



発行者
藤崎町老人クラブ連合会
藤崎老人福祉センター内
電話 0172-75-3232
Fax 0172-75-2128

皆さんおなじみの健康講座

常盤養命会

令和6年2月23日(金)9時 常盤コミュニティセンター大広間において開催し、会員37名が参加した。会員の皆さんに「みんなで楽しく!!」と参加を呼びかけ、藤崎町脳トレ教室から横山恵子会長・サポーターの佐々木陽子さん・小野寺静子さんの3名が出席され、指導にあたった。

●講座内容

「笑うのがいいんですヨ!! 声を出すこと・笑うことが一番ですヨ!!」で健康講座が始まった。一人ひとりが椅子に座った姿勢で、皆がいつせいに歌「見上げてごらん 夜の星を」を歌い、次に体操(指・手・足の運動)を行い、その後に脳トレの音読・足し算・引き算などを行った。

大広間はみんなの大きな「笑い声」がいっぱいに響いていた。予定の1時間がアツという間に過ぎ、明るく元気な楽しい講座であった。

●ペタンク

全員参加で行い、心地よい運動となった。講座が終わり、みんなで会食の中でお互いに「久しぶり」と言葉をかけあう姿が見られた。「楽しかった」、「またね」と声があり散会した。



最後の締めはペタンクだね

町老連に能面寄贈

能面師 清野正雄氏より

令和6年2月2日(金)三沢市在住で藤崎町出身の能面師 清野正雄氏が藤崎町老人福祉センターを訪れ、作品「翁」一式を町老連に寄贈された。

橋渡しは藤崎中同級生、横町長寿会加藤司郎会長の紹介で寄贈が実現した。

清野正雄氏は昭和11年に藤崎町 伝馬生まれで、昭和37年東洋大学卒業、38年から社会科教師として教職につき平成10年定年退職。その後「面打ち教室」で修行し独立する。今までに凡そ四五〇点の作品を生み現在に至る。



「翁」作品番号424 2020. 8. 2作

本町の資料館「あすか」で作品展示会と彫刻の実演会を行うなど、岩木山神社や近隣の神社仏閣等で目にする事が出来る。現在展示スペースを交渉中ですので、間もなくお目にかかれると思います。

冬季トランプ大会の結果

2月24日(日)に行われたトランプ大会は、41名の参加者で開催され、実力者が揃い僅差の勝負で熱戦が繰りひろげられました。優勝者は前回の優勝者であった三浦篤雄氏が2連覇を果たしました。成績は左表の通り



順位	氏名	地区	点	飛び賞(順位の5番飛び)
優勝	三浦 篤雄	館川	14	15位 間山由吉(福島)
準優勝	羽賀 良蔵	福島	13	20位 高木長英(水木)
3位	工藤 義夫	柏木堰	12	25位 山本誠一(みつや)
4位	三浦 勝榮	伝馬	11	30位 児玉雄一(伝馬)
5位	兵藤 正勝	若松	10	35位 木村 稔(館川)
6位	浅利 達郎	水木	10	
7位	白取喜代榮	水木	9	残念賞 太田 昭三(富柳)
8位	神 俊春	水木	9	無念賞 清水稼志男(館川)
9位	神 鉄英	常盤	5	当日賞(開催日24日)
10位	平澤 寿夫	若松	4	24位 藤本勝郎(朝日町)

※同点の順位は年長順で決定しております。

町老連理事会のお知らせ

単位老人クラブ会長・専門部長
広報委員長・女性部長・若手委員長 各位

一、日時 4月18日(木) 午前10時

二、場所 藤崎町文化センター 多目的ホール

三、案件

- 令和5年度事業報告・収支決算について
- 令和6年度事業計画(案)・収支予算(案)について
- 役員改選について
- 令和5年度実績報告書・令和6年度補助金等申請書の提出について
- その他

四、お願い

会長・部長・委員長が欠席する場合、必ず代理役員等を出席させて下さるようお願いいたします。

町老連定時総会のお知らせ

単位老人クラブ会長・専門部長

広報委員長・女性部長・若手委員長 各位

一、日時 4月27日(土) 受付 9時30分

二、場所 藤崎町文化センター 多目的ホール

三、案件

- 令和5年度事業報告・収支決算について
- 令和6年度事業計画(案)・収支予算(案)について
- 役員改選について
- その他

四、演題「町老連クラブ活動と会員増強について」

講師 県老連常務理事・事務局長 五戸秀樹氏

五、懇親会開催

六、参集範囲

各単位クラブ3名以内、専門部3名以内、広報委員3名、女性部3名、若手委員9名

七、参加費 1名につき 壹千円(当日集金)

八、申し込み

単位クラブには【白寿】4月号に申込書を同封し、専門部・女性部は、藤崎・常盤両福祉センター窓口にある申込書で申し込んで下さい。

九、申込締切

4月18日(木)理事会開催日迄に左記申込先へ提出して下さい。(電話での申込は受付しません)

藤崎老人福祉センター FAX 七五二二二二八
常盤老人福祉センター FAX 六九一五二六二

春季トランプ大会のお知らせ

一、日時 5月18日(土) 受付 8時30分

二、場所 藤崎老人福祉センター集會室

三、対象者 町内老人クラブ会員で男女は問わず

四、種目 個人戦のみ(午前3試合)

五、会費 壹千円(賞品・弁当代 当日集金)

六、申込締切 5月10日(金)迄 両福祉センターへ

七、その他 (電話での申込は受付しません)

①大会は町老連大会ルールで行い、その他必要な事項については、当日説明します。

②表彰は1位〜10位迄と、飛び賞、当日賞、残念賞、無念賞など多数用意しています。

また、参加者全員に参加賞を差し上げます。

③昼食は、事務局で用意し、持ち帰りとなります。

④大会会場「賭け・飲酒・喫煙」は禁止です。

※場はテーブル席ですので、足の不自由の方も是非ご参加ください。

日	曜	行事	時刻
1	月		
2	火	囲碁・将棋部	12:30
3	水	女性部	10:00
4	木	囲碁・将棋部	12:30
5	金		
6	土	レクダンス部	9:00
		老連監査会	9:00
		老連役員会	10:00
7	日		
8	月	生け花部	10:30
		芸能部	12:00
9	火	囲碁・将棋部	12:30
10	水	茶道部	13:00
11	木	囲碁・将棋部	12:30
12	金		
13	土	レクダンス部	9:00
14	日		
15	月	補助金申請相談日	9:00
		芸能部	12:00
16	火	補助金申請相談日	9:00
		囲碁・将棋部	12:30
17	水		
18	木	理事会(文化センター)	10:00
		囲碁・将棋部	12:30
19	金		
20	土	レクダンス部	9:00
21	日		
22	月	生け花部	10:30
		芸能部	12:00
23	火	囲碁・将棋部	12:30
24	水	茶道部	13:00
25	木	囲碁・将棋部	12:30
26	金		
27	土	レクダンス部	9:00
		老連総会(文化セ)	10:00
28	日		
29	月		
30	火	囲碁・将棋部	12:30
		【白寿】配布日	16時→

老いを楽しく

第一回

元ときわ会病院長 永山隆造

新連載にあたって 町老連会長 館山 新一

令和4年度老連理事会で、永山先生の講話を頂きました。内容は「これからをどう生きるか」という演題でしたが、「私の一番思っているのは、どう死ぬか」ということなんです」とおっしゃっていました。今回からの連載はその続編で、一人暮らしになつての苦労話や思いを経験を通して、老いを楽しく生きるすべを述べて下さると思っております。会員の皆様、どうぞご期待下さい。

《生きたい》

皆様今日は、四月から連載させて頂く事になりました。私は昭和十年（一九三五）七月生まれで米寿を過ぎました。最近テレビで私より若い有名人が多く亡くなるのを見ると「私はお陰様で長生き出来て幸せだなあ」とつくづく思います。

私は六年前に家内を亡くして一人暮らしなので炊事・掃除・洗濯・買い物などをしてしていると「いつまでこの苦労を続けるのか？早く死にたいな」と思う事もあります。これは私だけでは無いようです。診察室でお年寄りが「先生もう生きるの沢山だじゃー！早く死にたいな」と言うので「せば、今日は薬出さねーよ」と私が言うのと「やっぱり薬ば貰って行くじゃー」と言つて帰ります。

苦労するくらいなら死にたいと思つても、私もやっぱりもつと長生きしたいです。

こんな話もあります。とん智話で有名な一休さんには有名な高僧になりましたが、ついに臨終を迎え弟子のお坊さんが詰めかけました。一人が師匠の立派な最新のお言葉を期待して「お師匠様 最新のお言葉を！」と言うと一休和尚は「死にとう無い、死にとう無い！」と言つたそうです。「人の本心は死にたくないのだよ、命を大切にせよ」と教えたのであると弟子達は深く感動したと言ふことです。

人間誰でも死ぬならば、生きている内は楽しく生きていきたい！。ではどうすれば良いのか皆さんと一緒に考える事にしましょう。

《閑話休題》老人クラブは六十才・七十才・八十才

九十才台と年齢層がずいぶん広いです。

六十才の会員と九十才の会員とは三十年の開きがあるのですから、会員の会に対する考え方も違いが多く「会の組織運営は大変だろうなあ」と思つたりしています。（以下次号へ続く）

常盤ひとり旅

第十二回

石澤清五郎

常盤八幡宮塔塚の続き

馬頭観音の隣に高さ一一五cm、底辺九〇cmの三角の自然石がある。前面に「供奉」と二文字があるのみ。言い伝えを知っている者は誰も居ない。また「供奉」という文字を刻んである塔碑は常盤村内ではこの一基だけだと思ふし、他市町村でも私はお目にかかったことがない。そこでいろいろ辞典を開いて見たら「キョウホウ」と読むのだそうで、意味は「兵や食糧など提供して助けること」とあった。天明の飢饉で境内の信仰物を一切手離したという口伝があることから考察するに、この塔は天明以後に建立されたのではと思われる。そして最後の一個、高さ八五cmと小さく、また字を刻んだ形跡は一切なく虫喰い穴が無数にある自然石である。子供時代、先人達から「おこり石」と言うのだと聞いたことがある。さればそのような名前の石だとすれば村内ではこれもこだけであると思ふ。そこでおこり石とは何ぞやと調査したところ、南部方面に信仰者が多数あったそうで、おこり病（虐病とも申し熱病でマラリヤ等を言う）は安政元年（一一七五）に流行したと医学史年表に記されてあった。発生した時代の信仰らしい、だとすれば八百五十年程前のこととなり、その時代には常盤八幡宮はなかった。また口伝によると前記の天明の飢饉で境内の信仰物一切を手離したがこの石だけは何かおこるか大変だということから残したという伝えもあり、夜中にお参りすると病気が治り粗末にすれば何かおこるか解らないということから、おこり石となったとの説もある不思議な石である。何か失礼にあたりおこられては大変なので境内の塔塚群の勉強はこれで閉じることとし、八幡宮に伝わる四方山話に移ろう。

昭和五四年九月七日付東奥日報に、高木軍平談で「天明三年の大凶作によって飢えによる死者が相次いだときに、社格」を売り払い部落を助けた。この

時八幡宮の由来や記録を失った」という。一方小野健五郎（旧常盤村助役・氏子総代長を務めた方）の記録資料によると「明治六年五月一日村社に列格されたが、氏子のもものは社格が高くなれば祭典等に金がかかり村が貧乏になるといので、参考資料は全部何処かに隠置したと伝えられている」と記している。この隠置場所について、私と同輩であった故石動武秀は猿賀神社らしいと申したことがあったが、彼は誰から聞いたか尋ねもしなかったし、また、私も追跡調査もしなかつたので真偽の程は解らない。

表面の拡大図



今回、石碑表面を写真撮影し拡大したところ、「供奉」の文字を確認できた。

◆歯なしの話 145◆

日本国

佐藤 透

日本に於いて災害による被害は、他国に比べかなり低いのだそう。同程度の震度でも外国などは日本より数段上の被害（死者数）だそうで、その原因（要因）の一つに普段から備えられている防災意識や対応だそうである。

以前、青森県職員であった方と他国と日本の例えば橋についての建設費について話合ったことがある。新聞やテレビなどで日本の橋や建築物はかなり割高であると頻りに報道されたことであつたので、専門の方に聞いてみたのである。そしたら「日本と言うのは災害の多い国なので、高速道路の橋も建築物も何割か強靱に作ることを要求されるのである。考えてみると日本国は山あり谷あり川ありだ。そのいたる所に橋がかかり、その何割かは高規格に作ることを要求されるのである。また、日本国は高速道やバイパス道は他国より高規格仕様であり、新幹線もかなり普及が進み安全性が高く事故も少ない。このことは、日本とほぼ同じ震度であつた昨年のトルコ地震の被害より、我が国は数段下の被害にとど

まつている理由の一つであると思う。また、建築物の地震に対する高規格の強度である様だ。価格が高くても強度な建築物になつて居る事は、今の日本に於いての被害の少なさに表れているようだ。だが、何か災害が起きたら、とても危険な国である事は明白である。

この前のJAL機と自衛隊機の衝突も普段からの防災訓練の賜物でJAL機の乗客・乗員に被害者はいなかった。更にはJALに対して近くにいたANA機のスタッフ達も手助けをした様であり、飛行機一家と言う様相である。さすがであると世界的に評判が良い。このように普段からの建築物の構造の良さ・システムの良さ、そして訓練の素晴らしさが総合されて地震も飛行機事故も最少ですんだ様だ。更に言えばこれからの被害者に対する手当などが十分に行きわたるか、また対応が早いのかによつてその方々の満足度もアップするものと考えられる。

川柳

佐々木トモエ

じゃんけんのパーは出来たぞ麻痺の指

田中さち子

芸に触れ世界遺産になる書道

成田 波麻

神前の誓いつしか錆びて来る

木村 羊川

ロックした日記の中に愛を込め

新谷 結城

冷えた手に息を吹きかけさする妻

清水 川魚

法律に触れる触れない議論湧き

求む！脳トレ教室お手伝い

皆様こんにちは、町社会福祉協議会「脳トレ教室」です。

お陰さまで「脳トレ教室」の活動内容も充実し、参加者も増加してきました。これからの活動の更なる充実を図るため、お手伝い頂くボランティアを求めています。週一回の活動に参加しませんか。

担当 町社協 ☎651-2056