定に行き、就職先を探していましたが、本年四月広報とよなか誌上でシルバー人材センターのことを知り、毎週木曜日に開かれている説明会に出席し、センターのお話を聞かせて頂きました。ご説明の主旨に賛同いたしましたので、早速次の日に入会いたしました。

入会したからといって、すぐ仕事があるものではありません。センターのみなさんも頑張ってくださいといらっしゃいますので、楽しみに待っています。
入会日が丁度碁の同好会の日で皆さん対局中でした。私自身はまだ習いはじめで未熟ですが、皆さんに教えて頂きたいと存じ、その

場でお仲間入りをさせて頂きました。下手な碁で皆さんには迷惑でしょうがだんだん上手になつて近づいて行きたいと思つていきます。

碁は最初は取っ付きにくいようですが、はじめだしますとなかなか面白くて夢中になってしまいました。ルールは簡単ですが、これほど奥の深いゲームはございません。下手は下手なりに、たまに良い手をうって上手が困った顔をしたりすると嬉しくなつてしまいます。時間に余裕がありましたら是非おすすめいたします。

同好会の皆さんは親しみやすい好々爺といった感じで親切に教えてくださいたいです。今では金曜日が来るのが待ちどろしいくらいです。年をとつて趣味がなく話し相手がいなかったりしたら寂しいものです。今は碁をやつて本当に良かったなと思つています。皆さんも是非、同好会に参加して一緒に楽しく遊びませんか。

この同好会もいろいろと形を整え、大会なども開いて、もつとちょっと有意義なものにしたいとお世話人の金指さんもおっしゃっていましたので楽しい会になると思つています。お上手な方も、これからしようとする方も参加して頂いて、仲よく共に楽しもうではございませんか。

想いのたけをふみに託して…

短歌 五首

神前に今年の平穩祈りつつ

よぎるは去年の震災のこと

節分の日を娘と共に歩きいて

丸かぶり寿司それぞれに買う

もう一枚画き直そうか止そうかと

青葉風亨け頬づえつきぬ

みはるかす空も下界の茜なし

山上の宿に立つ我れも染む

俳句 五句

「吉宗」を

楽しみ見果て年暮るる

わが眼鏡

濡らして過ぎぬ冬時雨

片方に

なりし手袋いとほしく

ばあちゃんに見せると言つて

背負い来し

リュックサックのおもちや

まだぬくもりており

第四班
江藤 翠



第八班
檜垣 一郎

雑 詠

大卒の

二字就職のじやまをする

長寿国

四十路の孫が増えている

監督の

休養ふつとぶホームラン

花冷えに

風邪いつまでも引きずりて

歳時記は

ひらきしままの午睡かな

脱税は

ばれてもともと納めます

同姓同名

初恋の人思い出す

断層を

鯨のせいにした

川 柳

体

この体

めでたくもなし誕生日

はつきり

母さんにも

はつきり言えない恋を知り

赤字

また赤字

ぼやきながらも肉を買う

シヨック

シヨックでした

でもうれしいよ大当り

近い

近くでも

毎日いややお姑さん

売る

まゆつばの

半額商品売れている

戦後50年が経過し日本の社会情勢が大変変化しました。労働省に婦人少年局が設置されて以来、女性の地位向上をめざして、毎年活動目標としてスローガンを掲げてきました。今年のテーマは「21世紀にむけて自分らしい生き方ができる社会を創ろう」キャッチフレーズは「はつらつ生き方自由自在」と打ち出しました。素晴らしいスローガンですね。個人的にもそれぞれの組織でもこれをテーマに大いに語り合い、過去の経験を生か

男女共生社会へ急ピッチ

はつらつ生き方自由自在

第三班

安家 周子

あつた結果、悪化している事が判りました。部分戦争の犠牲者は多く女・子供で、住居・仕事・食料もなく、売春で人権を蹂躪されている痛ましい現状が集約されました。大会として「女性問題は人権問題」として、新綱領を決定し、各国の事情に応じて活動方針をたてる事になりました。中でも問題になったのは「男は外で働き、女は家で家事育児」の古い慣習の考えが残っていることが私的されま

し、古くて現在の社会にふさわしくないことは、いさぎよく捨てて生き方を模索し、新時代の生き方を理解し、耳を傾け、自分の生き方、そして家族一人一人が目標を持つての生き方を示し合い、調和をはかつて楽しい人生にしたいものです。

昨年8月に第4回世界女性会議が北京で開催され、なんと5万人(内日本人7千人)が参加しました。ナイロビ大会以来、各国で男女差別が減少しているかを報告し

両立者が増加している反面、少子化傾向を辿り、高齢者の介護を「嫁・娘」に依存の形態に甘んじていられない社会になるのです。日本政府は首相が先頭をきつて「男女共同社会づくり」の施策を展開しています。私達も、家族だけに頼らず、近隣へ、グループの中で助け合い、潑刺自分の生き方をつかみ、心身健康に生き抜きましよう。

元豊中市高齢社会問題懇話会委員
豊中あけぼの保育園々長

四十歳頃から高血圧の病状が顕著になり、五十歳になつてからは高血圧も時に最高二〇〇/一二〇となり、先生を驚かして急いで点滴の処置をうけるなどと、年を経るごとに使いふるした故障の多い機械を呈して来たが、自分自身

随想 老の試練

第十四班 中 春雄

当年78歳、元気々と安心の生活が昨年末から変調。今年一月三日に救急車で循環器病センターへ。心不全から蘇生→入院→退院→尔後の生活へと病院の懇切な指導は後日。



● ナサケナイ気がする。女房の身体が悪いので、時に台所仕事をされるのだが、胸が押えつけられるようになり、呼吸も吸気が短く排気が長くなってフーハーフーハーである。前から診てもらっている先生に報告して、レントゲン・採血・心電図など検査を経て薬も変えてもらった。へびースモーカの私が即時決断して禁煙を続けていた。年の暮から女房の代りに買出しやらで、あわただしくお正月を迎えた。

は明るく元気に日々を楽しく暮らしていた。実のところ昨年十一月末頃から、私は自分の体調がオカシイと感じるようになった。● 毎日朝の40〜50分の散歩が日を追うにつれて、足が重たく、だるくなり、全然スピードが出なくなり、ヨタヨタとして歩行である。● チョットとした坂道に來ると胸苦しくて呼吸が切迫して苦しくなつて来る。足もまたヨタヨタと進まなくて、

で足が前に出ずダウン棄権、息子を吃驚させた。二日も恒例の初詣で「清荒神」へ、息子や孫達に気を使わせ乍ら坂道を上つてお参りをすませた。いよいよ三日が来た。夕刻から急に呼吸が苦しくて、吸う息が短くて、はき出す息がハアハアと苦しくなつてくる。呼吸が出来なくて、心気混乱し、最早や駄目か!と観念した。救急車に乗せられて循環器病センターへ! 応急の処置と手厚い看護で1.5時間で蘇生した。

健やかに 老いるために



市立豊中病院
看護部長
高森 勝子

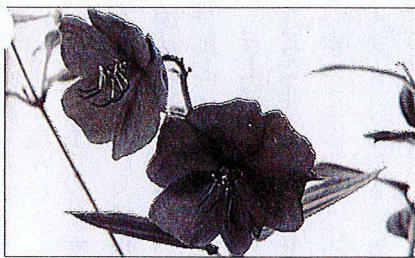
五月二十四日の通常総会第一部で高森先生から『健やかに老いるために...』と題して私達シルバー同志や、その家族に対して、ご懇切な講話をいただきました。

私たち人間は、誕生して成長し、やがて老いて死んでいきます。この四つの大きな体験をするところに人生があり、またその過程には、「病」があります。若いときは、自分が年をとるということ、日常の生活の中ではなかなか考えようとしません。

しかし、人が生きるということ、すなわち、老いることなのです。「人生八十年」という長寿の時代をむかえ、男性も女性もその人らしく健やかに生き、そして、老いの先には「死」があることを理解しながら、「老いる」ことの意味を考えてみたいと思います。

老化をどう受けとめるか。老いるとは具体的にどういうことなのでしょう。皮膚が老化するといふような外面的な老化、機能の老化として、脳の萎縮や肝臓その他臓器の働きや修復力の低下、知覚したり、記憶したり、計算したり

の力が落ちます。しかし古い、昔のことはよく覚えています。一方、判断力と意思決定力はかなり維持されますし美的間隔とかアートに対しての感性は老化によって極端に低下するとは考えられません。老人には自分はまだ老いてしまつたと訴え、すなわち聴力が落ち、老眼になり、疲れやすく、不快感を常に訴えるタイプと一方、自分はまだ健康だと思っている老人で、



たった一度しかない人生です泣くのも自分、笑うのも自分やらないのも自分、やるのも自分不幸になるのも自分、幸せにするのも自分一度しかない人生です。後悔するのも自分、満足するのも自分なら、自分に力をつけて、明るく生きていくことです。自分の夢を決めてばりばり楽しくやっていくことです。

高齢問題ジャーナリスト
佐橋 慶女氏講演より

若干の不調は老いによるものと受けとめ、概ね健康だという気持ちで仕事をしているこの二つのタイプがあるのではないかとおもいます。たとえ、年をとって老人になつても自分の生き方を見だし、楽しい老後を迎えたいとの思いから、病を通してみる高齢者のQOLについて考えてみたいと思います。

ということから「健やかに老いるために」本人の心構えや死への準備、また周囲の方達の介護についてのお話がありました。

- 1、老人問題の背景
- 2、老年患者の特徴
- 3、お世話作戦10カ条
- 4、死への準備教育
- 5、老人患者のQOL

あとがき

会員の皆様、暑い最中でございます。お健やかに過ごしていらつしやいますか、お伺い申し上げます。

今年の梅雨も当地方は、ほどほどのおしめりにて大被害とてなく、ご同慶の至りと存じております。

会員も逐次増加し事業成績も上向いているように聞いております。会員の皆様！お健やかに日々を楽しく、元気にお暮しくください。

本号は特に「会員のひろば」では原田天豊氏が、「随想」では中春雄氏が大病の体験を記しておられます。それぞれご本人からのアドバイスなどもお願いできるかと存じます。

④情報 10頁11頁に亘って追加改訂版を掲載いたしましたので、せいぜいご活用下さい。

◎中頁のカット用モノクロ写真は藤田泰通さんに、人物のカットは豊中市長寿社会施策推進室の中村徹夫さんにご協力いただきました。

(編集委員一同)