



発行 者
藤崎町シニアクラブ連合会
藤崎老人福祉センター内
☎ 0172-75-3232
Fax 0172-75-2128

藤崎町シニアクラブ連合会 最初の理事会スタート

8月28日(木)藤崎町文化センターで開催しました。連合会の理事(単位クラブ会長・各委員会・専門部会・本部役員)の内35名が参加、加福哲三副会長の司会で始まりました。

山内誠一郎会長がこの夏の猛暑を労いながら、理事の方々に前半の行事報告と今後の行事予定に対する協力方の要請がありました。

【行事予定】

＊長寿顕彰式・健老の集い 9月6日(土) 藤崎町文化センター

＊県老連芸能発表会 9月30日(火) リンクステーション青森

＊理事研修旅行 10月25日(土) 尾上工業団地見学

＊中南郡芸能発表会 藤崎的文化センター

＊新年研修会

＊各小学校との世代間交流「昔の遊び」

＊冬季トランプ大会

【講演】

「社会福祉協議会の活動について」

講師に藤崎町社会福祉協議会事務局長、成田全弘さんが同協議会一般会員の「しくみ」や「会費の使い道」についてお話しがあり、最後は心とむ「小話」で終わりました。

質問の中で「西豊田の温泉」の見通しについての質問があり、参加者からは早期の対策を待ち望む声が囁かれました。

役場経営戦略課推進係の北畠さんが藤崎町における「空き家対策」について、お話をくださいました。

【自己紹介】

今回の席順はコの字型の対面式にセッティングされており、顔を見ながらの対話は良かった。

山内会長の親しみのある理事会からは、いい考えが浮かぶのでは、との姿勢が見え、最後に全員が自己紹介をして閉会となりました。



講師 成田全弘さん



山内会長 加福副会長



対面で行われた理事会

熱戦で暑さを忘れた 夏季トランプ大会

8月23日(土) 今回は都合により、初めて午後1時より参加者32名で夏季トランプ大会を開始した。最近はその日になってから欠席する人も出るので、人数合わせで場の数を決めている。

試合は午後からなので、時間に追われることも無く、じっくり考える人が多かった。それが成績に反映し、得点毎の同点や僅差の成績が目立った。

成績は下表の通りで、優勝は本町木挽町長寿会の須藤イコさんで、女性唯一の参加で優勝杯を獲得した。同氏は2度目の優勝を果たした。



優勝者の一言

ありがとうございました。
女性の皆さん次回の参加をお待ちしていますヨー！

9 月 行 事 予 定 表			
日	曜	行 事	時刻
1	月	芸能部	12:00
2	火	囲碁・将棋部	12:30
3	水		
4	木	囲碁・将棋部	12:30
5	金	シニア連役員会	10:00
長寿顕彰式・健老の集い			
6	土	レクダンス部	9:30
		日本舞踊部	15:00
7	日	日本舞踊部	13:00
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	9:30
		日本舞踊部	15:00
14	日	日本舞踊部	
15	月	敬老の日	
16	火	囲碁・将棋部	12:30
17	水		
18	木		
19	金	広報委員会	13:30
20	土	レクダンス部	9:30
		日本舞踊部	15:00
21	日		
22	月		
23	火	秋分の日	
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	9:30
		日本舞踊部	15:00
28	日		
29	月	生け花部	10:30
		芸能部	12:00
		【白寿】配布日	16時以降
30	火	県老連芸能発表大会	
		囲碁・将棋部	12:30

無 念 賞	残 念 賞	当 日 賞	飛び賞				順 位	氏 名	単 位 ク ラ ブ 名	備 考
			30 位	25 位	20 位	15 位				
		館山 一夫	清水 稼志男	横嶋 正信	加藤 司郎	佐藤 良精				
		常盤養命会第1	館川シニア倶楽部	俵外下俵外長寿会	横町寿楽会	久井名館松葉会				
		23日								

■ その他の特別賞

10 位	9 位	8 位	7 位	6 位	5 位	4 位	3 位	準 優 勝	優 勝	順 位
三浦 郁雄	工藤 由行	境 由美	佐々木 政美	藤本 勝郎	羽賀 良蔵	児玉 雄一	高木 洋一	神 鉄英	須藤 イコ	氏 名
富柳和楽会	柏木堰老喜会	西豊田豊寿会	中島千寿会	館川シニア倶楽部	福島伯養会第2	伝馬喜楽会	神壯寿会第1	常盤養命会第1	本町木挽町長寿会	単 位 ク ラ ブ 名
2	3	5	6	6	7	9	9	10	11	得 点

※同点の順位は年長順で決定しております。



舞踊「津軽の四季」

県老連芸能発表大会に出演

9月30日(火)リンクステーション青森に於いて「県老連芸能発表大会」が開催されます。

中南地区3町村(田舎館村老連・西目屋村老連・藤崎町シニア連)から、毎年1町村老連が出演することになっており、今年度は藤崎町シニア連から、町シニア連有志会による舞踊「津軽の四季」が出演します。内容は津軽地方の農民の作業を表現したものです。

長寿顕彰式・健老の集いのお知らせ

一、日時 9月6日(土) 受付 8時30分～9時
二、場所 町文化センター 大ホール

○第一部 長寿顕彰式 9時～9時45分
最高長寿、白寿(99歳)、95歳、米寿(88歳)
ダイヤモンド婚(60周年)、金婚(50周年)

○第二部 健老の集い 10時～12時

◎祝吟詠 「宝船」 山内誠岳

◎演 技 みずきこども園 年長さん

西中野目保育所 年長さん

小畑保育所 年長さん

◎踊 り「津軽の四季」 町シニア連有志会

◎郷土芸能 町芸能文化協会

※単位クラブ会員の皆様、是非ご出席頂き、表彰される方々に感謝し、祝福して頂く様お願い致します。

老いを愉しく 第十八回

元ときわ会病院長 永山 隆造

《苦難の試練から日々の感謝へ その七》

人は誰でも楽しい毎日を過ごしたいと思いますが、私は年を取るたびに「死ぬまでの少ない日々を楽しむ生きたい」と強く思う様になりました。

私は前にも書いたように「頭持が悪い」「夜に眠れない」などと診察室で訴える多くのお年寄りが「楽しい事など一つも無えから早く死にてえ！」と言う声を多く聞いて来ました。私はそのたびに「楽しく無い毎日を続ければ体を悪くして早死につながるから何とかして上げたい」と思っていました。

体力的に仕事が出来なくなったお年寄りは歯・眼・耳の不具合・腰や膝の痛みなどの身体の不調や経済的不安などの悩みが尽きません。

お年寄りと子供や孫達との同居は孫や若者中心の食事や娯楽となりお年寄りには不満が溜まります。さらに語りあうことが全く出来ないお年寄りの一人暮らしは非常に淋しいものです。

その結果お年寄りは怒り・悲しみ・敵意・不信・孤独などの感情を生じることが多くなり、毎日の生活がつまらなく愉しく無くなってしまう。前にも書きましたがこれらの感情はマイナスの感情と言います、身体や心の病気を起こしてしまいます。

では「愉しく暮らす」にはどうしたら良いのでしょうか？ある人の本の中に「愉しいと感じる時には必ず感謝の気持ちに伴うものだ」と書いて有りました。若い頃には体を粉にして働き、物が無くても我慢の生活を経験したのに、それをすっかり忘れて、今の生活を感謝するお年寄りが少ない様に私は思うのです。昔の生活を想い今の暮らしを感謝する気持ちを持って「嬉しいなあ！有難いなあ！」と自然に自分は幸せで愉しいと思う毎日になるのではないのでしょうか。

副題を《苦難の試練から日々の感謝へ》としているのはそのためなのです。

次回から自分の過去を思い出しながら幸せになる方法を書くことにします。

春の研修旅行

常盤養命会

7月2日(水)常盤養命会、春の研修旅行が行われた。参加者は27名(男9名・女17名)であった。昨年より諸物価の値上げが続き続いていたので、今回の参加費は2千円にした。参考のために記すと、地球村の経費は一人当たり3500円で、その内訳は個室休憩十入浴(タオル付き)＋食事＝3500円です。(会からの補助は一人当たり1500円)当日の天気は、予報では午後から降雨とあり心配しましたが、実際は一日中よく晴れたすがすがしい1日でした。

午前9時、常盤コミュニティセンター前を福祉バスで出発。車内は皆の元気な笑顔と久しぶりの会話が飛び合い活気に溢れていた。まずは「鶴の舞橋」へ。10時から40分程かけて散策。大自然の「つがる富士見湖」や「鶴の舞橋」は私達の心を癒してくれた。

森田地区の「津軽地球村温泉」には11時頃到着。早速参加者全員で記念撮影をパチリ。会食の宴会場にはテーブルと椅子が準備されていた。椅子席なので足の不自由な人には有難かった。11時40分から昼食を頂いた。

7月中の献立は白飯・刺身・もずくの酢の物・ちくわの磯部揚げ・揚げ出し豆腐(ゆずの醤油かけ)・焼き鳥・サラダ・梅肉の冷やし素麺・漬物・コーヒ、その他会



員手造りの漬物。

食事の後は入浴、カラオケなどで盛り上がった。歌い手の予約が多く、時間の関係で歌う事の出来ない人には気の毒だった。

92歳の男性「この歳になると、この会で皆と会って笑ってお話することが今一番楽しみだ」と。

この温泉施設は3・4年前に新しく建築されたそうで、お風呂は大浴場。前面ガラス張りで見渡すところとした空間で気持ちも良く、新緑は目にまぶしく写った。また、お湯の温度は肌に優しく心地よかつた。立派なサウナは広く清潔に保たれ気分良く過ごせそうだった。

帰りは鶴田町の道の駅「あるじゃ」。特産物直売センターは全国の生鮮食料品であふれ、地元生産者手造りの団子や野菜など買い物し、ご満悦の様子だった。

16時、常盤コミュニティセンターに予定どおり到着した。



◆ 歯なしの話 160 ◆

たまには思考を変えて 佐藤 透
娘が小さい時に学習塾で学んでいた鈴木メソッドの俳句をどうぞ。

「小林一茶」

- めでたさも 中くらいなり おらが春
 - 春風や 牛に引かれて 善光寺
 - やせ蛙 負けるな一茶 ここにあり
 - われときて 遊べや親の ない雀
 - 露の世は 露の世ながら さりながら
 - 雀の子 そのけ そのけ お馬が通る
 - やれ打つな 蠅が手をする 足をする
 - 名月を 取ってくれろと 泣く子かな
- 一 二万句に及ぶ俳句の一部 一

「松尾芭蕉」

- 夏草や 兵どもが 夢の跡
 - 旅に病んで 夢は 枯れ野を かけ巡る
 - 閑かさや 岩にしみいる 蟬の声
 - 古池や 蛙飛び込む 水の音
 - 山路きて 何やらゆかし すみれ草
 - 花の雲 鐘は上野か 浅草か
 - 五月雨を 集めてはやし 最上川
 - あらたふと 青葉若葉の 日の光
- 一 九八二句の一部と思われる 一

如何ですか。小林一茶、松尾芭蕉共に偉大な俳人ですが、たまに目にする懐かしさもあり、思わず口に出してしまうものです。……(笑)

※鈴木メソッド…鈴木先生のもと、信州で音楽と俳句を共に学ばせ、そこに子ども達の能力を展開させようとする才能教育です。

◆ 俳句 ◆

- 氷菓溶けてあの日に戻る術も無し 五十嵐かつ
選りし墨ゆるりとすりし良夜かな 鳴海 艸人
むらさきに染まりし指で夏も摘む 木崎 道子
二日酔い心を洗う滝しぶき 清水稼志男