

(公社)日本産業退職者協会広島支部

〒730-0036 広島市中区袋町6番36号 広島市まちづくり市民交流プラザ内 BOX1

日退協ホームページアドレス <https://jariphiroshima.sakura.ne.jp/>

私の完熟期



(公社)日本産業退職者協会
広島支部 参与

下野至誠

私は、平成7年3月に近所にお住いの太田崇さんのご紹介で日退協広島支部に入会しました。現役時の知り合いから「山歩きの会」に誘われ山歩きを始めたのも、地区の「老人会」に入会したのも同時期です。

その年の10月、地域を担当されていた民生委員の方が任期半ばで病気になられ、その方の残りの期間を含め10年間民生委員児童委員も務めました。

同好会では野鳥観察会、四季の会、二木会、山を歩く会等の世話人をやらせていただきました。

ゴルフ、旅行、四季の会、山を歩く会、料理教室、詩吟、パソコン、歴史探訪、朱の木会、園芸盆栽、写真、木楽会、四風会等々の同好会に参加しておりますが、中でも平成10年4月に設立した「山を歩く会」と平成18年4月に設立した「詩吟を楽しむ会」は設立発起人になっており、例会には現在まで連続参加しております。

広島支部の基本方針に「私たちの一生」は0歳～20歳(20年)を「就学期」、20歳～60歳(40年)を「就労期」、60歳以後を「総仕上げ完熟期」と書いてあります。

初代支部長の梶田さんは、毎年総会時に基本方針について上手に話をされていました。

私の人生を振り返ってみると、関わった人にも恵まれて100点満点の「就学、就労期」でした。「現在進行中の完熟期」も「日退協」「老人会」等に入会したことで、閑ということが無く、孤独ということがありません。

会を紹介していただいた先輩、会の仲間、私の人生で最大の応援者であった両親、兄姉、そして8年後に迎える「ダイヤモンド婚式」(75年)の家内には大変感謝しています。

昨年、子供、孫、曾孫が「米寿」(数え88歳)を祝ってくれました。「白寿」まで10年となりました。「人生100歳時代」を順調に過ごしています。

新年懇親会に参加して

山成 宜彦

会場に入ると、ほぼ満席でした。席を探していると同窓・同級の木下君の誘いで席に着きました。

コロナ禍で3年ぶりの開催。90余名の参加者はコロナ前の6割とのことでした。

支部長谷口さんの挨拶に続いて、「詩吟を楽しむ会」の朗々とした合吟。「悠久の会」による津軽三味線の力強い撥音。どちらも新春を祝うにふさわしく、楽しく拝聴しました。



演者の皆様が、退職後に始められたとお聞きし、その努力に驚きました。

お祝い膳を頂きながら、新参者の私にも気軽に話しかけて頂き、楽しく過ごすことができました。

新延伸雄さん作詞の新作「日退協広島支部唱歌」が披露され、全員で合唱の後、司会者の三本締めでお開きとなりました。

初めての参加で、参加者の明るく、生き生きした姿が強く印象に残りました。

目の当たりにしたお手本を前に、思いだしたのは、生き方上手で知られる、日野原先生の「年を重

ねても、創める事を忘れない」の言葉でした。

これからを、好奇心旺盛に積極的に生きていくように励まされた、楽しく、実り多い会でした。

最後になりましたが、事務局はじめ、ご参加の皆様にご感謝申し上げます、ご報告とします。

(会員)

||||||| テニス同好会近況 |||

小林 正彦

テニス同好会もご多分にもれず、中国武漢に始まったコロナに2年以上も付き合わされて来ましたが、幸い外の広いグラウンドで行う競技であり、人と直接接しなくても良いスポーツであるお陰で、注意をしながらも活動を続けてこられました。

一方、一昨年夏の広島集中豪雨で、常時使用していたグラウンドが山崩れに遭い使用不能という災難にも遭いましたが、今年度から再び佐伯運動公園のテニスコートの使用が可能となったのは朗報でした。

テニス同好会も、気が付けば平均年齢が75歳程度と高齢化が進み、時にはメンバーがぬける事態も致し方ないことです。

会の現在の活動は、毎週金曜日午後、軽い練習の後ダブルスの試合を約4時間程度行っています。

一般に、テニスは高齢者にはやや厳しいスポーツと思われる方も多いようですが、メンバーが自分の年齢と実力をそこそこわきまえた経験豊富な人たちであり、極力無理をしないようお互い注意



をしながら出来る所が良いところと感じています。

勿論、テニスの好きな人ばかり。試合ともなれば、誰も勝利を目指して張り切りますが、仮に負けた時でも和気あいあい、笑いの絶えることのないような気の置けない集まりです。試合後、ベンチに戻ってからの談笑も楽しんでいますが、ベンチではまだしばらくはマスクが必要のようです。

(テニス同好会 代表世話人)

||||||| 写真の思い出！ |||

芦村 健治



今NHKの朝ドラ「舞い上がれ」のロケ地となった長崎県南松浦郡新上五島町の有川中学校を、約60年前の学生の頃に、中学校の教育実習で訪れたその時の思い出です。ある日の放課後の事です。家に生徒が訪ねて来て「授業が終わっても女子生徒が家に帰っていないので心配になり、担当の先生が呼んでくるようにとのことで来ました」と言う。時間は午後8時を過ぎていました。

学校に行くと、先生から「手分けして探して欲しい」とのことで先生・クラスの生徒達と二手に分かれて海岸沿いを探すことにしました。この地では漁業に携わっていた人が少なくありません。担当学級の生徒の父もその一人でした。

海岸には密入国の見張り小屋があり、その中で一人泣き崩れている少女がいました。少女は探していた女子生徒で、拿捕された父の帰りを待っていたのです。見つかった！本当に良かった！探し始めておおよそ2時間は経っていました。



写真は、元横綱佐田の山関が、母校である有川中学校に建立した記念碑です。2年前、五島を訪れた時に撮ったものです。

私にとって写真は宝物で、それを創る「写真を楽しむ会」に世話人として携わることができることは本当に幸せです。

(写真を楽しむ会 世話人)

||||||| 後期高齢者の山登り |||

川本 睦郎

昨年12月9日、第153回例会に初参加。行先は岩滝山と日浦山。いずれも初心者向け低山。当日の参加者29名。内、なんと連続登山が、120回の方と20回の方のお二人の紹介にビックリ。

当日、好天に恵まれ、海田市駅から住宅街を通り抜けるまではマスク着用。途中、ユニークな体操で体をほぐす。低山とて急坂あり、ガレキあり、岩場あり、とバカにできない。甘く見ていると「上り坂」「下り坂」に加えて滑落等の「ま坂」に遭うこともあり、正

に山行は人生行路そのもの。歩一歩、確かに足元を見つめて進む。小休憩後は必ず先頭から各自番号を唱え、人数確認を怠らない世話人の用意周到さ。安心して後について行きながら日浦山の頂上に到着、眼下の絶景に見入った次第です。正午、待ちに待った弁当のうまかったこと。どなたかがマホービンからカンしたお酒をふるまってくれました。

下りは早い。無事下山後、西国街道沿いの「旧千葉家住宅」と一角に設置された「織田幹雄記念館」も見学し見聞を広めた。

当初、後期高齢者に登れるか、との一抹の不安があったが杞憂に終わった。春先から徐々に中・高山を目指す由にて、これからも全員が安全に登下山できるよう常に配慮していくとのリーダーの



お言葉にますます意欲が湧く。一步を踏み出した今、以後も健康維持に努め、皆勤したいものと念願しております。

(会員)

||||| コロナ禍での料理教室 |||||

外前田 恵

コロナ感染症が国内に蔓延し始めてから早くも4年目。最近ようやく収束への光明が少し見えてきた感じがします。

男性料理教室もこの3年間余り、月1回の教室開催を行うため、少しでも感染者が減ると準備をし、参加者に開催予告をします。その後コロナ感染者が増加し、中止する。これを幾度も繰り返して来ました。料理教室は食べ物を扱うため、日頃から衛生面では細心の注意を払っています。しかし、コロナは日頃の心がけではどうにもならず、マスクの着用、手の消毒、検温、3密にならない、強制換気、調理は必ず火を通す、出来上がった料理は持ち帰る、等々の対策を行うことにしましたがそれでもコロナには勝てそうにもありませんでした。参加者の「安心安全」を考えると度々の中止しかありませんでした。

これからコロナ感染症が完全に収束した暁にはかつて行っていたように月1回の例会を開催し、その日に調理した料理をその場で試食する方向へ戻りたいものです。自分達で調理したものを皆さんと談笑しながら食べる、また格別で楽しいものです。

最近、新しい会員の方にも料理教室に参加いただいています。

「シニアな男子が厨房に入り家庭料理の基本を習得しこれからの人生を楽しむ同好会です」をモットーに世話人もその期待に沿うべく努力をしたいと思います。

(男性料理教室 代表世話人)



||| 「エスキーテニス同好会」に参加して |||

岡田 真弓

牛田山山頂で時々お会いする花井さんから日退協にお誘いの話があり、日退協?何?と思いながら「山を歩く会」に参加するつもりで昨年11月に入会しました。送付されてきた「催し案内」を見て、たくさんのお会があることに驚きましたが、そこに「エスキーテニス同好会」がありました。申込先に山仲間の志村さんの名前があり、連絡をしたところ「来てみんない」というお言葉を頂き、参加してみると、そこにいたコーチが、昔同じクラブと一緒にプレーしていたリーダーの長尾さんで超びっくり!超うれしい!という思いでした。

30年ぶりのエスキーテニスは思うようにならず、相手をして頂くのが申し訳ない気持ちで一杯



でしたが、皆さんがやさしい言葉をかけて下さり、感激しました。月2回、各回2時間の練習ですが、出来ないなりに楽しく頑張っています。

動いて、汗をかいて、声を出して日常から解放

された心地よさがたまりません。世話人の方達にも感謝です。今、エスキーテニスをしていることは日退協に入会しなければなかった訳で、入会したことはすごくよかったですと感じています。

私は生涯(動ける限り)スポーツとして、仲間づくりや健康づくりを兼ねてこれからもエスキーテニスを続けていきたいと思えます。

皆さんもご一緒にどうですか?皆さんのご参加をお待ちしています。

(会員)

||| 「新入会員のひとこと」新しいページ |||

板倉 香津子

Maturity そのタイトルのように、第二の人生を円熟期とするために一歩踏み出して人と交わり、新しい体験をすることで充実した時間を楽しく過ごせたら幸せですね。



牛田山での出会いから日退協の活動を知り、卯年生まれの私は今年節目の年でもあり、入会しました。

24年前の伯耆大山をスタートに、この数年は自宅から30分ほどの牛田山に登ることを日課として、月2回の山仲間との例会登山や年数回のツアー登山をしています。特に昨年は、北は知床半島の羅臼岳と斜里岳、摩周湖、関東奥秩父の雲取山、両神山、大菩薩嶺(ここからの富士山や南アルプスの眺めは前日に積もった雪と相まって格別!)南アルプスの仙丈ヶ岳、九州の祖母山、屋久島の宮之浦岳と縄文杉。八丈島の八丈富士、入笠山等々、山三味の至福の年でした。

一番最近では福岡県の背振山脈最西端の十坊山、佐賀県の最高峰の経ヶ岳からは有明海と雲海の中から頭をのぞかせた普賢岳、大村湾に浮かぶ長崎空港が望め、嬉野温泉近くの黒髪山は群馬県の妙義山を思わせる奇岩と巨岩の屏風岩が圧巻。最強寒波の接近で頂上は断念しましたが、山を歩くことでその土地をより身近に感じ、帰路は吹雪の中、高速道路と一般道をかいくぐって無事に帰着。雪の舞う新年登山でした。

山の魅力は勿論ですが、喜びや苦しい道を共に歩く人との連帯感、海外の山で一緒に歩いた人との再会も嬉しいものです。日退協の山歩きが楽しみです。参加してみたい同好会も沢山あって忙しくなりそう。よろしく願い致します。

(新入会員)

広報の窓

行事・同好会参加人数 R4.7~R4.10

()は家族会員再掲

◎会員交流会	93人	(0人)
◎幹事会	39人	(0人)
◎新入会員の集い	0人	(0人)
◎運営委員会	56人	(0人)
◎二木会	373人	(13人)
◎留学生との交流会	会員	0人 (0人)
	留学生・他	0人 (0人)
◎達人たちの夢展	0人	(0人)
◎ボランティア	83人	(0人)
◎ゴルフ同好会	33人	(1人)
◎テニス同好会	104人	(4人)
◎四風会 月例・大会	32人	(0人)
◎社会見学会	44人	(5人)
◎木楽会	9人	(1人)
◎朱樹会	39人	(4人)
◎歴史探訪会	39人	(6人)
◎四季の会	42人	(5人)
◎園芸・盆栽同好会	30人	(1人)
◎囲碁同好会	107人	(0人)
◎写真を楽しむ会	33人	(0人)
◎旅を楽しむ会	0人	(0人)
◎謡を嗜む会	6人	(0人)
◎がんす川柳会	44人	(4人)
◎山を歩く会	48人	(5人)
◎写画一る会	37人	(1人)
◎男性料理教室	58人	(0人)
◎PC・DCを楽しむ会	95人	(0人)
◎PCDC共催写真撮影会	19人	(0人)
◎陶芸同好会	115人	(0人)
◎詩吟を楽しむ会	43人	(3人)
◎卓球クラブ	161人	(24人)
◎女性バラエティ同好会	17人	(5人)
◎G・ゴルフを楽しむ会	14人	(5人)
◎エスキーテニス	94人	(0人)
◎演歌ミニ道場		休会
◎なば愛好会		休会
	1719人	(87人)
◎切手収集	累計件数2966件	
◎ベルマーク(カートリッジ含む)	累計件数580件	
◎幹事会	1月26日	◎拡大常任幹事会 12月22日
◎新年懇親会	1月19日	
◎運営委員会	11月3日、12月1日、1月5日、2月2日	

●●●● 編集後記 ●●●●

1月の長井敏弘様の二木会でのショートスピーチはととても好評でした。アンチエイジングと人生を楽しむ方法。規則正しい食事と生活。何事もプラス思考である事。

いきいきシニアの皆様は二木会、各同好会に参加され、前向きであり、コミュニケーションもしっかりと保たれていると感じています。これからも益々シニアライフを楽しめるものにしていただきたいと思えます。

広島支部は皆様のお力添えをいただいたおかげで、昨年10月からの新入会員が40人以上となりました。女性会員が増えたことは嬉しいことです。

コロナ禍、新年会が開催され、皆様とご一緒に楽しく語らい、杯を交わすことが出来ました。マスクを外して語り合える日までもう少しの辛抱です。

(I・I)